

## **ЛЕКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: «ПОДРОСТОК И НАРКОТИКИ»**

*Сколько печальных минут в этом мире,  
Сколько проблем и забот.  
Неумолимо, все шире и шире,  
Круг обреченных растет.  
Круг из забвенья, из пойманных в сети  
Смертной, пустой тишины.  
Кто среди них? И подростки, и дети.  
Цели их жизни просты:  
Взять и уйти, в нереальности скрыться,  
Встретить фантазии сон.  
Не замечать надоевшие лица,  
Мир. Для чего нужен он?  
Кажется все незабвенно, красиво.  
Но ярко пылающий свет,  
Тот, что жить обещает счастливо,  
В черное платье одет.*

*Анна Арькова*

Наркотики и дети. Само сочетание двух этих слов кажется противоестественным, но сегодня все чаще они стоят рядом. Специалисты предполагают, что в крупных российских городах каждый второй школьник в возрасте от 13 до 16 лет знаком с одурманивающим препаратом не понаслышке. Распространение наркотиков в среде несовершеннолетних принимает характер эпидемии: они становятся неотъемлемым компонентом молодежной субкультуры.

Статистика говорит о том, что до 16 лет 70 % подростков пробуют наркотик. Многие из них пробуют курить анашу. Затем ощущений от анаши становится недостаточно, далее следует внутривенное введение наркотиков. Исследовав ответы юных наркоманов на вопрос, о том, почему они начали курить марихуану, психологи пришли к выводу: в компании сверстников, курящих анашу и употребляющих внутривенные наркотики, подростки ищут взаимопонимание, принятие, поддержку, т.е. суррогат той любви, которую они недополучили в семье, в школе.

Риск стать наркоманом возрастает для ребенка, если у него есть: перенесенные родовые поражения центральной нервной системы; последствия травм и нейроинфекций, если ребенок живет в семье, где есть хотя бы один алкоголик.

Психологи выделяют личность, склонную к употреблению наркотиков, которую характеризуют такие признаки:

- депрессивные состояния, пассивность;
- беспокойство;
- отсутствие чувства собственной значимости, т.е. низкая самооценка;

- агрессивность и гиперактивность;
- нетерпимость;
- незрелость к личности, склонность к детскому поведению;
- эгоцентризм, стремление к легкому достижению удовольствия;
- не выносит боли, напряжения.

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Предлагаем вам тест, который поможет сориентироваться в проблемах ваших взаимоотношений с детьми и определить, имеют ли они опыт употребления наркотиков:

- Сын (дочь) стал часто задерживаться, надолго пропадает неизвестно где.
- Он (она) не хочет разговаривать с вами, отдаляется от вас.
- У него (нее) часто и резко меняется настроение, иногда он (она) бывает очень раздражительным и даже агрессивным, иногда очень вялым и безразличным.
  - Ребенок стал плохо учиться, прогуливает уроки.
  - У сына (дочери) возникли проблемы с милицией.
  - Вы находите шприцы, таблетки, закопченные ложки и другие атрибуты наркомана.
  - У сына (дочери) появились подозрительные друзья.
  - Ребенок становится скрытным: например, прекращает разговор по телефону при вашем появлении.
  - Непонятно, на что он (она) тратит свои карманные деньги.
  - Пропадают ваши деньги и вещи из дома.
  - Сына (дочь) мучают сонливость или бессонница.
  - Ребенок выглядит бледным.
  - Сын (дочь) периодически бывает в “непонятном” состоянии: нарушена координация движения, глаза странные, несвязная речь.
  - В квартире часто появляются запахи горелой травы, уксуса, ацетона или клея.
  - У ребенка есть пятна крови на одежде.
  - На руках сына (дочери) видны следы инъекций или синяки.
  - Ребенок безразличен к своему физическому состоянию и внешнему виду.
  - У него (нее) то пропадает аппетит и он худеет, то, наоборот, ест без меры.
  - Ребенок носит одежду только с длинными рукавами.
  - Он (она) часто лжет.
  - Вы просто чувствуете, что что-то с ним не так.

