

Лекция о вреде наркотиков

«Здоровье выпрашивают себе люди у богов, но то, что в их собственной власти сохранить его, об этом они не задумываются» Демокрит.

26 июня отмечается Международный день борьбы с наркотиками.

Анализ ситуации в РФ свидетельствует о дальнейшем обострении проблемы распространения наркомании в мире и стране. В 21 веке уровень наркотизации молодежи перешагнул рамки медицинской проблемы и стал проблемой социальной.

А это- симптом неблагополучия в социальной практике страны, и прежде всего в практике воспитания детей. Наркопреступность расширяет свои географические и возрастные границы, являясь серьезным фактором, негативно влияющим на социально- демографическое и нравственно- правовое состояние общества. За пять лет общее число больных наркоманией увеличилось. Для России основными наркотиками являются опий из мака и маковой соломки и героин.

В декабре 2004 года Совет Европейского Союза утвердил стратегию Европейского Союза в отношении наркотиков на период 2005-2012 года. В стратегии подтверждается комплексный междисциплинарный и взвешенный подход Европейского Союза к проблеме наркотиков.

Наркомания представляет угрозу жизни и здоровью не только отдельного человека, но и всего общества. Большинство наркоманов не работает, поскольку они способны к трудовой деятельности только в начале заболевания и то лишь в состоянии наркотического опьянения. Далее, почти две трети потребителей наркотиков- молодые лица до 30 лет, а это создает благоприятные условия для появления новых и разрастания старых преступных структур, занятых незаконным оборотом и сбытом наркотиков, что может предвещать наркотизацию общества в будущем. Чем больше среда активного потребления наркотических средств, тем больше спрос на наркотики.

Нельзя снимать со счетов вторичную угрозу здоровью и жизни людей в виде заражения наиболее опасными болезнями- гепатитами и ВИЧ- инфекцией, венерическими болезнями, наркоманы являются активными распространителями данных заболеваний.

И самая страшная проблема для страны- снижается численность населения вследствие стремительного сокращения продолжительности жизни, снижения рождаемости, что является результатом нежелания или неспособности иметь детей молодыми людьми. А алкоголь и наркотики вносят в этот процесс свой вклад. Больной наркоманией или алкоголизмом, будь то мужчина или женщина, не может дать жизнь нормальному здоровому ребенку, а во многих случаях вообще оказывается бездетным. Среди детей, родившихся у наркоманов, велик процент аномалий в развитии, врожденных уродств, повреждений мозга. А эта проблема ложится на плечи чаще всего окружающих людей и государства.

Наркотизация наносит травму личности растущего ребенка в физическом и психологическом плане, в этот момент происходит становление самопознания, жизненных ценностей, идеалов, убеждений, планов на будущее, интенсивный рост организма.

Последствия приема психоактивных веществ. Современная медицина не располагает эффективными средствами, позволяющими полностью излечить данное заболевание. В то же время, если человек не лечится, то болезнь прогрессирует очень быстро, и на фоне выраженных психических и соматических расстройств наступает полное разрушение личности. Можно даже нарисовать и представить типичный портрет наркомана: говорит тихо, часто- с паузами, желая что-то скрыть.

Руки безвольно висят вдоль туловища. Человек часто сплевывает, скалит зубы, облизывает и жуёт губы. Его мимика агрессивно- предупредительная. Над приподнятыми бровями ранние горизонтальные морщинки. Пронзает пристальным взглядом прищуренных тусклых глаз- блеск в глазах появляется только при наркотическом опьянении.

Он - социальный труп с угасшими здоровыми стремлениями. Учеба, работа, семья - все его не интересует, он живет в другом мире, а в реальном мире он- гость. Мгновения кайфа- приговор к ранней, мучительной смерти. Наркоман-как пещерный человек, его век короток. Пристрастившийся в 18 лет, к 20 годам становится хроником- нуждается в ежедневном допинге. Даже у тех, кто отличался атлетическим здоровьем, почти нет шансов дожить до 30 лет. Лечиться следует обязательно!

Механизм развития зависимости В норме в человеческом организме образуются особые вещества- естественные гормоны радости, которые производят стимуляцию особых «зон комфорта» в центральной нервной системе, в мозге, и это необходимо для поддержания тонуса всего организма и его работы. И мы своим питанием, эмоциями, активной жизненной позицией, физическими упражнениями способствуем выработке этих гормонов удовольствия.

Если же человек начинает принимать химические соединения, наркотики, стимулируя искусственно эти зоны комфорта, то организм теряет способность их вырабатывать сам, а результат- потребность в искусственной стимуляции становится неудержимой. Организм быстро привыкает к ним, требуя все новых доз. Без них - страшные мучения, ломка.

Ломка сопровождается подавленным настроением, раздражительностью, сильной головной болью, мышечными болями...Эти пытки толкают на любые преступления, лишь бы добыть наркотик. Обратите внимание- человек боится именно пытки, ломки, а не ждет уже мгновений кайфа. Сделав укол или приняв таблетки, наркоман испытывает такое же облегчение, как голодный, получивший кусок хлеба.

Что касается вдыхания паров наркотических веществ, то здесь проявляется типичная картина отравления с соответствующим нарушением деятельности нервной системы. Малая доза препарата приводит к непродолжительному обмороку, вызванному кислородным голоданием клеток головного мозга, и значительная часть этих клеток отмирает.

На первых порах у организма наблюдаются защитные реакции в виде плохого самочувствия, тошноты, рвоты, головных болей, но если эксперимент продолжать, то повышается устойчивость организма к яду, требуются большие дозы, и защитные реакции исчезают. Формируется сначала психологическая зависимость, а позже, когда наркотики впишутся в обмен веществ- и физическая, ведущие к нарушению всех функций организма, к психопатизации и деградации личности.

Причины злоупотребления наркотиков и алкоголя. Они актуальны особенно в среде несовершеннолетних.

- Социальная согласованность- типична для подростковой группы- если один попробовал кайф, то ему подражает и вся компания, все хотят казаться взрослыми и опытными и, самое главное, стремятся показать свою принадлежность к данной группе. Это относится ко всем наркотикам-от никотина, алкоголя до героина.5,2%

- Удовольствие- одна из главных причин, почему люди употребляют наркотики- это сопутствующие и приятные ощущения, от хорошего самочувствия до мистической эйфории. Но это вначале, позже- муки ломки, слишком большая цена за удовольствие.8,6%

- Доступность. Нелегальное потребление наркотиков наиболее высоко там, где они легче доступны, например, в крупных городах. Применение легальных наркотиков возрастает с доступностью. Например, алкоголизм распространен среди торговцев спиртными напитками. И статистика судимостей за сбыт наркотиков и употребления наркотиков так же коррелируется.

- Любопытство- банально- заставляет некоторых принимать наркотики.45,2%

- Враждебность- применение наркотиков может выглядеть символом оппозиции ценностям общества. Когда человек отвергает общество и все альтернативы, включая самого себя, свои надежды и цели, возникающее чувство бессмысленности жизни, изоляции и неадекватности делает его предрасположенным к хронической наркомании. Это может быть вызовом обществу, родителям, учителю, начальнику...

- Достаток и досуг могут привести к скуке и потере интереса к жизни, и выходом, и стимуляцией в этом случае могут показаться наркотики.19,1%

- Уход от физического стресса- чисто в психологическом плане мотивация явно болезненного характера- бегство от проблем и тревог, от стресса.

