

**ГАУ ДО СО «СШОР «Аист»**

**Методические рекомендации по профилактике потребления  
несовершеннолетними наркотических средств, психотропных  
веществ и их прекурсоров в формате «вопрос-ответ»**

**Инструктор-методист  
ГАУ ДО СО «СШОР «Аист» Локтионова А.В.**

**2024**

Проблема потребления наркотических веществ несовершеннолетними с каждым годом возрастает. И, к сожалению, снижается возраст несовершеннолетних, потребляющих эти вещества.

Подростковая наркомания очень быстро распространяется из-за того, что они пытаются уйти от своих проблем, справиться со своими отрицательными чувствами и эмоциями, избавиться от внутреннего дискомфорта. Подросток, который умеет решать свои проблемы, может стабилизировать свое психическое состояние, умеет взаимодействовать с социумом, не будет искать спасение в наркотических и психотропных веществах.

Цель данных методических рекомендаций: организация работы по профилактике потребления несовершеннолетними психоактивных веществ в образовательной среде для предупреждения и раннего выявления незаконного потребления психоактивных веществ.

Для достижения цели поставлены следующие задачи:

1. Раскрыть сущность наркомании, причины потребления психоактивных веществ и его последствия;

2. Дать информацию об уголовной и административной ответственности за потребление, хранение и распространение наркотических и психотропных веществ несовершеннолетними;

3. Раскрыть формы профилактической работы по потреблению ПАВ, перечислить условия для эффективной профилактической деятельности и требования к ней;

4. Дать рекомендации всем участникам образовательного процесса для ограждения несовершеннолетних от потребления психоактивных веществ.

Несовершеннолетние легче справляются с проблемами, эффективно преодолевают стрессы в понимающей, поддерживающей социальной среде, вследствие чего отпадает необходимость потребления веществ, затуманивающих разум.

Вопрос. Что такое наркомания?

Ответ. Наркомания, с греческого языка в переводе, – оцепенение, безумие, влечение, заболевание, вызванное употреблением наркотических веществ (наркотики), которые вызывают физическую и психологическую зависимости.

Психологическая зависимость – состояние организма, характеризующееся патологической потребностью в употреблении какого-либо лекарственного средства или химического вещества во избежание нарушений психики или дискомфорта, возникающих при прекращении

употребления вещества, вызвавшего зависимость, но без соматических явлений абстиненции (отсутствие «ломки»).

Физическая зависимость – состояние, характеризующееся развитием «ломки» при прекращении приема вещества, вызвавшего зависимость.

Вопрос. Каковы причины и предрасполагающие факторы развития наркомании у несовершеннолетних?

Ответ. Причины, которые могут подтолкнуть несовершеннолетнего к употреблению ПАВ следующие:

- любопытство (хотят все попробовать, почувствовать новые ощущения);

- стресс: попытка уйти от того, что беспокоит ребенка, с чем ребенок не может справиться, желание «успокоить» себя, «забыться», не найдя конструктивного выхода из ситуации;

- желание быть значимее, авторитетнее;

- давление со стороны сверстников, боязнь быть отвергнутым;

- несостоятельность в учебе;

- бессознательный способ привлечения внимания родителей, ответ на постоянное давление со стороны родителей, завышенные требования с их стороны, неумение справиться с этим давлением (проще быть «плохим», чем стать «хорошим»);

- безделье, отсутствие каких-либо занятий или обязанностей, в результате — эксперименты от скуки.

Стоит обратить внимание и на факторы риска, способные спровоцировать употребление психоактивных веществ:

- особенности характера ребенка (эмоциональная неустойчивость, нестабильность отношений, преобладающие чувства одиночества, пустоты, неприятие и недопонимание социальных норм и ценностей, недостаточный самоконтроль и самодисциплина и т. д.);

- сложная семейная ситуация (неполные семьи, вновь созданные семьи и т.д.);

- склонность к различному ненормативному поведению (агрессивность, воровство, прогулы, аутоагрессивное поведение и т.д.);

- наличие задержки психического и физического развития;

- негативное окружение подростков, групп сверстников с осложненным поведением;

- злоупотребление спиртными напитками и наркотическими веществами в семье ребенка.

