

Профилактика приёма психоактивных веществ

*Как родителям понять,
что подросток употребляет ПАВ?*



Родители и подростки: как узнать, что ребенок употребляет наркотические вещества?

Выявить употребление наркотиков на ранних этапах очень сложно.

Есть два способа:

Первый - это лабораторный вариант (забор биологических сред). Этим способом стоит воспользоваться, когда подросток уже не идет на контакт.

Второй - поведенческий способ. Оценить поведение подростка и выявить употребление ПАВ возможно по сочетанию нескольких признаков:

- + Снижение успеваемости, пропуск школьных занятий и увеличение непонятных финансовых расходов.
- + Падает внимание к учебе или же к обычным увлечениям и хобби.
- + Появляются новые подозрительные знакомства.

Одним из важнейших критериев является кража, появляющиеся пропажи денег, каких либо ценных вещей, украшений итд

- + Частные перепады настроения, не соответствующие ситуациям. Эмоциональная лабильность, вспыльчивость, агрессивность, раздражительность.
- + На более поздних этапах, постоянно длинные рукава одежды, не зависимо от погодных условий, неряшливость, неопрятность внешнего вида.
- + Изменения внешнего вида глаз, «замутнение», сужение или расширение зрачков, «мутность».

- + Речь по темпу часто замедленна или ускоренна, несвязная.
- + Нарушения сна и аппетита, резкая потеря веса или наоборот частое чрезмерное употребление пищи.
- + Нарушение концентрации, сосредоточения, агрессивное раздражение на критику.

Если замечается совокупность нескольких, то нужно быть предельно бдительными и обращаться за помощью к специалистам, к семейному психологу, психотерапевту, наркологу.

Есть и **третий** способ - это налаживание контакта со своим ребенком, формирование с ним отношений доверия, взаимопонимания. Поскольку именно доверительные отношения в семье являются лучшей первичной профилактикой употребления наркотических веществ и мотивацией на здоровый образ жизни.



Подросток употребляет наркотические вещества: что делать?

Родители, вы должны понять, что *после первой пробы наркотиков* ваш ребенок не обязательно станет наркозависимым.

- Эксперименты с наркотиком могут благополучно закончиться, не преодолев критический рубеж, если опыт употребления наркотиков окажется неприятным или безрезультатным.
- Если же у вашего ребенка сформировалась стойка наркотическая зависимость, в этом случае вам требуется обратиться к специалистам: к семейному психологу, психотерапевту, наркологу.

Но как предотвратить развитие наркозависимости на этапе проб?



Ниже представлены 3 рекомендации для родителей:



Первым шагом к разрешению проблемы должен стать откровенный разговор, проясняющий некоторые важные моменты:

- ▶ причины употребления наркотиков;
 - ▶ когда и при каких обстоятельствах ребенок начал принимать наркотические вещества;
 - ▶ собственное отношение ребенка к сложившейся ситуации;
 - ▶ его дальнейшие намерения в отношении употребления наркотиков и лечения.
-
- Не тратьте время на обвинения.
 - Нужно попытаться поговорить о наркотиках открыто и искренне.
 - Следует вести этот диалог честно и доступно, поскольку, он может оказаться последней возможностью выразить беспокойство за судьбу ребенка.
 - О своих чувствах нужно рассказать открыто и обосновать свою тревогу.
 - Старайтесь избегать скандалов и выяснений отношений с наркоманом.
 - Не следует делать вид, что все нормально и замалчивать собственное отношение к его пороку, а тем более каким-либо способом одобрять прием наркотиков, стимулируя деньгами, излишней жалостью и т.д.
 - Нужно оставить ребенку возможность принимать решение самому, но при этом объяснить, что вы ни под каким предлогом не намерены поощрять его дальнейшую наркотизацию, а готовы помочь ему только в случае осознанного и искреннего стремления бороться с наркоманией.

- Наркоман должен понять, что ответственность за свои поступки придется нести ему самому: никто не будет отдавать его долги, защищать от наркоторговцев, опекать в учебе или на работе. Главное - дать понять ребенку, что вы не собираетесь позволять ему портить жизнь родным и близким.

Вам следует узнать как можно больше о наркотиках, наркомании, способах детоксикации, лечения, реабилитации, быть подготовленным информационно.

Необходимо определить стратегию решения проблемы.

Если ребенок болен наркоманией, **надо идти к специалисту**. Сам он не выберется. Он уже зависит не от себя, а от наркотиков.

Ошибкой было бы считать, что вы и члены вашей семьи самостоятельно поможете наркоману выбраться из кризиса. Это не так. **Вылечить наркоманию можно только при участии специалистов** - врачей, психологов.

Прежде всего, необходимо **обратиться к квалифицированному специалисту**, который сможет точно поставить диагноз и определить степень зависимости, а также возможные способы лечения и реабилитации.

Главная задача, стоящая перед вами и перед врачами - добиться устойчивой ремиссии наркозависимого и создать условия для того, чтобы она сохранилась навсегда.