Большинству людей удастся справиться со стрессовыми ситуациями в их жизни. А для некоторых наркотики становятся убежищем, ложным центром, вокруг которого вращается их жизнь.16,5%

Общеизвестно, что предупреждение недуга, в том числе и социального, гораздо эффективнее, нежели лечение запущенной болезни. На примере других стран доказана эффективность антинаркотического воспитания молодежи, основанного на использовании различных форм профилактической работы. Человек должен восприниматься как биопсихосоциальная модель личности с учетом его духовного начала.

Первичная профилактика-ее задача- уберечь детей от первого, во многих случаях рокового потребления психоактивных веществ на ранних этапах их взросления. Проводится широко, повсеместно, со всеми детьми и подростками, пока они здоровы и не втянуты в роковые пристрастия.

Вторичная профилактика- сохранение здоровья детей и подростков, уже имеющих опыт потребления.

Третичная профилактика- предназначена для продления жизни лиц, страдающих сформированной зависимостью путем предупреждения повторных рецидивов после лечения.

Подходы и методы разные. Вторичную и третичную профилактику проводят профессионально подготовленные специалисты- медицинские и социальные работники, сотрудники соответствующих отделов милиции.

При первых приемах ПАВ дети не всегда осознают свои действия в полной мере, это очередной эпизод познания мира и нового, не считают свои действия необычными и опасными. В их среде бытует мнение, что наркотики помогают расслабиться, успокоиться, а они сами никогда не станут опустившимися наркоманами, всегда смогут отказаться, наркотики употребляют сильные и талантливые люди. И далеко не всегда патологическая потребность формируется легко и быстро, это нужно учитывать при проведении профилактических мероприятий.

Подготовленные дети становятся существенной преградой на пути распространения наркотиков, создается своеобразный иммунитет к наркотикам а это- реальная возможность снизить спрос на наркотики и повысить эффективность борьбы с нарастающим агрессивным наступлением наркомафии на здоровье и жизнь наших людей. Естественная задача школы- дать знания и практические навыки своим ученикам по сохранению здоровья и самой жизни, так как без этих знаний в будущем, может случиться, и не понадобятся все остальные школьные науки.

Главная задача первичной профилактики- формирование типа поведения молодежи, отвергающего применение психоактивных веществ с целью стойкого изменения состояния сознания , причем типа поведения в масштабах всего общества.

Принципы первичной профилактики

-тотальность-со всеми здоровыми без исключения

-конструктивный характер- преследование цели не только изменить неблагоприятные установки, но и изначально строить желательные, позитивные.

Главное направление- формирование у детей навыков принятия правильных решений в трудных жизненных ситуациях

-опережающий характер воздействия-мы должны опередить «опытных » сверстников и более старших товарищей, высмотреть опасности в среде обитания.

-непрерывность-профилактика должна стать каждодневной работой

-адресность -профилактика должна быть лично- ориентированной, в соответствии с полом, возрастом, социокультурными факторами микро и макро среды.

-комплексность-объединяя силы педагогов, психологов, врачей, родителей, культработников и организаций: школ, правоохранительных органов, молодежных клубов, детских садов, госадминистрации, медучреждений, общественных объединений и церкви. Сказано в Библии «...что невозможно человекам, то возможно Богу...».

Формы и средства, адаптированные к молодежной аудитории КВН, конкурсы, соревнования, тематические шоу, спектакли, концерты, стенды ,круглые столы, плакаты...Полезны выступления перед сеансом врачей, работников милиции с демонстрацией видео материалов. Активность сотрудников милиции по ограничению доступности наркотиков, выявление распространителей, курьеров. Эффект достигнется только при объединении усилий учреждений культуры, спортивных организаций, церкви, здравоохранения, милиции, школы и родителей.

Основные направления первичной профилактики наркоманий

- строгие меры противодействия курению, распространения алкоголя и наркотиков

-информационно- просветительная работа среди учащихся и их родителей

-своевременное выявление функционально- несостоятельных семей и коррекция условий семейного воспитания

- своевременное выявление и разрушение групп, для членов которых характерны отклонения в поведении
- организация досуга несовершеннолетним в значимых для них и социально поощряемых формах
- исследование личностных ресурсов учащихся
- тренинг социально- психологических навыков устойчивости подростков к употреблению ПАВ, развитие навыков общения в условиях проблемных жизненных ситуаций, формирование своего «Я», чувства принадлежности к городу, району, школе, двору, формирование установки на здоровье как сверхценность.

Помощник прокурора
Пролетарского района г. Тулы
юрист 2 класса

М.В. Игнашин

НАРКОТИКИ И ДЕТИ

Всё больше и больше несчастий связано с наркоманией, всё больше жизней уносят наркотики. Здесь вы найдёте информацию, которая поможет вам, родителям, разобраться в причинах употребления детьми наркотиков.

О наркотиках ходят различные слухи, распространяется много лжи, неверных данных. Здесь информация, которая поможет родителям чувствовать себя более защищенными и не укорять себя всю жизнь за то, что они что-то не доглядели, что-то просмотрели, на что-то не обратили внимания.

Материального обеспечения и родительской любви не достаточно, чтобы обеспечить ребятам безоблачное детство. Мы должны знать, что нам противостоит очень жестокий, изощренный наркобизнес. А также изобретательность людей, которые навязывают наркотики, зарабатывая на этом деньги. Что нужно знать в первую очередь? Наблюдайте за поведением своего ребёнка! А знать вы должны о том, что наркомания возникает не в несколько часов, не от первой покурки анаши или от употребления каких-либо таблеток. Она развивается в течении месяца или нескольких месяцев, ещё до начала регулярного употребления наркотиков. И в это время вы можете заметить изменение в поведении своего ребёнка. В этот момент он еще не болен, и чаще всего полноценной, заинтересованной беседы, когда вы рассказываете ему о том, что такое наркотик, что он может сделать с жизнью, бывает вполне достаточно, чтобы ребёнок утратил к ним свой интерес или, во всяком случае, был более осторожным. Если вы пропустите этот момент, то продолжение употребления наркотиков (так называемый экспериментальный период очень быстро завершается, превращаясь в болезнь, на лечение которой потребуются многие и многие месяцы, или годы). На что вы обращаете внимание? В первую очередь ваше внимание привлекает три главных симптома или признака, которые безошибочно могут быть вами определены:

Резкие перепады настроения, причём эти перепады настроения ни в коей мере не связаны с реальной действительностью, которая окружает вашего ребенка. Это как бы сами по себе какие-то волны, амплитуда которых достигает крайних точек: беспечной весёлости, безудержной энергичности, которые быстро, обвалом сменяются апатией, безразличием, нежеланием ничего делать. И эти циклы не связаны с успехами или неудачами в школе, с друзьями или новой какой-то информацией, они как бы сами по себе.

Изменение ритма сна: ребёнок в течении дня может быть сонлив, вял, медлителен, а к вечеру, придя с прогулки, проявляет энергичность, желание что-либо делать, ребёнок не засыпает вовремя; вы можете видеть, что он ночь напролёт занимается либо компьютером, играет на гитаре, прослушивает музыкальные записи, а на следующий день вновь сонлив, заторможен.

