***Несколько рекомендаций родителям как помочь своему ребенку избавиться от наркотической зависимости.***



|  |
| --- |
| *Безусловно, к каждому ребенку должен быть индивидуальный подход. Кто, как не мать и отец, знают своего сына или дочь! Но существует и общая линия поведения.*  *Помните, пожалуйста, уважаемые родители, что наркотики резко изменили вашего сына (дочь) и сейчас перед вами «другой» человек, способный на такие поступки, о которых вы даже не можете и помыслить. Сейчас это не ваш сын (дочь) — это раб наркотиков. И он принадлежит им, а не вам.*  *И ваша задача вызволить сына (дочь) из наркотического рабства, помочь ему стать свободным человеком.*  *Давайте разберем несколько ситуаций: Как начинать и вести дальше разговор с ребенком о наркотиках.*  *•Как научить ребенка отказываться от наркотиков.*  *•Как помочь во время ломок.*  *•Что делать, если сын (дочь) не прекращает прием наркотиков.*  *•Как при этом себя вести.*  *Надо внимательно наблюдать за поведением сына (дочери), но так, чтобы это не бросалось ему (ей) в глаза. Подростки, принимающие наркотики, и так очень подозрительны.*  *Любой разговор с ребенком надо вести только тогда, когда он будет расположен к этому. Нельзя его насильно усаживать напротив себя и принуждать к разговору. Результата от этого не будет. Ведь вам нужно, чтобы ребенок открыто говорил то, что думает, не правда ли? Как бы вы ни торопились, как бы вам ни хотелось побыстрее все закончить, пожалуйста, не начинайте разговор в состоянии усталости и раздражения. Продумайте все хорошенько, подготовьтесь и ни в коем случае не злитесь.*  ***Прежде чем начать разговор, уясните для себя, чего вы хотите добиться.***  *1.Может быть, вы хотите вывести ребенка на чистую воду, а затем высказать свои претензии, свое несогласие, возмущение и гнев? Тогда не надо и начинать.*  *2.Вы хотите установить только факт приема (неприема) наркотиков? Хорошо.*  *А с какой целью? Чтобы затем помочь сыну (дочери) избавиться от них? Отлично! Тогда и ведите себя так, чтобы ребенок поверил в то, что вы ему друг.*  *3.Вы сами заранее не верите в возможность того, что ваш ребенок*  *(хороший, любимый) способен на такое? Если вы не будете готовы к худшему, то не сможете смотреть правде в глаза и начнете его обвинять. В результате у вас ничего хорошего не получится.*  *Задавайте себе вопросы. Такие тренировки очень помогают. Вообще, когда проигрываешь ситуацию, вслух произнося вопросы, она лучше проясняется, и тогда появляются ответы.*  *Перед таким разговором потрениренируйтесь перед зеркалом, чтобы видеть выражение своего лица. А лучше вести разговор за двоих, распределив роли с мужем или посадив перед собой куклу вместо сына (дочери).*  *Известие о том, что сын (дочь) - наркоман, иногда воспринимается как шок. Но чем быстрее вы справитесь с собой, со своим горем, со своими эмоциями, тем лучше будет для всех.*  *Помните, кроме вас, ему (ей) никто не поможет. Побыстрее станьте опорой вашему ребенку.*  *Кто-то может возразить: «Зачем, мол, такие приготовления, я и так знаю, как разговаривать с ребенком». Конечно же, вы знаете, с этим никто и не спорит.*  *Если с вашим сыном (дочерью) все в порядке, можно только порадоваться за вас. Но если не так, то вам надо что-то изменить в себе. И предлагаемая мной тренировка будет началом перемен.*  ***1.Разговор о наркотиках начните с вопроса: «Что такое наркотик?»***  ***Или: «Что ты знаешь о наркотиках?»***  *Будьте готовы к неожиданностям и слушайте спокойно. Зачастую дети, даже маленькие, о наркотиках знают гораздо больше, чем их родители.*  *Вы задаете ребенку дополнительные вопросы, внимательно наблюдая за его реакцией.*  *Подсчитайте вместе с ним, во что обходится наркоману один день, неделя, месяц и год жизни в денежном выражении. Для этого заранее приготовьте бумагу, ручку, и пусть он сам пишет и подсчитывает.*  *Он потом удивится полученным им результатам. Вы можете подробнее обсудить этот вопрос, развить его.*  *Где же все-таки наркоман берет деньги на наркотики? Пусть ваш ребенок свободно пофантазирует, дайте ему такую возможность, помогите ему.