

Подросток и наркотики: современные риски

Цель: обсудить с родителями проблему распространения наркомании в подростковой среде.

«Наркомания - это проблема нынешнего поколения. Детская наркомания – это проблема будущего нашей страны. Как защитить будущее наших детей? Как оградить их от наркомании?»

Наркомания стремительно распространяется по России. Цифры статистики с каждым днем становятся **все ужаснее**. Страшно еще и то, что последнее время отмечается значительная тенденция **«омоложения» наркомании**: возрастная граница наркозависимых людей опустилась до **10-12 лет**. Для **наркоторговцев каждый школьник - это потенциальный потребитель их «товара»**. Дети сильно подвержены отрицательному влиянию улицы, толпы. **Пользуясь детской доверчивостью, их «взрослые друзья» предлагают им первую дозу совершенно бесплатно**. Дети учатся друг у друга. И практика показывает, что один наркоман **втягивает в свой круг около 10 человек**.

Подростковая наркомания на сегодняшний день - это одна из самых актуальных проблем для родителей. Они осознают опасность наркомании для своей семьи и оценивают ситуацию как крайне острую. Однако их реакция на проблему опосредована и находится в прямой зависимости от многих социально-культурных факторов. **Родители специфическим образом дистанцируются от этой проблемной области, помещая ее за сферой своего влияния**. Результатом такого дистанцирования становится **выталкивание проблемы за пределы зоны систематического родительского внимания и активного конструктивного реагирования**. В итоге это приводит либо

1. к отрицанию наличия этой проблемы в их семье,
2. к признанию полного бессилия что-либо изменить в уже существующей ситуации.

Наркомания – это болезнь, которая развивается при употреблении наркотиков. Она заключается в том, что физическое и душевное состояние человека, его самочувствие оказываются в постоянной зависимости от введения наркотика в организм человека, его наличия или отсутствия в организме. Больной вынужден все время принимать наркотик, иначе ему становится плохо. Возникает мучительное состояние со странными болями и судорогами. Оно называется абстиненцией или «ломкой». Вся жизнь больного направлена на поиски и добычу необходимой дозы наркотика, которую постоянно приходится увеличивать, так как прежняя перестает ему уже помогать. Больной становится рабом наркотика, который постепенно его убивает

К восьмому классу у учащихся происходят качественные изменения в отношении к наркотикам. Главная причина этих изменений в том, что наркотики для подростка становятся персонафицированными. Наркотики непосредственно связываются с друзьями и знакомыми, попробовавшими их. Поэтому реакции на наркотики во многом определяются личным отношением подростка к человеку, их потребляющему. Восьмиклассники гораздо больше

получают сведений о наркотиках от своих друзей, чем шестиклассники. К тому же они чаще делятся с друзьями своими впечатлениями от просмотренных телепрограмм о наркотиках.

К 13-14 годам заметно изменяется и содержание мифов о наркотиках, в которых основное место занимают истории о знакомых, принимающих наркотики, о различных «глюках», способах употребления наркотиков, а также их покупке. Степень доверия к данным мифам также влияет на реакции подростков на проблему наркомании. Поэтому у восьмиклассников представления о наркотических средствах весьма противоречивы. Например, они могут приписывать героину последствия от употребления анаши и наоборот. Поэтому именно в этом возрасте просто необходим продуманный информационный подход к профилактике наркомании.

Девятиклассники придерживаются мнения, что принимать или не принимать наркотики – это личное решение каждого человека. Никто из взрослых не может и не должен помешать подростку их пробовать. Для них наркотики затрагивают ту сферу личной жизни, в которую они не хотели бы пускать взрослых. По их словам, они узнали о наркотиках еще до того, как о них стали широко говорить в СМИ. Большинству из них о наркотиках рассказали друзья или знакомые, но не родители или учителя. Таким образом, у сегодняшних девятиклассников нет опыта проговаривания темы наркотиков с родителями. Отсюда и стремление обсуждать эту тему только со своими сверстниками. Тем более, что для старших подростков именно компания является той сферой жизни, в которой они чувствуют себя самостоятельнее и взрослее.