Изменение аппетита и манеры употребления пищи, у ребёнка меняется ритм еды: он может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, опять таки я обращаю ваше внимание, что, придя с прогулки, он может съесть пол кастрюли борща, батон хлеба, попросить добавки. И сама манера еды обращает на себя внимание: она становится жадной, порывистой, и врачи называют такое состояние проявлением волчьего голода. Помните, что такое состояние чаще всего возникает после того, как он накурился анаши, на выходе из опьянения. Ребёнок редко приходит домой, особенно в начале своей наркотической карьеры, с откровенными признаками наркотического опьянения. Их он выгуливает в своём

кругу. Домой же он возвращается уже несколько заторможенным, вялым, и в то же время набрасывается на еду и поглощает её в безмерных количествах.

Это физиологические изменения в организме ребёнка, которые вы легко могли бы обнаружить.

Вот воспоминания одной наркоманки: “Когда я в свои 14 лет начала пробовать анашу, я постоянно приходила домой, имея волчий аппетит. Моя мама тогда не обратила внимания, но я действительно очень плохо засыпала, и, самое главное, когда я просыпалась, у меня действительно всегда было плохое настроение. За целый день я могла не съесть ничего, но потом, приняв очередную дозу анаши, я естественно приходила и набрасывалась на эту еду. Изменился мой сон, и изменился мой аппетит - это безусловно.”

Знание признаков употребления наркотиков существенно облегчает вам разговор с вашим ребёнком и выяснение прочих обстоятельств. Здесь же нужно отметить, что каждый отдельно взятый признак, который я назвал и еще назову, сам по себе может ничего не значить и может встречаться у любого ребенка в силу каких-то обстоятельств. И я подчеркиваю, что если вы не находите в этих обстоятельствах ничего такого, что могло бы изменить поведение или самочувствие вашего ребёнка, и если этих признаков 2,3,4,5, то тут конечно подходит момент, когда вам нужно бить тревогу.

И самое главное, если вы заподозрите, что с ребёнком что-то неладное, необходимо искать помощи хотя бы на уровне консультации с грамотным врачом, который знает, как подойти к решению этих вопросов. Итак, вы наблюдаете за поведением ребёнка и обнаруживаете, что в прошлом учебном году ребёнок интересовался учёбой, оценками, радовался своим успехам, а тут вдруг, как будто ребёнка подменили: учебники заброшены, нет интереса ни к рисованию, ни к спортивным занятиям, ни к обсуждению того, что происходит в школе – школа для ребёнка как бы перестаёт существовать. Точно также ребёнок быстро показывает вам, что ему не интересно то, что происходит дома (особенно это заметно у малолетних ребят, которые ещё недавно, за месяц до дня рождения своих родителей, рисовали открытки, обдумывали, какой подарок они могут сделать на день рождения, сегодня даже не вспоминают о том, что надо поздравить маму или папу в день рождения). Абсолютная безучастность и отсутствие интереса к тому, что происходит в доме. Резко меняется отношение к жизни, и ребёнок в это время начинает проявлять всё больше и больше интереса к музыке, причём к той её части, которую музыкой назвать достаточно трудно – это металлический барабанный бой, это ритм, который позволяет ребёнку отвлечься от неприятных переживаний (а в это время их уже у него предостаточно) и держит его в каком-то таком отключенном состоянии.

Следующими признаками являются раздражительность, нетерпимость, иногда плаксивость, очень часто агрессивность. Те признаки, которые уже были названы, вполне достаточны для того, чтобы начать разговор с ребёнком о том, что с ним происходит.

Следующий момент является очень важным проверочным моментом, не напрасно ли вы беспокоитесь. В разговоре с ребёнком вы упоминаете слово наркотик, и если вы видите настороженность ребёнка, а она проявляется тем, что ребёнок начинает заглядывать вам в глаза, иногда прищуривается, иногда отстраняется, и вы видите маскируемый интерес: “А знает ли что-то? Почему об

этом зашла речь?” Это говорит о том, что ребёнку есть что скрывать, и очень важно продолжить с ним разговор.

Еще одним очень важным признаком, на который следует обратить внимание, является манера разговора ребёнка, а не только его эмоциональная реакция. Вы обращаете внимание на время, которое проходит между вопросом, который вы задаёте, и ответом, который даёт вам ребёнок. Это – так называемая задержка общения, задержка ответа. Вы обращаете внимание на то, что вопросов и получением ответа от вашего ребёнка очень большая пауза, вне зависимости от того, что пауза может быть заполнена большим количеством слов. Но осмысливая ответ ребёнка вы вдруг обнаруживаете, что на вопрос, который вы задали, собственно ответа вы и не получили – это тоже задержка ответа. Иногда до смешного: вы хотите это проверить, задав вопрос уж совершенно казалось бы на который можно ответить автоматически, спросите: “Как тебя зовут?” И не удивляйтесь, если в ответ вы получите: “Меня?” Эта задержка, с одной стороны, говорит о том, что ребенок погружен в очень тяжелые накопившиеся у него переживания, а с другой, что он полностью отсутствует во время разговора с вами, и конечно, он не ориентирован на то, чтобы откровенно дать вам какую-либо информацию о своём самочувствии или своём поведении. Если вы обнаруживаете такие моменты в поведении ребёнка, то вам нужно идти дальше и на этом этапе только наблюдать за своим ребёнком. И не удивляйтесь, если вы обнаружите, что друзья, с которыми он общался, которых вы знали, которые приходили к вам в дом, звонили и общались с вашим ребёнком – вдруг они исчезли. Ребёнок может демонстрировать отсутствие интереса к своим бывшим приятелем и друзьям. Тем не менее, кто-то остается в его поле зрения, и вы это чувствуете: если раньше ребёнок мог говорить часами по телефону, обсуждая фильм, отношения, какие-либо спортивные достижения и т.д., то сейчас вы слышите его разговор в стиле телеграфа: да, бегу, во столько-то, там-то. Вы никогда не знаете, кто ему звонил, вы не знаете, куда он рвётся. И если вы пытаетесь его задержать, то напряжение, которое возникло во время начала разговора о наркотиках, переходит в агрессию, озлобленность, и ребёнок действительно покидает дом, иногда громко хлопая дверью. Этот признак является достаточно серьёзным, чтобы вы поняли, что вашим ребёнком кто-то или что-то руководит.

Ваше внимание может также привлечь неряшливость внешнего вида. Дети начинают отдавать предпочтение таким супермодным проявлениям, как кожаные куртки с заклёпками, массивные ремни с большими бляхами, разрисованные джинсы, иногда дети начинают имитировать наколки, разрисовывая руки, специфически проявляется вкус к причёскам - во всяком случае вы всё больше и больше замечаете во внешнем виде вашего ребёнка определённый вызов и противостояние обычной нормальной культуре, присущей детям 10,12,14 лет, иногда и более старшего возраста. У ребёнка в речи могут измениться обороты, способы выражения, и всё чаще и чаще начинают проскальзывать сленговые или жаргонные выражения. Вам нужно будет познакомить с этим жаргоном

Совершенно очевидные, но часто тщательно скрываемые признаки – это следы от уколов, а также следы того, что ребёнок сам уж готовит наркотики. Здесь нужно быть более искушенными, более наблюдательными, а самое главное – в этот момент вы должны решить для себя следующую проблему: остаётесь ли вы родителями этому ребёнку или вы все-таки продолжаете играть с ним в дружбу. В этот период игра в дружбу, к сожалению, обойдётся вам очень дорого. Родители

