
Как распознать, что твой ребёнок подсел на наркотики и избежать этой беды?

Специалисты едины во мнении: причины склонности к наркомании разнообразны, и, прежде всего, они коренятся в индивидуальных особенностях человека, которые формируются в процессе воспитания в семье с самого раннего детства. Вот наиболее общие рекомендации по предупреждению наркомании у детей.

Во-первых, необходимо стремиться к поддержанию здоровых взаимоотношений в семье. Доверие, принятие, уважение, поддержка – это то, что дает каждому члену семьи опору и возможность устоять в сложных жизненных ситуациях. Они не возникают сами собой, а являются результатом обучения.

Во-вторых, приветствуется воспитание лидерских качеств у ребенка. Это дает возможность противостоять влиянию, оказываемому извне, и отстаивать собственную позицию.

В-третьих, необходимо обеспечить досуг подростка: спорт, хобби, общение по интересам и т. п. Если человек самореализуется и достигает определенных результатов, его самооценка повышается, появляется уверенность в себе. К тому же, заинтересованный, целеустремленный человек не страдает скукой и не защищается от нее опьянением.

В-четвертых, превосходно, когда в семье есть общие интересные занятия и увлечения. Влияния сверстников все равно не избежать, но если в дружной семье есть интересное общение и общие цели, ее ценности перевесят деструктивные (разрушающие) ценности уличного окружения.

В-пятых, важно проявлять внимание к окружению подростка: личное знакомство с друзьями, знание условий их жизни, интересов, событий. Порою, это довольно сложно осуществить, не прибегая к сверх контролю. Знание обстоятельств его личной жизни возможно только при условии взаимного доверия членов семьи. При наличии в окружении ребенка лиц, употребляющих наркотики, лучше всего, если они будут под любыми предлогами удалены из круга общения подростка: слишком велика вероятность «заражения».

В-шестых, никто не отменял ценность психологической грамотности и навыков, позволяющих конструктивно и своевременно разрешать проблемы и конфликты. Неблагополучное психологическое состояние может накапливаться подспудно, если проблемы и конфликты, которые вполне естественно возникают в жизни каждого человека, не будут вовремя разрешаться. В таком случае желание разрядки может привести к употреблению наркотических веществ.

И наконец, четко выраженное отрицательное отношение к наркотикам со стороны всех членов семьи. Это мнение должно проявляться в каждом случае, когда заходит речь об употреблении наркотиков и косвенно при обсуждении жизненных ситуаций, фильмов и т. д. Вряд ли помогут специальные нотации. Это мнение должно выражаться прямо по случаю и подразумеваться во всей линии поведения членов семьи. Естественно, что информация о наркотиках и их губительных последствиях должна быть правдивой и достоверной.

К признакам употребления психоактивных веществ у детей и подростков можно отнести следующие:

- Частое и долгое отсутствие дома, избегание участия в семейных делах,
- Изменение круга общения,
- «Конспиративные» разговоры по телефону,
- Охлаждение интереса к прежним увлечениям, учебе,
- Частая раздражительность, вспыльчивость,
- Нарастание эгоизма, лживости,
- Немотивированное изменение самочувствия и активности,
- Финансовые трудности: частые просьбы денег без убедительного объяснения причин, исчезновение денег и вещей из дома,
- Изменение внешнего облика: неопрятность, специфический запах от одежды, обнаружение специальных устройств и химических препаратов в личных вещах,

- Признаки алкогольного или наркотического опьянения (изменения цвета кожных покровов, диаметра зрачков, нечеткость речи, нарушение координации движений),

- Положительные результаты анализов на содержание ПАВ с помощью тест-полосок.

При подозрении у родителей, что их ребенок употребляет какие-то вещества или курит, необходимо обратиться к специалисту психиатру-наркологу.