

НИКОЛАУС КОУТАКИС

Профилактическая программа «ЭФФЕКТ»

Практическое пособие для лекторов,
работающих с родителями

Перевод со шведского



Брест
«Альтернатива»
2015

УДК 613.81
ББК 51.204.0
К73

Коутакис, Н.

К73 Профилактическая программа «ЭФФЕКТ» : практическое пособие для лекторов, работающих с родителями / Николаус Коутакис; пер. со швед. Е. Юрьев. – Брест : Альтернатива. – 44 с. : ил.

ISBN 978-985-521-484-8.

«ЭФФЕКТ» – программа профилактики раннего знакомства с алкоголем, пьянства и асоциального поведения подростков. Суть программы в том, чтобы сократить объём потребляемого подростками алкоголя, воздействуя на родителей подростков.

Эта информация будет полезна всем, кто хочет проводить профилактические встречи с родителями в школах, молодёжных клубах или спортивных объединениях.

**УДК 613.81
ББК 51.204.0**

ISBN 978-985-521-484-9

© Коутакис Н., 2015
© Юрьев Е., перевод на русский язык, 2015
© Авсиевич Н., фото, 2015
© Оформление. ЧПТУП «Издательство Альтернатива», 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	стр. 4
Введение	стр. 5
Общая информация.....	стр. 6
Профилактическая программа «ЭФФЕКТ» – когда, где и как? ...	стр. 10
Проведение родительских собраний.....	стр. 13
Часть 1. Краткое вступление и презентация программы «ЭФФЕКТ»	стр. 15
Часть 2. Употребление подростками алкоголя и привычка родителей предлагать детям дома выпить	стр. 17
Часть 3. Что могут сделать родители?.....	стр. 21
Часть 4. О договоренности между родителями	стр. 23
Часть 5. Краткое заключение и подведение итогов.....	стр. 25
Часть 6. Родители обсуждают и заключают соглашение.....	стр. 27
Часть 7. Письмо родителям	стр. 28
Часть 8. Оценка эффективности.....	стр. 29
Практическая подготовка к реализации программы.....	стр. 31
Рекомендуемая литература	стр. 34
Рекомендуемые ссылки	стр. 35
Использованная литература	стр. 36
Список приложений	стр. 38

Предисловие

«ЭФФЕКТ» – программа профилактики раннего знакомства с алкоголем, пьянства и асоциального поведения подростков. Программа базируется на результатах практических исследований.

Главная идея программы – уменьшить употребление подростками алкоголя с помощью оказания влияния на их родителей. Программа была разработана исследователями университета г. Эребру. Программа получила высокую оценку после своего применения в четырёх школах городов Эребру и Кумла.

Необходимо отметить, что этот простой, но в то же время весьма эффективный метод профилактики не может заменить собой всю профилактическую работу в школе и в населённом пункте. «Метод родительских собраний» может являться лишь составной частью общей долгосрочной профилактической работы.



Введение

Главная цель профилактической программы «ЭФФЕКТ», разработанной исследователями университета г. Эребру, – уменьшить употребление школьниками алкоголя. Однако программа нацелена на работу не с подростками, а с их родителями. Причём работа должна вестись со всеми родителями, а не ограничиваться лишь определёнными группами риска.

Программа предполагает проведение 20-минутных презентаций для родителей. Презентации проводятся один раз в семестр, в качестве заключительной части обычного родительского собрания в 7-9-х классах. Во время этих родительских собраний представляются результаты исследований. Из исследований видно, что подростки, которым дома предлагают алкоголь, пьют больше тех, которым родители запрещают выпивать. Родителей призывают обсудить это друг с другом и прийти к общему соглашению о своём отношении к употреблению школьниками алкоголя. Родители также договариваются о времени, позднее которого дети не должны появляться на улице, о проведении подростковых праздников, и т. д.

Хотя этот метод несложен и не требует дополнительных затрат, всё равно требуются навыки и умения для проведения презентаций на родительских собраниях. Достаточное количество навыков и умений можно получить, пройдя специальный курс.

Это пособие задумано в качестве учебника для тех, кто хочет стать лектором, проводящим презентации на родительских собраниях. Цель – дать теоретические знания и точное описание тех частей, из которых состоит программа.

Общая информация

Профилактическая программа «ЭФФЕКТ» (EFFEKT), разработанная исследователями Университета г. Эребру, изначально имела название «Программа профилактики Университета г. Эребру». Необходимо отметить, что такое название возникло по чистой случайности. Журналист одной из газет спросил, как именно называется метод. Николаус Коутакис, один из авторов программы, спонтанно ответил: «Программа профилактики Университета г. Эребру» (аббревиатура по-шведски – ÖPP легко запоминается и произносится. Впоследствии программа была переименована в «ЭФФЕКТ», но ее суть и содержание остались прежними.

Итак, что именно включает в себя эта программа и само понятие профилактики?

Что означает профилактика?

Цель профилактики – предотвратить проблемы различного рода, начать действовать до возникновения проблемы. Это активная позиция в отношении какого-либо проблемного вопроса. В рамках международной науки о профилактике регулярно осуществляются исследования обстоятельств и факторов, которые влияют на проблему. Такие факторы называются факторами риска и факторами защиты. Профилактика исходит из того, что необходимо изучать факторы, которые поддаются влиянию, и воздействовать на них.

Почему речь идёт о программе?

Исследователи часто используют понятие «программа». Программа всегда состоит из различных компонентов. Различные компоненты программы вместе образуют единое целое, и программу можно рассматривать как системно выстроенный план действий. Необходимо чтобы люди, применяющие программу, получили специальную подготовку, а для этого необходимо пособие, которое обобщит теоретические сведения, укажет цель и конкретные шаги. Одна из важных идей программы заключается в том, чтобы выработать

методы, которые можно применять широко и приблизительно одинаковым образом. В этом случае каждому конкретному педагогу или социальному работнику не придётся постоянно «изобретать колесо». Кроме этого, важно обеспечить высокое качество профилактической работы. Принимаемые меры должны быть действенными и достигать своей цели.

Поскольку программу проверяли с научной точки зрения, то мы можем быть уверены в её эффективности в случае правильного использования. Если использовать лишь отдельные компоненты программы, «выковыривать изюм из булочек», делать только любимые упражнения, то существует риск неудачи. Эффект не будет достигнут, и вера в успешность профилактической работы будет подорвана.

Метод основан на результатах исследования, и это означает, что метод проверялся и доказал свою эффективность.

Этот метод не является чем-то постоянным и неизменным. Он помогает в данный момент наилучшим образом повлиять на факторы риска и факторы защиты. Новые исследования могут шаг за шагом развивать и улучшать существующий метод.

Исследование профилактической работы, проводимой с родителями

В профилактической работе важно сократить доступность алкоголя и наркотиков. Большое значение для развития детей и подростков имеют родители и другие взрослые. Наша программа – не панацея, однако её эффективность очевидна, когда речь идёт об увеличении возраста первого знакомства с алкоголем, о снижении интенсивного употребления алкоголя и об укреплении семьи. С помощью проведения исследований удалось выяснить, какие профилактические программы наиболее эффективны, а какие не слишком эффективны или же и вовсе вредны.

Профилактические программы, нацеленные на работу с родителями, основаны на практических исследованиях и показывают хорошие результаты (5).

