logoФедеральное государственное автономное учреждение

«Федеральный институт развития образования»

Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования Московский психолого-социальный институт

Обучающие материалы для родителей

**Москва 2011**

**О построении взаимоотношений с детьми и подростками, признаках употребления психоактивных веществ, развитии ресурсов, обеспечивающих снижения риска употребления ПАВ среди учащихся учреждений общего образования**

**I. Повышение родительской компетентности по профилактике употребления психоактивных веществ**

Все химические соединения растительного и синтетического происхождения, непосредственно влияющие на психическое состояние человека, принято называть психоактивными. Предметом злоупотребления становятся, как правило, те из них, которые вызывают приятные или необычные психические переживания. Если злоупотребление каким-либо психоактивным веществом становится не только опасным для здоровья человека и общества, но и вызывает при этом ощутимые экономические потери, то специальным нормативным актом оно признается наркотическим, поэтому наркотик – понятие не только медицинское, но и юридическое. Некоторые лекарственные препараты, алкоголь и никотин, а также некоторые вещества, содержащие ароматические углеводороды, не относящиеся согласно законодательству к наркотическим и употребляемые для достижения эмоционально положительного психического состояния, называются токсикоманическими средствами.

**Что необходимо знать о наркотиках**

Наркотики - от греч. narkoticos - приводящий в оцепенение, одурманивающий – группа веществ различной природы (растительного или синтетическо­го происхождения), злоупотребление которыми приводит к развитию наркома­нии.

Наркотические вещества отвечают следующим характеристикам:

- способность вызывать эйфорию (приподнятое настроение) или, по крайней мере, приятные субъективные переживания;

- способность вызывать зависимость (психическую и/или физическую), т.е. потребность снова и снова использовать наркотик;

- способность наносить существенный вред психическому и/или физиче­скому здоровью потребителя наркотика;

- опасность широкого распространения ПАВ среди населения;

- опасность потребления традиционного в данной культурной среде нарковещества.

**Что такое наркомания?**

Наркомания – тяжелая и трудно излечимая болезнь, развивающаяся в процессе употребления наркотических препаратов, основным признаком которой является пристрастие к какому-либо химическому веществу, вызывающему приятное психическое состояние - “эйфорию” или измененное восприятие реальности.

Токсикомания - это тоже состояние болезненного пристрастия, возникающее при употреблении токсикоманических веществ, способных вызывать эйфорию, но не отнесенных юридически к наркотикам. Следует сказать, что многие токсикоманические вещества не менее опасны для человека, чем наркотики.

**Как проявляется психическая зависимость?**

Состояние психической зависимости проявляется в том, что человек с помощью наркотика желает добиться внутреннего равновесия и стремится вновь и вновь испытать его действие. Наркотик, его действие, постепенно замещает собой все обыч­ные для человека положительные эмоции. На этом зтапе человек еще сохраняет способность контролировать употребление наркотика, он еще может выбирать, в каких ситуациях и в какой момент его принять. При этом желание упот­ребить наркотик сохраняется всегда, но разум может победить в борьбе мотивов.

Частичная возможность контролировать прием наркотика создает у по­требителя иллюзию того, что наркотик еще не влияет на его жизнь, он свободен в своих решениях и сможет прекратить употребление в любой момент.

**Что такое физическая зависимость?**

Физическая зависимость проявляется в том, что организм не может нор­мально функционировать без наркотика, и в его отсутствие развивается син­дром отмены (абстинентный синдром.) Он характеризуется физическими и пси­хологическими нарушениями, связанными с тем, что наркотик стал частью об­менных процессов организма.

*Что включает в себя синдром физической зависимости?*

Он включает в себя физическое влечение, абстинентный синдром, синдром измененной реактивности.

*1. Физическое (компульсивное) влечение*

Выражается в неодолимом стремлении к употреблению наркотиков. Вле­чение очень сильное, вытесняет даже витальные потребности, такие как голод и жажда. Оно определяет настроение человека, диктует поведение, подавляет контроль за приемом наркотика. В состоянии компульсивного влечения человек перестает взвешивать аргументы «за» И «против», потому что все его стрем­ления, действия, поступки направлены на поиск, прием наркотика и преодоле­ние препятствий в этом.

*2. Абстинентный синдром*

Это состояние психологических и физических нарушений, которые разви­ваются после резкого прекращения употребления наркотического вещества. Абстинентный синдром является показателем сформировавшейся физической зависимости от наркотика. Абстиненция развивается из-за того, что организм зависимого человека не может функционировать без наркотика. Приспособив­шийся к уровню постоянной интоксикации организм в отсутствие наркотика по­дает сигнал о том, что нужна очередная доза. Компульсивное влечение к поис­ку и приему следующей дозы воспринимается как жизненная необходимость. Проявления абстинентного состояния будут разными для каждого вида нарко­тической зависимости.

*3. Синдром измененной реактивности включает:*

• изменение формы потребления (например: человек употреблял снотворные препараты с целью нормализации сна, в последствии он начинает употреблять снотворное для достижения состояния опьянения);

• изменение толерантности. Толерантность - это физиологическая спо­собность организма переносить воздействие определенных доз наркотика. При переходе к регулярному приему переносимость наркотика возрастает. С разви­тием болезни привычная доза перестает вызывать желаемый эффект (эйфо­рию), и потребитель переходит на все большие и большие количества наркоти­ка. Организм потребителя приспосабливается переносить смертельные для здорового человека дозы наркотика. Например, при длительном употреблении опиатов толерантность может превышать изначальную (физиологическую) в 100-200 раз;

• исчезновение защитных реакций при передозировке. Защитные реак­ции (тошнота, рвота, кожный зуд, обильный пот, икота, слюнотечение, резь в глазах) - это сигналы тревоги организма, которые возникают тогда, когда доза наркотика превысила безопасный предел. При переходе потребителя на регу­лярное введение наркотика защитные реакции исчезают из-за того, что орга­низм приспособился;

• изменение формы опьянения проявляется в извращении эффектов наркотика. Например, снотворные вызывают возбуждение, кодеин не подавля­ет кашель.

**Каков механизм формирования зависимости?**

На основании экспериментальных данных ученые предположили, что в механизме формирования психической зависимости важную роль играет вле­чение к наркотическому опьянению и эйфории, которые наступают в результате активации наркотиком центра положительных эмоций в головном мозге.