Если больше **7 признаков** подходят для вашего ребенка, то следует уделять больше внимания здоровью ребенка, интересоваться его окружением.

## ЛЕКЦИОННАЯ ЧАСТЬ

Выделим ряд признаков, помогающих установить факт использования ребенком наркотических средств.

### □ **Вас должны насторожить:**

- всегда длинные рукава одежды, независимо от погоды и обстановки;
- неряшливый вид, сухие волосы, отекающие кисти рук;
- неестественно узкие или широкие зрачки, независимо от освещения;
- невнятная, растянутая речь, неуклюжие движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта;
- стремление избегать встреч со старшими членами семьи;
- раздражительность, порой циничность в разговорах с вами;
- исчезновение вещей или денег из дома.

### □ **В карманах одежды, в мусорном ведре вы можете обнаружить:**

- шприцы с жидкостями и пустые, а также инъекционные иглы;
- десертную или чайную ложку для приготовления раствора (как правило, с обломанной ручкой);
- марганцовку;
- прозрачную бесцветную или желтого цвета жидкость с резким “уксусным” запахом;
- различные лекарственные препараты (димедрол, теофедрин, бронхолитин, солутан), порошки и ампулы;
- измельченное вещество зеленого цвета с пряным запахом (марихуана), смолообразное либо в виде комочков, брусочков вещество зеленовато-коричневого цвета с пряным запахом (гашиш); эти наркотики могут находиться в сигаретах и папиросах;
- обожженные купюры (используемые как мундштук при курении марихуаны);
- смолообразное вещество коричневого цвета с запахом сырого мака (опий);
- отрезки прозрачной пленки (чаще всего прямоугольные размером 5 × 5 см) с наслоениями коричневого вещества и без наслоений;
- химическую посуду, проведение опытов (если раньше ваш ребенок ненавидел химию);
- коробочки мака целиком и измельченные – вещество светло-коричневого цвета;
- органические растворители.

## ЛЕКЦИОННАЯ ЧАСТЬ

Существует ряд технических приемов или последовательность действий, которые вы можете использовать, чтобы удержать своих детей от употребления наркотиков.

**Прием 1:** Учите вашего ребенка иметь свою индивидуальность. Расскажите ему, что делает человека особенным, уникальным. Поговорите с ним о людях, которых он уважает, спросите, что, на его взгляд, делает их

особенными, заслуживающими уважение. Попросите вашего ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забудьте напомнить ему те положительные и прекрасные качества, которые он может упустить.

**Прием 2:** Изучите с вашим ребенком значение слова “дружба”. Попросите его составить список понятий, которыми он охарактеризовал бы друга, и другой список – о недруге. Пока ваш ребенок составляет эти списки, напишите свои собственные. Сравните, чей список более полный.

**Прием 3:** Объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Несмотря на то, что в большинстве жизненных ситуаций такие черты характера являются позитивными, они не позволяют ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Часто дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать “нет”, когда на них оказывают давление. Объясните вашему ребенку, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказывать свое собственное мнение. Например, когда ровесники оказывают на него давление с целью заставить принимать наркотики.

**Прием 4:** Изучайте особенности употребления алкоголя и наркотиков в молодежной среде. Существуют ситуации, в которых подростки считают это необходимым. Вы можете помочь вашему ребенку избежать таких неприятных ситуаций. Не разрешайте вашим детям ходить в гости к друзьям, когда их родителей нет дома. Не допускайте, чтобы ребенок становился членом “скрытых” компаний, то есть не контролируемых взрослыми.

**Прием 5:** Используйте пример сверстников. Существует множество ситуаций, когда позитивный пример ровесников оказывает существенное влияние на ребенка. Например, в некоторых школах и подростковых группах спонсорами программ профилактики являются ровесники, и в этом случае дети поддерживают друг у друга положительные ценности. Может быть, у вас появится желание побольше узнать о такой программе в школе, где учится ваш ребенок.

В конце семинара учитель раздает родителям памятки “Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики”.

## **МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ**

### **Что такое токсикомания?**

**Токсикомания** – это заболевание, которое вызвано злоупотреблением какими-либо веществами (токсическими, лекарственными), к наркотикам не отнесенными. Состояние, вызываемое их непосредственным действием на мозг, называется состоянием токсического опьянения.

