***ЯЩЕНКО Анна Борисовна,***

***КОПЕЙКИНА Ирина Иосифовна***

***воспитатели СПБ ГБПОУ ЛСИТ СП «Детский дом»***

**ЗАВТРА БУДЕТ ПОЗДНО!**

*Люди должны осознать,*

*что здоровый образ жизни – это личный успех каждого.*

*В.В. Путин*

Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. Необходимость введения СПБ ГБПОУ ЛСИТ СП «Детский дом» программы «За здоровый образ жизни» продиктована многими причинами. Одна из них - НАРКОМАНИЯ.

На сегодняшний день проблема подростковой наркомании в стране достигла катастрофических размеров. Она стала общей социальной проблемой. Ее распространениеидет гораздо быстрее, чем принимаются меры по борьбе с наркоманией.

Термин «наркомания» в социально-педагогическом аспекте – это форма девиантного поведения, которая выражается в физической или психической зависимости от наркотиков, постепенно приводящий детский организм к физическому и психическому истощению и социальной дезадаптации личности.

Лет 20 назад наркоман был редкостью - это скрывалось, и наркоманы старались не афишировать себя, но в настоящее время приём наркотиков у молодёжи становится обыденным делом. Если ещё недавно причинами употребления наркотиков были наследственность, подражание, из любопытства, то сейчас - это целенаправленное получение удовольствия.

У большинства подростков есть личный опыт употребления наркотиков. Чаще это приём медицинских препаратов (которые несложно купить в аптеке) или курительных смесей (которые тоже легко приобрести в открытой продаже). Доступность и реклама наркотиков - одна из причин их употребления.

Профилактическая деятельность должна осуществляться заблаговременно, носить опережающий характер, т.е. до наступления периода, когда приобщение к тому или иному виду одурманивания для воспитанника становится реальным, приоритетным.

Цель первичной профилактики состоит в воспитании психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ, создание иммунитета против приема первой дозы.

По результатам наблюдения и опросам среди воспитанников СП "Детский дом" СПБ ГБПОУ ЛСИТ (ГБОУ НПО ПУ № 70) можно выделить три группы:

* *противники, которые никогда не употребляли и не хотят пробовать наркотики;*
* *лица, попробовавшие наркотики, но ещё не определившиеся в своём выборе и отношении к ним;*
* *лица, употребляющие наркотики, которые считают это признаком самостоятельности и независимости.*

Эти воспитанники относятся к группе риска. И нас это настораживает. Важно разобраться в причинах употребления ПАВ, выявить это на ранней стадии.

Состояние наркотического опьянения напоминает алкогольное, но без характерного алкогольного запаха изо рта.

Признаки состояния наркотического опьянения:

* *зрачки (сужены или расширены);*
* *эйфория, повышенная возбудимость, подъём настроения, оживлённость, громкая речь, общительность, жестикуляция, нарушение координации;*
* *заторможенность, вялость, длительный сон и т.д.*

Последствия приёма наркотиков:

* *проблемы с учёбой, прогулы;*
* *конфликты с преподавателями и воспитателями;*
* *поздние возвращения;*
* *новые сомнительные знакомства;*
* *раздражительность, смена настроения.*

Наркотики ещё сочетают с приёмом алкоголя. Это ускоряет и усиливает эффект воздействия ПАВ, а также и ускоряет деградацию личности.

Как при любой болезни, при соблюдении определённых профилактических мер, можно уберечь воспитанника от употребления ПАВ. Общение с ребёнком самое доступное профилактическое средство, но которого так часто ему не хватает.

* *Общайтесь друг с другом.*
* *Выслушивайте друг друга.*
* *Ставьте себя на его место.*
* *Проводите время вместе.*
* *Дружите с его друзьями.*
* *Подавайте пример.*
* *Помните, что ВАШ РЕБЁНОК УНИКАЛЕН!!!*

Профилактическая работа проводится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей подростков, предполагает индивидуальные, групповые и массовые формы работы. Но профилактическую деятельность нельзя строить только на методе запретов и наказаний, опыт показывает неэффективность такой работы. А также одним из главных требований профилактической работы является максимальное исключение возможности обратного эффекта - «повышенного интереса», т. е. информация не должна вызывать «поисковой активности» у подростка, желания на собственном опыте проверить достоверность приводимых фактов.

Профилактическая деятельность воспитателя должна быть направлена на воспитание негативного отношения к ПАВ и на внеклассных мероприятиях. В воспитательных беседах, диспутах, дискуссиях, круглых столах показываем, чем страшна наркомания. Под действием наркотиков необратимо сгорают нервные клетки, резко снижаются защитные реакции организма, на человека «набрасываются» заболевания. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушают кровь и т.д. Возникают бредовые идеи. Пристрастие к наркотикам - это моральное и физическое самоуничтожение Нужно помочь осознать весь страшный вред наркотиков. Донести до сознания каждого подростка факт опасности. Только понимание даёт постоянный эффект. Только если сам захочешь, то перестанешь употреблять наркотики. Только поняв и отказавшись от ПАВ, замечаешь и другие удовольствия в жизни. Наркотики не приносят счастья.  
Источник подлинного удовольствия и радости находится в нас самих. Откройте его!

Стараемся наших ребят активно вовлекать в работу волонтёрского движения.

Регулярно просматриваем и обсуждаем учебные фильмы. Привлекаем к участию в различных мероприятиях, контролируем их досуг, пропагандируя здоровый образ жизни. Выпускаем плакаты, стенгазеты. Участвуем в конкурсах рисунков на асфальте «Наркотикам НЕТ!!!».

На ребят огромное впечатление произвела встреча с «Дружками» (бывшими наркоманами). Они на личном горьком опыте показали, что наркотики изменяют настроение, чувства, мысли, ощущения и поведение человека.

Обращаясь за помощью к психологам, врачам в реабилитационные центры, мы тем самым усиливаем контроль над воспитанниками, замеченными в употреблении наркотиков, проводим воспитательную и разъяснительную работу. Конечно, не все представленные способы легко воплощаются, но в совокупности они дают реальный положительный результат. Получить положительный результат возможно только при плановой, систематической работе с воспитанниками.

Всем хочется видеть детей здоровыми и счастливыми. Но как сделать, чтобы каждый воспитанник жил в ладу с самим собой, с окружающим миром? Секрет этой гармонии прост: ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!!!