

Профилактика наркомании в образовательной среде

Содержание:

Введение

1. Причины развития у человека пристрастия к наркотикам.
2. Опасность наркомании: влияние на личность и общество.
 - 2.1 Влияние наркотиков на здоровье человека (физическое и психическое).
 - 2.2 Влияние наркотиков на психическое здоровье человека.
3. Основные методы профилактики.
 - 3.1 Основные направления профилактики
 - 3.2 Основные виды профилактики.
 - 3.3. Упражнения, занятия и игры по профилактике наркомании (тренинги).
4. Особенности профилактики наркомании в образовательной среде.
5. Значение профилактики наркомании и влияние на учащихся.

Заключение.

Список литературы и Интернет-ресурсов:

Введение

Тема наркомании актуальна особенно сейчас, когда наркомания приобрела масштабы всемирного бедствия. Наркотическая зависимость наносит ущерб физическому и психологическому развитию человека, представляет угрозу социальному благополучию общества. Особенно опасно вовлечение в наркоманию детей и подростков.

Наркомания – это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотических средств или психотропных веществ.

Детская наркомания – это, прежде всего, трагедия семьи, трагедия ребёнка. Но, как ни странно, пока эта проблема иллюзорна, призрачна, она не воспринимается всерьёз и родители, в большинстве своём, заняты совсем другим, на первый взгляд, безусловно, более важным и необходимым. Поэтому данную ответственность на себя берет образовательная организация (детский сад, школа, колледжи, ВУЗы и т. д., в ознакомлении детей о вреде наркотиков на физическое здоровье человека.

Но прежде, чем составлять план профилактических работ о вреде наркотиков на человека, следует ознакомиться с основными причинами и факторами, предрасполагающие к употреблению наркотических веществ.

1. Причины развития у человека пристрастия к наркотикам немало, их необходимо знать и учитывать в профилактической работе.

К таким причинам относятся:

- стрессовые ситуации
- конфликты в семье
- непонимание со стороны взрослых
- непризнание в кругу сверстников
- безответная любовь
- комплексы неполноценности
- социальные затруднения
- безволие
- неспособность уходить от скрытых опасностей и объективно анализировать

обстановку

- воздействие асоциальных элементов
- любопытство
- желание быть независимым
- низкий уровень духовности, нравственности, общей культуры и воспитанности
- социальная и педагогическая запущенность
- задержка психического развития.

2. Опасность наркомании: влияние на личность и общество.

- 2.1 Влияние наркотиков на здоровье человека (физическое и психическое).

Рассмотрим влияние наркотиков на дыхательную, сердечную и нервную системы:

- Дыхательная система подвергается негативному воздействию не только когда больной курит наркотик. Попадание смол, ядов, сажи в легкие при курении – не единственное негативное последствие.

Если наркотики употребляются иным способом (героин, морфин, происходит угнетение кашлевого центра головного мозга. Кашель является защитной реакцией организма и способом освободить легкие от слизи, пыли, инородных частиц, а при угнетении этого важного рефлекса лишние вещества продолжают оставаться в легких, провоцируя размножение бактерий, высокий риск легочных инфекций.

- Влияние наркотиков на сердце имеет различный механизм в зависимости от вида употребляемого вещества.

Опиаты (героин, морфин). Провоцируют угнетение центров регуляции работы сердечной мышцы и сосудов. Влияние на организм человека наркотиков состоит в снижении артериального давления и частоты сердечных сокращений, организм испытывает гипоксию – кислородное голодание, возникает нарушение обменных процессов сердечной мышцы. Возрастает риск развития ее дистрофии, ухудшение функции сердца замыкает порочный круг «гипоксия-нарушения работы сердца-гипоксия».

Стимуляторы (кокаин, амфетамин, экстази). Как влияют наркотики на организм? Вызывают учащение сердцебиения, повышение показателей кровяного давления, возрастает нагрузка на сердечную мышцу, возникает спазм периферических сосудов, повышение температуры тела. Нарушенные процессы терморегуляции усиливают нагрузку, сердечная мышца подлежит быстрому износу.

Итог – аритмии, инфаркты, дистрофия сердечной мышцы, сердечная недостаточность.

