**Формы психокоррекционной работы с родителями**

**по профилактике наркомании среди детей и подростков**

Работа педагога-психолога с родителями по профилактике употребления наркотиков может проходить в следующих направлениях:

- индивидуальная работа с каждым членом семьи; консультирование родителей;

- посещение родителями групповых тренингов вместе с детьми;

- лекторий для родителей;

- семейная терапия с участием всех членов семьи.

Остановимся на одном из направлений – это семейная терапия всех членов семьи.

С позиций семейной психологии наркоманию у детей и подростков можно рассматривать как крайнюю форму разрешения семейного кризиса. Даже если исходной ситуацией для начала наркотизации является обычное подростковое любопытство, чаще связываемое с особенностями возраста, нежели с особенностями семьи, обнаружившийся факт наркомании будет по-разному переживаться и использоваться разными членами семьи. Их отношение к наркомании будет во многом определяться зачастую неосознаваемыми отношениями. Во многих случаях это приводит к тому, что семейное взаимодействие или поведение кого-то из членов семьи выступает как фактор, запускающий наркотическое поведение.

Обобщение опыта работы с семьями детей и подростков, употребляющих наркотики, показывает, что семья может выступать:

- как фактор формирования преднаркотической личности;

- как фактор фиксации психологической зависимости от наркотиков;

- как фактор, провоцирующий продолжение приема наркотиков;

- как фактор эффективности психотерапевтической и реабилитационной работы.

В настоящее время семейная терапия представляет собой достаточно гибкий подход и может включать индивидуальные встречи с членами семьи, работу с отдельными семейными подсистемами (супружеской, детско-родительской диадой, триадой - родители и проблемный ребенок, подсистемой детей), нуклеарной семьей (родители и дети) или с многопоколенной семьей, включающей бабушек, дедушек и других родственников, делая при этом акцент на совместные встречи и планируя создание условий для изменения во всей семейной системе.

Поскольку психолог должен помочь семье лучше функционировать как команде, как правило, он приглашает на прием нескольких членов семьи. Обычно, если есть проблемный ребенок, то специалист постарается привлечь всех членов семьи. Это особенно важно в начале работы, так как дает возможность непосредственно увидеть невербальные аспекты взаимоотношений людей, стереотипы общения, семейные правила.

Любая работа начинается с предварительной беседы, которая позволяет сформулировать гипотезу еще до начала непосредственной работы с семьей. В результате беседы составляется социальная карта семьи, в которую входят следующие показатели:

*1. Тип семейного неблагополучия.*

При анализе данных по этому вопросу целесообразно рассмотреть систему отношений семьи с окружающим миром. Говоря о семье, как о факторе формирования преднаркотической личности, имеется в виду следующее: практически во всех случаях формирования зависимости в подростковом или юношеском возрасте мы обнаруживаем в период, предшествующий наркотизации, признаки одного из типов проблемных семей:

-  неполная семья;

-  деструктивная семья (автономия и отчужденность отдельных членов семьи, отсутствие эмоциональной близости и взаимопонимания);

-  ригидная семья (где наблюдается безоговорочное доминирование одного из членов семьи с жесткой регламентацией семейной жизни);

-  распавшаяся семья (когда один из родителей живет отдельно, но сохраняет контакты с прежней семьей и продолжает выполнять в ней ряд функций).

Характерными особенностями таких семей являются:

- чрезвычайно эмоциональное, ранимое и болезненное отношение детей и подростков к своим родителям и их проблемам (имеются в виду острые, болезненные реакции на семейную ситуацию). Если при этом в семье присутствует холодная в общении, неэмоциональная, строгая и несердечная мать, то ситуация приобретает наибольшую остроту;

- нередко в семьях наркотизирующихся подростков в период, предшествующий наркотизации наблюдается конформизм родителей, вплоть до готовности идти на поводу у подростка;

- избегание эмоционально-близких отношений с подростком: "Я сделаю как ты хочешь, только отстань.." или "что еще тебе нужно? У тебя все есть...";