Таким образом, речь идёт о проведении такой работы, которая основывается на навыках, умениях и практическом опыте. Некоторые программы профилактики основаны на американской программе под названием Iowa Strengthening Families Program (ISFP) – программа по укреплению семьи, разработанная в штате Айова. Разработчиками этой программы стали Карол Кумпфер из университета штата Юта, также Вирджиния Молгаард и Элизабет Флеминг из университета штата Айова. Даже если ситуация в Швеции отличается от ситуации в США, результаты использования данной программы дают нам важные знания о том, как организовывать успешную профилактику (6).

Большинство программ и курсов, направленных на работу с родителями, предлагают родителям возможность улучшить свои навыки общения и выстроить с детьми тёплые доверительные отношения. Наша же программа делает акцент на том, чтобы призвать родителей чаще использовать запретительные меры в отношении алкоголя. Поэтому наша программа занимает по объёму меньшее количество часов (7).

Как начиналась наша программа, и как она выглядит сегодня

Программа «ЭФФЕКТ» была создана на основе исследований, проводившихся на протяжении нескольких лет в Университете г. Эребру. Исследования проводили Хокан Статтин и Маргарет Керр. В результате проведения этих, а также и других исследований, в центре внимания которых были подростки и их родители, удалось установить, что существует прочная взаимосвязь между тем, разрешают ли родители детям выпивать, и фактическим потреблением подростками алкоголя (8).

Как правило, большинство родителей сохраняют запретительный подход, пока их дети маленькие, но по мере взросления детей становятся всё более либеральными в данном вопросе.

Кроме того, дети, которым дома в раннем возрасте разрешают пробовать алкоголь и употреблять его, пьют в среднем больше, чем их одноклассники, которым дома алкоголь не предлагают.

Обширное исследование также показало, что подростки, которым родители позволяли употреблять алкоголь, впоследствии чаще злоупотребляют алкоголем (9-10).

Исходя из результатов исследования была сформулирована гипотеза – если удастся добиться того, чтобы родители максимально долго сохраняли запретительный подход, даже когда дети становятся старше, то и потребление алкоголя подростками сократится. Исходя из данной гипотезы была сформулирована цель программы:

«Предложить аргументы и конкретные методы, чтобы родители не разрешали детям выпивать»

В 1999-м году Национальный институт здравоохранения Швеции объявил о разработке и тестировании программ профилактики под названием Community Based Prevention Programs (Программы профилактики местных сообществ). Условием получения средств на разработку программы было требование сделать программу простой в использовании и не требующей значительных затрат. Программа должна реализовываться за счёт ресурсов, имеющихся у местных сообществ. Исследователи из университета г. Эребру подали заявку и получили разрешение на разработку своей программы. Программа была опробована и показала свою эффективность в 4-х школах города Эребру и его окрестностей. Проект длился три года (1999-2001). Школы находились в различных районах (одна – в центре города, две – в многоэтажных микрорайонах и одна в маленьком городке).

Изначально именно исследователи из Эребру разработали, осуществили и протестировали программу. Позже представители других профессий – например учителя, координаторы профилактической работы – смогли применять программу. До 2005-го года университет Эребру нес ответственность за обучение лекторов, проводящих занятия с родителями. По причине большого интереса к программе Национальный институт здравоохранения с весны 2006-го года взял эту ответственность на себя. Весной 2006-го года была осуществлена и первая подготовка инструкторов. Эти инструкторы в последующем могут обучать лекторов, работающих с родителями, читая им лекции о методике программы. У инструкторов есть опыт работы с программой, и они часто родом из разных уголков страны. Это позволяет придать программе общенациональный характер.

Профилактическая программа «ЭФФЕКТ» – когда, где и как?

Что требуется для того, чтобы использовать программу? В данном разделе даётся краткий ответ на этот вопрос.

Родительское собрание – форум для всех родителей

Исследователи приняли решение применять данный метод в рамках обычных школьных родительских собраний. Такое решение было принято, потому что родительское собрание – это устоявшаяся форма общения родителей. Собрания проходят регулярно и их посещает достаточно большое количество родителей, особенно пока дети маленькие. Программа также могла использоваться и в других организациях. Например, в спортивных кружках, которые регулярно посещает молодёжь. Однако у нас нет никаких сведений о том, насколько успешно программа использовалась вне родительских собраний в школе. Тем не менее, предпринимаются попытки использования программы на родительских собраниях спортивных клубов и других молодёжных объединений.

Шесть встреч в течение трех лет

Встречи с родителями проводятся после обычного родительского собрания один раз в семестр в 7-9-х классах. Итого за 3 года проводится 6 встреч (или 7, если начать программу в 6-м классе).

Кто общается с родителями?

Программу реализуют так называемые лекторы, получившие специальную подготовку. Лекторами могут быть самые разные специалисты – например, школьный учитель, координатор профилактической работы при местном органе власти, классный руководитель, медсестра... Самое важное – этому человеку родители должны доверять, и его речь должна вызывать доверие, а не быть пустым морализаторством.

Важные предпосылки

Особой предпосылкой для успеха программы является поддержка со стороны директора школы. Важным выводом исследований стал тот факт, что без поддержки директора программа рискует провалиться или же попасть на периферию школьной работы. Поддержка со стороны классного руководителя также важна, поскольку именно он помогает подготовить и провести занятие, а также улаживает все технические детали до, во время и после родительского собрания.

Для успеха, конечно же, требуется, чтобы лекторы имели хорошее знание метода. Для этого они должны пройти особую двухдневную подготовку. После этого курса они получают методический пакет, содержащий данное пособие и слайды для использования на родительских собраниях. Обучение осуществляется инструкторами, имеющими опыт в данной области, и получившими особую подготовку.

Привлечь внимание родителей

Принимая во внимание тот факт, что у большинства родителей плотный график работы, программа не должна отнимать слишком много времени или быть слишком объёмной. Информация должна быть простой и доступной для восприятия после 8-часового рабочего дня. Презентация по этой причине должна вызвать интерес и доверие родителей, и аргументация должна быть прочной, какие бы критические вопросы ни задавались.

Что нового в методе работы с родителями на родительских собраниях?

На родительских собраниях в 6-7-х классах родители и учителя достаточно часто обсуждают вопросы, касающиеся алкоголя и наркотиков. Однако программа «ЭФФЕКТ» отличается от обычного обсуждения вопросов на родительском собрании тем, что:

- Информация чёткая и подаётся в виде небольшого единого блока.
- Капля камень точит – информация повторяется неоднократно в течение трёх лет.
- Специалист, который проводит встречу и дискуссию, получил специальную подготовку.
- Информация подается родителям без идеологических или моральных оценок. Роль играют лишь факты – результаты исследований.
- Лектор придерживается нейтральной позиции и не навязывает родителям своих взглядов. Он лишь приводит аргументы, базирующиеся на результатах исследования, и с их помощью инициирует дискуссию среди родителей.
- Программа затрагивает употребление алкоголя вообще, а не только злоупотребление алкоголем.

Подтверждением эффективности программы (возраст первого знакомства с алкоголем увеличивается) может послужить тот факт, что родители смогли более уверенно исполнять роль лидера в семье и чётко озвучивать правила и нормы поведения.

