

Министерство образования Архангельской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Архангельской области
«Онежский индустриальный техникум»
(ГБПОУ АО «Онежский индустриальный техникум»)

Принята
педагогическим советом
протокол № 46
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ГБПОУ АО
«Онежский индустриальный техникум»
«03» сентября 2024 г.



ПРОГРАММА

*по профилактике употребления психоактивных
веществ, алкоголизма и курения
в государственном бюджетном профессиональном
образовательном учреждении Архангельской области
«Онежский индустриальный техникум»
«Линия жизни»*

Наименование программы	Программа, направленная на профилактику правонарушений и употребления психоактивных веществ, алкоголизма и курения «ЛИНИЯ ЖИЗНИ»
Разработчик программы	Т.А. Салихова социальный педагог
Цель программы	<ul style="list-style-type: none"> • создание в среде обучающихся, препятствующих распространению ПАВ, становлению активно отрицающей позиции по отношению к ПАВ у большинства обучающихся. • создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, повышения качества их жизни; • формирование потребности вести здоровый образ жизни; • содействие воспитанию нравственных качеств личности, влияющих на формирование активной гражданской позиции; • выявление особенностей личности, обучающихся для дальнейшего развития и поиска своего места в жизни; • ознакомление обучающихся с основами правовой системы РФ по мере их взросления, защита прав и свобод несовершеннолетних в соответствии Конвенцией о правах ребенка, Семейным кодексам РФ и другими законами, и постановлениями Российской Федерации.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Осуществлять мероприятия по профилактике правонарушений, безнадзорности, формированию здорового образа жизни, воспитанию толерантности и уважению правам человека. 2. Формировать у обучающихся устойчивого отрицательного отношения к «первой пробе» ПАВ. 3. Разработать эффективные механизмы совместной деятельности участников воспитательной системы техникума: родительской общественности студенческого самоуправления и педагогического коллектива. 5. Содействовать формированию морально-волевых качеств обучающихся. 6. Создать благоприятный психоэмоциональный климат в сообществе обучающихся для творческого эффективного

	<p>взаимодействия коллективов, составляющих потенциал техникума.</p> <p>7. Создать условия для доверительного общения, восприятия информации о негативном влиянии ПАВ на жизнь человека.</p> <p>8. Научить обучающихся делать осознанный выбор в любой жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно.</p> <p>9. Оказать педагогам и родителям помощь в приобретении специальных знаний и навыков, а также предоставлять семьям социальную и психологическую поддержку.</p> <p>10. Обучать студентов эффективным методам поведения в нестандартной ситуации, формировать стрессоустойчивую личность, способную строить свою жизнь в соответствии с нравственными принципами общества.</p> <p>11. Способствовать раскрытию потенциала личности, обучающихся через научно-методическую, воспитательную, профориентационную работу техникума.</p> <p>12. Обеспечить законные интересы и защиту прав несовершеннолетних.</p>
Исполнители программы	Заместитель директора по воспитательной работе, социальный педагог, классные руководители, преподаватели – предметники. Советник по воспитанию. Отряд правовых волонтеров.
Сроки и этапы реализации	Программа рассчитана на 2024-2028 годы
Нормативно - правовые основы:	<p>Федеральная нормативно-правовая база:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Конституция Российской Федерации; • Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»; • Федеральный закон "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ" от 07.06.2013 N 120-ФЗ; • Федеральный закон Российской Федерации от 4.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; • Федеральный закон Российской Федерации от 28 июня 1995г. № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных

	<p>и детских общественных объединений»;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Федеральный закон Российской Федерации от 23.02.2013 №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»; • Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»; • Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года; • Национальный проект «Образование»; • Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 г. № 658 «Об утверждении порядка проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования»; <p>Региональная нормативно-правовая база:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Распоряжение Министерства образования Архангельской области «Об организации социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях, организациях профессионального образования Архангельской области, направленного на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ. <p>Нормативно-правовая база ГБПОУ АО «ОИТ»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Устав ГБПОУ АО «Онежский индустриальный техникум» • Программа воспитания студентов ГБПОУ АО «Онежский индустриальный техникум» <p>Локальные нормативные акты ГБПОУ АО «Онежский индустриальный техникум» по организации воспитательной деятельности и оздоровительной работы</p>
<p>Система организации контроля за исполнением программы</p>	<p>Мониторинг спортивной и творческой активности обучающихся -ежемесячно.</p> <p>Мониторинг психологического здоровья обучающихся.</p> <p>Мониторинг правонарушений и преступлений - ежеквартально</p> <p>Мониторинг результатов проведенной профилактической работы.</p> <p>Мониторинг посещаемости занятий -ежедневно</p>
<p>Ожидаемые результаты программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков. 2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс

	<p>наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от ПАВ.</p> <p>3. Повышение уровня развития умений и навыков:</p> <p>а) уверенного позитивного поведения;</p> <p>б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;</p> <p>в) отстаивания и защиты своей точки зрения;</p> <p>г) осознанного и уверенного умения сказать ПАВ «Нет».</p> <p>4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.</p>
--	--

Пояснительная записка

В настоящее время первичная профилактика наркотической, алкогольной, табачной и иных зависимостей является ключевым социальным заказом для Министерства образования Российской Федерации. Общество, в котором мы живем, характеризуется достаточно высокой степенью социальной нестабильности.

Необходимость ведения работы по профилактике злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ) в техникуме обусловлено современным состоянием проблемы наркозависимости.

Установлено, что чем раньше произошло приобщение к ПАВ, тем быстрее формируется наркозависимость, тем тяжелее течение наркомании как болезни, больше негативных личностных, социальных и медицинских последствий злоупотребления ПАВ (безнадзорность, преступность, рост сопутствующих наркомании заболеваний) и тем меньше эффективность реабилитационных программ. Социальные последствия в результате изменений личности, вызванных приемом ПАВ, затрагивают не только их потребителей, но и окружающих их людей и общество. Потребление ПАВ имеет негативные, социально-экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом.

Постоянно увеличивается число преступлений, совершаемых в состоянии алкогольного опьянения. Эффективное противодействие распространению алкоголизма и наркомании среди подростков и молодежи включает в себя взаимодополняющие друг друга четыре составляющие: профилактику, лечение, реабилитацию и законодательные мероприятия. Профилактика в первую очередь заключается в информировании о вреде, который оказывают эти привычки не только на организм молодого человека, но и на его социально – психологическое благополучие, возможность получения образования, профессии, создание семьи и т.д., поэтому современный подход к решению проблемы злоупотребления ПАВ предполагает приоритет профилактической работы с обучающимися техникума.

Таким образом, именно сейчас, когда молодежь охвачена наркоманией и алкоголизмом, подвергается воздействию криминальных структур,

оказывается в группе риска по заболеванию СПИДом, самое главное - предложить ей альтернативный образ жизни, наполненный творчеством. Важно научить студентов уверенно, осознанно ответить «Нет!» на предложение употреблять наркотики или алкоголь.

Работа в техникуме по профилактике употребления психоактивных веществ учащимися опирается на Федеральный закон № 120 от 24 июня 1999 г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

Первичная профилактика в техникуме строится главным образом на развитии культуры здорового образа жизни и других социально значимых ценностей - созидания, творчества, духовного и нравственного совершенствования человека и требует от участников образовательного процесса системного характера. Форма работы в учебном заведении по профилактике ПАВ строится на здоровьесберегающих технологиях способствующих формированию здорового образа жизни, сознательному отказу от употребления наркотических, алкогольных, табачных и иных веществ, ценностного отношения к себе и к собственному здоровью, умения выходить из проблемных ситуаций, формирование уверенности в себе.

Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по созданию образовательной среды профилактики употребления ПАВ. Статистические данные говорят о том, что если человека возрасте от 15 до 22 лет отвратить от курения, спиртного, наркотиков, то вероятность того, что этот человек вырастет физически и нравственно здоровым увеличивается до 90 %.

Теоретические основы педагогической профилактики.

Согласно Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, активные профилактические мероприятия должны опираться прежде всего на методологию формирования у детей и молодежи представлений об общечеловеческих ценностях, ЗДОРОВОМ образе жизни, препятствующих вовлечению в наркогенную ситуацию и формирование у детей и молодежи умений и навыков активной психологической защиты от вовлечения в наркотизацию и антисоциальную деятельность. Как гласит русская народная мудрость, «Учись доброму, так худое и на ум не пойдет».

Целями первичной профилактической деятельности в техникуме является:

- Изменение ценностного отношения обучающихся и молодежи к ПАВ и формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции;
- Сдерживание вовлечения обучающихся в использование ПАВ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических

установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

Таким образом, **стратегическим приоритетом первичной профилактики** следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья - освоение и раскрытие ресурсов психики и личности, поддержку молодого человека и помощь ему в самореализации собственного жизненного предназначения. Очевидная цель первичной профилактики состоит в воспитании психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психоактивных веществ.