*  *После этого вы спрашиваете: «А как ты думаешь, почему в первый раз наркотики предлагают бесплатно?» Пусть он порассуждает. Слушая своего ребенка, «вы удивитесь ходу его мыслей. Но не перебивайте его, не останавливайте. О многом он будет говорить правильные вещи, даже если еще очень мал.*  ***2.Так как у детей выработались свои правила поведения, то они их и придерживаются. Чтобы ребенок умел отказаться от наркотиков, когда ему их предложат, его нужно научить приемам отказа.***  *Аргумент отказа должен быть реальным и понятным для всех. Можно проработать несколько вариантов. Чем убедительнее и увереннее подросток будет мотивировать свой отказ, тем быстрее от него отстанут те, кто предлагает наркотики.*  *Например: «У меня изменится речь (зрачки), а мои родители хорошо знают признаки наркомании, мы только недавно говорили об этом». Или: «Мы сегодня с отцом будем разбирать магнитофон (компьютер).*  *наши головы будут рядом, и он почувствует запах (увидит глаза) и может догадаться». Или: «Я сегодня иду к врачу», «Наш тренер перед занятиями внимательно нас проверяет».*  *Продумайте варианты отказа вместе с ребенком, исходя из его наклонностей, занятий и окружения, и обязательно отрепетируйте их. Часто человек уверен, что все понял, все знает. А когда попросишь повторить вслух, что же он понял и запомнил, то не получается. Тренировка - гарантия успеха.*  *Кроме того, надо рассказать, какими приемами пользуются наркоманы, чтобы попасть в квартиру и что-то украсть. Они предлагают посмотреть новую кассету, при этом о наркотиках могут не говорить. Дома они делают слепок с ключей, а затем спокойно попадают в квартиру, когда хозяева отсутствуют, и обворовывают ее.*  *Часто приходится наблюдать семьи, где есть наркоман. Сын (дочь) принимает наркотики, родители об этом знают, делают различные попытки его лечить, мечутся в поисках различных больниц, реабилитационных центров, а наркоман от всего этого остается в стороне, и в семьях ничего не меняется. Часто он еще и упрекает близких за их попытки помочь ему, так как не нуждается в таких действиях, ему это не нужно. Представляю, что чувствуют при этом родители. Родственники хлопочут, а наркоман продолжает жить по-старому. Месяцами, а иногда и годами он не работает, живет своей жизнью и паразитирует, сидя на шее родителей.*  *Есть физическая потребность во сне — придет домой и выспится, днем или ночью, не имеет значения. Захочет поесть — то же самое. Крыша над головой есть, еда есть, одеждой родители тоже обеспечивают. Часто он ездит на машине родителей по своим (связанным с наркотиками) делам — ему и в этом не отказано. Дают деньги, и немалые, на карманные расходы.*  *Если их чаду захочется удовлетворить другую физиологическую потребность - сексуальную, то нет проблем. Он приводит домой очередную девушку, «веша лапшу на уши» родителям и некоторое время живет с ней. Родители позволяют ему это делать, испытывая Г при этом массу неудобств. Они надеются, что, может быть, сын остепенится и женится и тогда наркотики уйдут сами собой. А эта очередная "герла" - всего-навсего напарница по наркотикам.*  *Наркоманы часто шантажируют своих родителей, :требуя у них денег для погашения долгов. Они придумывают разные истории, чтобы их разжалобить, идут на всевозможные ухищрения и добиваются своего. Родственники проявляют жалость и в итоге дают деньги на наркотики.*  *Родители, конечно, периодически беседуют с ребенком, пытаясь переубедить его. Иногда устраиваются большие разборки, которые ни к чему хорошему не приводят. Наоборот, после таких скандалов родители чувствуют себя виноватыпи, а их ребенок-наркоман отлично это понимает и безжалостно на этом играет, спекулирует.*  *После этих «вспышек бунта» родители опять затихают, и совместное существование близких по крови людей продолжается. Я специально опускаю слово «жизнь», потому что оно здесь не подходит. В семье, где есть наркоман, — ад.