Другая причина заключается в том, что для девятиклассников наркотики являются символом молодежных культур, молодежного образа жизни. Молодость считается временем, когда все надо успеть попробовать. Взрослая жизнь обязывает человека строго следовать нормам общества. **Ребята, употребляющие наркотики, заявляли, что никогда не позволят себе этого, когда создадут семью или найдут работу.**

Еще одно отличие девятиклассников заключается в том, что их отношение к наркотикам целиком определяется внутренними ценностными характеристиками. Так среди мотивов принятия наркотиков появляются мотивы самореализации, а наиболее частой причиной отказа от наркотиков становится страх не достигнуть жизненных целей.

Не секрет, что родители не всегда могут понять, что творится в душе ребенка, а может, они и не всегда стараются это сделать. **Наши требования часто бывают противоречивы или чересчур категоричны, а ограничения кажутся чрезмерными. Но предъявляя эти требования к своему ребенку, мы искренне верим, что делаем это для его же блага. Для примера хочу привести вам письмо девушки, попавшей в наркотическую зависимость.**

«Мамочка, прости, прости.. Был теплый вечер. Я возвращалась домой через парк от своего любимого человека. Настроение было паршивое. Мы поссорились с ним из-за пустяка. Обычно в парке собирается молодежь - тусуется. И вдруг я вижу, что навстречу мне идет моя подруга Оля с двумя незнакомыми мне парнями. Она предложила мне пойти с ними в кафе. И я согласилась. В кафе мы долго сидели и смотрели друг на друга. Я чувствовала, что они хотят у меня что-то спросить. Но боялись. Вдруг Оля не выдержала и спросила: «Ты не хочешь поднять себе настроение, у меня есть классная вещь, тебе понравится». Я согласилась. Мы зашли в туалет, она достала какой-то белый порошок, залила его водой, подогрела в ложке над зажигалкой, достала шприц...

После этого вся моя жизнь перевернулась. Шли месяцы, я уже на системе, бросила университет, друзей. Я превращалась в монстра. Когда об этом узнала мама, она выгнала меня из дома прямо в день моего рождения. Теперь мне 19 лет, но кто я? Олю тоже выгнали, сначала мы жили у подружек и друзей. Настал тот момент, когда колоться стало не на что. Мы уже жили в подвале. Мы не ели четыре дня и не кололись тоже. Героиновые ломки были ужасные. В голове крутилась только одна мысль – идти на панель, и я пошла. Я не испытывала отвращения, была готова на все. И проституцией занималась два года. Денег на героин хватало, но мы также жили в подвале. Как-то раз я стояла на трассе, работала, издалека я заметила, как ко мне навстречу приближалась знакомая маленькая фигурка. Это была моя мама. Она прошла мимо меня, делая вид, что не заметила меня. Но на ее глаза навернулись слезы. Она прошла так близко, что мне захотелось упасть ей в ноги и умолять о прощении, но было поздно. Я почувствовала стену между нами.

Долго собираясь с мужеством, я все-таки решила позвонить домой. В телефонной трубке я услышала тихий, беспомощный голос мамы. Я молчала. В ответ на свое молчание я услышала: «Это ты? Я знаю, это ты! Не звони сюда больше, твоя мать умерла вместе со своей дочерью». От этих слов у меня похолодело сердце. После этого мы не виделись полтора года. За это время я потеряла человеческий облик. Кололась непонятно чем, со мной случилась передозировка, и я попала в больницу. Меня еле-еле откачали, взяли анализы. Выявили гепатит С и самое страшное: СПИД. На следующий день после того как были готовы анализы, в больницу приехала мама. Я ее не узнала. Это была маленькая худая женщина, седая и очень постаревшая, а ей всего 42. Она молча подошла к моей кровати, села рядом, не говоря ни слова, только плакала и боялась посмотреть мне в глаза. Я поняла: жизнь окончена. И чего я добилась в этой жизни? Я никого не виню, просто я не имела права губить жизнь моей мамы, да и свою тоже. Но мама не заслужила такой жизни. Будь проклят час, когда я впервые укололась. Молю Бога об одном, чтобы он уберег глупых девочек и мальчишек от наркотика, о том, чтобы дал моей мамочке покой, и о том, что бы он принял мою душу к себе под крылышко. Мамочка, прости».