Проведение родительских собраний

Родительские собрания, на которых демонстрируются презентации «ЭФФЕКТ», проходят в соответствии с определённым заранее планом. Презентация не должна длиться дольше, чем 15-20 минут. После этого у родителей есть время для дискуссии. Затем принимаются совместные решения и составляется родительское соглашение. Всего проводится шесть встреч (или семь, если начинать работу в 6-м классе) – по одной встрече в семестр. Каждая такая встреча, в общем и целом, имеет тот же самый тематический характер.

Встречи с родителями состоят из одних и тех же организационных компонентов:

1. Вступление, где лектор вкратце сообщает цель встречи.
2. Презентация результатов исследования употребления подростками алкоголя, связанных с этим факторов, и разговор о значении позиции родителей в данном вопросе.
3. Описание роли родителей и их задач – к примеру, роль строгого запретительного подхода в отношении алкоголя. Акцент делается на том, насколько важно четко и ясно озвучить правила, которые дети должны соблюдать.
4. Рассказ о том, насколько важно родителям в классе совместно сформулировать общие правила и нормы, касающиеся употребления подростками алкоголя и вообще их поведения.
5. Краткое заключение и подведение итогов.
6. Лектор призывает родителей продолжить дискуссию и выработать общие правила и линию поведения.
7. Родителям рассылаются письма. Письмо должно служить памяткой тем родителям, которые были на собрании, и источником информации для тех, кто не смог присутствовать.
8. Оценка результатов.

В следующем разделе речь пойдёт более подробно об организационных компонентах родительского собрания. Мы будем исходить из той презентации, которая будет предложена на первой встрече. Все последующие встречи будут повторять то же содержание. Таким образом, каждая встреча с родителями будет начинаться короткой презентацией результатов исследования. Далее речь идёт о том, что могут и должны делать родители. Встреча завершается дискуссией между родителями и подведением итогов. Затем родителям рассылаются письма. Общая мысль презентации и используемые картинки от встречи к встрече остаются неизменными. Однако внешнее оформление и детали презентации варьируются, чтобы создавать ощущение актуальности и поддерживать интерес родителей. Общие нормы и линия поведения, на которых сошлись родители во время первой встречи, должны также актуализироваться при последующих встречах.

Если не указано иное, то все представленные ниже данные взяты из результатов исследования, проводившегося с применением методики нашей программы в городах Эребру и Кумла. Эти исследования базируются на работе с очень обширной выборкой родителей из разных социальных слоёв и разных населённых пунктов. Таким образом, можно утверждать, что данная методика будет успешна во всей Швеции.



Часть 1. Краткое вступление и презентация программы «ЭФФЕКТ»

Цель встреч с родителями

Встреча начинается с того, что лектор представляется и рассказывает им о цели встреч – сообщить родителям важную информацию об алкоголе и профилактике его употребления. Родителям также важно понимать, по какой схеме строится работа. После краткого введения можно задать вопрос, интересно ли родителям узнать результаты исследований в области употребления подростками алкоголя.

Подростки и родители

После этого лектор должен сказать, что родители и их дети стоят на пороге важных изменений. Дети скоро станут старшеклассниками. Меняются ожидания от подросткового поведения, как в глазах родителей, так и в глазах учителей. Сами подростки также в этом возрасте становятся взрослыми и зрелыми. При этом речь идёт не только о физическом становлении – о превращении юношей и девушек в молодых мужчин и женщин, но и о всеобъемлющих изменениях во всех сферах жизни.

Меняются также отношения между родителями и детьми и нормы их поведения. Такие изменения заметны и в отношении к табаку и алкоголю. Если, к примеру, спросить 10-летних детей – какого они мнения о курении и употреблении алкоголя, то большинство детей ответит, что это глупые ненужные привычки, вредящие здоровью и отрицательно сказывающиеся на кошельке. Иными словами, дети в этом возрасте очень разумны. Конечно же, дети не имеют намерения начинать пить и курить, когда они повзрослеют. В этом возрасте у детей почти никогда нет личного опыта употребления алкоголя или табака. Если же дети уже пробовали курить или выпивать в этом возрасте, то они подвержены огромному риску (11).

Однако данный взгляд меняется, когда дети становятся старшеклассниками. Курение табака и употребление алкоголя постепенно становятся привлекательными для подростков. Это связано с тем, что подростки стоят на пороге взрослой жизни. Они часто подвергают себя рискам, изучая границы дозволенного, иногда опасным способом. Многие начинают интересоваться тем, что на их взгляд является «взрослым». К сожалению, зачастую такие ассоциации связаны именно с алкоголем, табаком и наркотиками. Подростки в этом возрасте очень ранимы и внушаемы. Как мы знаем, большинство людей прошли через подростковый возраст без каких-либо серьёзных проблем. Тем не менее, раннее знакомство с алкоголем таит в себе большие риски, которые могут негативно сказаться как в краткосрочной, так и в долгосрочной перспективе.

Родители могут сделать очень многое для того, чтобы их дети успешно прошли через этот сложный период. Даже если дети и родители проводят вместе не слишком много времени, родители продолжают играть в жизнь ребенка главную роль. Родителям принадлежит решающий голос – даже если на первый взгляд кажется, что это не так (12).



Часть 2. Употребление подростками алкоголя и привычка родителей предлагать детям дома выпить

Слайды 4-9 в презентации должны проинформировать родителей об употреблении алкоголя подростками, а также рассказать о его взаимосвязи с привычкой родителей предлагать детям дома алкоголь.

Употребление подростками алкоголя

Многие родители пребывают в полной неосведомленности насчёт того, сколько на самом деле выпивают их собственные дети. Многие, возможно, считают, что их ребёнка никогда не коснётся проблема наркотиков и алкоголя. Исследования показывают, что в 7-м классе подростки пьют немного, однако доля употребляющих алкоголь в последующие годы стремительно возрастает. Чем старше становятся подростки, тем большее их количество знакомится с алкоголем.

Слайд под номером 4 показывает, сколько детей и подростков были пьяны по меньшей мере однажды в течение прошлого года. В возрасте 10-12 лет лишь небольшое количество детей бывали пьяны. Заметный скачок происходит в возрасте 13 лет. В возрасте 12-13 лет количество девочек, употреблявших алкоголь по меньшей мере однажды в течение последнего года, резко возрастает с 3% до 25%. У мальчиков также наблюдается рост этого показателя с 7% до 13%. После 13 лет происходит пошаговое возрастание данных показателей, при этом цифры у мальчиков и у девочек выравниваются. В возрасте 15 лет, то есть в 9-м классе, более половины всех подростков сообщают о том, что они были пьяны по меньшей мере однажды в течение прошлого года. (Дополните данную информацию Вашими местными данными, если они у Вас есть).

По данным исследования, проведенного Центральной ассоциацией просвещения в области алкогольной и наркотической зависимости, в 2005-м году около 30% учеников 6-го класса употре-

бляли алкоголь. В 9-м классе этот показатель составлял уже 70%, а в 11-м классе – около 85%.

Среднее потребление алкоголя составило в 2005-м году у мальчиков-девятиклассников 3,5 литра чистого алкоголя. В 11-м классе этот показатель составил 6,9 литров. Соответствующие цифры у девочек – 3,2 и 4,1 литра.

