**Методические рекомендации для специалистов**

**муниципальной системы профилактики зависимостей**

**города Екатеринбурга по проведению мероприятий**

**антиалкогольной направленности**

**Об актуальности темы**

Актуальность проблемы профилактики алкоголизма определяется фиксируемый в Екатеринбурге со второй половины 2015 года рост числа детей и подростков, употребляющих алкогольные напитки.

Кроме того, отмечается тенденции к омоложению, более раннему возрасту употребления алкоголя, феминизация этой пагубной привычки (все большее количество молодых девушек начинают употреблять алкоголь), и возрастающее стремление взрослых (родителей) дистанцироваться от проблем подростковой алкоголизации, переложить их решение на правоохранительные органы.

Все эти тенденции привели к тому, что в настоящее время в Екатеринбурге в профилактической помощи нуждается значительная группа детей и подростков, которые в силу особенностей своего поведения, школьной и социальной дезадаптации выпадают из общего числа более благополучных школьников, и, следовательно, не охвачены программами первичной профилактики. К 14 – 16 годам они уже имеют опыт употребления алкоголя или спиртосодержащих напитков, устойчивые взгляды на алкоголь, уверены, что пиво полезно, а коктейли безопасны. Для эффективной работы с такими детьми необходимы специальные мероприятия.

Таким образом, целью создания методических рекомендаций является обеспечение консультативной помощи специалистам – субъектам профилактики, в порядке и разработке принципов, средств оптимальной антиалкогольной профилактической помощи подростку и его семье.

**Раздел 1.**

**Организация профилактики алкоголизма среди несовершеннолетних.**

Цель профилактической работы – снижение уровня систематического потребления несовершеннолетними алкогольной и спиртосодержащей продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе.

Задачи профилактической работы:

а) формирование у несовершеннолетнего здорового образа жизни, отрицательного отношения к потреблению алкоголя;

б) устранение причин и условий, способствующих употреблению подростками алкогольных и спиртосодержащих напитков;

в) выявление и пресечение случаев вовлечения несовершеннолетних в употребление алкоголя;

г) раннее выявление несовершеннолетних, употребляющих алкоголь, оказание им необходимой медицинской и реабилитационной помощи;

д) предупреждение совершения правонарушений и антиобщественных действий несовершеннолетними, употребляющими алкоголь.

Осуществление мероприятий по профилактике алкоголизма несовершеннолетних основывается на принципах:

а) законности;

б) гуманного обращения с несовершеннолетними;

в) соблюдения прав и интересов несовершеннолетних;

г) приоритета раннего психологического, социального, педагогического воздействия, направленного на предупреждение вовлечения несовершеннолетних в потребление алкоголя;

д) индивидуального подхода к предупреждению потребления алкоголя;

е) комплексного целевого профилактического воздействия на личностном, семейном и социальном уровнях;

ж) поддержки семьи и взаимодействие с ней в вопросах профилактики алкоголизма несовершеннолетних.

Профилактику алкоголизма несовершеннолетних в пределах своей компетенции осуществляют:

а) органы государственной власти, территориальные подразделения федеральных органов государственной власти, органы местного самоуправления;

б) органы и учреждения системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних:

- комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав;

- органы управления образованием;

- органы управления здравоохранением;

- органы управления социальной защитой населения;

- органы опеки и попечительства,

- органы по делам молодежи;

- органы внутренних дел;

- органы занятости;

- иные органы, учреждения, организации в порядке, установленном законодательством и законодательством субъектов Российской Федерации.

Профилактика алкоголизма в целях формирования здорового образа жизни и общего негативного отношения к употреблению алкоголя осуществляется в отношении всех несовершеннолетних, в том числе:

а) несовершеннолетних, входящих в группу риска (лица, которые в силу своего психологического, социального, семейного статуса склонны к приобщению употребления алкоголя, формированию болезненной зависимости от него), – в целях предупреждения вовлечения их в употребление алкогольной продукции;

б) родителей, лиц, их заменяющих, – в целях приобретения ими знаний, необходимых для выявления у детей признаков употребления алкоголя, а также обучения навыкам бесконфликтного общения с детьми, имеющими зависимые состояния;

в) несовершеннолетних, употребляющих алкоголь, – в целях выявления и оказания соответствующей социально-реабилитационной помощи.