Вопрос. Может ли возникнуть зависимость от наркотиков с первого раза?

Ответ. Да, может. Мы должны донести до несовершеннолетних, что недопустима даже однократная проба наркотика! Наркотики очень коварны. Иногда желание принять наркотик проявляется в сознании в замаскированном виде, как мысль: «А что, может быть, мне проверить себя, испытать силу воли?» Или мысль: «Только один раз - ведь я же перестал его принимать, не буду и теперь...». И болезнь из скрытой формы переходит в явную, и подросток возобновляет прием наркотических веществ.

Вопрос. Какие стадии проходит подростковая наркомания?

Ответ. Подростковая наркомания проходит следующие стадии:

Первая стадия. На этом этапе зависимость еще не определяется. После принятия наркотических средств один или несколько раз физиологическое состояние сопровождается тошнотой, головной болью, отсутствием «обещанного» удовольствия. Не стоит недооценивать этот этап, так как у подростка может сложиться ложное представление о безопасности наркотических и психотропных веществ, в следствие чего внутренние запреты размываются, «стираются» психологические границы, предоставляя больше свободы.

Вторая стадия. На этом этапе несовершеннолетний впервые получает представление об эйфории, которая наступает в состоянии интоксикации. Если на предыдущей стадии наркотик начал казаться безопасным, то теперь он – средство для быстрого и легкого получения удовольствия. Хотя зависимость от наркотических средств еще не сформирована и выраженной тяги к наркотикам нет, частота приема психоактивных веществ возрастает. Причина тому – желание в очередной раз испытать удовольствие и не выделяться из толпы.

Третья стадия. В этот период происходит активное формирование и закрепление психической зависимости от наркотических и психотропных веществ. Длительные перерывы между приемом наркотика вызывают у несовершеннолетнего раздражительность, чувство беспокойства и тревоги. Психологически наркотическое вещество теперь воспринимается не только как безопасное и доставляющее удовольствие. Теперь оно – единственный способ избавиться от внутреннего дискомфорта и неприятных ощущений.

Четвертая стадия. На этом этапе уже выражена физическая зависимость, которая проявляется множеством нарушений со стороны нервной системы и внутренних органов. При отсутствии возможности принять наркотическое вещество у подростка может возникнуть «ломка»,

проявления которой могут меняться в зависимости от состава и особенностей употребляемого наркотика

Вопрос. Как определить принимает ли несовершеннолетний наркотические и психотропные вещества?

Ответ. Проявления наркомании могут широко варьироваться, в зависимости от употребляемого вещества и от того, насколько оно уже оказало влияние на психическое и физическое здоровье подростка. Но существует несколько признаков, общих для всех случаев, которые помогут педагогам и родителям определить употребление несовершеннолетними наркотических веществ.

Изменения в поведении:

-внезапная потеря интереса к учебе и объяснение плохих оценок придирчивостью учителей и другими обстоятельствами,

-потеря интереса к своим увлечениям, отдаление от близких, друзей и одноклассников,

-мало времени проводит дома, пропадая большую часть времени с новыми приятелями,

-необоснованная агрессия и частая смена настроения (то в безудержном веселье, то мрачный и безразличный).

Изменения во внешнем виде:

-игнорирование требований к личной гигиене;

-неряшливость в одежде;

-бледная или с серым оттенком кожа;

-отечность лица и кистей рук;

-сухие ломкие волосы, из-за чего подросток выглядит так, словно не причесывается.

Изменения аппетита. Наблюдаются две крайности: либо совсем забывает о еде, пока не напомнят, либо ненормальный аппетит, что готов съесть все подряд.

Нарушения речи. Под воздействием наркотических средств речь подростка становится невнятной или быстрой, и обращенная речь плохо воспринимается.

Избегание контактов с окружающими. Подросток становится замкнутым, не поддерживает связь с родными и друзьями, а только с новыми «единомышленниками», которые тоже принимают наркотические средства.

