

Из книги «РОДИТЕЛЯМ О ГЛАВНОМ»

Наверх †

(Книга имеется во всех школьных библиотеках г. Кронштадта)

Родители стараются, по возможности, не думать о том, что с их ребенком может случиться что-то плохое. Это психологическая защита: говорят, что, предчувствуя дурное, можно накликать беду. Родители не имеют права не знать того, что знают сегодня их дети. Взрослым положено знать и понимать больше, они должны быть способны вовремя прийти на помощь ребенку, предупредить его об опасности.

Сегодня вашему ребенку могут предложить наркотики в школе, во дворе, на дискотеке. Вы не в силах исключить возможность этого и всегда должны быть готовы к такому развитию событий.

Причины, по которым дети могут попробовать наркотики, различны. Это может быть и выражение внутреннего протеста, и знак принадлежности к определенной группе, и ощущение риска, вызывающее интерес, и жажда приятных ощущений, и желание чувствовать себя взрослым, и, наконец, поиск способа забыть о проблемах.

От чего зависит, станет ли ваш ребенок пробовать наркотики и станет ли он наркоманом?

Если ребенок комфортно чувствует себя в семье, если родители устанавливают с ним отношения взаимного уважения и доверия, то он либо не станет пробовать наркотики, либо это будет досадной случайностью.

Но если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может стать для него тем, чего ему не хватает в жизни. В отдельных случаях даже однократное употребление наркотика может привести к зависимости.

Поэтому ответ на вопрос: «Будет ребенок употреблять наркотики или нет?» во многом зависит от нас с вами, уважаемые родители!

Вы держите в руках брошюру, которую написал шведский специалист по профилактике наркомании Свен Лильессон (Sven Liljesson). Более пяти лет продолжается российско-шведское сотрудничество в рамках проекта «Кронштадт – без наркотиков!», целью которого является создание системы работы по профилактике наркозависимости среди детей, подростков и молодежи Кронштадта, развитие методов и способов измерения эффективности антинаркотической работы и укрепление сети сотрудничества профессионалов, непосредственно связанных с борьбой против наркотиков.

Шведская Ассоциация «За общество без наркотиков» (RNS) при финансировании проекта Шведским Управлением международного сотрудничества SIDA провела большую работу по обучению эффективным методам профилактики наркозависимости кронштадтских специалистов, работающих с подростками. Были проведены многочисленные семинары, круглые столы, курсы обучения и изданы брошюры для детей и их родителей.

Данная брошюра предназначена для тех родителей, которые хотят больше узнать о проблеме наркомании и о том, как ей противостоять. Несомненно, очень многое зависит от законодательной и исполнительной власти, от школы и всего, что нас окружает. Но самый большой груз ответственности за профилактическую работу лежит на родителях!

Здравствуйте, уважаемые родители!

К вам обращается иерей Михаил (Мохов), священник Владимирского собора города Кронштадта.

У нас в Санкт-Петербургской епархии есть Информационный центр по противодействию наркомании.

(Тел. 274-50-75, архимандрит Назарий).

По этому телефону можно получить самую разнообразную информацию, в том числе и о православных реабилитационных центрах и общинах. Например, одна из них находится при храме Коневской иконы Божией Матери в пос. Саперное.

(Тел. 8 (813-79) 90-393).

С уважением, отец Михаил.

Информация о службах помощи:

Наверх†

ГОУ центр психолого-педагогической медико-социальной помощи
Кронштадта
Тел. 311-32-10

Кронштадтский районный наркологический кабинет

Тел./факс 311-27-76

Часы приема: понедельник, среда: 12.00-18.00;

вторник, четверг, пятница: 09.00-15.00

Телефон доверия экстренной психологической помощи «Линия жизни»

(Центр профилактики наркомании среди молодежи)

тел. 325-48-47

Телефон доверия по проблемам, связанным с алкогольной и наркозависимостью

(Центр медицинской профилактики наркологических заболеваний)

