

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО КОНТРОЛЮ ЗА
ОБОРОТОМ НАРКОТИКОВ**

ДЛЯ ВАС, РОДИТЕЛИ

ПОСОБИЕ

Сегодня в нашей стране все громче и тревожнее звучат голоса: "Осторожно - наркотики!". Несмотря на принимаемые меры, наркоманов становится все больше. А ведь не так давно мы считали, что такое может быть где угодно, но не у нас.

"Наркоман!" - это слово стало уже обычным в нашем лексиконе. Что же за ним? За этим словом - искалеченные жизни, сломанные судьбы, отчаяние, страх, боль, смерть и преступление!

Очень многое, если не основное, зависит от нас - родителей, от семейного климата и взаимоотношений в семье.

Цель данного материала – помочь понять, как родительские установки, убеждения и представления влияют на развитие детей и подростков, а также наметить пути помощи родителям в изменении родительской позиции.

1. Социально-психологическая компетенция семьи как фактор профилактики аддиктивного (отклоняющегося) поведения детей.

Единой причины наркомании не существует. В настоящее время существует несколько основных теорий о причинах наркомании и неисчислимое количество их вариантов. Можно отметить теории «дегенеративные», в которых наркомания рассматривается как порок, свойственный вырождающимся личностям. Социальные теории в злоупотреблении наркотиков видят результат разложения общества: низкий уровень образования и профессиональной квалификации, безыдейность и бездуховность; неумение занять свой досуг; влияние микросреды, низкий уровень медико-просветительной работы, неблагополучная обстановка в семье, недостатки в воспитательной работе. Большое значение имеют личностные особенности, сформированные, прежде всего, семьей: инфантилизм, пассивность, зависимость, демонстративность, эмоциональная неустойчивость. Во взаимодействии с детьми родители непроизвольно компенсируют многие из своих неотреагированных чувств и переживаний, то есть их отношение носит реактивный характер: гиперопека, нервные срывы в виде крика и физических наказаний, замечание, педантичное предопределение образа жизни и т.п.

Другая особенность родительского отношения – это неосознная проекция личностных проблем на детей, когда родители обвиняют их в том, что практически присуще им самим. Родители не видят недостатков у себя, но видят их у ребенка. Родители очень часто говорят одно, а делают другое, отражая этим двойственность своей личности и непоследовательность суждений. Можно назвать и другие факторы отношения родителей к детям, ведущие к

формированию отклоняющегося поведения: непринятие детей, которое проявляется в преобладании отрицательных оценок в восприятии характера ребенка, недоверии к формирующему жизненному опыту детей; несоответствие требований и ожиданий родителей возможностям и потребностям детей; негибкость родителей в отношениях с ребенком, которая проявляется в навязывании мнения, в несвоевременном отклике, в недостаточном учете ситуации; неравномерность отношений родителей в различные годы жизни ребенка; несогласованность отношений между родителями.

Все перечисленное может вызывать у ребенка беспокойство, повышенную тревожность, чувство вины и нарушать личностное развитие.

Анализируя изложенные выше факторы нарушенных взаимоотношений родителей с детьми, можно сделать вывод: часто помочь требуется не детям, а их родителям.

Таким образом, родителям необходимо повышать свою социально-психологическую компетенцию, которая включает в себя знания индивидуальных и возрастных особенностей своих детей; умения адекватно отреагировать на то или иное поведение ребенка; умения выбирать адекватную форму общения в различных ситуациях.

2.Родительские стратегии антинаркотической профилактики.

Довольно часто родители в страхе перед наркотизацией применяют ошибочные стратегии антинаркотического воспитания:

- стремясь к обеспечению занятости ребенка, увеличивают учебную нагрузку (курсы, секции, музыкальная школа и т.п.), сокращая тем самым сферу собственного досуга;
- чаще используют назидательные «беседы» вместо дискуссии и диалога;
- стремясь устраниить «опасные контакты», создают условия для альтернативных занятий, чреватых развитием иного рода зависимостей (например, компьютерной);
- из страха перед наркотиками попустительски относятся к развитию вредных привычек (смирение с ранним курением, потреблением пива и других алкоголесодержащих напитков);
- акцент на волевых и рациональных аспектах поведения в ущерб эмоциональным;
- торможение самостоятельности подростка, ограничение его активности, предупреждение и исключение рисков;
- усиление контроля и недоверия вместо наращивания взаимопонимания.