имеют право и должны в этот период, когда у них появились сомнения в поведении своего ребенка, досматривать своего ребёнка. И тогда не удивляйтесь, если вы увидите свою дочку в жаркий летний день с длинными рукавами, стремящуюся не попадаться вам на глаза в то время, когда руки не прикрыты. Или совершенно неуместно ребенок на даче будет предпочитать длинные брюки. Обращайте на это внимание. И вы можете подойти и посмотреть локтевые сгибы - если вы увидите следы от уколов, то это прямой повод для разговора с вашим ребенком. Обращайте внимание на зрачки, цвет кожи, запахи. Осматривая одежду своего ребёнка обратите внимание на ничего казалось бы не говорящие упаковки от известных или неизвестных вам лекарств, или коробок с зеленой травой со специфическим запахом, иглы, шприцы. Обратите внимание также на домашние атрибуты химической лаборатории. Иногда в ваше отсутствие, когда вы работаете, дети собирают свою компанию и сами готовят для себя наркотики, и вы можете почувствовать, придя с работы почувствовать запах ацетона, уксусного ангидрида, эссенции. Вы можете увидеть закопченные пенициллиновые флакончики или какие-то другие стеклянные приборы, миску, которая будет и прокопченной и обожженной, марганцовку. Обратите внимание на это и поинтересуйтесь, чем занимается в ваше отсутствие ваш ребёнок. И если у вас появятся достаточные основания – постарайтесь в этом поподробнее разобраться, потому что “винт” – один из самых ходовых в молодежной среде наркотиков, да и производные маковой соломки готовятся у вас на кухне. Кстати на запахи ацетона, ангидрида обращайте внимание даже тогда, когда вы проходите в подъезде. Если вы в своем подъезде чувствуете эти запахи, то значит в вашем подъезде готовят наркотик. Чем ближе наркотик находится к вашему ребёнку, тем больше шансов ему заинтересоваться этим.

Обращайте внимание также и на ширину зрачков. Как правило, во время употребления наркотиков, зрачки чрезмерно расширены или чрезмерно сужены. Проверочный момент может быть такой: вы приглашаете ребенка к разговору, подводите его к окну и обращаете внимание на то, как быстро зрачки реагируют на свет. Как правило, под наркотическим воздействием, скорость реакции зрачков существенно замедлена, и это можно увидеть даже непрофессиональным взглядом. Окраска кожи, лица (у детей, которые начинают регулярно курить анашу) на щеках, ближе к носу, как правило появляется розовая бабочка – не путайте с румянцем на щеках – признак здоровья. Запах анаши, к сожалению, передать на бумаге невозможно: это неестественный, необычный запах, и в определенной мере напоминает запах распаренного веника.

Следующими отклонениями, на которые тоже надо обращать внимание, являются поведенческие признаки, но они уже имеют отношение к так называемому криминальному поведению: из дома начинают пропадать вещи, книги, золото, аппаратура – короче вещи, которые можно очень быстро сбыть. Обращайте внимание на содержимое своих кошельков в этот период и попытайтесь запомнить ту сумму, которую вы оставляете дома без присмотра. Также могут быть значимыми аресты (в связи с вождением автомобиля или мотоцикла в нетрезвом состоянии), сообщения из милиции о задержании их в связи с хулиганством или с другими факторами негативного поведения, совершения краж, других противоправных действий. Естественно, ребёнок не приходит и не рассказывает вам, что он с друзьями, как они говорят, кинул еще одну квартиру. К сожалению, многие родители попадают на эту уловку и считают, что в этом возрасте дети

научились зарабатывать деньги и это признак не только их психического здоровья, но и социального благополучия – бойтесь этого! Как только ребёнок вовлечён в сферу торговли, мошенничества – вы сами решите, какая сумма является для него чрезмерно большой. Чрезмерно большие деньги получают только при перепродажи наркотиков, что очень часто и делают дети, чтобы заработать себе на очередную дозу.

Что же такое наркомания? В медицинском смысле – это зависимость от химического вещества, вызывающего привыкание, влияющего на физиологическое и психическое состояние человека и вызывающего зависимость от этого химического вещества. Образно говоря – это дорога на кладбище, возможно с одной остановкой за колючей проволокой, и родители должны это понимать, как бы это не было страшно.

Наиболее распространенный наркотик, во всяком случае в российских городах, – это конопля (растение, из которого добывают гашиш)

ВИДЫ НАРКОТИКОВ

Все эти виды наркомании, хотя и имеют частные отличия в своих применениях, объединяются главными симптомами, которые можно заметить в поведении человека, и их надо знать, чтобы определить время и точность своего отношения и планирования возможности помощи человеку, зависящему от наркотиков. И не случайно зависимость вынесена на первый план. Иными словами наркомания – это постоянная необходимость употребления наркотиков и испытания определённых ощущений под действием этих наркотиков.

В поведении ребёнка, принимающего наркотики, помимо тех признаков, о которых говорилось выше, появляются специфические моменты, которые можно заметить. Первое, что бросается в глаза – это полная отстраненность ребенка от реальных событий в жизни, семье. Ребёнок старается не разговаривать с родителями, не общаться с ними, не интересуется тем, что происходит дома, а на попытки поговорить с ним либо отвечает полной отрешённостью или незаинтересованностью, или агрессией и гневом. Оставь меня, не трогай меня, мне нужно подумать, что ты вмешиваешься в мои дела – наиболее частые фразы, которые говорит ребёнок при попытках родителей поговорить с ним. И если родители видят в это время у ребёнка расширенные зрачки, сосредоточенность на каких-то переживаниях, которыми ребёнок не делится: чаще всего ребёнок старается уйти от этого разговора, просто уйти “с глаз долой”. При этом он проявляет нервозность, нетерпимость, иногда повышенную суетливость. Всё это говорит о том, что физиологически ребёнок чувствует большой дискомфорт и проявляет те самые симптомы, которые и побуждают его искать помощи и выхода в наркотиках.

Вслед за этим, если ребёнок не покидает дом и не получает очередную дозу, вы можете заметить отчетливые признаки физической зависимости от наркотиков. В частности, если это опять, то вслед за этим возникает резко выраженное беспокойство и бессонница, ребёнок не находит себе место, мечется по квартире: то он ложится, то садится, то вскакивает, то бежит в ванну. Потом вы можете заметить слезы, слюнотечение. У ребёнка появляется насморк. Как правило наркоманы маскируют это состояние, жалуясь на гриппозное состояние, которое, впрочем, очень внешне похоже, с той лишь разницей, что в этот период еще

больной может не чувствовать сильной головной боли и скованности в мышцах. Эти симптомы появляются несколько позже – через 5, 6 а то и 8 часов. Потом уже совершенно очевидным является болезненное ощущение у ребёнка, хотя он может и скрывать это от родителей, но видно, что он поглаживает себя по спине, пытается распрямиться, сгибается, пытается гладить колени, двигает ногами и, если вы внимательно посмотрите за поведением такого человека, вы легко заподозрите, что он испытывает болевые ощущения. Такое состояние длится несколько суток и сменяется полным обездвиживанием, нежеланием общаться, полным уходом в себя. То есть несколько дней этот человек будет находиться в состоянии между бодрствованием и сном, как бы в летаргическом состоянии. Эти признаки объединены термином абстиненция, то есть синдромом лишения. Это состояние достаточно острое, болезненное. Но мы бы хотели предостеречь родителей, чтобы они не попадались на уловки наркоманов, рассказы которых очень часто печатаются в прессе, запугивающие людей, что если в этом состоянии наркоман не получает наркотики, то он может умереть.