Тел. 714-42-10

Детско-подростковое кризисное отделение Городского наркологического диспансера

Тел. 298-00-11

Кризисная психологическая помощь для детей и подростков
Тел. 234-34-00

Общественное объединение «Матери против наркотиков» «Азария»
Тел. 319-42-52

Управление по борьбе с незаконным оборотом наркотиков
Тел. 278-25-74

Анонимное обследование на СПИД:
Тел. 259-94-05
Наб.Обводного канала, д.159А
Часы приема: 9.00-18.00

Городская наркологическая больница:
тел. 323-44-61

[Наверх](#) †

Дети и употребление наркотиков

Признаки употребления наркотиков:

Прежде всего изменение в поведении подростков выражается на телесном уровне. Это может дать информацию об употреблении ими наркотиков. Ранние признаки употребления наркотиков могут быть следующие (смотрите также информацию о наркотиках в конце книги):

Запах

Алкоголь, растворители и табак (многие подростки начинают с этого, что в конце концов приводит к правонарушениям и напрямую связано с вовлечением в среду распространения наркотиков) имеют запах, который легко ощутить. Курение гашиша дает характерный сладковатый запах, который можно научиться распознавать. Возможно, сотрудники милиции могут продемонстрировать разные виды наркотиков на родительских собраниях.

Глаза

Красные и влажные глаза могут быть сигналом того, что человек находится под влиянием наркотиков, но это также бывает, если у человека поднялась температура. Наркотики, возбуждающе действующие на ЦНС, например, амфетамин или кокаин, расширяют зрачки, в то время как опиумные препараты, например, героин, сужают их.

Обман

Фольга, баночки от фотопленок, разноцветные карты с символами и разные другие упаковки, которые используются для хранения наркотиков, должны дать повод к раздумьям и расспросам подростка. Если у Вас возникли подозрения, что подросток употребляет наркотики, то его одежда также

может быть осмотрена, например, под предлогом стирки.

Возвращение домой поздно

Если ребенок приходит домой все позднее и позднее, не надо удовлетворяться его нежеланием отвечать на вопросы о том, где он был, с кем он проводил время, и что они делали. Тот факт, что Вы расспрашиваете ребенка, поможет ему понять, что взрослые им интересуются.

Смена интересов

Само по себе это не страшно. Может быть и так, что подросток увлекся чем-то новым. Но, например, употребление гашиша, приводит к тому, что подросток становится пассивным, мотивация и желание сохранять прежние интересы уменьшается.

Смена круга общения

Смена круга общения, которая происходит неожиданно и немотивированно, телефонные звонки от незнакомых людей могут служить поводом для беспокойства. Подростки, совершающие правонарушения, притягиваются друг к другу. Если подросток утверждает, что старые друзья скучны, а другие незнакомые подростки, или возможно те, которые известны своими криминальными поступками, привлекают их больше, то это тоже повод для размышления.

Положительное отношение к употреблению наркотиков

Конечно, это не проявляется явно, но, если это случается, то это повод для того, чтобы задуматься.

Денежные проблемы

Употребление наркотиков ведет к возрастающим потребностям в деньгах. Обращайте внимание на случаи мелких краж, на ситуации, когда подросток просит деньги в займы или требует выделения денег.

Пропуски уроков и прогулы в школе

Это очень важный сигнал, по которому нужно принять меры, даже если подросток не замечен в употреблении наркотиков. Прогулы школы не ведут автоматически к употреблению наркотиков, но употребление наркотиков часто приводит к тому, что подросток начинает прогуливать учебные занятия. В этой ситуации необходим контакт со школой.

Ухудшение успеваемости

Отсутствие интереса, усталость, частые и явные смены настроения должны вызывать подозрение. В этих случаях необходимо также связаться со школой.

Самоизоляция

Избегание контакта с родителями без всяких объяснений, уединение в комнате при громко включенной музыке могут служить сигналами того, что с подростком происходит что-то необычное.

Ложь

Ложь, граничащая с правдой, попытка настроить взрослых друг против друга - это обычные приемы для сокрытия факта употребления наркотиков и удовлетворения своих потребностей. Поэтому очень важно, чтобы взрослые

придерживались одинаковых взглядов на поведение подростка.

Мелкие правонарушения

Они серьезны сами по себе, несмотря на то, являются ли они следствием употребления наркотиков или нет. Они могут служить первым шагом к криминальному будущему и должны приводить к тем же мерам борьбы, которые используются в борьбе с употреблением наркотиков.