Ошибочность этих стратегий заключается в их противоречии научному факту: склонность к асоциальному поведению ярче проявляется у детей и подростков, выключенных из сферы семейного влияния, не ориентированных на родительские ценности. Они оказываются незащищенными от стихийного воздействия субкультурных и конткультурных образцов. Поэтому не стоит искать причины наркотизации в происках внешних врагов, в контрабанде зелья.

Сейчас как никогда раньше подростки лишены возможностей самореализации во всех сферах жизни, ориентированы на воспроизведение стереотипов старшего поколения – в изменившихся общественных условиях. Подростки отстранены от активной деятельности, которая соответствовала бы осознаваемым ими потребностям почувствовать себя взрослыми и доказать это окружающим. Из многих видов деятельности употребление никотина, алкоголя и наркотиков оказывается проще всего реализуемой и поощряемой средствами массовой информации формой демонстрации «взрослого» поведения.

Наблюдения показывают, что родители испытывают растерянность и признают свое бессилие в предупреждении вредных привычек. Зачастую они стремятся передать свои функции социализации специалистам разного профиля: «Скажите ему (ей)», «Сделайте что-

нибудь». Кроме того, они убеждены, что для подростка их мнение ничего не значит по сравнению с мнением ровесников, хотя известно, что авторитет родителей сохраняет свое значение для человека в течение всей жизни. В подростковом возрасте он перестает быть непререкаемым. После фазы родительского диктата по отношению к ребенку семья с подростком вступает в фазу переговоров.

Отношение к подростку в семье оказывается половинчатым: подростку разрешается небывалая прежде свобода (или он сам ее завоевывает), при этом не возрастаёт ответственность. Внутри семьи подросток сохраняет детский статус (материальное обеспечение, бытовое обслуживание). Усиление прав и ослабление обязанностей приводит к деформации отношений между поколениями в семье, которая ложиться тяжким бременем на плечи и тех, и других.

Стремясь компенсировать семейное неблагополучие, ребенок ищет контакты на стороне и легко может попасть в группу наркоманов, где его с удовольствием примут.

Психологическая готовность к употреблению наркотиков формируется постепенно, и наркотизация является логическим завершением всего предыдущего развития. Отсутствие такой готовности создает «запас прочности», позволяющий противостоять неблагоприятным воздействиям среды.

Поэтому первое, что нужно сделать – это изменить микроклимат в семье, поднять отношения на более высокий уровень взаимной заботы, доверительности, ответственности. ПРИ НАРКОМАНИИ НАДО ВРАЧЕВАТЬ НЕ ТОЛЬКО ТЕЛО, НО И ДУШУ. Лечение наркомана – это, в числе прочего, семейная психотерапия, совместная работа по выработке нового способа общения.

Необходимо не только просвещение по вопросам развития наркотической зависимости, но и обучение взаимодействию с подростками, интерактивным технологиям воспитания. Обучиться этим технологиям можно в указанных центрах.

3.Прямые и косвенные признаки употребления наркотиков:

Косвенные признаки:

Резкое снижение успеваемости в школе; неадекватное поведение на уроках; беспричинное возбуждение или вялость; необычные вспышки гнева; повышенная активность; нарастающая апатия и безразличие; уходы из дома и прогулы в школе по непонятным причинам; ухудшение памяти и внимания; невозможность сосредоточиться; бессонница; хронический кашель или насморк; болезненная реакция на критику; частая и резкая смена

настроения; повышенная утомляемость; избегание общения с близкими; снижение успеваемости; постоянные просьбы денег; пропажа из дома ценных вещей; частые телефонные звонки и зашифрованные разговоры по телефону; лживость, изворотливость; неопрятность; склонность к специфической музыке (рок); утрата прежних интересов, проведение большей части времени в компании асоциального типа; интерес к лекарствам; ношение солнцезащитных очков и одежды с длинными рукавами в любое время суток, внезапное увлечение филателией (наркотическое вещество ЛСД распространяется путем нанесения слоя наркотика на обратную сторону «почтовой» марки).

Следите за речью ребенка! В ней могут появиться жаргонные выражения:

«черные» «ханка» (наркотические вещества, содержащиеся в маке)

«дурь», «план», «косяк», «пятка», «химка» (применяются относительно препаратов конопли).

Прямые признаки: Следы от инъекций; расширенные или суженные зрачки; замедленная, несвязная речь; снижение массы тела, потеря аппетита; состояние, похожее на опьянение, но без запаха алкоголя; непонятный запах от одежды и тела.

