

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра

Д.Л. Пиневиц



«14» декабря 2018 г.

Регистрационный номер № 187-1218

**МЕТОД МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ АЛКОГОЛЬНОГО
АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ С УЧЕТОМ
СТАТУСА РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

инструкция по применению

УЧРЕЖДЕНИЯ-РАЗРАБОТЧИКИ:

ГУ «Республиканский научно-практический центр психического
здоровья»

УО «Белорусский государственный медицинский университет»

АВТОРЫ: Климович Е.А., профессор Копытов А.В., Быченко И.В.,
Марудина К.В., доцент Максимчук В.П.

Минск, 2018

В настоящей инструкции по применению (далее – инструкция) изложен метод медицинской профилактики алкогольного аддиктивного поведения у подростков с учетом статуса родительско-детских отношений, который может быть использован в комплексе медицинских услуг, направленных на лечение синдрома зависимости от алкоголя. Метод медицинской профилактики направлен на проработку родительско-детских взаимоотношений в семье, возможных конструктивных путей решения семейных конфликтов, изучение причин и мотивов потребления алкоголя подростками.

Инструкция предназначена для врачей-психиатров-наркологов, врачей-психотерапевтов и других врачей-специалистов организаций здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь пациентам подросткового возраста с алкогольным аддиктивным поведением.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Для подростков с диагнозами F10.1 - употребление алкоголя с вредными последствиями; F10.2 - синдром зависимости от алкоголя, воспитывающихся в семьях с проблемными отношениями с родителями.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Грубые нарушения когнитивной сферы, мешающие целенаправленной работе и выполнению упражнений. Другие расстройства, препятствующие выполнению заданий.

ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Отдельный кабинет (не менее 18 кв. м.) с круглым столом и удобными стульями, в котором участники могут свободно передвигаться.

ТЕХНОЛОГИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ МЕТОДА

Метод состоит из шести занятий и направлен на последовательную проработку родительско-детских взаимоотношений в семье, изучение причин и мотивов потребления алкоголя подростками, обучение конструктивным навыкам разрешения семейных конфликтов.

План метода профилактики для родителей подростков, со склонностью к риску алкогольной аддикции:

Занятие №1 «Знакомство».

Задачи занятия:

1. Создать доверительную, дружелюбную атмосферу;
2. Сплотить участников группы;
3. Выяснить ожидания участников от предлагаемой программы.
4. Разобраться в проблеме подросткового алкоголизма.
5. Осознание наличия проблемы у своего ребенка.

Материалы: чистые листочки бумаги, конверты, ручки, маркеры, скотч.

Ведущий знакомит участников с правилами группы, выясняет ожидания и пожелания участников.

Беседа №1 «Знакомство» (на листочке бумаги написать свое имя и разместить на себе):

Каждый по очереди называет свое полное имя, делится своими переживаниями по поводу потребления алкоголя своими детьми и отвечает на вопросы:

Впервые когда я узнал, что мой ребенок употребляет алкоголь, что я почувствовал?

В чем заключается причина начала потребления алкоголя моим ребенком?

Как я готов помочь своему ребенку?

Что я почувствовал, когда узнал, что у моего ребенка потребляет алкоголь? И др.

Упражнение №1 «Письмо в будущее».

Ведущий раздает бумагу и ручки, каждый участник должен написать письмо, в котором необходимо написать о своих чувствах и отношениях к своему ребенку, какие у него проблемы и как можно ему помочь. Письма запечатываются в конверт, их подписывают и ставят дату, после чего отдают ведущему.

Обратная связь: каждый участник высказывается относительно своих ощущений и чувств, возникших во время группового занятия, оправдались ли его ожидания относительно группы.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

Занятие №2 «Причины потребления алкоголя подростками и его последствия на организм».

Задачи занятия:

1. Определить причины потребления алкоголя подростками.

Материалы: распечатанные незаконченные предложения.

