



Информация для родителей по профилактике употребления психоактивных веществ несовершеннолетними

Последние годы для России употребление несовершеннолетними наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу для здоровья подрастающего поколения. По статистике, основной возраст первого знакомства с наркотическими средствами приходится на 12-14 лет (41%) и 15-17 лет (51%): в основном это курение марихуаны и гашиша, употребление ингаляторов, употребление алкоголя вместе с медикаментами.

Основными причинами потребления несовершеннолетними наркотиков могут являться:

- Любопытство благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»;
- Желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т.д.,
- Желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способ привлечения внимания;
- Безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате – эксперименты от скуки.

Задумайтесь:

- Ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела;
- мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даём им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что страх жизни преобладает у них над страхом смерти;

- ограничиваемый в своей активности, ребёнок не приобретает собственного жизненного опыта;
- не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет; что можно делать, а чего следует избегать.

Рекомендации:

- Между родителями и ребенком должны выстроиться доверительные отношения, несмотря на занятость и усталость после работы, необходимо ежедневно общаться с ребенком. Отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?
- Постарайтесь выслушивать друг друга, а именно точку зрения ребенка, не подвергать ее жесткой критике. Старайтесь в том или ином случае поставить себя на его место с целью понять его позицию.
- Помогайте своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. В случае возникновения конфликтной ситуации не кричите, постарайтесь разговаривать с ним в спокойном тоне, объяснить неправоту его действий (поступков) их последствия (можно привести примеры из жизненного опыта). Избегайте насмешливого или снисходительного тона.

Симптомы употребления наркотических веществ:

Определить, употребляет ли Ваш ребенок наркотики или нет, достаточно сложно, особенно, если ребенок потребил наркотическое средство в первый раз или употребляет периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине.

И все же стоит насторожиться, если проявляются:

Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления.

Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость, сонливость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти, внимания;
- уходы из дома, прогулы в учебном заведении по непонятным причинам;
- болезненная реакция на критику, частая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;

Очевидные признаки:

- следы от уколов (вдоль магистральных сосудов на изгибах рук, между пальцев), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пластиковые бутылки с прожженными отверстиями;
- пачки лекарств снотворного либо успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

Что делать, если у вас возникли подозрения?

1. Не отрицайте ваши подозрения, не делайте вид, что ничего не случилось, не тяните время – обратитесь к специалисту наркологу.
2. Не паникуйте. Если даже ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
3. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
4. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока вы не справились с вашими чувствами.
5. Если ребенок не склонен обсуждать с вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.
6. Важно, чтобы вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как вы справляетесь сами с вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Ваша задача уговорить ребенка обратиться за помощью к специалистам!!!