Разберем процесс формирования зависимости на при мере опийной нар­комании: действие опия связано с тем, что его молекула очень похожа на эндорфины – вещества, ecтecтвенно вырабатываемые нашим мозгом. Эндорфи­ны не случайно называют «гормонами радости», т.к. они играют важную роль в формировании хорошего настроения, чувства благополучия, спокойствия и уверенности. Особенно много их вырабатывается в моменты душевного подъ­ема, любви, успеха.

Кроме того, эндорфины отвечают за уровень болевой чувствительности, влияют на темп дыхания, сердцебиения, тонус сосудов, величину зрачка, ак­тивность кашлевого центра, работу желез и перистальтику кишечника.

При регулярном поступлении опия выработка собственных эндорфинов значительно снижается. У каждсго человека в организме есть опиатные рецеп­торы. Это особые участки нервной системы, которые реагируют на эндорфины, а значит, и на наркотики опийной группы. При постоянном поступлении нар­котика организм снижает чувствительность опиатных рецепторов, что приводит к необходимости увеличивать дозу для достижения эффекта.

**Какие средства в России относятся к наркотическим?**

В России к наркотическим средствам отнесены:

• опиаты (героин, промедол, кодеин, синтетические опиаты - морфин, метадон);

• галлюциногены, или психоделические средства: (каннабиноиды (га­шиш, анаша, марихуана), ЛСД (диэтиламид лизергиновой кислоты), псилоцибин (финоциклидин);

• некоторые психостимулирующие вещества (кокаин и его производные, фенамин, первитин, эфедрон и другие амфетамины);

• психостимуляторы с галлюциногенным компонентом (экстази).

Токсические средства:

• разнообразные растворители, лаки, клеи, содержащие ароматические углеводороды (бензол, толуол);

• снотворные медицинские препараты (седуксен, реланиум, реладорм, тазепам, люминал, фенобарбитал);

• галлюциногенные медицинские препараты (циклодол, паркопан, тремблекс, кетамин, калипсол);

• алкоголь, табак.

**Что такое опиаты?**

Наркотики, обладающие седативным («затормаживающим») действием. К этой группе относятся природные и синтетические вещества, содержащие морфиноподобные соединения. В большинстве случаев вводятся внутривенно. Все природные наркотические средства опийной группы получают из мака. Наиболее распространенный в нашей стране опийный наркотик – героин. Наряду с очень сильным и ярко выраженным наркотическим эффектом он обла­дает крайне высокой токсичностью и способностью быстро (2-3 месяца) фор­мировать физическую зависимость. Героин курят, нюхают и вводят внутривен­но. В незаконном обороте находятся две разновидности героина – белый и ко­ричневый. Первый используется для инъекций, второй – для приема другими способами. Единица измерения массы этого наркотика на рынке - «чек» (0,1 грамма). Этого количества героина достаточно для приготовления нескольких доз. Помимо героина распространены еще несколько наркотиков-опиатов:

• маковая соломка - измельченные и высушенные части стеблей и ко­робочек мака (зерна мака наркотически активных веществ не содержат). Со­ломка используется для приготовления раствора ацетилированного опия;

• ацетилированный опий - готовый к употреблению раствор, получен­ный в результате ряда химических реакций. Имеет темно-коричневый цвет и характерный запах уксуса;

• опий-сырец – специально обработанный сок растений мака, использу­ется как сырье для приготовления раствора ацетилированного опия. Вещество, напоминающее пластилин. Цвет – от белого до коричневого. Продается не­большими кусочками-шариками;

• метадон – сильный синтетический наркотик опийной группы. Продается в виде белого порошка или готового раствора. В некоторых странах разрешен как средство заместительной терапии при лечении опийной наркомании. В Рос­сии полностью запрещен.

*Каковы общие свойства опиатов?*

Опиаты вызывают состояние эйфории, спокойствия, умиротворения. Ре­акция на первый прием может быть различной - от острого желания повторить прием до отравления и крайне негативных ощущений. Включаясь в обменные процессы, приводят к быстрому (иногда после одного-двух приемов) воз­никновению сильнейшей психической и физической зависимости.

*Каковы признаки опийного опьянения?*

* бледность кожных покровов;
* необычная сонливость в самое разное время;
* медленная, «растянутая» речь, часто «отстает» от темы и направления

разговора;

* добродушное, покладистое, предупредительное поведение;
* человек будто находится в задумчивости;
* стремление к уединению в тишине, в темноте, несмотря на время су-

ток,

* очень узкий зрачок, не реагирующий на изменение освещения;
* снижение остроты зрения при плохом освещении;
* снижение болевой чувствительности.

Действие наркотика продолжается в течение 6-12 часов. Обязательный компонент опийной наркомании – появление физической зависимости. Если употребление опиатов уже вошло в систему (стало периодичным, с определен­ными интервалами между приемами наркотика), то после прекращения дейст­вия наркотика развивает абстинентный синдром.

*Каковы признаки опийного синдрома отмены?*

* беспокойство, напряженность, раздражительность;
* в легкой форме, при наличии слабой физической зависимости напоми­нает ОРЗ, внезапно начинается и также внезапно проходит;
* резкое и сильное расширение зрачков, покраснение глаз, слезотече­ние, насморк и чихание;
* желудочные расстройства;
* ломота и сильные боли во всем теле (у наркопотребителей «со ста­жем»).

***Каковы признаки систематического употребления опиатов?***

• резкие и частые смены настроения и активности, не зависимые от си-

туации;

* нарушение режима сна и бодрствования;
* неестественно узкие зрачки;
* необъяснимые частые недомогания, циклическая смена состояний, ха­рактеризующих опьянение и абстиненцию.

*Каковы последствия употребления опиатов?*

* огромный риск заражения ВИЧ и гепатитом из-за использования общих шприцев, растворов, посуды для приготовления наркотика;
* поражения печени и мозга из-за низкого качества наркотиков: в них ос­тается уксусный ангидрид, который используется для кустарного приготовления раствора;
* снижение иммунитета и, как следствие, подверженность инфекционным заболеваниям;
* заболевание вен;
* разрушение зубов из-за нарушения кальциевого обмена;
* импотенция;
* снижение уровня интеллекта;
* очень велика опасность передозировки.

**Что относится к группе каннабиноидов?**

Марихуана и гашиш – препараты конопли – каннабиноиды.