Вопросы для обсуждения.

- *Как в этой ситуации, на ваш взгляд, поступила мать девушки? В чем ее ошибка?
- *Чтобы вы сделали и как бы вы поступили на месте матери?
- *Можно ли излечиться от наркомании?
- *Как должно действовать общество в решении проблемы наркомании в среде подростков?
- *Во многих странах Востока и Азии употребление наркотиков карается смертной казнью. Как вы считаете, необходима ли такая мера в России? А применительно к данной девушке? А если такое горе поразило бы вашу семью?
- *Где выход?

Еще одно письмо. Которое было написано учеником одной из школ в дни акции по борьбе с наркотиками.

«Здравствуй, мой ровесник! Я – Карен. Учусь в школе. Люблю слушать в свободное время музыку. Занимаюсь довольно успешно спортом. Имею много друзей и в школе, и в спортивном клубе «Торнадо», где я тренируюсь вот уже три года.

Хочу обратиться к тем ребятам, кто на себе уже испытал действие наркотиков, и думаю, что мои рассуждения будут полезны многим.

И в школе, и дома, и с экрана телевизора слышал выражение «забавы молодых». Раньше всегда думал, что забава – это катание летом с горки на велосипеде или на санях зимой. Или прыжки с высокого дерева, стоящего на берегу нашего пруда, в прохладную воду в летнюю жару. Да так, чтобы аж дух захватывало!

Но я уже в восьмом классе. Мне 15 лет. И теперь я прекрасно понимаю, что интересы и увлечения моих сверстников, к моему огорчению, бывают менее безобидным и более страшными. И прежде всего это увлечение наркотиками. Про наркотики и наркоманов начитался, наслушался и убедил себя в том, что «сесть на иглу» очень просто. Но как быть потом? Ведь это равносильно тому, что добровольно поставить крест на себе и на всей своей жизни. Я всегда думал, что наркоманы и наркотики – это где-то далеко, там, на западе, в Америке. Но реальность говорит об обратном. В поселке, где я живу, можно встретить подростков, которые употребляют этот дурман почти открыто, не таясь. Купить наркотики, оказывается, тоже не так уж и трудно. При желании и при определенных связях с нужными людьми и из поселка выезжать не надо. Ужаснулся и пришел к выводу, что завтра подобные случаи могут произойти и в моем классе.

И сегодня я обращаюсь к тебе, мой ровесник, чтобы сказать, что могу поручиться за себя и за своих друзей: наркоту не пробовали и делать это не собираемся. Наркотики не для нас! Я не хочу быть самоубийцей, прихожу в ужас от мысли, что могу стать убийцей своих родителей, вдруг от кого-то узнавших, что их сын – наркоман! Я не хочу сводить свою жизнь к одному единственному желанию: где бы и как «дозу надыбать»? Ну и зачем мне такой кайф?!

После очередной телепрограммы о наркомании долго думал том, что же толкает человека к «колесам», к «экстази», к наркоте. И для себя ответил на этот вопрос так. Это безделие, отсутствие хобби, интересов. Человеку, который занят интересным делом, который имеет цель в жизни, «добрый дядя» с дозой «белой смерти» не страшен. Такой «продавец» сразу поймет, что я – не его клиент. Я и мои друзья- это подростки другого круга для «бизнесмена» с наркотиками в кармане.

Я увлечен спортом. Тренировки, спортивные сборы, соревнования, занятия в школе... Времени катастрофически не хватает на сон и на уроки. Но по себе знаю, с каким чувством удовлетворения можно возвращаться домой после изнурительной тренировки! В такие минуты еле ноги волочишь, но душа поет! Она летит навстречу трудностям, новым, еще не взятым вершинам!