Данные исследования основываются на свидетельствах самих учеников, которых просили сообщить о том, как часто они выпивают бокал пива, вина, коктейль или рюмку крепкого алкоголя. *Витфельдт, Траск, 2005. Стокгольм: Центральная ассоциация просвещения в области алкогольной и наркотической зависимости.*

Слайд номер 5 показывает количество мальчиков и девочек разного возраста, указавших, что они были пьяны более десяти раз за прошлый год. Можно считать данный показатель свидетельством серьёзных проблем с алкоголем. В возрасте 15-ти лет, то есть в 9-м классе, таких подростков насчитывается от 20 до 30 процентов. Чем старше становятся подростки, тем выше становится и этот показатель.

Отношение родителей к употреблению подростками алкоголя

Однако меняется не только поведение подростков. Меняется и поведение родителей. Слайд номер 6 описывает, каким образом меняется восприятие родителями употребления подростками алкоголя. Позиция родителей в данном вопросе влияет на фактический объём потребления алкоголя подростками. Под позицией родителей мы понимаем их отношение к употреблению алкоголя подростками, а также то, предлагают ли они алкоголь детям дома.

Позиция родителей меняется по мере взросления детей. Весьма немногие родители относятся либерально к употреблению алкоголя детьми, когда их дети маленькие. Однако более половины родителей позволяют подросткам выпивать по достижению

16-17 лет. Изменение родительской установки носит катастрофический характер, и совершенно не отражает состояние законодательства, в принципе запрещающего употребление алкоголя в возрасте до 18 лет.

Отношение родителей к употреблению их детьми алкоголя имеет решающее значение

Исследование показало, что отношение родителей к употреблению их детьми алкоголя имеет решающее значение. На слайдах номер 6 и 7 можно прочесть, что подростки, которым родители разрешают выпивать, пьют намного чаще и в больших объемах, чем их сверстники, которым родители запрещают употреблять алкоголь.

Разрешать ли детям пробовать алкоголь

Распространённый миф – предлагая своим детям выпить, родители якобы снимают интерес к алкоголю, и тем самым желание выпить у детей пропадает. Часто родители, выпивая, дают попробовать алкоголь и детям. Это может происходить за обедом или же в субботний вечер. Детям дают попробовать алкоголь дома, чтобы они потом не выпивали с товарищами за пределами дома. Однако в реальности всё наоборот. Исследование показывает, что дети, которым родители позволяют выпивать, пьют больше, чем дети тех родителей, чьи родители запрещают им это делать.

Риски, которые таит в себе потребление алкоголя подростками

Многие родители рассуждают таким образом: «Да, мой ребенок иногда выпивает, но разве это так вредно? Посмотрите на меня, я выпивал в подростковом возрасте, и мне это никак не повредило. Разве человек непременно станет алкоголиком, если будет иногда немного выпивать?»

Конечно же, не все подростки, которые иногда употребляют алкоголь, непременно сопьются. Но в то же время раннее знакомство с алкоголем является фактором, способствующим развитию алкогольной или наркотической зависимости, а также может вызывать другие проблемы. В состоянии опьянения подростки могут совершить такие поступки, которые они никогда бы не совершили трезвыми. Это поступки, о которых им возможно позже придётся жалеть, и которые могут привести к серьёзным негативным социальным последствиям.

Школьное исследование, проведенное в 2005-м году Центральной ассоциацией просвещения в области алкогольной и наркотической зависимости, показывает, что каждый десятый одиннадцатиклассник имел проблемы с учёбой по причине употребления алкоголя, а каждый пятый вступал по той же причине в незащищённый половой контакт. Около 30% мальчиков и 20% девочек дрались или ругались в пьяном виде. *Витфельдт, Траск, 2005. Стокгольм: Центральная ассоциация просвещения в области алкогольной и наркотической зависимости.*



Часть 3. Что могут сделать родители?

Эта часть презентации (слайды 10 и 11) говорит о том, что могут сделать родители для того, чтобы их дети не пили.

Что именно могут сделать родители?

Многие полагают, что у сегодняшних родителей нет возможности повлиять на своих детей-подростков, особенно в вопросах употребления алкоголя. Многие живут с установкой, что дети уже достаточно взрослые, и мнение сверстников для них намного важнее мнения родителей. Однако это неправда. Исследование показывает, что родители, относящиеся к ребёнку с теплотой и строгостью, продолжают сохранять влияние. Чёткие и обязательные правила поведения в семье очень важны. Родители должны дать понять, где границы дозволенного. Особенно важно, чтобы родители создали условия для доверительного общения с ребёнком. Нужно донести до своего ребёнка своё мнение по важным вопросам, таким как употребление алкоголя.

Проще всего установить семейные правила, обязательные для исполнения, когда ребёнок ещё маленький. В этот период проблемы можно предотвратить ещё до их возникновения. Большинство детей в возрасте 7-8-ми лет совершенно убеждены, что они никогда не станут курить или пить. Они знают, что это дорогое и вредное занятие. И если детям уже в этом возрасте начать внушать, что употребление алкоголя до 18 лет в принципе недопустимо, то противодействия не возникнет. В этом случае позже, в подростковом возрасте, родителям будет проще настоять на своём в данном вопросе.

Никогда не поздно

«Что мне делать, если мой ребёнок уже попробовал алкоголь?» – родители часто задают такой вопрос. Многие подростки действительно уже пробовали алкоголь, и в этом ничего хорошего

нет. Но это не значит, что подросток непременно сопьётся или пойдёт по неверному пути в жизни. Исследование показало, что родителям никогда не поздно ввести запрет на употребление алкоголя. Для этого нужно чётко высказать свою позицию.



Часть 4. О договоренности между родителями

4-я часть (слайды 13 и 14) показывает значение родительской дискуссии, выработки общей позиции и подписания соглашения.

Преимущества родительского договора

Соглашение между родителями подчеркивает единство их позиции в выработке норм поведения для подростков. Этот договор не имеет юридической силы, и никаких мер воздействия к его нарушителям не предусмотрено. Всегда было известно, что социальное окружение ребёнка играет ключевую роль в его физическом и умственном развитии. Налаженные социальные связи между домом, школой и местами проведения досуга благоприятствуют становлению личности. Важно также, чтобы те взрослые, с которыми сталкивается ребёнок, имели общую позицию и не расходились во мнениях по ключевым вопросам (15).

Правила, затрагивающие употребление ребёнком алкоголя, воспринимаются более серьёзно, если этих правил поддерживаются все (16). Важно, чтобы у родителей общающихся друг с другом подростков имелась одинаковая точка зрения по этому вопросу. От этого станет легче и родителям. Большинство конфликтов подростков с родителями связано именно с границами дозволенного поведения. Если родители разработают совместные нормы поведения, то количество конфликтов уменьшится. В этом случае у детей не будет классического аргумента «Почему остальные родители разрешают, а мне нет?». Детям будет проще принять точку зрения родителей, когда они знают, что и остальные взрослые считают так же.

Пример договора между родителями

Пример такого договора между родителями нужно показать на собрании. В Приложении 1 есть образец такого договора. Однако необходимо подчеркнуть, что не всегда нужно делать письменное соглашение. Устная договоренность может иметь такую же ценность. Важно, чтобы родители сами сформулировали пункты своего догово-

ра и обсудили их друг с другом. В частности, в договоре можно озвучить время, позднее которого дети не должны находиться на улице. Можно также выработать общую позицию насчет отношения родителей к употреблению табака, алкоголя и наркотиков подростками.