Конопля произрастает в регионах с умеренно теплым климатом. Чем юж­нее выращено растение, тем больший наркотический эффект вызывает изго­товленный из него наркотик.

*Марихуана*

Высушенная или не высушенная зеленая травянистая часть конопли, ее светлые, зеленовато-коричневые размолотые листья и цветущие верхушки.

Может быть плотно спрессована в комки. Этот наркотик курят, смешивая с та­баком. Чаще всего используют пустые гильзы от «Беломора».

*Гашиш*

Смесь смолы, пыльцы и измельченных верхушек конопли - темно­коричневая плотная субстанция, похожая на пластилин. Гашиш курят с помощью специальных приспособлений. Действие наркотика наступает через 10-30 минут после курения и может продолжаться несколько часов. Все производные конопли относятся к группе нелегальных наркотиков и в России полностью за­прещены.

*Каковы признаки употребления препаратов конопли?*

При их употреблении не все получают одинаковые ощущения. Наряду с очень приятными могут возникать и крайне негативные. Это зависит от настроения, общего состояния, индивидуальных особенностей организма. Харак­терно состояние сильного голода и жажды, покраснение глаз.

Прием небольшой дозы приводит к возникновению приятных ощущений, расслабленности, удовлетворенности. Это состояние может сопровождаться обостренным восприятием цвета, звуков, повышенной чувствительностью к свету из-за сильно расширенных зрачков. В таком состоянии стороннему на­блюдателю иногда практически невозможно распознать наркотическое опьяне­ние по поведению; помогают сделать зто лишь внешние признаки.

При приеме большой дозы - заторможенность, вялость, сбивчивая речь у одних может сочетаться с агрессивностью, немотивированными действиями у других. Для гашишного опьянения свойственно состояние безудержной весело­сти. Расстроена координация движений, нарушается восприятие размеров предметов и их пространственных отношений. Например, опьяневший боком проходит через достаточно широкую дверь и нагибается, находясь в комнате с высоким потолком. Иногда могут возникать галлюцинации, что приводит к воз­никновению страхов, паники.

В помещении, где курили марихуану, надолго остается характерный запах жженной травы. Сохраняет этот запах и одежда.

*Каковы последствия употребления препаратов конопли?*

В результате долгого употребления может формироваться психическая зависимость. Скорость ее формирования и тяжесть могут быть разными у раз­ных людей: влияет возраст, частота употребления, особенности организма.

Состояние абстиненции напоминает похмелье, сопровождается вспыль­чивостью, раздражительностью, нарушениями режима сна.

К тяжелым последствиям можно отнести гашишные психозы, развиваю­щиеся в результате длительной интоксикации. По своему течению они напоми­нают шизофрению, плохо поддаются лечению, имеют склонность к затяжному течению.

**Что такое амфетамины?**

Наркотики, обладающие психостимулирующим, «возбуждающим» дейст­вием. К этой группе относятся синтетические вещества, содержащие соедине­ния амфетамина, получаемые из лекарственных препаратов, содержащих эфедрин (солутан, эфедрина гидрохлорид). В большинстве случаев вводятся внутривенно. В природе эфедрин содержится в растении «эфедра». На нашей территории амфетамины встречаются чаще всего в следующих формах:

*эфедрон* **–** готовый к употреблению раствор, полученный в результате химической реак­ции. Имеет розоватый либо прозрачный цвет и характерный запах фиалки;

*первитин* **–** готовый к употреблению раствор, полученный в результате сложной химиче­ской реакции. Маслянистая жидкость, имеющая желтый либо прозрачный цвет и характерный запах яблок;

*эфедрин* **–** кристаллы белого цвета, полученные из растений эфедры. Он применяется в лечебных целях, а также используется для приготовления эфедрона и первити­на чаще всего путем манипуляций с лекарственными препаратами. Готовые к употреблению кристаллы желтоватого цвета вдыхают или курят.

*Каковы общие свойства амфетаминов?*

Вызывают состояние эйфории, повышенной возбудимости. Реакция на первый прием может быть различной – от острого желания повторить прием до отравления и крайне негативных ощущений.

*Каковы признаки употребления амфетаминов?*

* излишняя двигательная активность;
* болтливость;
* непродуктивный и однообразный характер деятельности;
* отсутствие чувства голода;
* нарушение режима сна и бодрствования;
* появление сильного сексуального раскрепощения.

Действие наркотика продолжается от 2 до 12 часов (в зависимости от ти­па вещества). Формируются психическая и физическая зависимости. Продол­жительное употребление требует постоянного увеличения дозы наркотика.

*Каковы особенности амфетаминовой наркомании?*

Амфетаминовая наркомания имеет характер «запойной», или «сессионной» - периоды употребления наркотика сменяются «холодными» периодами, продолжительность которых со временем сокращается.

Состояние абстиненции характеризуется сильнейшими депрессивными и дистрофическими расстройствами. Появляется повышенная сонливость, обост­ряются вспыльчивость, злобность, агрессивность. Со временем появляется не­обоснованная тревожность и подозрительность. Возможны попытки суицида.

*Каковы последствия употребления амфетаминов?*

* нервное истощение;
* необратимые изменения головного мозга;
* поражения сердечно-сосудистой системы и всех внутренних органов;
* огромный риск заражения СПИДом и гепатитом из-за использования общих шприцев и более высокой, по сравнению с опиатами, частотой употребления во время «запоя»;
* поражение печени из-за низкого качества наркотиков – в ней остается йод, марганцовка и красный фосфор, которые используются при приготовлении наркотика;
* сильное снижение иммунитета и, как следствие, подверженность инфекционным заболеваниям;
* очень велика опасность передозировки с тяжелыми последствиями, вплоть до смертельного исхода.

**Что такое экстази?**

«Экстази» - общее название для группы синтетических наркотиков­стимуляторов. у некоторых из них присутствует галлюциногенный эффект. пользуются большой популярностью во всем мире. Первый препарат этого ря­да был синтезирован в конце XIX века. В 30-х годах ХХ в. широко применялся в медицинских целях для лечения депрессивных состояний (в США, Швеции, Ве­ликобритании). Вскоре из-за обнаружения у препаратов этой группы свойства вызывать привыкание и разрушительно действовать на функции центральной нервной системы его ме­дицинское применение было прекращено.

