

Профилактика наркозависимости: беду можно предотвратить

Галина ФРОЛОВА, заслуженный работник культуры РФ

Семья Роберта оказалась в Новосибирске лет пять назад: отца перевели по службе. Со всем давно они жили в маленьком городке в Латвии, потом — в таком же военном городке в Таджикистане. Отец пропал на службе, а мама — медсестра, хоть и любила сына, но воспитывала его строго. В старших классах Роберта не выпускали из дома — только в школу и на баскетбол: квартиру получили на окраине города, возле гигантской барахолки, где постоянно шла торговля наркотиками через цыган или мнимых беженцев, и мать боялась криминального окружения. Время от времени она приносила домой медицинские брошюры Института санитарного просвещения, вырезала из газет статьи о СПИДе, о последствиях наркомании. Как ей казалось, очень искусно вела пропаганду — не навязывала ничего сыну, а чаще говорила в его присутствии с мужем, зачитывая из газет и журналов “выбранные места”. Когда сын перед экзаменами попробовал прибегнуть к транквилизаторам, мать тут же сообщила ему, чем грозит передозировка, — наркотическая зависимость, развитие тяжелой депрессии с тягой к суициду, при насильственном прекращении приёма наркотика — припадки, барбитуровые психозы с помрачением сознания, переходящие в сопор — полное оцепенение и кому...

Роберт достаточно наслушался ужасов о наркотиках и, казалось, не проявлял к ним интереса. Но на первом же курсе университета во время дискотеки, посвящённой возведению школяра в степень студента, очаровательная девушка предложила ему, как и другим, “экстази” — никакой не наркотик, как говорили все вокруг. Через год бывший “мамин сынок” перешёл на “тяжёлые” наркотики. Мать уже ничего не могла поделать. И понять тоже: ведь она правильно воспитывала сына, как советовали педагоги и врачи. А в соседней семье воспитывали “неправильно”, а парень даже спиртного в рот не брал. Где же справедливость?!

Между тем с Робертом — интеллектуальным, любознательным, но выросшим практически в изоляции, произошла довольно банальная трагичная история. Психологам известно, если воображение подростка не получает достаточных переживаний, свежей информации, эмоций, то нарушается равновесие в его психической деятельности. Подросток, как утверждают медики, физиологически не переносит сенсорного голода. Это возраст бурных и неустойчивых эмоций, когда “скука” совершенно непереносима, покой и тишина ненавистны: если дома престарелые или больные, нуждающиеся в тишине, подросток бежит из дома. Жажда новых ощущений, переживаний, представлений, нового опыта в этом возрасте так остры, потребность в ярких ощущениях так неутолима, что погоня за сильными эмоциями искажает поведение, делая его подчас опасным для окружающих.

Казалось бы, тяга к новому, любознательность, бесстрашие — самые положительные свойства природы, основа развития жизни. Знаменитый французский естествоиспытатель, физиолог Клод Бернар заметил однажды: “Кто не знал мук неизвестного, тот не поймет наслаждений открытия, которые, конечно, сильнее всех, какие человек может чувствовать. Но по какому-то капризу нашей природы это наслаждение, которого мы жадно искали, проходит, как скоро открытие сделано. Это похоже на молнию, озаряющую нам далекий горизонт, к которому наше ненасытное любопытство устремляется с ещё большим жаром. По этой причине в самой науке известное теряет свою привлекательность, а неизвестное всегда полно прелестей”.

Слава, успех разве не сродни тем острым ощущениям, которых жаждет подросток и оказывается беззащитен перед своими “превосходными” свойствами?

Да только ли подросток? В Новосибирске нашумела история с метадоном: это один из самых зловещих, разрушительных наркотиков, синтезированных в фашистской Германии и запрещённых в большинстве стран к применению в любых формах и даже к производству. И вдруг специальные службы выясняют: новосибирский химик из Академгородка

самостоятельно, в лабораторных условиях, синтезировал метадон и передал его в значительном количестве для продажи мафии. Говорят, он хотел помочь человеку, который мог выйти из наркозависимости только с помощью метадоны, но, видимо, кроме прочих соображений, выиграло ещё и неуёмное тщеславие, всепреодолевающая — даже здравый смысл — тяга к изобретению, к собственному открытию. И уж если перед этой всепоглощающей силой не устоял доктор наук, отец двоих детей, какое же внутреннее сопротивление нужно подростку, незащитному перед бурей чувств! И на что ему в этом противостоянии опереться сейчас, когда он не пионер, не комсомолец, не верующий, не патриот, не коллективист, а чаще всего потерявшийся под натиском “реформ”, в хаосе дикого рынка “индивидуалист” — неуверенный в себе туземец нового тысячелетия.

