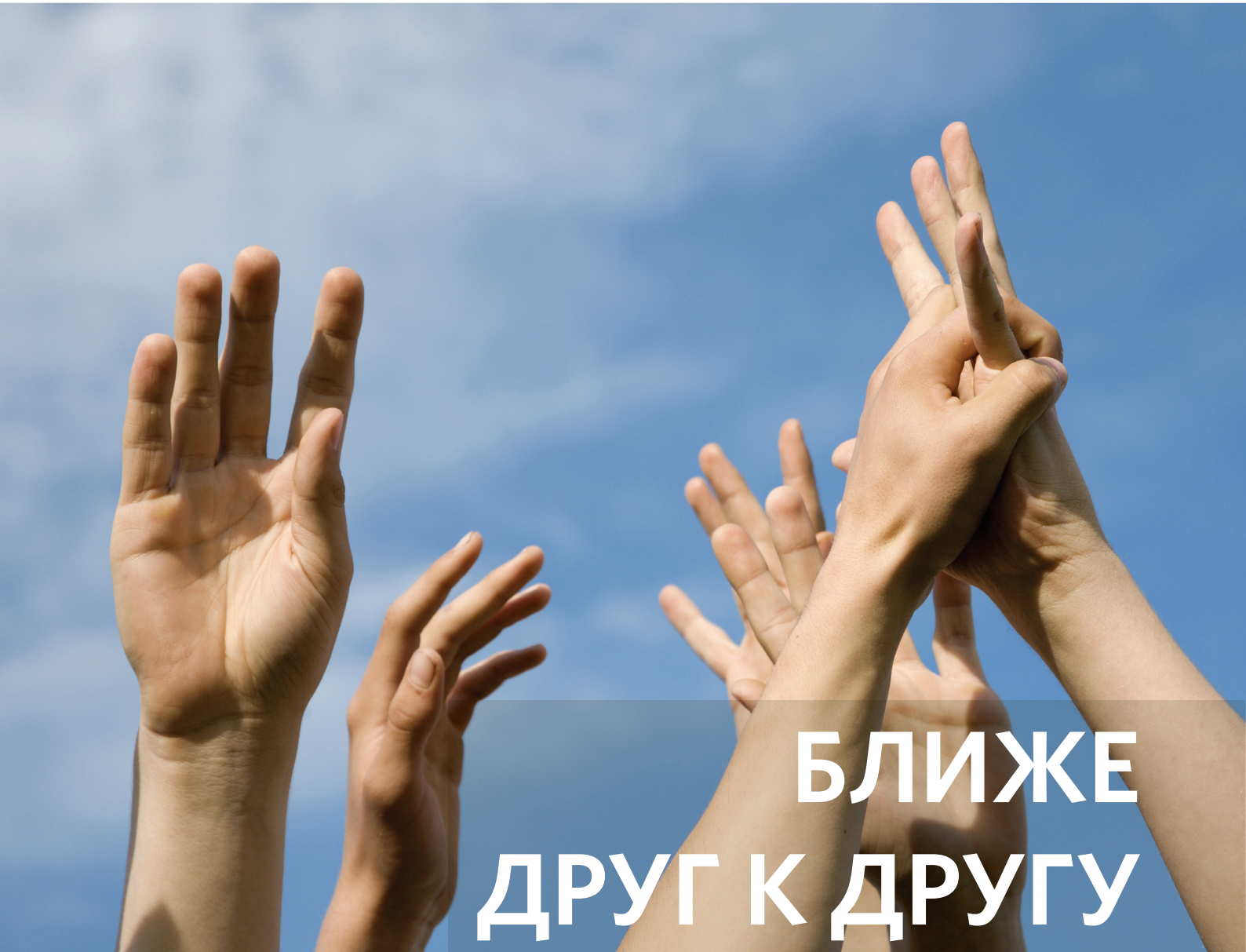




БЛИЖЕ ДРУГ К ДРУГУ

– дальше от вредных привычек

ПРОГРАММА

занятий с родителями

Астана, 2016

Информация для учителей

Программа занятий для родителей “Ближе друг к другу - дальше от вредных привычек” была разработана в рамках 6 фазы программы по предотвращению наркозависимости в Центральной Азии (CADAP 6), финансируемой из средств Европейского Союза. Программа CADAP 6 реализуется на основании соглашения между ЕС и Правительством Казахстана. Цикл занятий для родителей “Ближе друг к другу - дальше от вредных привычек” был разработан совместно европейскими экспертами и экспертами из Казахстана. Занятия проводятся в согласовании с Министерством Образования и Науки Республики Казахстан и Местным Акиматом.

Вступление

Конструктивные взаимоотношения в семье и адекватная реакция родителей при воспитании детей являются одним из важнейших защитных факторов, позволяющих предотвратить употребление психоактивных веществ и пресечь модели рискованного поведения у подрастающего поколения. Родители, которые заботятся о безопасности и здоровом развитии своих детей, умеют разговаривать с ними и оказывать эмоциональную поддержку в трудных ситуациях, обеспечивают дома дисциплину без насилия, объясняют, как дети должны соблюдать установленные правила и какие моральные и нравственные ценности функционируют в семье, а также присматриваются к тому, с кем и как ребенок проводит свое свободное время.

Например, наблюдение родителями за поведением подрастающего ребенка в свободное время и оказание ими поддержки при решении текущих проблем, могут быть противовесом для отрицательного влияния «трудных» сверстников в школьной среде или во дворе. Таким образом, родители могут ограничить развитие моделей рискованного поведения у своего ребенка, в том числе: агрессию, курение сигарет, употребление алкоголя или наркотиков.

Общая цель занятий

Целью занятия является формирование у родителей умения вовремя заметить угрозы, которые подстерегают подростков, в том числе: курение, употребление алкоголя или наркотиков.

