**Способы профилактики употребления ПАВ и наркотических веществ у детей и подростков (по возрастам)**

Как отмечается в «Докладе Международного комитета по контролю над наркотиками» за 2009 год[[1]](#footnote-1) первичная профилактика пропагандирует свободный от наркотиков образ жизни и преследует цель предупредить или отсрочить первичное потребление наркотиков и переход к более регулярному потреблению наркотиков среди тех, кто принимает их эпизодически. Потребление наркотиков, как правило, начинается в подростковом или раннем взрослом возрасте – в период когнитивного и социального развития человека. Поэтому первичная профилактика предусматривает принятие мер прежде всего на этих и более ранних стадиях жизни.

Мероприятия первичной профилактики могут быть ориентированы на все население (так называемая универсальная профилактика) или на конкретные группы людей, которые могут быть уязвимыми из-за опасных условий их жизни (избирательная профилактика). Потребление наркотиков можно предупреждать непосредственно с помощью мероприятий, нацеленных на профилактику потребления наркотиков, или опосредованно с помощью мероприятий, предупреждающих потребление наркотиков в результате укрепления здоровья населения в целом.

Первичная профилактика в отношении всего населения может способствовать как сокращению спроса, так и выявлению недостатков или групп населения, которым не уделяется достаточно внимания. Для эффективного удовлетворения потребностей конкретных групп или уязвимых контингентов могут разрабатываться инициативы, имеющие более четкую направленность или предусматривающие принятие более энергичных мер. Таким образом, план профилактической деятельности должен включать оба вида мер: меры, нацеленные на население в целом, и меры, нацеленные на более уязвимые группы населения.

Эффективность профилактических подходов определяется учетом возрастных особенностей конкретных групп населения.

##### Дошкольный и младший школьный возраст

Меры по укреплению здоровья и социальному развитию детей, принимаемые в дошкольном возрасте (в отношении детей в возрасте до шести лет), могут предотвратить возникновение целого ряда проблем, включая наркопотребление, в подростковом и более старшем возрасте. Профилактическую работу необходимо начинать среди будущих родителей, информируя их об опасностях, связанных с потреблением наркотиков, алкоголя или табака во время беременности. Чрезвычайно эффективной мерой применительно к детям дошкольного возраста является посещение молодых семей, сталкивающихся с различными проблемами (психические расстройства родителей или злоупотребление наркотиками, отсутствие поддержки со стороны партнера и т.д.). Обычно такие программы предусматривают налаживание тесных и продолжительных отношений с матерью и семьей еще до или сразу после появления ребенка на свет. Цель этих программ — помочь матери в поддержании собственного здоровья, в вопросах развития ребенка и в получении доступа к соответствующим службам.

Эффективные просветительские программы для детей младшего возраста позволяют повысить академическую успеваемость и укрепить социальные навыки уязвимых детей, принося долгосрочные выгоды в самых разных областях, включая снижение уровня потребления наркотиков. Программы для семей с детьми дошкольного возраста позволяют выявлять и устранять еще в раннем возрасте поведенческие проблемы (такие как непослушание и поведенческие расстройства) и совершенствовать методы воспитания детей, а также помогают родителям создавать условия, которые способствуют позитивному развитию ребенка.

Ресурсы первичной профилактики применительно к этой категории населения лучше всего направлять на деятельность, основным участником которой являются семьи. Большинству родителей требуется поддержка, и чрезвычайно важную вспомогательную роль, особенно в тех странах, где отсутствуют развитые системы социального обеспечения, может играть расширенная семья.

Обстоятельства и потребности могут быть самыми разными. В некоторых случаях бывает достаточно небольшого совета; в других случаях наиболее полезным может оказаться обучение методам воспитания при участии всей семьи или оказание врачебной помощи. Идеальной же является многоуровневая система оказания услуг в зависимости от конкретных потребностей или степени риска. Она обеспечивает оказание всем семьям общины программной поддержки и предоставление семьям с особыми потребностями возможности доступа к соответствующим услугам, не ставя себя в унизительное положение.

