

Программа профилактики употребления вейпов и электронных сигарет подростками

1. Обоснование актуальности и необходимости создания Программы.

Наиболее серьезные социальные проблемы и проблемы здравоохранения, распространенные в настоящее время, связаны с особенностями поведения и образа жизни нынешнего **нового поколения- поколения Z**, а именно распространяется эпидемия употребления электронных сигарет - вейпов среди подростков. Появляется новая зависимость у подростков - субкультура «парения», отличной от культуры употребления обычных сигарет с табаком.

Причиной формирования субкультуры «парения», у подростков является не психоактивное вещество как таковое, а **стремление к получению быстрого удовольствия, удовлетворению любопытства, получения статуса в референтной группе**. То есть поиск легких и быстрых путей удовлетворения актуальной потребности с **игнорированием последствий** способа, которым эта потребность была удовлетворена.

Это связано с неумением **нового поколения** удовлетворят эти потребности социально приемлемым, адаптивным способом, который требует больших знаний и навыков, но дает продуктивный результат. Поэтому **развитие у подростков общечеловеческих ценностей** позволяет сформировать полноценную самодостаточную личность.

2. Цель Программы:

- создание в школе системы работы по профилактике употребления электронных сигарет несовершеннолетними, позволяющей учащимся развиваться в благоприятной среде;
- развитие у подростков позитивных отношений с окружающими, приобретение умения адаптироваться к отрицательным эффектам рекламы, выражать свои чувства, разрешать конфликты, сопротивляться давлению, которое угрожает здоровью и жизни.

3. Задачи Программы:

- осветить тему воздействия электронных сигарет на организм без сравнения их с обычными сигаретами;
- анализ реального воздействия электронных сигарет на растущий организм;
- обсудить последствия употребления электронных сигарет;
- научить подростков вести себя при давлении сверстников;
- провести профилактическую работу, направленную на отказ подростков от употребления электронных сигарет.

4. Целевая группа, на которую рассчитана Программа:

Основным звеном программы являются обучающиеся 9-11 классов, участвующих в организации и проведении мероприятий, направленных на здоровый образ жизни, профилактику курения электронных сигарет.

5. Содержание:

- исследование литературы о современном подростке- поколение Z;
- особенности восприятия получения информации поколением Z;
- принципы при проведении занятий и механизм реализации Программы профилактики с подростками;
- программа и ожидаемые результаты первичной профилактики.

6. Что же это за новое поколение- поколение Z?

Чтобы предложить **Программу** по профилактике подростков, необходимо дать подробную характеристику портрета современного подростка, основанную на современных исследованиях нового поколения. Проблема заключается в том, что результатов исследований психологических особенностей поколения Z очень мало на настоящий момент. Таких исследований много ведется в США, в Китае, в Европе, выделяются деньги на проведение таких исследований. В нашей стране пока таких исследований очень мало. Поэтому в настоящий момент мы будем опираться на исследования наших зарубежных коллег.

«Теория поколений» создана американскими учеными-демографами Нейлом Хоув и Вильямом Штраус в 1991 году. Адаптацию Теории Поколений для России в 2003-2004 году выполнила команда под руководством Евгении Шамис – координатора проекта Regenerations.

По мнению сторонников «теории поколений», поколение – это группа людей, рожденных в определенный возрастной период, испытавших влияние одних и тех же событий и особенностей воспитания, с похожими ценностями. Мы этих ценностей не замечаем, они действуют незаметно, но во многом определяют наше поведение: как мы общаемся, как решаем конфликты и строим команды, как развиваемся, что и как покупаем, что нас мотивирует, как ставим цели и управляем людьми.

Ценности формируются в детстве (до 10-12 лет). Но в течение жизни они могут меняться, однако для этого должны произойти очень крупные, значимые события в обществе, в личной жизни человека.

Теория описывает повторяющиеся поколенческие циклы. Каждые четыре поколения составляют цикл. Временной промежуток, в который рождаются представители одного поколения, - около 20 лет, длительность одного цикла – 80–90 лет. По завершении цикла начинается повторение: пятая генерация обладает ценностями, схожими с первой. Дети, рожденные на стыке генераций, испытывают влияние двух групп ценностей и образуют так называемое переходное или эхо-поколение. Поколения нового цикла повторяют характерные особенности соответствующих поколений предыдущего, поэтому смену поколений сравнили с сезонностью природы и выделили 4 основных типа:

«**осень**» [Герои] – деятельные, уверенные в себе борцы, не столько создающие новые ценности, сколько отстаивающие существующие;
 «**зима**» [Приспособленцы] неуверенные, одинокие, лишённые внутреннего «стержня», предпочитающие приспособляться к существующей системе;
 «**весна**» [Идеалисты] – революционеры, оптимисты, создающие новое светлое будущее;
 «**лето**» [Реакционеры] непостоянные, циничные, разочарованные реалиях выстроенной системы, отвергающие моральные ценности.

Сейчас в России живут и работают представители следующих поколений:

- **Поколение GI** (1900–1923 г.р.) период «осени» (революции 1905, 1917, гражданская война, НЭП, эпидемии, коллективизация, электрификация);
- **Молчаливое поколение (1923–1943 г.р.)** («зима», «художники») условиях сталинских репрессий, Второй мировой войны, послевоенной разрухи, голода, изобретены антибиотики, они молчаливы, исполнительны и чрезвычайно терпеливы;
- **Поколение Беби-Бумеров** (1943–1963 г.р.) (от слова "бум", которым характеризовали всплеск рождаемости в эти годы). Поколение беби-бумеров («весна», «пророки») названо так в честь произошедшего после войны бума рождаемости. В основе их характера лежит психология победителей. Они росли в настоящей супердержаве, которую боялся и уважал весь мир, которая победила в страшной войне и покорила космос;
- **Поколение X** (1963–1984 г.р.) (**Неизвестное поколение**), («лето», «кочевники»). Фоном для них были холодная война, закрытость страны, война в Афганистане, застой, наркотики, СПИД, тотальный дефицит, начало перестройки. Прокатившийся в их время по стране бум разводов сделал X-в более гибкими в отношениях с людьми, а постоянная занятость родителей-трудооголиков на работе – более самостоятельными;
- **Поколение Миллениум** или **Y** (1984–2000 г.р.), родившееся в **период «осени»** Поколение Y (также названо поколением Сети и поколением Миллениум, так как его представители оканчивают школу в новом тысячелетии), сейчас только вступает в фазу активной жизни. Как и положено, они очень похожи на поколение GI. Основные события их становления – это распад СССР, частые теракты, новые эпидемии. И все это на фоне самого бурного развития новых информационных, коммуникационных, цифровых и биотехнологий. Y-и наивны и склонны к работе в команде. Они великолепно ориентируются в компьютерных сетях, как следствие, им легче общаться с единомышленником, проживающим на другом краю планеты, чем с соседом по подъезду.
- **Поколение Z** (с 2000 г.р.), цифровое поколение, потерянное поколение, **период «зима»**.

Основные характерные черты представителей Z:

Поколение Z Годы рождения начиная с 2001-2003 года по разным источникам. В какое время они живут? Они живут во времена экономического кризиса. Вертикаль власти крепнет, государственный аппарат получает все большую силу и мощь. Мелкие компании поглощаются крупными сетями, слабое погибает, сильное крепчает. А общество ждет новых крупных терактов, террористической войны и новых страшных эпидемий. Поколение Z - это дети возрастных родителей Поколения X и молодых родителей Поколения Y. То, что предыдущие поколения называли «новыми технологиями» или «технологиями будущего», для поколения Z - это уже их настоящее. Именно это, прежде всего, отличает их от Поколения Y, так как детство Y прошло ещё до технологического бума.

***Это дети мультимедийных технологий.** Это поколение, родившееся в информационном обществе. Представители Поколения Z «связаны» между собой благодаря таким вещам, как интернет в целом, YouTube, мобильные телефоны, SMS и MP3-плееры, в этом поколение Z становится синонимом англоязычного термина Digital Native («Цифровой Человек»). Родителей же детей Z называют «Digital Immigrant», так как в их детстве большинства всего этого не было. Теперь интернет не ограничивается домашним компьютером и может быть доступен в любой момент благодаря новым мобильным телефонам или карманным устройствам вроде PSP.

***Они более зависимы от цифровых технологий, чем их родители,** которые пользовались телевидением как альтернативой книгам и газетам. Они нетерпеливы и сосредоточены в основном на краткосрочных целях, при этом они менее амбициозны, чем дети из предыдущих поколений. Они более ориентированы на потребление и более индивидуалистичны. Z не склонны становиться частью определённых групп – они настаивают на собственном праве принимать решения.