**Раздел 2.**

**Основные направления деятельности органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в профилактике алкоголизма среди несовершеннолетних.**

* 1. *Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.* Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, образуемые органами местного самоуправления обеспечивают:

а) осуществление мер по защите прав и законных интересов несовершеннолетних с целью предупреждения употребления ими алкогольных напитков,

б) участие в разработке и реализации программ в сфере профилактики алкоголизма несовершеннолетних;

в) координацию деятельности органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних по вопросам профилактики алкоголизма среди несовершеннолетних;

г) рассмотрение на заседаниях КДН и ЗП вопросов, связанных с профилактикой алкоголизма несовершеннолетних и принятие действенных мер по повышению эффективности работы всех органов и учреждений профилактики в данном направлении;

д) в ходе рассмотрения дел об административных правонарушениях выявление, учет и направление в медицинские учреждения с целью обследования, наблюдения и лечения лиц, употребляющих алкоголь;

е) оказание помощи в трудовом и бытовом устройстве несовершеннолетних, употребляющих алкоголь из числа лиц, освобожденных из учреждений уголовно-исполнительной системы либо вернувшихся из специальных учебно-воспитательных учреждений;

ж) применение мер воздействия в отношении несовершеннолетних, употребляющих алкогольные и спиртосодержащие напитки, а также их родителей и законных представителей;

з) информирование органов и учреждений системы профилактики о фактах выявления несовершеннолетних, употребляющих алкогольные и спиртосодержащие напитки с целью проведения работы в пределах своей компетенции.

*2. 2. Органы управления образованием*.

Муниципальные органы управления образованием в сфере профилактики алкоголизма:

а) обеспечивают организацию летнего отдыха, оздоровления и занятости несовершеннолетних;

б) ведут персонифицированный учет несовершеннолетних, не посещающих или систематически пропускающих по неуважительным причинам занятия в образовательных учреждениях, а также несовершеннолетних, относящихся к группе риска;

в) разрабатывают и внедряют в практику работы образовательных учреждений программы и методики, направленные на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних.

*Образовательные организации* осуществляют в сфере профилактики алкоголизма:

а) пропаганду здорового образа жизни, обеспечивают организацию в образовательных учреждениях общедоступных спортивных секций, технических и иных кружков, клубов для несовершеннолетних;

б) информирование несовершеннолетних и их родителей о негативных медицинских и социальных последствиях употребления несовершеннолетними алкогольных, спиртосодержащих напитков, пива и напитков, изготовляемых на его основе;

в) оказание психологической, социально-педагогической помощи несовершеннолетним с проблемами развития и обучении в целях предупреждения социальной дезадаптации и вовлечения в употребление алкоголя;

г) оказание психолого-педагогической помощи родителям, лицам, их заменяющим, имеющим трудности в воспитании детей, консультирование по способам бесконфликтного общения с детьми, употребляющими алкоголь;

д) обеспечение приоритета в реализации воспитательных и развивающих программ, направленных на предупреждение девиантного поведения несовершеннолетних, реализация программ и методик, направленных на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних;

е) выявление и учет несовершеннолетних, не посещающих образовательные учреждения, принятие мер по получению ими основного общего образования;

*2.3. Органы управления здравоохранением и учреждения здравоохранением*.

