**Консультация для родителей**

**«Психологические аспекты наркомании**

**и алкоголизма в молодежной среде»**

Единой причины возникновения наркомании не существует. Но имеют большое значения личностные факторы личности человека. Более склонные к наркомании люди инфантильные, пассивные, зависимые, демонстративные, эмоционально-неустойчивые. Так же важную роль играют и определенные социальные факторы: низкий уровень образования, отсутствие интереса к жизни, безыдейность, не умение занять свой досуг, влияние окружающий микро среды, неблагополучная обстановка в семье и обществе, низкий уровень элементарных медицинских знаний.

Диагноз наркомания, устанавливается только в том случае, если присутствует определенный комплекс клинических признаков заболевания:

1. Непреодолимое влечение к принятию наркотиков.
2. Тенденция к повышению дозы.
3. Психическая и физическая зависимость от наркотиков.

*Психическая зависимость:*

Возникает во всех случаях систематического употребления наркотических веществ. Чаще всего отмечается негативная привязанность, при которой наркотик применяют с целью избавления от плохого самочувствия, напряжения и т.п.

Позитивная привязанность отмечается, тогда, когда наркотик принимается для получения приятного эффекта

*Физическая зависимость:*

Отмечает тягостные, мучительные ощущения, вызванные прерыванием наркотизации.

Проявляется физическая зависимость абстинентным синдромом0 синдромом воздержания от наркотика 12- 48 часов после прекращения приема наркотика. Наркоман не может переносить это состояние, доставляющие ему страдание.

Природа возникновения наркомании.

Диспропорциональность злоупотребления наркотическими веществами в различных семьях свидетельствует о существовании генетической предрасположенности к этим нарушениям. В 50 % случаев алкоголизма, который больше всего изучался в этом отношении, обнаружена его связь с положительным семейным анамнезом. В ходе обследований приемных детей и близнецов удалось разделить влияние среды проживания и генетического фактора. Были получены веские доказательства в пользу генетического компонента алкоголизма. По сравнению с непьющими "приемными детьми" большее число употребляющих алкоголь "приемных детей" имеют биологических родителей-алкоголиков. Кроме того, отсутствует связь между алкоголизмом приемных родителей и алкоголизмом их детей, что свидетельствует о меньшем влиянии среды проживания. Исследования близнецов показало, что большее сходство с точки зрения употребления алкоголя наблюдается у однояйцовых (монозиготных) близнецов, чем у двуяйцовых (дизиготных).

Значит, природа алкоголизма и наркомании носит генетический характер. К тому же было установлено, что предрасположенность к этим заболеваниям можно выявить ещё в раннем детстве. Поистине гениальное решение предложил еще Гиппократ, обогативший науку понятием "темперамент". Четыре темперамента, описанных Гиппократом, известны сегодня всем: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик.  
Оказывается, определить темперамент человека можно еще в палате для новорожденных. Каким образом - описали Стелла Чесс и Александр Томас в книге "Темперамент и нарушение поведения у детей". В роддоме, понаблюдав за младенцами, можно увидеть проявления всех возможных типов темперамента, в том числе очень реактивного, вспыхивающего ребенка - "спичку"; "улитку", склонную замыкаться при изменении ситуации; с большим трудом приспосабливающуюся к переменам "черепаху"; "нытика", у которого все время плохое настроение, и, конечно же, обаятельных здоровых крепышей, живо реагирующих на происходящее, активных, но в то же время управляемых. Спору нет, среда наложит свой отпечаток на формирование личности ребенка, но уровень активности, ритм цикла сон - бодрствование, реакция на новые предметы, количество энергии, используемой при выражении эмоций, скорость изменения поведения, порог реагирования - целый ряд характеристик в основном сохранится на всю жизнь.  
Так вот "спичка", "улитка", "черепаха" и "нытик" будут крайне подвержены стрессам, особенно при завышенных родительских ожиданиях, это "трудные" дети, именно их в первую очередь подстерегают все мыслимые и немыслимые опасности. Потом исследователи сравнили, как развиваются дети с разными темпераментами, и выяснили, что хотя тип родительского ухода, социальное окружение влияют на их судьбу, но не определяют ее всецело. Темперамент остается неизменным, поскольку складывается из врожденных, генетически закрепленных признаков личности.  
В основе темперамента лежат именно активность и эмоциональность. Уже от рождения заметны и признаки отклонения от того, что лежит в рамках нормальных индивидуальных особенностей. Те самые "трудные" темпераменты, которым призывали уделять особое внимание Чесс и Томас, как раз и служат сигналами тревоги, предупреждениями о том, что некоторые индивидуальные особенности могут обернуться серьезными метаболическими нарушениями, в основе которых мутации генов, и привести к алкоголизму и наркомании

