

**Профилактика  
употребления  
курительных  
смесей.**

## **Некоторые симптомы употребления курительных смесей:**

- Расширенный или суженный зрачок;
- Мутный или покрасневший белок (часто носят с собой капли «Визин» или другие);
- Сухость во рту;
- Бесконтрольный смех;
- Неспособность сосредоточения;
- Дефект речи;
- Заторможенность мышления и др.

# Косвенные признаки употребления:

- Раздражительность, доходящая до ярости;
- Уход от любых серьезных разговоров;
- Уход от контакта с родителями;
- Долго думает, неопрятен, залезает в долги.

Следует помнить о выраженной у подростков **реакции группирования**, то есть употребляют они курительные смеси обычно в группе.

## **ПРОФИЛАКТИКА:**

Приоритет **первичной профилактике.**

**Цель:** создание воздействия опережающего характера.

Эффективна до момента формирования у подростка наркотических установок и форм поведения.

**Психосоциальная иммунизация – формирование личностных ресурсов и навыков.**

## «Слабые» места используемых методов в профилактической работе:

- Модель «запугивания» - формирование представлений о негативных представлениях деструктивного поведения – несостоятельна с подростковой аудиторией.

## Причины неэффективности методики «запугивания»:

- Подростки обладают возрастным негативизмом;
- Приобрели иммунитет от «пугалок» со стороны взрослых;
- Не верят информации от взрослых, подаваемой в категоричной форме;
- Личностная ценность здоровья у детей и подростков недостаточно сформирована;
- У детей и подростков «страшное» вызывает интерес.

## Рекомендуемые модели профилактики:

- «валеологическая»;
- «поведенческая» – формирование навыков безопасного поведения в ситуациях риска;
- «лично-ориентированная» – снижение риска зависимости за счет развития личностных свойств и качеств.

## **Обязательность дифференциации целей, задач, средств и планируемых результатов профилактики с учетом:**

- **Возраста: 5-6 лет, 7-10 лет, 11-14 лет, 15-16 лет, 17-18 лет, молодежь от 18 лет;**
- **Степени вовлеченности в ситуацию употребления.**



## **Виды профилактических мероприятий в рамках первичной профилактики подразделяются на:**

- Специфические;
- Неспецифические.

Приоритет должен быть за **неспецифическими профилактическими мероприятиями.**

Высокой эффективностью обладает метод косвенной и скрытой профилактики зависимости в образовательной среде.

При косвенном внушении в личности постепенно воспитывается антинаркотическое убеждение, которое препятствует формированию зависимого поведения.

## **Основные причины употребления ПАВ:**

- уход от скуки, поиск ярких впечатлений, заполнение жизни чувственными переживаниями;
- получение возможности установления контактов с членами значимой группы;
- решение проблемы плохого, неустойчивого настроения, уход от депрессии.

## **Основные стратегии профилактической (неспецифической) работы с подростками:**

- Формирование жизненной линии «настоящее-будущее»;
- Поиск совместно с подростком (молодым человеком) будущей профессиональной, социальной роли;
- Создание «ментальных» ловушек;
- Сопровождение подростка с целью поддержки реализации сформированных жизненных проектов.

## **Рекомендуемая литература:**

- «Профилактика употребления курительных смесей детьми и подростками в образовательных учреждениях. Методические рекомендации. Пенза, 2013 ([shkola27penza.ucoz.ru](http://shkola27penza.ucoz.ru))
- Джеймс Прохазка «Психология позитивных изменений. Как навсегда избавиться от вредных привычек.»