Подробное описание целей занятий

- Укрепление у родителей умения следовать тем семейным правилам, которые могут предотвратить употребление психоактивных веществ их детьми и предостеречь их от различных опасностей переходного возраста
- Укрепление у родителей умения замечать предупредительные сигналы, которые могут свидетельствовать о появлении попыток экспериментов с психоактивными веществами.
- Углубление знаний родителей на тему психоактивных веществ, наиболее популярных в локальной среде (в городе/ стране)
- Предоставление родителям плана оперативного семейного вмешательства и выработка адекватной реакции на несоблюдение подростками установленных дома правил (например, курение сигарет, эксперименты с алкоголем или наркотиками)
- Предоставление родителям широкой информации о специализированной помощи для молодежи, злоупотребляющей психоактивными веществами
- Углубление знаний родителей на тему угроз, которые появляются в переходном возрасте, и подчеркивание значимости крепких семейных уз и совместного времяпровождения, как важнейшего защитного фактора.

План занятий

Программа занятий для родителей состоит из **цикла трех** 45-60 минутных встреч с родителями, организуемых в школах в дополнении к планируемому родительским собраниям. Оптимальным вариантом является проведение этих занятий с месячным перерывом. Такой промежуток времени между встречами дает родителям возможность без излишней спешки выполнить **домашние задания**, которые являются важным элементом этой программы.

Первый цикл 3 встреч для родителей в Казахстане

Цикл занятий охватывает следующие темы:

На первой встрече на тему: «Какие опасности нас подстерегают и что мы можем сделать», внимание родителей обращается на роль семейных правил и норм перед лицом появляющихся угроз и способы их соблюдения, а также предоставляется практическая информация **о том**, как вовремя заметить, что ребенок мог начать эксперименты с психоактивными веществами.

На второй встрече на тему «Чем больше знаешь, тем больше видишь и можешь помочь», родителям предоставляется актуальная информация **о психоактивных веществах**, способах так называемого оперативного семейного вмешательства и учреждениях, оказывающих помощь «трудной» молодежи.

Во время третьей встречи на тему «Период взросления - испытания для родителей» обсуждаются типичные трудности переходного возраста и подчеркивается особенное значение крепких семейных уз и совместного времяпровождения.

Условия проведения занятий

Необходимо позаботиться о неформальной и дружеской обстановке на встречах и побудить родителей к помощи в их организации. Очень важно, чтобы атмосфера на встречах была менее формальной, чем на плановых родительских собраниях. Можно по-другому поставить стулья и парты, сесть в круг или за одним столом с родителями, поставить столы в форме подковы. Можно вместе с родителями приготовить чай/кофе, если у школы есть на это средства и возможности.

Очень важно также приготовить соответствующее количество материалов, которые раздаются родителям (например, листовка, список моделей поведения, вызывающих беспокойство, описание домашних заданий и т.д.).

Телефоны «инструкторов

В случае вопросов по поводу встреч с родителями, обращайтесь, пожалуйста, к национальным инструкторам программы «Ближе друг к другу – дальше от вредных привычек».

Имя и фамилия	телефон	адрес электронной почты	рабочее место	рабочий адрес

ЗАНЯТИЕ I

Какие опасности нас подстерегают и что мы можем сделать?

Продолжительность (60 минут)

ОБЩИЕ ЦЕЛИ

1. Закрепить у родителей навыки следования правилам, которые помогут предотвратить различные угрозы, в том числе употребление психоактивных веществ среди детей.
2. Закрепить у родителей навыки правильного понимания и определения сигналов, которые могут свидетельствовать о том, что ребенок пробует наркотики.

МЕТОДЫ РАБОТЫ

- Лекция
- Дискуссия
- Практическая работа в подгруппах

НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

- флипчарт (+бумага и фламастеры для него) или обычная доска в классе;
- листы бумаги;
- ручки.

ПЛАН ЗАНЯТИЙ

Приветствие родителей и представление им целей и плана занятий (около 10 минут)

Цель

Введение в проблематику занятий, чтобы заинтересовать участников их темой. Информация о сроках, в которые будут проводиться две следующие встречи, и домашних заданиях, которые будут даны на первой и второй встрече.

Подробное описание

Ведущий (классный руководитель) приветствует родителей и благодарит за то, что они нашли время принять участие в занятиях*. Классный руководитель должен обеспечить дружескую атмосферу на занятиях. Можно, например, произвести перестановку парт и стульев в классе, сидеть за одним столом с родителями, поставить столы в форме подковы, предложить чай/кофе и легкую закуску к нему (конфеты, печенье). Очень важно, чтобы занятия проводились в «неофициальной», дружеской атмосфере и не были похожи на обычное родительское собрание, на котором обсуждаются оценки и успехи в учебе.

Внимание!

**Очень важно, чтобы у родителей не создалось впечатление, что они вызваны в школу из-за «плохого» поведения своих детей, и что только они должны пресекать поведенческие проблемы, появляющиеся у молодежи.*

Классный руководитель должен объяснить, каков повод организации цикла занятий (трех встреч с родителями), и сообщить, что их основной темой будет предотвращение поведенческих проблем детей и молодежи в подростковом возрасте, таких как, например, курение, употребление алкоголя или наркотиков, и роль родителей в этом процессе.

Классный руководитель также объясняет, как будет выглядеть совместная работа во время встречи. Он рассказывает, что это будут дискуссии в парах или обсуждения в небольших группах, а также беседы с родителями, в которых они смогут поделиться своим мнением.

Представление родителей друг другу (5 минут)

Цель

Интеграция группы так, чтобы участники занятий чувствовали себя в безопасности.