Он выходит из школы, так не похожей на жизнь, в пространство всеобщей дикости и безнравственности, оказывается один на один с его волчьими законами. Страх перед будущим дополняется самым невротизирующим, травмирующим психику “достижением” современной социально-политической и общественной ситуации — полным неверием никому и никому, отсутствием авторитетов, размытыми ориентирами поведения. Студенты младших курсов нынче похожи на хунвейбинов: ниспровергают любые истины, не успевают их услышать. Ещё меньше, чем педагогам, молодежь, особенно подростки, склонна верить власти. Никому из них не придёт в голову обратиться за защитой в милицию или в социальные учреждения, созданные для экстремальных ситуаций.

“Почему?” — спрашивала я у десятков подростков. “Что я, дурак, что ли?!” — отвечали мне снисходительно. “В милиции служит брат (кум, сосед) бандита или наркоторговца, милиция во взятках и поборах погрязла, зачем я к ним пойду?” — разъясняют мне с иронией. Думаю, что это самое страшное: не верим газетам, учителям, властям, законам, заявлениям президента”...

В таких необычных условиях обычные методы воспитания, тем более профилактика наркомании среди школьников старыми методами, не срабатывают. Мышление подростков стало не просто критическим, отношение к нотациям саркастичным, но и воинственно-агрессивным. Мне довелось присутствовать на коллективном просмотре “пропагандистского” фильма в школе — речь шла об ужасах наркомании. Фильм вызвал только насмешки, издевательские реплики в адрес не слишком изобретательного оператора и занудного дикторского текста. Да и таких-то фильмов в школах нет, как нет и специальных знаний у большинства педагогов. Что же делать? Спрятать голову под крыло или искать новые маршруты, новые способы антинаркотической пропаганды?

“Не наши дети”

В новосибирской молодёжной газете рассказывалось о ситуации, на первый взгляд, мало вероятной: в следственный изолятор к своему знакомому — начальнику учреждения — обратился со странной просьбой крупный чиновник: “Поддержи, мол, у себя пару месяцев моего парня, не помогают ни ремень, ни домашний арест, ни лечение в стационаре, где подростков держат не более двух недель, — “варит ханку” на квартире одноклассника, всё тащит из дому... Возьми его, спрячь за казенными стенами”, — отец глухо рыдал, слабо веря в счастливый исход...

Это история хорошо обеспеченной, по всем официальным параметрам благополучной семьи. А что же испытывают те тысячи детей, подростков, семьи которых существуют весьма формально или весьма условно? На эти ли семьи и на нашу ли жизнь рассчитаны педагогические программы и учебники?

Писатель Виктор Астафьев глубоко проанализировал логику поступков и чувств подростков в своём художественном творчестве и в публицистике. В статье “Стержневой корень” он с благодарностью пишет о воспитателе детского дома, который ломал в нём, мальчишке, “чувство самоуничтожения, бросовости, сорности моей, которое смогли внушить мне мои родители — отец и мачеха, учителя в школе, разного рода покровители-благодете-

ли, которые на коротких, но уже витых путях-перепутьях кормили меня корёным хлебом, не жалея при этом назидательных слов вперемешку с упрёками. А назидания, они, как харчки в душу, страшнее брани, больнее ударов под дыхало, беспощаднее пинков сапожищами на базарных и вокзальных площадях, где “учат” воришек-беспризорников “уму-разуму” туполобые, звереющие от детской незащитности пьяные мужики и торгоши”.

И дальше кровью сердца написанные всем воспитателям, всем взрослым слова-завещание: “Легко, очень легко загнать в угол малого человека, легко смять его душу, выявить в нём озверение, вызвать “огонь на себя” и за это за всё уконопатить его затем в исправительно-трудовую колонию, считая дело оконченным”.

Почти библейский текст, от которого, к сожалению, жизнь и сегодня не отступила ни на шаг...

