

Наркотики и их употребление подростками

Наркотики

Можно выделить пять групп наркотиков:

1. Опиаты – наркотики, получаемые из опийного мака или его синтетических заменителей. Характеризуются тем, что вызывают состояние эйфории и формируют физическую и психическую зависимость.

Примеры: опиум, морфий, героин, кодеин и др.

2. Депрессанты – вещества, успокаивающие или подавляющие деятельность центральной нервной системы. Применяются в виде транквилизаторов, а также снотворных и успокоительных средств. Используются для лечения бессонницы, успокоения “расшатанных” нервов и снятия тревожного состояния. К этой группе наркотиков относится алкоголь.

3. Психостимуляторы – вещества, употребляемые для повышения активности, ослабления аппетита (регуляции веса), снятия состояния утомления.

Примеры: кофеин, никотин, кокаин и крек, амфетамины и др.

4. Галлюциногены – натуральные или синтетические вещества, которые влияют на ощущения, мышление и эмоции.

Примеры: ЛСД, мескалин, некоторые грибы и др.

5. Марихуана – наиболее часто употребляемый наркотик, получаемый из индийской конопли, из которой также изготавливают гашиш и гашишное масло.

Раньше марихуана считалась относительно безвредной, но оказалось, что она весьма опасна, так как многие, пристрастившись к употреблению марихуаны, переходят к употреблению более сильных наркотиков.

Развитие зависимости от наркотика

Нерегулярное употребление, экспериментирование

Подросток может попробовать наркотики (в частности, алкоголь) из любопытства, из желания быть принятным в компанию, считаться “своим”, или чтобы испытать новые ощущения, “найти себя”, почувствовать свою независимость от родителей. Исследования показывают, что давление со стороны сверстников является наиболее распространенной причиной, по которой ребенок впервые решает попробовать наркотики.

Регулярное употребление

Если при первом употреблении наркотика ребенок испытал приятные ощущения, он может захотеть испытать их снова. Когда употребление наркотика становится регулярным, ребенок может потерять способность справляться с ежедневными проблемами. С этого момента употребление наркотика становится средством улучшения настроения и избавления от депрессии.

Зависимость от наркотика

Вскоре, когда состояние наркотического опьянения становится нормой, развивается физическая и психологическая зависимость от наркотика. Единственное что при этом волнует человека – это приобретение наркотика и продление приятных ощущений.

Формула “4 шага”

Помощь подросткам в преодолении наркотической зависимости предполагает ваше участие в процессе, состоящем из 4 шагов: изучение, наблюдение, руководство и любовь.

1 шаг – изучение. Изучите все, что сможете, о наркотиках и симптомах их употребления.

2 шаг – наблюдение. Наблюдайте и учитесь распознавать эти симптомы.

3 шаг – руководство. Будьте примером: не употребляйте наркотики!

4 шаг – любовь. Ребенок должен почувствовать, что вы его любите несмотря ни на что.

Почему подростки употребляют наркотики?

На этот вопрос нет однозначного ответа. Однако можно сказать, почему, миновав стадию экспериментирования, ребенок продолжает употреблять наркотики.

За употреблением наркотиков часто скрывается проходящая незамеченной подростковая депрессия. В семье, в которой вырос подросток, возможно были проблемы во взаимоотношениях родителей или проблемы, связанные с употреблением наркотиков или алкоголя. Может быть, ребенок переживает глубокое горе после развода или смерти в семье. Возможно, у родителей существуют нереалистические ожидания или завышенные требования, которым ребенок не может соответствовать. Иногда, как бывает и со взрослыми, из-за неспособности вынести атмосферу, царящую в семье, и справиться со стрессом подросток с низкой самооценкой может начать употреблять наркотики.

Что делать?

Во-первых, научитесь распознавать симптомы употребления наркотиков.

Во-вторых, руководствуйтесь своей интуицией. Если у вас возникло чувство, что ребенок время от времени пробует наркотики, это может оказаться правдой. Проверьте, нет ли наркотиков в его комнате. Не бойтесь того, что вы внедряетесь в его личную жизнь. Вы делаете это из желания спасти своего ребенка от горя, болезни, а возможно, и смерти.

На ранних стадиях

Поговорите с ребенком о своем отношении к наркотикам по-дружески. Не обвиняйте его. Спокойно объясните, почему вы против наркотиков. Скажите также, что в вашей семье употребление наркотиков запрещено и что вы намерены строго следить за соблюдением этого правила.

Убедитесь в том, что ребенок понимает, что главная причина вашего сопротивления наркотикам – его безопасность и здоровье. Скажите ребенку, что в вашей семье каждого ценят и любят. Не читайте нотаций. Не говорите, что употребление наркотиков греховно, неприлично или стыдно. Простая беседа, в которой вы ясно скажете ребенку, чего вы от него ожидаете, может оказаться очень полезной и эффективной, если отношения в семье теплые.