Упражнение №1. Каждому участнику выдается лист бумаги, на котором написаны незаконченные предложения, которые необходимо завершить (обсуждение всей группой).

Впервые я попробовал алкоголь, когда мне было...

Мое отношение к алкоголю ...

Подростки потребляют алкоголь для ...

Влияние генетики на потребление алкоголя подростком ...

Влияние семьи на потребление алкоголя подростком ...

Влияние компании на потребление алкоголя подростком...

Алкоголь влияет на подростковый организм...

Я могу помочь своему ребенку прекратить употреблять алкоголь...

Обратная связь: каждый участник высказывается относительно своих ощущений и чувств, возникших во время группового занятия.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

Занятие 3. «Изучение и проработка мотивов потребления алкоголя

подростками»

Задачи занятия:

1. Выделить причины и мотивы потребления алкоголя.
2. Сгруппировать мотивы потребления алкоголя.

Материалы: ручки, карандаши, листочки бумаги, маркеры, ножницы.

Ведущий напоминает участникам правила группы и работы в ней.

Каждый участник делится своим состоянием и переживаниями на данный момент.

Упражнение №1. Каждому участнику группы выдан лист бумаги, на котором необходимо написать минимум 10 причин и мотивов потребления алкоголя. После чего каждый зачитывает, что у него получилось, самые частые причины необходимо написать по одной на полоску бумаги и разложить на стол. Посредством группового обсуждения необходимо сгруппировать полученные причины и мотивы. Для сравнения, после того, как были выбраны основные мотивы потребления на взгляд взрослых, выдаются результаты тестов по исследованию мотивов потребления, пройденные подростками (обсуждение).

Обратная связь: каждый участник высказывается относительно своих ощущений и чувств, возникших во время группового занятия, рассказывают, что понравилось и не понравилось, легко ли было выделить причины и мотивы.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

Занятие 4 «Принятие своего ребенка»

Задачи занятия:

1. Определение понятия «принятие ребенка».
2. Выяснить, что значит принимающее и непринимаящее поведение родителя.

Материалы: бумага А4, ручки, ножницы.

Ведущий напоминает участникам правила группы и работы в ней. Каждый участник делится своим состоянием и переживаниями на данный момент.

Беседа №1. Обсуждение терминов «принятие» и «непринятие», составление списка признаков принятия/непринятия.

Примерный перечень проявлений принятия и непринятия ребенка родителями:

Признаки принятия:

- оценка поступка, а не личности;
- временный язык (Сегодня у тебя не получилось это задание ...);
- сравнение с самим собой;
- выражение заинтересованности проблемами ребенка;
- позитивные телесные контакты;
- доброжелательная интонация, эмоциональное присоединение;
- контакт глаз.

Признаки непринятия:

- отказ от объяснений;
- негативная оценка личности ребенка;
- постоянный язык (Ты всегда делаешь неправильно ...);
- игнорирование;
- указание несоответствия родительским ожиданиям;
- оскорбления, угрозы, угрожающая поза.

Упражнение №1 «Принятие – непринятие» (обсуждение).

Каждый участник группы тянет жребий, на котором указано как отвечать на ребенку на его просьбу принятием или непринятием.

Фразы и поступки ребенка:

- «Помоги мне, пожалуйста, с уроками!»;
- «У меня нет времени на уборку в своей комнате»;
- Вы обнаружили замечание учителя в дневнике;
- «Можно ко мне придут сегодня друзья?»;
- «Я получил двойку»;

- Уроки еще не выучены, а вечером пришли друзья, чтобы позвать гулять по улице;
- Пришел домой с синяком или царапиной.

Обратная связь: Каждый участник делится своими впечатлениями от занятия, обозначает собственные открытия в вопросах воспитания и понимания детей, если таковые произошли во время работы в группах.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

Занятие №5 «Семейные конфликты»

Ведущий напоминает участникам правила группы и работы в ней.