Речевые обороты. В речи подростка появляются новые слова и выражения: «космос», «миксы», «соль», «кислота», «дурь», «план», «химка», «солома», «травка», «винт», «колеса», «камень» и пр.

Хотя подросток избегает произносить такие слова при членах своей семьи, но он может «проговориться» в телефонном разговоре со сверстниками.

Вопрос. О каких последствиях потребления наркотических средств должен знать каждый несовершеннолетний?

Ответ. Перечислим некоторые последствия от употребления психоактивных веществ:

Наркотики не дают человеку мыслить самому за себя;

Наркотики толкают людей на кражи и насилия;

Наркотики дают фальшивое представление о счастье;

Наркотики часто приводят к несчастным случаям;

Наркотики разрушают семьи;

Наркотики уничтожают дружбу;

Наркотики приводят к уродству детей;

Наркотики являются источником многих заболеваний;

Наркотики являются препятствием к духовному развитию;

Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Вопрос. Какова административная и уголовная ответственность несовершеннолетних за приобретение, хранение и распространение наркотических веществ?

Ответ. Ответственность за хранение наркотиков несовершеннолетними наступает с 16-летнего возраста. Незаконное приобретение и хранение наркотических средств без цели сбыта в крупном размере влечёт за собой, в соответствии со статьёй 228 Уголовного кодекса Российской Федерации, наказание в виде штрафа до 40 тысяч рублей, лишения свободы до 3 лет или исправительных работ до 2 лет. За те же деяния в особо крупном размере грозит лишение свободы на срок от 3 до 10 лет со штрафом до 500 тысяч рублей или без такового.

Распространение наркотиков несовершеннолетними — преступление, попадающее под действие Уголовного кодекса Российской Федерации. Незаконное приобретение, хранение, изготовление, пересылка и перевозка наркотических средств с целью сбыта наказываются лишением свободы на срок от 4 до 8 лет. Те же деяния, совершенные в крупном размере, неоднократно или по предварительному сговору группой лиц наказываются лишением свободы на срок 8-15 лет. За сбыт наркотиков несовершеннолетними предусмотрена ответственность с 16 лет.

Употребление наркотиков несовершеннолетними старше 16 лет ведёт к административной ответственности в соответствии с российским

законодательством статьям 6.9 и 20.20 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях предусматривают ответственность за употребление наркотических и психотропных средств без назначения врача и грозит административный арест на 15 суток или штраф в размере 4-5 тысяч рублей.

Если виновным в употреблении наркотиков оказалось несовершеннолетнее лицо, которому не исполнилось 16 лет, то по закону отвечают его родители или заменяющие их лица. Статья 20.22 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях предусматривает штраф родителей в размере 1500-2000 рублей. По факту употребления наркотиков несовершеннолетним возбуждается уголовное дело с целью установления лица, продавшего наркотики ребёнку.

Вопрос. Что необходимо учитывать тренеру-преподавателю при проведении занятий по профилактике потребления психоактивных веществ?

Ответ. При проведении профилактических занятий с несовершеннолетними детьми педагогу необходимо:

- рассмотреть наиболее распространенные мифы и заблуждения, связанные с психоактивными веществами;

- объяснить медицинские и юридические последствия употребления психоактивных веществ;

- использовать яркий, образный наглядный материал, демонстрация которого вызовет непосредственный эмоциональный отклик в душе ребенка, что является залогом успешности проводимой профилактической работы.

- подробно рассмотреть причины употребления психоактивных веществ и разобрать альтернативы данному поведению;

- противостоять массовой рекламе психоактивных веществ;

- разъяснить обучающимся, что «легких» наркотиков не существует и зависимость может сформироваться и с первого потребления;

- предложить способы противостояния давлению компании;

- избегать морализаторства и назидательности в информационном воздействии;

- информировать обучающихся, родителей и педагогов о телефонах доверия.

Вопрос. Какую индивидуальную работу по профилактике потребления психоактивных веществ несовершеннолетними должны проводить в образовательной организации?