- Трудно переоценить роль головного мозга в регуляции всех процессов тела. При поступлении яда организм реагирует резким сужением сосудов – предпринимает попытки защитить мозг от интоксикации. Спазм обеспечивает временную сохранность функций, но вместе с ядом в мозг перестают поступать полезные вещества и кислород. Гипоксия приводит к гибели нервных клеток, нарушение метаболических процессов головного мозга усугубляет ситуацию. Истощение ресурсов нервной системы приводит к последствиям:

- стойкое нарушение ритма «сон-бодрствование»;

- выраженные необратимые ухудшения познавательных процессов, логического мышления;

- галлюцинации вне наркотического опьянения;

- затяжные, не поддающиеся медикаментозной коррекции депрессии;

- суицидальные тенденции;

- параноидальные, тревожные мысли;

- энцефалопатии;

- парезы, нарушение чувствительности конечностей, определенных участков.

2.2 Влияние наркотиков на психическое здоровье человека.

Во время приема наркотических средств больше всего страдает психика человека. Возможно, такие изменения не всегда заметны сразу, но от этого они не становятся менее опасными. Находясь в такой зависимости, ни один мужчина или женщина не может быть счастливым, радоваться простым житейским мелочам, выполнять любимую работу. Да и моральные принципы наркомана очень сильно меняются под воздействием психотропных препаратов. Те поступки и мысли, которые еще вчера казались недопустимыми, сегодня воспринимаются, как само собой разумеющиеся. Это действие, которое оказывает наркотик на мозг человека, очень опасно для психики.

С медицинской точки зрения, у наркозависимого человека начинается токсическая энцефалопатия. Этот процесс убивает огромное количество клеток головного мозга и нарушает психологическое восприятие реальности. Ухудшение памяти, приступы депрессии и агрессивное поведение – все это результат отмирания этих клеток. Нередко

прием наркотиков становится причиной нарушения кровообращения мозга, что может привести к инсульту, а впоследствии и к летальному исходу. Мозг не получает достаточного количества кислорода, который доставляет ему кровь, и постепенно умирает.

Детская и подростковая наркомания – явление, приводящее к тяжелым последствиям. Для того чтобы следующее поколение было здоровым, психически готовым к предстоящей самостоятельной жизни, к новым открытиям, в образовательных учреждениях проводят антинаркотическую политику, помогают осваивать новые навыки и умения, приучают к здоровому образу жизни.

3. Основные методы профилактики.

Профилактика наркозависимости – это всевозможные мероприятия, направленные на определение и ликвидацию факторов провокации и пристрастия к употреблению наркотических веществ, а также выявление главной причины наркомании. Еще один важнейший фактор заключается в определении основных возможностей устранения развития и формирования зависимости.

Основное направление профилактики наркомании включает в себя совокупность педагогических, социальных и медико-психологических мероприятий, направленных на поиск возможностей решения имеющихся проблем. На сегодняшний день профилактика наркомании в образовательной среде является приоритетным направлением деятельности социально-психологических служб. Именно подростковая наркомания сейчас лидирует среди общего числа наркозависимых. Дети 12-14 лет наиболее сильно подвержены влиянию социально значимых сверстников, поэтому необходимо проводить совместную работу с молодежью, в которую необходимо подключать помимо педагогов, психологов и социальных работников также родителей.

Самой лучшей подачей информации считается не перегруженная излишне негативом, чтобы не вызвать ненужного отторжения при работе с молодыми людьми и подростками это очень важно поскольку в силу возрастных особенностей они склонны к негативному восприятию информации. Подача информации должна отличаться положительным ключом, чтобы наркомания подростков не прогрессировала. Донесение информации в жизнеутверждающем русле позволит добиться положительных результатов даже при работе с наркозависимыми.

3.1 Основные направления профилактики.

Использование нескольких направлений по профилактике употребления наркотиков позволяет добиться максимального эффекта и предотвратить зависимость от наркотиков в молодежной среде. Также эти мероприятия направлены на выявление основных групп риска и оказание им грамотной психологической и при необходимости медицинской помощи. К основным профилактическим направлениям относятся:

- Активная просветительская и воспитательная работа среди молодых людей и подростков. Работа именно с этой возрастной аудиторией очень важна, поскольку этот возраст характеризуется наибольшей восприимчивостью к приему наркотических препаратов. Как правило, первые наркотики дети пробуют в школьном возрасте, поэтому в образовательных учреждениях профилактической работе необходимо уделять колоссальное значение. Правильно и интересно построенные лекции, которые подростку будут посещать с удовольствием, дадут значительно лучшие результаты, по сравнению и принудительным информированием.

