Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-медико-социального сопровождения»

Каменск-Уральский городской округ

**Методические рекомендации по профилактике сниффинга**

**для образовательных учреждений**

методист ЦПМСС Белкина Г.М.

Каменск-Уральский

2023

СОДЕРЖАНИЕ

1.Введение в проблему сниффинга………………………………………………………3

2. Причины употребления газа подростками…………………………………………….3

3. Симптомы ……………………………………………………………………………….4

## 4. Осложнения………………………………………………………………………………5

## 5.Диагностика………………………………………………………………………………6

6.Прогноз и профилактика…………………………………………………………………7

7.Воспитательные системы профилактики сниффинга…………………………………..7

8. Роль педагога-психолога в работе по профилактике сниффинга…………………….11

9. Литература……………………………………………………………………………….11

**1.Введение в проблему сниффинга**

Термин «сниффинг» происходит от английского слова «sniff» – нюхать, вдыхать. Проблема принадлежит к группе [токсикоманий](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/narcologic/toxicomania): вдыхаемые газы вызывают зависимость, но не относятся к классическим наркотическим веществам. Сниффинг известен в мире с 70-х гг. ХХ века, наибольшее распространение он получил в последнее десятилетие. Массовое увлечение российских подростков сниффингом началось с 2018 г., за 4 года уже зарегистрировано более 500 случаев летального исхода, вызванного токсическим действием газов.

Подростковый возраст – наиболее опасное время для развития сниффинга и других видов токсикомании. Этому способствуют психологические особенности периода взросления: большая потребность быть счастливым любопытство ко всему неизведанному, желание любыми способами влиться в «крутую» компанию, склонность совершать необдуманные поступки и идти наперекор запретам взрослых.

**2.Причины употребления газа подростками:**

• любопытство, интерес;

• неумение противостоять давлению сверстников;

• подражание более старшим или авторитетным сверстникам;

• попытка нейтрализовать отрицательные эмоциональные переживания; аномальные черты личности (гедонизм, возбудимость, завышенная или заниженная самооценка, повышенная конформность, неустойчивость характера, эмоциональные срывы);

• протестные реакции («назло»), направленные против старших (родителей, педагогов);

• «на слабо»;

• желание демонстрировать свои поступки;

• вседозволенность;

• большое количество свободного времени, а также неумение занять себя необходимыми делами;

• отсутствие контроля со стороны родителей;

• дефицит внимания родителей;

• игнорирование в коллективе.

У детей глубинные мотивы употребления отсутствуют, что нельзя сказать о подростках (завуалированность серьезных проблем).

**Другие факторы риска:**

**Социальные причины**. Токсикомания чаще возникает у подростков из неблагополучных семей, которые целыми днями предоставлены сами себе и пытаются найти доступные способы справиться со скукой. Семьи с высоким социальным статусом также не застрахованы от проблемы, если родители не уделяют должного внимания ребенку, не интересуются его проблемами и времяпрепровождением.

**Влияние друзей**. Первые эпизоды вдыхания газов для опьянения происходят в подростковых компаниях, где дети берут пример друг с друга и хотят не отставать от сверстников. Большую роль играют интернет-друзья, с которыми тинейджер общается в рамках тематических групп в соцсетях. Такие люди могут с разными целями подстрекать подростков на совершение асоциальных и запрещенных поступков.

**Психологические проблемы**. Подростковый сниффинг – одна из форм побега от реальной жизни и попытка найти эмоциональный комфорт. Увлечение токсическими газами характерно для замкнутых, неуверенных в себе и закомплексованных детей, которым сложно найти друзей, реализовать себя в какой-либо сфере и получить уважение от сверстников.

## 3. Симптомы подросткового сниффинга

Сразу после ингаляции газовой смеси возникает [головокружение](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/dizziness), легкость в теле, чувство ползания мурашек и онемения, которые вызваны кислородным голоданием. У подростка появляются кратковременные иллюзии и [галлюцинации](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/hallucination) различного содержания. Зачастую галлюцинаторные образы отличаются бедностью и фрагментарностью, однако они доставляют субъективное удовольствие тинейджеру и становятся причиной повторения сниффинга.