Ответ. В работе по профилактике потребления ПАВ несовершеннолетними необходимо:

- найти контакт с несовершеннолетним, установить с ним доверительные отношения;

- посещать на дому с целью контроля условий их семейного воспитания, организацией свободного времени, занятости в каникулярное время, подготовкой к урокам;

- изучать особенности личности подростков, проводить занятия по коррекции их поведения, обучение навыкам общения;

- вовлекать подростков в общественно-значимую деятельность, объединения дополнительного образования;

- установить, входит ли «трудный ребёнок» в другие компании;

- привлекать детей «группы риска» к участию в культурно-массовой, спортивной работе;

- особое внимание уделять их интересам и предпочтениям;

- организовать занятий для детей «группы риска» по саморегуляции, по развитию способностей правильно выражать эмоции, по овладению способами решения конфликтов;

- привлекать самих учащихся к укреплению правопорядка в образовательной организации.

Вопрос. Какие действия должен предпринять педагог образовательной организации, если заподозрил несовершеннолетнего в потреблении психоактивных веществ?

Ответ. Если у педагога возникли подозрения, что подросток находится в состоянии наркотического опьянения, то необходимо:

- удалить его из класса, отделить его от остальных одноклассников;

- поставить в известность администрацию школы, если сомнения подтвердились;

- вызвать медицинского работника школы;

- в случае, когда состояние подростка может быть расценено как состояние наркотического опьянения, немедленно известить о случившемся родителей или опекунов;

- нецелесообразно проведение немедленного разбирательства причин и обстоятельств употребления наркотических или психотропных веществ;

- при совершении подростком хулиганских действий необходимо прибегнуть к помощи правоохранительных органов;

-состояние наркотического опьянения устанавливается только специальной наркологической экспертизой, на которую подросток может быть направлен сотрудниками полиции.

При передозировке наркотических или психотропных веществ работники образовательной организации должны оказать обучающемуся первую доврачебную помощь:

- вызвать «скорую помощь»;
- повернуть ребенка на бок;
- очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс;
- следить, чтобы язык пострадавшего не западал в горло;
- следить за характером дыхания до прибытия врачей,
- если частота дыхания меньше 8–10 раз в минуту, произвести искусственное дыхание изо рта в рот.

Вопрос. Как подать информацию о вреде потребления психоактивных веществ в зависимости от возрастной категории несовершеннолетних?

Ответ. Подача информации о вреде наркотических и психотропных веществ необходимо учитывая психологические особенности возрастных категорий несовершеннолетних:

6-8 лет.

В этом возрасте ребенок обычно демонстрирует растущий интерес к миру, находящемуся за пределами семьи и дома. Авторитетом для него теперь является учитель, воспитатель, тренер.

В разговоре с детьми этого возраста необходимо:

-рассказать, что любое вещество, которое человек принимает внутрь, отличное от пищи, может быть крайне вредным.

-пояснить, как наркотики мешают работе организма и могут привести к очень плохому самочувствию человека или даже вызвать смерть.

-разъяснить понятие привыкания, что употребление наркотика может стать вредной привычкой, от которой трудно избавиться. Похвалите детей за хороший уход за своим телом и неупотребление того, что им может навредить.

9-11 лет.

С детьми этого возраста можно провести более сложное обсуждение того, почему людей привлекают наркотики и как они воздействуют на организм.

Вы можете воспользоваться их любопытством по поводу серьезных травмирующих событий жизни людей (типа автомобильной аварии или

развода), чтобы обсудить вопрос о том, что наркотики могут стать причиной этих событий.

В разговоре с детьми этой возрастной категории необходимо:

-отрепетировать возможные сценарии, при которых друзья предлагают наркотики и научить их произносить с чувством: «Это очень вредно!»

-обсудить, как реклама, песенная лирика и телепередачи бомбардируют их идеями о том, что употребление наркотиков выглядит шикарно. Убедитесь, что дети способны отделять мифы от реалий и похвалите их за умение мыслить самостоятельно.