Опасность абстиненции во многом преувеличена, особенно если речь идёт о жизни пациента. Случаев смертельных исходов в пике абсидентного синдрома практически не наблюдается. И в этом смысле не следует идти на поводу у расхожих в прессе мнений в плане того, что наркоману обязательно в этом периоде надо назначать наркотики. Есть вид наркомании – это зависимость от барбитуратов (барбитуратизм), когда назначение снотворных препаратов, по медицинским соображениям, оправдано. Но всё же, лучше всего это делать под наблюдением врача. Маленькие дозы барбитуратов, в период лишения наркомана наркотиков, могут предотвратить развитие судорожных симптомов. Все же остальные виды наркотизма не нуждаются для отрыва пациентов от наркотиков в назначении так называемых наркотиков. Хотя наркоманы, как правило, драматизируя состояние абстиненции, в десятки раз преувеличивая страдания, которые они на самом деле испытывают, часто склоняют родителей к тому, чтобы они давали деньги на наркотики, или уж во всяком случае снабжали их транквилизаторами, обезболивающими всякими. Все это ни в коей мере не помогает купировать абстиненцию, а только продлевает её. Это необходимо знать.

В этом периоде лучше всего давать обильное питьё, большое количество витаминов, гораздо большее, чем это рекомендовано врачами для нормального рациона (весь комплекс витаминов). Облегчить болевые ощущения может горячая ванна, потение и элементарный уход. Как правило, в этом периоде больные отказываются от еды и особенно переживать из-за этого не нужно, потому что в течении суток, может даже больше времени этого, один из дополнительных симптомов абстиненции (лишения наркотика) будут расстройства деятельности желудочно-кишечного тракта, иными словами – просто обильные поносы и иногда рвота. Все это, если пациент в течении двух-трех дней не получает наркотиков, бесследно уходит, и без дополнительного вмешательства это состояние меняется иногда затянувшейся депрессией на фоне явно выраженного астенического состояния, т.е. состояния слабости, когда больной не только работать, а и свободно передвигаться не может, предпочитая лежать, ничего не делать, смотрит в одну точку. И в это время как раз возникают все рецидивы. Наиболее часто, именно в это время, когда уже, казалось бы, самое страшное позади, больной описывает своё состояние, как непереносимую жажду употребления новой дозы наркотика, рассказывая о том, что в голове как бы вертится одна и та же пленка,

приказывающая любой ценой, любой возможностью достать наркотики и прекратить своё собственное страдание. Именно поэтому наркоманы (большинство из них) не в состоянии прекратить свою собственную зависимость. Мы об это рассказываем для того, чтобы было понятно, что абсидентный синдром не является ключевым в зависимости от наркотиков, а наиболее драматичным, наиболее бесперспективным (без дополнительного вмешательства) является именно феномен психической зависимости, когда больной ни о чём, кроме наркотиков думать не может. Это проявляется и во внешнем поведении человека. Вы разговариваете с ребёнком, а он смотрит в одну точку, отвечает вам с большим запозданием, отвечает неполно, и у вас складывается впечатление, что человек, с которым вы говорите, не понимает 80% того, что вы ему говорите, и это надо иметь в виду. Поэтому беседа в этот период складывается из очень коротких, понятных простых фраз, понимание которых очень важно и вы можете достигнуть этого понимания, если сказав несколько слов, вы потом поинтересуетесь: услышал ли вас ребёнок и если услышал, то что он понял из того, что вы сказали.

Иногда мы, пребывая в своих иллюзиях, сверхценно относимся к тому, что мы говорим, думая, что наши слова несут чрезвычайно важную информацию для собеседника, и уж конечно он всё понял, услышал и будет следовать нашим предписаниям. Это далеко не так, поэтому состояние по выходу из абстиненции всё-таки скорее можно сравнить с состоянием больного, у которого, в определённой мере сознание нарушено, т.е. нарушено восприятие, нарушена способность запоминать, нарушена способность воспроизводить то, что этот больной услышал, и таким образом между вами и пациентом существует определённый барьер, о котором вы даже не знаете. И это поможет сохранить вам терпение, в определённой мере самообладание. И не бойтесь в это время повторять то, что вам кажется важным сказать вашему ребёнку несколько раз, иногда даже несколько десятков раз. И вполне возможно, вам удастся преодолеть этот барьер, разбить преграду непонимания и найти полный контакт с вашим ребёнком. Вот пожалуй самые главные моменты, которые связаны с медицинским проявлением зависимости от наркотиков, а в психологическом плане — здесь очень много проявлений тех, о которых было сказано выше. Также вам необходимо хотя бы в общем плане понимать, что такое наркотическое опьянение. И здесь разница очень большая. Например, кокаиновое опьянение проявляется признаками перевозбуждения, как правило больной в состоянии кокаинового опьянения излишне деятелен, инициативен, с той лишь разницей, что вся его инициатива существует ради самой инициативы. Он берётся за десять дел одновременно и не в состоянии завершить хотя бы какое-либо из них. Очень легко воспринимает какие-либо просьбы, говорит, что с удовольствием всё это сделает. И деятельность, к сожалению, даже в таком энергетически обеспеченном опьянении, непродуктивна.

При гашишном опьянении бросается в глаза дурашливость, смешливость — ребёнок может смеяться над коробкой спичек, над включенным или выключенным телевизором — безудержный смех до слёз. И разговор с таким человеком напоминает разговор в психиатрической больнице: человек начинает одну фразу, спотыкается и завершает свою мысль совершенно другим посылом, совершенно не связанным с тем, что он говорит, запинаясь, забывает и речь обычно становится совершенно неадекватной ситуации и теме разговора. Зрочки, как правило, в это время, очень сужены. На жаргоне они называются иголочными по своей ширине. Так же можно было обратить внимание на понижение тембра голоса пациента,

поскольку резко выражена сухость слизистых, иногда даже качество конопли или гашиша проверяется самими наркоманами, как быстро возникают симптомы сухости: наркоман пытается плюнуть, и, если это не получается, то он считает, что качество гашиша достаточно высокое.

При употреблении опять зрачковая реакция неоднозначная. На момент введения препарата зрачки резко сужаются, потом они остаются суженными достаточно долгое время и, на выходе из опьянения, зрачки очень широкие, так же как впрочем зрачки становятся очень широкими и на выходе из гашишевого опьянения. Эти зрачки можно сравнить с тарелками: весь глаз – один черный зрачок. Если родители научатся понимать и различать то состояние своего ребёнка, о котором здесь было сказано, это достаточная информация для того, чтобы иметь представление о том, что у ребёнка на лицо все признаки наркотической зависимости. Конечно, в это время ребёнок нуждается в помощи. Единственную ошибку, которую совершают родители в это время – это удостоверившись, что ребёнок заболел наркоманией, и это стало очевидным, они начинают самостоятельно лечить такого ребёнка, думая, что если они начнут его запугивать, говорить о том, как это страшно – вкладывать устрашающий момент, надеяться на то, что ребёнок одумается, поймёт и будет стремиться к излечению. В это время надо чётко представлять, что когда у пациента состояние острое, когда у него в голове одна единственная мысль: получить тем или иным способом облегчение, он практически неспособен воспринимать то, что ему говорят посторонние для него люди, не обещающие ему дать наркотики. Он, практически, не слушает, а самое главное – не способен услышать то, что ему говорят, а тем более внять здравому смыслу. Поэтому в этом периоде необходимо щадящее, обходительное отношение, которое позволит вам хотя бы удержать ребёнка в поле вашего зрения и начать с ним беседу, когда вы увидите его хотя бы некоторое оживление и заинтересованность, которая так или иначе должна привести его к консультации со специалистом, желательно грамотным врачом, который может предложить тот или иной способ разрешения этой проблемы. Так же не приводят ни к чему попытки посадить ребёнка в изолированном помещении, одеть на него наручники, пристигнуть его к батарее, не выпускать его из дома. К сожалению опыт сотен и сотен родителей, которые рассказывали о попытках таких мер, говорит о том, что ничего положительного они не смогли получить: при первой же возможности ребёнок сбегает, в зависимости от своего характера – иногда путём шантажа, угроз, иногда просто хитрости, и вновь продолжает употреблять наркотики.