***Развитие цифровых технологий сделало их поколением, выросшим в цифровой среде – почти всю информацию они получают из Сети.** Неограниченный доступ к информации придает им уверенности в своих взглядах, которые далеко не всегда правильны. Поколение «юзеров» – они используют все средства для общения в Сети – сутками сидят в социальных сетях, играют в онлайн-игры, постоянно рассказывают о своей жизни в блогах и общаются по ICQ или в Skype, Вконтакте и др. Общению в виртуальном пространстве часто отдается приоритет при выборе между личной встречей и обсуждению вопросов посредством электронной почты или службы мгновенных сообщений. Ценят честность и откровенность. Многие живут в Сети в придуманных мирах, но некоторые пишут правдиво и откровенно – они очень открыты и это часто шокирует людей старшего возраста.

***Людей этого поколения отличает, прежде всего, максимальная приближенность к информации, с которой они умеют отлично работать.** Дети сейчас фактически рождаются с мобильным телефоном в руках, а первой игрушкой для них становится компьютер. Те, кому сейчас 30 и более лет, были воспитаны на книгах, но поколение Z мыслит совершенно иными категориями. Максимум, что они могут прочитать – какую-нибудь статью, но гораздо привычнее для них мини-новости, формат твитов.

***С одной стороны, поколение Z становится менее общительными, более погруженными в себя и виртуальный мир и фантазии. На языке психологии – более интровертированными.** С другой стороны, детский эгоцентризм, для ребенка это естественно – думать исключительно о себе. Применительно к человеку взрослому это правильно назвать индивидуализмом. Таким образом, психологический диагноз нового поколения – интровертированный индивидуализм.

Главный социально-психологический тренд для нового поколения – это инфантилизация. Она проявляется в том, что взрослые люди сохраняют детские черты и соответственно во «взрослых» ситуациях ведут себя по-детски, не осознавая этого. Соответственно, подростки **будут менее ответственными, менее исполнительными**, они не готовы признавать свою вину за срывы и неадекватное выполнение каких-то работ. Но при этом, как дети, будут постоянно ожидать от окружающих и от учителя безусловной положительной оценки всего, что они делают.

***По сравнению с предыдущими поколениями у новой молодежи еще больше обострится конфликт отцов и детей, конфликт мировоззренческий.** Углубляется разрыв поколений, и то, что дети должны воспринимать от родителей – жизненный опыт и т.д., сейчас они в основном отбрасывают. Для них взгляды родителей безнадежно устарели.

У нового поколения возникает **размывание жизненных принципов и жизненных ориентиров.** Ценности бывают разные, но их можно объединить в четыре основные группы: **здоровье** (физическое благополучие и безопасность), **семья, социальные ценности** (карьера, материальное положение) и **ценности духовные** (образование, культура).

Ценности здоровья для нового поколения будут еще более актуальны. Люди будут осознавать, что для поддержания здоровья при современном образе жизни нужно прикладывать больше усилий, и потребление в этой сфере будет расти. А вот вторая группа ценностей – семейные – в глазах нового поколения обречена на постепенную девальвацию.

***Перемещение внимания будет происходить в сторону социальных ценностей – карьера и благосостояние.** Но вспоминая про гиперактивность, повышенную конфликтность и проблемы с эмоциями можно ожидать, что это общество будет склонно к более острой конкуренции людей друг с другом, конкуренции не корпоративной, а персональной. **Новое поколение будет еще больше, чем предшественники, стремиться расталкивать окружающих локтями для достижения личных целей.** А четвертая группа ценностей – духовная – для значительной массы молодежи **опять же будет обесцениваться.** Группа людей высококультурных, для которых образование, духовность, личностное развитие имеют высокий приоритет, будет сокращаться. Современные молодые люди смотрят на окружающий мир через очки ролевых компьютерных игр, для них предстоящая жизнь — это игра, где есть уровни, которые надо пройти, есть определенные условия и правила прохождения всех этапов (если что-то не получится, можно еще раз повторить, исправить). **В этой игре главным становится потребление — информации, товаров, услуг, развлечений.** Дети поверхностно и легкомысленно относятся к учебе, с оптимизмом смотрят в будущее и естественно рассчитывают на успешное завершение каждого «уровня», даже не представляя всей серьезности и опасности реалий жизненного сюжета. Вероятно, вследствие противоречивости установок у школьников отмечается высокий уровень личностной тревожности: они уверены в себе, в своей незаурядности и способностях, но бессознательно чувствуют угрозу со стороны внешних условий.

7. Особенности восприятия получения информации поколением Z

В связи со всем выше сказанным, с учётом психологических особенностей 11–16 летних детей и с учётом особенностей поколения Z необходим выбор **адекватного стиля обучения**, об основных чертах которого пишет известный американский специалист в области обучения детей и взрослых Джули Коатс, автор книги «Поколения и стили обучения». Дж. Коатс предлагает «подсказки» современным педагогам, которые помогут выстроить адекватный стиль обучения со школьниками, относящимся к «Поколению Z»:

***Учащийся в центре внимания:**

Молодые люди отказываются от образования: **оно кажется им бессмысленным** для будущей жизни, менее полезным, чем «свободное плавание в большом мире». Современные учебные программы уделяют внимание личным качествам учеников, и их реализации лишь в начальном образовании. Чем старше становится ученик, тем больше от него требуется изучения абстрактных «предметов» - мало связанных с реальной жизнью, и его личным видением себя в ней. Создание учебных планов, при разработке которых будет современный мир и возможность обучающегося эффективно действовать в нем — ключ к успеху в 21-ом столетии.

***Кооперация вместо конкуренции:**

Сегодняшняя молодежь - **командные игроки**, ценность плодотворного сотрудничества для нее очевидна, в том числе и сотрудничества в процессе обучения - а оценки лишь служат подтверждением этому.

***Применимость знаний:**

Когда мы говорим о «полезности» знаний - мы понимаем под «полезностью» отнюдь не то, насколько легко будет нашему учащемуся сдавать выпускной или квалификационный экзамен. Такие результаты обучения все еще признаются обучающимися «важными» - но не являются определяющими, и, тем более, мотивирующими.

Цель учеников нового поколения - получить информацию, практическая польза владения которой будет очевидна. Мотивация обучающихся сейчас напрямую зависит от того, насколько хорошо они понимают, как и где смогут применить полученные знания.

****Время - главная ценность:***

Время - большая ценность для сегодняшних учеников, возможность **тратить** его **эффективно** часто становится для них главным аргументом.

Они ищут идеальное соотношение между затраченным временем, объемом полученной информации и «пользой», которую они смогут из этой информации извлечь.

Если затраты времени слишком велики, они или вовсе откажутся от изучения материала курса, или будут искать информацию где-то еще.

Времени всегда недостаточно, терять его - неэффективно. Если изучаемая информация очень нужна, но плохо структурирована, и ее освоение отнимает лишнее время – ученик будет искать ее в «независимых» источниках, что многие преподаватели также расценивают как «нежелание учиться как положено». Особенно все вышесказанное актуально для учеников мужского пола.

****Главное - результат***

Современные ученики в процессе обучения ориентируются, прежде всего, на результат: **«наслаждаться процессом» им не свойственно.**

Они сосредотачиваются на новом материале, игнорируя «повторение пройденного» и «закрепление» — не желая вновь возвращаться к изученному.

Задания, которые содержат **многократное** повторение одного и того же, они оставляют **невыполненными**. Если в качестве «результата» учащимся видится лишь хорошая оценка на экзамене — вряд ли они будут уделять внимание действительно глубокому и системному изучению предмета.

Важно помнить, что сегодняшние ученики с самого рождения имеют доступ к огромным массивам информации — к пяти годам в распоряжении современного ребенка больше информации, чем было у его бабушки и дедушки за всю жизнь.

Нынешние учащиеся умеют ориентироваться в этом изобилии, быстро находить, выделять и запоминать лишь нужное, имеющее практическую ценность - многие люди старшего возраста не имеют таких навыков.

****«Настройка»***

Наше время - эпоха «настраиваемой среды». Сегодняшняя молодежь привыкла «настраивать» окружающий мир, делая его удобнее. Учащиеся должны иметь возможность «настроить» в некоторой степени процесс обучения - чтобы каждому из них было максимально удобно, как получать знания, так и оценивать свои академические успехи.

****Диалог***

Важной составляющей современного обучения является диалог с преподавателем и сокурсниками. В традиционных учебных заведениях, где преподаватели и студент встречаются лицом к лицу, достаточно возможностей для такого диалога - надо лишь их использовать. В дистанционном же обучении могут помочь современные технологии: некоторые учебные заведения, например, используют блоги преподавателей и учащихся, чтобы дать им возможность обсуждать различные аспекты изучения курса.