Если вы уверены в том, что ребенок употребляет наркотики,

серьезно побеседуйте с ним. Дождитесь того момента, когда ребенок будет трезвым. Избегайте крика, бурного реагирования, морализаторства. Не извиняйтесь за то, что вы обыскали его комнату или за то, что вы его обвиняете. Не торгуйтесь с ним и не старайтесь его подкупить. Будьте конкретны в своих обвинениях. Сообщите обо всех имеющихся у вас доказательствах.

Затем следует установить “комендантский час”, рассказать ребенку все, что вам известно о наркотиках, и отменить прежние привилегии. Ограничите сумму наличных денег у ребенка.

Помните, что вы, родители, должны поддерживать друг друга во всех дисциплинарных вопросах, не позволяя ребенку манипулировать ситуацией, натравливать вас друг на друга.

Прерывание регулярного и зависимого употребления наркотиков

Существует четкая граница между регулярным и зависимым употреблением наркотиков. У регулярно употребляющего наркотики подростка можно заметить многие симптомы употребления. Однако если зависимость от наркотика не сформировалась, подросток все еще может прекратить его употребление. Те же, у кого сформирована зависимость, потеряли контроль над употреблением: попытки сократить дозу или прекратить употребление наркотиков не удаются.

Чтобы прервать употребление наркотиков на этих стадиях, от вас потребуются энергия, время и, возможно, деньги. Если ребенок живет с вами и ходит в школу, вы должны будете контролировать все стороны его жизни.

Вам также следует серьезно взглянуть на самих себя, на свои привычки и установки по отношению к алкоголю и наркотикам, на качество своей семейной жизни и отношения с ребенком.

Если вы не можете решить проблему самостоятельно, обратитесь за квалифицированной помощью для себя и для своего ребенка. Такая помощь со стороны может оказаться вашим последним шансом на установление хороших отношений с ребенком, что необходимо для борьбы с наркотиками.

Если у подростка сформировалась зависимость от наркотиков, он может убегать из дома и искать общество других наркоманов. В этом случае вам, возможно, придется поместить ребенка в лечебный (реабилитационный) центр на стационарное лечение. Такой курс лечения должен состоять из дезинтоксикации, интенсивной терапевтической программы и консультирования всех членов семьи, а также из программы поддержки на период после выписки из стационара (амбулаторное лечение или программа долечивания).

Симптомы употребления наркотиков

Перепады настроения. Как правило, наркотики вызывают перепады настроения от эйфории до депрессии. Ребенок может быть пассивным и отчужденным, а через минуту – злым или враждебным.

Изменение характера. Обычно энергичный и общительный подросток превращается в хронически подавленного и необщительного.

Психологическая защита. Обвинение других. Заявления, что его (ее) преследуют, или что он (она) является жертвой.

Чрезмерная эмоциональность. Безмерно счастливый, подавленный, враждебный или злой.

Чрезмерная концентрация на себе. Пытается все делать по-своему.

Стремление манипулировать. Оправдывается за ошибки. Ищет способы заставить других решать его (ее) проблемы и нести ответственность за его (ее) действия или поведение в целом.

Напряжение в общении. Нежелание или неспособность обсуждать важные проблемы.

Выпадение из семейной жизни. Отказ есть со всей семьей, участвовать в празднествах или как-то приспособливаться к семейной жизни.

Новый круг общения и стиль одежды. Носит одежду, украшения, делает прическу в соответствии со стандартами культуры наркоманов. Проводит время с друзьями, вызывающими подозрение, так как они отказываются познакомиться с вами, отводят взгляд при разговоре.

Отсутствие самодисциплины. Неспособность следовать правилам, выполнять обязанности по дому и домашние задания, соблюдать договоренности и обязательства.

Апатия. Отсутствие интереса или слабый интерес к прежде много значившим для ребенка формам активности: кружкам, спорту и т.п.

Проблемы в школе. Хронические опоздания, прогулы, невыполненные домашние задания, провалы на экзаменах. Возможны предупреждения учителей об исключении из школы или даже исключение.

Состояние тревоги. Хроническая нервозность, нечеткие движения, чувство страха, болтливость.

Физические симптомы. Внезапная потеря или прибавка в весе. Изменение внешнего вида. Хроническое состояние утомления или усталости. “Пляшущий” почерк, заикание, трепет рук. Частые простуды, кашель, боли в горле. Хронический насморк, воспаленные ноздри. Наливные кровью глаза. Постоянно расширенные зрачки.

Родители!

Помните! Вы можете уберечь своих детей от употребления наркотиков, включившись в решение проблемы на ранней стадии. Ни школа, ни милиция, ни врачи не имеют такого влияния на ребенка, какое имеют родители.

Для решения проблемы наркомании среди подростков вам необходимо получить знания о наркотиках и симптомах, сопровождающих их употребление. Но самым важным является ваш пример трезвой жизни и безусловная любовь к ребенку.

Ваша задача – разумно и последовательно обучать ребенка дисциплине. Если вы обнаружите, что ваш ребенок пробует наркотики, действуйте незамедлительно: поговорите с ним об этом и сделайте все, что потребуется, чтобы остановить употребление наркотиков.