**Лекция для родителей:**

**«Подросток и наркотик»**

***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***

Страшная беда – наркомания – не обошла и нашу страну. Она пришла сегодня в каждую десятую российскую семью.

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, отекшие 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”.

**Гендерные мотивы употребления наркотиков**

Исследование мотивов, которыми руководствовались подростки при первой пробе наркотика, показало, что они имеют гендерные различия – различия, связанные с полом человека. Обследование школьников (10 классы) с аддиктивным поведением выявило гендерные мотивы инициации.

**Для юношей** ранжированный ряд мотивов оказался следующим:

1. Любопытство.

2. Подражание сверстникам.

3. Конфликты с учителями.

4. Желание уйти от проблем.

5. Скука.

6. Конфликты с родителями.

7. Желание сблизиться с представителем противоположного пола, употребляющим наркотики.

**Для девушек:**

1. Скука.

2. Желание сблизиться с представителем противоположного пола, употребляющим наркотики.

3. Конфликты с родителями.

4. Подражание сверстникам.

5. Любопытство.

6. Конфликты с учителями.

7. Желание уйти от проблем.

**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.
2. 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.
3. Психическая зависимость. Появление потребности принимать психоактивное вещество, чтобы вновь и вновь испытывать приятные ощущения.
4. 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.
5. 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).
6. 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.

**Анкета для родителей**

**Дорогие родители!**

Проблема наркомании и токсикомании по социальной опасности занимает одно из первых мест в мире. Последствия очень страшны – стойкая интеллектуальная, моральная и социальная деградация личности, проституция, преступность. Сформировавшийся наркоман влечет за собой за год еще 4 человека. И в первую очередь – это подростки, молодежь… Как обезопасить подрастающее поколение, своих собственных детей? Как свести степень риска к минимуму?

Предлагаемая вам анкета содержит ряд вопросов, ответы на которые сориентируют вас в ваших проблемах взаимоотношений с детьми и помогут определить степень риска раннего начала употребления наркотиков.

**Замечали ли вы за вашим ребенком:**

* Резкое снижение успеваемости…
* Потерю интереса к спортивным и другим занятиям…
* Пропажу одежды, ваших ценных вещей…
* Наличие у них значимых сумм денег без объяснений…
* Частую, непредсказуемую, резкую смену настроения…
* Самоизоляцию, уход от участия в семейных событиях…
* Избегание общения с домашним окружением…
* Агрессивность, вспыльчивость, потерю энтузиазма…
* Высказывания о бессмысленности жизни…
* Общие психологические изменения (нарушение памяти, неспособность мыслить логически), вид нездорового человека (бледность, отечность, покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы от уколов)…
* Частые синяки, порезы без объяснений (“Просто упал!”)…
* Бессонницу, повышенную утомляемость, сменяемую необъяснимой энергичностью…
* Чрезмерно расширенные или суженные зрачки…
* Наличие шприца, закопченной посуды, уксусной кислоты, растворителей, неизвестных таблеток, порошков, соломы, травы и т. п., в особенности, когда вещи скрываются?..

Если нашли основания для констатации более чем **10 признаков**, есть необходимость вашего обращения за консультацией.