****Высокие технологии***

Многие из сегодняшних учеников научились пользоваться компьютером раньше, чем ходить, или говорить. Среда, порожденная высокими технологиями - важный инструмент для их обучения: для них **лекция в традиционной аудитории - все равно что «немое**

кино» для зрителей, привыкших к звуковому. Разумеется, мало у кого оно вызовет живой интерес.

***Визуализация**

Современная молодежь воспринимает **визуальную информацию** лучше, чем представители любого другого поколения.

Об этом следует помнить, и учитывать эту особенность стиля обучения молодого поколения, привыкшего получать визуальную информацию из различных СМИ - это будет способствовать их успешному обучению. Кроме того, опыт этих учащихся в выделении важного из больших объемов информации формировался именно для визуального восприятия — и наилучшим образом применим для него же.

Вывод:

Таким образом представители нынешнего поколения Z ориентированы в обучении на **конкретный результат, с эффективной затратой времени, где практическая польза владения информацией для них будет очевидна.** Мотивация обучающихся будет напрямую зависеть от того, насколько хорошо они понимают, как и где смогут применить полученные знания.

Поэтому нам необходимо при подготовке Программы поставить перед подростками видимую цель, к которой они будут идти. Это должна быть командная работа с возможностью обсуждать различные аспекты проводимых мероприятий, со всеми современными наглядными средствами, делать акцент на интерактивных методах работы с опорой на наглядность и образность стимулов.

8. Принципы при проведении занятий и механизм реализации Программы профилактики с подростками

8.1. Принцип добровольности: необходимо предварительно подробно разъяснить участникам **цели данной программы, её практическую пользу,** этапы проведения, степень ответственности участников за результат, важность эмоциональной включенности в процесс. В ходе программы необходимо периодически спрашивать мнение группы на тему того, что полезного получают участники от проделанной работы, какие полученные навыки уже удалось использовать в реальной жизни, с каким настроем ожидают продолжение программы. В случаях, когда группа в целом высказывает негативный настрой относительно проведения программы, рекомендуется приостановить программу и, по возможности, провести повторную мотивационную работу с участниками, подключить к ней классного руководителя. В случае сохранения устойчивого негативного отношения участников к программе, рекомендуется подробно разъяснить цели программы на родительском собрании и предложить родителям помочь специалистам в осуществлению мотивации подростков, в случае последующего сохранения устойчивого негативного отношения к программе, рекомендуется прекратить выполнение программы с данной группой.

8.2. Принцип уважения к участникам: в случае критических демонстративных высказываний негативного характера участниками в отношении занятий, либо в отношении проделанной работы, либо в отношении обсуждаемых вопросов, не допускается негативная оценка личности участника. Вместо этого рекомендуется предложить участнику изложить аргументы в поддержку своего высказывания и поставить вопрос на обсуждение группы, напоминая группе о целях и практической пользе предлагаемой программы. В случае неправильного или некорректного исполнения отдельными участниками каких-то элементов программы, не допускается публично высказанная негативная оценка действий участника, либо критическое обсуждение его

личности. Вместо этого рекомендуется подчеркнуть и выделить действия участников, успешно выполнивших поставленные задачи, после чего рассмотреть возможность повторного выполнения некорректно проделанной работы.

8.3. Принцип поощрения участников: необходимо регулярно оказывать моральную поддержку участникам, делая положительные замечания относительно интеллектуальной и творческой деятельности участников в ходе программы. После каждого выполненного упражнения необходимо сделать положительное резюмирующее замечание относительно прохождения группой очередного этапа программы.

8.4. Принцип уважения к правилам группы: перед началом реализации предложенной программы рекомендуется обсудить с группой правила поведения участников в группе (как задавать вопросы, как решать конфликты, принцип обратной связи и т.д.) и меры по предупреждению и предотвращению нарушений оговоренных правил (предупреждение, отстранение, информирование родителей и т.д.).

8.5. Принцип конгруэнтности ведущего: ведущий должен сам обладать теми навыками, которым обучает подростков. Ведущий должен соответствовать образу гармоничного, социально адаптированного, позитивного человека, ведущего здоровый образ жизни.

8.6. Принцип включенности в процесс родителей и учителей: необходимо предварительно разъяснить школьным учителям и родителям участников программы цели предложенной программы, её практическую пользу для жизни участников, важность позитивного настроения, эмоциональной включенности и мотивации участников, возможный негативный эффект от скептических и негативных высказываний учителей и родителей в отношении программы.

При проведении профилактической работы необходимо делать акцент на диалоговых методах работы с опорой на наглядность, с использованием арттерапевтических техник, сказкотерапии, игротерапии, элементов телесно-ориентированной терапии.

8.7. Механизм реализации Программы осуществляется через:

- мониторинговые исследования и определение перспектив.
- взаимодействие педагогов, классных руководителей, родителей, детей;
- внедрение здоровьесберегающих технологий, формирующих позитивные установки на ЗОЖ.
- привлечение родителей для успешного функционирования программы по профилактике употребления вейпов среди несовершеннолетних;
- повышение роли дополнительного образования детей; организацию совместной деятельности детей и взрослых: военно-патриотическое, интеллектуальное, художественное, эстетическое, экологическое, физическое воспитание, краеведческую работу.
- Научно-методические условия. Это различные методические разработки, материалы, пособия, методики по работе с подростками в области наркомании. Будут проводиться конкурсы презентаций и плакатов, лекции, беседы, анкеты, просмотр видеофильмов, игры, творческие задания.

9. Программа первичной профилактики (занятия рассчитаны на весь учебный год)

| № | Темы | Форма занятий |
|---|---------------------------------|----------------------|
| 1 | Что такое электронная сигарета? | Беседа. Подготовка к |

| | | |
|----|--|---|
| | | проведению конкурса на самую лучшую презентацию по теме: «Вред электронной сигареты». |
| 2 | Анкетирование и обработка данных по электронным сигаретам Приложение 1 | Работа с анкетами, опрос, обработка данных |
| 4 | Влияние веществ, входящих в состав электронных сигарет, на организм. | Беседа |
| 5. | Профилактическое занятие по теме: «НЕ ПАРЬСЯ! Невыдуманные истории о вреде вейпов». Его обсуждение. Приложение 2 | Просмотр фильма |
| 6 | «Мифы и реальность об электронных сигаретах» | Дискуссия |
| 7 | Причины, по которым следует воздержаться от электронных сигарет. | Беседа медицинского работника с подростками с дальнейшим обсуждением |
| 8 | Исследование электронных сигарет на содержание. | Работа в кабинете химии |
| 9 | Беседы на правовые темы «Административная и иная ответственность». Родительское собрание «Как уберечь детей от электронных сигарет?» | Лекция |
| 10 | Профилактическая акция «#Дыши! Двигайся! Живи!» Приложение 3 | Флеш-моб |
| 11 | Защита презентаций «Вред электронных сигарет» | Защита презентаций, награждение грамотами. |
| 12 | Жизнь – это наш выбор! Подведение итогов | Тематическая игра, беседа |

Программа преследует двойную цель:

- формирования адекватного самовосприятия, самосознания, обучение эффективному взаимодействию с окружающими людьми;
- непосредственное предупреждение проб вейпов. Эффективность профилактических мероприятий, направленных на снижение риска зависимости подрастающего поколения, во многом определяется системностью воздействия и степенью вовлеченности родителей и педагогического коллектива в данную работу.

10. Ожидаемые результаты:

После реализации Программы предполагается, что подростки узнают, что электронные сигареты еще вреднее чем обычные, так как до конца не изучены, и как они влияют на здоровье; подростки определяют для себя, стоит ли их употреблять вообще; овладеют навыками поведения в ситуации давления сверстников и смогут сказать твердое «нет». Родители получают актуальную информацию и предпримут меры, для того, чтобы уберечь своих детей от электронных сигарет, так они вызывают привыкание.