Если вы убеждены, что ваш ребёнок уже является больным наркоманией, то поверьте мне, даже врачам общей практики, а иногда и психиатрам, не удаётся сколь бы то ни было эффективно помочь пациентам, больным наркоманией, если эта помощь ограничивается беседами, какими-либо посулами, а чаще всего – просто запугиванием и угрозами. В этой ситуации родители должны сориентироваться и употребить власть для того, чтобы показать этого ребёнка грамотному специалисту, который, во-первых, поможет снять все сомнения и определить, что в этой ситуации можно сделать для вашего ребёнка. Если разговор заходит об общем понимании, что должно происходить и как должно происходить, и если вы убеждаетесь, что ваша беседа ни к какому пониманию не приводит, то вы приходите к крайнему решению. Вы прямо говорите своему ребёнку, что ты уже взрослый человек, ты обладатель своей собственной жизнью, и ты можешь делать со своей собственной жизнью всё, что ты хочешь. Мы сожалеем, мы сочувствуем,

что твоя жизнь может оборваться из-за наркотиков и готовы оказать тебе любое содействие, любую помощь в случае, если ты выскажешь желание с этим справиться. Если нет, то, наряду с правом обладания своей жизнью, ты должен понимать, что это очень четко связано и с той мерой ответственности, которую ты несёшь за свои поступки. Мы заметили, что из дома пропадают вещи. Мы четко представляем себе, что наркотики стоят очень дорого. И если ты регулярно их употребляешь, то ты вынужден любым путём, а чаще всего нечестным, добывать деньги. А проще говоря, наверняка, в твоём поведении присутствует воровство. К сожалению, мы должны тебе сказать, что за все эти поступки, так или иначе, ты должен нести ответственность. Кроме того, мы достаточно любим тебя, мы любим твою жизнь, но это ни в коей мере не может повлиять на то, чтобы мы отказались от своей собственной жизни. И, прости, но мы не можем тебе позволить убивать нас. Поэтому, если в этом выборе ты согласишься к выбору наркотиков, то это противоречит правилам в нашей семье, и тебе придётся покинуть нашу семью, что поможет наносить нам как можно меньший вред. Конечно мы переживаем из-за этого, конечно нам будет очень больно, но прости – позволять тебе убивать нас мы не будем.

По сути дела – эта формула беседы с вашим ребёнком, в которой, так или иначе вы должны добиться того, что ребёнок согласится пойти на консультацию к специалисту, или хотя бы получить информацию о путях преодоления зависимости от наркотиков, и может быть что-нибудь покажется для него привлекательным, интересным, доступным. В этой ситуации вы должны сохранить хладнокровие, последовательность и, в определённой мере, жесткость. Если вы не предпринимаете такой меры, такого разговора, то вы только продлеваете агонию. Наркомания сама по себе не излечивается, её не излечивают запугивания и разъяснительные беседы, и развязка наступит так или иначе, вне зависимости от вас. Хотелось бы, чтобы вы научились и использовали и свой авторитет, и свою любовь, и определённую твердость для того, чтобы однозначно привести ситуацию к тому, чтобы ребёнок согласился пойти на лечение или, хотя бы, на консультацию к специалисту.

Вот, что говорит одна бывшая наркоманка: “Я, как человек, который когда-то принимал наркотики, очень хочу сказать, что же такое наркомания. Итак, твоя зависимость от наркотиков – это постоянное, абсолютно непреодолимое желание принять его. Для человека, который не знает, что это такое, это можно сравнить с жаждой или с голодом. Когда вы хотите пить – вы терпите час, когда вы хотите ещё – вы терпите два часа, когда вы хотите пить день – вы пьёте из лужи или чего угодно для того, чтобы удовлетворить свое желание. Желание принять наркотик во много раз сильнее этого, и, на самом деле, человек, который принимает наркотики испытывает его постоянно, и он становится под этим желанием – оно контролирует его поступки, мысли, оно контролирует его жизнь. На самом деле, когда ты принимаешь наркотики в твоей жизни, кроме этого ничего не происходит. Твоя жизнь заключается в том, что ты идешь, находишь наркотики, принимаешь их, забываешься на какое-то короткое время, потом это повторяется снова. Как сказал Уильям Бироуз, который сидел 15 лет на героине – это катание опиумного шарика вокруг собственного носа. На самом деле тебе кажется, что твоя жизнь чем-то занята, но в ней не происходит ничего, и ты действительно только принимаешь наркотики. И это твоя зависимость. И поэтому ты раб. Ты служишь коварному и жестокому господину. И от этого ты становишься не просто несчастным – ты

становишься просто мёртвым. На самом деле это боль, страх, ненависть, потери и это, ещё раз повторю, катание опиумного шарика вокруг собственного носа.”

Сейчас я хочу обратить внимание родителей на то, что когда мы говорим о наркомании, речь идёт не только о тех людях, детях, подростках, которые уже заболели наркоманией, а в большей степени наша настороженность должна быть ориентирована на тот период жизни детей, когда они ещё не употребляют наркотики, а может даже и ещё ничего о них не слышали. Вы догадываетесь, что речь идёт о малолетних детях, буквально это касается 5, 6, 7 и 8 летних детей. Почему? Потому что, к сожалению, практика Фонда Спасения Детей и Подростков от наркотиков показывает, что детей в возрасте 7, 8, 9 лет родители уже заметили в употреблении наркотиков. Поэтому от того, как вы начнёте готовить своего ребёнка к встрече с этим злом (а он неизбежно с ним столкнется, поскольку распространённость наркомании в Российской Федерации чрезвычайно и этому вряд ли стоит искать дополнительных подтверждений). Лучше, если правду о наркотиках он узнает от вас самих, то есть от родителей, а не в подворотне, или в школе, или среди своих сверстников (а может быть от старших детей, которые будут предлагать ему вылечиться, решить свои проблемы химическим путём, обещая ему рай и, естественно, не предупреждая о тех опасностях, о той угрозе, которые наркотики могут принести в жизнь этого ребёнка).

