

Профилактика аддиктивного (зависимого) поведения школьников

Рекомендации классному руководителю по профилактике аддиктивного (зависимого) поведения учащихся

1. Приступая к работе по профилактике аддиктивного поведения подростков, постарайтесь получить как можно больше научной информации о различных аспектах проблем алкогольной, наркотической, компьютерной и др. видов зависимостей. Будьте готовы ответить на самые разнообразные вопросы учащихся.
2. Содержание информации, ее источники подбирайте с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, уровня их осведомленности по проблеме. Важно не переусердствовать с запугиванием и запретами, не превратить профилактическую работу в рекламную кампанию.
3. Акцентируйте внимание подростков не только на разрушительном влиянии ПАВ на здоровье, но обязательно показывайте на жизненных примерах деградацию личности человека, формирование у него зависимости, которая начинает управлять всей жизнью. Избегайте морализаторства и осуждения.
4. Показывайте связь между употреблением психоактивных веществ и противоправным поведением человека; воспитывайте страх перед потерей самоконтроля.
5. Учите подростков отказываться от употребления алкоголя, наркотиков, избегать провоцирующих ситуаций.
6. Стремитесь больше разговаривать с учащимися в роли «старшего друга»: пусть они чувствуют, что если поделятся с Вами своими трудностями, опасениями, то не будут осмеяны и отвергнуты.
7. Повышайте самоуважение и самостоятельность подростков. Интересуйтесь их мнением по поводу происходящего, высказывайте и демонстрируйте уважение права на свою точку зрения.
8. Параллельно с работой по информированию и формированию осознанного негативного отношения к употреблению ПАВ содействуйте формированию у учащихся умение правильно организовывать свое время и жизнь, справляться с конфликтами, управлять эмоциями и чувствами.
9. Помогите подросткам ставить перед собой конкретные цели.

10. Содействуйте самовыражению подростков в позитивной форме (клубы, секции, кружки), помогите им разумно и с пользой организовать досуг.

11. Демонстрируйте на личном примере конструктивные способы преодоления стрессовых ситуаций, традиции здорового жизненного уклада.

12. Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья учащихся. Резкие перепады настроения, раздражительность, беспричинная агрессия, потеря интереса к учебе и привычным делам должны стать поводом для откровенной беседы.

13. Даже в случае минимального риска употребления подростком ПАВ обратитесь в школьный медпункт и поставьте в известность администрацию школы.

14. В вопросах профилактики аддиктивного поведения школьников поддерживайте сотрудничество с родителями учащихся, специалистами СППС школы, заинтересованными службами и организациями города.