Поэтому свой первый откровенный разговор с подростками о причинах, подтолкнувших их к наркотикам, я начала именно в колонии для несовершеннолетних, осуждённых за особо тяжкие преступления против личности — изнасилования, убийства. Самого младшего, ангельского вида мальчика перевели в новосибирскую колонию из Свердловского специального интерната — он сирота: убил собственную бабушку...

...Сначала мы слушаем песни Высоцкого. Потом говорим о нём. Для людей, которые почти не читают, они удивительно осведомлены о поэте.

— Его убили наркотики, — говорит тихий мальчик с морковным румянцем.

— Много ты понимаешь! — с апломбом “осаживает” его мрачный молодой человек богатырского вида. — Наркотики сделали его гением! Жена его и приучила, а ей-то ничего не делается, в кино снимается, замуж выгодно вышла. Мать мне рассказывала — была одна знаменитая певица, песни душевные пела, так она до старости на сцену под героинном выходила. Да все эти музыканты на игле сидят, а никто не умер. Надо просто дозу свою знать — и всё.

Пробую подать реплику, но текст, язык этой драмы плохо мне знаком (думаю, большинству педагогов — тоже).

— Да наркотики употребляют уже пять тысяч лет! Если б они были вредны, человечество бы давно вымерло! А в исламе жизнь с опиухой, да и все вокруг травку курят, ни одного не знаю, кто бы наркотиков не пробовал, жил бы без наркоты, — оппоненты забивают меня жизненной эрудицией. Ясно: они знают о наркотиках больше любого учителя, а может, и врача. Готовы ли мы, педагоги, к дискуссиям с такими “эрудитами”?

В колонии человек 500. Все они попробовали уже не один наркотик, большинство не раз лечилось. Безуспешно. “Колеса” продолжают хождение и здесь — иногда в качестве “валюты”. Не помогают никакие обыски и штрафы. Как-то протащили в колонию героин, спрятав пакетик в хвосте лошади.

...То ли песни Высоцкого их настроили на откровенность, то ли мой искренний интерес к каждой судьбе (а их не проведёшь — фальшь чуют за версту), но говорят они охотно, подробно. Рассказывают, как впервые попробовали наркотик и не смогли избавиться (хотя никто в этом не сознаётся: “захочу — брошу, но без них скучно”), называют места и способы получения наркотиков — всё невероятно доступно: это зелье можно купить у проводников вагона, у так называемых “глухонемых”, якобы торгующих литературой по вагонам, купить отраву прямо у метро, у человека с табличкой “Скупаю золото и ордена”, можно — в вагонном депо, можно — на аптечном складе у грузчиков, можно...

Труднее сказать, где нельзя. Такова сеть наркомафии.

Их судьбы, их ответы ещё раз подтверждают то, что давно обобщено наркологами: причин обращения к наркотикам великое множество, но они вполне поддаются классификации. Здесь и отягощенная наследственность, и социальное наследование поведения, семейных традиций, и неблагополучные семьи, и криминальная среда, и частая смена места жительства, школы, классов, а то и родителя (мальчик с морковным румянцем рассказывает: “У меня сменилось три отчима, последний был голубым, давал мне водку со снотворным”), стрессовые ситуации, наличие у детей больших сумм денег, иногда и зара-

ботанных на мойке машин, на продаже газет, неуспеваемость в школе, нервно-психические заболевания в детстве, агрессивность и конфликтность, и одиночество, одиночество, одиночество. Причины известны. Вроде бы их должно стать меньше: в школах введены ставки психологов, социальных педагогов. Но эти службы, как и всё общество, ещё только набирают силы.

— Был ли у тебя друг среди взрослых — честный, добрый? Был ли у тебя в школе учитель, кому ты полностью доверял, мог рассказать всё без утайки? Кто-нибудь из взрослых тебя понимал? — я задаю эти вопросы снова и снова десяткам подростков, словавшихся в 12–14 лет, и слышу то горькое, то насмешливое, то резко враждебное: “Нет!”

И снова вспоминаю Астафьева, утверждавшего, что для добрых всходов подростку нужен хотя бы один добрый человек среди взрослых.