В соглашение можно включить и иные пункты, например – ребёнок должен использовать велосипедный шлем, либо что-то другое, что является важным с точки зрения родителей. Задача лектора – дать старт процессу обсуждения. В конце встречи лектор может покинуть аудиторию и дать возможность родителям провести дискуссию без него. В то же время лектор может и остаться, помогая проводить дискуссию или делая заметки. Родительские договорённости необходимо обновлять во время новых встреч.



Часть 5. Краткое заключение и подведение итогов

Важно показать родителям, что запретительный подход и родительские соглашения приносят свои плоды. В заключение встречи представляется исследование, проведённое в рамках настоящей программы. Лектор подводит итоги и ещё раз подчёркивает основные мысли.

Презентация результатов исследования, проведенного в рамках настоящей программы профилактики

Программа проводилась, тестировалась и оценивалась исследователями из Университета г. Эребру. Исследования осуществлялось с 1999-го по 2001-й в год в 4-х школах г. Эребру и его окрестностей. Всего в исследовании приняли участие 900 учеников в возрасте от 12 до 15 лет (7-9 классы), а также их родители. Исследование длилось три года. Программа проводилась в школах различного типа, как в центре города, так и в микрорайонах, населенных мигрантами, а также и в сельской местности. Исследование было построено в виде так называемого квазиэксперимента. Для каждой школы была взята так называемая «контрольная» школа, с которой сравнивались результаты исследования в школах, охваченных программой. «Контрольные» школы в программе участия не принимали. Таким образом, сравнивая результаты в различных школах, можно судить об эффективности программы.

Оценка эффективности исследования

Результаты исследования показали, что те родители, которые принимали участие в программе (группа профилактики), сохранили и даже усилили свой запретительный подход в отношении употребления детьми алкоголя. Эта динамика наблюдается на временном отрезке с 7-го по 9-й класс. Те же родители, которые не принимали участие в программе, с течением времени утратили строгий запретительный подход и стали позволять детям выпивать.

Кроме этого, программа помогла снизить и фактическое потребление подростками алкоголя. В тех школах, где проводилась программа, подростки стали реже и в меньших объемах употреблять алкоголь.

Программа «ЭФФЕКТ» может считаться универсальной программой. Она нацелена на всех родителей, в отличие от тех программ, которые направлены лишь на какие-либо конкретные группы риска, или на тех людей, которые уже столкнулись с проблемами. Часто утверждается, что такие слишком общие универсальные программы не имеют достаточной силы воздействия на людей, у которых уже начались проблемы. Поэтому важно было проследить, насколько программа поможет находящимся в зоне риска подросткам. Положительные эффекты программы были заметны даже среди тех подростков, которые познакомились с алкоголем очень рано, или уже имели устоявшуюся привычку выпивать, и тем самым относились к группе риска. Кроме этого, программа смогла помочь и подросткам, демонстрировавшим различные формы ассоциального поведения (воровство, прогулы, насилие).

Заключение

Данная часть встречи завершается подведением итогов, ещё раз проговариваются основные моменты, о которых шла речь на встрече. Лектор должен ещё раз подчеркнуть, что родители могут влиять на своего ребёнка намного сильнее, чем им, возможно, кажется. Это влияние может быть как положительным, так и отрицательным. Важно четко высказать свою точку зрения ребёнку. Он должен услышать от родителей, что ему не разрешается употреблять алкоголь.

Часть 6. Родители обсуждают и заключают соглашение

Лектор призывает родителей обсудить друг с другом проблему и заключить соглашение.

Родители должны знать, что подобные встречи будут организовываться регулярно вплоть до окончания детьми школы. Кроме этого, лектор должен сообщить родителям, что они получат письмо с кратким содержанием всего сказанного во время встречи. После этого родителям стоит обсудить проблему друг с другом и принять решение, хотят ли они выработать общие нормы и правила для своих детей. Затем лектор либо покидает аудиторию, либо же остается, чтобы послушать, помочь или сделать краткий протокол обсуждения. Обычно подобный протокол ведет классный руководитель.



Часть 7. Письмо родителям

Письмо, которое после родительского собрания рассылается всем родителям, играет важную роль. Прежде всего, такая рассылка помогает распространить между всеми родительское соглашение, а также лишний раз напоминает всем, насколько важно чётко проговаривать свою позицию в отношении употребления алкоголя.

После каждой родительской встречи всем родителям класса высылается письмо с кратким изложением всего того, что было сказано на собрании. Присутствовавшие на собрании смогут использовать письмо как памятку, а не присутствовавшие – как источник информации. Эффективность рассылания писем как отдельный компонент программы не анализировалась, но не исключено, что это также сказалось на положительных результатах программы. Метод привлечения внимания родителей с помощью писем был успешно опробован в так называемом «Проекте Норзланд» в штате Миннесота, США, где родителям домой присылали открытки, посвященные проблеме употребления подростками алкоголя (17).

Таким образом, важно, чтобы все родители получили письма. Письма нужно высылать по почте или по электронному адресу. Отправлять письма надо напрямую родителям, а не передавать их через детей. С целью облегчить задачу классного руководителя (или другого лица, ответственного за составление письма), исследователи из университета г. Эребру разработали образец такого письма в виде информационной брошюры (Приложение 2). Брошюра содержит основную идею презентации программы «ЭФФЕКТ», длящейся 20 минут. Там перечислены основные пункты договорённости между родителями, а также указаны ссылки и адреса, по которым можно получить больше информации по данной теме.

Часть 8. Оценка эффективности

Оценка эффективности программы помогает понять реакцию родителей и успешность проводимых мероприятий. Кроме этого, такая оценка эффективности поможет улучшить презентацию в следующий раз.

Оценка эффективности программы проводилась исследователями университета г. Эребру. Оценочное исследование было объёмным и продолжалось несколько лет. Отслеживались как подростки, так и их родители. Большинство школ не имеют ни времени, ни ресурсов для проведения такого исследования эффективности программы. Поэтому исследователи из г. Эребру специально разработали анкету оценки эффективности программы, которую могут применять лекторы, желающие видеть плоды своей деятельности.

Эти анкеты (Приложения 3.1 и 3.2) раздаются родителям и заполняются ими во время родительских собраний. Обычно за заполнение родителями анкет отвечает классный руководитель, который раздаёт их перед собранием и собирает после собрания. Анкета 1 раздается родителям после первого знакомства с программой «ЭФФЕКТ», а Анкета 2 – спустя каждые полгода после очередной презентации.

Практическое применение программы

В данном разделе мы собираемся рассказать, на что лектору нужно обратить внимание, когда он отправляется в школу для встречи с родителями. Речь также пойдет о том, с какими проблемами он может столкнуться, и как с ними справиться.

7 золотых правил общения

Существует определенное количество «золотых правил», которые лектор, общающийся с родителями, должен знать. Эти правила были сформулированы с опорой на практические исследования в области коммуникации. Их можно и нужно использовать во всех случаях, когда есть необходимость распространять новые

знания. В нашем случае речь идёт о передаче важных сведений различным группам родителей. Теория инновационных диффузий, разработанная Эвереттом Рогером (18), обобщает 40-летний опыт исследований в области общения. На основании данной теории можно сделать следующие выводы, затрагивающие проблему передачи родителям новых знаний:

1. Нужно иметь хороший контакт с группой родителей.
2. Важно быть в большей степени заинтересованным в людях, с которыми Вы встречаетесь, чем в своём методе или в ожидаемом результате.
3. Сообщаемая идея должна отвечать потребностям Вашего собеседника.
4. Нужно вести себя уважительно и проявлять эмпатию к мыслям и чувствам родителей.
5. Вы должны вызывать доверие. Вы должны знать, о чём Вы говорите, иметь опыт в этой сфере и показать своё личное неравнодушие к описываемой Вами проблеме.
6. Программа должна быть согласована как с местными органами власти, так и со школьной администрацией. Необходимо согласование с директором, классным руководителем и с представителями родительских комитетов.
7. Следите за тем, чтобы Ваша работа получала оценку эффективности. Благодаря этому Вы сможете улучшать презентацию, что в свою очередь благоприятно отразится на результате.