Подробное описание

Классный руководитель просит участвующих в занятиях родителей представиться в форме: „Я - Х Y, мама/отец Y” *

„Напомните, пожалуйста, как вас зовут, и как зовут вашу дочь/сына, который учится в этом классе”

После этого классный руководитель благодарит родителей за представление себя и переходит к следующему упражнению.

Практическое упражнение: „Правила и последствия” (20 минут)

Цель

Показать родителям необходимость установления ребенку определенных границ и объяснения последствий их несоблюдения.

Вступлением к этому упражнению является комментарий учителя. Классный руководитель может воспользоваться нижеприведенным комментарием.

КОММЕНТАРИЙ учителя

Детям, а в особенности подростком, необходимо установить границы – они должны следовать определенным правилам поведения. Эти правила являются указателем, как необходимо вести себя в жизни, что такое хорошо, а что такое плохо. Часто первыми правилами, с которыми знакомится ребенок, являются те, которые следуют из общих норм поведения или связаны с определенными традициями. Чаще всего эти правила касаются уважения старших, уважения личного пространства, неприменения насилия, домашних обязанностей, участия в семейной жизни.

Родители – это первые «учителя» ребенка, которые стоят на страже этих правил и определяют границы и последствия, которые грозят за их нарушение. Дети надеются, что, когда происходит что-то нехорошее, за этим последует реакция родителей, которые сумеют решить данную проблему. Дети хотят, чтобы родители были их союзниками, на помощь которых они могут рассчитывать в трудных ситуациях.

Если родители слишком уступчивы, а члены семьи не придерживаются определенных правил, то подростки не умеют вести себя в обществе и не в состоянии соблюдать общепринятых норм поведения. Если родители слишком суровы и жестко контролируют ребенка, не принимая во внимание его мнения, это провоцирует бунт и попытку демонстрации собственной независимости, борьбу со строгими правилами или постоянным контролем.

Очень важно точно определить, какие семейные правила действуют по отношению к детям, какие ко взрослым и какие являются общими для всех.

Подробное описание

Классный руководитель просит родителей поделиться на пары (это будут, например, родители, сидящие рядом) и просит, чтобы они обсудили правила поведения, которые приняты в их семье:

- **Какие правила должны соблюдаться детьми в вашей семье?**
(Например, приходить домой вовремя)
- **Откуда вам известно, что ваши дети понимают эти правила?**
(Например, на основании беседы с ребенком)

Родители записывают эти правила и нормы на листе бумаги. После этого, ведущий просит, чтобы несколько человек привело всем собравшимся примеры таких семейных правил (например, „мы всегда обедаем в... часов”; „мой ребенок должен приходить из школы вовремя”, „мы всегда сообщаем, куда мы идем и во сколько вернемся домой”). Правила записываются на доске.

После этого классный руководитель задает вопрос: **„Как ведут себя родители, когда ребенок нарушает установленные правила?”**

- родители предлагают свои способы реакции в таких ситуациях. Классный руководитель выслушивает их, после чего комментирует:

КОММЕНТАРИЙ учителя

*Молодежь должна отдавать себе отчет в последствиях нарушений правил и знать, что в таких ситуациях они будут **справедливо оценены**. Молодой человек хочет надеяться, что в случае неудачи, он столкнется не только с критикой и **отторжением**. Очень важно, чтобы родители были **гибким и надежным партнером** – вели себя так, как обещали, и умели признаться в собственных слабостях, ошибках и своем неведении. Последствия должны быть сформулированы как правила поведения. Ребенок необязательно должен с ними соглашаться, поскольку их устанавливают родители. Например: „Начиная с понедельника, я буду стирать только ту одежду, которая сложена в корзине для грязного белья”. Нарушение каждого правила естественным образом влечет за собой наказание, например, если ты не пришел домой вовремя, так как мы договорились, то в следующие выходные ты куда-то не пойдешь; если ты написал глупости или нарисовал что-то на школьных стенах, то ты должен их побелить и т.д.*

Чтобы наказание принесло эффекты, оно должно быть:

- известным заранее
- суровым, но не унижительным
- адекватным по отношению к «вине»
- немедленным (не растянутым во времени, по возможности должно наступить сразу же после нарушения правил)
- поэтапным – должно быть строже по мере необходимости и в соответствии с тяжестью вины
- понятным для ребенка – он должен точно понимать, за что он наказан

Чего следует избегать при определении наказания:

- мести
 - поощрения ненадлежащего поведения
 - угроз и обещаний, которых родители не выполняют
 - желания пристыдить виновного
 - акцентирования только наказаний и отсутствия похвал, если поведение ребенка заслуживает таковые
- Надо помнить, что наказание не может быть единственным средством воспитания. Очень важно награждать и хвалить ребенка, если он следует установленным правилам*

Практическое упражнение: «Что может свидетельствовать о том, что мой ребенок может пробовать курить сигареты, пить алкоголь или употреблять наркотики?» (20 минут)

Цель

Углубление осведомленности родителей на тему «предостерегающих сигналов» и разговор на тему роли родителей в профилактике опасных моделей поведения.

Подробное описание

Классный руководитель делит участников на три подгруппы*. Родители в каждой подгруппе совместно решают ту же самую проблему, только по отношению к разным «психоактивным веществам». Каждая подгруппа выбирает своего представителя (лидера команды), который представит ее предложения в общей дискуссии. Классный руководитель раздает каждой группе лист бумаги и ручку.

**Участников можно поделить на подгруппы по-разному. Можно попросить рассчитаться на «первый, второй, третий». После чего «первые» садятся с «первыми», «вторые» со «вторыми», а «третьи» с «третьими».*

Родители обсуждают вопрос **«Что может свидетельствовать о том, что ребенок:**

а) **курит?** (1 подгруппа)

б) **пьет алкоголь?** (2 подгруппа)

в) **употребляет другие психоактивные вещества?»** (3 подгруппа)

Свои наблюдения каждая подгруппа записывает на листе бумаги.

