

## **ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ О ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВАХ**

Многие родители считают, что в ситуации, когда их ребенок начал употреблять наркотики, виноваты все и вся, но только не они сами. Здесь и возникает разумный вопрос: «А обладает ли сегодняшнее поколение молодых родителей знаниями, которые могут помочь своевременно увидеть приближающуюся опасность и предупредить её?» Во всем этом попыталась разобраться научный сотрудник ННЦ Наркологии МЗ РФ, детский психолог О.В. Пентус, чьи рекомендации мы и предлагаем вашему вниманию.

Психоактивное вещество - любое вещество, которое при введении в организм человека может изменять восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. К психоактивным веществам относятся не только наркотики, но и алкоголь, табак (никотин), кофеин и др.

Воздействие психоактивных веществ может быть как непосредственным, возникающим сразу после приема вещества, так и долговременным, проявляющимся в виде поражения различных органов и систем организма, формирования психической и физической зависимости, нарушения социального функционирования человека, разрушения его личности и связей с другими людьми, а также антисоциального поведения, которое является неотъемлемой частью поведения, связанного с приобретением, хранением и употреблением наркотика, и за которое человек несет юридическую ответственность.

Распространенными причинами употребления наркотиков являются низкая самооценка, трудности в общении со сверстниками и взрослыми, отсутствие навыков решения личностных проблем, неумение противостоять давлению окружающих.

Жизненные стрессы способствуют неумолимому росту наркотизации среди молодежи, это происходит по ряду причин. Употребление наркотиков создает иллюзию преодоления стрессов и многих проблем; способствует снятию напряжения и тревоги; изменяет эмоциональное состояние и повышает настроение.

Если вовремя не обратить внимания на изменения, происходящие с ребенком, у него может закрепиться нездоровый стиль поведения, стремление к регулярному употреблению наркотиков и других психоактивных веществ. После первичных проб психоактивных веществ еще не возникает физической зависимости, поэтому легче всего остановить заболевание, разъяснив ребенку последствия употребления наркотиков или алкоголя. Если этого не происходит заболевание переходит на следующую стадию, когда у ребенка возникает осознанное желание получить «кайф».

Возможные признаки употребления наркотиков:

неожиданные изменения направленности интересов в сочетании с появлением ранее незнакомых вам друзей;  
странное поведение (периодическая, без видимых причин чрезмерная возбужденность и заторможенность, агрессивность или пассивность);  
появление странных предметов (ампулы, упаковки от таблеток, кусочки фольги, закопченные чайные ложки);  
изменение внешнего облика (неряшливость, непонятный запах от одежды, волос, рук, изо рта, затуманенность или блеск глаз, суженные зрачки, слабо реагирующие на изменение освещенности);  
возросшая «лекарственная» заинтересованность, повышенный интерес к предметам бытовой химии.

Если уверены, что Ваш ребенок употребляет наркотики, постарайтесь не паниковать, разобраться в проблеме. Постарайтесь избавиться от непродуктивного чувства вины, даже, если Вы найдете причину порока в недостатках методов воспитания. Сделайте все возможное, чтобы помочь ему. Это сложная для семьи ситуация, так как все ее члены оказываются втянутыми в проблему, возникает страх, за судьбу сына (или дочери), эмоциональная подавленность растерянность. Постарайтесь уговорить своего ребенка обратиться к специалисту. Это не всегда просто сделать, из-за отрицания пациентами собственного заболевания. Решение лечиться, должно исходить от самого пациента, в противном случае - это пустая трата времени и средств. На начальных стадиях заболевания, он не видит опасности, ему приятно и интересно. Попробуйте поговорить с ним о своих страхах и переживаниях. Постарайтесь дать ему возможность увидеть те негативные изменения, которые начинают происходить в его жизни. При этом, покажите ему свое отношение к подобному выбору. Объясните ребенку, что выбор сделал он сам, поэтому Вы не будете потворствовать его употреблению наркотиков. Также подчеркните, что вы по-прежнему любите его и всегда готовы помочь справиться с проблемой. Если ребенок отказывается идти к специалисту - наркологу, попытайтесь уговорить его пойти к психологу. Обратитесь лично к психологу, он поможет вам наладить семейные отношения, и вы сможете подобрать нужные слова к своему ребенку.

Если Вы хотите, чтобы ваши дети изменились к лучшему, начните с себя. Есть одна замечательная притча про умирающего человека, который говорил: «В молодости я хотел изменить весь мир, позже я хотел изменить свой город, а еще позже я хотел изменить свою семью, но у меня ничего не получалось. Теперь, я понимаю, что я смог бы изменить семью, город и мир, если бы я изменил себя».

Детский психолог,  
научный сотрудник ННЦ Наркологии МЗ РФ  
О.В. Петунс