Так же свернутые в трубочку бумажки и деньги; закопченные ложки, кастрюли; шприцы, иглы; квадратики из бумаги или целлофана; бритвенные лезвия со следами белого порошка или бурой массы; сухая трава и ацетон, марганцовка, уксус; папиросы.

При очевидных признаках все сомнения должны отпасть.

Но если вы только подозреваете, что ребенок что-то употребляет - не впадайте в панику. Вместо этого внимательно понаблюдайте за ним; ни в коем случае не кричите и не наказывайте; не верьте его уверениям, что он справится без вашей помощи. Обязательно поддержите его, проявите внимание и убедите обратиться к специалисту.

Лечение больного наркоманией возможно только в условиях наркологической клиники. Как правило, наркоман не способен критически оценить свое состояние.

Лекарства, которые бы могли предотвратить развитие наркомании или полностью ликвидировать желание употреблять наркотики, не существует до сих пор. И вряд ли они появятся в ближайшее время. Поэтому врачи вынуждены использовать симптоматические методы лечения - то есть уменьшать проявления "ломки" (симптомы абstinенции). С этой задачей медики научилисьправляться хорошо и даже "слишком". Особые надежды сейчас возлагаются на психотерапию, как на наиболее действенный метод.

4.Если Вы узнали, что ваш ребенок наркоман.

Вам необходимо:

Прочитать и узнать о наркотиках все, что можно.

Изучить сигналы опасности, чтобы знать, как определить стадию наркозависимости.

Определить четкую позицию против любого вида наркомании.

Попытаться стать для детей образцом поведения, сделать так, чтобы слова взрослых в доме не расходились с делом.

Построить семейные отношения таким образом, чтобы с детьми можно было обсуждать все проблемы.

Установить правила, которым в доме должны все следовать.

Поддерживать своих детей в их желании привести в дом своих друзей.

Внимательно изучить круг друзей.

Познакомиться с родителями друзей своего ребенка.

Не читать мораль и ни в коем случае не угрожать и не наказывать ребенка.

Объяснить подростку, что как только он приобщится к наркотикам, он утратит всякую самостоятельность. С этого момента то, что он будет делать, когда и как, уже в большей степени зависит не от него самого, а, допустим, от распространителей "дури". Человек становится заложником и превращается в товар. Нужно объяснить ребенку, что, употребляя наркотики, он позволяет наркоторговцам зарабатывать на себе деньги. Спросите ребенка, пойдет ли он, к примеру, играть в "лохотрон". Он наверняка ответит, что нет. Вот и растолкуйте ему, что в случае с наркотиками дурят точно также, только платить приходится дороже.

Научиться слышать и слушать своих детей. Социологические исследования, которые провели специалисты, работавшие с группой подростков, злоупотребляющих наркотиками, показали: 61% попробовали наркотические средства в тот день, когда они были предложены, 7% сначала отказались, но попробовали в течение 10 дней, 12% попробовали в течение месяца, 9% познакомились с наркотиками позднее. Из тех, кто проявил инициативу в первый же день, более 80% в течение 10 дней попробовали наркотик повторно.

5.Какие подростки особенно уязвимы?

Те, кто хочет показать свою независимость и любит рисковать.

Те, кого мало интересует учеба и духовные цели.

Те, кто противопоставляет себя обществу.

Те, у кого нет ясного представления о добре и зле.

Те, кому недостает родительской заботы, и кого друзья уговаривают

попробовать наркотики.

Исследования показали, что близкие, теплые отношения между родителями и детьми-подростками - лучшая защита от наркотиков.

6.Как защитить своих детей?

Развивайте с ними близкие отношения и старайтесь достичь взаимопонимания.

Формируйте у детей ясные представления о добре и зле. Помогайте им ставить перед собой конкретные цели. Дайте им почувствовать себя частью дружной семьи. Рассказывайте им о вреде наркотиков. Дети должны ясно понимать, почему нужно сказать наркотикам "нет". Как можно помочь ?

Больше говорите друг с другом. Слушайте их. Расскажите им о себе. Поставьте себя на их место. Будьте с ними. Будьте тверды и последовательны

Делайте что-нибудь вместе. Будьте друзьями их друзей. Помните, что ваш ребенок уникален. Будьте примером.