Беседу с ребёнком вы начинаете без элементов морализаторства или нравучений, а чисто в образовательном плане. Вы начинаете разговор о наркотиках. И для этого вы можете поинтересоваться у вашего ребенка, знает ли он, что такое наркотики, знает ли он названия наркотиков. Где и когда он услышал об этом. Не удивляйтесь и не обескураживайтесь, если ребёнок скажет вам, что он уже слышал какую-то информацию или видел что-то по телевидению, и как бы совершенно незаинтересован в этой теме потому, что его это не касается. Вы можете пропустить это заверение мимо ушей и продолжить разговор с вашим ребёнком, рассчитывая на то, что вы являетесь примером для подражания для вашего ребёнка, и, безусловно, – любви. И то, что вы сможете заложить в него в виде информации во многом будет сопровождать его дальнейшую жизнь, и уж, во всяком случае, сделает его более осторожным при восприятии тех посулов, которые будут делать ему распространители наркотиков.

Эту беседу вы можете превратить, в какой-то мере, в игру. После предварительного собеседования (после того, как вы убедитесь, что ребёнок понимает и знает о том, что наркотики стоят очень дорого, что случайно найти их невозможно, что это поле деятельности наркобизнеса, который зарабатывает на этом колоссальные суммы), вы невзначай подводите его к одному из главных вопросов, который вы формулируете таким образом: “Как ты думаешь, почему вначале детям, или вообще людям предлагают наркотики попробовать бесплатно, не беря за это никаких денег”. Попытайтесь на этом вопросе задержаться – пусть ребёнок фантазирует, обдумывает этот вопрос. И в конечном итоге вы, незаметно для него самого, приведёте его в определённой мере к сомнению: а действительно, почему? Наркотики ведь стоят очень дорого. И вы можете обсудить это конкретно, ведь сегодня один день жизни наркомана стоит для него от 50 до 250 долларов (в зависимости от наркотика и дозы, которую он употребляет), то для ребёнка 7-8 лет эта сумма просто фантастическая. И тем не менее вы говорите, что совершенно точно знаете, что первая проба наркотиков, как правило, даётся бесплатно. Вот если вам удастся посеять сомнение на этот счёт у ребёнка, то вы начинаете

достигать своего успеха. Дальше вы можете поделиться информацией (которую вы узнали из этой лекции), что новички, которые только-только начали употреблять наркотики и которые не хлебнули с этим горя, конечно получают удовольствие от каждой новой дозы наркотиков – они ещё не подозревают, что очень быстро организм перестроится и начнёт требовать дополнительные дозы наркотиков. Но времени проходит немного – иногда это 2-3 недели, максимум 2-3 месяца, и вдруг ребёнку нужна очередная доза. Он не знает, где её достать и вынужден покупать её у случайных торговцев. Случайные же торговцы – это, в принципе, его окружение, может быть сверстники, может быть более старшие друзья, знакомые. Вы можете сказать ему, что его знакомые уже ведут себя так, как, возможно, если ты станешь наркоманом, ты будешь вести себя в дальнейшем. То есть, когда к тебе попадёт очередная доза, и ты уже будешь знать, что через несколько часов организм будет требовать дополнительной дозы, ты начнешь хитрить (что на жаргоне наркоманов называется разбодяжить наркотик, то есть часть этой дозы наркоман оставляет для себя, а часть смешивает с каким-нибудь (в лучшем случае нейтральным) веществом для того, чтобы перепродать как целое и получить дополнительные деньги на получение наркотика). Ну хорошо, если это сведущий в химии, или уж во всяком случае, чистоплотный человек и смешает очередную дозу, например кокаина, с сахарной пудрой или с крахмалом. А можете себе представить, если ему попадётся какой-нибудь другой белый порошок, похожий на наркотик, но не являющийся безвредным для организма. И вот тут вы можете сказать, и как бы спровоцировать ответ на этот вопрос: “Ты представляешь, если эта смесь будет несовместима с жизнью?” И вы можете сказать совершенно определённо, что таких случаев довольно много. Для примера можно привести Москву или любой другой большой город, где есть центры токсикологии, куда привозят детей присмерти, отравившихся незнакомыми наркотиками, наркоманов даже не подозревавших, что им могут продать наркотик с какими-то дополнительными присадками.

Ещё один важный момент, который вы можете развить в своей беседе с ребёнком (когда вы обсудили стоимость наркотика), это то, что легальным путем заработать сумму, необходимую для наркотиков, практически невозможно (вы можете привести примеры, о которых читали в прессе). Поэтому наркомания не двоюродная, а родная сестра преступности, в частности – воровства. Придётся воровать! Чтобы не стать объектом этого воровства нужно быть очень разборчивым в знакомствах, особенно, если это новое знакомство. Как правило, наркоманы, распространяющие наркотики, приходящие в новую компанию, пытаются завоевать авторитет в этой компании, рассказывают разные истории, подчеркивают романтизм употребления наркотиков, необходимую смелость, мужественность, говоря, что это атрибут любого взрослого человека, каждый должен попробовать и т.д. и т.п. Они пускаются во всевозможные способы убеждения, интриги для того, чтобы пробудить интерес ребёнка к пробе наркотика, хотя статистика и показывает, что каждый действующий наркоман в течении года приобщает к употреблению наркотиков от 5 до 17 новых жертв, но это не обязательно должна быть вся компания, с которой он только знакомится, и в которую он приносит наркотики. Очень часто наркоманы предлагают просмотр видеокассет, интересных журналов, видеоклипов, музыки, набиваясь тем самым в гости. И дети, несведущие в истинных намерениях наркоманов, приглашают этих людей к себе в гости (особенно часто, когда родителей нет дома и нет должного присмотра). Нужно иметь в виду, что в то время, когда ребята будут смотреть

телевизор, готовить чай или еще чем-то заниматься (в зависимости от намерений и настроения компании), наркоман в это время постарается снять копии ключей этой квартиры. И не удивляйтесь тому, что через несколько дней в этом районе произойдет серия квартирных краж без следов, без взлома, которые, как правило, очень трудны для раскрытия. Как правило, крадутся самые дорогие вещи: видеотехника, золото, деньги – все, что можно моментально сбыть или обменять на наркотики, но от этого вам не становится легче. Как правило, наркоманы, планирующие такого рода кражи, не афишируют своё собственное употребление наркотиков, так как понимают, что это может насторожить здорового ребёнка. Тем не менее, они могут проговариваться, рассказывая о том, что вот существуют наркотики или их знакомые, которые постоянно их употребляют, и от этого никакого вреда, и т.д.

Рассказывая об этом ребёнку, вы, как правило, увидите широко раскрытые глаза и, как бы, восприятие откровения для ребёнка. Как правило, дети в этом направлении сами не думают. Эти моменты вы передаёте ребёнку ненавязчиво, без попытки запугать, страшить, без назидательности (вы даёте информацию и следите за тем, как ваш ребёнок усваивает эту информацию). Иногда можно ребёнку предложить пофантазировать на эту тему, придумать дополнительные способы, которыми могут воспользоваться наркоманы, чтобы завладеть имуществом, или для того, чтобы приобщить ребёнка к наркотикам. И когда ребёнок включает в этом плане фантазию – не удивляйтесь. Он выстраивает свои очень жесткие, очень действующие барьеры, которые сработают в тот момент, когда ребёнку будут предлагать попробовать наркотик.