Скандинавский ученый Ханс Олаф Фекьяер сделал противоположные указанной выше точке зрения выводы о природе алкоголизма и наркомании. Согласно его теории алкоголизм и наркомания не являются физическими болезнями, это особенности психики человека.

Согласно этой теории большую роль для человека играют символы и ритуалы. Наша жизнь ими наполнена: пламя свечей делает вечер интимным, любимая музыка навевает воспоминания, вечерние платья, хорошо сервированные столы дают ощущение праздника. Простой пример: мы улыбаемся, видя сверкающую новогоднюю елку. Но эмоциональный эффект вряд ли объясняется ботаническими свойствами или химическим составом хвои: в нас срабатывают воспоминания детства и подсознательное ожидание чуда. Елка - это просто символ долгожданного праздника. Точно таким же символом для многих людей является алкоголь. Представьте компанию друзей, которая собирается за праздничным столом. Хорошее настроение появляется задолго до того, как все будет выпито и съедено. Вероятно, дело все-таки к человеческой психологии, которая определяет границу между повседневной рутиной и отдыхом. Человек как бы говорит себе: "Сейчас я выпью (покурю, уколюсь) и расслаблюсь". Кроме того, применение одурманивающих веществ - удобный повод отказаться от выполнения надоевшей работы. Выпив, человек решает: "Сегодня я уже не смогу работать, буду отдыхать".

Нельзя не упомянуть и о другой важной функции алкоголя и наркотиков - консолидирующей. Все мы нуждаемся в собеседниках, но люди иногда боятся признаться даже себе, что встречаются с друзьями только ради общения. Гораздо более удобным предлогом для встречи считается приглашение выпить кофе, пива или водки.

Следующий пункт этой теории: алкоголь или наркотик – это надежное алиби. Универсальный механизм человеческого поведения: оправдываться, желая сохранить имидж и репутацию. Списывать свои ошибки и неудачи на обстоятельства: усталость, болезнь, недостаток образования, молодость или, наоборот, старость, перенапряжение или упадок сил. Однако подобные "извиняющие" обстоятельства не всегда могут оказаться "под рукой". А вот сослаться на наркотическое или алкогольное опьянение гораздо проще. Человек говорит: "Я плохо танцую и потому перед танцами выпиваю". Заявление парадоксальное, потому что на самом деле алкоголь нарушает координацию. Но парадоксальность эта кажущаяся: неуклюжесть танцора окружающие спишут на действие водки...

Почему для людей, не реализовавших свои мечты, не устроившихся в жизни, привлекательны алкоголь или наркотики? Да потому что опьянение помогает им поддерживать иллюзию своего высокого потенциала. Человек убежден: он многого сумел бы достичь, если бы не зелье... Но расстаться с пагубной привычкой не спешит: тогда все неудачи и неприятности придется объяснять собственным несовершенством.

Алкоголь или наркотик выступает в роли эффективного психологического щита.

О пьяных и наркоманах обычно говорят: они не ведают, что творят. Окружающие критикуют пьяниц и наркоманов не за их поведение "под кайфом", а за сам факт использования одурманивающих веществ и твердят: "Ты должен перестать употреблять наркотики", "Тебе не надо пить так много!"