Эмпатия полезнее указки

Из известной профилактической программы под названием «Мотивационное интервью: разговор об алкоголе с пациентами» (19) мы знаем, что для достижения успеха нужно придерживаться максимально нейтральной позиции. Об алкоголе уже сказано очень много, это «избитая» тема. Поэтому желательно избегать морализирующей критики алкоголя или пьющих людей. Важнее добиться возникновения у человека личного интереса и мотивации.

Когда лектор стоит перед группой родителей и говорит им о подростках, родителях и алкоголе, то действуют те же правила. Нужно научиться полагаться на тех, к кому мы обращаемся. И в первую очередь нужно избегать роли ментора, потому что в этом случае результат может быть обратным желаемому. Не нужно пытаться любой ценой заставить родителей думать нужным Вам образом. В этом случае велик риск того, что человек захочет защищаться, и выдвигать свои аргументы в ответ на критику. Лектор в данном случае может полагаться на результаты исследования, показывающего важность родителей в профилактической работе.

Задача заключается в том, чтобы спокойно и сдержанно поделиться информацией о результатах исследования, и рассказать, каким образом родители могут добиться того, чтобы их дети пили меньше. Далее родители должны сами сформулировать своё отношение к данной информации, и обсудить свои точки зрения друг с другом во время дискуссии. Лектор должен быть посредником, сообщающим определенные сведения, а также хорошим слушателем, но не агитатором.

Практическая подготовка к реализации программы

Альфа и омега программы заключаются в том, чтобы программа нашла поддержку со стороны местных властей, руководства школы и классного руководителя. Первым шагом по этой причине можно считать разработку стратегии применения программы в данном населённом пункте. Выясните, есть ли в Вашем населённом пункте лектор, работающий с родителями по нашей программе, и начните с ним сотрудничество. Совместно Вы сможете разработать стратегию успешного применения программы.

Прежде, чем контактировать со школами, важно получить одобрение со стороны местной власти. В некоторых населённых пунктах было принято решение применять нашу программу во всех школах. Такое решение намного облегчает задачу проникновения в школы.

Если же такое решение не было принято, то значит стоит начать действовать в меньших масштабах, проводя работу лишь в некоторых школах, желательно в тех, где уже наблюдается интерес к Вашей деятельности.

После того, как программа получила поддержку местных органов власти, следующим шагом является презентация программы руководителям соответствующих школ. Информационный буклет, рассказывающий о программе «ЭФФЕКТ» может служить в этом деле большим подспорьем. Также было бы хорошо попросить директора школы представить программу всем учителям, чтобы они имели представление о том, что происходит в школе.

Классный руководитель во многих случаях становится важнейшим партнёром лектора, работающего с родителями. Поэтому постарайтесь заранее встретиться с каждым классным руководителем, чтобы рассказать ему о том, каким образом будет построена встреча, и каким образом классный руководитель мог бы помочь Вам до, во время и после встречи. Помимо определения даты проведения встречи, классный руководитель может помочь Вам подготовить технические возможности, установить проектор, зафиксировать на бумаге основные итоги дискуссии между родителями, разослать письма родителям домой, а также раздать и собрать анкеты с оценкой эффективности Вашей работы.

Где применяется профилактическая программа «ЭФФЕКТ» и куда обратиться, чтобы узнать о ней больше?

Настоящая программа профилактики применяется фактически на территории всей Швеции, от города Эверкаликс на севере, до города Мальмё на юге страны. На сайте www.effekt.org можно узнать больше о программе «ЭФФЕКТ».

Напоследок – полезные советы некоторых наших лекторов

«Многие сотрудники школ также считают, что наша программа полезна и нужна. Постарайтесь извлечь из этого пользу – учителя могут оказать большую помощь разными способами. Например, они могут подвести итоги всего рассказанного Вами и разослать получившийся документ домой родителям. Они могут также начать дискуссию среди родителей».

«Концентрируйтесь поочередно на какой-то одной школе, чтобы достичь максимального результата».

«Будьте хорошо подготовлены. Проверьте, работает ли аппаратура. Сбои в работе техники могут вызвать нервозность. Кроме этого, они отнимают ценное время».

«Важно добиться диалога с родителями. Если диалога не будет, то процесс будет иметь односторонний характер, и информация не будет интересна родителям. Полагайтесь на то, что родители желают добра своему ребенку».

«Придерживайтесь темы беседы и не уходите в слишком глубокие дискуссии. Предложите обсудить все вопросы позже. Время для проведения презентации ограничено, и его нежелательно растягивать».

«Работать с этой программой интересно и полезно».

«Родители, как правило, считают, что участвовать в родительских собраниях очень интересно. Редко возникают трения по поводу целей собрания».

Рекомендуемая литература

Andréasson S. Den svenska supen i det nya Europa. Nya villkor för alkoholprevention. En kunskapsöversikt. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2002. (С. Андреассон. Шведское пьянство в новой Европе. Новые условия профилактики алкоголизма. Обзор методик. Стокгольм, Национальный институт здравоохранения.)

Andréasson S. Policy för prevention. Lokalt arbete mot alkohol och narkotika. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2006. (С. Андреассон. Политика в области профилактики. Профилактика алкоголизма и наркомании на местах. Стокгольм. Национальный институт здравоохранения, 2006.)

Berg Kelly K. Ungdomsmedicin. Stockholm: Liber; 1998. (К. Берг Келли. Подростковая медицина. Стокгольм. Либер, 1998 г.)

Ferrer-Wreder L, Stattin H, Lorente CC, et al. Framgångsrika preventionsprogram för barn och unga. En forskningsöversikt. Stockholm: Statens institutionsstyrelse, Institutet för utveckling av metoder i socialt arbete; 2005. (Л. Феррер-Вредер, Х. Статтин, С. Лоренте и др. Успешные профилактические программы для детей и подростков. Обзор исследования. Стокгольм. Национальное управление. Институт развития методик социальной работы, 2005.)

Folkhälsoinstitutet. Nya möjligheter. Metoder för föräldrastöd från förskolan till tonåren. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2005. (Национальный институт здравоохранения. Новые возможности. Методы поддержки родителей от детского сада до старших классов школы. Стокгольм. Национальный институт здравоохранения, 2005.)

Folkhälsoinstitutet. Föräldrar är viktigast! Om föräldrarnas roll i det förebyggande arbetet. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2006. (Национальный институт здравоохранения. Родители прежде всего! О роли родителей в профилактической работе. Стокгольм, Национальный институт здравоохранения, 2006.)

Sundell K, Forster M. En grund för att växa. Forskning om att förebygga beteendeproblem hos barn. Stockholm: Socialtjänstförvaltningen, Stockholms stad, Forsknings- och utvecklingsenheten; 2005. (К. Сундкелл, М. Форстер. Основа для роста. Исследование в области предотвращения асоциального поведения у детей. Стокгольм. Управление социальной службы. Управление исследований и развития г. Стокгольма, 2005.)