- использование ребенка как средства давления и манипуляции супругами друг другом ("Не кричи на меня: видишь ребенок от этого страдает!");

- непоследовательность в отношениях с ребенком: от максимального принятия до максимального отвержения. Ребенка то приближают к себе, то отдаляют, независимо от особенностей его поведения;

- отсутствие в семье единых требований к воспитанию ребенка (например, родители запрещают ребенку идти на дискотеку, а бабушка разрешает);

- невовлеченность членов семьи в жизнь и дела друг друга (когда все рядом, но не вместе);

директивный стиль отношений и эмоциональное отвержение.

Особенно стоит выделить так называемые кризисные семьи, в которых конфликты, насилие, жесткое отношение к детям, наркотическая или алкогольная зависимость являются привычной формой существования.

*2. Этапы развития семьи:*

В динамике отношений в семьях наркоманов детского и подросткового возраста можно выделить три стадии:

а) семья до момента обнаружения факта наркотизации (стадия латентной наркотизации);

б) семья в период "открытой" наркотизации (от момента обнаружения факта наркотизации, до обращения за психологической помощью);

в) семья в период терапии, реабилитации и после него. Наши наблюдения показывают, что каждый из этих этапов обладает своей спецификой.

На стадии латентной наркотизации дети и подростки могут прибегать к наркотикам как средству ухода от давления семейных конфликтов и других психотравмирующих ситуаций.

*3. Анализ структуры семьи*

Необходимо понять иерархию отношений в семейной системе. Наиболее функциональным семейным союзом является тот, в котором иерархия осознается всеми: родители могут представлять часть одного союза, чей голос более весом, чем голос детей-подростков, которые, в свою очередь, имеют больше веса (но не ценности), чем младшие дети. Важно понять, в какие союзы объединяются члены семьи. Каждый союз занимает в структуре семьи свое место, обеспечивая ощущение порядка.

*4. Повторяющиеся ситуации и типичные стереотипы*

Это устойчивые способы поведения, которые в неблагополучных семьях, как правило, немногочисленны и отличаются жесткостью.

Профилактика наркомании в работе с проблемными семьями заключается в управляемом разрешении подавленного семейного кризиса. Однако реальность такова, что в поле зрения психологов такие семьи попадают уже, как правило, в период открытой наркотизации ребенка, когда в большинстве случаев психологическая зависимость от наркотика сочетается с мощной физиологической зависимостью.

Типичными чертами детско-родительских отношений в этот период становятся:

- делегирующая позиция родителей (когда ответственность и вина за наркоманию приписывается исключительно ребенку);

- тотальный контроль, недоверие и подозрительность;

-  манипулирование чувствами друг друга;

- чувство вины родителей перед ребенком и друг другом.

Задача педагога-психолога изменить семейную ситуацию и сделать принципиально невозможным возврат к прежней системе отношений и нормализовать и реконструировать основные функции семьи.

Все более широкое вовлечение семьи наркомана в терапевтический процесс обусловлено утверждением нового подхода к решению проблемы наркомании. Суть подхода заключается в переносе акцента с проблемы наркомании к проблемам ребенка, употребляющего наркотики, к проблеме личности.

*5. Взаимоотношения в семье*

Предполагается получение хотя бы минимальных сведений, которые позволяют определить возможную стратегию работы, выбрать тактику установления продуктивного контакта с ее членами, отобрать приемы работы на начальном этапе социально-психологической помощи.

Нарушение характера воспитания в семьях подростков, злоупотребляющих ПАВ, отмечают практически все исследователи. К числу особенностей семейного воспитания детей и подростков, склонных к употреблению наркотиков относятся:

- авторитарность отношений в семье, жесткий контроль;

- недоверие к подростку;

- противоречивое отношение к его самостоятельности;

- требование уважать родителей и отказ в уважении к нему;

- неустойчивый тип воспитания;

- воспитание по типу гипоопеки и эмоционального отвержения;

- воспитание по типу гиперопеки;

- эмоциональная депривация (отсутствие эмоциональной теплоты и заинтересованности в ребенке; психологический дискомфорт и пр.);

- отсутствие взаимопонимания с родителями.