Сегодня я обращаюсь к тем, кто еще думает о том, что от наркотика легко отказаться. Нет! Я призываю вас: смените свое сомнительное увлечение на какое-нибудь интересное и нужное людям дело. Чтобы с утра до ночи слоняться по улицам, много ума не надо. Возьми в руки гитару. Попробуй починить уют в доме. А может займешься спортом? Приглашаю тебя в наш спортивный клуб «Торнадо». Тебе у нас понравится, я уверен в этом. У нас замечательные ребята! На прошедшем в этом году Чемпионате России по тхэквондо среди юниоров наша Саша Емельянова завоевала второе место. А на Чемпионате Европы в Будапеште она же стала третьей! А Сережка Гусев – чемпион России в своем весе! А им столько же лет, сколько и тебе! Наши тренеры для нас – не только спортивные наставники, но и старшие друзья.

Мы все тебя пойдем. Тебе поможем, поддержим в сложной ситуации, но ты должен понять, что с наркотиками тебе как! Только тебе решать, что вбирать: жизнь без наркотиков, в

которой есть место любви, друзьям, успеху в делах, счастью или полное страха и зависимости жалкое существование и трагический конец! Не для того ты родился на свет, чтобы умереть от «белой смерти».

Ну что? Готов «словить кайф» от «наркотика» по имени «спорт» или «искусство»? Мне хочется тебе помочь! Жизнь так прекрасна! Не загуби ее, борись за нее!»

Вопросы для обсуждения.

- Как вы отнеслись к мнению мальчика?
- Много ли таких детей вокруг вас?
- Готовы ли вы воспользоваться помощью начинающего спортсмена? А ваши дети?

По данным прессы и компетентных органов больных и зависимых от наркотических веществ у нас в России около 20-24 %. То есть в каждой четвертой семье знают на себе действие наркотиков и сталкиваются с этой проблемой. По образному выражению специалистов «Россия посажена на иглу и происходит ее мучительная ломка». Почти 29 тысяч подростков состоят на учете в наркологических диспансерах. То есть из каждой тысячи двенадцати-четырнадцатилетних подростков четверо – наркоманы! Но по данным Министерства внутренних дел 70% от всех потребителей наркотиков - это подростки и лица молодого возраста. Социологические исследования, проведенные Государственным научным центром психиатрии и наркологии Минздрава РФ, показывают, что среди подростков в возрасте от 14 до 18 лет спиртные напитки употребляют 88% мальчиков и 93% девочек! Употребляли наркотические и токсические средства хотя бы один раз в жизни 56% мальчиков и 20% девочек. Потребляют наркотики в настоящее время 45% мальчиков и 18 % девочек! Уважаемые родители! Посмотрите внимательно на своих детей. Чем они заняты в свободное время? Знаете ли вы их друзей? Не грозит ли вам подобная опасность? Являетесь ли вы для своих детей положительным примером?

Статистика:

- Средняя продолжительность жизни наркомана 21 год.
- 50% наркоманов погибают спустя полгода после начала регулярного приема зелья.
- 13% доживают до 30 лет и только 1% - до 40 лет.
- От 30 до 80% всех самоубийств совершается в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.

Приложение 1.

Признаки и симптомы возможного употребления детьми наркотиков.

Физиологические признаки:

- Бледность или покраснение кожи;
- Расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;

- Несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- Потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- Хронический кашель;
- Плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- Резкие скачки артериального давления;
- Расстройство желудочно-кишечного тракта.

Поведенческие признаки:

- Беспричинное возбуждение, вялость;
- Повышенная или пониженная работоспособность;
- Нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- Уходы из дома, прогулы в школе по неуважительным причинам;
- Трудности в сосредоточенности на чем-то конкретном;
- Бессонница или сонливость;
- Болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- Повышенная утомляемость;
- Нежелание общаться с людьми, с которыми раньше были близки;
- Снижение успеваемости в школе;
- Постоянные просьбы дать денег;
- Пропажа из дома ценностей и вещей;
- Частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры с друзьями;
- Самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
- Частая ложь, изворотливость;
- Уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- Неопрятность внешнего вида;
- Склонность к прослушиванию специфической музыки;
- Проведение большей части времени в компании асоциального типа.

Очевидные признаки :

- Следы от укусов на руках, ногах, порезы, синяки;
- Бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- Закопченные ложки, фольга;
- Капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- Папиросы в пачках из-под сигарет, снотворные и успокоительные препараты.