*  *Когда взрослые ведут себя подобным образом, то ждать, что наркоман примет решение отказаться от наркотиков, бесполезно. Зачем ему это делать? Ему и так неплохо.*  *Нет слов, наркоман мучается. Но в какие страдания он втягивает своих родственников? Это его не беспокоит. Наркоман, получив очередную дозу яда, прекращает свои муки - у него есть такая возможность. Родители и родственники, в отличие наркомана, ни на миг не расстаются с чувством страха, обреченности и отчаяния. Наркоман, как паук, крепко держит в своих лапах всю семью.*  *Нет никакого геройства в том, чтобы продолжать терпеть все это. Надо действовать, чтобы спасти своего ребенка, а для этого потребуется гораздо больше мужества, чем просто бездействовать и плакать над своей участью.*  *Возможно эта позиция выглядит очень жесткой, но иначе нельзя. Слишком много родителей, позволяющих умирать своим детям и разрешающим детям мучить себя. Больно смотреть на такие семьи.*  *Родители наркомана могут быть обеспеченными и образованными людьми. Могут сами быть врачами. Но они не хотят понять главного: начать необходимо с себя. Я имею в виду не самобичевание, а работу над собой и своим ребенком.*  ***3. Если вы использовали все методы, но ребенок не осознал и не прекратил прием наркотиков, тогда вы идете на крайние меры.***  *Еще раз повторяю — это крайние меры. Но если уж вы пошли по такому пути, то держитесь до конца, не отступайте.*  *Вы говорите ему (ей):*  *•Мы знаем, что ты не прекращаешь  принимать наркотики и, чтобы добыть их, ты воруешь.*  *•Ты знаешь, что воровство карается тюрьмой.*  *•Ты понимаешь, что, продолжая принимать наркотики, ты убиваешь*  *себя.*  *•Надеюсь, ты понимаешь, что при этом ты заставляешь страдать своих близких, то есть нас.*  *•Мы предлагали тебе свою помощь и готовы помочь сейчас, но ты ничего не хочешь менять.*  *•Мы не хотим, чтобы ты убивал себя на наших глазах.*  *•Если ты решил продолжать это делать и дальше, что ж, это твоя жизнь. Как бы ни было больно нам. Ты вправе распоряжаться своей жизнью. Но лишать при этом жизни своих близких ты не имеешь никакого права.*  *•Поэтому ... (здесь ваше решение).*  *•Да, такое решение принять очень непросто, но другого выхода нет, со своей стороны мы сделали все, что могли.*  ***4. Выработайте правила поведения для всей семьи и неукоснительно им следуйте.***  *Посмотрите на происходящее в вашей семье чужими глазами, как бы со стороны.*  *Что вы делаете (или делали когда-то) правильно, а потом перестали? К какому результату эти действия приводили? Что правильно делал ваш ребенок для прекращения приема наркотиков? Возобновите это. Проанализируйте, что вы делали до сих пор неправильно, и откажитесь от таких действий!*  *Когда вы ответите на эти вопросы, тогда и разработайте дальнейшую программу. Составьте перечень правил: что вы теперь будете всегда делать, а что — никогда. Например:*  *1)Мы никогда не будем разрешать ему пользоваться машиной (он ее не*  *заработал и никаких прав на нее не имеет).*  *2)Мы не даем ему денег.*  *3)В течение такого-то периода времени он должен устроиться*  *на работу (в том случае, если ребенок не считает себя наркоманом).*  *4)Мы понимаем, что он наркоман, но это не значит, что теперь вся наша*  *жизнь должна быть посвящена только ему.*  *И так далее и тому подобное.*  ***5. Сделайте так, чтобы лекарства не находились на виду. Их прием******не является жизненной необходимостью и нормой.***  *Надо, чтобы все члены семьи осознали, что лекарства — это аномалия, что принимать их следует лишь в случае большой необходимости. Лекарство — это опасно! Такая установка должна быть у всех в семье.*  *Во многих семьях лекарства лежат подолгу на видных местах по разным причинам. Может, кто-то из домашних долго болеет, постоянно принимает снотворные или успокоительные препараты. Иногда просто забывают убрать, считая, что дети уже большие. Ситуации могут быть разные, но это чревато серьезными последствиями.*  *Когда ребенок помладше или подросток видит, что его друг или знакомый принимает для кайфа те самые «колеса», которые постоянно лежат на тумбочке у кровати бабушки или мамы, то именно этот факт может подтолкнуть его к приему большого количества того или иного препарата.