По окончании времени, предусмотренного на данное упражнение, классный руководитель просит каждую подгруппу представить результаты совместного обсуждения. Все остальные внимательно слушают выступления каждой подгруппы, а классный руководитель записывает на доске «сигналы» по следующей схеме:

Психоактивное вещество	Изменения в поведении	Изменения внешнего вида
Сигареты		
Алкоголь		
Наркотики		

В случае необходимости классный руководитель дополняет предложения родителей и делает выводы (комментарий).

КОММЕНТАРИЙ учителя

Каждый подросток пытается скрыть от взрослых, что он употребляет то или иное психоактивное вещество.

Но даже у очень осторожных молодых людей внимательный наблюдатель может заметить определенные признаки, свидетельствующие об их употреблении. Сначала таких признаков немного, но чем дольше молодой человек употребляет психоактивные вещества, тем больше появляется «предостерегающих сигналов».

Бывает, что когда у ребенка можно заметить первые симптомы курения сигарет или употребления алкоголя, то родители не принимают этого всерьез, поскольку им кажется, что такое не может случиться в их семье и с их детьми. Однако, необходимо помнить о том, что такие эксперименты часто ставятся подростками в переходном возрасте, поэтому очень важно, чтобы родители не игнорировали тревожных сигналов. Чем раньше родители начнут активно действовать, тем эффективнее будет помощь.

В некоторых случаях, если родители чувствуют, что они не могут помочь своему ребенку, следует обратиться к квалифицированному специалисту. Стоит помнить о том, что не все изменения в поведении ребенка связаны с употреблением психоактивных веществ. Их причиной могут быть проблемы в семье и школе, несчастная любовь, эмоциональные конфликты и многие другие. Таким проблемам также необходимо уделить надлежащее внимание.

Родители, контролируя ребенка, должны делать это достаточно незаметно. Не нужно пугать ребенка или обвинять его в чем-то без достаточных оснований. Это может вызвать протест и испортить взаимоотношения.

Окончание занятий (5 минут)

Подробное описание

В заключении классный руководитель:

Раздает дидактические материалы (Поведение, вызывающее беспокойство - Приложение № 1).

Дает домашнее задание вместе с инструкцией его выполнения

Приглашает родителей на следующие занятия, которые состоятся

Дидактические материалы

1. Приложение № 1 „Поведение, вызывающее беспокойство” (распечатка)
2. Приложение № 2. «Список Семейных Правил Безопасности».

Домашнее задание 1

1. Обсудите в семье установленные правила, которые связаны с безопасностью ваших детей и которые помогают предостеречь детей от курения, употребления алкоголя и наркотиков. При выполнении этого задания вам могут помочь идеи, которые обсуждались и были проверены в других семьях. Попробуйте выбрать, как минимум, три правила, с которыми вы согласны и внесите их в Список Семейных Правил Безопасности. Каждая семья может внести в список свои правила, которые не указаны среди предлагаемых правил (классный руководитель раздает родителям Приложение №2 «Список Семейных Правил Безопасности».
2. На следующую встречу принесите, пожалуйста, Ваш Список Семейных Правил Безопасности и приготовьтесь к тому, чтобы рассказать о вашем опыте и результате разговора с мужем или женой

ЗАНЯТИЕ II

Чем больше знаешь, тем больше видишь и можешь помочь

Продолжительность (60 минут)

ОБЩИЕ ЦЕЛИ ЗАНЯТИЙ

- Повышение уровня осведомленности родителей на тему психоактивных веществ, которые чаще всего употребляет молодежь в данном городе/стране
- Повышение уровня осведомленности родителей на тему так называемого домашнего вмешательства, т.е. реакции родителей в ситуациях нарушения детьми установленных правил (например, эксперименты с сигаретами, алкоголем или наркотиками)
- Предложение проведения беседы с детьми на тему психоактивных веществ.
- Основная информация об организациях, оказывающих помощь наркозависимым и их близким.

МЕТОДЫ РАБОТЫ

- Лекция
- Дискуссия
- Практическая работа в подгруппах
- „Снежный ком“

НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ: рабочие формуляры, фломастеры/ручки

ПЛАН ЗАНЯТИЙ

Приветствие родителей (5 минут)

Цель

Интеграция группы так, чтобы участники занятий чувствовали себя в безопасности.

Подробное описание

Ведущий (учитель) приветствует родителей (благодарит тех, кто пришел во второй раз, и тех, кто пришел впервые и т.д.). Напоминает о теме, которая будет продолжена на этих занятиях и касается курения среди молодежи, употребления ими алкоголя или наркотиков.

Учитель представляет подробный план занятий и спрашивает, не хотят ли родители высказаться по предложенной теме.

Проверка домашнего задания (10 минут)

Подробное описание

Учитель делит родителей на небольшие группы (по 4-5 человек). Задачей группы является обмен информацией на тему семейных Правил Безопасности и рассказ о беседах, проведенных с мужем/женой или другими членами семьи на эту тему дома.

В заключении, учитель спрашивает, сколько человек в каждой группе полностью выполнило домашнее задание.

Тех, кто не выполнил домашнего задания, он просит сделать это как можно скорее. Тем родителям, которые выполнили задание, он сообщает, что записанные ими правила безопасности еще пригодятся на занятиях, поэтому он просит их сохранить написанное.

Упражнение

„Оперативное семейное вмешательство” (20 минут)

Цель

Повышение уровня осведомленности родителей на тему основного фактора, предохраняющего ребенка от употребления психоактивных веществ (хорошие взаимоотношения в семье) и отвечающего за успех семейного вмешательства.