Рекомендуемые ссылки

Программа «ЭФФЕКТ»: www.effekt.org

Национальный институт здравоохранения Швеции: www.fhi.se

Программа укрепления семей штата Айова (США) – Iowa Strengthening Families Program (ISFP): www.strengtheningfamilies.org

Управление города Стокгольма по профилактике. Информация о факторах риска и методах работы: www.prevention.se

Университет города Эребру: www.oru.se

Использованная литература

1. Sundell K, Forster M. En grund för att växa. Forskning om att före- bygga beteendeproblem hos barn. Stockholm: Socialtjänstförvaltningen, Stockholms stad, Forsknings- och utvecklingsenheten; 2005.
2. Andréasson A, red. Den svenska supen i det nya Europa. Nya villkor för alkoholprevention. En kunskapsöversikt. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2002.
3. Foxcroft DR, Ireland D, Lister-Sharp DJ, Lowe G, Breen R. Longer- term primary prevention for alcohol misuse in young people. A systematic review. *Addiction* 2003;98:387–411.
4. Dodge, KA, Dishion TJ, Lansford JE. Deviant peer influences in intervention and public policy for youth. SRCD Social Policy Report, 2006;XX(1): 3–19.
5. Spoth R, Redmond C, Shin C. Randomized trial of brief family interventions for general populations. Reductions in adolescent substance use four years baseline. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2000;69:627–42.
6. Ferrer-Wreder L, Stattin H. Framgångsrika preventionsprogram för barn och unga. En forskningsöversikt. Stockholm: Statens institutionsstyrelse, Institutet för utveckling av metoder i socialt arbete; 2005.
7. Bremberg S, red. Nya verktyg för föräldrar. Förslag till nya former av föräldrastöd. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2004.
8. Ferrer-Wreder L, Koutakis N, Stattin H. Alkoholprevention i familjen. I: Andréasson S, red. Den svenska supen i det nya Europa. Nya villkor för alkoholprevention. En kunskapsöversikt. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2002.
9. Yu J. The association between parental alcohol-related behaviors and children's drinking. *Drug and Alcohol Dependence*, 2003;69:253–62.
10. Fergusson DM, Lynskey MT, Horwood JL. Childhood exposure to alcohol and adolescent drinking patterns. *Addiction*, 1994;89:1007–16.
11. Sundell K, Kraft Y. Femteklassares kunskap, attityd och erfarenhet av tobak, alkohol, narkotika och andra droger. FoU-rapport 200:1. Stockholm: Social-tjänstförvaltningen, Forsknings- och utvecklingsenheten; 2002.
12. Bogenschneider K, Wu M, Raffaelli M, Tsay JC. "Other teens drink, but not my kid." Does parental awareness of adolescent alcohol use protect adolescents from risky consequences? *Journal of Marriage & the Family*, 1998;60(2):356–73.

13. Loeber R, Farington DP, Stouthamer-Loeber M, van Kammen WB. Antisocial behavior and mental health problems. Explanatory factors in childhood and adolescence. Mahwah (NJ): Laurence Erlbaum Associates; 1998.
14. Ary DV, Tildesley E, Hops H, Andrews J. The influence of parent, sibling, and peer modeling attitudes on adolescent use of alcohol. *International Journal of the Addictions*, 1993;28:853–88.
15. Klefbeck J, Ogden T. Barn och nätverk. Ekologiskt perspektiv på barns utveckling och nätverksterapeutiska metoder i behandlingsarbete med barn. Stockholm: Liber; 1995.
16. Holder HD. Social norms subsystem. Community values and social influences that affect drinking. I: *Alcohol and the community. A system approach to prevention*. Cambridge: Cambridge University Press; 1998.
17. Perry CL, Williams CL, Komro SV, et al. Project Northland – phase II. Community action to reduce adolescent alcohol use. Paper presented at the 1998 KettilBruun Thematic Meeting. Fourth Symposium on Community Action Research and the Prevention of Alcohol and Other Drug Problems; 1998 February 8–13; New Zealand, Australia.
18. Rogers EM. *Diffusion of innovations*. 5. uppl., New York: Free Press; 2003.
19. Miller WR, Rolnick S. *Motivational interviewing. Preparing people for change*. 2. uppl., New York: The Guilford Press; 2002.

Список приложений

Приложение 1. Образец договора между родителями

Приложение 2. Образец письма родителям

Приложения 3.1 и 3.2. Анкеты оценки эффективности (Анонимные анкеты для родителей 1 и 2).

Приложение 2

Роль родителей очень велика.

Новая информация о родителях, подростках и алкоголе

Для родителей

Школа _____

Класс _____

На последнем родительском собрании родители получили много важной информации в отношении употребления подростками алкоголя, а также конкретные рекомендации насчёт того, что родители должны делать. В конце встречи родителям была дана возможность обсудить эти вопросы друг с другом, и совместно разработать общие правила и способ поведения

ЧТО РОДИТЕЛИ МОГУТ СДЕЛАТЬ?

Что можете сделать Вы, родители, чтобы Ваши дети-старшеклассники не употребляли алкоголь? Почему так важно, чтобы первое знакомство с алкоголем произошло как можно позже?

На эти важные вопросы был дан ответ во время последнего родительского собрания. На основании этого был составлен договор между родителями. Ниже следует краткое изложение той информации, которую получили родители. Родители, принимавшие участие в собрании, могут оставить себе эту информацию как памятку. Те же, кто по каким-либо причинам не смог принять участие в собрании, могут получить информацию из данной памятки.

РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ПОДРОСТКАМИ АЛКОГОЛЯ:

Пьющие подростки подвергаются многим рискам:

- Большой вред для здоровья, а также такие проблемы, как ссоры, драки и насилие.
- Незащищённые и нежеланные половые контакты.
- Отрицательное воздействие на учёбу.

Кроме этого, исследования показывают, что те молодые люди, которые рано знакомятся с алкоголем, подвергаются большей опасности развития наркотической или алкогольной зависимости.

ИСТОЧНИК – Т. Витфельдт и Л. Раск. Наркомания среди школьников, 2005. Стокгольм: Центральная ассоциация просвещения в области наркомании алкоголизма.

На собрании родители решили:

Дата собрания _____

СКОЛЬКО РЕАЛЬНО ВЫПИВАЮТ НАШИ ПОДРОСТКИ?

Диаграмма показывает типичную ситуацию в средних классах шведской школы. Таким образом дела обстоят в большинстве шведских населённых пунктов. В 7-м классе почти 20% мальчиков и около 15% девочек бывали пьяны. В 8-м классе – 25% у мальчиков и 22% девочек. В девятом классе происходит резкий скачок вверх, показатели удваиваются, и девушки догоняют юношей. В 9-м классе больше половины школьников когда-либо бывали пьяны.



Схема 1. Количество (%) подростков разного возраста, которые указали, что были пьяны по меньшей мере однажды за последний семестр. (Коутакис, 2009)

О ТОМ, ЧТОБЫ ДАТЬ ДЕТЯМ ПОПРОБОВАТЬ

Многие полагают, что если дать ребенку попробовать алкоголь дома, то тем самым он станет для детей менее привлекательным. На самом деле всё наоборот!