*Государственные учреждения здравоохранения*, оказывающие специализированную психиатрическую и наркологическую помощь, организуют:

а) пропаганду здорового образа жизни, распространение среди несовершеннолетних и их родителей знаний о негативных последствиях для подросткового организма употребление алкогольных, спиртосодержащих напитков, пива и напитков, изготовляемых на его основе;

б) развитие сети детских и подростковых учреждений, оказывающих наркологическую и психиатрическую помощь;

Муниципальные учреждения здравоохранением в рамках своей компетенции осуществляют:

а) оказание специализированной диагностической и лечебно-восстановительной помощи несовершеннолетним, больным алкоголизмом;

б) оказание консультативной помощи работникам органов и учреждений системы профилактики, а также родителям или законным представителям несовершеннолетних;

в) выявление, учет, обследование при наличии показаний медицинского характера и лечение несовершеннолетних, употребляющих спиртные напитки;

г) круглосуточный прием несовершеннолетних, находящихся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, для оказания им медицинской помощи при наличии показаний медицинского характера. Больным алкоголизмом предоставляются все виды наркологической помощи, включая обследование, консультирование, диагностику, лечение и медико-социальную реабилитацию. Наркологическая помощь больным алкоголизмом оказывается по их просьбе или с их согласия, несовершеннолетним в возрасте до 16 лет – по просьбе или с согласия их родителей или законных представителей, за исключением случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации

*2.4. Органы внутренних дел*.

Сотрудники органов внутренних дел в пределах своей компетенции:

а) выявляют несовершеннолетних, допускающих потребление алкоголя, места их концентрации, возможного сбыта, приобретения и потребления алкоголя, устанавливают обстоятельства, связанные с приобретением и (или) потреблением несовершеннолетними алкоголя;

б) в отношении несовершеннолетних, допускающих употребление спиртных напитков, оформляют материалы об административном правонарушении и направляют для принятия решения в комиссии по делам несовершеннолетних;

в) ставят на учет с заведением учетно-профилактических карточек несовершеннолетних, потребляющих алкоголь, проводят индивидуально- профилактическую работу с ними;

г) на основе анализа состояния работы по предупреждению алкоголизма среди несовершеннолетних на обслуживаемой территории организуют профилактические мероприятия, подготавливают необходимые предложения в органы и учреждения системы профилактики;

Сотрудники органов внутренних дел в пределах имеют право:

а) доставлять в органы внутренних дел несовершеннолетних, совершивших административные правонарушения, связанные с употреблением спиртных напитков и появлением в состоянии алкогольного опьянения в общественных местах;

б) вносить в соответствующие органы и учреждения предложения об устранении причин и условий, способствующих совершению правонарушений, связанных с употреблением несовершеннолетними алкогольных и спиртосодержащих продуктов;

в) принимать участие в рассмотрении соответствующими органами и учреждениями материалов об административных правонарушениях, связанных с употреблением несовершеннолетними алкогольных и спиртосодержащих продуктов, пива и напитков, изготавливаемых на его основе;

г) осуществлять учет правонарушений, связанных с употреблением несовершеннолетними алкогольных и спиртосодержащих продуктов.

*2.5. Обязанности родителей и лиц, их заменяющих, по профилактике алкоголизма несовершеннолетних.*

Родители, усыновители, опекуны и попечители несовершеннолетних обязаны:

а) воспитывать несовершеннолетних, разъяснять им преимущества ведения здорового образа жизни, отказа от потребления алкоголя;

б) обеспечивать получение несовершеннолетними детьми полного общего образования, контролировать посещение ими учебных занятий;

в) принимать меры, направленные на исключение потребления несовершеннолетними алкоголя;

г) принимать меры к медицинскому освидетельствованию и лечению несовершеннолетних, больных алкоголизмом;

д) обращаться за квалифицированной помощью в компетентные органы и учреждения в целях ранней профилактики зависимых состояний у детей и получения квалифицированной помощи.

**Раздел 3.**

**Организация раннего выявления несовершеннолетних,**

**употребляющих алкоголь.**

Действия субъектов профилактики по раннему выявлению несовершеннолетних, употребляющих алкоголь.

*Органы образования* – выявляют несовершеннолетних, употребляющих психоактивные вещества. Данная работа осуществляется специалистами образовательных учреждений путем обнаружения внешних признаков употребления алкоголя.

Согласно алгоритму действий педагогов, медицинских работников учебных учреждений при выявлении детей с признаками алкогольного опьянения:

- несовершеннолетних, допускающих употребление алкоголя, ставят на внутренний учет решением Совета профилактики общеобразовательного учреждения;

- несовершеннолетним, замеченным в употреблении алкоголя, и его родителям рекомендуют обратиться на консультацию к психиатру – наркологу.