Необходимые материалы

Рабочий формуляр „План оперативного семейного вмешательства ” (Приложение № 3)

Подробное описание

Учитель объясняет, что родители попробуют обсудить и найти решение для выхода из трудной ситуации в семье, в которой ребенок начал употреблять психоактивные вещества. Раздаются рабочие формуляры (Приложение № 3), на которых представлена общая схема вмешательства. Участники внимательно читают предложенный план (необходимо дать им несколько минут на прочтение), после чего ведущий предлагает некую воображаемую ситуацию. Из присутствующих выбирается двое желающих, которые примут участие в короткой инсценировке*.

***Инструкция:**

Выберите двоих желающих: один из них будет матерью/отцом, а второй сыном/дочерью.

«Мать/отец» получает краткое описание воображаемой ситуации и должен поговорить с «ребенком», чтобы выяснить его поведение, сообщить о грозящих ему опасностях и последствиях, к которым приведет нарушение правила, например: «Я не употребляю алкоголь». Беседа должна проводиться на основании розданных „Планов оперативного семейного вмешательства” - Приложение № 3.

Дополнительный материал

Если учитель знает, что такое задание вызовет отрицательную реакцию у родителей, а в группе не будет желающих участвовать в инсценировке, то он может вместо предложенного упражнения поговорить с родителями о плане оперативного семейного вмешательства.

КОММЕНТАРИЙ учителя

По окончании этого упражнения учитель кратко подводит итог, что семейное оперативное вмешательство должно включать в себя ясную информацию о том, что именно беспокоит родителей в поведении дочери/сына. Родители также должны спросить, при каких обстоятельствах ребенок пробовал курить или пить алкоголь. Очень важно, чтобы родители поговорили с ребенком, нет ли у него более серьезных проблем в школе или, например, с ровесниками. Вмешательство должно закончиться ясной информацией, что мы ждем от ребенка, чтобы он перестал (курить, пить алкоголь). Родители могут также подчеркнуть, что поведение сына/дочери может квалифицироваться как правонарушение.

Очень важно определить проблему ребенка, как общую проблему семьи, которую необходимо решить. Ребенок должен чувствовать, что родители хотят ему помочь, а вмешательство вызвано их заботой.

Упражнение

Какие организации (для молодежи и их близких) и центры помощи подросткам и семьям, сталкивающимися с проблемой злоупотребления психоактивными веществами (сигареты, алкоголь, наркотики) вам известны? (10 минут)

Цель

Сведения о местных организациях, оказывающих помощь наркозависимым, подчеркивание важной роли родителей (при сотрудничестве и обмене информацией).

Необходимые материалы

Формуляр „Информатор - перечень организаций, оказывающих помощь молодежи (в том числе при проблемах с употреблением психоактивных веществ ” (Приложение № 4.)

Подробное описание: метод „снежный ком”

Учитель делит родителей на 3 команды. Он попросит объединиться в команду родителей, которые сидят рядом (например, 123/123/123 и т.д.).

Каждая группа получает чистый лист бумаги. Группы думают и записывают на листе бумаги известные участникам адреса или телефоны учреждений, куда родители и дети могут обратиться за помощью: первая группа - если ребенок курит, вторая группа - если пьет алкоголь, третья группа – если ребенок употребляет наркотики, медицинские препараты или нюхает клей.

Через 10 минут учитель просит одного человека из каждой группы, чтобы он рассказал о результатах их работы.

Может оказаться, что родители не знают никаких конкретных адресов или телефонов учреждений.

Учитель, заканчивая упражнение, подчеркивает, что в некоторых случаях вмешательство родителей не приносит ожидаемых результатов, и ребенок не прекращает своего рискованного поведения и не отказывается от вредных привычек. В таких ситуациях следует обратиться за профессиональной помощью или позвонить по телефону в соответствующее учреждение, в котором могут посоветовать, как решить такую проблему. Учитель сообщает, что он подготовил для родителей информацию, где находятся ближайшие учреждения, в которые можно обратиться за помощью, и раздает родителям Приложение № 4.

Окончание занятий (5 минут)

По окончании встречи учитель просит родителей, чтобы они закончили следующее предложение:

Эта встреча была очень важной для меня, поскольку я узнал, что.....

Или

Самое главное, что я вынес с сегодняшних занятий – это

После того, как родители выскажутся, учитель раздает дидактические материалы (план оперативного семейного вмешательства – Приложение №3, перечень организаций, оказывающих помощь – Приложение №4).

Объясняет домашнее задание и раздает инструкции

Приглашает родителей на следующую встречу, запланированную на

Внимание!

Если во время занятий некоторые родители признаются, что их дети пробовали наркотики, необходимо проконсультировать их или организовать им встречу со специалистом (психологом/врачом/терапевтом), который сможет подробно рассказать им о возможных методах терапии или лечения.

Дидактические материалы

1. План оперативного семейного вмешательства – Приложение №3
2. „Перечень организаций, оказывающих помощь молодежи в нашем городе” – Приложение №4

Домашнее задание (10 минут)

Поговори с ребенком (детьми) на тему последствий употребления психоактивных веществ и ясно представь ему/им свои ожидания и правила.

Если это возможно, покажи ребенку (детям) Список Семейных Правил Безопасности. Скажи своему ребенку (детям), почему так важно следовать этим правилам. Ниже предлагается несколько вариантов, которые могут помочь вам провести беседу с детьми на тему правил безопасности.

Примеры

Я не врач, но я знаю, что сигареты очень вредны для здоровья, а алкоголь и наркотики могут не только подорвать здоровье, но и привести к преждевременной смерти. Эти вещества особенно опасны для молодого человека. Поэтому так важно, если кто-нибудь предложит тебе попробовать какое-либо из этих веществ, ты твердо откажешься.