*  *Нельзя этого допускать. Нельзя, чтобы у наших детей складывалось впечатление о безобидности лекарств.*  *Если ребенку предлагают то или иное лекарство («колеса»), он не отказывается: ведь эти медикаменты постоянно принимают его близкие, которых он уважает и любит.*  *После «колес» он по такой же логике может перейти на другие наркотики, имеющие вид таблетки. Это тоже не опасно, по его разумению, и так доходит до инъекций. «Это же тоже лекарства», —думает такой ребенок.*  ***6. Взрослым   надо   знать   жаргонные   выражения,   которыми******пользуются те, кто принимает наркотики.***  *Такие знакомые слова, как дома, пятка, косяк, винт, корабль, баян, фен, чек, пакет, приход, контроль, поляна, колодец, промокашка, марка, имеют непривычное для вас, но совершенно определенное значение.*  *Директор одной школы рассказывала: «Иду я по улице, возвращаюсь после работы домой. Смотрю — два подростка стоят возле окна и говорят третьему, находящемуся в помещении: "Передай нам в форточку два баяна!" Я даже остановилась. Думаю, о чем это они? Как это можно в маленькую форточку просунуть такие большие предметы, как баяны?»*  *Пришлось объяснить, что баян — это шприц, заполненный наркотиком. И подростки пришли за очередной дозой.*  *Если вы не будете знать иной смысл этих слов, то не поймете, о чем ведет разговор ваш сын (дочь). Все эти слова имеют прямое отношение к наркотикам. И если вы хотите уберечь своего ребенка от наркотиков, то вам надо знать сленг, которым пользуются принимающие наркотики. Тогда у вас будет больше шансов на защиту своих детей.*    ***Признаки состояния наркотического опьянения несовершеннолетних***  *1. Изменение обычного поведения.*  *2. Безудержное веселье, смешливость в сочетании с хаотичными движениями, нарушением походки.*  *3. Энергичная жестикуляция, гримасы, приплясывание, прищелкивание пальцами, неудержимая болтливость, сексуальное возбуждение.*  *4. Потребность контакта в пределах подростковой группы, откровенность, высказываний, высокая самооценка, разговоры на сексуальные темы,*  *5. Бледность, гиподинамия, застывшее лицо, остекленевшие глаза, вялость, сонливость, сон на улице (любом случайном месте)*  *6. Блеск и мутность глаз, широкие или очень узкие зрачки, покраснение глаз, слезотечение.*  *7. Сужение сознания, состояние общего благодушия, мечтательная застывшая поза, отключение от всего постороннего.*  *8. На высоте опьянения может быть состояние спутанности, невозможности установить контакт, бесцельное блуждание по улицам, беспричинное нападение на человека, животных*  *9. Подозрительность, тревожность, чувство страха, смазанная речь, ответы невпопад, склонность к агрессии, в том числе и разрушению, потребность в асоциальных действиях (угон мотоцикла, машины, воровство и т.д.).*  *10. Может быть бред преследования, когда в окружающих видят зверей, бандитов, не узнают друзей, близких При паническом бегстве защите подросток может погибнуть или совершить преступление.*  *11. В связи со снижением сахара крови - чувство голода, тяга к сладкому и жирному, переедание.*  *12. Воровство, выпрашивание денег, ценных вещей, а также успокаивающих и снотворных средств, злоупотребление крепким кофе и чаем.*  *13. Мышечные боли, сердцебиение, повышение давления, озноб, слезотечение, чихание боли в сердце, отсутствие аппетита, похудание, сниженное настроение, тоска при невозможности употребления наркотика.*  *14. Общая неряшливость, следы от инъекций в вены, узелки по ходу вен, появление гнойников в области инъекций, угревой сыпи.*    *В случаях выявления подобных признаков у ребенка, подростка необходимо:*  *-   при тяжелом состоянии доставить его в ближайшую больницу для детоксикации (вызвать скорую помощь),*  *-     во всех остальных случаях направлять в поликлиники к участковому педиатру, подростковому врачу для дообследования и лечения совместно с наркологом и другими специалистами.*  *Специалист по соц. работе*  *В.В. Пузаренко* |