В некоторых регионах все более широкое распространение получают программы обучения навыкам семейной жизни, которые объединяют группы семей и, как правило, состоят из восьми занятий. Такие программы оказываются эффективными как в тех случаях, когда группы семей образуются в зависимости от факторов риска (например, семьи, в которых один из родителей страдает наркозависимостью), так и когда такие группы образуются без учета степени риска. В обоих случаях такие программы, как правило, помогают родителям научиться лучше слушать детей и друг друга и общаться между собой, решать проблемы, поддерживать дисциплину и следить за жизнью ребенка в подростковом возрасте. Проводимые занятия должны быть интерактивными (а не в виде лекций) и должны давать родителям и детям возможность сообща испытывать новые идеи и навыки. Такие занятия часто организуются во взаимодействии с местной школой, что позволяет укрепить взаимную поддержку родителей и учителей. [[2]](#footnote-2)

В целом программы обучения навыкам семейной жизни относятся к числу наиболее эффективных средств профилактики наркопотребления; кроме того, как показала практика, они позволяют смягчить некоторые другие виды проблемного поведения (агрессивность, прогулы, бродяжничество) и укрепить связь со школой.

##### Ранний и средний подростковый возраст

Важным компонентом профилактики наркопотребления среди детей раннего подросткового возраста, посещающих школу, является просвещение с целью повышения уровня их информированности об опасностях потребления наркотиков. Возможности профилактики потребления наркотиков посредством школьных просветительных мероприятий значительно расширяются в том случае, если такие мероприятия являются частью более широкой системы по созданию условий для укрепления здоровья детей, обеспечению надлежащего доступа к соответствующим службам и активному участию родителей и общины. Наиболее перспективные модели такого школьного просвещения предусматривают предоставление точной и сбалансированной информации об опасностях и последствиях потребления наркотиков в контексте изучения социальных факторов и обучения жизненно важным навыкам (таким как преодоление проблем, принятие решений, критическое осмысление и настойчивость)

В рамках просвещения о рисках, связанных с потреблением наркотиков, важно применять интерактивные подходы, поскольку простое информирование оказывается безрезультатным.

Фактор актуальности имеет огромное значение для принимаемых мер, поэтому учет особенностей культуры при планировании просветительных мероприятий может повысить эффективность программ просвещения об опасностях злоупотребления наркотиками, предназначенных для учащихся разной этнической принадлежности.[[3]](#footnote-3) Из-за того, что многие факторы риска находятся за пределами школ, даже самые лучшие программы имеют ограниченную эффективность. Однако такие программы считаются эффективными с точки зрения затрат, поскольку их осуществление требует сравнительно небольших затрат и они оказывают влияние на другие виды поведения, а также потому, что, отсрочив начало потребления наркотиков некоторых учащихся даже на один или два года, можно избежать в будущем значительных социальных издержек.

Большое значение имеет наличие школьной политики в отношении потребления психоактивных веществ, поскольку она позволяет школе регулировать вопросы наркопотребления и воздействовать на существующие в школе нормы и культурные традиции. Школьная политика в отношении потребления психоактивных веществ должна охватывать вопросы потребления наркотиков, алкоголя и табака среди учащихся и персонала. Сбалансированная политика в отношении потребления психоактивных веществ предполагает поиск таких решений, которые носят воспитательный характер и нацелены на укрепление здоровья, включая осмысление последствий нарушения установленных норм, и сводят к минимуму применение таких карательных мер, как временное освобождение от занятий в школе (имеющее зачастую обратный эффект активизации антиобщественного поведения

Универсальные профилактические меры, преследующие цель распространения знаний, формирования жизненных навыков или улучшения обстановки в школе, могут оказаться полезными для всех учащихся. Однако некоторые учащиеся (например, те, кто не успевает в школе, имеет поведенческие расстройства или ограниченные способности обучения либо не участвует во внеклассной деятельности) могут столкнуться с разнообразными проблемами, включая потребление наркотиков, и им могут помочь целевые профилактические меры.