**Техники работы с семьей.**

*1. Составление генограммы семьи.*

Семейную историю удобно и эффективно прослеживать с помощью техники генограммы. Эта техника позволяет проследить стереотипы взаимодействия всех ветвей семьи в трех поколениях, вычислить сценарии и подводные камни семейной жизни. Психолог расспрашивает семью о родственниках и строит генеалогическое дерево семьи в трех поколениях. Затем необходимо выяснить особенности взаимоотношений членов семьи друг с другом, семейные предания, истории, которые передаются из поколение в поколение. Психолог расспрашивает о характерах людей, истории их знакомства, истории рождения детей, переездах и других изменениях в судьбах. Из всего этого складывается история семьи, которую затем психолог интерпретирует семье, показывает связь той проблемы, с которой семья обратилась, с прошлым этой семьи.

Семейная генограмма помогает выявить факторы, оказавшие влияние на становление системы семейных ценностей, правил жизни и стереотипов поведения. Такое выявление осуществляется в ходе беседы, которую целесообразно проводить с каждым из членов семьи индивидуально. Результатом беседы становится семейная генограмма.

*2. Циркулярное интервью.*

Это широко используемая техника. Психолог задает по очереди членам семьи особым образом сформулированные вопросы или один и тот же вопрос может быть приблизительно следующим:

- С какими ожиданиями пришла семья? Задаются вопросы о том, кто их направил на консультацию, к кому они обращались прежде. (Например, семья обратилась за помощью по направлению школьного психолога. Семья обеспокоена изменениями в поведении ребенка. Он стал избегать контактов с родителями, прогуливать школу, поздно приходить домой. У родителей вызывает опасение компания, с которой общается ребенок).

-  Как семья видит свою актуальную проблему? (Например, ребенок поздно приходит домой, в кармане ребенка нашли наркотики, с ребенком стало невозможно общаться.)

-  Какая ситуация в семье в настоящее время? (Например, ребенок не живет дома, в семье угроза развода).

- Как раньше семья справлялась с трудностями и проблемами? Какие способы решений конфликтных ситуаций существовали? (Например, не выпускали ребенка на улицу, контролировали все контакты ребенка).

- Как семья взаимодействует по поводу текущей проблемы? ( Например, все в семье действуют согласованно, в семье нет единодушного мнения по поводу проблемы и способов ее разрешения).

- Как семья понимает проблему и причины ее возникновения? (Например, ребенок стал употреблять наркотики после смерти брата. Ребенок стал крайне груб с родителями после того, как поменял школу).

-· Как может развиваться ситуация наихудшим образом? Как можно усугубить проблему?

-· Какие есть положительные стороны проблемы? (Например, ребенок стал поздно приходить домой и мать, чтобы его контролировать ушла с работы, которая не приносила ей никакого удовольствия. Ребенок был замечен в употреблении марихуаны и родители, посовещавшись, решили все выходные проводить вместе, приобщать ребенка к спорту и совместным туристическим походам).

· Вопросы о психологических ресурсах каждого (Например, мать так измотана, что находится на грани нервного срыва).

· Вопросы о том, как каждый представляет себе будущее с проблемой и без нее.

· Какая была бы жизнь семьи без проблемы, без симптома?

*3. Методика «Жизненный путь».*

Применяется в ходе индивидуальной работы с одним из членов семьи. Эта методика предполагает письменное изложение своей истории в контексте истории семьи. Такой прием помогает человеку осознать, каким образом прошлое повлияло на настоящее и как это влияние продолжает сказываться до сих пор. Выполнение задания помогает увидеть повторяемость семейных стереотипов поведения и принять решение о «прощании с прошлым», освобождении от стереотипов, которые не соответствуют новым жизненным условиям. Предлагаемые вопросы помогают исследовать, каким образом события и люди повлияли на жизнь.