У многих подростков на фоне церебральной гипоксии возникает тошнота и рвота, кратковременные приступы помутнения сознания. При вдыхании большого объема газа появляется [одышка](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/dyspnea), покраснение или синюшный оттенок лица, также подросток может упасть в [обморок](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/children/syncope). Симптомы легкого и среднетяжелого токсического опьянения быстро и бесследно исчезают, поэтому родителям сложно вовремя заметить проблему.

Подростковый сниффинг сопровождается поведенческим расстройством и признаками аддикции. При длительных перерывах во вдыхании газов появляется [раздражительность](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/psycho-emotional/irritability), тревожность, подавленное настроение. Ребенку ничего не приносит удовольствие, у него постоянно возникают мысли о новом эпизоде «газового кайфа» и тех ощущениях, которые его сопровождают. Состояние дополняется физическими симптомами: [потливостью](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/hyperhidrosis), дрожанием пальцев рук, нарушением сердечного ритма.

**Основные признаки:**

• верхняя часть тела, голова обычно горячие на ощупь (прилив крови), лицо отёчное;

• раздражение слизистых верхних дыхательных путей (нос – красный);

• вокруг губ, особенно в уголках рта, отмечается кайма раздражения кожи;

• охриплость голоса;

• слабость, тошнота и рвота;

• грубые расстройства поведения: агрессия, обман и тому подобное.

Взрослым следует    обратить внимание на следующие нюансы поведения детей - резкие перепады настроения за короткий промежуток времени, нарастающая раздражительность, скрытность, замкнутость, угрюмость, подавленность, беспокойство.

Подростки, увлекающиеся сниффингом, могут отказываться обсуждать свои проблемы, изолироваться от семьи.

Тревожные факторы - нежелание знакомить родных с новыми друзьями, равнодушие к учебе, спорту, былым увлечениям, появление чувства ущербности, комплекса неполноценности, нарастание социальной изоляции.

Также стоит обратить внимание на постоянные опоздания в школу, и поздние возвращения домой, потерю чувства времени, усиливающуюся импульсивность, изменения в режиме сна и бодрствования, частое проветривание своей комнаты, неожиданные рост или потерю аппетита, использование благовоний, духов, освежителей воздуха и дыхания.

**Если вы заметили несколько подобных моментов, стоит уделить ребенку повышенное внимание. Даже если он и не "подсел" на наркотики или газ, в любом случае нужно разговаривать с ним, обращаться, в случае необходимости, к специалистам**

## 

## 4. Осложнения

Со временем у подростка формируется [токсическая энцефалопатия](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_neurology/toxic-encephalopathy), которая проявляется головными болями, нарушениями сна, снижением когнитивных функций и проблемами с успеваемостью. Возможны личностные нарушения: изменения характера, уплощение эмоций, немотивированная грубость и раздражительность. У 30-40% пациентов от постоянного вдыхания газов развивается хронический ринит, периодический [кашель](https://www.krasotaimedicina.ru/symptom/cough), одышка.

Наибольший риск представляет острая кардиотоксичность, которая занимает первое место среди причин смертности при подростковом сниффинге. Она вызвана сенсибилизацией миокарда к катехоламинам, нарушениями проводимости, сопутствующей [кардиомиопатией](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_cardiology/cardiomyopathy), развившейся на фоне длительного стажа токсикомании. При одномоментном вдыхании большой дозы бутана возможна [внезапная сердечная смерть](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/urgent/sudden-cardiac-death).