- Вред наркомании в призме общественной проблемы, которая касается не только употребления, но и затрагивает вопросы распространения наркотиков. Эти мероприятия направлены на борьбу с распространением и выявлением все новых методов реализации наркотических препаратов.

- Употребление наркотиков должно расцениваться, как социальная болезнь, следовательно, необходимо прилагать максимум усилий для ее излечения.

- Воспитание населения с осознанием того, каково истинное влияние наркотиков на человека, к чему приводит употребление, и каким способом можно излечиться от зависимости.

- Применение административно-законодательных мер по отношению к распространителям наркотиков, чтобы боязнь понести наказание могла стать останавливающим фактором.

3.2 Основные виды профилактики:

1. Первичная профилактика направлена на предупреждение начала употребления наркотических препаратов.

2. Вторичная – это выявление лиц, для которых прием наркотиков носит пока эпизодический характер. Основной целью является предотвращение повторных употреблений.

3. Третичная – лечение наркозависимости и социально-психологическое восстановление наркоманов.

Первичная профилактика направлена на предупреждение приобщения к употреблению ПАВ, вызывающих болезненную зависимость. Это работа с популяцией условно здоровых людей, а также с так называемой группой риска наркотизации. К этой группе относятся молодые люди, в ближайшем окружении которых есть потребители наркотиков. Также в группу риска входят экспериментирующие с психоактивными веществами; имеющие генетическую предрасположенность к психическим и наркологическим заболеваниям, находящиеся в неблагоприятных семейных или социальных условиях люди.

Ввиду опасности формирования зависимости даже после однократного приема ПАВ (особенно у детей и подростков, первичная профилактика приобретает приоритетное значение. При этом важно отметить, что, согласно современному пониманию природы наркотической зависимости, «воротами» приобщения к наркотикам является употребление алкоголя и курение. Поэтому ведение профилактической работы должно начинаться с профилактики употребления алкоголя и табака.

Вторичная профилактика злоупотребления психотропными веществами направлена на предотвращение формирования зависимости от психоактивных веществ и предполагает работу с людьми, употребляющими ПАВ, но не обнаруживающими признаков наркомании как болезни. Иными словами, это работа с теми, кто злоупотребляет наркотиками, но без сформированной физической зависимости.

Третичная профилактика злоупотребления ПАВ (или реабилитация наркозависимых) проводится среди больных наркоманиями и токсикоманиями и направлена на предотвращение рецидивов заболевания. То есть, реабилитация предполагает проведение комплекса мероприятий, способствующих восстановлению личностного и социального статуса больного наркоманиями, включая алкоголизм, и возвращение его в семью, в ОУ, к общественно полезной деятельности.

Последствия наркомании приводят к разрушению личности и здоровья, утрате социально-значимых связей и инвалидности.

При первичной профилактике эффективность воздействия составляет 60-70%, при вторичной – 30-40%, при третичной – 3-5%.

Поэтому необходимо проводить качественную разъяснительную работу, в особенности с группами риска, иначе проблема наркозависимости может перерасти в глобальную, что скажется на благополучии и физическом здоровье целого поколения.

3.3. Упражнения, занятия и игры по профилактике наркомании (тренинги).

На наш взгляд, в профилактике наркомании наиболее эффективным является комплексный подход, направленный на решение следующих задач:

1) формирование у каждого учащегося концепции здорового образа жизни, опирающейся на сознательное и ответственное отношение к своему здоровью;

2) увеличение потенциала личностно-средовых ресурсов (формирование позитивной, устойчивой Я-концепции, развитие эмпатии и внутреннего контроля собственного поведения и т. д.).

3) формирование у подростков навыков анализа и критической оценки информации, в том числе получаемой о наркотиках;

4) объективное информирование о причинах, формах и последствиях злоупотребления наркотическими средствами.

И на основе данных задач, мы собрали комплекс упражнений и занятий.

Упражнение №1 «Ассоциации»

Цели: актуализация субъектного опыта участников; диагностика осведомленности участников группы о наркомании.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Для проведения упражнения понадобятся ручки и листы бумаги.

2. Инструктирование участников. Каждому участнику предлагается назвать 2 – 3 слова, которые приходят в голову, при словах – «наркотики», «наркомания», «зависимость».