Некоторые полагают, будто наркотики и алкоголь благотворно влияют на настроение, поднимают самооценку, отпускают тормоза, ослабляют беспокойство. Но факты говорят о том, что здесь срабатывает эффект внушения.

В подростковой среде широкую популярность получил "кайф" от вдыхания паров лаков или растворителей. Однако "профессиональные токсикоманы" маляры и лакировщики не испытывают ничего подобного от этих запахов. На этом примере очень ярко виден эффект ожидания: если человек заранее уверен, что ему будет хорошо, ждет кайфа, то он в конце концов получает его. Рабочие кайфа не ждут и потому воспринимают свои ощущения как неприятные издержки производства.

Состояние, которое принято именовать кайфом, предполагает определенные переживания и поведение. Роль кайфующего - это роль с большими привилегиями (можно позволить себе лишнее) и с меньшими обязанностями (разрешено не делать необходимого).

При первом использовании алкоголя, наркотиков все испытывают крайне неприятные ощущения: тошноту, головную боль, головокружение. При повторном, а затем и систематическом применении тех же веществ, глядя на более опытных потребителей дурмана, новичок учится положительно истолковывать объективные эффекты наркотизации.

Ханс Олаф Фекьяер считает, что человеку нужно объяснить, что он пытается свалить на дурман вину за собственную лень, необразованность, нежелание хорошо работать, и тогда он не будет искать причину своего пристрастия в окружающих (своих родителях, которые передали ему такие гены), а направит усилия на совершенствование собственной психики.

Социальные и культурные факторы в отношении наркомании.

К факторам, оказывающим влияние на злоупотребление наркотическими веществами, относятся этническая среда, культура, пол, возраст, род деятельности, социальное положение, субкультура и религия. Например, распространенность алкоголизма высока среди молодых, одиноких, безработных мужчин, живущих в городах. Некоторые люди, особенно подростки, начинают употреблять наркотики под влиянием своих сверстников. Предопределяющими факторами внутренней мотивации приобщения подростков к алкоголю, наркотикам, иным психотропным средствам большинство экспертов считает, во-первых, нереализованное в других сферах деятельности, имманентно присущее возрасту любопытство, их стремление испытать острые ощущения, в том числе “за компанию”; во-вторых, их неведение о пагубных последствиях. Влияет на подростков и определенная расплывчатость жизненной программы их самих и их родителей на отдаленную перспективу. Неуверенность в завтрашнем дне приводит к тому, что многие молодые люди, в том числе подростки, подражая примеру взрослых, стремятся жить только сегодняшним днем, беря от жизни максимум того, что можно от нее взять.

Следует сказать о социально - психологических предпосылках массового употребления наркотиков. Разрушение идеологической основы общества привело к тому, что большинство населения полностью потеряло духовные ориентиры жизни, оказалась деформированным миропонимание. Жизнь, даже если это прямо не осознается, потеряла для многих людей свой смысл. Оказались несостоятельными аксиомы коллективных интересов, а психология индивидуального существования практически не сформирована. Даже относительное экономическое благополучие не в состоянии заполнить образовавшийся “идеологический вакуум”. Идеологическая ситуация менялась столь быстро, что адекватная адаптация оказалась практически не возможной. Любая социальная структура, при наличии обязательных маргинальных групп, своей основой имеет средние слои населения, которые должны понимать цель и смысл своей жизни. Во многих странах, пропаганда в средствах массовой информации, литературе направлена на формирование определенной системы ценностей и взглядов. В школах существуют специальные занятия, на которых отрабатываются и прививаются с ранних лет понятия об общечеловеческих ценностях. Люди радуются жизни, природе, общению, семье, детям, находят удовлетворение в профессии, хобби, осознают себя принадлежащими к определенной национальной и государственной системе. Происходит формирование обывателя, в хорошем смысле этого слова. Обывателя как хранителя социальных традиций, здравого смысла, основы общественной стабильности. По мере смены поколений происходит передача опыта, идеологии. Причем следующим поколением охотнее принимаются более радикальные взгляды на жизнь, но с сохранением основных мировоззренческих постулатов. В нашей стране поколение, которое должно было бы быть источником жизненного опыта, мудрости, оказалось само наиболее уязвимым перед лицом надвигающихся перемен. Судя по росту потребления спиртных напитков предполагаемый источник жизненного опыты, мудрости оказался источником философии сиюминутного гедонизма, пассивности перед лицом социальных и экономических трудностей, основой для формирования у молодежи “наркоманического сознания”.