## 5.Диагностика

При подростковом сниффинге требуется помощь [детского психиатра-нарколога](https://www.krasotaimedicina.ru/doctor/psychiatrist/child/). Очень важно вовремя обратиться к врачу, пока не возникло жизнеугрожающее отравление и другие опасные осложнения. Многие клиники предоставляют услугу анонимно и конфиденциально, чтобы оградить тинейджера от негативных социальных последствий токсикомании. Для диагностики аддикции используется:

**Клиническая беседа.** На первичной консультации врачу необходимо выяснить, как давно подросток увлекся токсикоманией, какие именно вещества и способы их введения он использует. Поскольку пациент зачастую отказывается говорить или сообщает только часть сведений, потребуются беседы с родителями, в некоторых случаях нужна помощь школьных учителей, близких друзей зависимого.

[**Нейропсихологическое тестирование**](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/child-mental-diagnosis/neuropsychological)**.** Методика используется для объективной оценки работы головного мозга, выявления нарушений, которые связаны с длительным сниффингом. По показаниям проводится тестирование на депрессию, тревожные расстройства и прочие сопутствующие состояния, которые могут быть как причиной, так и следствием аддикции.

**Методы нейровизуализации.** При тяжелой острой интоксикации на [МРТ](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/mri-children/brain) определяют неспецифические признаки церебрального отека, на [ЭЭГ](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/electrophysiological-children/electroencephalogram) визуализируется патологическая активность медленных волн в теменной и затылочной области мозга. При длительно существующей зависимости на МРТ возможны полиморфные аномалии в области таламуса, зрительных ганглиев, мозжечка и моста мозга.

### Дифференциальная диагностика

Подростковый сниффинг необходимо отличать от других форм токсикомании: вдыхания паров бензина (толуола), ацетона, клея и растворителей нитрокрасок. Выраженные проявления абстинентного синдрома требуют дифференциальной диагностики с [подростковой наркоманией](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/narcologic/teen-drug-abuse), которая может быть вызвана «солями», производными марихуаны, спайсами и другими запрещенными веществами. Не стоит исключать сочетанные формы сниффинга и наркотической зависимости.

**6. Прогноз и профилактика**

Подростковый сниффинг представляет серьезную проблему в [детской психиатрии](https://www.krasotaimedicina.ru/treatment/child-psychiatry/), что обусловлено доступностью газосодержащих изделий, отсутствием четких диагностических критериев болезни, тяжелыми последствиями для нервной системы. Зачастую тяга к токсическим газам становится первой ступенью в развитии наркомании: когда сниффинг уже не приносит желаемого удовольствия, подростки переходят на другие виды психоактивных веществ.

     Современные трудности в работе с детьми и молодежью связаны с дефицитом воспитания в образовательном процессе, способствующего развитию социальной инфантильности, потребления, с отсутствием ответственности за себя и за окружающую жизнь отсутствие опыта коллективной работы, «живого» дела, индивидуализация, привели к имитации воспитания. На смену коллективизму пришло развлекательно-потребительское отношение к жизни. Недооценивание коллектива приводит к разрушительным последствиям.

Поскольку многие случаи токсикомании вызваны скукой и неудовлетворением реальной жизнью, родителям нужно обеспечить тинейджеру **возможность самореализации: посещение спортивных секций, занятия творчеством и другими хобби.** Важно соблюдать баланс в воспитании, не пуская взросление ребенка на самотек, но и не ограничивая его свободу, общение с друзьями и активный отдых.

**7.Воспитательные системы профилактики сниффинга**

Помочь школе в организации профилактики    сниффинга, формировании у школьников ценностных ориентаций и создать условия самореализации учащихся может воспитательная система Караковского Владимира Абрамовича.

     Главная цель, как считал Караковский **– счастливый человек**.

Суть воспитательной системы В. А.  Караковского: в основу системы положена ведущая  идея, состоящая в том, что воспитание ориентировано на личность школьника, его интересы, способности. Определенную роль играет педагогическая концепция коллектива. Особую важность несут в себе идеи системности, комплексного воспитания, интеграция педагогических воздействий, необходимое коллективное творчество. Для всеобщего коллектива характерно отчетливое **«мы»** по отношению к школе.

      Караковский считал, что есть **три силы, влияющие на жизнь школы**:

  - Администрация школы и ее единомышленники.