Внимание! Некоторые из приведенных признаков могут проявляться и при нормальном развитии в подростковом возрасте. Поэтому важно сравнивать сразу несколько симптомов, связанных с изменениями в здоровье и поведении, для того, чтобы получить целостную картину.

Важность раннего вмешательства

Успешная борьба за общество без наркотиков строиться на раннем обнаружении случаев их употребления. Необходимо прервать употребление наркотиков в самом начале, пока наркотическая зависимость еще не сформировалась, пока человек не погряз в употреблении наркотиков, и вред, как с медицинской и социальной, так и психологической стороны, не так серьезен.

К тому же на данной стадии легче предотвратить распространение наркотиков, так как обычно в первый год употребления наркотиков начинающий наркоман влияет на своих друзей, партнеров и близкий круг окружающих, заставляя и их попробовать наркотики.

Ранняя фаза

В самом начале употребления наркотиков симптомы очень неопределенные, но даже в этом случае у семьи есть возможность разобраться в ситуации и, если удастся, то и обнаружить причину, а также взяться за ее решение.

Самый первый шаг – это разговор с подростком и рассказ о том, почему семья подозревает его в употреблении наркотиков. В этот момент очень важно решительно сказать, что Вы, как родители, не позволите этому происходить далее и объяснить, как вы относитесь к любому действию с наркотиками.

Подросток, возможно, будет возмущен и будет все отрицать. Даже если подросток все-таки не употребляет наркотиков, все равно семья подобным образом показывает, что их интересует поведение подростка, и что семья готова вмешаться.

Если употребление наркотиков подростком имеет место, то вы, как родитель, посредством вмешательства совершенно ясно доводите до подростка мысль, что вы не позволите ему употреблять наркотики. И тогда значительно возрастает возможность предотвращения дальнейшего употребления наркотиков подростком. Сестры и братья – это те люди, которые могут обнаружить употребление наркотиков первыми. Часто они знают об этом, но проявляют некоторую лояльность.

Средняя стадия

Если ранние симптомы уже пройденный этап, то часто возникают заметные изменения в поведении. Например, снижение успеваемости, ложь дома и в школе, самоизоляция, мелкие кражи и пропуски уроков в школе. Именно на этой стадии все, кто находится рядом с подростком, испытывают сложность в общении с ним. На этой стадии, когда употребление наркотиков уже является фактом, необходимо связаться со школой для обсуждения сложившейся ситуации. Как можно помочь в этом случае? Какие правила должны соблюдаться подростками?

Родителям необходимо вооружиться знаниями о наркотиках и регулярно поднимать вопрос о том, какие последствия ожидают подростка, семью и общество, если он регулярно будет употреблять наркотики. Также необходимо информировать своего ребенка о том, что проступки, связанные с употреблением наркотиков и спиртного регистрируются в полиции, и потребуется много времени, чтобы избавиться от такой репутации. Это также осложнит получение водительских прав.

В данной ситуации можно обратиться в местную социальную службу и выяснить, есть ли у них группа для работы с подростками. Другой альтернативой может быть обращение в организацию «Родители против наркотиков», если в вашем районе есть представительство этой организации.

Поздняя стадия

Если подросток продолжает употреблять наркотики, то симптомы этого становятся все очевиднее: он часто не держит свои обещания приходить вовремя, старые школьные друзья звонят редко, поступают звонки от незнакомых людей. Дома могут появиться кусочки гашиша, самогон, ветошь для токсикомании. Возможны случаи обнаружения полицией криминальных правонарушений. Подросток, возможно, признается, что пробовал наркотики, но не считает, что это плохо.

Если сын или дочь, несмотря на повторяющиеся замечания и беседы, продолжает употреблять наркотики, то семье необходимо обратиться за помощью и поддержкой. Иначе существует риск того, что вся семья увязнет в сложившейся ситуации с ребенком, употребляющим наркотики: чувство вины, попытки держать случившееся в тайне, перешептывания людей, поиски ребенка поздними вечерами, денежные проблемы. Все это может в конечном итоге перейти в поддержку употребления им наркотиков, а не к выходу из проблемы.

