

В любой семье родители рано или поздно начинают задумываться о том, как уберечь ребенка от возможных бед, в том числе и от употребления наркотиков.

К сожалению, универсальных рецептов не существует, но есть ряд профилактических мер, соблюдение которых поможет избежать неверных решений и необдуманных поступков.

### **Что же такое подростковая наркомания**

Наркомания в подростковом возрасте — это психологическая и физическая зависимость подростка от употребления психоактивных веществ. В отличие от взрослых она существенно отличается по скорости развития патологии и ее осложнений:

- быстро появляются нарушения психики;

- формируются грубые нарушения личности, которые плохо поддаются коррекции;

- негативные последствия за короткий промежуток времени распространяются на большинство органов и систем организма.

### **Чем опасна наркотическая зависимость?**

- это заболевание неизлечимо (но можно добиться длительного периода ремиссии);

- проблема невероятно тяжелым грузом ложится на близких и родных наркомана. Деформируются судьбы, семьи, исчезают понимание, любовь и доверие.

### **Причины начала употребления подростками наркотиков:**

- стремление получить удовольствие. Первая проба наркотика сопровождается необычными приятными ощущениями. Их хочется повторять вновь и вновь. Подросток еще не знает, что в дальнейшем целью употребления препарата будет возвращение к нормальному самочувствию при ломке.

- Попытки побыстрее повзрослеть, показать свое умение самостоятельно решать проблемы. Ребенок не понимает, что не избавляется от сложностей жизни, а только добавляет их.

- Желание отличаться от ровесников, приобщение к тайне, недоступной другим сверстникам, толкают на риск приобрести печальный опыт наркотической зависимости.

### **Стадии подростковой наркомании:**

- Первая стадия — первый прием (или несколько приемов) наркотика. Подросток употребляет наркотический препарат «за компанию», провоцируемый более опытными сверстниками или ребятами постарше. Зависимости не возникает, эйфория на этом этапе подростковой наркомании слабо выражена.

- Вторая стадия — возникновение эйфории. Подросток начинает чувствовать эйфорию в состоянии интоксикации и начинает рассматривать прием наркотика, как способ быстро и без особых усилий получить удовольствие. Наркотическая зависимость на этой стадии подростковой наркомании отсутствует, продолжение употребления обусловлено приятными ощущениями и потребностью быть частью группы, разделять ее интересы.

- Третья стадия подростковой наркомании — развитие психической зависимости. При слишком долгом перерыве между приемами подросток чувствует раздражительность, тревогу и беспокойство. Теперь поводом для дальнейших употреблений становится не только эйфория, но и потребность устранить неприятные ощущения.

- Четвертая стадия подростковой наркомании — возникновение физической зависимости. При отмене наркотического препарата возникают очень неприятные, порой болезненные

вегетативные и соматические симптомы (ломка). Проявления абстинентного синдрома зависят от характера употребляемого психоактивного вещества.

### **Основные симптомы употребления наркотиков у подростка:**

-Изменения в поведении. Нарушается сон: подросток много спит или наоборот, не спит. Ребенок становится слишком активным или пассивным, равнодушным, лживым. Не хочет проводить время с родителями, «выпадает» из семьи. Заметно повышается аппетит или, напротив, подросток ничего не ест, теряет в весе. Меняется круг его друзей, и рассказывать о новых знакомых подросток отказывается, становится скрытным. Появляются проблемы в учебном заведении, пропуски занятий, неуспеваемость. Из дома пропадают деньги и вещи.

-Подросток появляется дома в состоянии наркотического опьянения, симптомами которого являются: увеличение или резкое уменьшение зрачка, отсутствие его реакции на свет; мутность или покраснение глаз; растягивание слов, ускоренная речь; ответы, не соответствующие вопросам. Приходя домой, ребенок необычно много ест, шатается, избегает беседы и стремится поскорее уйти спать.

### **Что делать родителям, если подросток уже попробовал наркотики?**

- успокойтесь;
- выберете время для разговора с подростком;
- поговорите «по душам», спокойно, без скандалов и криков;
- постарайтесь понять причину начала употребления;
- предпримите действия (обратитесь за помощью к специалистам: врач-нарколог, врач-психотерапевт и др).

### **Как уберечь ребенка от наркотиков:**

- в семье строго придерживайтесь принципов ЗОЖ (исключите из употребления алкоголь, не курите, занимайтесь физической активностью, правильно питайтесь);
- любите своего ребенка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что он у вас есть и сейчас рядом с вами;
- чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы;
- поощряйте его инициативу, цените мнение подростка;
- относитесь с уважением к личностно-духовным потребностям ребенка;
- помогите организовать досуг ребенка так, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени (запишите ребенка на кружки, секции);
- воспитывайте ребенка самостоятельным, ответственным человеком, который способен предвидеть последствия своих поступков и нести за них ответственность. Не делайте, не решайте за ребенка то, что решить и сделать должен он сам;
- убедите ребенка в важности умения отказывать сверстникам, говорить в нужный момент слово «нет» уверенно и твердо;
- научите ребенка ценить свое здоровье, радоваться жизни, получать удовольствие от каждого дня и от собственных достижений;
- доброжелательность, доверие, уважение личности подростка — главные условия общения внутри семьи. Для этого родителям необходимо не терять связи с ребенком, особенно подросткового возраста, быть в курсе его интересов и круга общения.

**Окружайте друг друга взаимной любовью и заботой, и пускай ваши отношения с детьми всегда будут полны тепла, понимания, любви и доверия.!**