

Подросток и наркотики (беседа с родителями и учащимися из цикла "Вредные привычки")

Из многих различных заболеваний, которые разрушают организм человека, психику и жизнь, наркомания считается одним самым тяжелым. Зачастую человек становится больным (наркоманом) сознательно, по собственному желанию и по своей воле. Наркомания является одной из самых коварных болезней. И в особенности значительную опасность она представляет для подростка.

В последнее время употребление наркотических средств в подростковом возрасте стало вроде как обыденным и традиционным. По статистике из 100% людей, которые принимают наркотики 70% из них это подростки. В настоящее время подростки начинают формировать моду на употребление наркотиков. По словам самих же подростков употребление «безопасных» наркотиков это модно. Слишком сильно повышенная эмоциональность и внушаемость подростка значительно снижает критичность его поведения. Когда у подростка начинается появляться привыкание к тому или иному наркотику у него начинает стираться граница противоречий. Подросток перестает воспринимать жизнь как ценность, и в связи с этим запугивания, угрозы и запреты не приносят ни каких результатов в профилактике наркомании. Взаимосвязь подростка и наркотиков в настоящее время ассоциируется с таким понятием как «трудный подросток».

Для профилактики наркомании необходимо формировать у подростка желание к здоровому образу жизни – и это должно быть основным направлением в работе с подрастающим поколением. Главной основой профилактики наркомании является взаимоотношение в семье. И все-таки не только в неблагополучных семьях поднимается вопрос с принятием наркотиков подростком, на первый взгляд достаточно успешная и счастливая семья, но в которой нет взаимоотношения между родителями и детьми, чаще всего сталкиваются с такой проблемой как подросток и наркотики. Также проблемы непонимания в семье, несчастная любовь, отчаянье все это также может стать причиной, по которой подросток может прибегнуть к наркотику, как средству, которое, по его мнению, поможет от всех бед и проблем.

Некоторые признаки, по которым родители могут определить увлечение своего ребенка-подростка к наркотикам:

- успеваемость в школе значительно начинает снижаться;
- у подростка пропадает интерес к окружающим людям, к событиям происходящие в семье;
- ребенок становится рассеянным, забывчивым;
- у подростка нарушается сон;
- в доме начинают пропадать ценные вещи и деньги;
- у подростка появляются долги;
- появление подозрительных друзей и знакомых, которые могут быть связаны с наркотиками.

Вероятно, что некоторые из этих признаков могут совершенно не относиться к наркотикам, поэтому нельзя делать преждевременных выводов лишь на основании обнаружения некоторых изменений в жизни подростка. Но также нельзя оставлять их без внимания. По статистике наркомании многие родители даже не подозревают о проблеме их ребенка подростка. Вероятней всего родителям необходимо уделять больше внимания ребенку, приложить максимум усилий, для того чтобы узнать истинные причины резкого изменения поведения своего ребенка.

Очень часто подросток испытывает тревогу и чувство страха, когда понимает, что не в силах самому отказаться от наркотиков. Ему необходима помощь, понимание и поддержка близких и родных людей.

И лучшим методом борьбы с наркоманией в подростковом возрасте считается только профилактика, так как успешное лечение от наркомании бывает только лишь у 2-3% заболевших подростков.

В переходном возрасте чаще всего происходит первое экспериментирование с наркотическими веществами. Поэтому он наиболее опасный и требует большего внимания со стороны родителей. Ребенок меняется не только физически. Взросление включает в себя также желание самоутвердиться и понять себя. Ребенок как бы отдаляется от родителей, к которым был ранее так привязан. Иногда замыкается в себе или отдает предпочтение общению с друзьями. Подросток анализирует свой статус в коллективе сверстников, пытается выделиться, обратить на себя внимание противоположного пола, часто поддается влиянию других детей. Это возраст первой любви, часто неразделенной. Ребенок страдает, ему бывает очень тяжело и одиноко. В это время важно, чтобы родители постарались понять своего ребенка и помогли ему пережить его сложности.

Вот далеко не полный перечень причин, подталкивающих подростка к первому и последующему употреблению наркотических веществ:

- желание стать взрослым, приобщившись к атрибутам взрослости;
- частый показ в кинофильмах процесса употребления наркотических веществ, наряду с подчеркиванием идеи о положительности образа героя;
- заблуждения ребенка в отношении воздействия наркотиков и их последствий;
- социальное давление, (принуждение, насмешки со стороны сверстников);
- желание присоединиться к группе сверстников, самоутвердиться в компании, приняв ее нормы и атрибуты;
- неуверенность в общении, низкая популярность среди сверстников, желание рисковать, протест против родительской опеки, желание обратить на себя внимание постоянно занятых родителей, разочарование в любви, в близком человеке, состояние горя и отчаянья после потери близкого человека (смерть, уход или др.);
- желание уйти в другую реальность, отключиться от действительности с ее сложностями, требованиями и ограничениями;
- ореол секретности и тайны, создающийся в некоторых компаниях подростков, что превращает прием наркотиков в захватывающую игру;
- непонимание детьми реальных масштабов угрозы для здоровья приема наркотических веществ.