Стратегия первичной профилактики предусматривает активность профилактических мероприятий, направленных на:

- формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у обучающихся социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психоактивных веществ;
- формирование ресурсов семьи, помогающих воспитанию у обучающихся законопослушного, успешного и ответственного поведения;
- внедрение в техникуме инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от «пробы» и приема наркотиков, а также технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков обучающимися;
- развитие социально-поддерживающей инфраструктуры.

При организации педагогической профилактики должны быть учтены следующие **методические принципы:**

- комплексный характер педагогической профилактики, т.е. вопросы предупреждения использования психоактивных веществ должны рассматриваться в качестве звеньев единой системы воспитательного процесса;
- актуальность - содержание педагогической профилактики должно отражать наиболее актуальные для данного возраста проблемы, связанные с различными аспектами наркотизма; содержание мероприятий профилактической программы определяется в соответствии с тем, как в разных возрастных группах происходят накопление знаний о ПАВ и формирование отношения к ним;
- опережающий характер - целевая подготовка обучающихся должна осуществляться заблаговременно, т.е. до наступления того возрастного этапа, когда приобщение к тому или иному виду одурманивания для обучающегося становится реальным; приоритетным в ее структуре является направление, связанное с предотвращением первичного обращения подростка к одурманиванию;

- конструктивно-позитивный характер, предполагающий не только запрещение тех или иных поведенческих форм, связанных с одурманиванием, но и, главным образом, развитие индивидуальных механизмов, обеспечивающих ребенку успешную социальную адаптацию - важно не только сформировать у подростка представление о недопустимости одурманивания, но и показать ему, как без помощи одурманивающих веществ можно сделать свою жизнь интересной и счастливой;
- при организации педагогической профилактики должен соблюдаться принцип запретной информации - полностью исключается использование сведений, способных провоцировать интерес детей к наркотизации, облегчающих возможность приобщения к одурманивающим веществам (информация о специфических свойствах различных одурманивающих веществ, способах их применения).

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
	Работа со студентами.		
	Проведение фотоконкурса по теме «Если хочешь быть здоров»	Ежегодно	Зам директора по УВР, классный руководитель.
	Проведение индивидуальных бесед с обучающимися	В течение года	Зам директора по УВР, классный руководитель. Мастер п/о. социальный педагог.
	Проведение встреч с работниками системы профилактики	Согласно календарному плану.	Зам директора по УВР, социальный педагог
	Проведения дня здоровья, спортивных мероприятий посвященных различным датам, Кросс-наций, кросс «Золотая осень», «Лыжня России», - спортивные соревнования по волейболу,	Согласно календарному плану	Преподаватель физкультуры

	футболу, теннису и др. и т.д.		
	Проведение конкурса плакатов, листовок « Я выбираю жизнь, Сделай свой выбор»	Согласно календарному плану	Зам директора по УВР, советник по воспитанию.
	Организация информационного центра. Создание информационных роликов о ЗОЖ и профилактике ПАВ.	В течение года	Медиацентр
	Организация и проведение массовых мероприятий антинаркотической направленности: выступления волонтерских отрядов	В течение года	Волонтерские отряды
	Проведение недели социально – профилактической работы: -ознакомление с законами о запрете курения; - проведение тренинговых занятий; - показ видеофильмов о здоровом образе жизни; - проведение игровых занятий; - проведение бесед по теме: «Закон и ответственность»	Согласно календарному плану воспитательной работы	Зам директора по УВР, классный руководитель. Мастер п/о. социальный педагог. Инспектор ОДН, участковый.
	Мониторинг качества освоения общих компетенций	В течение года	Зам. директора, социальный педагог, кл. руководители
	Мониторинг и социально-психологическое тестирование на раннее выявление употребления наркотиков среди	Ежегодно	Социальный педагог

	обучающихся		
	<p>Внеурочные мероприятия, направленные на антинаркотическую, антиалкогольную и антиникотиновую пропаганду: акции.</p> <p>- Классные часы по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Решение проблем – это возможно!» • «Мы выбираем жизнь» • «Мое здоровье - мое богатство» • «Умей противостоять стрессу» • «Когда и как говорить «нет»?» • «Важен правильный выбор» <p>«Формирование здорового образа жизни: отказ от вредных привычек»</p> <p>- Конкурсы по пропаганде здорового образа жизни.</p>	Согласно календарному плану	Зам директора по УВР, классные руководители, социальный педагог, студенческий отряд, Отряд правовых волонтеров.
	Привитие культуры здоровья	Постоянно	Студсовет, РДДМ. Преподаватель физкультуры.
	Встречи по проблемам употребления ПАВ с участием сотрудников ОМВД, медицинскими работниками и т. д.	В течение года	Зам директора по УВР, социальный педагог
	Проведение мониторинга с целью изучения ситуации по употреблению ПАВ	Начало уч. года, конец уч. года	Зам директора по УВР, социальный педагог