Очень важно, чтобы другие члены семьи не усугубляли проблему. Бороться один на один с этой проблемой ребенка очень сложно. Стыд и чувство вины приводят к тому, что семья самоизолируется.

Где допущена ошибка? Такой вопрос задают себе многие родители. К тому же другие дети в семье не получают должного внимания, которое им необходимо.

Поэтому на данной стадии важным является обращение за помощью извне. Подростка необходимо убедить прекратить принимать наркотики и дать понять, что «веселье закончено», что ни семья, ни общество не одобряют употребление им наркотиков, что наркотики являются лишь путем к его использованию, унижению и зависимости.

Социальные службы обязаны вместе с родителями попытаться разобраться в сложившейся ситуации. Возможно, будет достаточно того, что работник социальной службы разберет ситуацию и четко донесет до подростка, что социальной службе придется принимать меры, если употребление наркотиков не прекратится. Большинство подростков понимают серьезность ситуации и риск, связанный с продолжением употребления наркотиков, и перестают их принимать. Но другие не сделают этого, несмотря на беседы и предупреждения.

Выстраданные советы

Сложно предотвратить употребление наркотиков и действовать, когда ребенок уже употребляет наркотики, но это возможно. Вот советы родителей, дети которых употребляли наркотики, но которые смогли изменить ситуацию:

Необходимо показывать сочувствие, поддерживать и выслушивать, давать свободу и чувство ответственности за себя, но в то же время выдвигать требования, которым Вы будете неуклонно следовать. Нет никаких стандартных решений и кратчайших путей. Все это сложно.

«Я не ложусь спать, пока мой ребенок не придет домой. Мне нужно обнять его и успокоиться, спросить, как он чувствует себя, понюхать, пахнет ли от него алкоголем или гашишем и т.д. К тому же он тоже ощущает, что его ждут дома».

Разговаривать доверительно со своими детьми – это самый надежный способ предотвратить употребление ими наркотиков. За чашкой чая посреди ночи или утром за завтраком после вечеринки поговорить о том, почему подросток пришел домой так поздно.

«Чувство беспокойства, которое человек не может объяснить, но чувствует интуитивно, является серьезным сигналом и то, что вызывает опасения, должно быть выяснено сразу. Ничего не надо откладывать на завтра».

Если ребенок все отрицает, а чувство того, что он употребляет наркотики, у Вас не проходит, попросите его написать в баночку и идите к школьной медсестре, врачу или в наркологическую службу для проведения анализа. В течение нескольких дней можно определить, употреблял ли ребенок наркотики. В этом случае Вы избежите ненужных сомнений и терзаний.

«Постарайтесь установить контакты с другими родителями, поговорите с ними, с учителями, воспитателями продленного дня, сотрудниками полиции с целью составления плана действий, чтобы суметь противостоять групповому давлению, которое является неотъемлемой частью подростковых

групп. Если Вы поделитесь своим беспокойством с другими, будет больше тех, кто принимает участие в решении проблемы. Бдительность усиливается, когда за ребенком наблюдают несколько пар глаз».

Употребление наркотиков и наркомания

Эйфория

Для того, чтобы понять, почему некоторые готовы пройти огонь и воду, чтобы накачивать себя химическими препаратами, необходимо знать, что в начале все это дарит ощущение счастья, хорошего настроения и возбуждения. Это так называемая эйфория проявляется по-разному у разных людей, и зависит от опыта употребления наркотиков, момента употребления и препарата.

Привыкание

Для того, чтобы ощутить опьяняющий эффект от наркотиков через какое-то время организму необходимо увеличение дозы. Эффект привыкания развивается очень быстро при употреблении алкоголя и опиумных препаратов, таких как героин. Человеку, употребляющему героин, через короткий промежуток времени потребуется увеличение дозы в несколько раз для того, чтобы достичь того же эффекта. Именно это является финансовой стороной проблемы и приводит многих к проституции и криминальным поступкам.

Физическое привыкание к другим наркотикам ниже, но также с каждым разом будет все сложнее испытать то же чувство эйфории, что и раньше. Многие начинают увеличивать дозу или переходят на употребление смешанных наркотиков, добавляют алкоголь или лекарственные средства, что может привести к опасным для жизни последствиям.