По записям в книге благодарности, по разговорам с воспитанниками колонии можно судить, что большинство из них только здесь, за колючей проволокой, обнаружили человеческую доброту, милосердие и великодушие — в особой школе колонии. Здесь их не спрашивают о прошлом, не корят пережитым ужасом, пытаются, как могут, создать в школе хотя бы видимость семейного уюта, видимость дома, убежища, где каждого принимают и ждут на урок. Но вот в своём родном доме ждут далеко не каждого. Тем более — в обычной общеобразовательной массовой школе...

Как-то в “Учительской газете” я рассказала о трагичных судьбах подростков, оказавшихся в этой колонии, назвала имена и адреса. Дело было перед Рождеством: в колонию хлынул поток посылок. Часто анонимных, сердечных писем; новосибирское отделение общества “Блокадник” собрало десятка два посылок и направило свою делегацию — бывших фронтовиков — к подросткам-заклужённым для сердечного, но и жёсткого, мужского разговора. Много удивительных людей отозвалось милосердным поступком: традиции благотворительности и милосердия всегда были сильны на Руси. Не отозвались только школы...

Ни с Новым годом, ни с днём рождения этих ребят никто не поздравляет. Даже открыткой или запиской. Вычеркнуты из жизни в 15 лет!

— Да ведь это же не наши дети! — искренне возмущился высокий чиновник от образования. — Ни одного нашего школьника туда не посадили.

Верно: осуждены все эти подростки были тогда, когда их уже исключили или психологически выдавили из школы. Формально они были уже не школьниками, а “уголовниками”, числились не по Министерству образования, а по Министерству внутренних дел. Причём в изгнании ученика из школы любым способом многие “лично-ориентированные” педагоги и директора так поднаторели, что лишь прокуратура способна доказать неправомерное деяние иного руководителя школы. Мне трудно было поверить своим глазам, когда в классном журнале против фамилии девятиклассницы, которую уговорили “добровольно покинуть школу”, задним числом даже другой ручкой (а чего стесняться? кого бояться?) были вписаны “двойки” и прогулы... То же происходит сегодня и с подростками, которым грозит наркомания; гораздо проще выгнать и объявить: “У нас никто наркотики не употребляет”.

В 1995 году Международный комитет по наркотикам привёл такие данные: в России шесть миллионов наркоманов, миллион из них — подростки. А кроме того, около двадцати миллионов россиян хотя бы раз пробовали наркотики, из них пять миллионов — школьники. Большинство экспертов считают, что официально зарегистрированное число употребляющих наркотики людей надо умножать на 10–15: столько новых жертв вербует каждый наркоман...

И что же: эти миллионы несчастных и опасных для себя и для общества — все “не наши дети”? Чьи же?

“Магистр” ищет варианты

Несколько лет назад в Новосибирске по инициативе неординарной, талантливой подвижницы детства и здоровья населения Нины Александровны Скляновой, доктора медицинских наук, члена-корреспондента Академии медицинских наук, при своевременной и активной поддержке городского управления образования мэрии создано необычное учреждение — Центр образования и здоровья “Магистр”. Он учит детей и взрослых здоровому образу жизни, а педагогов и организаторов образования — тому, как этот образ жизни выстраивать.

Одной из первых задач Центра стало выявление по школам и больницам детей группы риска и работа с ними. А параллельно — научное исследование проблемы силами учёных, поиск вариантов помощи подросткам — силами врачей, педагогов, психологов. Естественно, одной из важнейших задач стала профилактика наркозависимости среди подростков. Работали напряжённо, коллективно, врачи и психологи проводили лекции, беседы, пресс-конференции и брифинги для прессы, делали передачи по телевидению и радио, организовывали ежегодные месячники “Молодёжь против наркотиков”. Но... армия наркоманов росла. За 1993–1996 годы в Новосибирской области число подростков, взятых на учёт в наркологические диспансеры, возросло в 2,5 раза. А в прошлом году на 130 процентов выросло число “новичков”, впервые зарегистрированных детей и подростков с тяжёлой наркотической зависимостью.

— По нашим данным, более 130 первоклассников колют наркотики, — сообщила родителям психолог Елена Николаева, предупреждая о том, что особую опасность для подростков представляет... близость университета, где “экстази” и марихуана наркотиками не считаются. А уж что там студенты изобретают сами, неизвестно — до суда. Известно, например, что студенты-химики МГУ производили опасный триметилфентанил по заказу азербайджанской мафии. В Санкт-Петербурге в Петродворце юные химики синтезировали на продажу ещё более страшный наркотик — фенциклидин, разовая доза которого 0,002 г вызывает непреодолимую зависимость и может привести к летальному исходу уже через год.

