**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**НАРКОМАНИЯ – ОПАСНЕЙШИЙ «ДРУГ»**

Многие родители считают, что в ситуации, когда их ребенок начал употреблять наркотики, виноваты все и вся, но только не они сами. Здесь и возникает разумный вопрос: "А обладает ли сегодняшнее поколение молодых родителей знаниями, которые могут помочь своевременно увидеть приближающуюся опасность и предупредить её?"

Психоактивное вещество - любое вещество, которое при введении в организм человека может изменять восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. К психоактивным веществам относятся не только наркотики, но и алкоголь, табак (никотин), кофеин и др.

Воздействие психоактивных веществ может быть как непосредственным, возникающим сразу после приема вещества, так и долговременным, проявляющимся в виде поражения различных органов и систем организма, формирования психической и физической зависимости, нарушения социального функционирования человека, разрушения его личности и связей с другими людьми, а также антисоциального поведения, которое является неотъемлемой частью поведения, связанного с приобретением, хранением и употреблением наркотика, и за которое человек несет юридическую ответственность.

Распространенными причинами употребления наркотиков являются низкая самооценка, трудности в общении со сверстниками и взрослыми, отсутствие навыков решения личностных проблем, неумение противостоять давлению окружающих.

Жизненные стрессы способствуют неумолимому росту наркотизации среди молодежи, это происходит по ряду причин. Употребление наркотиков создает иллюзию преодоления стрессов и многих проблем; способствует снятию напряжения и тревоги; изменяет эмоциональное состояние и повышает настроение.

Если вовремя не обратить внимания на изменения, происходящие с ребенком, у него может закрепиться нездоровый стиль поведения, стремление к регулярному употреблению наркотиков и других психоактивных веществ. После первичных проб психоактивных веществ еще не возникает физической зависимости, поэтому легче всего остановить заболевание, разъяснив ребенку последствия употребления наркотиков или алкоголя. Если этого не происходит заболевание переходит на следующую стадию, когда у ребенка возникает осознанное желание получить "кайф".

Возможные признаки употребления наркотиков:

* неожиданные изменения направленности интересов в сочетании с появлением ранее незнакомых вам друзей;
* странное поведение (периодическая, без видимых причин чрезмерная возбужденность и заторможенность, агрессивность или пассивность);
* появление странных предметов (ампулы, упаковки от таблеток, кусочки фольги, закопченные чайные ложки);
* изменение внешнего облика (неряшливость, непонятный запах от одежды, волос, рук, изо рта, затуманенность или блеск глаз, суженные зрачки, слабо реагирующие на изменение освещенности);
* возросшая "лекарственная" заинтересованность, повышенный интерес к предметам бытовой химии.

Если уверены, что Ваш ребенок употребляет наркотики, постарайтесь не паниковать, разобраться в проблеме. Постарайтесь избавиться от непродуктивного чувства вины, даже, если Вы найдете причину порока в недостатках методов воспитания. Сделайте все возможное, чтобы помочь ему. Это сложная для семьи ситуация, так как все ее члены оказываются втянутыми в проблему, возникает страх, за судьбу сына (или дочери), эмоциональная подавленность растерянность. Постарайтесь уговорить своего ребенка обратиться к специалисту. Это не всегда просто сделать, из-за отрицания пациентами собственного заболевания. Решение лечиться, должно исходить от самого пациента, в противном случае - это пустая трата времени и средств. На начальных стадиях заболевания, он не видит опасности, ему приятно и интересно. Попробуйте поговорить с ним о своих страхах и переживаниях. Постарайтесь дать ему возможность увидеть те негативные изменения, которые начинают происходить в его жизни. При этом, покажите ему свое отношение к подобному выбору. Объясните ребенку, что выбор сделал он сам, поэтому Вы не будете потворствовать его употреблению наркотиков. Также подчеркните, что вы по-прежнему любите его и всегда готовы помочь справиться с проблемой. Если ребенок отказывается идти к специалисту - наркологу, попытайтесь уговорить его пойти к психологу. Обратитесь лично к психологу, он поможет вам наладить семейные отношения, и вы сможете подобрать нужные слова к своему ребенку.