  - Остальной педагогический коллектив.

  - Лидирующая группа старшеклассников.

 Главным инструментом социального воспитания является коллектив школы, **представляющих союз детей и взрослых, объединенных общими целями, общей деятельностью, высоконравственными отношениями и  общей ответственностью.**

**Критерии оценки результативности системы:**

 - социальная адаптация учащихся в жизни. Полученная в соответствии с данным критерием информация позволяет оценить влияние воспитательной деятельности на развитие личности ребенка, на формирование умений, навыков, необходимых для самостоятельной жизни.

 - удовлетворенность учащихся, педагогов и родителей жизнью в школе. О его качестве можно судить по степени комфортности и защищенности детей и взрослых, благополучие в жизни.

 - значимость учебного заведения. С помощью этого критерия можно анализировать результаты учебно-воспитательного процесса не только на основе изменений, происходящем в своем учебном заведении, но и в контексте с достижениями других образовательных учреждений города и области.

     Караковский считал, что в процессе воспитательной деятельности необходимо обратиться к таким ценностям, которые должны рождать в человеке добрые черты, высоконравственные потребности. Из всего списка общих ценностей он выделил восемь. Их значения раскрывается в воспитательном процессе следующим образом:

- Человек – абсолютная ценность, высшая субстанция.

- Семья – первый коллектив ребенка и естественная среда его развития, где заключены основы будущей личности.

- Труд – основное естественное условие жизни человека.

- Знание – результат разнообразного творческого труда. Знание учащихся – мера труда учителя.

- Культура – великое богатство, накопленное человечеством в сфере духовной и материальной жизни людей.

- Отечество – единственная уникальная для каждого человека Родина.

- Земля – общий дом человечества, вступившего в 21 – ый век. Эта Земля людей и животных, природы.

- Мир – покой и согласие между людьми, народами и государствами – главное условие существования Земли, человеческой цивилизации.

     В педагогической системе Караковского большое внимание уделяется самостоятельности учащихся. Привлечение детей к общешкольным делам способствует выработке положительных качеств личности, таких как умение самостоятельно планировать, принимать решение, нести ответственность.

**Виды самоуправления в школе:**

- Участие в планировании, разработке, проведении и анализе ключевых дел школьного коллектива.

- Участие в работе педсоветов.

- Работа в постоянных и временных органах самоуправления.

- Выполнение коллективных, групповых и индивидуальных поручений.

- Дежурство по школе классу, спецпосту.

- Деятельность советов классов.

- Деятельность дежурных командиров.

- Участие в работе лагерных сборов.

- Работа педклассов.

    Эффективность воспитательной системы проявляется в разнообразии форм учебно-воспитательной деятельности. Это могут быть:

- Разработка дидактических игр, создание игротеки.

- Организация познавательных предметных путешествий (в страну Грамматики, Математики и других предметов)

- Аукционы знаний.

- Проведение научно – познавательных экспедиций, конференций, брифингов

- Организация общешкольных познавательных игр.

- Деятельность классных штабов знаний, работа консультантов и обозревателей.

- Широкое развитие коллективной групповой и парных видов работ на уроке и после него.

- Проведение уроков с привлечением отдельных учащихся в качестве помощников и партнеров.

- Введение в учебный процесс методов мозговых атак, групповых дискуссий, деловых игр.

- Разработка новых форм интегративных занятий (зачет и экзамен)

- Организация праздников в форме Читай – Город.

**Выводы:** **основными идеями В. А. Караковского являются:**

**- обязательное создание внутришкольного коллектива,**

**- присутствие элементов самоуправления,**

**- внедрение коммунарской методики, КТД,**

**- воспитание должно быть системным, комплексным.**

     Характеристика системы:

1).Организационное строение школьного коллектива:

 - администрация, большой совет

 - авторитет директора

 - администрация школы и единомышленники

 - остальной педколлектив

 - лидирующая группа старшеклассников

2) творческий подход, стремление к необычному, оригинальному, порядочность, юмор – главные качества, необходимые педагогу.