Опыты на животных показали, что даже при недолговременном употреблении «экстази» убивает клетки мозга, вырабатывающие серотонин - вещест­во, с помощью которого мозг контролирует перепады настроения.

«Экстази» - это, как правило, разноцветные белые, коричневые, розовые, желтые таблетки (часто с рисунками) или капсулы.

*Каковы симптомы опьянения?*

Наркотическое действие препарата продолжается от 3 до 6 часов. Возбуждается центральная нервная система, повышается тонус организма, увели­чивается выносливость, физическая сила, ускоряются все реакции. Под дейст­вием этого наркотика принявший его человек может выдерживать экстремаль­ные эмоциональные и физические нагрузки, не спать, не чувствовать ус­талости. За искусственный «разгон» организму приходится расплачиваться: по­сле прекращения действия наркотика наблюдается состояние апатии, подав­ленности, сильной усталости, сонливости. Это состояние может продолжаться несколько дней, так как организму требуется восстановить израсходованные силы.

*Каковы последствия употребления «экстази»?*

Быстро возникает психическая зависимость: без препарата человек не способен к продуктивной деятельности. Со временем «подкачка» требуется для выполнения вполне обычной работы.

Употребление приводит к физическому и нервному истощению, ресурсы организма быстро исчерпываются. Сильно страдают нервная система, сердце, печень. Длительное употребление приводит к дистрофии внутренних органов. Препарат влияет на генетический код и, следовательно, на будущее потомство. Истощение психики приводит к тяжелейшим депрессиям, вплоть до самоубий­ства.

**Что такое галлюциногены?**

ЛСД - синтетический наркотик. Бесцветный порошок или прозрачная жидкость без запаха. Этой жидкостью пропитывают бумагу или ткань. Затем пропитанную основу разрезают на кусочки – дозы.

Псилоцин и псилоцибин – наркотические вещества, обладающие галлю­циногенным эффектом. Содержатся в грибах-поганках. Наибольшей популяр­ностью псилоцибиновые грибы пользуются у подростков среднего возраста. Главная опасность этого наркотика - его доступность.

*Каковы признаки опьянения галлюциногенами?*

Усиленная частота пульса, повышенное давление, расширение зрачков, дрожание рук, сухость кожи.

Наркотическое опьянение сопровождается изменением восприятия внешнего мира, нарушениями ощущения своего тела, координации движений. Полностью утрачивается самоконтроль.

Употребление влечет необратимые изменения в структурах головного мозга. Возникают психические нарушения различной степени тяжести, вплоть до полного распада личности.

Даже однократный прием ЛСД может необратимо повредить головной мозг. Психические нарушения неотличимы от заболевания шизофренией.

**Что такое ингалянты?**

В эту группу входят летучие вещества наркотического действия (ЛВНД).

Они содержатся в препаратах бытовой химии: красителях, растворителях, клее, бензине.

Сами по себе ЛВНД к наркотикам не относятся. Опьяняющее действие возможно, если количество вещества, поступившее в организм, очень велико. В этом случае опьянение – один из симптомов отравления токсинами ЛВНД.

Состояние характеризуется возникновением галлюцинаций, неадекватным поведением, нарушением координации движений. При употреблении инга­лянтов легко получить очень тяжелое отравление со смертельным исходом.

При длительном употреблении ЛВНД в результате постоянной «подпит­ки» организма ядовитыми веществами довольно быстро развиваются осложне­ния:

* токсическое поражение печени через 8-10 месяцев;
* необратимое поражение головного мозга, срок развития 10-12 месяцев;
* частые и тяжелые пневмонии.

Результат – изменение характера, отставание в психическом развитии, снижение иммунитета. Длительное употребление ведет к инвалидности. ЛВНД в основном употребляют дети младшего школьного возраста.

*Биологический аспект зависимости*

Наркотики включаются в обменные процессы в организме – формируется физическая зависимость. Длительное отравление организма наркотиками при­водит к тому, что у зависимого человека не может нормально функционировать ни один орган или система.

В первую очередь от наркотиков страдает головной мозг. Токсическое действие на нервную систему проявляется в виде поражения подкорковых ядер, гипоталамических образований, ретикулярной формации, мозжечка и пе­риферических нервных стволов. То есть страдают все структуры мозга. Картина этих нарушений может быть различной у каждого потребителя наркотиков. На­пример, при выпадении функций развиваются параличи и парезы, чаще в ниж­них конечностях. Кора головного мозга поражается диффузно. Высшая нервная деятельность в какой-то степени страдает у всех потребителей. Степень ее вы­раженности при этом может быть разной.

Люди, потребляющие наркотики внутривенно, в большинстве случаев вводят «грязные» растворы, которые производятся кустарно и являются несте­рильными, в них содержатся микробы и вирусы. Поэтому у потребителя неред­ко наблюдается гипертермическая реакция, сами потребители говорят - «тря­хануло). Такое состояние сопровождается резким повышением температуры, ознобом, тошнотой, головокружением, слабостью. Это опасное для жизни со­стояние. Результатом введения нестерильных растворов в нестерильных усло­виях может стать и заражение крови (сепсис). Живые и погибшие бактерии, а таюке продукты их жизнедеятельности с током крови попадают в головной мозг, легкие, печень, почки и образуют там абсцессы - гнойники. Такие осложнения представляют угрозу для жизни и всегда требуют серьезного лечения. Абсцесс мозга может привести к параличу, слабоумию. Абсцессы печени и почек - к не­достаточности работы этих органов и изменению их структуры. Гнойное пора­жение клапанов сердца (бактериальный эндокардит) - ведет к пороку сердца.

У потребителей часто развивается токсический гепатит (сам наркотик и химикаты, используемые для его приготовления, являются ядами для организ­ма).

Одна из функций печени – выведение ядов из организма или, по крайней мере, расщепление их до безвредных продуктов. В связи с регулярным по­ступлением растворов наркотика в организм печени приходится изрядно тру­диться, обезвреживая все эти яды. Структура печеночных клеток изменяется. И как следствие, - гепатит, цирроз (цирроз - тяжелое неизлечимое заболева­ние, при котором клетки печени замещаются соединительной тканью).

Кроме того, печень отвечает за синтез белков в организме. Белки нужны для построения новых клеток (при недостатке белка замедляется их рост). Без белков страдает иммунная система (из них строятся антитела), плохо работает свертывающая система крови.