Если Вы хотите, чтобы ваши дети изменились к лучшему, начните с себя. Есть одна замечательная притча про умирающего человека, который говорил: "В молодости я хотел изменить весь мир, позже я хотел изменить свой город, а еще позже я хотел изменить свою семью, но у меня ничего не получалось. Теперь, я понимаю, что я смог бы изменить семью, город и мир, если бы я изменил себя".

### *Как можно заподозрить, что ребенок начал принимать наркотики?*

Прежде всего, мы хотим Вас предупредить, что все ваши подозрения по отношению к сыну или дочери должны высказываться Вами тактично и разумно. Вы обязаны все взвесить, обсудить всей семьей и **только** в том случае, *если не какой-то один, а практически все признаки измененного поведения появились в* *характере вашего ребенка, вы можете высказать в слух свои подозрения подростку.*

#### Какие же это признаки?

1. Он (она) начал часто исчезать из дома. Причем, эти исчезновения либо просто никак не мотивируются, либо мотивируются с помощью бессмысленных отговорок. Ваша попытка объяснить, что вы волнуетесь и расспросить о том, где же все-таки находился Ваш ребенок, вызывает злость и вспышку раздражения.
2. Он (она) начал очень часто врать. Причем, эта ложь стала своеобразной. Молодой человек врет по любому поводу, не только по поводу своего отсутствия дома, но и по поводу дел на работе, в школе, в институте и т. д. Причем, врет он как - то лениво. Версия обманов либо абсолютно примитивны и однообразны, либо наоборот, слишком витиеваты и непонятны. Ваш ребенок перестал тратить усилия на то, чтобы ложь была похожа на правду.
3. За достаточно короткий промежуток времени у вашего сына (дочери), практически, полностью поменялся круг друзей. Если вы с удивлением спрашиваете: "Куда исчез твой друг Петя, с которым Вас раньше было не разлить водой?", Ваш ребенок пренебрежительно отмахивается и ссылается на свою и Петину занятость. Появившихся у сына новых друзей Вы либо не видите вообще, либо они не приходят в гости, а "забегают на секундочку" о чем-то тихо пошептаться у двери. Появилось очень большое количество "таинственных" звонков и переговоров по телефону. Причем, Ваш ребенок, практически, не пытается объяснить, кто это звонил, а в тексте телефонных переговоров могут попадаться слэнговые словечки.
4. Вашего сына (дочь) полностью перестали интересовать семейные проблемы. Когда Вы рассказываете, например, о болезни или неприятности кого-то из близких, он только делает вид, что слушает. На самом деле думает о чем-то совершенно постороннем. Он изменился, стал по отношению к Вам более холодным, недоверчивым "чужим".
5. Он вообще изменился. В основном в сторону ничем не мотивируемой раздражительности, вспышек крика и истерик. Вы стали замечать, что у него внезапно и резко меняться настроение. Две минуты назад был веселый и жизнерадостный, очень коротко поговорил с кем-то по телефону - до вечера впал в мрачное расположение духа, разговаривает только междометиями и крайне раздраженно.
6. Он (она) потерял свои прежние интересы. Он (она) не читает книжек, почти не смотрит кино. Вы все чаще стали замечать, что он просто сидит с учебником, на самом деле даже не пытаясь делать уроки и готовиться к экзаменам.
7. У него изменился режим сна. Он может спать, не просыпаясь, целыми днями, а иногда Вы слышите как он почти всю ночь ходит по своей комнате и спотыкается о предметы.
8. У Вас в доме стали пропадать деньги или вещи. Эти неприятные события на первых порах могут происходить крайне редко. Однако, хотя бы редкие попытки "незаметно" что-то украсть встречаются, практически, во всех семьях наших пациентов.
9. Вам все чаще кажется, что он (она) возвращается домой с прогулки в состоянии опьянения. Координация движений слегка нарушена, взгляд отсутствующий, молодой человек вообще пытается спрятать глаза и быстро сбежать в свою комнату.

Еще раз хотим обратить Ваше внимание на то, что отдельные, описанные выше признаки могут быть симптомами различных психологических трудностей подросткового и юношеского возраста. В некоторых случаях так могут начинаться заболевания психики. Вы можете начинать всерьез думать о наркотиках только если Вы твердо уверены, что у Вашего ребенка есть признаки, по крайней мере, восьми из девяти, описанных выше изменений поведения.