В жизни тебя ждет много интересного. Я очень хочу, чтобы ты достиг задуманного без серьезных препятствий. Когда ты пьешь алкоголь или употребляешь наркотики, то ты можешь попасть в аварию, заболеть и даже умереть. Поэтому не делай этого. Ты очень важен для нас, мы очень тебя любим и не хотим, чтоб с тобой случилось что-то плохое.

Никогда не садись в машину с пьяным водителем (если он пил алкоголь или употреблял наркотики). Позвони мне, вне зависимости от обстоятельств, а я постараюсь, чтобы ты целый и невредимый вернулся домой.

Курение очень вредно. На это жалко и времени, и денег, и энергии. Лучше не пробовать, потому что очень просто привыкнуть, а потом трудно бросить. Поэтому мне хотелось бы, чтобы ты не курил.

ЗАНЯТИЕ III

Период взросления – испытания для родителей

Продолжительность (60 минут)

ЦЕЛИ

Умение родителей справляться с типичными трудностями ребенка в переходном возрасте

МЕТОДЫ РАБОТЫ

- Лекция
- Дискуссия
- Практическая работа в подгруппах

НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- флипчарт (+бумага и фломастеры для него) или обычная доска в классе;
- листы бумаги;
- ручки

ПЛАН ЗАНЯТИЙ

Приветствие родителей (5 минут)

Цель

Интеграция группы так, чтобы участники занятий чувствовали себя в безопасности.

Подробное описание

Ведущий (классный руководитель) приветствует родителей (благодарит тех, кто пришел третий раз, и тех, кто пришел впервые и т.д.). Напоминает о теме, которая будет продолжена на этих занятиях и касается употребления молодежью психоактивных веществ. Классный руководитель представляет подробный план занятий.

Проверка домашнего задания (10 минут)

Подробное описание

Классный руководитель делит родителей на небольшие группы (по 4-5 человек). Задачей группы является обмен информацией о беседе с детьми на тему последствий употребления психоактивных веществ и Семейных Правил Безопасности.

В заключении классный руководитель спрашивает, сколько человек в каждой группе полностью выполнило домашнее задание и просит тех, кто не провел беседы с ребенком, сделать это в ближайшее время.

Упражнение

Групповая работа (10 минут)

Ведущий спрашивает родителей, как им нравилось проводить свободное время, когда они были в возрасте своих детей. Ответы родителей записываются на одной половине доски, которая заранее делится пополам вертикальной линией. После этого, ведущий спрашивает, как их дети любят проводить свободное время. Ответы также записываются на доске на другой половине, после чего участникам задается вопрос, какие общие черты и какие различия они видят в способах времяпрепровождения своих детей и своего, когда они были в их возрасте. Возможные вопросы:

- Какие ассоциации появляются у вас при сравнении способов времяпрепровождения сегодня и в прошлом?
- Видите ли вы что-то похожее или существенные различия в способах проведения свободного времени в настоящем и в прошлом?
- Что преобладало среди способов времяпрепровождения в ваши подростковые годы, а что в настоящий момент?

КОММЕНТАРИЙ учителя

Классный руководитель подводит итог упражнения и обращает внимание на то, что видна существенная разница между способами времяпрепровождения молодежи раньше и в настоящий момент. Он подчеркивает, что совместное проведение времени родителей с детьми является важным фактором, сближающим членов семьи и укрепляющим семейные узы. Семейные узы – это один из важнейших факторов, который может уберечь молодых людей от различных опасностей, таких как курение или употребление алкоголя, а также пребывание в «дурной компании», антисоциальное поведение и т.д.

В Казахстане было проведено исследование риска вовлечения молодых людей в проблемные модели поведения и зависимость, в том числе наркоманию. В исследовании выявлена взаимосвязь между проведением досуга и риском попадания в зависимость. В частности, рассматривалось время, затрачиваемое на тот или иной вид проведения досуга, а так же степень удовлетворенности от времяпровождения. Лица, имеющие высокий уровень риска попадания в зависимость, меньше времени уделяют учебе, а также меньше времени проводят с родителями, братьями и сестрами. В то же время, такие люди больше общаются в социальных сетях и, соответственно, больше времени проводят в интернете, чаще посещают клубы, дискотеки, больше слушают музыку и меньше читают.

Интересен так же тот факт, что молодые люди, не склонные к попаданию в зависимость, больше удовлетворены учебой, общением с родителями, братьями, сестрами, а также общением с друзьями. Кроме того, они получают больше удовольствия от посещения клубов, дискотек, просмотра ТВ и чтения.

Таким образом, у лиц, меньше уделяющих времени учёбе, а также не удовлетворенных общением в семье, с друзьями, чаще отмечается риск попадания в зависимость.

(<http://www.rnpc.kz/images/riski.pdf>)

Упражнение

Работа в небольших группах (15 минут)

Классный руководитель делит родителей на группы из 5 человек (родители рассчитываются на 1,2,3,4,5, в каждой группе находятся родители с номерами от 1 до 5). Каждой группе раздается лист бумаги и ручка.

Задачей каждой группы является придумать как можно больше способов на совместное времяпрепровождение, если на это нет никаких дополнительных финансовых средств. Результатом этой работы является список предложений, как можно интересно провести с детьми свободное время.

Классный руководитель просит одного человека из каждой группы представить результаты работы. Самые интересные предложения по проведению свободного времени вместе с детьми можно записать на доске.

После этого, классный руководитель проводит мини-лекцию на тему угроз, связанных с подростковым периодом.

Содержание мини-лекции – 10 минут

В переходном возрасте возрастает риск появления моделей трудного поведения среди подростков. Мы коротко побеседуем на тему некоторых из них.

