

Памятка для родителей

Родителям о наркомании: как защитить детей

Уважаемые родители!

Главным и самым незащищенным объектом, по которому "ведет огонь" наркобизнес, является молодежь, особенно дети и подростки. И зачастую дети узнают о наркотиках раньше, чем вы этого ожидаете: из средств массовой информации, от друзей и т. д. Поэтому взрослым надо быть во всеоружии, чтобы предотвратить возможную беду.

О чем нужно помнить всегда

Отношение детей к наркотикам во многом зависит от стиля семейного воспитания. Доброжелательность и поддержка семьи помогают воспитать в детях чувство собственного достоинства, уверенности в себе и способность отстаивать собственное мнение. Лучшим иммунитетом к наркотикам является оптимистическая, активная, целеустремленная и конструктивная жизненная позиция.

Детям очень важно внимание близких людей, доверительное общение с ними. Родители должны уметь слушать и слышать детей, вникать в суть их проблем, уметь анализировать ситуации, давать советы по соблюдению правил личной безопасности.

Родители должны быть настоящими друзьями своему ребенку. Если у него возникли проблемы (с наркотиками, в общении со сверстниками и др.), нужно помочь принять верное решение, при необходимости убедить обратиться за помощью. Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал.

Новые психоактивные вещества - новая угроза

В последнее время на наркорынке нашей страны наблюдается замена наркотиков растительного происхождения синтетическими психотропными веществами, которые используются для изготовления курительных смесей (спайс) и марок. Новые наркотики за короткий срок стали популярны в молодежной среде. Продавцы курительных смесей утверждают, что их товар легален и безопасен. Это откровенная ложь. По силе воздействия синтетические каннабиноиды пятикратно превосходят тетрагидроканнабинол, содержащийся в марихуане. По данным медицинских исследований, употребление синтетических наркотиков имеет следующие *последствия*:

- скорое и необратимое разрушение организма;
- психические расстройства (галлюцинации, бред, неадекватность поведения, мания преследования и др.);
- высокий суицидальный риск;
- токсическое повреждение органов и систем организма;
- ухудшение памяти, снижение умственной деятельности, слабая концентрация внимания;

изменение, деградация личности ("опустошение" психики, снижение интересов, обеднение эмоций);

деформация межличностных отношений (неспособность проявлять внимание к окружающим людям, социальная дезадаптация);

угроза здоровью будущих поколений;

риск совершения преступлений.

Увидеть и понять

Родителям важно как можно раньше заметить изменения в поведении и состоянии ребенка, которые могут быть вызваны приемом наркотиков. Это даст шанс исправить ситуацию и избежать необратимых последствий.

Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков:

следы от уколов и порезов (на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях, ногах);

состояние вялости, заторможенности, стремление к покою, сменяемое необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью;

погруженность в себя, разговоры с самим собой;

заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;

неустойчивость эмоционального состояния: внезапные и резкие изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычайными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без видимой причины;

необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам;

сужение круга интересов, безразличие к прежним увлечениям, спорту, учебе;

общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются указанные черты;

игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы - ночью;

неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;

быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная, нечеткая речь;

очевидные лживость, изворотливость, цинизм и беспокойство;

ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям;

постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей или знакомых, при этом большие денежные траты, которые ребенок не способен объяснить;

ничем не объясняемое позднее возвращение домой в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного;

последующее за этим трудное пробуждение по утрам;

изменение внешнего облика - неряшливость, худоба, бледность, землистый цвет, покраснение, маскообразность и одутловатость лица, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность либо, наоборот, оживление мимики, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи;

неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные или неточные порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя;

умственные и (или) физические отклонения от нормы - замедленное мышление, снижение реакции, потеря веса, аппетита, тремор (мелкая дрожь), тошнота, частый насморк, хронический кашель, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т. п.;

пропажа денег, вещей из дома или в классе;

запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т. д.);

обнаружение предметов, сопутствующих употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток, шприцев, игл, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, самокруток и др.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение.

Если вы уверены, что ваш ребенок употребляет наркотики

Скажите ему прямо о вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите, что вы против употребления наркотиков и намерены вмешаться в ситуацию.

Если вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста - нарколога.

Не откладывайте решительные действия. Если имеются явные признаки употребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.

Больше информации о наркомании:

www.narkotiki.by - о наркомании и помощи наркозависимым в Беларуси.

www.hrbelarus.info - о программах снижения вреда, вызванного употреблением наркотиков.

www.nodrug.by - сайт общественного объединения "Республика против наркотиков".

Климович Н.В., методист ГУО «Гродненский областной институт развития образования»