	Консультации, информация о телефонах доверия и др. социальных службах, которые оказывают поддержку в критических ситуациях	постоянно	Социальный педагог
	Организация спортивных секций	постоянно	Преподаватель физической культуры, руководители секций.
	Участие команд техникума в областных соревнованиях среди СПО по волейболу, легкой атлетике, настольному теннису, тестирование ГТО.	Ежегодно	Преподаватель физ. культуры.
	Работа кружков.	Постоянно	Руководители кружковой деятельности
	Привлечение студентов к внеурочной деятельности	постоянно	Зам. Директора социальный педагог, классные руководители
Работа с родителями.			
	Родительские собрания по вопросам совершенствования системы профилактической работы с несовершеннолетними и раннего выявления незаконного потребления наркотиков	В течение года.	Классные руководители, инспектор ПДН, участковый, социальный педагог, зам. директора по УВР
	Размещение информации в чатах групп в интернете, в	В течение года.	Зам директора по УВР, социальный

	официальной группе техникума.		педагог, классные руководители.
Работа с пед коллективом.			
	Совещание педагогов техникума по вопросам профилактики	Ежегодно	Администрация техникума.
	Обучающие программы направленные на выявление и профилактику ПАВ.	Ежегодно	Методист

Разработки мероприятий по реализации программы по профилактике употребления ПАВ

Приложение №1

Анкета «Моё отношение к вредным привычкам»

Ф.И.О. _____

Группа _____ возраст _____

1. Как Вы относитесь к употреблению наркотиков, алкоголя, табакокурению?

- положительно;
- отрицательно;
- мне всё равно.

2. Есть ли среди Ваших одноклассников те, кто употребляет наркотики?

- да;
- нет
- не знаю

3. Знаете ли Вы об источниках распространения наркотиков?

- да;
- нет.

4. Принято ли в Вашей компании употреблять:

- наркотики;
- алкоголь;
- табак;
- нет.

5. Знаете ли Вы о последствиях вредных привычек?

- да;
- нет.

6. Какие меры Вы считаете эффективными в борьбе с наркоманией?

- легализация (законное разрешение);
- профилактика;
- запрещение;
- другое _____

7. Есть ли у вас опыт употребления психоактивных веществ (кроме никотина и алкоголя)?

- А) пробовали всего один раз;
- Б) пробовали несколько раз;
- В) потребляю не чаще 2-3 раз в месяц;
- Г) потребляю примерно 1 раз в неделю;
- Д) потребляю 2-3 раза в неделю;
- Е) никогда не потребляю.

8. Считаете ли вы употребление наркотиков:

- А) болезнью;
- Б) вредной привычкой;
- В) правонарушением;

Г) преступлением;

Д) способ расслабиться.

9. Знаете ли вы, какая ответственность существует за изготовление, хранение и быт наркотиков?

А) да, знаю;

Б) нет, не знаю;

В) что-то слышал, но точно не знаю.

10. Что или кто является для Вас поддержкой в трудную минуту?

- друзья;

- родители;

- домашние животные;

- природа;

- религия;

- алкоголь;

- другое _____

Инструкция участника «Социологического опроса»

Дорогие обучающиеся!

Вы не раз слышали о том, что человек должен вести здоровый образ жизни, что такие вредные привычки как курение, алкоголизм, наркомания не сохраняют наше здоровье. И человек имеет право сам решать какие жизненные ценности для него наиболее важны. И вы имеете право сами выбрать свой образ жизни, ведь у каждого из вас свои ценностные взгляды на жизнь... Нам хотелось бы узнать ваше мнение о такой проблеме как табакокурение.

Мы предлагаем вам принять участие в социологическом опросе, ответив на вопросы анонимной анкеты. В анкете предлагается ряд вопросов, на которые даются варианты ответов.

Из этих ответов вы должны выбрать один, наиболее значимый, по вашему мнению, и отметить его знаком «+».

БЛАНК ОПРОСНИКА

СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОС ОБУЧАЮЩИХСЯ

Группа _____ Возраст _____ Пол _____

Не курю _____ Пробовал(а) _____ Курю регулярно _____

1. Выбери из представленных ниже жизненных ценностей 3 наиболее, по твоему мнению, важные для человека. Проранжируй их, поставив рядом числа: 1,2,3.