Литература:

1. Голубева Ю.А. и др. Тренинги с подростками. - М.: Учитель, 2019

2. Гринченко Н.А. Трезвый образ жизни. Глава 2. Здоровье и здоровый образ жизни. // [Электронный ресурс] /Режим доступа: <http://www.grinchenko.tvereza.info/1/1-2.html>(дата обращения: 19.02.2017 г.).
3. Гончарова В.Ю. Психологические особенности поколения Z, Московский педагогический государственный университет Тип: статья в журнале - научная статья Том: 3 Номер: 12 (39) Год: 2019
4. Клепиков В.Н. Потенциал социокультурной модернизации образования в ракурсе нравственно-этического воспитания детей, подростков и молодёжи // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2013. № 3. С.39–46.
5. Легостаева Н.И. Демонстративно-потребляющая молодёжь // Россия : тенденции и перспективы развития. Ежегодник выпуск 11. Часть 3. 2016. С. 583
6. Михайлов П. А. Молодёжная субкультура как предмет культурологического исследования. / URL: <http://libs.mfknukim.mk.ua/jspui/handle/123456789/1056>. (дата обращения: 15.03.2019).
7. Михайлина М.Ю., Павлова М.А. Психологическая помощь подростку. Профилактика, технологии. ФГОС. - М.: Учитель, 2019
8. Методические рекомендации по проведению областной недели по профилактике употребления табачных изделий «Мы за чистые лёгкие!». Иркутск: - ЦПРК, 2019. – с.28
9. Поколение Z: те, кто будет после / Из интервью А. Сычёвой с психотерапевтом, кандидатом медицинских наук Марком Сандомирским. [Электрон. ресурс] URL: <http://www.e-executive.ru/knowledge/announcement/1450249/>
10. Психологические особенности поколения Z
http://leda29.ru/uploads/com_files/02_2018_psihologicheskie_osobennosti_pokoleniya_Z.pdf
11. Занина Л.В., Кирик В.А., Мирошниченко А.В., Гатальская Г.В. ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОСТЕЙ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ: РИСКИ И РЕШЕНИЯ. Коллективная монография//Ростов-на-Дону 2020//Электронная библиотека e-library//https://www.elibrary.ru/download/elibrary_44485570_88145425.pdf

Приложение 1

Анкета «Что мы знаем об электронных сигаретах?»

1. Знаете ли вы что такое электронные сигареты?
 - да
 - нет
2. Пробовали вы их курить (вейпить)?
 - да
 - нет
3. Первую раз вы вейпили?
 - один
 - с другом (подругой)
 - в компании
 - с родителями
 - не вейпил
4. Почему попробовали?
 - считаете себя взрослыми
 - из интереса
 - за компанию
 - не пробовал
5. Родители знают что вы вейпите?
 - да

- нет
- догадываются
- 6. Если знают, то как реагируют родители?
 - ругают
 - безразличны
 - одобряют
 - не знают
- 7. Вредны ли по-вашему электронные сигареты?
 - да
 - нет
 - не думал об этом
- 8. Что наносит больший вред курение сигарет или вейпинг?
 - вейпинг
 - курение
- 9. Вы курили обычные сигареты?
 - да
 - нет

Приложение 2

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ ПО ТЕМЕ:

«НЕ ПАРЬСЯ! НЕВЫДУМАННЫЕ ИСТОРИИ О ВРЕДЕ ВЕЙПОВ»

Цель занятия: повышение мотивации на осознанный отказ от вейпинга

Задачи занятия:

1. Дать представление о вейпах, их строении, опасных веществах, содержащихся в жидкости и парах, и о вызываемых ими заболеваниях.
2. Развеять мифы о безвредности вейпов.
3. Обсудить основные характеристики вейп-сообществ и их влиянии на современную молодежь.

Особое внимание следует на легальность продажи вейпов несовершеннолетним, опасность использования жидкости с солевым никотином, а также на взрывоопасную природу вейпов и вызываемые ими заболевания.

Технические средства: компьютер, проектор, экран и (желательно) классная доска.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Вступительное слово специалиста.

Продолжительность – 3-5 минут. Задача – вызвать интерес к фильму.

Сейчас мы посмотрим фильм. Из него мы узнаем о том, в чем на сегодняшний день заключается главная опасность вейпинга, и о том, как вейпиндустрия обманывает потенциальных покупателей, насаждая миф о безвредности своей продукции, которую подает как более здоровую альтернативу обычному курению. Только за рубежом число курильщиков – как обычных, так и электронных сигарет – за последние годы увеличилось на целые миллионы, и средний возраст парильщиков снижается все больше и больше.

Примечание: на этом этапе можно использовать «Анкету» по определению причин распространенности курения для того, чтобы определить примерное число курящих в группе и их отношения к различным видам табачных изделий.

2. Просмотр фильма в режиме стоп-кадра.

Продолжительность – около 20 минут. Задача – проинформировать аудиторию о проблеме распространения вейпинга.

Рекомендуется во время паузы проговаривать вместе с аудиторией ключевые тезисы эпизода и фиксировать их на доске для наглядности.

Для повышения эффективности занятия участникам просмотра рекомендуется конспектировать сюжет фильма и/или записывать возникающие вопросы, что существенно усилит запоминание информации, передаваемой через фильм.

3. Дискуссия по фильму

Продолжительность – 15-25 минут. Задача – закрепить полученную при просмотре фильма информацию, усилить мотивацию на безопасное поведение и обратить особое внимание на скрытую опасность вейпинга.

1. Способен ли человек отказаться от курения обычных сигарет, перейдя на вейпы или их аналоги (снюс, IQOS и т.п.)? Знаете ли вы таких людей?
2. Вейпинг – это быстро проходящая мода или нет?
3. Согласны ли вы с основной мыслью фильма? В чем она заключается? Близка ли она лицам вашего возраста?
4. Наиболее запоминающийся момент фильма – какой он? Ответ аргументируйте.

Необходимо, чтобы в обсуждении принимало участие большинство присутствующих.

Сначала следует предложить отвечать на вопросы наименее активным участникам занятия, чтобы вовлечь их в процесс обсуждения.

Если аудитория проявляет искренний интерес к теме, можно предложить ей ознакомиться с другими видеоматериалами:

«ВРЕД ОТ ПАССИВНОГО ПАРЕНИЯ МУЛЬТФИЛЬМ | Passive Vaping A guide for parrots»

<https://www.youtube.com/watch?v=nKbBVdeaqDg>

«ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ВЫКУРИТЬ ЦЕЛУЮ БАНКУ ВЕЙПА!»

<https://www.youtube.com/watch?v=UND5sIGTp0Q>

«ВЕЙП: вред или польза. Научный эксперимент»

<https://www.youtube.com/watch?v=iH54uhZpskU>

«По ту сторону облака - Документальный фильм о вейпинге»

https://www.youtube.com/watch?v=kb_KQ3PlzNM

В большом кино и мультипликации коснуться темы парения осмелился пока только мультсериал «Южный парк» (сезон 22, серия 4). Однако использовать кадры из него следует с осторожностью, поскольку он весьма специфичный и зачастую касается весьма спорных тем.

Конечно, при желании можно использовать отрывки, где персонажи курят обычные сигареты или кальян, однако в таком случае всем участникам занятия следует сразу прояснить, что, несмотря на различия, все виды курения и парения вредят организму, пусть и в разных степенях.

Дополнительные вопросы:

- 1) Что на самом деле, по вашему мнению, вызывает взрыв вейпов или несвоевременную поломку?
 - 2) Почему, по вашему мнению, ритуал курения в фильмах смотрится привлекательно?
 - 3) Считаете ли вы, что следует повысить цены на вейпы – как минимум для того, чтобы сократить уровень продаж несовершеннолетним?
 - 4) Вейпинг как социальный ритуал. В чем его смысл и эстетика?
 - 5) Если вейпинг – это более здоровая альтернатива курению, то какая здоровая альтернатива существует для вейпов?
4. Заключительное слово специалиста

Продолжительность – 5 минут. Задача – напомнить озвученную во время занятия информацию.

Если были подготовлены анкеты или листы обратной связи, сразу же раздайте (соберите). Пусть сегодня вейп кажется отличной альтернативой курению, модным аксессуаром, но будет ли стоить ароматный пар ваших легких?

Приложение 3

Профилактическая акция «#Дыши!Двигайся!Живи!» (примерный план)

Цель: активизация информационно-пропагандистской деятельности по продвижению идей здорового образа жизни.

Задачи:

- создать условия и возможности подросткам, молодежи выразить свое отношение к проблеме употребления вейпов и распространения курительных смесей;
- сформировать у обучающихся отрицательное отношение к употреблению электронных сигарет;
- активизировать волонтерское движение;
- расширить ощущение причастности к общему делу;
- расширить представление подростков о замещении употребления вейпов (творчество, подвижные игры);
- развить у обучающихся навыки проявления силы воли и принятия собственных решений (выбор).

Участники акции

акции могут принимать участие обучающиеся 8-х - 11-х классов, студенты, воспитанники, педагогический коллектив и родители. Содержание акции Условия проведения акции по профилактике употребления электронных сигарет:

- настоящий план проведения акции носит рекомендательный характер, и содержание акции может корректироваться с учётом специфики и возможностей образовательной организации;
- события акции должны охватывать следующие категории участников образовательного процесса: педагогические работники, обучающиеся, воспитанники и их родители;
- акция должна быть целостной и законченной, иметь основную идею и девиз.

Форма проведения акции по профилактике употребления электронных сигарет:

акция проводится в форме флэш-моба (флэш-моб – это заранее спланированное мероприятие, в котором большая группа людей (мобберы) появляется в общественном месте, выполняет заранее оговоренные действия и затем расходится).