*Учреждения здравоохранения:*

- проводят раннее выявление несовершеннолетних, употребляющих алкогольные напитки;

- осуществляют консультирование несовершеннолетних и их родителей по вопросам употребления несовершеннолетними спиртных напитков;

- по направлениям специалистов учреждений системы профилактики устанавливают учащихся, употребляющих алкоголь, психиатром-наркологом осуществляется освидетельствование несовершеннолетних на предмет употребления алкогольных напитков в случаях, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

*Подразделение по делам несовершеннолетних:*

- выявляют несовершеннолетних, потребляющих алкоголь, в ходе осуществления оперативно-служебной деятельности, проведения рейдовых, специализированных мероприятий;

- дают рекомендации по обращению на консультацию к врачу психиатру-наркологу;

- направляют несовершеннолетних на освидетельствование на предмет употребления алкогольных и спиртосодержащих продуктов;

- организуют консультативный прием, индивидуальные беседы с подростками, их родителями врачами психиатрами-наркологами.

*Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав:*

- организовывает консультативный прием, индивидуальные беседы с подростками, их родителями врачами психиатрами-наркологами в помещении КДН.

*Органы социальной защиты:*

- выявляют на ранней стадии детей, употребляющих психоактивные вещества в семьях, находящихся в социально-опасном положении;

-детям, замеченным в употреблении психоактивных веществ (или их законным представителям), рекомендуют обратиться на консультацию к врачу психиатру-наркологу в наркологический кабинет.

**Алгоритм действий педагога, медицинского работника**

**и администрации учебного заведения при подозрении на употребление несовершеннолетними наркотиков, алкоголя**

**и других одурманивающих веществ**

Если у Вас возникли подозрения, что подросток употребляет алкоголь, то наиболее оправданы следующие действия:

1. Корректно сообщить о своих подозрениях родителям или опекунам подростка.

2. При подозрении на групповое употребление алкоголя необходимо провести беседы с родителями всех членов группы. В ряде случаев это целесообразно осуществить в виде собраний с приглашением врача психиатра-нарколога, работника правоохранительных органов.

3. Организовать индивидуальные встречи подростков и их родителей с врачом психиатром-наркологом районного подросткового наркологического кабинета.

4. Предоставить подросткам и их родителям информацию о возможности анонимного обследования, оказания психологической и социальной помощи, указать адреса и телефоны.

**Если у Вас возникли подозрения, что подросток находится**

**в состоянии опьянения в связи с употреблением алкоголя**

1. Немедленно поставить в известность руководителя школы.

2. Пригласить инспектора подразделения по делам несовершеннолетних для составления протокола об административном правонарушении.

3. Срочно вызвать медицинского работника школы. Медработник должен оценить общее состояние несовершеннолетнего и зафиксировать данные осмотра в школьной медицинской карте. При добровольном информированном согласии в отношении лиц, старше 15 лет и законных представителей в отношении лиц, не достигших возраста 15 лет с целью диагностики провести забор мочи.

4. Если общее состояние учащегося оценивается как состояние острого алкогольного опьянения – вызвать бригаду скорой помощи.

5. Немедленно известить родителей подростка или лиц, их заменяющих, о случившемся.

6. Нецелесообразно проведение немедленного разбирательства о причинах и обстоятельствах употребления алкоголя.

**Алгоритм действий при выявлении несовершеннолетнего,**

**находящегося в состоянии острого отравления алкоголем**

Признаками острого отравления являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на раздражители, рвота.

При остром отравлении алкоголем важно вовремя оказать первую помощь и вызвать скорую медицинскую помощь.

Этапы оказания первой помощи при отравлении алкогольными и спиртосодержащими продуктами:

1. Вызвать скорую медицинскую помощь.

2. Пострадавшего повернуть на бок.

3. Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.

4. Следить за характером дыхания до прибытия врача.

5. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 раз в 1 минуту – искусственное дыхание «изо рта в рот».

**Раздел 4.**

**О выявлении и работе с подростками группы риска, психологически готовыми к употреблению (злоупотреблению) алкоголя.**

*К числу деструктивных факторов, способствующих развитию психологической готовности подростков к употреблению или злоупотреблению алкоголем относятся:*

неразвитая система ценностей;

низкое самоуважение;

чувство одиночества;

конфликтные отношения со взрослыми, сверстниками;

затруднения в общении;

неспособность справляться с трудностями;

неумение преодолевать стрессы;

податливость негативному влиянию и давлению извне (сверстников, взрослых, рекламы);

отсутствие собственных достоверных знаний об алкоголе;

неумение выбирать здоровые альтернативы;

отсутствие ориентиров на будущее;

низкий уровень достижений;

трудности в проявлении и распознавании своих эмоций;

низкий уровень самоконтроля;

отсутствие навыков самостоятельного принятия решений, ответственности за свое поведение.

*Причины первой пробы алкоголя:*

желание не отставать от компании, быть «как все»;

любопытство, интерес;

возможность пережить приятные ощущения;

стремление отключиться от неприятностей; «от нечего делать» и др.

*Это чаще всего внешняя мотивировка, а истинные причины (мотивы) намного глубже:*

невозможность удовлетворить свои важные потребности, желания;

психотравмирующие ситуации;

неспособность разрешать жизненные трудности, освобождаться от отрицательных эмоций в конструктивной форме;

неумение самостоятельно принимать ответственные решения, противостоять негативному воздействию сверстников;

проявление оппозиции и эмансипации.

Несовершеннолетний, начинающий употреблять алкоголь, находится в своеобразной социальной ситуации: с одной стороны, мощный прессинг рекламных предложений нового стиля жизни, связанного с употреблением пива, поиск новых ощущений в сочетании с доминирующими у подростка мотивами любопытства и подражания кумирам; с другой стороны — безучастность и некомпетентность сверстников, значимых взрослых, в том числе родителей. Детям сложно бороться с употреблением алкоголя самостоятельно, так как они повторяют модель жизни своих родителей (семейные ценности, правила, установки, убеждения, роли, образцы поведения, взаимоотношений).

Знакомство с алкоголем в семье начинается с семейных застолий, которые практически немыслимы без обилия спиртных напитков. Рано или поздно ребенка угощают каким-либо спиртным. И очень многое зависит даже от того, как понимают в семье само это слово — «спиртное». Огромное количество людей, например, не считает пиво спиртным напитком. Хотя существует пивной алкоголизм. В некоторых семьях детям безмятежно дают пиво или вино, начиная с плодово-ягодных, домашних, сладких, вроде бы «безобидных». И постепенно приучают ребенка к мысли, что алкоголь — это вкусно. Обычно же ребенка постепенно приучают к алкогольному ритуалу — сначала он чокается стаканом с водой, потом появляется вино и более крепкие напитки. Взрослея, ребенок уже не воспринимает застолье иначе, как в сопровождении алкоголя. Просто не понимает, как это можно пить чай и общаться друг с другом.

**Раздел 5.**

**О механизмах развития детского алкоголизма.**

Детский алкоголизм, формирующийся в подростковом и юношеском возрасте (от 13 до 18 лет), обычно называют ранним алкоголизмом. Считается, что в этом возрасте клинические проявления алкоголизма развиваются быстрее, чем у взрослых, а болезнь протекает более злокачественно. Анатомо-физиологические особенности организма в период возрастных кризов, пубертатный период являются своеобразной благоприятной почвой, на которой алкоголь может обусловить быстрое развитие болезни. Большое значение имеет степень алкоголизации и формы употребления спиртных напитков, в частности, частота, дозы, концентрация алкоголя, реакция организма на его прием. В организме ребенка или подростка алкоголь прежде всего проникает в кровь, печень, мозг. В связи с незрелостью центральной нервной системы, она наиболее уязвима для действия этанола. Результатом такого действия является изменение личности подростка, нарушается:

логическое абстрактное мышление;

интеллект;

память;

эмоциональное реагирование.