7.Если друг вашего ребенка или знакомый принимает наркотики

Четко и ясно объясните, как Вы к этому относитесь.

Скажите, что готовы помогать ему лечиться, но не намерены выслушивать, как, когда и при каких условиях он согласится это делать.

Сберите максимум информации о службах и формах помощи и предложите другу варианты. Определите свою роль - информировать и поддерживать, и его - принимать решения.

С самого начала оставьте за собой право действовать по вашему усмотрению.

Если ситуация не изменяется, у Вас есть только один способ - уйти и прекратить с наркоманом всякие отношения, в первую очередь – доверительные.

О деловых отношениях с наркоманом не может быть и речи, не вздумайте одолживать ему деньги, давать свои вещи, устраивать ночевки и т. д.

Эти правила обязательно нужно обсудить с Вашим ребенком. Разговор на эту тему не будет простым - возможно, Ваш сын или дочь воспринимает происходящее как личную трагедию и готов делить с близким человеком все беды и невзгоды. Важно доказать, что, только следуя этим советам, можно надеяться на то, что Ваши действия дадут реальные результаты. В противном случае Вы не только не поможете человеку порвать с наркотиками, но и сами изрядно пострадаете от них.

8.Что еще нужно знать взрослым?

Не существует ни тяжелых, ни легких наркотиков. Все зависит от того, в каких условиях они используются.

Даже если вы найдете того, кто снабжает вашего ребенка наркотиками, этого недостаточно, чтобы уберечь его от этой проблемы.

Профилактика лучше, чем лечение.

К счастью, большинство детей сегодня не принимает наркотики, но в наши дни Ваш ребенок может столкнуться с ними в любой момент. Дети и подростки узнают о наркотиках даже раньше, чем Вы этого ожидаете: из средств массовой информации, от друзей и т.д. Вам надо быть во всеоружии, чтобы предотвратить возможную беду.

Только поняв причины и доверительно поговорив с ребенком, вы можете повлиять на его решение не пробовать наркотики или поможете остановиться, если обнаружите, что он уже экспериментировал с ними.

Помните, что если вы будете сохранять бдительность, то проблема наркотика может оказаться разрешимой.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Наркотики приносят вред, прежде всего, здоровью наркомана. Наркомания приводит к крайнему истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил. Большинство самых опасных болезней передается через кровь, а наркоманы, которые употребляют наркотики внутривенно, постоянно сталкиваются с кровью, что приводит к опасности заражения СПИДом. У наркомана в школе нет успехов. Меняются цели, мысли о будущем только мешают. В семье наркоман теряет контакт с близкими людьми – изменяются ценности.

Передозировка наркотиков - приводит к потери сознания и быстрой смерти. Наркоман всегда находится в зависимости от наркотика. Поэтому он не может свободно принимать решение. Наркоман не в состоянии поддерживать нормальные отношения с окружающими, он утрачивает способность нести ответственность не только за свою семью, детей, близких, но и за свои собственные поступки. Кроме того, для того чтобы достать средства на очередную дозу наркотика, наркоман способен отобрать деньги у близких, украдь их, продать ценные вещи, принадлежащие семье, может пойти и на более тяжкие преступления. Наркотики делают человека равнодушным к переживаниям окружающих, исключают его из жизни общества, превращают в отверженного.

ОБРАЩЕНИЕ К РОДИТЕЛЯМ

Если школа, где обучается ваш ребенок находится в неблагополучном с точки зрения распространения наркотиков месте, подумайте вместе с другими родителями, как можно организовать дополнительную защиту, предъявите ваши предложения администрации школы. Не сидите, сложа руки!

Возможности родительских организаций в деле профилактики наркотической зависимости у детей можно смело назвать почти безграничными. В 60-70 годы в скандинавских странах именно объединения родителей добились пересмотра государственной политики в отношении наркотиков, заставив власти вслух говорить о проблеме наркомании. Также от родителей в этих странах исходила инициатива разворачивания широкомасштабных образовательных программ и информационных кампаний антинаркотической направленности. Давайте не будем пререкаться, искать правых и виноватых, делить детей на «хороших» и «плохих», «наших» и «ваших», а ответственность за них на «До» и «после». На каждом из взрослых, окружающих ребенка и в школе и дома лежит одинаковая ответственность за его судьбу. Поэтому крайне важно, чтобы взрослые понимали друг друга и были бы готовы первыми проявить по отношению друг к другу добрую волю. Сделайте первый шаг!