*Психический аспект зависимости*

При употреблении наркотических веществ у потребителя возникают разнообразные изменения психических процессов:

* эмоциональная опустошенность;
* падение активности и энергетического потенциала;
* вытеснение обычных стремлений и потребностей тягой к наркотику;
* снижение уровня интеллекта;
* ухудшение памяти и снижение продуктивности умственной деятельности;
* появление тревоги и депрессии, раздражительности;
* возникновение вспышек злобы и агрессии;
* сужение круга интересов, стремления узнать что-то новое;
* отсутствие желания что-либо делать;
* повышение утомляемости.

*Социальный аспект зависимости*

Происходит постепенное разрушение социальных связей и снижение их значимости. Это проявляется в том, что зависимый человек перестает быть ча­стью общества. В процессе формирования зависимости меняется система цен­ностей. Все, что раньше было значимым, дорогим, любимым, теряет смысл. Отношения с близкими людьми постепенно ухудшаются. Сначала они стано­вятся формальными: поддерживается видимость семейного уклада, встреч с друзьями и любимым человеком, но делается это лишь ради сохранения «мас­ки» обычного человека. Однако со временем зависимому человеку все труднее это делать – нет желания и сил. Отношения с близкими становятся манипуля­тивными – попытки извлечь выгоду из любых контактов (не обязательно мате­риальную, это могут быть услуги). В конечном итоге манипулировать окружаю­щими удается все реже, растет отчуждение. Попытки родителей помочь зависи­мому вызывают у него раздражение и злобу. Родители теряют надежду, пыта­ются прибегать к жестким мерам. Отношения в семье становятся враждебными.

Еще одной стороной социальных последствий зависимости являются проблемы с работой и получением образования, это связано с нарушениями в психиче­ской сфере, состоянием физического здоровья, с отсутствием устремлений к самореализации. В процессе развития наркомании понятия о моральных нор­мах у человека становятся размытыми, и постоянные финансовые затруднения могут привести его к конфликту с законом.

*Духовный аспект зависимости*

Главным в этом аспекте является то, что зависимый человек теряет нравственный стержень. Ему становятся безразличны высокие духовные идеа­лы и ценности (вера в бога, любовь к родине, забота о людях, сострадание к слабым и больным, альтруизм, самопожертвование).

**II. Формирование активной позиции родителей к риску употребления детьми психоактивных веществ и к той микросреде, в которой растет и общается их ребенок**

**Наркотики и возраст**

Чтобы помочь человеку вырваться из пропасти затягивающей болезни с названием «зависимость», надо бороться с потребностью в наркотике, и борьба будет успешной только в том случае, когда найдена первопричина, толкающая его на встречу с неминуе­мой гибелью.

Как показывает статистика, первая встреча с наркоти­ческими веществами происходит иногда в 8-10 лет, но чаще всего в подростковом возрасте. Для понимания причин и механизмов развития наркомании очень важно учитывать психологические характеристики данного возраста, который по своей сущности является кризисом взросления.

**8-11 лет**

Детей интересует все, что связано с наркотиками, - их действие, способы употребления. Наркотик - это неизвестный и запретный мир и, как все незнако­мое и запретное, вызывает особое любопытство. По данным диагностических исследований, дети этого возраста о последствиях употребления наркотиков либо ничего не слышали, либо слышали, но ничего не поняли, либо не воспри­няли всерьез. Знания о наркотиках обрывочны, чаще всего получены со слов друзей и случайных приятелей. Наркотики пробовали употреблять единицы; возрастных группировок, принимающих наркотики как норму, пока еще нет. Ак­тивное употребление чаще всего связано с токсическими веществами (токсико­мания). Часто детей этого возраста вовлекают в более взрослые сообщества на правах распространителей (передаточное звено).

**11-13 лет**

Основной возраст начала наркомании. Интерес вызывает возможность употребления «легких» наркотиков из-за широко распространенного заблужде­ния об их существовании. О наркотиках в этом возрасте знают многое, инфор­мация черпается из рассказов знакомых. Знания часто носят недостоверный характер. Отношение к наркотику если не позитивное, то с присутствием опре­деленного «ореола привлекательности». Опасность употребления наркотиков недооценивается. Говорят о проблеме только между собой.

Первые эпизоды наркотизации и алкоголизации у подростков 11-13 лет связаны, как правило, с трудной семейной или школьной ситуацией, безнадзор­ностью, некритичным отношением к поведению окружающих. Так как в этом возрасте наиболее доступны лекарственные и бытовые средства (бензин, клей, зубные пасты, таблетки и др.) и в то же время занижена оценка наносимого ими вреда, то именно эти средства и оказываются стартом в употреблении психоак­тивных веществ.

**14-17 лет**

Наиболее опасный возраст для начала экспериментирования с любыми психоактивными веществами. Его часто называют возрастом независимости. Опыт знакомства с наркотиками происходит на дискотеке, молодежной вечеринке, в компании друзей, в подворотне - в изолированных от влияния взрос­лых пространствах. У большинства возникает либо личный опыт употребления того или иного наркотика, либо опосредованный – через близких людей и зна­комых.

Вместе с расширением и объективизацией информации о наркотиках и риске злоупотребления ими формируется и все более определенное отноше­ние к проблеме наркозависимости.

**Особенности подросткового возраста**

Что значит - быть подростком? Отрочество - это период человеческой жизни, когда все перестраивается и перекраивается когда рушится все старое и строится новое, когда все ставится под сомнение и, с другой стороны, во всем есть стопроцентная уверенность. Становясь взрослыми, мы с тоской вспоминаем романтические переживания нашей юности и снисходительно улыбаемся, замечая в наших детях когда-то присущий и нам максимализм и стремление все сделать по­-своему. Но тогда, в четырнадцать и семнадцать, все было по­-настоящему. Мы считали предательство самым большим грехом, первую любовь - единственной, а прыщи на лице вызывали мысли о собственной никчемности. Быть подростком совсем не про­сто. Быть подростком - это трудная работа. Это период жизни, когда мы реша­ем очень многие и, наверное, самые важные проблемы: «Я и моя жизнь», «Я и другие люди», «Я и мир вокруг меня». Подросток должен разобраться со всеми этими отношениями, найти себя и свое место в этой жизни, ощутить свою цело­стность и способность жить. Массу трудностей, больших и маленьких, он выну­жден преодолевать на этом пути, часто оставаясь в одиночестве без какой­либо поддержки со стороны близких людей. Быть подростком - это часто очень опасно, это баланс между желанием жить и умереть, желанием стать или сдаться. Способны ли мы понять подростка и помочь ему в борьбе за здоровое существование? Как нам услышать его и как достучаться до этого чуткого и од­новременно жестокого к окружающим человечка, полного стремления покорить этот мир? Каков он - пятнадцатилетний гражданин, как он понимает этот мир и нас с вами заодно?