-обсудить с ними игры, в которые играют со своими друзьями. Знают ли они что некоторые забавы могут считаться правонарушением или представлять опасность как для них, так и для окружающих.

12 –14 лет.

В этом возрасте основные новообразования в психике подростка связаны с общественно-полезной деятельностью, которая удовлетворяет потребности в общении со сверстниками и в самоутверждении.

Потерять авторитет в глазах друзей, уронить свою честь и достоинство – это самая большая трагедия для подростка. Вот почему он так бурно реагирует на нетактичные замечания, которые ему делают взрослые в присутствии сверстников.

В разговоре с подростками этого возраста:

-необходимо быть открытым и честным в общении для того, чтобы он ясно понимал, что ожидают от него взрослые;

-говорить подростку о том, что обращение за помощью является признаком силы характера, а не слабостью;

-поощрять в них желание задавать вопросы и научить выбирать надежные источники информации;

-укреплять чувство собственного достоинства, признавая их таланты, достижения, успехи, а также положительные личные качества.

15- 17 лет

В этом возрасте дружба становится особо важным фактором для подростков, а друзья становятся источником информации для принятия иногда важных решений. Старшие подростки в большей степени способны иметь дело с абстрактными концепциями такими, как «правда» и «справедливость». Эта способность думать и рассуждать в абстрактных категориях позволяет им оценить материальную стоимость употребления наркотических и психотропных веществ; причины, по которым необходимо соблюдать законы; влияние употребления вредных веществ на здоровье и соблюдение законодательства.

В разговоре в этом возрасте:

-целесообразно рассказать подросткам о том, как употребление психоактивных веществ во время беременности связано с появлением дефектов у новорожденных;

-говорить о том, что любой человек может стать наркоманом и что даже несистематическое употребление наркотиков может привести к зависимости и серьезным последствиям;

-хвалить и поощрять детей за все то, что они делают хорошо и за правильно принятые решения. Знание того, что их замечают и высоко ценят окружающие взрослые, оказывает мощное стимулирующее воздействие;

-больше общаться с детьми, периодически интересоваться тем, чем занимается подросток, о чем он думает и что он чувствует;

Наркотики чаще всего употребляют те, кто не сумел добиться уважения и самоуважения, при отсутствии любви, увлечений, доверия, заботы и ответственности.

Чем больше сформировано у ребенка чувство самоуважения, тем больше вероятности, что он сможет сказать «Нет» - в ответ на предложение испытать новые ощущения, стать взрослым или быть таким как все.

Вопрос. Какую работу в профилактике наркомании необходимо проводить с родителями несовершеннолетних?

Ответ. С родителями профилактическая работа по потреблению психоактивных веществ несовершеннолетними проводится в нескольких направлениях:

-просветительская работа (выпуск информационных листов, проведение бесед, дискуссий, ролевых игр, лекториев);

-психокоррекционная работа – семейное консультирование (оказание помощи семье в конфликтных ситуациях: уходы из дома; агрессивное неуправляемое поведение несовершеннолетнего; совершение квартирных краж и т.д.);

-психопрофилактическая работа – приглашение специалистов (медработников, инспекторов комиссии по делам несовершеннолетних и т.д.) на встречи с родителями.

-привлечение родителей для совместной организации досуга подростков;

-выявление особенностей взаимоотношения между родителями и детьми;

-разработка основных правил семейного воспитания;

-создание положительной мотивации у родителей в содействии образовательной организации, педагогам дополнительного образования, своему ребёнку;

-всестороннее психолого-педагогическое просвещение родителей, организация работы Совета профилактики.

Вопрос. Какие меры профилактики потребления наркотических средств можно применять в спортивной среде?

Ответ. В спортивной среде необходимо реализовывать комплекс мер, направленных на профилактику наркомании. Важно проводить информационные беседы и лекции о вреде наркотиков, активно привлекать учащихся к спортивным и культурным мероприятиям, организовывать тренинги по развитию навыков противостояния давлению сверстников и формированию здорового образа жизни. Особое внимание следует уделять работе с семьями учащихся, проводя родительские собрания и консультации по вопросам профилактики наркомании.