Сценарный план проведения флеш-моба:

- осуществляется организация флеш-моба (сценарий, место и время акции назначается руководителем акции). Инструкции к акции могут быть опубликованы на стенде, либо инструкции выдаются до акции специальными агентами;
- выполняют действия в соответствии с планом флеш-моба. Разрешается использование индивидуального сценарного плана и объединение нескольких образовательных организаций для проведения флэш-моба, при этом количественный состав группы не должен превышать 30 человек.

Общие правила проведения флеш-моба:

- флэш-моб проводится четко по заранее утвержденному сценарию;

- группа приходит и уходит вовремя – минута в минуту, иначе теряется эффект «вспышки»;
 - не создавать точечных скоплений, необходимо создать ощущение, что группа выросла ниоткуда и исчезла в никуда;
 - не обсуждать мероприятие ни до, ни во время, ни после акции;
 - не нарушать общественный порядок;
 - не оставлять после себя мусор; — не использовать опасные предметы, пиротехнические средства;
 - не совершать действия, опасные для жизни окружающих и участников флэш-моба;
 - флэш-моб должен вызывать недоумение, а не смех (все участники должны делать все с серьезным видом);
 - флэш-моб не должен содержать рекламу или её элементы.
- Необходимо помнить, что в акции участвует «позитивное большинство». **Подведение итогов акции.** По итогам проведения акции по профилактике употребления электронных сигарет рекомендуется подготовить творческий отчет в формате презентации и/или видео - отчета.

Программа профилактической работы с родителями подростков зависимых от электронных сигарет.

Цель программы: вовлечение в сотрудничество родителей, с целью развития и поддержания их компетентности по формированию культуры здоровья и профилактики зависимости от электронных сигарет у подростков. Повышение педагогической культуры родителей, их психолого-педагогической компетентности в семейном воспитании, выработка единых подходов семьи и школы в профилактической деятельности.

Задачи программы:

- развитие и поддержка компетентности родителей по формированию культуры здоровья и профилактики зависимости от электронных сигарет у подростков;
- повышение психолого-педагогической грамотности родителей по профилактике зависимости от электронных сигарет у подростков;
- поддержка и формирование ответственного поведения родителей по воспитанию подростков в части обсуждения вопросов по определению жизненного пути и выбора профессии подростком;
- мотивация родителей по сотрудничеству с представителями школ в профилактической деятельности.

Содержание программы:

1. Теоретическая составляющая: общее представление об электронных сигаретах (понятие «вейп», его строение, содержание опасных веществ и их влияние на организм). Мнимая безвредность вейпов, возможные заболевания от употребления электронных сигарет. Позиция табачных компаний по реализации электронных сигарет.
2. Анализ причин употребления электронных сигарет подростками, с учетом формы отношений в семье (социальный опрос родителей и семей).
3. Информация для родителей о том, как правильно завести разговор о вейпах с подростками и последствиях употребления.
4. Занятия с родителями по профилактике зависимости от электронных сигарет у подростков.

Теоретическая составляющая.

Понятие электронная сигарета. Электронная сигарета (англ. e-cigarette) — электронное устройство, создающее высокодисперсный аэрозоль (пар), предназначенный для ингаляции (вдыхания). Может использоваться как в качестве средства доставки никотина (ЭСДН), так и для вдыхания ароматизированного пара (аэрозоля) без никотина. Пар создается за счет испарения специально подготовленной жидкости с поверхности нагревательного элемента и внешне похож на табачный дым. Устройство может быть выполнено в самых различных формах, в том числе и в формах, сходных с обычной сигаретой или курительной трубкой. Устоявшиеся термины процесса использования электронных сигарет — парение или вейпинг (от англ. vaping).

Электронные системы доставки никотина и электронные системы доставки продуктов, не являющихся никотином: (ЭСДН/ЭСДПН) — это класс изделий с питанием от нагревательного элемента в виде спирали, нагревающего раствор для превращения его в аэрозоль, который вдыхается пользователем. Образование аэрозоля при использовании ЭСДН/ЭСДПН — так называемом парении или «вейпинге», его состав и последующее воздействие аэрозольных веществ определяются четырьмя факторами:

- составом раствора (электронной жидкости);
- материалами, используемыми при изготовлении устройства;
- электрической мощностью, потребляемой для нагревания жидкости;
- характером затяжек пользователя ЭСДН/ЭСДПН.

При нормальных условиях эксплуатации температура в электронной жидкости достигает 100-350°C.

В состав электронных жидкостей всегда входит вещество-носитель (увлажнитель), составляющий 80-90% всего объема, небольшой объем воды (10-20%) и, как правило, никотин и ароматизаторы. Пропиленгликоль и глицерин — основные носители, используемые в электронных жидкостях, — подвергаются частичному разложению при контакте с нагревательным элементом испарителя (атомайзера), образуя ряд токсических веществ, в том числе вещества карбонильной группы. В состав электронных жидкостей может входить никотин — вещество, вызывающее зависимость, которое может оказывать неблагоприятное воздействие на развитие мозга плода в антенатальном периоде, и мозга подростка.

Электронные сигареты разработаны крупными табачными компаниями для увеличения собственных продаж в западных странах и сначала получили распространение в США и европейских странах. Продажа ЭС разрешена в большинстве стран мира, за исключением отдельных государств (Австралия, Бразилия, Канада, Мексика, Панама, Сингапур и Швейцария). Продажа ЭС увеличивается экспоненциально с каждым годом. Wells Fargo прогнозирует, что суммарный объем продаж ЭС к 2017 достигнет 10 млрд. долларов США, что сравнимо с объемом продаж обычных сигарет. В течение ближайших 10 лет, три крупнейшие табачные компании США разделят около 75% общей прибыли от продажи ЭС. Общий объем Российского рынка в 2015 г. составил порядка 8 млрд. руб.

По распространяемой в обществе информацией табачные компании позиционируют электронные сигареты, как безвредные, даже как один из способов освободиться от табачной зависимости. Как следствие, фармакологическая индустрия во всем мире протестует против имиджевых кампаний электронных сигарет и вейпов табачных корпораций, которые постулируют их как способ бросить курить обычные сигареты. Электронные сигареты находятся в «серой зоне» между существующими законами о табаке и процессами утверждения лекарственных препаратов, что доказывают различные аналитические исследования.

Продвигая новые устройства, табачные компании утверждают, что предоставили «курильщикам более широкий выбор» и заявляют, что ЭСДН и ИНТ являются «более безопасными альтернативами», предназначенными как продукты с пониженным риском. Кроме того, в последние годы табачная индустрия демонстрирует использование паров или использование парообразных продуктов в рамках стратегии, свободной от курения.

«Свободный от табачного дыма» – это термин, связанный со здоровой и чистой окружающей средой, который широко используется защитниками общественного здоровья для обозначения среды, соответствующей мировым стандартам. Следовательно, маркетинг вейпинга как «бездымного» продукта в сочетании с репутацией табачных компаний как поставщиков решений в области здравоохранения способствует осознанию того, что новые табачные изделия безопасны или безвредны. Так, маркетинговые кампании изделий ЭСДН и ИНТ могут привлекать все больше и больше потребителей среди молодежи, отчасти из-за впечатления, что продукты безопасны.

В настоящее время электронные сигареты и вейпинг являются популярной формой злоупотребления психоактивными веществами среди подростков.

Для молодых людей электронные сигареты — это новое развлечение и способ «круто оторваться», при этом ничего общего, по их мнению, с курением не имеющее. Или это способ ощущать свою исключительность и превосходство над толпой.

Для заядлых курильщиков табака, осознавших свою беспомощность перед табачной наркоманией, электронные сигареты создают ложную иллюзию о менее вредном удовлетворении собственной слабости и более медленном убивании самого себя, как это было во время появления тонких и «легких» сигарет.

Для нас с вами электронные сигареты — это прямая угроза для хрупких достижений антитабачной политики и гарантированная поддержка табачной эпидемии, со всеми вытекающими последствиями. Для табачной же индустрии — это тоже гарантия. Гарантия ее безбедного будущего, гарантия торжества зла над добром, смерти над жизнью, жажды наживы над общечеловеческими ценностями и здравым смыслом.

Уровень использования электронных сигарет увеличился с 23% в 2015 г. до 37% в 2019 г., а показатель текущего использования составляет 46%. Курение и использование электронных сигарет связаны, но количество никогда не куривших, которые пробуют электронные сигареты, значительно увеличилось с 33 до 67%, а тех, кто использует электронные сигареты, чтобы бросить курить, значительно снизилось с 17 до 3%. Почти две трети респондентов сказали, что они попробовали электронные сигареты «из любопытства».