Термин “токсикомания” появился в литературе сравнительно недавно. Ранее использовалось обобщенное понятие “наркомания”, т.е. привыкание и болезненное пристрастие к наркотическим веществам. К ним относятся некоторые вещества растительного происхождения и лекарственные

препараты – они внесены в специальный перечень наркотических веществ. Однако одурманивающим действием, способностью вызывать привыкание и болезненное пристрастие обладают многие другие лекарственные препараты, если их употреблять не в лечебных целях, а без назначения врача в отравляющих дозах, а также многие токсические вещества бытовой химии. Они не только токсичны или, говоря иначе, ядовиты, но и способны вызывать привыкание и болезненное пристрастие к ним. Употребление токсических веществ с целью опьянения называется токсикоманией. С медицинской точки зрения принципиального различия между наркоманией и токсикоманией нет: последствия для здоровья в том и другом случае одинаково опасны. Разница лишь в том, что наркотические вещества запрещены законом, находятся под строгим контролем, а токсические – доступны каждому.

### **ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ**

- Внешний вид и поведение в той или иной мере напоминает состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта или при слабом запахе, не соответствующем состоянию;
  - изменение сознания: сужение, искажение, помрачение;
  - изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно не соответствующие данной ситуации;
  - изменение двигательной активности: повышенная жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или обездвиженность, вялость, расслабленность, стремление к покою (независимо от ситуации);
  - изменение координации движений: их плавность, скорость, соразмерность (размашистость, резкость, неточность), неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя (особенно явное при закрытых глазах), нарушенный почерк;
  - изменение цвета кожных покровов: бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища; блеск глаз;
  - сильно суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет;
  - изменение слюноотделения: повышенное слюноотделение или, наоборот, сухость во рту, сухость губ, осиплость голоса;
  - изменение речи: ее ускорение, подчеркнутая выразительность или же замедленность, невнятность, нечеткость речи.

*При употреблении конопли* – у наркомана расширены зрачки, красные глаза, покраснение губ, сухость во рту. Наркоман подвижен, весь в движении. Речь ускоренная, торопливая. Очень верный признак – зверский аппетит, обычно на исходе опьянения.

*При приеме опиатов* – сонливость, в самые неподходящие моменты, может забыть о прикуренной сигарете и обжечься, либо выронить ее, периодически просыпается и сразу начинает принимать участие в разговоре.

Речь наркомана медленная, он растягивает слова, может по несколько раз говорить об одном и том же. В этом состоянии он добродушен, спокоен, если ему ничего не мешает. Очень верный признак – зрачок, который необычно узкий, не реагирует на свет, т. е. не расширяется. Кожа – бледная, но губы могут быть припухшими, покрасневшими. Сильно снижена болевая чувствительность. Общий признак – это нарушение режима сна и бодрствования (поздно ложится и поздно встает (если есть наркотик или деньги)).

*При приеме психостимуляторов* – наркоман необычайно оживлен, стремителен в действиях и решениях. Не может сидеть на одном месте. Очень быстро говорит, перескакивает с одной темы на другую. Расширенные зрачки. Быстро выполняет все дела. Если у наркомана есть наркотик или деньги на него, то он может находиться в таком состоянии несколько суток. Некоторые виды психостимуляторов сильно повышают половое желание наркомана, поэтому часто психостимуляторы употребляют вдвоем с женщиной. Наркоманы могут по несколько часов заниматься каким-то одним делом, к примеру, убираться дома.

*При приеме галлюциногенов* – признаки вытекают из названия, разнообразные галлюцинации – визуальные, когда наркоману видятся разные животные – крысы, крокодилы, мухи, жуки, змеи, он может смотреть на пол, и ему кажется, что там болото со змеями, из телевизора кто-то может с ним разговаривать и т. п., слуховые галлюцинации – когда наркоману слышатся голоса, что кто-то с ним говорит, наркоман может говорить с этим “кем-то”. При длительном употреблении или при прекращении приема часто бывают депрессии, психозы.