- Подростки хотят быть независимыми, в связи с этим они часто игнорируют советы родителей и старших (стоит обговорить, что стремление к независимости – это одна из фундаментальных задач этого периода развития молодого человека. Независимость готовит его к взрослой жизни)
- Принятие группой сверстников становится так же важным аспектом, как и одобрение родителей и близких (следует объяснить, что частые контакты со сверстниками очень важны для правильного общественного развития молодого человека. Хотя бывает и так, что эти контакты создают определенные угрозы, без них невозможно правильное общественное развитие ребенка).
- Эксперименты с новыми формами поведения (часто рискованными) являются неотъемлемой частью развития в подростковом возрасте (следует заметить, что эксперименты с новым поведением нужны молодежи для обучения новым жизненным ролям и дают молодым людям возможность удовлетворить свою потребность, очень сильную в этот период, приобрести новый опыт)
- Подросткам не хватает опыта, а возможность прогноза последствий своих действий в этом возрасте еще ограничена (следует заметить, что подросток находится в переходном возрасте. Поэтому, некоторые его функции уже развиты так, как у взрослых (например, абстрактное мышление), а некоторые еще не успели развиться полностью (например, предвидение последствий). Именно из-за этого в этот период особенно увеличивается количество действий, рискованных для здоровья и безопасности).

Все указанные характеристики развития типичны, с одной стороны, для переходного возраста, а, с другой стороны, несут в себе угрозу появления отрицательных форм поведения у молодежи. Родители, которые заботятся о безопасности и здоровом развитии своих детей, умеют разговаривать с ними и оказывать эмоциональную поддержку в трудных ситуациях, обеспечивают дома дисциплину без насилия, объясняют, как дети должны соблюдать установленные правила и какие моральные и нравственные ценности функционируют в семье, а также присматриваются к тому, с кем и как ребенок проводит свое свободное время и пытаются уберечь своих подрастающих детей от принятия многих рискованных решений.

Например, наблюдение родителями за поведением подрастающего ребенка в свободное время и оказание ими поддержки при решении текущих проблем, могут быть противовесом для отрицательного влияния «трудных» сверстников в школьной среде или во дворе. Таким образом, родители могут ограничить развитие моделей рискованного поведения у своего ребенка, в том числе: агрессию, курение сигарет, употребление алкоголя или наркотиков.

Заключение (10 минут)

Классный руководитель подводит итог трех встреч. Он подчеркивает значимость хороших взаимоотношений в семье и внимательного отношения родителей к изменениям в поведении их детей (предупредительные сигналы). После этого он просит, чтобы каждый участник по очереди высказался, заканчивая предложение:

„Участие в этих занятиях для родителей было для меня очень важным, потому что”

Приложение № 1

Поведение, вызывающее беспокойство

Наблюдая за поведением ваших детей, вы можете заметить сигналы, которые вызовут ваше беспокойство. Ниже в таблице приводятся некоторые примеры **поведения, вызывающего беспокойство**, которые могут свидетельствовать об употреблении психоактивных веществ или каких-то других проблемах в жизни ребенка. Само появление какого-либо из этих признаков не является достаточным основанием, чтобы утверждать, что у ребенка серьезные проблемы. Если же вы заметили несколько признаков, то это может быть предупредительным сигналом, что происходит что-то нехорошее.

Поведение, вызывающее беспокойство

- Ухудшение успеваемости (плохие оценки, «хвосты»).
- Пропуски занятий, прогулы.
- Пребывание в компании, где молодежь пьет алкоголь, курит сигареты или употребляет какие-либо другие психоактивные вещества.
- Появление новой компании друзей (особенно, если ребенок начинает общаться с детьми, которые слабо успевают в школе) и избегание любой беседы о новых друзьях.
- Плохое поведение, особенно постоянное вранье, враждебное отношение к близким и злость.
- Отсутствие или уменьшение жизненной энергии и желания активно действовать.
- Очевидная потеря интереса к дополнительным занятиям и хобби.
- Сильный интерес к статьям, лозунгам, музыкальным группам и т.д., которые пропагандируют курение марихуаны, алкоголь и прочие формы опасного поведения.
- Открытая враждебность во время разговоров, которые начинаете вы или окружающие ребенка взрослые, на тему алкоголя, сигарет или наркотиков.
- Вызывающие беспокойство провалы в памяти, слабая концентрация, красные глаза, нечленораздельная речь, неадекватное расширение/сужение зрачков, симптомы острого отравления.
- Подозрительные запахи: спиртного, клея, сигаретного дыма или марихуаны.

Приложение № 2

СПИСОК СЕМЕЙНЫХ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОСТИ

Предлагаемые правила:

- Никто из членов нашей семьи не сядет в машину с водителем, который пил алкоголь
- Старшие братья и сестры не дадут алкоголя и сигарет несовершеннолетним младшим
- Дети не приносят, не покупают и не готовят алкогольных напитков родителям или другим взрослым членам семьи
- Дети не имеют права курить сигареты и пить алкоголь, которые имеют родители
- Дети не пьют алкоголь до восемнадцати лет
- Никто из членов нашей семьи не употребляет наркотиков
- Родители и взрослые члены семьи не курят в помещениях, где пребывают дети.

	Список Семейных Правил Безопасности (заполняют родители)
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	

Приложение № 3

ПЛАН ОПЕРАТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Если вам кажется или вы уверены, что ваш ребенок злоупотребляет какими-либо психоактивными веществами (курит, пьет алкогольные напитки или употребляет наркотики), примите оперативные меры.