Группы людей с различной культурой также имеют свои особенности в употреблении наркотических веществ. Например, мужчины ирландцы и коренные американцы чаще всего выпивают вне дома. Другими факторами, влияющими на выбор, являются легальность распространения и доступность наркотического вещества, например сигарет или алкоголя по сравнению с героином. И, наконец, существующие в сообществе традиции могут влиять на приобщение к употреблению наркотических веществ. Например, в резервациях американских индейцев некоторые общины рассматривают употребление алкоголя как приятное времяпрепровождение из-за отсутствия других возможностей проведения досуга. Определенные категории специалистов, например, врачи, также подвержены злоупотреблению наркотическими веществами.

# Социальные причины возникновения наркомании у молодежи.

# Причины того, почему люди употребляют наркотики:

* Потому что доступно (очень выгодный бизнес играть на человеческих слабостях)
* Потому что подчиняемся давлению, не умеем сопротивляться
* Потому что нет своего решения
* Потому что не хватает критического мышления
* Потому что не умеем справляться со стрессом
* Потому что кажется безобидным, неопасным
* Потому что не понимаем своих проблем, в частности не умеем общаться
* Потому что не различаем степень риска, не умеем заботится о себе
* Потому что не различаем своих чувств и чувств других

Список причин употребления наркотиков по всей видимости гораздо обширнее, чем перечислено выше. Здесь представлены только основные, внутренние предпосылки.

# Когда это можно заметить?

* Когда нарастает безразличие ко всему, что было интересно
* Когда видим уходы из дома и прогулы в школе, институте по непонятным причинам
* Когда видим чрезмерно болезненную реакцию на любую критику
* Когда видим избегание контактов с домашними
* Когда резко снизилась успеваемость, в школе, институте
* Когда просьба дать денег на одну цель постоянно подменяется другой
* Когда из дома пропадают ценности
* Когда по телефону часто раздаются звонки неизвестных людей
* Когда пребывание в ванной или туалете становится чрезмерно длительным
* Когда разговоры по телефону становятся насыщенными специфическим жаргоном
* Когда резко меняются музыкальные предпочтения
* Когда видим ухудшение памяти, невозможность сосредоточиться
* Когда бессонница сменяется пароксизмами сна
* Когда видим частую и резкую смену настроения и активности
* Когда повышенная утомляемость сменяется неукротимой энергичностью
* Когда видим чрезмерную бледность кожи
* Когда видим расширенные или суженные в точку зрачки
* Когда видим покрасневшие веки и глаза.
* Когда слышим замедленную или резко ускоренную речь
* Когда видим резкую потерю веса с колебаниями аппетита
* Когда время от времени наблюдаем быстро проходящие симптомы, похожие на простуду или грипп
* Когда появился хронический кашель
* Когда наблюдаем расстроенную координацию движений
* Когда видим следы от инъекций, порезы, синяки, инфильтраты и нарывы в местах инъекций
* Когда находим шприцы, непонятные порошки, маленькие коробочки, капсулы, бумажки, свернутые в трубочки, обожженную металлическую посуду и ложки

Каждому родителю важно, чтобы в подростковом возрасте не был утрачен контакт и доверительные отношения с подростком, чтобы он не оказался в плену зависимостей.