Анализ причин употребления электронных сигарет подростками, с учетом формы отношений в семье (социальный опрос родителей и семей).

В целях оценки восприятия и знаний о безопасности электронных сигарет среди родителей, был проведен социальный опрос родителей подростков.

В опросе приняли участие 835 человек.

Перечень вопросов:

1. Знаете ли вы что такое вейп или электронные сигареты?
2. Сможете ли вы их визуально отличить от иных электронных устройств (например, флешкарты)?
3. Приобретает ли кто-то из членов вашей семьи вейп или электронные сигареты для себя?
4. Кутят ли в вашей семье вейп или электронные сигареты при детях?
5. Обнаруживали ли вы у ребенка неизвестные вам электронные устройства?
6. Узнавали ли вы что это за устройства?
7. Возвращали ли вы данные устройства детям?
8. Знаете ли Вы, что входит в состав жидкости для вейпа и электронных сигарет?

9. Знаете ли вы о вреде употребления вейпа или электронных сигарет?

10. Каким способом вам удобнее повысить свои знания в части вреда потребления вейпов и электронных сигарет?

Результаты опроса:

Так опрос показал, что 623 (74,6%) из опрошенных родителей знают, что такое вейпы и электронные сигареты, 163 (19,5%) слышали о вейпах или электронных сигаретах, но точно не знаю что это, 49 (5,9%) родителей вообще не знают, что такое электронные сигареты или вейпы. При этом 223 человека (26,5%) не смогут отличить вейп или электронную сигарету от иных электронных устройств (флешкарты). Употребляют вейпы или электронные сигареты около 100 человек (11,8%), при этом каждый 10 (11,8%) хоть иногда допускает употребление вейпов или электронных сигарет в присутствии детей, а каждый второй, считает, что в этом нет ничего плохого.

44 родителя (5,3%) находили у своих детей электронные устройства, не известные им. 658 (80%) опрошенных пояснили, что если бы нашли, то обязательно бы узнали что это за устройство. 14 (8,7%) узнавали что за устройства у детей, 1 в интернете. 70 опрошенных (8,6%) не узнавали и не узнавали бы вообще. 22 опрошенных (2,7%) вернули найденное устройство детям.

Только 199 человек (23,9%) от общего числа знают, что входит в состав жидкости для вейпов и электронных сигарет, 155 (18,6%) не интересно, что входит в состав, а 481 (57,7%) не знают о составе ничего.

Знают о вреде употребления вейпов и электронных сигарет 547 (65,7%), 180 (21,6%) слышали о вреде потребления, но почему именно не знают, а около 200 человек не знают о вреде вейпов и электронных сигарет ничего.

Также был проведен опрос среди семей:

семьи, находящиеся в социально-опасном положении вследствие злоупотребления родителями алкоголем;

семьи с нарушением детско-родительских отношений;

семьи, в которых проживают дети с какими-либо формами девиантного поведения.

В опросе приняли участие 60 семей, состоящих на различных учетах (внутри школьный - ВШУ, ПДН, КДН и ЗП).

Так опрос показал, что 24 (40%) из опрошенных родителей ничего не знают о вейпах или электронных сигаретах, 33 (55%) родителей знают, что такое электронные сигареты, однако из них только 20 человек (33,3% от общего числа опрошенных и 60,6% от числа тех, кто знает что такое вейп) знают, что входит в состав жидкости и 28 (46,6% от общего числа опрошенных и 84,8% от числа тех, кто знает что такое вейп) человек знают о вреде употребления вейпа и электронных сигарет. В 6 семьях из опрошенных, то есть в 10% приобретают вейп и электронные сигареты для себя, при этом в 4 их них не видят ничего плохого в потреблении данных курительных устройств в присутствии детей. Из числа потребляющих вейп 4 (7% от общего числа опрошенных и 66,6% от числа тех, кто употребляет вейп) знают, что входит в состав жидкости, при этом только 3 из них знают о вреде потребления вейпа (5% от общего числа опрошенных и 50% от числа тех, кто употребляет вейп). В 50 (83,3%) опрошенных семьях вейп не приобретается и не потребляется в присутствии детей. 8 (13,3%) из опрошенных родителей подтвердили, что они не смогут отличить вейп или электронную сигарету от флешкарты или иного цифрового устройства.

Помимо вышесказанного в ходе опроса было установлено, что 7 (11,6%) из опрошенных родителей, находили у детей электронные устройства, однако не понимали что это. В 6 из 7 случаев узнавали об устройстве из сети Интернет. В 1 случае просто вернули обратно ребенку, не узнав, что это. В 1 случае зная о данном устройстве, о его вреде вернули подростку. В опрошенных семьях проживает 96 детей, из которых 65 (67,7%) знают, что такое вейп, а 27 (28%) когда-либо пробовали. При этом, в 100% семей, где родители употребляют вейп, дети пробовали хоть 1 раз.

Еще один опрос проведен среди семей, в отношении которых индивидуальная-профилактическая работа никогда не проводилась и основания для этого в текущий момент времени отсутствуют.

В опросе приняли участие 60 семей.

Так опрос показал, что 17 (28,3%) из опрошенных родителей ничего не знают о вейпах или электронных сигаретах, 43 (71,7%) родителей знают, что такое электронные сигареты. 7 из опрошенных (11,6%) приобретают вейп и электронные сигареты для себя, из них 2 (3,3% от общего числа опрошенных и 28,5% от числа тех, кто употребляет вейп) позволяют себе его употреблять при детях. При этом всего 13 (21,7%) человек знают, что входит в состав жидкости для вейпа, остальные же 47 (78,3%), в том числе и 7 из 7 употребляющих вейпы и электронные сигареты не знают, что входит в состав жидкости. Более 20 человек (36,7%) не знают о вреде их употребления, в том числе и 2 из тех, кто их употребляет (28,6%).

В 2 семьях (3,3%) из опрошенных родителей подтвердили, что они не смогут отличить вейп или электронную сигарету от флешкарты или иного цифрового устройства.

Таким образом, проведенные исследования показали, что родители плохо разбираются в электронных сигаретах, их восприятие и знания о содержании и части безопасности электронных сигарет являются низкими.

При этом важно отметить, что показатель родительских познаний, в семьях с нарушением детско-родительских отношений ниже, чем в семьях, не нуждающихся в проведении с ними индивидуальной профилактической работы.

| Показатели негативного влияния неблагополучной семьи на ребенка. | | |
|---|--|--|
| Нарушения поведения 50% | Нарушения развития детей 70%. | Нарушения общения 40% |
| Бродяжничество; Агрессивность; Хулиганство; Кражи; Вымогательство; Правонарушения; Аморальные формы поведения; Неадекватные реакции на замечания взрослых. | Низкая успеваемость; Неврастения; Отсутствие навыков личной гигиены; Неуравновешенность психики; Подростковый алкоголизм; Подростковая проституция; Болезни; Недоедания; Уклонение от учебы. | Конфликты с учителями; Частое употребление ненормативной лексики; Суетливость или гиперактивность; Конфликты с родителями; Контакты с криминогенными группировками |

Как отношения в семье, её устройство влияет на интерес к электронным сигаретам? Исследователи из Тулы показали, что семейные отношения влияют на агрессивность и успеваемость школьников. Использовали две диагностических методики (тест опросник агрессивности Л.Г. Почебут и Опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин). Выводы: значимая корреляция м/у принятие-отвержение ребенка (низкий уровень) и высокий уровень агрессивности – при ощущении родителем отрицательных эмоций, злости, ненависти, досады к подростку, отсутствии веры в его положительное будущее, низкой оценки способностей, третировании формируется высокий уровень общей агрессивности. Напротив при низком уровне принятия и отвержения, мы видим, отрицательную корреляцию с уровнем агрессивности; отрицательная корреляция присутствует среди показателей кооперация (высокий уровень) и высокий уровень агрессивности – при проявлении взрослого интереса к интересам подростка, высокой оценки его способностей, поощрении инициативы формируется явное отрицание агрессивных проявлений. Одна из высокозначимых положительных корреляций отмечаются взаимосвязи показателей «принятие-отвержение ребенка» (высокий уровень)

и высокий уровень интеллектуальных способностей. Высокий уровень кооперации (проявление искреннего интереса к способностям подростка, высокая оценка его способностей и пр.) довольно значимо коррелирует с высоким уровнем интеллектуальных способностей. Показатель «симбиоз» (высокий уровень – отсутствие психологических барьеров во взаимоотношениях) так же значимо коррелирует с высоким уровнем интеллектуальных способностей. Другими словами при принятии и проявлении взрослого интереса к подростку, поощрении его инициативы растёт успеваемость, снижается агрессивность и склонность к девиациям [Бобровникова Н. С., 2018]