Исследования показывают, что молодые люди, которым дома предлагают алкоголь родители, пьют больше, нежели те подростки, которым родители запрещают это делать!

ОТНОШЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К АЛКОГОЛЮ ВЛИЯЕТ НА ТО, СКОЛЬКО ПЬЁТ ИХ РЕБЕНОК

Диаграмма внизу показывает, каким образом привычки родителей влияют на употребление ребенком алкоголя. В тех семьях, где родители запрещают детям пить, мы видим самый низкий уровень употребления алкоголя подростками. Самый высокий уровень употребления алкоголя подростками в тех семьях, где родители позволяют детям пить.

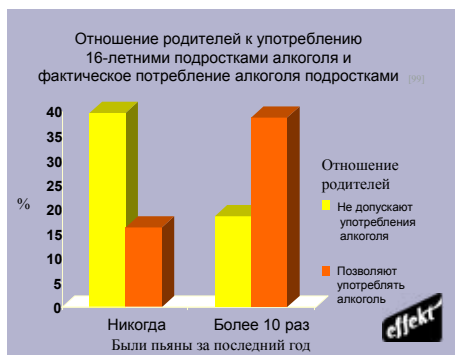


Схема 2. Количество (%) подростков в возрасте 14-и и 15-и лет, которые указывают, что были пьяны более 10-ти раз за последний семестр, а также взаимосвязь этого показателя с отношением родителя к употреблению их детьми алкоголя (Коутакис, 2009)

ЦЕЛЬ ЭТИХ СОВЕТОВ – СДЕЛАТЬ ЗНАКОМСТВО С АЛКОГОЛЕМ КАК МОЖНО БОЛЕЕ ПОЗДНИМ

Подростки, которые впервые попробовали алкоголь в возрасте 13-ти лет, через 10 лет пьют вдвое больше чем те, кто впервые попробовал алкоголь в возрасте 16-ти лет. Чем позднее знакомство с алкоголем, тем ниже его потребление.

НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ

- Поговорите со своим ребенком об алкоголе. Четко проговорите правила, которые он должен соблюдать. Детям и подросткам они нужны.
 - Скажите НЕТ – объясните ребенку, что он не должен знакомиться с алкоголем.
 - Не предлагайте детям дома алкоголь.
 - Достаточно часто, чаще чем Вы можете думать, старшие братья и сестры покупают алкоголь для младших братьев и сестер. Поговорите об этом дома.
 - Следите, чтобы на подростковых праздниках так или иначе присутствовал кто-нибудь из взрослых. Поговорите с родителями товарищей Вашего ребенка.
- Если у Вас есть какие-либо вопросы, или Вы заинтересованы в получении дополнительной информации – свяжитесь с нами:

Приложение 3.1

Анонимная анкета для родителей

Кем вы приходитесь ребенку?

- Мать
- Отец
- Родители (мать и отец вместе)
- Другой родственник или опекун

В этом классе учится моя (мой) ...

- Дочь
- Сын

Какое из этих утверждений соответствует вашим взглядам на употребление алкоголя подростками?

- Подростки в возрасте моего сына (дочери) уже достаточно взрослые, чтобы учиться ответственным образом употреблять алкоголь.
- Мне не нравится, что подростки в возрасте моего сына (дочери) пьют алкоголь, но я не думаю, что мы, взрослые, можем многое изменить в этом плане.
- Я убежден(а), что молодые люди младше 18 лет не должны употреблять алкоголь.

Знает ли ваш(а) сын (дочь) о ваших взглядах на употребление алкоголя подростками?

- Да, я четко обозначил(а) свою позицию.
- Я не уверен(а).
- Мы никогда об этом не говорили, так что я не думаю, что он(а) знает о моём отношении.

Случалось ли, что вы предлагали вашему(ей) сыну (дочери) попробовать или выпить алкоголь?

- Нет, никогда.
- Да, случилось.
- Да, время от времени.
- Нет, в нашей семье не употребляют алкоголь.

Случалось ли, что выш(а) сын (дочь) был(а) пьян(а) из-за чрезмерного употребления пива, вина или другого алкогольного напитка?

- Нет, никогда.
- Я не уверен(а), что такое было.
- Думаю, да.
- Да, я знаю, что такое было.

Как вы думаете, если бы второй родитель (опекун) ребенка заполнял эту анкету, ваши ответы отличались бы?

- Это не относится ко мне, я являюсь единственным родителем (опекуном).
- Да, вероятно, ответы отличались бы.
- Нет, вероятно, ответы были бы такими же.

Спасибо за участие.

Сложите анкету написанным внутрь и верните ее интервьюеру.

Приложение 3.2

Анонимная анкета для родителей**Кем вы приходитеесь ребенку?**

- Мать
- Отец
- Родители (мать и отец вместе)
- Другой родственник или опекун

В этом классе учится моя (мой) ...

- Дочь
- Сын

Какое из этих утверждений соответствует вашим взглядам на употребление алкоголя подростками?

- Подростки в возрасте моего сына (дочери) уже достаточно взрослые, чтобы учиться ответственным образом употреблять алкоголь.
- Мне не нравится, что подростки в возрасте моего сына (дочери) пьют алкоголь, но я не думаю, что мы, взрослые, можем многое изменить в этом плане.
- Я убежден(а), что молодые люди младше 18 лет не должны употреблять алкоголь.

Знает ли ваш(а) сын (дочь) о ваших взглядах на употребление алкоголя подростками?

- Да, я четко обозначил(а) свою позицию.
- Я не уверен(а).
- Мы никогда об этом не говорили, так что я не думаю, что он(а) знает о моём отношении.

Случалось ли за последние шесть месяцев, что вы предлагали вашему(ей) сыну (дочери) попробовать или выпить алкоголь?

- Нет, никогда.
- Да, случилось.
- Да, время от времени.
- Нет, в нашей семье не употребляют алкоголь.

Случалось ли, что выш(а) сын (дочь) был(а) пьян(а) из-за чрезмерного употребления пива, вина или другого алкогольного напитка?

- Нет, никогда.
- Я не уверен(а), что такое было.
- Думаю, да.
- Да, я знаю, что такое было.

Как вы думаете, если бы второй родитель (опекун) ребенка заполнял эту анкету, ваши ответы отличались бы?

- Это не относится ко мне, я являюсь единственным родителем (опекуном).
- Да, вероятно, ответы отличались бы.
- Нет, вероятно, ответы были бы такими же.

Спасибо за участие.

Сложите анкету написанным внутрь и верните ее интервьюеру.

Производственно-практическое издание

Николаус Коутакис

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА «ЭФФЕКТ»

Практическое пособие для лекторов,
работающих с родителями

Редактор	С. Смирнова
Компьютерная верстка	Н. Матвеева
Корректор	Т. Дебиш

Подписано в печать 30.03.2015.

Формат 60×84 $\frac{1}{16}$, Бумага мелованная.

Офсетная печать. Усл. печ. л. 2,5. Уч.-изд. л. 1,8.

Тираж 1000. Заказ 560.

Издатель и полиграфическое исполнение:
частное производственно-торговое унитарное предприятие
«Издательство Альтернатива».

Свидетельство о государственной регистрации издателя,
изготовителя, распространителя печатных изданий
№ 1/193 от 19.02.2014.

№ 2/47 от 20.02.2014.

Пр. Машерова, 75/1, к. 312, 224013, Брест.