- А) Профессиональная карьера;
- Б) Крепкое здоровье;
- В) Хорошая дружная семья;
- Г) Яркая, насыщенная жизнь;
- Д) Материальное благополучие;
- Е) Близкие друзья.

2. Чем ты готов пожертвовать ради курения табачных изделий:

- А) деньгами,
- Б) физическим здоровьем,
- В) обонянием и чувством вкуса,
- Г) чистотой дома и одежды,
- Д) приятной внешностью,
- Е) продолжительностью жизнью.

3. С каким из данных утверждений ты согласен:

- А) при курении в кровь попадают такие вещества, которые вырабатываются организмом в ситуациях достижения победы,
- Б) курение является универсальным «ключиком» в установлении отношений в группе,
- В) курение дает свободу, вызывая зависимость, т.к. свободному человеку не должно быть трудно бросить курить,
- Г) курение вызывает материальную зависимость,
- Д) многие взрослые хотят бросить курить и платят за это большие деньги,
- Е) курение – это примета взрослости,
- Ж) курят в основном под влиянием друзей, но отказ от курения не означает отказ от друзей,
- З) некурящие люди имеют право на свежий воздух,
- И) реклама курения – это чьи-то доходы за счет здоровья курильщиков,
- К) каждый в праве выбирать, курить или не курить.

4. Какие жизненные ситуации могут подтолкнуть к курению:

- А) одиночество, отсутствие друзей,
- Б) курящая компания,
- В) курящие родители,
- Г) любопытство, интерес,
- Д) безделье,

Е) мода, реклама.

5. Продолжи предложения:

А) здоровье – это...

Б) сильная воля и твердый характер – это...

В) свободный человек – это...

Г) жизнь без табака – это...

"ПОДСКАЗКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ"

из программы «Teenstar» (Dr.H.Klaus).

1. Согласитесь с беспокойством и неудовольствием. Это возраст, полный противоречий и беспокойства. Ничего ненормального нет в том, что поведение подростка изменчиво и непредсказуемо, что он мечется от крайности к крайности, любит родителей и одновременно ненавидит их и т.д.
2. Избегайте попыток казаться слишком понимающим. Избегайте таких высказываний как «Я отлично понимаю, что ты чувствуешь». Подростки уверены, что они неповторимы, уникальны в своём роде. Их чувства, это даже для них самих что-то новое, личное. Они видят себя, как сложных и таинственных существ, и они искренне огорчены, когда в глазах других их переживания выглядят простыми и наивными.
3. Различайте согласие и разрешение, терпимость и санкционирование. Родители могут терпимо относиться к нежелательным поступкам детей (например, новая причёска) – то есть поступкам, которые не были санкционированы, не поощрялись родителями.
4. Разговаривайте и действуйте как взрослый. Не соперничайте с подростком, ведя себя, так как он, используя молодежный жаргон. Подростки нарочно принимают стиль жизни, отличный от стиля жизни их родителей, и это тоже составляет часть процесса формирования их личности. Так начинается отход от родителей.
5. Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны. Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера подростка. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка с родителем. Многоэтапной задачей родителя является создание таких отношений и предоставление подростку такого жизненного опыта, которые будут укреплять характер и создавать личность.
6. Избегайте акцентировать слабые стороны. При обнаружении другими слабых сторон характера подросток чувствует боль. А если причина этой боли – родители, то она дольше не проходит.
7. Помогите подростку самостоятельно мыслить. Не усиливайте зависимость от вас. Говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твоё решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

8. Правда и сочувствие рожают любовь. Не торопитесь вносить ясность в те факты, которые, по вашему мнению были извращены. Родители, скорые на расправу, не научат уважать правду. Некоторые родители излишне торопятся точно сообщить, где, когда и почему они были правы. Часто подростки встречают такие заявления упрямством и злобой. Таким образом, иногда и правда превращается в смертельное для семейных отношений оружие, если единственная цель – это докопаться до истины.
9. Уважайте потребность в уединении, в личной жизни. Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для некоторых родителей невозможным.
10. Избегайте громких фраз и проповедей. Попробуйте разговаривать, а не читать лекции. Избегайте заявлений, типа «Когда я был в твоём возрасте...», «Это меня ранит больше чем, тебя...».
11. Не навешивайте ярлыков. «Аня глупая и ленивая. Она никогда ничего не добьётся». Такое «навешивание» ведёт к тому, что предсказание исполняется само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители.
12. Избегайте неоднозначных высказываний. Обращение родителя к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, доброжелательное разрешение или открытую возможность сделать выбор.
13. Избегайте крайностей: давать полную свободу также неверно, как и «закручивать гайки».
14. Сохраняйте чувство юмора.