

«Опасность, которая рядом»

Профилактика употребления психоактивных веществ подростками

Информация для родителей

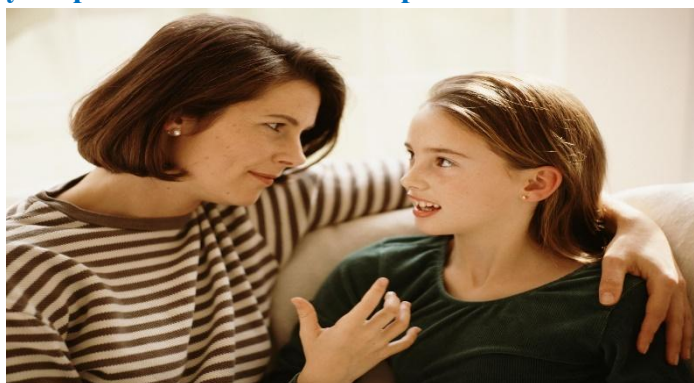


Психоактивное вещество (ПАВ) – это любое химическое соединение естественного или искусственного происхождения, которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния. К ПАВ относят наркотики, некоторые лекарственные средства, токсические средства (клей, бензин), алкоголь и табак.

Исследования показали, что с каждым годом снижается возраст начала употребления ПАВ; даже разовое употребление некоторых видов ПАВ, например, наркотиков, влияет на организм необратимо: происходит задержка развития социальных и трудовых навыков, наблюдается развитие уклонения от жизненных проблем (безучастность к «обычной жизни»), эгоцентризм, самоуничтожение и отчуждение.

Профилактика употребления ПАВ – это нахождение и устранение причин и условий, способствующих распространению и употреблению ПАВ, предотвращение развития отрицательных личностных, социальных и медицинских последствий употребления ПАВ.

Существуют простые правила, помогающие предотвратить появление проблемы употребления ПАВ вашим ребенком:



1. Разговаривайте с ребенком о наркотиках и алкоголе. Помните, что нет возраста, когда ребенок бы не нуждался в объективной информации о наркотиках и последствиях злоупотребления ими. Задача таких бесед не только в доведении до ребенка всей информации о наркотической опасности, но и в установлении доверия, открытости по вопросам о наркотиках.

2. Учитесь слушать. Ребенок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его переживания и тревоги. Постарайтесь понять, что его беспокоит? Какие проблемы он решает в настоящее время?

3. Давайте советы, но не давите. Как показывают наблюдения, мы все не очень любим прислушиваться к чужому мнению. Совет может быть эффективен и ценен только в случае его востребованности.

4. Подумайте о своем примере. Трудно предположить, что кто-то поверит советам родителя, который сам злоупотребляет курением, алкогольными напитками и так далее.

5. Поддерживайте в ребенке самоуважение и думайте о его самореализации.

Наркотик чаще всего находит свои жертвы среди тех, кто не сумел добиться уважения и самоуважения, в чьей жизни недостаточно любви, интересов, доверия, заботы, ответственности. Чем более сформировано у ребенка чувство самоуважения, тем больше вероятности, что он сможет отказаться от предложения, посредством ПАВ, испытать новые ощущения, стать взрослее или быть таким, как все.

Помните, что успешность вашего ребенка зависит именно от вас, и соблюдение этих простых правил поможет вам создать тот уровень доверия, при котором ребенок будет вам другом, а значит,

не будет ничего скрывать, и при появлении проблем придёт за советом к вам, как к своему самому близкому другу.



Признаки начала употребления ПАВ подростком:

1. Снижение интереса к учебе, хобби, своим обычным занятиям.

2. «Холодное» эмоциональное отношение к окружающим, появление или усиление таких черт, как лживость, скрытность. Появление отчужденности.

3. Периоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.

4. Наличие крупных сумм денег непонятного происхождения, не соответствующих достатку семьи.

5. Компания, в которой находится подросток, состоит из более взрослых товарищей.

6. Изменение аппетита от полного его отсутствия до приступов обжорства, эпизодическая рвота.

7. Наличие атрибутов наркотизации: шприцов, игл, упаковок от таблеток, ампул, пакетики из целлофана и фольги, тюбики клея, наличие специфического химического запаха от одежды, изо рта.

8. Наличие следов от инъекций в местах локтевых сгибов, кистей рук, предплечий. Появление ярких раздражений на коже, слизистой.

9. Сужение и расширение зрачков без причины.

Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения потребления наркотиков и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.



Что делать, если у вас возникли подозрения?

4. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока вы не справились с вашими чувствами.

5. Если ребенок не склонен обсуждать с вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.

6. Важно, чтобы вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как вы справляетесь сами с вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.

7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.