*Инструкция:*

1. Сначала кратко опишите внешние события Вашей жизни (время и место рождения, социально-экономическое положение вашей семьи, число братьев и сестер, каким по счету родились вы, общие социальные условия, в которых вы жили). Как эти внешние обстоятельства повлияли на Ваше развитие?

2. Излагать свою биографию можно по-разному. Некоторые делают это в хронологическом порядке, рассказывая о своей жизни год за годом, другие предпочитают начинать с того момента, который, по каким-то причинам, является для них значимым. Можно сначала набросать общий план основных событий в хронологическом порядке, а затем подробно остановиться на том, что больше всего Вас волнует, и вновь вернуться к плану, чтобы не упустить важные моменты жизни.

3. Описывая свою жизнь, будьте откровенными. Обратите внимание на те моменты своей жизни, которые вызывают яркие, живые эмоции. Эти события могут иметь как позитивную, так и негативную окраску: их осмысление поможет многое понять, лучше осознать свою жизнь. Если текст покажется Вам слишком длинным и бессвязным, можно сделать на его основе более короткий и сжатый вариант. Такая работа поможет Вам лучше увидеть собственные стереотипы.

4. Опишите поворотные моменты, во время которых происходили изменения в Вашей жизни.

5. Опишите замеченные Вами стереотипы или конфликты, которые повторялись в различных жизненных ситуациях, а также уроки, которые Вы вынесли из своего жизненного опыта.

6. Опишите свои самые ранние воспоминания.

7. Отметьте любые события, которые травмировали Вас (например, болезни, несчастные случаи, смерти, расставания, насилие и т.д.). Как они повлияли на Вас?

8. Подумайте, как бы Вы назвали книгу о своей жизни, если бы написали ее.

9. Придумайте миф или сказку о своей жизни и проиллюстрируйте ее рисунками.

При обсуждении «жизненного пути», следует обратить внимание на следующее: принимает ли человек свой жизненный опыт или относитесь к нему отрицательно?

*4.Техника «Семейные роли».*

Цель: осознание и обсуждение ролевой структуры семьи, вклада каждого члена семьи в организацию совместной жизни (роли-обязанности), типичных вариантов поведения, в том числе в ситуации конфликта (роли взаимодействия).

Участники заполняют анкету индивидуально. Далее все члены семьи сравнивают свои анкеты и обмениваются чувствами и впечатлениями относительно ролевой структуры своей семьи.

Дается инструкция: впишите имена членов вашей семьи и отметьте количество звездочек, насколько перечисленные роли характерны для каждого из них:

\*\*\* - его (ее) постоянная роль

\*\* - довольно часто он (она) это делает

\* - иногда это относится к нему (к ней)

Некоторые из упомянутых ролей не свойственны Вашей семье или никогда не исполняются тем или иным ее членом. В этом случае оставьте графу пустой. Возможно, в Вашей семье есть свои уникальные роли, отсутствующие в общем списке, - допишите их.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Роли/Имена |  |  |  |  |
| **Роли – обязанности:**  Организатор домашнего хозяйства |  |  |  |  |
| Закупщик продуктов |  |  |  |  |
| Зарабатывающий деньги |  |  |  |  |
| Казначей |  |  |  |  |
| Плохой исполнитель своих обязанностей |  |  |  |  |
| Убирающий квартиру |  |  |  |  |
| Выносящий мусор |  |  |  |  |
| Повар |  |  |  |  |
| Убирающий со стола после обеда |  |  |  |  |
| Ухаживающий за животными |  |  |  |  |
| Организатор праздников и развлечений |  |  |  |  |
| Мальчик на побегушках |  |  |  |  |
| Человек, принимающий решения |  |  |  |  |
| Следящий за порядком |  |  |  |  |
| **Роли – взаимодействия:**  Буфер, посредник в конфликтах |  |  |  |  |
| Любитель поболеть |  |  |  |  |
| Сторонник строгой дисциплины |  |  |  |  |
| Всеобщий любимец |  |  |  |  |
| Одинокий волк |  |  |  |  |
| Утешающий обиженных |  |  |  |  |
| Уклоняющийся от обсуждения проблем |  |  |  |  |
| Создающий другим неприятности |  |  |  |  |
| Держащийся в стороне от обсуждения проблем |  |  |  |  |
| Приносящий жертвы ради других |  |  |  |  |
| Семейный вулкан |  |  |  |  |
| Затаивающий обиду |  |  |  |  |
| Шутник |  |  |  |  |
| Главный обвинитель |  |  |  |  |