Исследователи из Иваново анализировали здоровье детей, в том числе психическое. Объектом исследования были 248 детей 16–17 лет, учащихся 10–11-х классов школ г. Иванова. Выделено две группы подростков: 158 детей из социально благополучных семей (63,7%) и 90 детей из социально неблагополучных (36,3%). Личностные свойства и характерологические особенности определялись по тесту Смишека, характер родительно-детских взаимоотношений – по опроснику Э. Эйдемиллера. Характеристика семьи подростка и типа семейного воспитания осуществлялась по данным социального паспорта семьи и проективного теста «Рисунок семьи». В социально неблагополучных семьях у подростков чаще встречались тревожный (40,8%), дистимичный (22,2%), застревающий (11,14%), циклотимичный (11,1%) типы акцентуации, относящиеся к неблагоприятным. В этой подгруппе не встречался гипертимный тип акцентуации, что указывает на снижение у этих детей уровня самопринятия, самооценки. В свою очередь, это подтверждается малой частотой возбудимого и демонстративного типов. Для подростков из социально благополучных семей не были характерны экзальтированный и дистимичный типы акцентуации характера, что свидетельствует о гораздо более благоприятной картине межличностного взаимодействия у них по сравнению с подростками из социально неблагополучных семей. Анализ родительно-детских отношений показал, что помимо явных (отсутствие заботы и внимания родителей к ребенку, полное равнодушие родителей и жестокое обращение) существуют дополнительные критерии неблагополучия. Так, в половине неблагополучных семей отсутствуют формы гармоничного внутрисемейного общения, такие как совместное проведение досуга, объединяющая деятельность, проведение праздников. Только в 30% из них подростки обращаются к родителям при возникновении школьных трудностей, конфликтов со сверстниками, 33,3% подростков регулярно подвергаются физическим наказаниям, отмечается отсутствие эмпатических взаимоотношений. Показано, что от семейного благополучия, а также, что важно для нас, что отсутствие заботы, совместной деятельности делает детей неблагополучными, приводит в зону риска. [Севастьянова Т.А. [и др.], 2015]

Было установлено высокие показатели интернет-зависимости и чрезмерно защищающая и авторитарная позиция родителей. Было обнаружено, что существует позитивная и однонаправленная связь шкалой 241 между демократическим отношением родителей и аспектом социальной изоляции интернет-зависимости; между авторитарным отношением родителей и трудностью управления; между функциональным расстройством шкалой .221, а также между социальной изоляцией имеет отрицательную и одностороннюю связь .213 силой. Полученные выводы дают полезные подсказки для программ профилактики от интернет-зависимости и других видов зависимостей. [Эрджик, 2018]

Магнитогорские исследователи показали. Отношения с родителями беспокоят каждого седьмого подростка; число подростков, постоянно вступающих в конфликты с родителями, в среднем составляет 60 %. Если возникают противоречия, 61 % матерей и отцов проводят с детьми серьезный разговор, 19 % лишают их удовольствий, а 6 % применяют физические наказания. [Бурилкина С. А., Супрун Н. Г., 2020]

Челябинские исследователи продолжают. Семья способна обеспечить базисное чувство безопасности, являясь источником оптимистической поддержки, вселяющей в подростка уверенность в своих силах, источником спокойной, взвешенной оценки качеств

подростка, способствовать снижению чувства тревоги, возникающего у подростка в стрессовых ситуациях. От родителей зависит удовлетворение материальных и бытовых потребностей, что в подростковом возрасте имеет особое значение, т.к. во многом определяет положение в иерархии сверстников (наличие престижных вещей, одежды и др.). Родители являются для подростка примером для подражания, хотя и не являются таким абсолютным авторитетом, как в детстве. [Исламова Л.А., Кривулина Л.А., 2016]

Исследователи из Института социально-экономического развития территорий РАН охарактеризовали современное состояние семьи. По данным Росстата, с 2010 по 2012 год доля малоимущих семей с детьми выросла на 5%. По данным экспертов, ухудшение уровня жизни семей, возникающее в связи с рождением детей, возрастает по мере увеличения их числа: на 16% – среди полных семей с одним ребенком, на 30% – с двумя детьми и на 50% – для полных семей с тремя детьми и более.

Авторы так же приводят данные по связи между взаимоотношениями в семье и послушанием подростков.

Таблица 1. Распределение ответов подростков 16 лет на вопрос «Ты слушаешься родителей?» в зависимости от типа взаимоотношений в семье, % от числа опрошенных

| Взаимоотношения в семье | Вариант ответа | | | | |
|----------------------------|----------------|----------------|------------|----------------------------------|--------|
| | Да, всегда | Да, чаще всего | Да, иногда | Почти не слушаюсь; нет, слушаюсь | Другое |
| Дружные, без ссор | 33,3 | 66,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Дружные, с редкими ссорами | 12,5 | 64,3 | 19,6 | 0,0 | 3,6 |
| Частые ссоры | 0,0 | 25,0 | 50,0 | 25,0 | 0,0 |
| Напряженные, без ссор | 0,0 | 0,0 | 66,7 | 33,3 | 0,0 |

Источник: Данные мониторинга «Изучение условий формирования здорового поколения», ИСЭРТ РАН, 2014 год.

Эти данные показывают, что для послушания необходимо налаживание отношений прежде всего. [Разварина И. Н., Кондакова Н. А., 2014]

Кроме того, следует учесть то, что распространенными причинами по которым подростки начинают потребление вейпа или электронных сигарет, является желание подростка занять лидерскую позицию в своей, пока ещё не потребляющей вейпы компании (наивно полагая, что в глазах своих друзей станет смелым и опытным), или же наоборот, быть как все в компании, уже употребляющей вейпы. И, конечно же, родительский пример или нарушение детско-родительских отношений в семье.

Взаимодействие с родителями.

Семья остаётся для подростка главным воспитательным фактором. Она обеспечивает его материальное обеспечение, психологическую устойчивость к различным факторам, от внутренних биологических изменений, до вызовов в школе. При принятии и проявлении взрослого интереса к подростку, поощрении его инициативы растёт успеваемость, снижается агрессивность и склонность к девиациям.

Выводы о недостаточной осведомленности родителей о вреде потребления вейпов подтверждают необходимость более жесткого федерального регулирования и расширения программ повышения осведомленности населения в области здравоохранения. Усилия по профилактике электронных сигарет, направленные на подростков, должны включать стратегии вовлечения родителей в качестве метода повышения фактической и предполагаемой осведомленности родителей о местонахождении, занятиях и группах сверстников их ребенка. При этом стоит учитывать то, что при ответе на вопрос о том, каким способом родителям удобнее повысить свои знания в части вреда потребления

вейпов и электронных сигарет, 70% опрошенных склоняются на образовательные порталы в сети Интернет, 17,4% к прочтению научных статей, 6,3% к родительским чатам, оставшимся было бы удобнее узнавать на родительских собраниях, а так же из журналов и газет.

В целях повышения осведомлённости родителей необходимо разработать программу повышения педагогической компетентности родителей в части профилактики приобретения и потребления подростками вейпов и электронных сигарет.

Доцент кафедры криминологии, психологии и педагогики Омской академии МВД России Савельев Андрей Игоревич отмечает, что эффективность мер специального предупреждения напрямую зависит от взаимодействия семьи с субъектами профилактической деятельности. Важную роль должно сыграть взаимодействие семьи с образовательными организациями, учреждениями здравоохранения, комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав, учреждениями опеки и попечительства, общественными объединениями, средствами массовой информации, органами социальной защиты населения.

По его словам, ведущим направлением взаимодействия субъектов профилактики с семьей должно стать выявление на ранней стадии детей и родителей группы риска с помощью систематических медицинских комплексных профилактических осмотров обучающихся в организациях, предоставляющих общее образование, обеспечение поддержки несовершеннолетним в оказании социальной и медико-психологической помощи.

Занятия с родителями. Аудитория - взрослые люди, имеющие собственные представления о воспитании ребенка в семье и отличающиеся: возрастом; уровнем образования; профессиональной деятельностью и статусом в обществе; родительскими позициями и установками; жизненными стратегиями и опытом; успешностью в жизни и представлением о путях к успеху; отношением к профилактическим мероприятиям и антинаркотическими установками; образом и стилем жизни; материальными и духовными возможностями и т. д.

Для чего проводить? Для привлечения родителей к совместной деятельности по обучению и воспитанию детей; для повышения эффективности профилактической деятельности в частности в части вейпинга.