Он стремится познать этот мир. Он хочет узнать все любой ценой и прямо сейчас. Все - потому, что не хочет ничего упустить (вдруг это самое главное в жизни?). Любой ценой - потому что пока все равно непонятно, что сколько стоит и есть ли ценность в человеческой жизни вообще. Прямо сейчас, ­потому что потом он не успеет, он живет только сейчас. У него нет будущего и в этом он больше похож на ребенка, чем на взрослого, он живет настоящим.

Он хочет узнать себя, понять, на что он способен, насколько ценен.

Он хочет понять и оценить свое новое тело. Любая неудача, отвержение или недостаток обесценивают его в его собственных глазах. Он хочет быть всем или не хочет быть вообще.

Он хочет узнать других и научиться жить среди людей. Он показывает себя другим и стремится найти или завоевать свое собственное место. Ему нужно уважение окружающих как воздух, и он готов платить за него многим.

Он хочет оценить этот мир, эту жизнь и себя. Он хочет понять, что важно, а что нет; построить свою жизнь, основываясь на своих ценностях и убеждениях.

Почему он такой? Что происходит с человеком в этот период его разви­тия? Какие поведенческие особенности подростка отражают его сущность? Вот основные особенности подросткового возраста с точки зрения физиологии и психологии.

**Личность**

* Происходят заметные физиологические изменения, перестройка мно­гих систем и органов, изменение внешности, обращение внимания на свое тело (оно заставляет обращать на себя внимание).
* Изменение сексуального статуса, чувствительности. Появление и формирование сексуальных влечений. Новые ощущения - новое отношение к себе.
* Сомнение в своей ценности и адекватности.
* Ощущение необходимости строить собственное «Я».
* Необходимость обретения .навыков взаимодействия с собой и со свои­ми чувствами, решения личностных сложностей и проблем, отстаивания своего выбора и границ.

**Отношение к миру**

* Изменения выталкивают подростка из уютной «скорлупы» детства и заставляют искать новую опору. Опора личности – иерархия ее жизненных цен­ностей.
* Подросток начинает строить свою иерархию ценностей. Его не устраи­вает то, что предлагают ему взрослые - это возвращает его в тот мир, из кото­рого он только что выбрался. Он должен проделать свою собственную работу по построению своей личности - иначе его крылья не окрепнут (так называемая «реакция эмансипации»).
* Он начинает с разрушения - это отказ от того, что ему преподносят «на блюдечке». Он как бы говорит нам: «Я сам, я хочу свое собственное» - и отталкивает предлагаемое обществом и родителями «блюдечко».
* Первая ценность для него – свобода. Свобода в понимании подрост­ка - возможность делать то, что он хочет.
* Стадия «экспериментаторского» отношения к миру.
* Ориентация на «западную» культуру. Для подростка эта культура представлена, в основном, видеофильмами и музыкальными течениями. Понятие «Запад» может являться символом свободы и независимости.
* Необходимость быть приверженным чему-то. Увлечение кумиром, спортом, коллекционированием, любым видом деятельности. Потребность иметь «конек» или идеал, принадлежать какому-то виду творчества или фило­софии.
* Необходимость овладения навыками отношения с миром, способами реагирования на окружающую среду.

**Отношение к другим**

* Ориентация на сверстников. Ему нужно общение, где его воспринима­ют как личность. Общение взрослого со взрослым, на равных. Только такое об­щение дает ему свободу построения собственной личности. Другие варианты воспринимаются как давление и вынуждают убегать дальше и дальше, разру­шать больше и больше.
* Тенденция к образованию группировок («панки», «рэп­перы», «скинхеды» «гопники», «рэйверы», «роллеры» и мно­гие другие). Принадлежность к некоторым группировкам определяет выбор того или иного наркотика и может являться фактором, способствующим формирова­нию аддиктивного поведения.
* Проблемы в семье. Родители, как самые близкие взрослые, отвечают за всю взрослую половину человечества, и большая часть протеста против ми­ра взрослых ложится на их плечи. Да и самим родителям часто хочется видеть в своем ребенке не бунтаря и задиру, а воплощение всех своих несбывшихся некогда надежд.
* Необходимость овладения навыками взаимодействия с другими людьми, навыками общения, способами построения отношений и соблюдения границ.

**Факторы, способствующие формированию аддиктивного поведения.**

Относительная приемлемость употребления ПАВ в культуре. Дети воспринимают употребление алкоголя и наркотиков как составляющую часть «мира взрослых». То, что является нормой, не вызы­вает опасения. Трудно ожидать другого выбора, им даже в голову не приходит, что в этом есть что-то неправильное. Подросток хочет принадлежать чему-­то большему, группе или целой культуре. И он впиты­вает в себя все «реквизиты» этой культуры, будь это дворовая компания или целое молодежное музыкальное течение.

В подростковом возрасте возникает масса психологических трудностей (общение со сверстниками, с собой, с миром, со взрослыми, поиск смысла жиз­ни и т.д.). Задача этого периода развития личности – научиться с ними справ­ляться. Это сложно и иногда больно. Если в этот момент подросток сталкивает­ся с ПАВ – он получает опыт варианта «легкого» пути для решения всех слож­ных и иногда в принципе неразрешимых задач. (Например, он краснел и блед­нел при одном взгляде симпатичной одноклассницы, а выпив баночку пива, он получает иллюзию собственной обаятельности и неотразимости. Или ему каза­лось, что все вокруг обращают внимание на дефекты его внешности, а всего лишь одна затяжка марихуаны освобождает его от этого напрягающего ощуще­ния). Таким образом, вместо сложной внутренней работы, вместо изнуритель­ного подъема по лестнице личностного роста – легкий путь на скоростном лиф­те. И человек очень быстро оказывается на психологических костылях, откинув которые, он падает и уже не может идти по жизни.