*При приеме снотворных препаратов* – похоже на алкогольное опьянение. Речь невнятная, заплетающаяся. Бывает сухость во рту. Координация движений нарушена. При приеме некоторых снотворных препаратов в больших дозах могут быть – галлюцинации.

*При приеме летучих наркотически действующих веществ* – тоже напоминает алкогольное опьянение, шумное, вызывающее поведение. От ребенка пахнет ацетоном, бензином, клеем “Момент”. Часто бывают галлюцинации, из-за них подростки и начинают употреблять, галлюцинации они называют “мультиками”.

### **Формирование зависимости от психоактивных веществ**

Приобщение подростка к употреблению психоактивных веществ проходит, как правило, через несколько последовательных стадий. К сожалению, самостоятельного, добровольного отказа ребенка от наркотика, в процессе развития зависимости, ожидать не приходится, кроме, иногда, этапа первых проб.

1) Первые пробы. Они возможны “во дворе” или даже в учебном заведении из любопытства, стремления “стать как все”, при определенном стечении обстоятельств.

1) Групповая зависимость. Она формируется по механизму условного рефлекса: прием вещества в обычных для этого условиях или в определенной знакомой компании. Вне указанных рамок желания к употреблению психоактивных средств ребенок не испытывает.

2) Психическая зависимость. Появление потребности принимать психоактивное вещество, чтобы вновь и вновь испытывать приятные ощущения.

3) Патологическое (неодолимое) влечение к наркотику. Состояние, проявляющееся неудержимым побуждением к немедленному – во что бы то ни стало – введению в организм психоактивного вещества. Может выступать как крайнее проявление зависимости.

4) Физическая зависимость. Включение химических соединений, входящих в состав наркотика (токсиканта) в обмен веществ организма. В случае резкого прекращения приема препаратов могут наступить расстройства, определяемые как абстинентный синдром, причиняющий подростку выраженные страдания, в том числе физические расстройства, эмоции тоски, тревоги, злобности и агрессии на окружающих и самоагрессии, вплоть до попыток самоубийства (суицидальные попытки).

5) Повышение толерантности (чувствительности) к наркотику. Состояние организма, когда отмечается все менее выраженная ожидаемая реакция организма на определенную дозу вводимого препарата. Происходит привыкание к наркотику, и в результате необходимая доза возрастает в 10–100 раз, по сравнению с первоначально вводимой. Соответственно увеличивается токсическое, разрушительное действие препарата на организм.

## **Памятка для родителей “Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики”**

### **1. Разберитесь в ситуации.**

Не паникуйте. Если вы уловили подозрительный запах, это еще не означает, что теперь ваш ребенок стал наркоманом. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы справиться с ситуацией или вам необходима помощь. И постарайтесь с первых минут стать для своего ребенка не врагом, от которого нужно скрываться, а союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой.

### **2. Сохраняйте доверие.**

Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику. Будет лучше, если вы сможете поговорить со своим ребенком на равных, обратиться к взрослой части его личности.

### **3. Оказывайте моральную поддержку.**

“Мне не нравится то, что ты делаешь, но я все же люблю тебя и хочу помочь”, – вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом, получить внимание и поддержку.

Оставайтесь открытыми для своего ребенка. Постарайтесь найти больше времени для общения и совместных занятий и еще помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример. Подумайте о своем собственном отношении к некоторым сомнительным вещам, например, табаку, алкоголю. Будьте уверены, дети видят, как вы справляетесь с собственными зависимостями, пусть даже не такими сильными, как наркотики.

#### **4. Обращайтесь к специалисту.**

Если вы убедились, что у подростка еще не выработалась зависимость, можно начать с психолога, которому вы доверяете. Стоит обсудить, какое поведение взрослого может помочь преодолеть кризис, а какое, наоборот, лишь будет способствовать наркотизации подростка. Если вы почувствуете, что у вашего ребенка уже сформировалась стойкая зависимость, не теряйте времени – обращайтесь к наркологу.

Но для того, чтобы помощь нарколога была эффективной, необходимо искреннее желание самого подростка освободиться от зависимости. Наркомания – тяжелое и коварное заболевание. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.