Каждый участник делится своим состоянием и переживаниями на данный момент.

Задачи занятия:

1. Дать определение понятию «конфликт».
2. Научиться пользоваться «Я-высказываниями» и «Ты-высказываниями».

Материалы: листы А4 с примерами «Я-высказываний».

Беседа №1. С группой обсуждаются понятия «конфликт», «скрытый конфликт», «открытый конфликт», «источник конфликта» «виды конфликта».

Упражнение №1 «Давление».

Участники разбиваются на пары, встают друг напротив друга на расстоянии 50-70 см, вытягивают на уровне груди руки и соприкасаются ладонями. Задача каждого – слегка надавить на ладони партнера, меняясь ролями.

Обсуждение:

- Что Вы чувствовали, когда испытывали давление другого человека?
- Что Вы чувствовали, когда побеждали?
- В какой ситуации вам было комфортнее: когда Вы давили или когда на Ваши ладони давил партнер?

Упражнение №2 «Я-высказывание», «Ты-высказывание» (обсуждение).

Ведущий дает понятие о приемах и способах выражения взрослыми своих чувств и эмоций посредством языков «Я-высказывание» и «Ты-высказывание».

«Ты-высказывание» содержит в себе негативную оценку другого человека, часто обвинение, что вызывает сопротивление и протест («Прекрати разговаривать!», «Немедленно уберись в комнате!»). Высказывания такого рода отрицательно влияют на самооценку и уровень притязаний другого человека.

«Я-высказывание» - это сообщение о ваших чувствах, оно редко вызывает протест, потому что не содержит обвинения. «Я-высказывание» предполагает в общении с ребенком позицию «на равных», вместо позиции «сверху». В этих высказываниях Вы отстаиваете свои интересы, но при этом не оказываете давления на другого человека. («Я недоволен тем, что комната не убрана. Что можно сделать, чтобы ее убрать?»).

Тренировка в построении «Я – высказывания» и «Ты – высказывание»:

Ситуации для примера:

1. Родитель устал.
2. У ребенка замечание (двойка) в дневнике.
3. Сын (дочь) не может выполнить домашнее задание.
4. Ребенок грубо ответил Вам на замечание.

Обратная связь: каждый участник высказывается относительно своих ощущений и чувств, возникших во время группового занятия, оправдались ли его ожидания относительно группы.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

Занятие № 6 «Подведение итогов».

Задачи занятия:

1. Подведение итогов.
2. Проработать то, что было не совсем понятным.
3. Ритуальное прощание.

Материалы: Раздаточный материал (конверты с письмами)

Ведущий напоминает участникам правила группы и работы в ней.

Каждый участник делится своим состоянием и переживаниями на данный момент.

Беседа №1. Группа обсуждает полученные знания, делится впечатлениями и примерами использования приобретенных навыков.

Упражнение №1 «Письмо в будущее».

Ведущий раздает участникам конверты с письмами, которые были написаны в начале курса. Пожеланию участники зачитывают их вслух, после чего анализируют что? и как? изменилось в взаимоотношениях с детьми.

Обратная связь: каждый участник высказывается относительно своих ощущений и чувств, возникших во время группового занятия, оправдались ли его ожидания относительно группы.

В конце все участники группы благодарят друг друга и хлопают в ладоши.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОЗМОЖНЫХ ОШИБОК, ОГРАНИЧЕНИЙ И ПУТИ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Поддержание групповой динамики является важным условием в успешности выполнения метода медицинской профилактики. Одним из условий успешного выполнения метода выступает «сплоченность группы». Создание доверительной, приятной, безопасной атмосферы в группе способствует сплоченности в ней.

Создание доверительной атмосферы и поддержание групповой динамики во многом зависит от личностных качеств ведущего. Важными качествами личности ведущего являются: уверенность в себе; открытость; терпимость; эмпатичность; тактичность; гибкость; искренность.