



Жизнь без наркотиков

Информация для учителей



Дети доверяют взрослым и легко поддаются влиянию. Учителя могут служить примером для учащихся и могут убедить их отказаться от употребления наркотиков. Это особенно важно, если семья не заботится о молодом человеке и не занимается его воспитанием. Молодым людям порой приходится бороться с искушением попробовать что-нибудь новое и противостоять давлению сложно устроенного общества, которое предъявляет им высокие требования. Злоупотребление психоактивными веществами в сущности является средством, которое позволяет справиться с чувством незащищенности или избавиться от него. Помогите учащимся понять, что они не одиноки в этих испытаниях и что есть множество способов преодолеть их, не нанося ущерба своему здоровью.

Учите детей защищать себя

Чтобы сказать наркотикам “нет”, требуется уверенность в себе. Учителя могут воспитать в ребенке чувство собственного достоинства и укрепить культуру межличностных отношений. Проявляйте терпимость, чтобы ученики делились с вами своими мыслями. Воспитывайте в них уверенность, поощряя детей принимать себя такими, какие они есть. Помогайте им проводить различие между лечебным эффектом лекарств и пагубными последствиями приема запрещенных

наркотиков. Но прежде всего учите молодых людей умению не соглашаться, чтобы они поняли, как важно бывает сказать “нет”.

Учите детей творческому самовыражению

- Организуйте художественные конкурсы для детей на заданную тему, касающуюся профилактики наркотизма.
- Пропагандируйте спорт как одну из форм здорового образа жизни для молодежи.
- Разрабатывайте модели футболок с лозунгами, призванными предупредить злоупотребление наркотиками и распространение ВИЧ/СПИДа.
- Собирайте деньги в благотворительных целях на помощь беспризорным детям, которые принимают наркотики.
- Распространяйте имеющиеся знания с помощью интерактивных игр и театрализованных представлений.

Обращайте внимание на тревожные признаки.

Если вы думаете, что учащийся принимает вредные вещества, вы можете обнаружить некоторые явные признаки этого, но вначале убедитесь, что они не вызваны другими проблемами. Не делайте скоропалительных выводов о том, что учащийся злоупотребляет психоактивными веществами.





Эмоциональные признаки

- Резкие перепады настроения от эйфории до внезапной замкнутости и депрессии
- Беспричинное раздражение
- Потеря интереса к занятиям в школе или внеклассной деятельности
- Трудности общения с другими
- Пропуски уроков в школе
- Ухудшение оценок и успеваемости
- Неспособность долго сосредоточиваться на одном задании

Физические признаки

- Покраснение глаз
- Сонливость на уроках
- Невнятная речь
- Невнимательность в классе
- Забывчивость
- Безразличие к личной гигиене и внешности
- Дрожь и нарушение координации движений

Рассказывайте детям о запрещенных наркотиках и последствиях их употребления

Возраст 5-7 лет: У учащихся должны развиваться навыки принятия решений и сформироваться здоровые привычки. Они также должны быть способны выделять вредные последствия употребления запрещенных веществ и не путать их между собой.

Возраст 8-9 лет: Учащиеся должны быть способны назвать и описать наркотики, о которых они слышали, а также опасности, с которыми связано их употребление. Они должны уметь рассуждать о том, как влияет на них употребление наркотиков дома и в общине. Учащиеся должны также знать, где могут получить помощь люди, употребляющие наркотики.

Возраст 10-12 лет: Учащиеся должны знать причины употребления наркотиков и различать экспериментирование с наркотиками, случайное/эпизодическое, регулярное и

хроническое употребление наркотиков. Они должны обладать способностью делиться информацией со сверстниками. Учащиеся также должны знать о связи между ВИЧ/СПИДом и потреблением наркотиков и ситуациях, в которых люди подвергаются опасности инфицирования.

Предлагаемый учебный план:

Урок 1: Что такое наркотики? Что такое наркомания? Каково их влияние на отдельного человека и общество?

Урок 2: Природные наркотики (каннабис, опиум и кока), их действие и меры профилактики.

Урок 3: Полусинтетические наркотики (морфин, героин, кокаин и крэк), их действие и меры профилактики. Что можно сделать в случае передозировки?

Урок 4: Синтетические наркотики (амфетамины, "экстази", ЛСД, седативно-гипнотические средства). Какие действия оказывают эти наркотики на мозг и личность человека?

Урок 5: Как связаны между собой употребление наркотиков и ВИЧ/СПИД? Как можно предотвратить ВИЧ/СПИД?

Урок 6: Каковы факторы риска? К ним относятся неуспеваемость, неблагополучное семейное положение и наличие наркотиков. Каковы защитные факторы? К ним относятся поддержка семьи и общины, улучшение системы школьного образования и просвещение о проблеме наркотиков. Что могут сделать общественные деятели и другие лица?

Урок 7: К жизненным навыкам относятся умение руководствоваться здравым смыслом, способность не поддаваться давлению сверстников, умение сказать "нет" наркотикам, знание мер, которые необходимо принять, чтобы не попасть в наркотическую ловушку, и мер, которые подводят к твердому решению отказаться от наркотиков.

На основе серии брошюр "Living without Drugs" (Жизнь без наркотиков), разработанных Отделением ЮНОДК на Барбадосе и КАРНЭЙД ЮНЕСКО, и программы профилактики для начальной школы, разработанной Барбадосским национальным советом по проблеме злоупотребления психоактивными веществами.

Учебный план подготовлен организацией "Пунлеу Комар Кампучеа" (Камбоджа).