Подростки не умеют ориентироваться на свои чувства, не доверяют им и часто даже не знают, что это такое. Но они очень остро чувствуют ложь и фальшь. Они чувствуют расхождение психологической реальности с тем, как их учат ее воспринимать (говорится одно, а происходит другое). Им хочется найти и сотворить другую реальность, наполненную настоящими и интенсивными чувствами. Алкоголь и наркотики – иллюзия возможности не играть в фальши­вые игры взрослых, а построить свою, «честную», реальность.

Нет пока ценности отдельной личности, ее уникальности. Низкая самооценка, отсутствие самопринятия, неспособность противостоять большинст­ву и ценить собственную жизнь, выбор, здоровье. Подросток не боится за свою жизнь, ему гораздо больше хочется наполнить настоящий момент интенсивны­ми переживаниями, чем влачить долгое, скучное и бессмысленное существова­ние.

Часто родители привыкают к избыточной ответственности за жизнь ребенка, не обучая его самого отвечать за свои поступки. Ребенок растет с ощущением, что не он сам решает проблемы, что есть кто-то, кто несет этот груз за него. Отсюда – невозможность сделать собственный выбор, желание найти что-то, на что можно опереться и куда можно уйти от проблем, не неся никакой ответственности.

Часто родители лишают своего ребенка возможности прожить безза­ботное детство и кладут на его плечи непосильное бремя ответственности за свою семью, за ее проблемы. Как правило, это происходит в неблагополучных, дисфункциональных семьях. Такие дети прибегают к употреблению ПАВ, чтобы стряхнуть с себя тяжелую ношу и уйти в другую, «легкую» реальность.

**Личностные особенности, определяющие мотивацию при аддиктивном поведении:**

- терпимость к отклонениям от социальных норм;

- недостаточная ориентация на достижение успеха своим трудом;

- оппозиционная настроенность в отношении основных социальных требований;

- склонность к депрессии.

*Со слов подростков, можно выделить следующие мотивы начала злоупотребления ПАВ:*

- желание не отстать, быть как все;

- стремление испытать новые ощущения;

- способ развлечения;

- завоевание престижа;

- стремление заглушить внутренние противоречия;

- желание облегчить общение;

- возможность уйти от проблем;

- стимуляция фантазий;

- протест против поколения родителей;

- стимуляция творческих способностей;

- подражание кумирам.

*Подросткам кажется, что люди не употребляют ПАВ потому что:*

- они боятся (родителей, милиции, учителей, смерти и зависимости);

- у них есть убеждения, что этого не надо делать (они сами так решили, это их выбор);

- у них есть позитивный пример – уважаемый ими взрослый, активно разделяющий ценность здорового образа жизни.

То есть подросткам кажется, что поводов для начала употребления наркотика гораздо больше, чем для отказа от него. И это действитель­но очень пугает ...

*«Группа риска»: какие подростки с большей вероятностью нач­нут употреблять ПАВ:*

- дети из семей, где кто-либо имел зависимость от ПАВ. Как правило это семьи, где взрослые имеют проблемы с употреблением спиртных напитков, хотя иногда внешне это очень благополучные семьи. В них формируется гене­тический фактор наследования склонности к образованию зависимости от ПАВ;

- дети из дисфункциональных и конфликтных семей. Они несут в себе комплекс психологических проблем, связанных с определенными правилами и ролевыми установками такой семьи, и всю свою жизнь, где-то очень глубоко, прячут тяжелые чувства, которые когда-то возникли в ответ на ситуацию в се­мье, а потом стали движущими силами их дальнейшей жизни. Это такие чувст­ва, как вина, страх, обида и злость. Они не знают, что эти чувства есть внутри них, где они находятся и что делать с ними. Но именно сообразно с этими чув­ствами они строят свою дальнейшую жизнь, свои отношения с другими людьми, с алкоголем и наркотиками;

- дети, живущие е неблагоприятных условиях и в условиях высокой рас­пространенности употребления ПАВ;

- дети, пережившие насилие (эмоциональное, сексуальное, физическое);

- дети, имеющие личностные проблемы (ощущение несостоятельности, завышенные ожидания, насилие, отвержение, определенный тип акцентуации характера).

**Молодежные субкультуры как фактор наркотизации**

В самом общем виде, субкультура – это некоторая особая (особенная) культура в рамках общей культуры общества. «Особость» субкультуры определяется отличием образующих ее ценностей, норм, культурных форм, от принятых в общей культуре. Вместе с тем субкультура неразрывно связана и даже производна от общей культуры.

Социологи делают акцент на связь субкультуры с определенной социальной группой людей, например, "субкультура - это социальная, этническая или экономическая группа с особым собственным характером в пределах общей культуры общества" (С. Фрис). В таком контексте это понятие используется для определения образцов поведения и ценностей у различных меньшинств. Предметом исследования при таком подходе может выступить субкультура мормонов в США или субкультура старообрядцев в России, субкультура китайской диаспоры в Великобритании или субкультура криминального сообщества (мафии) в Италии. В таком подходе решаются проблема отношений и взаимодействий субкультуры с обществом, проблема сосуществования субкультур.

Важно отметить, что в любом определении понятия субкультура подчеркивается принципиально немассовый, в известном смысле эзотеричный ее характер, явное или скрытое противопоставление общей культуре. Вектор становления субкультуры противоположен вектору установления культурного господства.

Выделяют следующие функции субкультур для молодежи:

1. Они предлагают решение некоторых структурных проблем молодежи на "магическом" уровне, особенно проблем, созданных внешними противоречиями социоэкономической структуры, которые коллективно переживаются молодежными поколениями. Часто эти проблемы являются частью классовых переживаний - эффектом осознания классовой принадлежности и сопротивления молодежи социально-экономической заданности их будущего.

2. Они предлагают некую новую культуру, из которой можно отобрать значимые культурные элементы, такие как: стиль (моду), досуговые ценности, повседневные идеологии и жизненные стили. Эти элементы способствуют формированию идентичности вне той солидарности, которая предписывается им "соответствующей" (их уровню) работой, семьей и школой.

3. Они есть некая альтернативная форма социальной реальности, которая, конечно же, апробируется в классовой культуре, но опосредуется ближним окружением (соседством) или несуществующей - символической общиной, воспринятой через масс-медиа.