Особенно много привозят в Новосибирск героина “живые контейнеры”-гонцы, что, по их словам, заставляют делать под угрозой автоматов и уничтожения семьи. Прошли суды над медсестрой, снабжавшей наркотиками подростков психоневрологического отделения, над учителем обществоведения, который с помощью школьников распространял наркотики под предлогом нужды в деньгах на лечение больной матери (этим оправдываются почти все торговцы наркотиками).

Чудовищная атака наркобизнеса на детей привела к тому, что наркотиками торгуют прямо в школьном туалете. Уборщицы выгребают оттуда разовые шприцы даже в охраняемых школах. Никакие угрозы и запугивания не помогают. Всё это заставило специалистов “Магистра” искать нетрадиционные пути профилактики, лечения, воспитания.

Несколько лет в Новосибирске существуют детские койки для лечения несовершеннолетних, попавших в тяжёлую наркозависимость. Раньше их лечили не меньше двух месяцев. За это время они выпадали из учебного процесса, утрачивали навыки учебного труда, общение же только с больными, да ещё в изоляции, приводило к самым невесёлым последствиям. Теперь используются другие методики, и пребывание подростка в стационаре считается целесообразным только первые две недели, пока снимаются физические страдания, идёт очищение и восстановление организма. Затем следует реабилитация, поскольку не исчезает психологическая зависимость (врачи называют её психической).

Часть наркологов стала рекомендовать самый жёсткий режим общения с таким больным — вплоть до разрыва семейных связей: пусть опускается до самого дна, если сможет осознать, оттолкнуться — выплывет... Появились даже публикации такого толка в печати: не верьте, не жалейте, не помогайте...

Иной точки зрения придерживается известный новосибирский нарколог Александр Иванович Мочалов, считающий, что одна медицина с проблемой не справится: нужна ин-

дивидуальная профилактика, работа с семьёй, школой, общественностью. Реабилитация же должна проходить не в больнице, а в условиях здорового образа жизни, в здоровом общении, в деятельности, в учёбе. Его идеи горячо поддержала профессор Склянова и главный специалист городского управления образования Людмила Александровна Черкашина, талантливый педагог и организатор. Так в структуре Центра здоровья и образования “Магистр” родилась лаборатория профилактики наркозависимости школьников.

— И профилактика, и реабилитация должны строиться индивидуально, грамотно, чтобы не навредить, как это нередко происходит, когда за дело берутся люди старательные, добросовестные, но неосведомлённые, неопытные, — считает Александр Иванович. — Задача должна решаться комплексно, не только наркодиспансером, а в сотрудничестве с семьёй, школой, социальными службами... Наркомана нельзя вылечить раз и навсегда, возможна лишь ремиссия, иногда довольно длительная; сделать её стойкой, надёжной вполне возможно, но нужны общие усилия.

В Новосибирске возникло несколько частных центров по лечению наркомании. Началось движение по защите подростков от наркотиков в среде самих наркоманов, пытающихся избавиться от наркозависимости и оградить от этой опасности общество. Здесь свои проблемы — нередко такими защитниками детей выступают группы, защищающие одновременно и права “сексуальных меньшинств”. Словом, очень-очень всё сложно в этой проблеме.

Но “Магистр” ищет варианты научного её решения, ищет союзников среди врачей, педагогов, интеллигенции. И надо сказать — все живо откликаются на просьбу, например, Нины Александровны, прочитать лекцию или принять участие в научно-практической конференции. Академик Казначеев, известный сибирский хирург Огиренко, генетик Лисиченко, многие другие учёные выступают перед учителями и родителями бескорыстно, как верные Отечеству люди, объединённые общей бедой. Сейчас “Магистр” получил в свою собственность первый этаж жилого дома по улице Шамшурина, 6. Здесь вокруг проблемы наркозависимости подростков и детей объединились медико-педагогическая комиссия, психологи, социальные педагоги, психиатры и психоневрологи, врачи и массажисты, тренеры и методисты, учёные Новосибирской медицинской академии, педагогического университета, Института повышения квалификации и переподготовки работников образования с кафедрами коррекционной педагогики и социализации личности, а также Институт медицинской кибернетики со своими лечебными компьютерными играми...