3. Организация работы «в большом круге». На этом этапе участники образуют большой круг, после чего по кругу называют записанные ассоциации, а ведущий записывает их так, чтобы варианты не повторялись.

В результате обсуждения ведущий суммирует предложенные ассоциации.

4. Рефлексия участников.

Упражнение № 2. «Спорные утверждения»

Цели: выяснить взгляды участников на проблему наркомании; обучение поиску аргументов за здоровый образ жизни и конструктивному поведению в дискуссии; информирования подростков о вреде наркотиков.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Для проведения упражнения необходимо заранее подготовить листы бумаги с написанными на них утверждениями: «Полностью согласен», «Не совсем согласен», «Абсолютно не согласен», «Не имею определенного мнения». Эти листы нужно распределить по четырём сторонам комнаты.

2. Ведущий озвучивает спорные утверждения, а участники в этот момент должны подойти к тем листам, на которых отражена наиболее близкая им точка зрения на данное утверждение. Примеры спорных утверждений:

Лёгкие наркотики абсолютно безвредны.

Наркомания = преступление.

Наркотики дают ощущение свободы и легкости.

Наркомания- это неизлечимая болезнь.

У молодых людей могут возникнуть серьезные проблемы из-за наркотиков.

Отказаться от наркотиков легко, это можно сделать в любой момент.

Наркомания на самом деле не так опасна, как говорят.

Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию».

Люди, употребляющие наркотики, не осознавая, что зависят от них.

Зависимость от наркотиков не формируется с первого раза употребления.

Наркоман может умереть от передозировки.

Продажа наркотиков не преследуется законом.

Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.

Для решения проблемы употребления опиатов, нужно легализовать «лёгкие» наркотики.

Наркоманы опасны для общества.

3. Каждый участник должен обосновать свое решение: «Почему считаю именно так?». После того как каждый участник выскажет свое мнение, ведущий делает комментарии.

4. Выслушав все точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, наиболее подходящими для них после дискуссии.

Упражнение № 3 «Марионетки»

Цели: создать условия для демонстрации человеком чувств в тот момент, когда им управляют, когда он не свободен.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Участникам разбиться на группы по три человека. Каждой тройке даётся задание: два участника будут играть роль кукловода – полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки, один из участников играет роль этой куклы.

2. Проигрывание. Каждый участник должен побывать в роли куклы. Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии 2 -3 метров. Цель «кукловодов» – перевести «куклу» с одного стула на другой. При этом человек, играющий «куклу», как бы сложно это не было, не должен сопротивляться и полностью идти на поводу у «кукловодов». Очень важно, чтобы в роли «куклы» побывал каждый участник упражнения.

3. После завершения игры происходит обсуждение, участникам предлагается ответить на вопросы: Что вы чувствовали, когда были в роли «куклы»? Понравилось ли вам это чувство, комфортно ли вам было? Хотелось ли что-либо сделать самому?

Упражнение № 4 «Отказ»

Цели: формирование у участников навыков уверенного поведения, аргументационного отказа в ситуации выбора.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Участникам необходимо разбиться на микрогруппы (по 2-3 человека). Каждой из групп предлагается одна из ситуаций:

Сосед (одноклассник, подросток, имеющий авторитет во дворе) предлагает приготовить наркотик у тебя дома.

Сосед (одноклассник, подросток имеющий авторитет во дворе) просит оставить какие-то подозрительные, на твой взгляд, предметы у тебя дома.

Сосед (одноклассник, подросток, имеющий авторитет во дворе) предлагает попробовать наркотик «за компанию».

Сосед (одноклассник, подросток, имеющий авторитет во дворе) просит отвезти какой-то предмет незнакомому тебе человеку.

Сосед (одноклассник, подросток, имеющий авторитет во дворе) обращается с просьбой раздобыть для него наркотик.

2. Задание подгруппам: в течение пяти минут найти как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации. Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации три стиля отказа: неуверенный, уверенный, агрессивный.

3. Проигрывание ситуаций. Каждая подгруппа «проигрывает» свою ситуацию перед остальными участниками. Одни выступают в роли – «уговаривающего», другой – «отказывающегося».

4. Рефлексия. Участники делятся своими ощущениями. Предлагается ответить на вопросы: «Что вы чувствовали, когда говорили «нет», насколько это было сложно?».