Достаточно эффективными могут оказаться мероприятия по поддержке учащихся, подверженных более высокому риску, путем оказания им помощи в учебе, обучения жизненно необходимым навыкам или вовлечения в занятия спортом и другие программы организации досуга. Важно быть внимательными при выборе конкретной меры, т.к. объединение учащихся, подверженных повышенному риску, оказывают обратный, контрпродуктивный эффект, поскольку учащиеся контактируют в этом случае в основном с неблагополучными сверстниками и проводят меньше времени в обычном классе с обычными сверстниками.

Учреждения, обслуживающие молодежь, спортивные клубы и другие организаторы внешкольных мероприятий обеспечивают прекрасные возможности для развития молодежи и укрепления ее здоровья. Одно то, что они предлагают альтернативные виды деятельности для детей и молодежи, играет важную роль в деле пропаганды здорового досуга. Вместе с тем их роль может быть усилена, если будут разрабатываться программы, в рамках которых: каждый молодой человек чувствует себя физически и психологически защищенным; действующие правила и ожидаемые достижения четко определены и соответствуют возрасту участников; и имеется множество возможностей для того, чтобы брать на себя все более серьезные функции. Потенциал таких структур в значительной степени зависит от характера отношений молодежи со взрослыми, которые выступают в качестве лидеров и тренеров. Если это уважительные, теплые и доверительные отношения, они способствуют укреплению здоровья ребенка. Главная задача взрослого лидера – приложить все усилия к тому, чтобы каждый ребенок и молодой человек чувствовали себя частью единого целого.

Программы для подростков и более взрослых молодых людей должны предусматривать всевозможные меры для активного вовлечения участников (например, с помощью спорта и искусства), быть достаточно продолжительными для того, чтобы между персоналом и всеми участниками могли быть налажены отношения, основанные на доверии и взаимной поддержке, и быть ориентированы не столько на достижение конкретных результатов, сколько на обучение и формирование необходимых навыков.[[4]](#footnote-4)

Информирование в рамках первичной профилактики, чтобы быть эффективным, должно быть четко ориентировано на конкретную целевую аудиторию (например, подростки с отклоняющимся поведением, дезадаптированные подростки, молодежь, родители девиантных подростков и т.п. Важное значение имеют также следующие аспекты:

* информация о наркотиках, распространяемая в рамках таких кампаний, должна быть точной и сбалансированной;
* отмечая долгосрочные последствия наркопотребления, необходимо также обращать внимание на непосредственные личностные и социальные последствия (например, неопрятный внешний вид, чувство стыда, испытываемое на следующий день после наркотизации и совершения каких-либо антиобщественных действий, усиливающееся безразличие, утрата способности сосредоточиваться на каком-то деле, задержание милицией);
* поскольку молодежная среда крайне неоднородна, важно хорошо знать целевую группу, а также представления этой группы о данном наркотике и его социальной значимости (например, обращения средств массовой информации, адресованные той части молодежи, которую образуют искатели острых ощущений, должны отличаться от обращений, адресованных тем молодым людям, которых, из-за одолеваемого их чувства тревоги, может привлечь потребление наркотиков);
* знать обо всех молодежных тенденциях и понимать возрастные особенности, для большинства взрослых — задача крайне сложная; поэтому важно привлекать к разработке информационных мероприятий членов соответствующей целевой группы.
1. Доклад Международного комитета ООН по контролю над наркотиками» за 2009 год // Электронный ресурс: <http://datadepot.10gb.ru/general01/mkkn-2009.pdf> [↑](#footnote-ref-1)
2. Руководство по проведению программ обучения навыкам жизни в семье в целях предотвращения злоупотребления психоактивными веществами (издание Организации Объединенных Наций, в продаже под № R.09.XI.8) [↑](#footnote-ref-2)
3. Предупреждение злоупотребления наркотиками среди молодежи этнических и коренных меньшинств (издание Организации Объединенных Наций, в продаже под № R.04.XI.17 [↑](#footnote-ref-3)
4. Доклад Международного комитета ООН по контролю над наркотиками» за 2009 год // Электронный ресурс: <http://datadepot.10gb.ru/general01/mkkn-2009.pdf> [↑](#footnote-ref-4)