В этом отношении огромную профилактическую роль может играть ваше собственное поведение. Наркомания страшна ещё и потому, что она очень быстро, очень сильно разрушает нравственные представления ребёнка. То есть понятия правды и лжи как бы перекрещиваются, и нет четкой границы между этими проявлениями в жизни человека. И конечно, зная, что вы являетесь примером для вашего ребёнка, будьте последовательными. И если уж вы предпочитаете честность – отстаивайте её до самых незначительных моментов, которые могут посеять сомнения у ребёнка. Ребёнок копирует ваше поведение и не слушает то, что вы ему говорите. Это настолько важно, что воспользовавшись этими знаниями, этими приёмами, вы убедитесь, что степень защиты вашего ребёнка возрастет многократно. И не удивляйтесь, что когда-нибудь ребёнок придет и скажет: “Я был в компании, где предлагали наркотики, но я категорически отказался их принять”.

Очень важно научить ребёнка отказываться от предложения попробовать наркотик, потому что есть ещё такой момент: дети иногда из солидарности, или из-за боязни быть выброшенным из круга определённого общения насильно для себя, или из-за желания подражать, удержать контакты с этими ребятами, быть уважаемым или не трусом – что угодно, соглашаются на пробы даже тогда, когда на самом деле не испытывают желания или искушения попробовать наркотик. Вы можете разыграть со своим ребёнком несколько сцен, позволяющих ему очень легко уходить от подобных предложений. Например, когда ему предлагают покурить траву, обещая, что это безвредно, ребёнок может согласиться: “Ты знаешь”, - скажет он, - “Я может и попробую. Но сейчас я не могу. У меня вечером спортивные занятия, и мне не хотелось бы их пропускать. Извини и досвиданье”. Или: “Я не хотел бы, чтобы мои родители узнали, что я приду в каком-то не очень естественном состоянии. А сегодня они будут дома”.

ациональное обеспечение своего отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это также не вызовет у них особых опасений (они убедятся, что это не их жертва и очень быстро потеряют интерес к продолжению новых предложений).

Мы будем очень рады, если вы не обнаружите в поведении своего ребёнка вышеописанных признаков. Но если вдруг увидите два, три или более признаков, перед вами встанет вопрос, что делать.

Помощник прокурора
Пролетарского района г. Тулы
юрист 2 класса

М.В. Игнашин

Скажи наркотикам НЕТ!

Наркотики - это вещества, утвержденные специальным списком РФ, их производство, хранение и употребление уголовно наказуемо. А есть некоторые вещества, которые на официальном производстве не производятся, такие как: героин, анаша, экстази и другие. Узаконенные наркотические препараты применяются в медицинских целях и назначаются исключительно врачами, которые отвечают за каждый грамм, а то и миллиграмм наркотического вещества.

Наркомания - это болезнь, характеризующаяся неудержимым влечением (мания) к наркотикам, вызывающая тягу к повторному применению, физическую и психическую зависимость. Наркоманы, соответственно, это больные люди, которые неудержимо увлечены употреблением наркотиков.

Психическая зависимость к наркотику у наркомана можно сравнить с голодом. Если нормальный человек испытывает голод к пище, то после употребления пищи голод утоляется и человек чувствует удовольствие. Наркоман тоже испытывает дискомфорт в отсутствии наркотика, и получает удовольствие после принятия этого вещества.

Физическая зависимость к наркотику у наркомана - это невозможность организма нормально функционировать без наркотика. Точно также как организм не может обходиться без витаминов, участвующих в обмене веществ организма, например, без витамина «С» выпадают зубы, волосы. Без витамина «А» нарушается зрение, останавливается рост. Также организм наркомана при физической зависимости от наркотиков не может правильно работать: нарушается работа сердца, вплоть до остановки, останавливается дыхание, из-за нарушения мозговой активности появляется тяжелейшая депрессия, часто заканчивающаяся самоубийством.

Как же действует на человека наркотическое вещество?

Наш организм устроен таким образом, что наш мозг сам может вырабатывать наркотическое вещество. Как это происходит? Мы ставим какую-то цель, прорабатываем план ее достижения, преодолеваем препятствия, в это время думаем, догоняем, обгоняем. И, наконец, достигаем нашу цель, получая при этом огромное удовольствие. Факт получения удовольствия и означает, что в этот момент наш мозг выделил небольшое количество наркотика (безопасное для нашего организма). Выделяется, например, такое вещество как эндорфин или естественный гормон удовольствия. То есть природой награда за трудности предусмотрена в виде получения удовлетворения от успеха; и все мы знаем, чем выше цель, тем приятнее нам становится, когда мы ее достигаем.

В свою очередь любой наркотик, содержащий похожие по действию на центр удовольствия вещества, позволяет наркоману достичь удовольствия бесплатно. Ему не надо ставить долговременные цели, пытаться, упираться, делать ошибки, исправлять их. Таким образом, наркотик, введенный извне, нарушает цепочку действий, ориентированных на достижение цели. Предусмотренная природой награда за трудности наркоману уже не нужна. Наркоману становится не интересен сам процесс жизни, попросту пропадают все стимулы жизни, кроме одного стимула - получить новую дозу наркотика, гарантирующего получение бесплатного удовольствия.

Вы должны знать, что ничего бесплатного в мире нет! И наркоман, все равно расплачивается за взятое в кредит удовольствие. Наркоман превращается в

больное голодное животное, которое постоянно добывает себе пищу - наркотик. Это своего рода кара за бесплатный кайф, выражающаяся в отключении от реального мира и невозможности просто существовать без наркотиков.

Что же может противостоять наркомании, токсикомании и алкоголизму?

Это дружба! Если тебе сегодня хорошо, у тебя прекрасное настроение, посмотри вокруг, поищи своих друзей. Может быть, кто-то из них не совсем хорошо себя чувствует? Поговори с ним просто так, на отвлеченную тему, в некоторые моменты достаточно отвлечь человека и он примет нужное расположение духа. Ведь самое тяжелое, это остаться одному со своими проблемами. В это время кажется, что твоя проблема самая проблемная; уход в себя - самая частая причина запивания, занюхивания, закуривания. Каждый должен знать, особенно подростки, что они могут обратиться в трудную минуту к своим преподавателям, к родителям или заменяющим их людям. В мире еще не было и нет человека, кто бы решил свою проблему путем употребления наркотиков, токсических веществ или алкоголя!

Как нужно отказываться, если тебе предлагают понюхать, покурить, выпить или того хуже уколаться.

Во-первых, нужно помнить, что наркоманов, алкоголиков и токсикоманов очень плохая смысловая память. Поэтому нужно спокойно коротко ответить ему: «нет». Можно использовать ничего не значащие фразы, типа: «мне нужно в туалет», «меня ждет мама», «я иду в магазин» или другие. А наркоман, алкоголик или токсикоман тут же забудет эту ситуацию.

Во-вторых, не надо у таких людей вызывать своим ответом какие-то эмоции. Например, не надо его учить, обзывать, то есть стремиться вести себя с ним так, чтобы не вызвать у него эмоцию, связанную с вами. Так как эмоции, особенно злость, ненависть, обиду они смогут запомнить, потому что память у них больше эмоциональная.

- Если Вы хотите правильно развиваться и физически, и психически, то Вы должны подумать об этом сейчас...

- Если Вы хотите воспитать здоровых детей, помните что наркоманы, алкоголики не могут воспитать здоровое поколение...

- Если Вы хотите увидеть внуков, а это признак долголетия, то Вы должны знать что алкоголики, наркоманы и токсикоманы не живут долго...

Помощник прокурора
Пролетарского района г. Тулы
юрист 2 класса

М.В. Игнашин