С учётом мирового опыта, новых знаний и подходов здесь консультируют и обучают на курсах и семинарах учителей, школьных врачей, социальных педагогов, школьных психологов, завучей, организаторов воспитательной работы, валеологов и руководителей органов управления образованием. Свои программы — для детей группы риска и их родителей. Раньше сюда их направляли комиссии по делам несовершеннолетних и врачи наркодиспансера, теперь люди приходят сами — решать пока ещё неясные, нечётко сформулированные, но тревожные проблемы, обращать внимание на которые научил их “Магистр” во время встречи на собраниях в школах.

Дети группы риска подвергаются здесь тестированию и диагностике, получают комплексные консультации специалистов, выявляющих причину неустойчивости ребёнка, его проблемы; предлагают способы их решения на базе здоровых детских коллективов и в самом “Магистре”. Кроме традиционного здесь можно пройти курс лечения красотой и творчеством при поддержке психотерапевтов и тренеров. Музыкальная терапия — при совершенной современной аппаратуре, специальная хореография в танцевальном классе, кинезотерапия и лечебная гимнастика, массаж, спорт, собственное художественное творчество — всё это методики, возвращающие подростков к здоровой, нормальной жизни, противостоящей наркотикам. Неформальная, нетрадиционная организация самого Центра призвала к творчеству и врачей, и психологов.

Несколько интересных методик и пособий для врачей и учителей вышли довольно большими тиражами. Лаборатория ищет новые пути профилактики и реабилитации не на

базе психиатрических лечебниц, как бывало раньше, а на базе школ и детских организаций — ведь детей невозможно делить на “наших” и “не наших”, они не признают никакой изоляции, живя по своим законам общения.

Беда школы — отсутствие эффективных методических и дидактических пособий по профилактике наркозависимости и реабилитации. И вот новосибирцы издали такое пособие — “Профилактика наркозависимости в школе” под редакцией известного психиатра, доктора медицинских наук, популяризатора научных знаний Цезаря Короленко. Сборник содержит прекрасные методические разработки, медицинские сведения, исторический и справочный материал, анкеты, опросники, технологию профилактики в школе, серию уроков здоровья, рекомендации нарколога, психолога, педагога, врача — родителям, детям, учителям, тем, кто решил включить материалы пособия в уроки химии, математики, биологии, экономики, литературы. Словом, пособие позволяет осуществлять интегративный, комплексный подход. В нём есть даже словарик: сленг, на котором говорят наркоманы. Эти сведения позволят учителю понять разговор тех, кто приближает себя к объятиям “белой смерти”, но остаётся неопознан ни семьёй, ни школой — конспирации наркоманов мог бы поучиться агент 007. В приложениях к пособию даны симптомы наркотического опьянения тем или иным наркотиком, памятки учителю, родителю, ученику. Список литературы о профилактике наркозависимости. И ещё многое, что делает пособие ценным для любого преподавателя, врача, классного руководителя и социального работника. Может, кое-где авторы злоупотребили сугубо медицинской научной терминологией, но это дело поправимое — можно дать сноски, а можно таким образом стимулировать расширение кругозора педагога за счёт самообразования. Но эффективнее было бы разъяснить все термины, учитывая, что наркотики хлынули уже и на село, а сельскому учителю до научной библиотеки не добраться.

Пособие уже активно “работает”, его запрашивают соседние города.

— Острых, глобальных проблем в профилактике немало, — говорит руководитель лаборатории Александр Иванович Мочалов. — Среди них одинаково болезненны и лавинообразный рост рынка, выбрасывающего всё более опасные наркотики, и мягкое, несовершенное законодательство, молчаливо позволяющее этому рынку расширяться, и отсутствие методических материалов и программ в самих школах, и неосведомлённость врачей и учителей, не говоря уж о родителях... Журналистские материалы, телепередачи чаще романтизируют и пропагандируют наркотики, чем служат профилактике. Впрочем, здесь важно не запугивать, а грамотно, скоординированно действовать, не оставляя детство в вакууме, но и не допуская гиперопеки учителя и семьи. Однако для таких действий общество, видимо, ещё недостаточно осознало гибельность и тотальность накрывшей всех нас беды...