*5. Техника: «Незаконченные предложения».*

Техника помогает видоизменить характер коммуникаций членов семьи, а именно стимулировать диалог дистанцированных членов семьи структурировать общение двух человек и сделать его более безопасным для них (формулировки в виде «Я-высказываний», баланс выражения негативных и позитивных чувств, обозначение направления изменений). Озвучивание позитивных характеристик особенно важно в ситуации семейного конфликта, когда члены семьи обмениваются в основном негативными подкреплениями, провоцируя нарастание ссоры. Обеспечить равный вклад каждого в разговор, обеспечивая возможность высказаться каждому члену семьи.

Выбираются два члена семьи, отношения между которыми предполагается прояснить. Их просят расположиться друг напротив друга и поочередно заканчивать следующий ряд незавершенных предложений:

- Мне нравится, что ты…

- Я расстраиваюсь, когда…

- Я злюсь, когда…

- Я благодарен тебе за…

- Мы могли бы по-другому…

Члены семьи должны пройти по этому списку 3-4 раза.

Часто подростки говорят, что впервые услышали от своих родителей о себе что-то хорошее.

*6. Техника: «Круг влияний».*

Инструкция: Начертите небольшой круг в центре листа. Впишите в него свое имя. Расположите вокруг людей, которые оказали влияние на Ваше взросление и воспитание до 18 лет. Их влияние может быть как позитивным, так и негативным. Проведите линии к этим людям от Вашего круга. Чем их влияние больше, тем соединительные линии должны быть толще и короче. Чем влияние меньше, тем линия длиннее и тоньше. Линии можно делать цветными карандашами: красная линия – позитивное влияние, синяя – негативное. Это упражнение помогает прояснить отношение к значимым людям.

Напишите:

- Имена этих людей.

- Их роль по отношению к Вам (мать, отец, друг, сосед и пр.).

- Прилагательное или короткую фразу, описывающую то, как Вы переживали их влияние.

*7. Техника: «Семейная хронология».*

Это упражнение дает возможность членам семьи лучше узнать друг друга, узнать о значимых событиях в жизни друг друга, а также позволяет ребенку получить информацию о своих дедушках, бабушках, прадедушках и т.д.

Каждого члена семьи просят составить список дат, фактов и событий, начинающихся с рождения Ваших дедушек, бабушек и до настоящего времени. Эта хронология должна содержать все даты и события, которые, по Вашему мнению, объясняют, каким Вы являетесь сегодня. Вы можете точно не знать, как именно это событие повлияло Вас, но если чувствуете, что это событие важное и повлияло на ваше формирование, тогда запишите его.

Например, семейное придание или миф могут быть не менее важны, чем просто даты рождения, смерти и браков, изменений в карьере и пр.

Разделите хронологию на 3 секции: семья матери, семья отца и семья, в которой Вы родились.

Когда Вы не знаете точно дату или факты, поставьте знак вопроса рядом с ними.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Семья матери | Семья отца | Моя семья |
|  |  |  |

Когда Вы закончите задание, напишите, какие чувства оно у Вас вызвало.

**Материал подготовлен педагогом-психологом**

**ГБУ «Центр помощи детям» Мягковой М.А.**