При воздействии алкоголя поражаются практически все системы организма подростка. Согласно статистике, 5—7% отравлений у детей приходится на долю алкогольных интоксикаций. Явления опьянения у детей и подростков развиваются быстро и могут завершиться комой. Артериальное давление и температура тела повышаются, уровень глюкозы в крови, количество лейкоцитов падает. Кратковременное возбуждение, вызванное приемом алкоголя, быстро переходит в глубокий интоксикационный сон, нередки судороги, даже летальный исход. Иногда регистрируют психические нарушения с бредом и галлюцинациями.

*Выделяют несколько этапов в развитии алкоголизма в этих возрастных группах.*

На первом, начальном, этапе происходит своеобразная адаптация (привыкание) к алкоголю. Большое значение при этом имеет микросоциальная среда, особенно семья, школа, сверстники. Продолжительность этого периода составляет до 3—6 мес.

Второй этап характеризуется относительно регулярным приемом спиртных напитков. Растут доза, кратность приема алкоголя. Меняется поведение подростка. Данный период продолжается до 1 года. Считается, что прекращение употребления алкоголя в этот период может дать хороший терапевтический результат.

На третьем этапе развивается психическая зависимость, которая может длиться в течение нескольких месяцев или лет. Подросток сам является активным пропагандистом приема алкогольных напитков в любое время, в любых количествах и любого качества. Теряется количественный и ситуационный контроль. Появляются многодневные, недельные, иногда постоянные употребления спиртных напитков. Это начальная стадия хронического алкоголизма.

Четвертый этап определяется как хроническая стадия болезни. Сформирован абстинентный синдром, преимущественно с преобладанием психического компонента. Иногда абстинентный синдром выражен слабо в форме вегетативно-соматических нарушений (головная боль, головокружение, утомляемость, боли в сердце).

Далее, на пятом этапе, наступает быстрое формирование слабоумия (деменции). Дети, страдающие алкоголизмом, быстро опускаются, становятся асоциальными, грубыми, с частой сменой настроения, сексуально расторможенными, интеллектуально деградированными, с грубыми нарушениями памяти и эмоций.

Формирование алкоголизма у подростков зависит от следующих факторов:

физиологические (патология беременности, черепно-мозговые травмы, органические заболевания мозга, тяжелые инфекционные и соматические заболевания в раннем детстве);

отягощенная наследственность;

особенности характера (при эпилептоидном типе акцентуации характера подростки употребляют алкоголь для улучшения адаптации к окружающей среде; при возбудимом типе употребление алкоголя чаще всего связано со стремлением избавиться от плохого настроения; истерические психопаты корригируют алкоголем возбудимость и неустойчивость);

психотравмирующие факторы (ранняя утрата и/или алкоголизм родителей, безнадзорность, конфликты в семье, педагогическая и социальная запущенность).

Важная задача педагогов и родителей – вовремя заметить симптомы болезни и обратиться за помощью к врачам-наркологам.

**Раздел 6.**

**Несколько акцентов для родителей.**

Неспециалисту может показаться странным, что самооценка прямо связана с употреблением табака, алкоголя или даже наркотиков. Однако исследования показали, что люди, злоупотребляющие этими веществами, обычно имеют низкую самооценку. Так и у ребенка, имеющего положительную, высокую самооценку, скорее всего хватит самоуважения, чтобы отказаться от употребления алкоголя и наркотиков. Он будет сопротивляться давлению окружающих более активно, чем тот, который считает себя "хуже других".

