

МУ «Отдел образования Ачхой-Мартановского муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа им. А-Р. З. Зайнутдинова с. Валерик»
(МБОУ «ООШ им. А-Р.З. Зайнутдинова с. Валерик»)

МУ «Теха-Мартан муниципални кюштан дешаран отдел»
Муниципални бюджетни юкьарадешаран учреждени
«Валаргт1ерачу юьззина йоцчу юкьарадешаран Зайнутдин Зайнутдинан 1абдул-
Разакъан
ц1арах йолу хьукмат»»
(МБЮУ «Валаргт1ерачу Зайнутдинов А-Р. З. юьззина йоцчу йолу ц1арах ЮЮШ»)

Профилактическая беседа с родителями учащихся 8-9 классов
по употреблению на тему:
«ПАВ и его влияние на организм ребенка»

Дата: 10.03.2022г.

Здоровье наших детей - вопрос, который волнует каждого родителя. А что такое здоровье? Это не только отсутствие болезней или физических недостатков, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, поэтому вопросы сохранения здоровья очень тесно связаны с вопросами предотвращения злоупотребления ПАВ.

Психоактивные вещества (ПАВ) - вещества, изменяющие психическое и физическое состояние человека, нарушающие работу всех его жизненно важных органов и разрушающие их (наркотики, лндв, алкоголь, никотин). В первую очередь воздействие оказывается на цнс (возбуждающее, затормаживающее, вызывающее галлюцинации и т.д.)

Нервная система постепенно разрушается, хуже становится память, нарушается внимание, снижаются интеллектуальные способности.

Одним из последствий употребления ПАВ является - возникновению заболевания (зависимости), т.е. состояния, когда человек не может сам отказаться от употребления того или иного вещества. (В некоторых случаях достаточно однократного применения).

Зависимость развивается в результате того, что организм настраивается на прием ПАВ и включает их в свои биохимические процессы. ПАВ (каждое по-своему) начинают выполнять функции, которые раньше обеспечивались веществами, вырабатываемыми самим организмом. Чтобы сэкономить внутренние ресурсы, организм больного прекращает или сокращает синтез этих веществ. Кроме того, ПАВ нарушают равновесие множества параметров организма.

В то же время, наркотические вещества постоянно разрушаются ферментными системами организма и выводятся через почки, кишечник и легкие, поэтому запас их в организме необходимо периодически пополнять. В результате, человек вынужден употреблять вещества регулярно. Но организм его не в состоянии очень долго выдерживать такой темп.

Как быстро развивается зависимость? Могут быть месяцы, а иногда достаточно одной единственной пробы.

Наркомания приводит к тотальному поражению личности (уничтожение лучших нравственных качеств человека, нарушение психики, потеря друзей, потеря здоровья, невозможность работы или учебы, вовлечение в преступную среду, ... все интересы заменяются заботами о своих финансовых возможностях, а воображение рисует только очередную вожденную дозу «кайфа»)

Пропустив время приема очередной дозы, наркоман обрекает себя на мучительные страдания. Это невыносимые боли, сильные ознобы, тошнота и рвота, слабость, ломота в суставах.

Отмена наркотика сопровождается депрессией, подавленностью, тревогой, часто сопровождаемой бессонницей. Иногда тревога достигает предельной силы и наркоман начинает думать, что за ним кто-то охотится, хочет убить, ... Иногда наркоман начинает думать, что он не достоин жизни и пытается убить себя.

Действие наркотических веществ навсегда сказывается как на психике человека, так и на его организме.

Часто родители думают, что злоупотребление ПАВ - беда детей из «неблагополучных» семей и что их детей это не коснется. К сожалению, в не меньшей степени, эта проблема относится и к детям из «благополучных» семей.

Часто ли родители интересуются у своего ребенка, как прошел его день, с кем ребенок дружит, с кем ссорится, что его радует, а что огорчает, не нужна ли ему помощь или поддержка? А часто ли родители беседуют «по душам» со своим ребенком?

Очень большое значение имеет нравственная и эмоциональная атмосфера в доме, близость и доверие друг другу, умение сопереживать, понимать чувства другого человека. Ребенок должен чувствовать себя с родителями в безопасности. (Просмотр анимационного фильма «За закрытыми дверями» - 6 мин. Обсуждение фильма с участием психолога)

Факторы, способствующие привлечению подростков к употреблению ПАВ

-гипоопека (дефицит внимания со стороны родителей, дети предоставлены сами себе). Причины гипоопеки могут быть разные. Это м.б.:

пренебрежение родителями своими обязанностями (когда приятнее, например, общаться со своими друзьями, чем с собственным ребенком);

постоянные конфликты между родителями, которые в пылу борьбы забывают о своем ребенке.