С одной стороны дети переоценивают положительный эффект употребления психоактивных веществ, а с другой недооценивают реальные негативные последствия, тем более что часто таковые являются отсроченными.

Мифы и заблуждения:

Попробуйте обсудить с подростками наиболее распространенные мифы и заблуждения, например такие:

- если начнешь употреблять наркотики, можешь в любой момент бросить;
- к наркотикам не привыкают, это атрибут хорошего настроения, материальной состоятельности и прочее.

Помните, важно, чтобы ребенок поверил вам, а не знакомым и приятелям. Беседуйте в спокойной манере, покажите, что вы верите ему и доверяете. При беседе проявляйте уважение, внимательно прислушивайтесь к точке зрения ребенка. Если что-то в высказываниях подростка вас раздражает, не отвечайте сразу, лучше сделайте перерыв, чтобы успокоиться. Старайтесь избегать угроз, морализаторства.

Помогите ребенку научиться говорить «Нет», уверенно вести себя. Обсудите причины, по которым другие люди предлагают наркотики. Научите ребенка при отказе от наркотиков находить поддержку среди своих сверстников. Обсудите с ним, кто такой настоящий друг.

Что делать, если ваш ребенок попробовал наркотики, или делает это систематически? Можно по-разному реагировать на этот факт:

- делать вид, что ничего не произошло;
- объявить войну своему ребенку;
- пытаться помочь.

Лучшим вариантом поведения родителей, безусловно, является третий. Как помочь своему ребенку в этой непростой ситуации?

- не впадайте в панику и не спешите во всем себя винить и выяснять между собой, кто виноват;
- старайтесь обсудить возникшую ситуацию, когда ребенок не под воздействием наркотика или алкоголя;
- не делайте спешных выводов в отношении причин, подтолкнувших вашего ребенка к употреблению наркотиков;
- попытайтесь в спокойном разговоре с ребенком определить, какое вещество он употребляет. Скажите ему, что наркотическая зависимость поддается лечению, и чем раньше он предпримет попытку остановиться, тем лучшим может быть дальнейший результат;
- постарайтесь объяснить ребенку, что вы понимаете, как сложно и нелегко ему. Но несмотря ни на что, вы продолжаете любить его и готовы помочь;
- соберите информацию о службах, которые оказывают помощь детям, не спешите идти к первому попавшемуся лекарю. Обратите внимание на самого себя. Очень важно избегать фраз «Лучше бы ты умер, чем стал наркоманом», или «Ты загоняешь меня в гроб», «Я уже стала ходячим трупом» и т.п.

Помните, что при такой сложной ситуации, как зависимость от наркотиков, очень важно, чтобы ребенок чувствовал рядом с собой жизнь, во всех ее проявлениях и многообразии, чувствовал, что родители довольны тем, что они живут, не употребляя при этом наркотиков. Важно, чтобы удовольствие от самого себя, от окружающего мира превысило «волю наркотика», который стал хозяйничать в жизни вашего ребенка. Подчеркните, что воля любого человека все равно больше, чем воля вещества, и вы верите, что ваш ребенок победит это зло. Иногда подросток испытывает тревогу и страх, когда понимает, что не может самостоятельно отказаться от наркотиков. Ему нужна помощь близких, их понимание и поддержка.

Первые признаки употребления психоактивных веществ:

Физиологические:

- изменение размера зрачков (зрачки расширены или очень сужены и не реагируют на изменения освещения);

- нарушение аппетита;
- проблемы со сном (бессонница или продолжительный сон, даже днем);
- медленная «растянутая» речь, часто отстает от темы и направления разговора;
- сухость и бледность кожи;
- замедление или ускорение темпа мышления, неадекватная реакция, повышенная говорливость;
- агрессивность или замкнутость.

Психологические:

- лживость;
- возбудимость, повышенная раздражительность;
- внезапные перемены настроения;
- потеря интереса к прежним увлечениям;
- замкнутость.

Необходимо обратить внимание на изменения в поведении ребенка, если вы заметили:

- частые пропуски занятий в школе, утрату интереса к учебе;
- появление в лексиконе сленговых слов и выражений, таких как: «ширка» (экстракт мака), «драп», «дурь» (марихуана, производные конопли), «приход» (состояние эйфории), «винт» (название наркотика), «баян» (шприц);
- отсутствие ребенка дома в течение длительного времени; внезапные уходы из дому;
- пропажу в доме ценных вещей и денег;
- появление долгов;
- появление дома марганцовки, уксуса, шприцов, резиновых жгутов, неизвестных растворов;
- изменение круга общения, появление знакомых, связанных с наркотиками.

Возможно, некоторые из этих признаков не имеют никакого отношения к наркотикам, поэтому не стоит делать поспешных выводов только лишь на основании одного или двух обнаруженных изменений в жизни подростка. Но и оставлять их без внимания тоже не стоит. Может быть, нужно уделить ребенку больше внимания, приложить больше усилий, чтобы установить истинные причины изменения поведения своего чада.

Итак, наркомания – это социальное зло, несовместимое с принципами морали и нравственности. Она пагубно сказывается на воспитании детей, разрушает семьи. Но наркоманами не рождаются. Ими становятся молодые люди, которых вовремя не предупредили, не остановили.