Синдром отмены

Если человек перестает употреблять наркотики, то через некоторое время могут возникнуть определенные последствия на физическом уровне. Похмелье, сопровождающееся головной болью, сердцебиение и страх являются последствиями употребления большого количества алкоголя.

Курильщик гашиша после окончания употребления наркотика редко испытывает неприятные ощущения на следующий день при отмене препарата, так как яд собирается в жировой ткани и выходит из организма на протяжении длительного времени. Но через неделю или большее количество времени появиться чувство постоянного страха и беспокойства, которые могут быть сняты лишь еще большим количеством наркотиков. Точно так же алкоголики снимают похмельный синдром употреблением большого количества алкоголя.

Человек, употребляющий алкоголь или препараты, стимулирующие ЦНС, может страдать от депрессии и проблем с сердцем при быстрой отмене употребляемых веществ. Могут возникать такие недомогания, как инфекции,

раны в ротовой полости, обезвоживание организма и проблемы с желудком. Они вызваны не столько отменой препарата, сколько истощением, недостатком витаминов и сна, что является следствием бодрствования в течение нескольких дней в результате употребления препарата, стимулирующего ЦНС.

Через несколько часов после отмены опиумных препаратов эти последствия могут проявиться. Потливость, озноб, дрожь, диарея и рвота приводят к тому, что человек вынужден пускаться на поиски наркотиков. Многие люди, употребляющие героин, говорят о том, что они не решаются бросить употребление наркотиков из-за боязни ломки. Но никто не умирает от проявлений абстинентного синдрома при отмене опиумных препаратов, хотя эти проявления выглядят мало привлекательно без медицинской помощи. Напротив, многие умирают от передозировки героина.

Зависимость

В самом начале употребляющий наркотики контролирует себя и решает, когда ему принять наркотик. Через некоторое время, которое зависит от человека, типа препарата и ситуации употребления, развивается «любовная связь» с наркотиками. Желание попробовать все новые наркотики будет все сильнее и начинает руководить жизнью человека. Для молодых людей, находящихся в стадии как физического, так и психического развития это происходит очень быстро.

Когда зависимость уже сформировалась, очень сложно прекратить употреблять наркотики. Даже люди, курящие табак, могут испытывать подобные сложности.

Психическая зависимость от наркотиков и их опьяняющего эффекта, которая сохраняется в памяти, не идет ни в какое сравнение с физическими проявлениями абстинентного синдрома, которые исчезают через некоторое время. Алкоголизм и наркомания могут служить примером самых сложных форм зависимости.

Бывший наркоман, которому удается не употреблять наркотики в течение нескольких лет, может все равно сохранять зависимость. Если трезвый алкоголик или неупотребляющий наркотики наркоман, снова начнут употреблять свое зелье, они рискуют вернуться в прежнее состояние.

Употребление наркотиков распространяется от знакомого к знакомому

Шаблонное представление о торговцах, торгующих товаром из под полы, стоящих у школы и продающих наркотики детям, имеет мало общего с реальностью.

Распространение употребления наркотиков происходит среди друзей. Наркотики распространяются особенно теми людьми, которые находятся в начальной стадии употребления и под их позитивным опьяняющим влиянием. Этим новым опытом они очень хотят поделиться со своими друзьями.

Это приведет к тому, что они также начнут употреблять наркотики, и в свою очередь привлекут других. В таких случаях принято говорить об эпидемическом распространении употребления наркотиков. Не только бактерии и болезни могут распространяться от человека к человеку, но и образ поведения

Больше всего начинающий наркоман привлекает других людей в самом начале употребления наркотиков, пока еще отрицательные стороны проблемы не проявили себя, и пока у человека еще есть друзья и знакомые, которые не употребляют наркотики.

Когда обратная сторона проблемы становится явной, то пропадает желание вовлекать в это дело еще кого-то, но к тому времени, возможно, все в окружении человека уже употребляют наркотики.

Не все могут сопротивляться соблазну. Некоторые никогда не начнут употреблять наркотики сколько бы раз им не предлагалось это, а другие соблазняются с первого раза.