Ознакомьтесь с рекомендациями Цезаря Короленко детям, родителям, учителям.

Информация для учителя

Очень важны доверие и открытость между учителем и учениками.

— Желательно создать такие условия, чтобы дети могли свободно обсуждать свои чувства, не боясь осуждения со стороны учителя или сверстников.

— Следует избегать стремления подавить самостоятельность учащихся в формулировке и высказывании суждений.

— Нужно помнить, что обсуждение проблем алкоголизма и наркомании в семье может быть травмирующим для детей, чьи родители алкоголики или наркоманы.

— Постарайтесь не слишком акцентировать некоторые части программы за счёт других. Каждый урок — важная часть целого.

— Избегайте длинных обсуждений “уличных” наркотиков. Некоторые ученики могут заинтересоваться “магическими грибами”, “ангельской пылью” и др. Предпочтительнее обсуждать, как влияние окружающих сказывается на употреблении наркотиков, какие чувства это вызывает, как с этим бороться.

— Связывайте каждый урок с темой принятия решений, так как тема одного урока вытекает из другого.

Правила “мозгового штурма”

1. Никого не прерывать. Не выражать никакой негативной оценки. Принимается каждая идея.

2. Количество, а не качество, чем больше идей, тем лучше. Качество — это вторичный продукт количества.

3. Развивайте идеи, высказанные кем-то другим. Используйте чужие предложения. Это помогает людям работать как команда.

4. Поощряйте крайние идеи. Часто большое решение имеет своим истоком новый и творческий подход к проблеме.

5. Записывайте каждую идею. Запишите ключевое слово или фразу каждой идеи, которая была предложена, так, чтобы все их могли видеть.

6. Установите лимит времени. Решите, какой должен быть лимит времени, и останавливайтесь, как только время истечёт. Это освобождает вас от тенденции стремиться отыскать бесспорное решение прежде, чем закончите работу.

Если подростку предлагают наркотик, научите его отказываться.

50 способов сказать “Нет”

1. Спасибо. Я буду рад этим воспользоваться, как только мне это понадобится.

2. Я больше в этом не нуждаюсь.

3. Я не курю.

4. Не похоже, чтобы мне сегодня стало от этого хорошо.

5. Я не собираюсь загрязнять организм.

6. Я не в настроении, поэтому не хочу сегодня это пробовать.

7. Не сегодня (или не сейчас).

8. Я не думаю, что мне стоит это начинать до тех пор, пока я не буду иметь своих денег.

9. Нет, не хочу неприятностей.

10. Сейчас не могу. Моя мать нюхает меня, когда я прихожу домой.

11. Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.

12. Мои родители меня убьют.

13. Я таких вещей боюсь.

14. А почему, как ты думаешь, эту штуку называют дурманом?

15. Когда-нибудь в другой раз.

16. Эта дрянь не для меня.

17. Нет, спасибо.

18. Если тренер узнает, он заставит меня бежать 20 кругов.

19. В последний раз, когда мать застала меня за курением, мне не давали денег 6 месяцев (2 года и т.д.).

20. Меня посадят на мель, если плохо буду следить за своей маленькой сестрой; ненавижу думать о том, что случится, если мама застанет меня за курением (выпивкой и т.д.).

21. Нет, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.

22. Не думаю, что я достаточно об этом знаю.

23. Нет, спасибо, я дождусь, пока мне это будет разрешено законом (по возрасту).

24. Ты надо мной смеешься. Меня не выпускают из дома, даже если от меня пахнет сигаретным дымом после того, как я был рядом с курящими людьми.

25. Нет, спасибо. У меня и так ужасные оценки.

26. Я за витамины!

27. Нет, спасибо, препаратов не хочу.

28. Я и без этого превосходно себя чувствую.

