

Подростковый возраст самый опасный. Именно в этом возрасте подростки имеют первые опыты употребления психоактивных веществ (алкоголь, табак, наркотики).

Потребление подростком наркотиков часто остается незамеченным родителями на протяжении долгого времени. А когда родители узнают об употреблении наркотиков, зависимость часто уже сформирована.

Ниже представлен список признаков, которые позволяют родителям оценить риск употребления психоактивных веществ. И если начать профилактические и лечебные меры вовремя, то можно предупредить развитие зависимости и даже начало употребления наркотиков.

1. Изменения в поведении

- нецензурные слова становятся «вторым» языком. Употребляет нецензурные слова при общении не только с подростками, но и со взрослыми без учета ситуации;
- курение;
- вспышки агрессии неожиданные, не соответствующие ситуации (может разгневаться на пустом месте, всегда на взводе);
- невнятная, «растянутая» речь;
- одновременно конфликты в разных сферах жизни (с родителями, с друзьями, с учителями);
- были случаи совершения противоправных нарушений (кража, распитие спиртного на улице и т.д.) единолично или в компании с

последующими административными взысканиями.

2. Заметные изменения в одежде

- появляется неопрятность в одежде;
- одежда, которая демонстрирует сопричастность к девиантным группам;
- рисует рисунки и делает татуировки, отражающие мировоззрение данных групп.

3. Снижение школьной успеваемости

- резкое снижение успеваемости в течение одного учебного года;
- систематические и длительные пропуски уроков в школе (контроль родителей и учителей не дает устойчивых результатов).

4. Изменения досуговой деятельности

- радикальные изменения в том, чем занимается ребенок;
- прекратил посещение кружков и секций, которые посещал длительное время, в новые не записался. Нет постоянного хобби;
- все свое время проводит в группе друзей;
- круг интересов ограничен общением;
- интернет используется только для общения, переписки в мессенджерах.

5. Заметное увеличение потребности в приватности

- появилось очень много тайн: скрывает свою переписку по интернету; перестает говорить по телефону, если Вы случайно

оказываетесь рядом; поставил пароль на свои домашние гаджеты;

- Вы не знаете, как подросток проводит свободное время. Сын (дочь) очень эмоционально реагирует, если Вы пытаетесь узнать информацию о его времяпрепровождении, о его друзьях (их возраст, где учатся и т.д.): «оставьте меня в покое», «это не Ваше дело».

6. Изменение круга общения

- появились друзья старшие по возрасту и (или) уже употребляющие ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики);
- среди друзей есть подростки, совершившие правонарушения (состоящие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних, имеющие условные судимости и т.д.).

7. Изменение паттернов сна

- регулярные поздние возвращения домой и регулярные ночевки у друзей;
- у вас нет адреса и контактных телефонов друзей, у которых ночует сын (дочь).

Оцените полученный результат:

Одновременно активно проявляются **6-7 признаков** – расценивается как потенциальные признаки употребления психоактивных веществ, высокий риск, что подросток уже начал употреблять психоактивные вещества или скоро начнет.

*Цель данной диагностики в раннем выявлении косвенных признаков, чтобы предупредить развитие зависимого поведения. Медицинский диагноз может поставить только врач-нарколог.

Основные ошибки родителей на этом этапе:

1. Не верят, что их сын/дочь может употреблять психоактивные вещества.
2. Надеются, что подросток сам перестанет употреблять психоактивные вещества. Не хотят признавать, что зависимость это болезнь, которую надо лечить.
3. Боятся обращаться за помощью к врачу. Не используют возможность получения анонимной бесплатной консультации у врача-нарколога в наркологическом диспансере.
4. Считают, что в «исправлении» нуждается только подросток. Пренебрегают собственной работой с психологом. Недоценивают роль семейных отношений в профилактике и лечении наркотической зависимости.

Что может помочь родителям в такой ситуации?

1. Обратиться за помощью к врачу психиатру - наркологу – он может определить степень тяжести заболевания, при необходимости предложит лечение.
2. Алкоголизм и наркомания – это проблема семьи, а не только ребенка. Поэтому родителям тоже требуется квалифицированная помощь – психолога, психотерапевта. Зачем спросите Вы, ведь употребляет алкоголь или наркотики ребенок, его и надо исправлять, лечить? Ребенок и родители – части единой системы. В семье создаются условия, которые способствуют

или препятствуют лечению. Пока Ваши дети живут с Вами, используйте этот шанс: создайте условия для выздоровления. Как? Нет единого ответа. Каждая семья уникальна. Начните свою помощь ребенку с поиска ответа на этот вопрос, а психолог и психотерапевт - Вам в помощь.

3. Помните, что главное в любой ситуации сохранять эмоциональный контакт и доверительные отношения с ребенком.

4. Продумайте систему правил для себя, которых Вы лично будете придерживаться в общении с детьми. В этом поможет соответствующая литература. Например, Сартан Г.Н. «Тренинг самостоятельности у детей»; Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?»; «Продолжаем общаться с ребенком. Так?»; Фабер А., Мазлиш Э. «Как говорить, чтобы дети слушали. И как слушать, чтобы дети говорили».

5. Определите границы дозволенного и правила поведения для подростка. При необходимости обсудите их с ним, найдите вариант, устраивающий обоих. Не можете договориться сами, обратитесь за помощью к специалистам. Вносите корректировки по мере взросления ребенка.

6. Будьте последовательными в своих решениях. Соблюдайте договоренности.

ГБУ РМЭ «Республиканский наркологический диспансер»
г. Йошкар-Ола, ул. Комсомольская, д.81
тел. 45-21-63 (регистратура)

Министерство здравоохранения Республики Марий Эл
Государственное бюджетное учреждение Республики Марий Эл
«Республиканский наркологический диспансер»

Уберечь ребенка от наркотиков



г. Йошкар-Ола, 2022 г.
www.stopnarkotik12.ru