Шаг 1. Разговор с ребенком

1. Выясните ситуацию – объясните, каков повод вашей беседы:

„Я хотел поговорить с тобой, потому что:

- У меня есть подозрения, что ты пьешь алкогольные напитки/куришь сигареты/ употребляешь наркотики. Это очень меня беспокоит, поэтому я хочу серьезно поговорить с тобой.

(или)

Я узнал, что ты пьешь алкоголь/куришь сигареты/употребляешь наркотики. Я очень беспокоюсь о тебе и твоём будущем, поэтому нам надо серьезно поговорить на эту тему.”

2. Сориентируйтесь в ситуации – по возможности оцените масштаб проблемы.

- Постарайтесь получить от ребенка как можно больше информации о его жизни. Заинтересуйтесь его кругом общения, узнайте, чем он занимается вне дома, чем интересуется, нет ли у него проблем в школе, в каких ситуациях дошло до курения, употребления алкоголя, и как часто это происходило.
- Сравните собранную таким образом информацию с вашими наблюдениями за ребенком и его поведением дома, с информацией, которая приходит из школы и других источников.

3. Покажите свою реакцию - (в каждой ситуации: и когда вам наверняка известно, чем злоупотребляет ребенок, и когда это только ваше подозрение)

- Выразите свое беспокойство по поводу употребления ребенком наркотиков (алкоголя, курения сигарет);
- Сообщите ему об изменениях, которые вы заметили, например, в успеваемости, внешнем виде или поведении ребенка;
- Расскажите ребенку подробно об отрицательных последствиях для здоровья и угрозах для его безопасности, связанных с употреблением данного психоактивного вещества;
- Расскажите ребенку о возможных юридических последствиях, подчеркнув, что курение или употребление алкоголя несовершеннолетним лицом является правонарушением.
- Сообщите ребенку, что самостоятельное решение об употреблении алкоголя и курении можно будет принимать только когда он станет взрослым и самостоятельным человеком
- Сообщите ребенку о том, что вы категорически требуете, чтобы сын/дочь перестала употреблять данное психоактивное вещество (алкоголь, сигареты, наркотики)
- Сообщите ребенку о мерах, которые вы собираетесь предпринять и о том, каковы будут их последствия.

Приложение № 4

Информация		
Перечень организаций - сигареты, алкоголь, наркотики		
П/н	Название организации	Адрес и телефон
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Анкета для родителей

Школа и класс Место и дата

Данное исследование анонимно. Вам не нужно подписываться и ваши ответы не будут оцениваться. Здесь нет правильных/неправильных ответов. Все честные ответы являются правильными и помогут в реализации проекта по профилактике наркомании. Пожалуйста, выберите **только один ответ на каждый вопрос**. Внимательно читайте вопросы/заявления. Ваши честные ответы будут самой лучшей оценкой нашего проекта.

Если вы чего-нибудь не поняли, обратитесь за помощью. Спасибо за вашу помощь!

1. В течение последних 7 дней, сколько времени в среднем вы каждый день проводили с ребенком делая что-либо вместе или разговаривая?

Пожалуйста, **выберите только один ответ** из 7 предлагаемых (обведите кружочком одну цифру от 1 до 7).

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1/ Совсем не проводил | 5/ 2 часа или более, но менее 3 часов |
| 2/ Менее 30 минут | 6/ 3 часа или более, но менее 4 часов |
| 3/ 30 минут и больше, но меньше 1 часа | 7/ 4 часа и более |
| 4/ 1 час или больше, но менее 2 часов | |

2. Пожалуйста, обозначьте, в какой степени вы согласны с нижеприведенными заявлениями, ставя крестик в соответствующей клетке (**в каждом ряду можно поставить только один крестик**)

		Определенно ДА	Скорее ДА	И ДА и НЕТ	Скорее НЕТ	Определенно НЕТ
1.	Я всегда знаю с кем и где мой ребенок проводит свое свободное время	1	2	3	4	5
2.	Мой ребенок знает, какие правила он должен соблюдать по отношению к алкогольным напиткам	1	2	3	4	5
3.	Обычно я уделяю не менее 15 минут на разговор с ребенком, уделяя ему внимание и проявляя интерес к нему	1	2	3	4	5
4.	Я должен чаще разговаривать со своим ребенком	1	2	3	4	5
5.	Я разговариваю с моим ребенком на тему последствий курения или употребления алкогольных напитков	1	2	3	4	5
6.	Наказание – это лучшая воспитательная мера	1	2	3	4	5
7.	Я заметил/а, что поведение моего ребенка в последнее время изменилось и он пробует быть более независимым и самостоятельным	1	2	3	4	5
8.	Если бы у моего ребенка были проблемы с алкоголем я знаю, куда обратиться за помощью	1	2	3	4	5
9.	В определенных обстоятельствах каждый молодой человек может выпить алкоголь	1	2	3	4	5
10.	Я уверен/а, что мой ребенок никогда не пробовал алкоголя	1	2	3	4	5
11.	В большинстве случаев, я сам(а) начинаю разговор со своим ребенком.	1	2	3	4	5
12.	Обычно мой ребенок делится со мной своими проблемами.	1	2	3	4	5
13.	У нас в семье установлены правила, как и когда употребляются алкогольные напитки	1	2	3	4	5

3. Если бы я узнал/а, что мой ребенок выпил алкоголь употребил наркотики, то:

(Пожалуйста, выберите **только один ответ** из 2 предлагаемых - обведите кружочком одну цифру от 1 до 2).

1/ я, прежде всего, поговорил/а бы с ним, стараясь убедить его, чтобы он больше этого не делал

2/ я, прежде всего, наказал/а бы ребенка

4. Пол ребенка 1/ мужской 2/ женский

5. Возраст

6. Степень родства 1/ мать/отец 2/ другая

7. Количество детей

8. Возраст самого младшего ребенка самого старшего ребенка