Родителям необходимо помочь научиться:

- мыслить критически по отношению к рискам своего ребенка к вовлечению в вейпинг;
- понимать индивидуальные особенности своего ребенка, риски девиации, защитные ресурсы семьи;
- анализировать поступки и поведение ребенка и связанные с ним риски девиации;
- прогнозировать поведение ребенка в зависимости от своих воспитательных стратегий, влияния среды и личностных ресурсов ребенка;
- корректировать свое поведение и поведение ребенка в зависимости от сложившихся детско-родительских взаимоотношений и ситуаций в семье;
- создавать условия для нормального развития ребенка и формирования установок на ЗОЖ и достижения успеха в жизни и т. д.
- помогать ребенку разрешать проблемные ситуации в учебной и вне учебной деятельности;
- принимать ответственные решения по жизненному самоопределению ребенка, основываясь на его интересах, способностях и самостоятельных решениях и т. д.

Как проводить? – Использовать активные методы взаимодействия с родителями: групповые дискуссии, групповые консультации, круглый стол, фрагменты тренинга.

Кто будет проводить? – Основная часть работы с родителями доступна для проведения педагогическому работнику образовательного учреждения. Он же и определяет: каких специалистов образовательного учреждения или со стороны ему

необходимо привлечь для проведения полноценной профилактической работы с родителями.

На подготовительном этапе мероприятия предполагается деление семей на группы (классным руководителем):

1. Родители-помощники (активные родители, которые всегда готовы помочь классному родителю).
2. Родители-потенциальные помощники (которые приходят на помощь реже, менее охотно, чем 1 группа)
3. Родители, которые отстраняются от взаимодействия с классным руководителем.

В дальнейшем для каждой группы отдельно проводится мероприятие по повышению педагогической компетентности родителей в профилактике вейпинга. При этом, родителей 1 группы необходимо привлекать к работе с двумя другими группами.

План мероприятия:

1. Помочь разобраться какой тип детско-родительских отношений преобладает в семье, и исходя из этого выстраивать дальнейшие доверительные взаимоотношения с ребенком.

Демократические отношения: неущемление прав при выполнении обязанностей, объяснение причин требований. Реально это выглядит следующим образом. Родители и ребенок договариваются о соблюдении некоторого соглашения. Четко распределяют обязанности и определяют степень "наказания", если соглашение не соблюдено. Не надо забывать, что выполнение правил соглашения соблюдаются всеми сторонами на равных. Много в таких семьях основано на доверии и уважении к мнению каждого.

Авторитарный стиль: жесткий контроль, причины требований родителями не объясняются (типа, "так положено, я так сказал!"). Подросток часто сопротивляется такому стилю отношений. Это может проявиться в 2-х линиях поведения:

- Неподчинение и борьба (если подросток принадлежит к сильному типу).
- Неуверенность в себе, незрелость и несамостоятельность (если ребенок принадлежит к более слабому типу).

По тому же типу другой "сильный" - зачастую сможет подчинить себе такого ребенка.

Жесткий контроль при недостатке эмоциональности. Некоторые родители считают, что главное в воспитании - просто следить за успеваемостью и контактами ребенка. При этом сводят отношения к "Уроки сделал? Ну и молодец. Садись чем-нибудь займись и мне не мешай". Ребенок чувствует себя заброшенным и не нужным. Недостаток тепла развивает недоверие, часто жесткость (ведь такой ребенок зачастую не знает, что значит любить, сострадать, жалеть). Потребность в любви он компенсирует общением со сверстниками (причем общением в большом объеме).

Гиперопека при сильном эмоциональном контакте. Такие родители не дают самостоятельно развиваться своим детям. Они думают за них, решают что и как делать. И при этом все подается как "Это все для твоего же блага". Не отпускают ни на минуту. А если что не по их правилам - хватаются за сердце и упрекают своих чад в черствости. Со временем у детей, воспитанных таким стилем, возникают трудности в общении. Они так и остаются инфантильными "маминькиными" сынками/дочками.

Следует отметить, что в семьях, где установились авторитарный стиль или существует жесткий контроль при недостатке эмоциональности, дети склонные к потреблению алкоголя, наркотиков, сигарет, вейпов и электронных сигарет.

2. Дать родителям представление о вейпах, их строении, опасных веществах, содержащихся в жидкости и парах в том числе с просмотром видеоролика.

3. Развееь мифы о безвредности вейпов, показать, как много заболеваний может возникнуть из-за парения (с приглашением специалиста здравоохранения).

4.С учетом того какой тип отношений в семье необходимо помочь родителям проанализировать причины, по которым дети начинают употреблять вейпы:

Самая безобидная и, наверное, самая распространённая причина - любопытство. Дети всё хотят попробовать, испытать, примерить на себя, пытаясь таким образом самоопределиваться. Они экспериментируют, в том числе и с вейпами.

Примерно в 12 – 13 лет с наступлением переходного возраста подростки перестают ощущать себя детьми и воспринимают вейпинг, как атрибут взрослой жизни, наивно полагая, что это сделает их взрослее.

Часто вейпинг - это способ занять лидерскую позицию в своей, пока ещё некурящей компании, или же напротив, если компания курящая, то чтобы быть как все.

Желание поступить наперекор, как средство борьбы с запретами. Выглядит это примерно так: «Раз вы запрещаете мне гулять с друзьями, я объявляю вам бойкот и буду, запершись, сидеть в своей комнате (перестану вам рассказывать, чем занимаюсь; начну врать; сделаю вам что-нибудь назло)» Тут-то и может появиться желание попробовать вейп или что-то еще.

Иногда так дети подражают своим кумирам: актёрам, певцам и другим звёздам шоу-бизнеса.

5. Как подготовиться к беседе с ребенком и с чего начать?

- Перед разговором изучите информацию об электронных сигаретах и подготовьте аргументы.

- Будьте терпеливы, готовы выслушать и построить полноценный диалог.

- Начните с вопросов, но не навязчиво. Например, «Сейчас так много подростков курят вейп, это модно?» Далее диалог выстраивать исходя из ответа вашего ребенка. Также непринужденно уточните, а пробовал ли ваш ребенок вейп? При этом, в случае отрицания можно продемонстрировать свое удивление, «Правда? Ты ни разу не пробовал? Как ты так смог?» Поинтересуйтесь, что он знает о вейпах.

- Если ребенок употребляет вейпы, то расспросите подростка, как давно он попробовал вейп, как часто курит, в каких ситуациях ему этого хочется. Вам станут понятны причины и мотивы поступка, а школьник поймет, что вы не настроены на нравоучения.

- Спокойно озвучьте свою позицию, но не старайтесь вызвать у ребенка чувство стыда.

Вместо эмоций – только факты, в которых вы уверены

- Фраза «нельзя курить» неубедительна. Лучше разобраться, в чем реальный вред новомодной привычки.

- Избегайте цифр, свидетельствующих о том, сколько молодых людей употребляют табачные изделия, и любых упоминаний, что это кто-то считает «крутым».

- Не используйте упоминание курения в контексте других рискованных форм поведения, которые нравятся молодежи. Так, например, фраза «Когда ты куришь, ты играешь в рулетку со своим здоровьем» может вызвать реакцию, противоположную ожидаемой.

Вместо запретов и наказаний – ищем варианты альтернативного поведения

- Не лишайте ребенка карманных денег. Это вызовет лишь сопротивление. А смекалка подскажет, как заработать.

- Отправьтесь в поход или небольшое путешествие, где у школьника просто не будет возможности «парить». Он забудет о вредной «игрушке».

- Подберите ребенку кружки и секции или поддержите имеющиеся у него увлечения. Уделяйте больше времени семейному досугу.

- Можно в качестве воспитательной меры найти подростку подработку. Времени курить не будет, а возможность купить что-то полезное на собственные деньги порадует.

6. Обсудить вопросы родителей по данной теме.

При реализации программы стоит уделить особое внимание семьям, находящимся в зоне риска и неблагополучным семьям. Работа с данными группами должна проводиться непрерывно, при этом, в каждом случае неблагополучия семьи, работа должна проводиться всеми органами системы профилактики правонарушений и безнадзорности несовершеннолетних на уровне индивидуально-профилактической работы с семьей.

Для удобства реализации программы было бы неплохо создать образовательную платформу для родителей, либо использовать уже существующие в том числе в онлайн формате. При этом, должна существовать возможность осуществления контроля классным руководителем о посещении родителем мероприятия.

Подобные мероприятия должны проводиться регулярно. С группой родителей, которые неохотно идут на контакт, будет сложнее, однако, считаем, что совместные мероприятия в неформальной обстановке, направленные на сплоченность помогут наладить более тесные взаимоотношения с родителями (туристические походы, посещение кинотеатров, театров, проведение совместных с родителями и детьми мероприятий и т.д.). при этом, важно классному руководителю конкретно обозначать дату, время мероприятия и место проведения, допускать отсутствие только тех родителей, которые действительно не смогут присутствовать по уважительной причине.