

## **Мини-практикум «Пути эффективного взаимодействия родителей с детьми для профилактики употребления ПАВ»**

Уважаемые родители! Эта проблема может коснуться каждого, не зависимо от социального, материального положения, кровная или приемная семья. Возможно, вы уверены о «непогрешимости» своих детей и считаете, что наркомания и алкоголизм не могут затронуть вашу семью. Тем не менее следуя принципу «предупрежден - значит вооружен», мы предлагаем вам эту информацию.

Следующие факторы могут стать пусковым механизмом, подталкивающим подростка сначала к экспериментированию с психоактивными веществами, а затем и к формированию зависимого поведения:

- особенности пубертатного периода;
- влияние круга общения;
- трудности в обучении и коммуникации;
- отсутствие надлежащего контроля со стороны взрослых или, наоборот, излишний контроль над жизнью подростка.

**Психолог:** Предлагаю вам продолжить следующие предложения: (участники собрания выполняют упражнение-активатор)

- "Быть ответственным по отношению к ребенку для меня означает..."
- "Свою ответственность по отношению к ребенку я проявляю через..."
- "Я несу ответственность за..." (высказывания родителей фиксируются на флипчарте).

**Психолог:** Уважаемые родители, сформулируйте, пожалуйста, определение понятия "ответственные родители".

**Ожидаемый результат:** В ходе обсуждения родители должны прийти к выводу, что ответственные родители передают ребёнку ответственность за его поступки и собственное поведение, учат предвидеть последствия своих действий и определять совместимость поступков с собственными ценностями. Воспитать ответственного человека могут только ответственные родители.

**Упражнение «Мозговой штурм»**  
Предложите, пожалуйста, факторы воспитания ребенка, способствующие его устойчивости к вредным привычкам. Что нужно делать, чтобы дети не попали в плохую компанию и не стали зависимыми от психоактивных веществ?

**Возможные варианты ответов (ОБЩИЙ ВЫВОД):**

1. Здоровый образ жизни всех членов семьи (личный пример).
2. Внимание и участие к детям и друг к другу. Учет интересов ребенка к спорту и позитивным увлечениям. Организация досуга детей, привлечение к спорту и творчеству.
3. Формирование адекватной самооценки, уверенности в себе и самоуважения у ребенка. (Чаще хвалите за успехи, иначе мы больше ругаем детей за мелочи).

4. Создание «ситуации успеха» в учебе, общении, спортивных увлечениях, музыке, танцах.
5. Подчеркивание индивидуальности и уникальности ребенка. Например: «Именно на тебя большая надежда», «Только ты сможешь выполнить всё аккуратно...».
6. Поддержка ребёнка.
7. Создание в семье благоприятного микроклимата, позволяющего выразить чувства, эмоции, настроения без страха быть высмеянным. Важно проводить время вместе: организация семейного досуга (выезды, экскурсии, походы и т.д)
8. Обучение детей управлению своим психоэмоциональным состоянием и выходу из стрессовых состояний.
9. Тесная связь семьи со школой, формирование интереса к учебе и труду. Контроль успеваемости, поведения, изучение круга общения ребенка.
10. Обучение ребенка техникам отказа от предложения попробовать запрещенные вещества.

**«Формула уверенного отказа выглядит так: «Я» + «ОТКАЗ» + «ЧЕТКОЕ И УВЕРЕННОЕ ОБОСНОВАНИЕ».**

Таким образом, мы определили, что родители могут сделать для профилактики зависимости детей. Можно спасать употребляющих детей, строя лечебницы и реабилитационные центры, воевать с наркодельцами, продавцами. Заниматься этим должны, и занимаются профессионалы. Ваша задача – это своевременное предупреждение этой проблемы.

Ведь гораздо легче предотвратить проблему, чем ее решать.

Психолог: Помните, отсутствие внимания, поддержки и одобрения ведёт к формированию у ребёнка, как незащищённости, отсутствия ощущения безопасности, неуверенности и тревожности. Это, в свою очередь, может подтолкнуть его к поиску способов обретения уверенности в себе и снятия стресса путём употребления психоактивных веществ.