

«Нет наркотикам»

За последние 100 лет наркомания из проблемы, бывшей предметом узкой области медицины - психиатрии, перешла в разряд общесоциальных проблем. По данным группы экспертов Всемирной организации здравоохранения в современном мире отмечается непрерывная тенденция к увеличению числа лиц, принимающих наркотические препараты, возрастает употребление наркотиков молодежью, активизируется употребление нетрадиционных наркотиков, широкое распространение получают синтетические наркотики, в употребление наркотиков вовлекаются представители всех социально-экономических групп общества.

Понятие наркотик имеет два значения: юридическое и медицинское. Это вещества за изготовление, хранение и распространение (а порой и употребление) которых предусмотрена ответственность перед законом. И второе – это вещества, которые вызывают химическую зависимость, болезненное пристрастие или наркоманию, разрушая психику и организм.

Первые представления о наркотиках у детей формируются в раннем детстве на основе наблюдения поведения родителей (употребление табака, алкоголя и некоторых лекарств). Совершенно очевидно, что мощным фактором первичной профилактики является семья. Задачей родителей является умелое ведение диалога со своими детьми о психоактивных веществах.

Три цели первичной профилактики:

1. Укрепление отрицательного отношения к наркотикам;
2. Приобретение навыков и умений (говорить «нет», противостоять давлению среды и соблазнам рекламы, отстаивание своей позиции, устанавливать контакты и разрешать конфликты, критическое мышление и т.п.);
3. Создание обстановки доверия и доброжелательности внутри семьи.

Не нуждается в самостоятельной аргументации тот факт, что родители, семья играют чрезвычайно важную роль в формировании навыков безопасного поведения у ребенка, в том числе его устойчивости в отказе от наркотиков, алкоголя и курения. Стандарты поведения, которые мы устанавливаем у себя дома, дают нашим детям сильные стимулы воздерживаться от наркотиков и наоборот, порой могут провоцировать экспериментирование с ними. Каждая

семья имеет определенные ожидания в отношении поведения своих членов. Эти ожидания строятся на основе принципов, стандартов и ценностей. Дети, которые осуждают употребление алкоголя и других наркотиков, считают это неприемлемым для себя, имеют твердые убеждения, которые основаны на ценностной системе. Социальные, семейные и религиозные ценности дают возможность говорить людям НЕТ и помогают придерживаться своих решений. Вот некоторые пути, которые позволяют сделать ясными **ценности Вашей семьи**:

1. Старайтесь открыто говорить о ценностях, о том, почему такие качества как самостоятельность, честность и ответственность очень важны и как эти ценности помогают принимать хорошие решения. Каждое решение основано на предыдущем опыте, и верное решение делает следующее решение более простым.

2. Узнайте, как Ваши действия воздействуют на развитие ценностей Вашего ребенка. Проще говоря, дети часто копируют поведение своих родителей, однако мы часто этого не замечаем или не согласны с «копией». Оцените Ваше употребление табака, алкоголя, лекарств и даже их передозировку. Рассмотрите, как Ваши установки и действия могут формировать выбор Вашего ребенка по поводу того употреблять, или не употреблять алкоголь и другие наркотики.

3. Если Вы пьете за ужином вино или пиво - это не значит, что необходимо прекратить эту практику. Дети могут понять и принять, что существует разница между тем, что взрослые могут делать открыто и тем, что допустимо для детей. Не позволяйте детям участвовать в Ваших выпивках, покупать спиртные напитки и пробовать их.

4. Поищите противоречия между Вашими словами и действиями. Помните, что дети очень тонко и быстро чувствуют, когда родители бывают неискренними или позволяют себе уклониться от своих обязанностей. Прося своего ребенка сказать, что Вас нет дома, т.к. телефон звонит в неудобное время - вы на самом деле обучаете своего ребенка тому, что вполне допустимо говорить неправду.

5. Убедитесь, что Ваш ребенок понимает семейные ценности. Родители иногда ошибочно предполагают, что дети впитывают ценности, и их не обязательно обсуждать. Вы можете проверить своего ребенка, как он это

понимает. Для этого достаточно обсудить простые житейские ситуации, типа, — Что ты будешь делать, если человек, который стоит перед тобой в очереди выронит деньги? — Как бы ты себя повел, если бы тебе сделали (справедливое, несправедливое) замечание? — Что ты будешь делать, если найдешь забытую кем-то ценную вещь?

Как родители, мы ответственны за **установление правил** для наших детей, которым они должны следовать. Что касается употребления алкоголя и других наркотиков, то для защиты благополучия своего ребенка должны быть установлены твердые правила. Однако такое установление правил - только половина дела, мы должны быть готовы провести в жизнь наказания, когда правила будут нарушены.

1. Будьте реалистичны при установлении правил, объясните причины их установления, в чем они состоят, и какое поведение ожидается. Обсудите последствия нарушений правил: какое будет наказание, как оно будет применяться, сколько времени будет действовать, и что будет достигнуто этим наказанием.

2. Будьте последовательны. Сделайте ясным для ребенка, что правило не употреблять алкоголя и наркотиков остается в силе все время - дома, в гостях, на улице, где бы ребенок ни был.

Как родители, мы должны **иметь точную и современную информацию** о наркотиках, с тем, чтобы передать ее детям, если мы располагаем только мнением о том, что «это ужасно, губительно!», то этого недостаточно, чтобы помочь ребенку. У нас есть знания об обычных лекарствах, их действии на психику и тело человека - это уже повод для разговора и обсуждения с детьми. Что касается наркотиков, то хорошо информированные родители способны лучше распознать симптомы проблем, связанных с алкоголем или наркотиками, если они появляются у ребенка. Эти знания должны включать следующие разделы:

1. Различные типы наркотиков и алкоголя, наиболее употребляемых в настоящее время и опасности, связанные с каждым из них.

2. Уметь распознавать средства, приспособления и их детали для употребления наркотиков.

3. Знать уличные, жаргонные названия наркотиков.

4. Знать, как они выглядят.

5. Знать косвенные признаки употребления алкоголя и других психоактивных веществ и быть начеку в отношении изменений поведения и внешнего вида ребенка.

6. Знать, как оказать помощь, если Вы подозреваете, что Ваш ребенок употребляет алкоголь или другие наркотики.

Чего не делать - не впадать в панику, не читать нотаций, не угрожать, не запугивать, не демонстрировать чрезмерного волнения, не терять самообладания. Не требовать обещаний, «что это в последний раз». Не рассчитывать на полную искренность. Не ожидать немедленных изменений в поведении ребенка. Не обвинять себя и окружающих. Не обещать применения нереальных мер.

Чего делать - внимательно наблюдать, если не уверены - накапливать факты, обсудить их с ребенком, обратиться к специалисту самостоятельно или вместе. Найти, что можно изменить в своем поведении, чтобы воздействовать на ситуацию. Постарайтесь быть предельно последовательными. Узнать какие меры и виды лечения имеются в настоящее время. Привлеките к решению проблемы возможных союзников.

Когда мы говорим о противостоянии распространению алкоголя, табака и наркотиков среди наших детей не стоит ставить нереальные цели, обвинять дурную компанию сверстников и упрекать в бездействии педагогов и полицию. **Наша задача** - постараться **внести свой вклад**, чтобы сделать места, где учатся или отдыхают наши дети свободными от наркотиков.

Омельченко Олеся Павловна, юрист учебного заведения