Упражнение № 5 «Портрет наркомана»

Цели: формирование негативного отношения к образу наркомана, непринятия зависимого поведения.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Для проведения упражнения понадобится ватман, фломастеры. На чистом листе ватмана подростки в порядке очереди рисуют портрет наркомана. Важно, чтобы каждый участник нарисовал по одному элементу, творчески развивая элемент предыдущего, продолжая рисунок.

2. После того, как последний участник завершит образ, и портрет будет готов, ведущий предлагает каждому ответить на вопросы: Кто хочет быть на него похожим? Как не быть на него похожим?

Упражнение № 6. «Мой выбор- жизнь!»

Цели: диагностика готовности участников к поддержке здорового образа жизни.

Алгоритм подготовки и проведения:

1. Подготовка реквизита. Необходимо заранее подготовить по количеству участников разные цветочки с надписью: «Я никогда не стану таким, потому, что...».

2. Цветы нужно раздать участникам. Каждому предлагается продолжить фразу и заклеить своим цветочком, нарисованный ранее портрет наркомана. 3. Завершение упражнения. Завершить упражнение, ведущий может следующими словами: «Что же у нас, получилось, дорогие ребята? Этот устрашающий гражданин скрылся под вашей цветочной полянкой, которая и символизирует жизнь!»

4. Особенности профилактики наркомании в образовательной среде.

Это очень важная работа. Наркомания в школе достигла возрастной категории детей в 10-12 лет. Профилактика наркомании в школе должна начинаться с первых классов, иначе будет поздно. В современной культуре много встречается информации в фильмах, песнях, литературе, которая намекает или прямо утверждает о положительных свойствах наркотиков.

Профилактика наркомании в школе должна проводиться стандартным образом специально обученным специалистом. Важно донести до каждого ребенка информацию, которая в будущем может спасти его жизнь. Наркомания в школе не сможет развиваться, если дети осознанно примут твердое решение не принимать наркотики. Для тех школьников, кто уже пробовал наркотики – для закрепления информации можно проводить экскурсии в морг для обозрения изможденных мертвых тел наркоманов.

Профилактика наркомании в школах нашего города состоит в применении воспитательно - педагогических методов, направленных на:

- формирование у подростков представлений об общечеловеческих ценностях и здоровом образе жизни, препятствующих вовлечению в наркогенную ситуацию;
- передача учащимся знаний о социальных и психологических последствиях наркомании с целью устойчивого отказа от приема психоактивных веществ;
- привитие учащимся, вступившим на путь первых проб психоактивных веществ, умений и навыков активной психологической защиты от вовлечения в процесс употребления наркотиков и антисоциальную деятельность.

5. Значение профилактики наркомании и влияние на учащихся.

Профилактические работы наркомании позволяют:

- 1) воспитать подрастающее поколение в духе неприятия наркотических веществ
- 2) включить подростков в организованную борьбу против наркомании
- 3) развить у детей глубокое понимание опасности и вреда наркотиков для физического состояния организма и психики, духовного мира и личностных качеств человека, а также для общества в целом
- 4) сформировать у учащихся убеждения в том, что употребление наркотиков наносит ущерб здоровью и психическому распаду, утрате трудоспособности, радости человеческого общения, полноценных духовных отношений
- 5) развить у школьников полезные привычки использования свободного времени, стремления к творчеству и богатому духовному общению с интересными людьми.

Заключение.

Последние годы серьезнее становится угроза здоровью населения страны - употребление наркотических средств и других психоактивных веществ как среди взрослых, так и среди детей, подростков, молодежи. Наркомания стала глобальной проблемой человечества.

о всем мире образовательные программы – это наиболее распространенные формы антинаркотического просвещения и в настоящий момент они многим кажутся панацеей. Профилактические программы должны создаваться не по распоряжению «сверху» и не в едином варианте для всех образовательных учреждений.

Необходимы программы для родителей, преподавателей, а также профилактика на местном территориальном уровне, так как школьное просвещение чаще всего не достигает подростков, которые больше всего в нем нуждаются, тех кто редко посещает школу или ушел из нее.

Последние годы ситуация в области профилактики злоупотребления психоактивными веществами изменилась в положительную сторону. От позиции декларативного признания необходимости профилактической активности государство и общество переходят к реальным конструктивным мерам.

Профилактика наркомании в России уже не ограничивается отдельными малоэффективными попытками информирования подростков и молодежи о наркотиках и последствиях их потребления, а имеет четко сформулированные цели, задачи и стратегии действий.