Приложение 2.

Памятка для родителей

Уважаемые мамы и папы! Для того чтобы избежать проблем, связанных с употреблением вашими детьми наркотиков, помните:

1. Вы должны быть своему ребенку самым близким человеком, независимо тех трудных ситуаций, в которые он может попасть.
2. Если ваш ребенок выходит из-под вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к людям и специалистам, чтобы ее решать вместе.

3. Если ваш ребенок курит, пьет спиртные напитки, вы не застрахованы от того, что он может принимать наркотики.

4. Если вашему ребенку дома плохо, если он живет в мире ссор и скандалов, то он может оказаться в компании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью наркотиков.

5. Наблюдайте за поведением и состоянием вашего ребенка .

6. Если ваш ребенок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, вам необходимо срочно обратиться к специалистам.

7. Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребенка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.

8. Помните! Если ваш ребенок принимает наркотики, значит, в его воспитании вы допустили серьезные просчеты. Не усугубляйте их!

Приложение 3.

Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?

1. Разберитесь в ситуации.

Не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке своего ребенка след неизвестного вам укола, это еще не означает, что ваш ребенок неминуемо станет наркоманом и погибнет. Зависимость от наркотиков , хотя и формируется достаточно быстро, но все же на это требуется время. Кроме того бывают случаи, когда подростка вынуждают принять наркотик под давлением или в состоянии алкогольного опьянения. Помните о том, что многим взрослым людям приходилось употреблять наркотические средства по медицинским показаниям и они не стали наркоманами. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы сами справиться с данной ситуацией или вам нужно обратиться за помощью к специалистам. И постарайтесь с первых же минут стать для своего ребенка не врачом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником , который поможет справиться с надвигающейся опасностью.

2. Сохраните доверие.

Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это , скорее всего, оттолкнет подростка , заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Возможно, для вашего ребенка это первое и последнее знакомство с наркотиком. Будет лучше, если вы сможете поговорить с ним по душам, на равных, обратиться к взрослой части его личности. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор с подростком о вашем собственном отрицательном опыте. Было ли тогда важным для вас почувствовать себя взрослым или быть принятым в компанию. Испытать новые ощущения? Не исключено, что подобные ощущения испытывал и ваш ребенок. Возможно наркотик для него сейчас – способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.

3. Оказывайте поддержку.

« Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя и хочу тебе помочь» - вот основная мысль , которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать. Что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом, получить понимание и поддержку. Оставайтесь открытыми для своего ребенка. Пусть у него как можно чаще будет возможность обратиться к вам со своими трудностями. Постарайтесь найти больше времени для общения с ребенком и для совместных занятий, поощряйте интересы и увлечения подростка, которые смогут стать альтернативой наркотику, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример. Подумайте о своем собственном отношении к алкоголю и табаку. Будьте уверены, дети видят, как вы сами справляетесь с собственными зависимостями. Пусть даже не такими опасными, как наркотик.

4.Обратитесь к специалисту.

Если вы убедились, что ваш ребенок не может справиться с зависимостью от наркотика самостоятельно, и вы не в силах помочь ему – обратитесь к специалисту. Не обязательно сразу обращаться к наркологу. Если у подростка еще не выработалась стойкая зависимость и наркотик для него – способ справиться с личными проблемами, лучше начать с психолога или психотерапевта. Будет очень хорошо, если сам подросток сможет пообщаться с этими специалистами, которые смогут объективно оценить сложившуюся жизненную ситуацию и попробуют найти выход из трудного положения.

Если же вы чувствуете, что у вашего ребенка уже сформировалась стойкая зависимость от наркотика, не теряйте времени – идите к наркологу. В настоящее время существуют различные подходы к лечению наркомании. Наркомания – тяжелое и коварное заболевание. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать о вас серьезных и длительных усилий. Наркозависимые люди часто испытывают чувство вины, страха, тревоги, чувство одиночества нарастает по мере роста зависимости от наркотика, поэтому не нарушайте семейные отношения с больным наркоманией человеком.