3) использование коммунарской методики.

  Отечественные воспитательные системы И. П. Иванова и В. А. Караковского показали свою состоятельность. Эти системы были разработаны, апробированы и с успехом внедрены в педагогическую деятельность многих учебных учреждений.

      Эти воспитательные системы разработали разные педагоги, но есть кое-что общее, объединяющее обе эти системы. Это идея коммунарства. Она является основой  и тем скрепляющим элементом, на котором держатся эти воспитательные системы.

      Караковский считал, что коммунарство:

1.Это жизненная концепция воспитания, энтузиазм, педагогическая вера.

2.Это движение взрослых и детей, осуществляемое в определенных исторических рамках.

3.Это организация, союз единомышленников.

4.Это метод  конструирования педагогической реальности. Девиз коммунаров: «Наша цель – счастье людей»

6.Это пять само: самоорганизация, самостоятельность, самовоспитание, самоуправление, самоанализ.

7.Это неприятие иждивенчества, работа без расчета на взрослых, высокая личная ответственность за все, что происходит вокруг, активная позиция. При этом без насилия, добровольность, готовность подчиниться или взять ответственность.

8.Это новые взаимоотношения со взрослыми и педагогами. Потребность в старшем друге. В таких ситуациях пропадает ощущение возраста.

9.Это творчество -  черта любой деятельности. Стремление сделать любое дело интересным.

10.Это коллективизм в самом высоком смысле слова. Коммуна – союз единомышленников, братьев по духу, по борьбе за лучшую жизнь.

     Таким образом, коммунарство играет огромную роль в воспитании будущих поколений. Это развивает потребность в дружеских связях, в творчестве, в стремлении созидать, в способности сопереживать, помогать, трудиться и познавать.

**7**.**Роль педагога-психолога в работе по профилактике сниффинга:**

1. Анализ СПТ и выявление детей группы риска по показателям: интересы, ценности, целеполагание.
2. Диагностика ценностных ориентаций учащихся 4-6 классов (Рокич, Люшер)
3. Организация коррекционной работы, в соответствии с результатами диагностики (тренинги, семейные    консультации, работа с педагогическим коллективом)

**8. Литература**

1. «Воспитывать коллективистов». М. Педагогика, 1992
2. Аванесян И. Д. «Воспитание по Иванову: Вчера? Сегодня? Завтра? Проще простого?», СПб, Образование, 1996
3. Алкоголизм, наркомании и другие психические и поведенческие расстройства, связанные с употреблением психоактивных веществ. Учебное пособие/ Л.М. Барденштейн и др. – 2015.
4. Дружинина В. Н. «Психология: учебник для гуманитарных вузов», СПб, 2008
5. Иванов «Современный подход к воспитанию требует развития педагогики общей заботы», Воспитание школьников, 1991, №4.
6. Иванов И.П. «Методика коллективного воспитания». М. 1990.
7. Караковский В. А.«Воспитай гражданина». М. Московский рабочий,1987.
8. Караковский В. А.«Чтобы воспитание было успешным». М. Знание, 1979.
9. Караковский В.А. «Воспитательная система школы: проблемы упрвления» .Директор школы, 1997, №7.
10. КараковскийВ. А. «Директор – учитель – ученик». М. Знание,1982.
11. Леонтьев А.А. «Педагогическое общение», М. Педагогика, 2008.
12. Сниффинг как новый вид психологической зависимости/ Н.А. Кора, М.О. Казанцева, Д.С. Косицына. – 2020.
13. Токсикомания в детском и подростковом возрасте/ М.С. Журунова и соавт.// Вестник КазНМУ. – 2016. – №1.
14. Токсикомания вследствие употребления бутана (сниффинг). Токсичность. Диагностика/ А.Р. Асадуллин, Э.А. Ахметова, В.Р. Башаров, Е.В. Трофимов// Наркология. – 2019. – №1.

|  |
| --- |
|  |