29. Нет, спасибо, у меня завтра контрольная работа за четверг, мне сегодня вечером надо подготовиться.
30. Нет, спасибо, у меня на это аллергическая реакция!
31. Я вчера поздно лёг спать, у меня и без этого красные глаза.
32. Нет, я за рулём.
33. Нет, мне понадобятся все мозги, какие есть.
34. Нет, спасибо, это опасно для жизни.
35. Я пытаюсь сколотить легкоатлетическую команду, и я слышал, что дым вредит лёгким.
36. Ты с ума сошёл (сошла)?! Я даже не курю!
37. Эти химические радости не для меня.
38. Нет. Я это пробовал не один раз, и мне это не понравилось.
39. Мне не хочется умереть молодым.
40. Нет, я и так много воюю со своими родителями.
41. Нет, когда-нибудь я захочу создать свою здоровую семью.
42. Нет, спасибо, я только что прочёл статью о вредных эффектах этого.
43. Я хочу быть здоровым.
44. Это мне ничего не даёт.
45. Сейчас аллергический сезон, и у меня и без этого красные глаза.
46. Нет, спасибо, я слышал, что от этого глаза краснеют.
47. У меня завтра большая контрольная, и я хочу хорошо запомнить то, что сегодня буду учить.
48. Я начинаю вести себя глупо, когда курю (пью и т.п.).
49. Меня до сих пор контролируют, после того как мама в последний раз поймала меня за этим, а это было 2 года назад!
50. Я цыплёночек? Где ты видишь на мне перья?

Об алкоголе

1. Алкоголь — наркотик, влияющий на нормальное функционирование тела. Это депрессант, замедляющий процессы в организме.
2. Это наиболее старый и вызывающий наибольшую зависимость наркотик в мире.
3. Имеются предсказуемые, хотя и варьирующиеся, физические эффекты для каждого, кто пьёт алкоголь. (По этой причине для обвинения при вождении автомобиля законом установлен определённый уровень содержания алкоголя в крови.)
4. Именно этот наркотик является вызывающим интоксикацию компонентом, присутствующим во многих веществах (включая вино, прохладительные напитки с вином, пиво, хлебную водку, водку, джин, ром, большинство средств от кашля, некоторые бальзамы для полоскания рта, пищевые экстракты и некоторые патентованные снотворные лекарства).
5. Алкоголь воздействует на многие органы тела и их функционирование.

Задача № 1. Найти занятия, которые отвлекали бы подростка от наркотиков:

— спорт, искусство, литература, производственная деятельность, туризм и т.д. **Сами подростки отмечают, что видят причину развития наркомании в незанятости досуга, отсутствии возможности самореализации, одиночестве.**

Для предотвращения наркомании учителям целесообразно вести работу в четырёх направлениях:

1. *Прививать учащимся самостоятельность в поступках.*
2. *Формировать убеждение о вреде наркотических веществ, огромной опасности их употребления.*
3. *Осуществлять текущий антинаркотический контроль.*
4. *Создавать микроклимат в коллективе всех участников образовательного процесса (педагоги, учащиеся, родители), где на деле осуществлялся бы принцип здорового образа*

жизни.

Самостоятельность в поступках необходимо воспитывать потому, что подросток может знать о вреде и опасности, но не в состоянии противостоять давлению приятелей, компании.

Важным условием самостоятельности поведения и устойчивости к давлению группы является формирование целостной “Я-концепции”, гармоничного соотношения целей и потребностей. Употребление наркотиков часто начинается в условиях дефицита внимания, психологической безнадзорности, особенно если она сочетается с гиперопекой, когда подростку буквально шагу не дают ступить самостоятельно. В условиях гиперопеки у ребёнка не формируются и не закрепляются навыки самоконтроля и саморегуляции. И при ослаблении контроля старших он оказывается дезориентированным в своём поведении. Ограничиваемый в своей активности ребёнок не приобретает собственного жизненного опыта, не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет.

У одних подростков такое воспитание подавляет инициативу, у других, более активных, ведёт к импульсивным немотивированным действиям, у третьих — к скрытности, стремлению обмануть взрослых. **Формируя убеждение о вреде наркотических веществ, нужно постоянно помнить, что нельзя работу строить на методах запугивания, без глубокого разьяснения проблемы, иначе будет лишь сиюминутный эффект.**

Конечно, в просветительной работе не следует давать подробные сведения о наркотиках, о том, где и как они произрастают, как их изготавливают. Профилактическую работу с подростками следует вести педагогически мудро. Особенно важно раскрыть влияние наркотиков на мозг и подчеркнуть, что процессы, происходящие в организме, во многом аналогичны тому, что происходит при психических расстройствах. Важно донести до сознания подростка, что порабощённость наркотиками ведёт к утрате жизненных перспектив, деградации личности. Убедить в том, что нет неразрешимых проблем и безвыходных ситуаций.

г. Новосибирск