Навыки противостояния давлению сверстников – это такие поступки или действия, которые родители могут воспитать в своем ребенке в целях отказа от употребления табака, алкоголя и наркотиков. Для воспитания противостояния давлению используйте пять правил:

1. Научите ребенка ценить индивидуальность в людях и в себе самом. В подходящий момент попросите ребенка сказать, что делает вас особенным, ни на кого не похожим, уникальным человеком. Спросите, что ребенку нравится в своей собственной индивидуальности, добавьте его описанию побольше его хороших черт, которых он сам не назовет.
2. Обсудите вместе с ребенком понятие дружбы. Попросите его составить описание настоящего друга: "друг – это ..." и "друг – это не ...". Пока он работает, составьте свое описание друга. Поговорите, сравнивая, сколько одинаковых характеристик в ваших описаниях и выясните, кто же такой настоящий друг.
3. Научите ребенка говорить людям "нет". Большинство родителей учат своих детей быть вежливыми, уважать других и быть послушными. Однако этого недостаточно для того, чтобы ребенок мог постоять за себя. Детям нужна поддержка родителей, чтобы сказать "нет" давлению посторонних взрослых или сверстников. Объясните ребенку, что в некоторых ситуациях абсолютно необходимо настаивать на уважении к себе. Эти ситуации, прежде всего, – предложение табака, алкоголя, наркотиков.

Несколько способов сказать НЕТ:

* Спасибо, я буду рад этим воспользоваться, как только мне понадобится.
* Нет, спасибо, у меня и так хватает неприятностей.
* Нет, спасибо, у меня на это аллергическая реакция.
* Нет, спасибо, я дождусь, когда мне это будет разрешено законом.
* Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.

1. Бывают ситуации, провоцирующие давление со стороны сверстников. Подростки настойчиво предлагают друг другу выпить алкоголь, попробовать наркотики. Вы можете помочь своему ребенку избежать попадания в такие ситуации, введя специальные правила. Например, ваш ребенок не будет бывать дома у своих друзей, если там никого из взрослых. Он не будет ходить на дни рождения, которые проводятся без присмотра взрослых.
2. Используйте давление сверстников в свою пользу. Оно может быть не только отрицательным, но и положительным. Важно, чтобы дети, окружающие вашего ребенка, придерживались здоровых стандартов поведения и поддерживали положительные ценности друг друга.

Исследования психологов показали, что дети в своей жизни ведут себя более ответственно, когда взрослые накладывают разумные ограничения на их свободу.

Семейные правила помогают ребенку сравнительно легко сказать "нет" в ситуации давления со стороны сверстников. Например, представьте, что в ответ на предложение группы сверстников покурить, ребенок говорит: "Нет, спасибо. Мои родители на прошлой неделе сказали, что они не купят мне компьютер, если я буду курить".

Конструктивным ответом на вопрос будет организация здоровой, творческой деятельности ребенка. Возможно, как минимум, два пути.

**Первый**. Поддерживайте участие ребенка в кружках, спортивных секциях, поощряйте занятия музыкой и хобби, не настаивая на том, чтобы он обязательно выигрывал или добивался выдающихся результатов. Не важно, чем будет заниматься ребенок. Если у него есть здоровые интересы, то вероятность курения, употребления алкоголя или наркотиков невелика.

**Другой** путь, способствующий здоровой, творческой деятельности ребенка, – это путь совместной деятельности, опросы детей показывают, что они любят, когда родители проводят с ними время, даже если это связано с выполнением работы по дому.

**В качестве заключения** отметим, что алкоголизм, чрезвычайно опасен для общества и может иметь фатальные последствия для формирования личности ребенка. Следовательно, одной из важнейших задач указанных служб является своевременная работа по профилактике, выявлению и коррекции этого пагубного заболевания.

**Партнерами в мероприятиях антиалкогольной профилактики с несовершеннолетними могут выступить:**

1)МБУ Екатеринбургский Центр психолого-педагогической поддержки несовершеннолетних «Диалог»;

2) Консультативно-диагностическая поликлиника филиала «Детство» ГБУЗ СО «Свердловская областная клиническая психиатрическая больница»;

3) ГБПОУ «Свердловский областной медицинский колледж»;

4) Общественное объединение «Волонтеры-медики» Свердловской области;

5) МАУ «Городской центр медицинской профилактики»;

6) Профилактико-мотивационное отделение ГАУЗ СО «НРЦ «Урал без наркотиков»;

7) АНО «Центр охраны здоровья, образования и творческого развития молодежи».