материальная причина. У большинства взрослых на общение с собственными детьми просто не хватает времени. По данным социологических опросов на общение с детьми родителями затрачивается в среднем не более 1,5 час в неделю (это и на разговоры по душам, походы в театр, прогулки, чтение книг и пр.). И дело здесь совсем не в нерадивости отца или матери. Взрослые вынуждены проводить на работе основную часть времени для того, чтобы заработать на самое необходимое.

Часто дети не знают, чем заняться. Как правило, все сводится лишь к бездумным развлечениям, что не только не способствует развитию личности, но и приводит к деструктивным социальным последствиям. Человек, особенно подросток, испытывает потребность чувствовать себя, само выражаться в чем-то. Но для этого надо что-то делать. А поскольку делать нечего, а чувствовать себя надо, появляется идея суррогата.

Примечание. Можно полагаться на помощь бабушек и дедушек. Составить хорошо продуманный план организации досуга ребенка. Секции, кружки, тренировки - пусть у ребенка будет полная свобода выбора. М.б. помогут группы продленного дня, где педагоги смогут оказать помощь ребенку в обучении и развитии творческих и физических возможностей. Главное - не должно оставаться времени на безделье и скуку. И очень важен пример самих родителей, оказывающий на ребенка большее влияние, чем поучающие беседы - теннис после работы, байдарочные походы...

Гиперопека - В этом случае родители контролируют с самого раннего детства каждый шаг ребенка, не давая ему возможности проявить свою самостоятельность. Такой ребенок не получает собственного опыта преодоления трудностей, борьбы с неудачами. Привыкнув к постоянному контролю со стороны окружающих, он легко подчиняется любому внешнему давлению. Попадая под влияние асоциальной компании, такие дети совершают даже те поступки, которые в душе считают неправильными, нехорошими, и делают это просто потому, что не умеют отказываться, отстаивать свою позицию.

- неполная семья;
 - отсутствие взаимопонимания с родителями;
 - жестокость и насилие в семье;
 - курение, алкоголизм или употребление других ПАВ близкими родственниками;
- Т.е., семейное воспитание может подтолкнуть ребенка к употреблению ПАВ.
- наличие особой молодежной наркотической субкультуры, пропагандирующей следующие ложные утверждения:
 - наркотики бывают «серьезные» и «легкие»,
 - наркотики делают человека свободным,
 - наркотики помогают решать жизненные проблемы.

Закон возрастания дозы: чтобы получить такое же удовольствие, как и в предыдущий раз, наркотика надо принять больше. И впоследствии дозу снова придется увеличивать. Более того, без наркотика человек начинает чувствовать себя некомфортно, и его приходится принимать уже не столько для получения удовольствия, сколько для выхода, хотя бы на короткое время из состояния ломки и отчаянной тоски.

А свобода не в том, чтобы пренебрегать всеми запретами, а в том, чтобы принять разумные запреты, сохраняющие собственное здоровье; чтобы стоять на своем, не позволяя себя уговорить нанести себе вред ради чьей-то выгоды.)

Наибольший риск начать употребление ПАВ у тех, кто имеет следующие медицинские показатели:

- токсикозы, инфекционные заболевания, перенесенные матерью во время беременности;
- родовые травмы, кислородное голодание младенца;
- прием матерью до рождения ребенка ПАВ (включая курение и употребление алкоголя);
- тяжелые или хронические заболевания детского возраста;
- сотрясения мозга, особенно многократные;

Невропатологи утверждают, что у 60% детей дошкольного и младшего школьного возраста присутствуют минимальные мозговые дисфункции. Поэтому, если ребенок плаксив, с трудом засыпает, у него плохой аппетит, он легко отвлекается - стоит обратиться к невропатологу, а не пытаться преодолеть эти «недостатки» воспитательными мерами. Такие дети нуждаются в помощи специалиста, иначе их ожидают школьная неуспеваемость и агрессивное поведение. У таких детей велик риск приобщения к ПАВ.

Признаки употребления ПАВ:

Неряшливый вид, покраснение слизистых оболочек (глаза, нос), бледно-серые кожные покровы, гнойничковая сыпь на коже, частые и резкие смены настроения, нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания, прогулы в школе по непонятным причинам, лживость.

Дополнительной информацией служит обнаружение у ребят различных таблеток, капсул, порошков, ампул. Могут обнаружиться свернутые в трубочку бумажки, шприцы, иглы, бланки медицинских рецептов и пр.

10 заповедей для родителей.

1. Никогда не занимайтесь воспитанием в плохом настроении. Основой эффективного стиля обучения в семье является положительная эмоциональная установка. Воспитание детей - одно из самых прекрасных занятий человека, и ему непременно должны сопутствовать хорошее настроение, спокойствие, расположенность к общению.

Чтобы убедиться в принципиальной важности этого простого совета, достаточно ответить на несколько вопросов. Где вам уютнее - в компании друзей, расположенных к вам, радующихся общению, или на сборищах угрюмых субъектов, где каждый занят своим делом? Нравится ли вам, когда на вас кричат, либо вы предпочитаете нормальный тон разговора? Любой человек моментально даст на эти вопросы однозначные ответы в повседневном общении с детьми. Разве нету у нас квартир, в которых обстановка напоминает «заговор молчунов», организация быта отдает безалаберностью, а основные

детали выяснение отношений звучат так громко, что хорошо слышно соседям. Для тех кто, не относит семью к подобным, эта заповедь отменяется за ненадобностью.

2. Ясно определите, что вы хотите от ребенка, и объясните это ему, а также узнайте, что он думает по этому поводу. Дети не повторяют жизнь родителей, им суждено пройти свой путь. И они необязательно хотят того же, что и вы. Поэтому, лучше всего договоритесь о каких-то принципиальных пунктах.

3. Предоставьте самостоятельность. Воспитывайте, но не контролируйте каждый шаг, Не подменяйте воспитание опекой. Взрослые не любят, когда вмешиваются в их дела, руководят поступками, навязывают готовые решения, копаются в мелочах. Дети - тоже. Однако дети - люди не опытные, И хотя им очень хочется до всего дойти самим, сделать это, они могут лишь с помощью взрослых, которая должна быть тактичной, своевременной и умеренной, именно помощью, а не выполнением того ли иного дела «вместо», «за» ребенка.

4. Лучше всего не подсказывайте готового решения, а показывайте пути к нему и время от времени разбирайте с ребенком его правильные и ложные пути к цели. При этом очень важны эмоциональное стимулирование, немедленная реакция на каждое достижение ребенка. И здесь.

5. Не пропустите момент, когда достигнут первый успех. Никогда не ждите особого случая - хвалите ребенка за каждый удачный шаг. Этим вы эмоционально поддержите его. Ребенок чувствует, что его достижения не остались незамеченными. Причем хвалите не вообще, а конкретно. Не «ты молодец», а «ты молодец, потому что...», и обязательно дайте почувствовать свое настроение - в данном случае свою радость по поводу его успеха. Если ребенок делает какое-то неверное движение, совершает ошибку, то необходимо...

6. Своевременно сделать замечание, оценить поступок сразу и сделать паузу – дать осознать услышанное. Любое замечание надо делать сразу после ошибки. При этом запомните...

7. Главное оценить поступок, а не личность. К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная родительская ошибка: «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «Ты поступил плохо» (оценка поступка). Необходимо конкретно объяснить, в чем состоит ошибка, почему ребенок поступил неправильно, Если критикуют поступок, конкретная ошибка, а не личность, то у ребенка отпадает необходимость защищаться, а с ней и не нужные страхи, боязнь наказания, вынужденная ложь и т.д. Из строгого, даже жесткого, но спокойно и справедливого анализа поступка рождается вера в свои силы, в справедливость родителя, в его последовательность. Для того чтобы указать ребенку на ошибку, не нужно вспоминать всю свою жизнь и все истории, которые вам представляются подходящими к моменту. Чем короче замечание, - тем лучше. После замечания обязательно...

8. Прикоснитесь к ребенку и тем самым дайте почувствовать, что сочувствуете его ошибке, верите в него, несмотря на оплошность. Дайте понять (но не обязательно говорите), что по окончании неприятного разговора инцидент будет исчерпан. Сущность человека и его поступка - не одно и то же, Ведите себя именно так. Нет никакого терпения матери и отца. Не поддавайтесь ложной мысли о том, что дети делятся на талантливых и неталантливых, хороших и плохих. Каждый ребенок может достигнуть много, но для этого он должен видеть конечную цель. Как футбол без голов и ворот превращается в бессмысленную беготню с мячом, так жизнь без цели - не больше чем цепь хаотических порывов. Если вы хотите быть действительным помощником в жизни своих, детей, то не ждите, пока они сделают ошибку. Включайте в построение системы перспективных целей - от дальней к средней и от нее к сиюминутной.

9. Воспитание должно быть поэтапным. Если вы приведете высокого, прыгучего, честолюбивого молодого человека в сектор для прыжков в высоту, укажите ему на планке отметку мирового рекорда и скажите: «Прыгай!», то ничего путного не добьетесь. Планку надо поднимать постепенно. Так высоты к следующей, штурмует планки человеческого

роста ребенок. Задача родителя - своевременно и точно поднимать планку, руководствуясь системой перспективных целей.

10. Воспитатель должен быть строгим, но добрым. И в этом суть своевременности. Ведь, если в отношении дурного поступка проявилась жесткость и бескомпромиссность - как он того заслуживает, а человеку дать понять, что относится к нему хорошо - это дает результаты в воспитании. И не надо мучиться выбором, - какой метод воспитания лучше: «авторитарный» или «либеральный». Ни беспредметная жестокость, не беспредметная доброта не годятся в качестве принципов воспитания. Все хорошо в свое время, и надо уметь принимать методы в соответствии с конкретной ситуацией. Тогда воспитание будет своевременным, или «демократическим».