4. Субкультуры предлагают осмысленный, значимый путь жизни в рамках "свободного" времени - в течение досуга, который вынесен за рамки инструментального и скучного мира работы.

5. Субкультуры предлагают новые экзистенциальные дилеммы для принятия индивидуальных решений. В частности, они могут включать использование бриколлажа молодежного стиля для конструирования своей идентичности вне школы или работы.

Принадлежность юного человека к субкультуре предполагает обязательность соблюдения "правильного" вида (стиля) - "прикида" (одежда, обувь, стиль прически, аксессуары), а также разделения общих групповых вкусов (музыкальных, литературных, кинематографических). Соблюдение этих правил невероятно значимо и служит реальным пропуском в субкультуру, не допуская никаких подделок, фальши. Различные стилевые группы в равной степени нарушают законы "правильного" общества. При этом они сами довольно значимо отличаются друг от друга. Эти отличия могут иногда включать в себя своего рода ритуальный спор друг с другом (на Западе - модов и рокеров, тэдов и панков, в России – хиппи и гопников).

Основными компонентами стиля считаются:

1. Имидж - внешнее проявление некоего смысла, состоящее из костюма и его значимых аксессуаров, таких как: прическа, украшения (драгоценности) и художественные поделки.

2. Манеры - походка, осанка, жесты.

3. Арго (слэнг, жаргон) - словарь данной социокультурной группы, способ артикуляции и коммуникации посредством употребления специфических слов.

Исследователи выделяют характерный стиль наркогенной субкультуры. Так, существование "наркоманического" стиля в одежде отмечается на рубеже Х1Х-ХХ веков, в период увлечения кокаином. «Свободные, напоминающие греческие туники одежды, определенный грим —темные "набухшие" веки — все это стало внешним атрибутом поклонников одурманивания – пишет А. Макеева. - Этот стиль получил довольно широкое распространение в среде богемы и просуществовал до начала 20 г.г.». Сегодня фиксируются новые попытки создания модельерами "наркоманического имиджа": «на подиум выходят тонкие и бесплотные модели, загримированные под наркомана (бледная кожа, синие круги под глазами, длинные, спутанные волосы, хаос в одежде)». Отмечаются и тенденции возникновения "наркоманического стиля" в одежде. В некоторых городах использующие наркотики носят определенную форму одежды — широкие брюки, белые кепки, светлые рубашки и т.п.

Исследователи говорят о существовании и особого наркоманического жаргона. Отмечается проникновение элементов наркоманического сленга в повседневную речь большинства молодежи. Изучая уровень информированности несовершеннолетних о различных аспектах наркотизма, исследователи выяснили, что элементы наркоманического жаргона знакомы и широко используются уже младшими школьниками.

Рассмотрим некоторые направления молодежных субкультур и роль наркотиков в них.

Хиппи. Культура «хиппи» возникла в 60-е г. в эпоху «сексуальной революции», «студенческих бунтов» в Европе, выступлений против агрессии Америки во Вьетнаме. Идеи ненасилия (пацифизма), всеобщей и свободной любви, коммунальной (общинной) жизни, нестяжательства, возвращения к естественным отношениям, движение за экологию стали основными составляющими ее мировоззрения. Длинные волосы, бороды у юношей, джинсы, "фенечки" (браслеты, ожерелья, которые плетутся самими хиппи) – бросающимися в глаза чертами внешнего облика. Хиппи создали «богатый» слэнг, многие слова которого до сих пор не вышли из употребления в молодежной среде. Широкое распространение среди хиппи получили восточные религиозные и философские представления: дзен-буддизм, индуизм, йога. Субкультурная активность молодежи в 70-х годах стала принимать форму контркультуры. Выдвигались и апробировались на практике альтернативные способы взросления: игра вместо работы, наркотики вместо спиртного, коммуны вместо семьи. В эту молодежную субкультуру оказывались вовлеченными и зрелые люди.

В России культура хиппи активно формировалась в конце 70-х и 80-х гг. Существует она и в настоящее время, привлекая внимание подростков и юношества уже не только идеями, но и своего рода историчностью, легендарностью. Многое из музыки, литературы, кино, проникнутого духом «хиппи», сегодня воспринимается как классика американской и европейской культуры 20-го века.

Неотъемлемым элементом жизни хиппи стало употребление марихуаны. Курение «травы» настолько вошло в повседневность, что зачастую вытесняло алкоголь. «Детей цветов» по праву можно назвать «детьми травы». «Культовым» наркотиком для «хиппи» стал ЛСД, еще не получивший в 70-е однозначно негативной оценки и рассматривавшийся как великое открытие, средство для изменения «обыденного» сознания. В сущности, все виды наркотиков находили легкий путь в среду «хиппи». Жизнь в «коммунах» выступала фактором быстрого формирования зависимости и широкого распространения наркотических средств. Как следствие, именно хиппи серьезно захватила первая волна СПИДА.

Панки (от англ. рunk — гнилушка, гадина). Свойственный в принципе молодежной субкультуре протест против общепринятых норм и ценностей «панки» выразили, пожалуй, наиболее демонстративно и агрессивно. Все элементы панковской субкультуры: поведение, имидж, слэнг носили вызывающий характер и были призваны эпатировать, раздражать, возмущать взрослых. Торчащие в разные стороны или постриженные в форме гребня, окрашенные волосы; «боевой раскрас» лица; утыканная булавками, специально порванная одежда; изобилующая бранью речь действительно вызывали и продолжают вызывать негодование и страх добропорядочных граждан. Нарочитое нарушение норм поведения в общественных местах панки объясняют тем, что они просто сумасшедшие. Это считается хорошей чертой характера, потому что таким способом они реализуют себя вне контроля. Важным понятием для понимания панковской субкультуры является: «прикол» и «прикалываться». Этим понятием определяется практически все формы совместной активности: шутить, дружно демонстративно драться, играть в детские игры, веселиться за счет других и т.д.

Панк-рок стал музыкальным выражением духа эпатажа и вызова. Наиболее примитивное направление рок-музыки за все время ее существования характеризуется особой громкостью, рваным ритмом, отсутствием гармонии («Секс Пистолз», «Клэш» и др.). Не обращая внимание на мастерство владения инструментами, панк-музыканты весьма серьезно относились к текстам. Критика существующего социального порядка и культуры в форме хлестких обвинений сопровождалась нецензурным выражениями.

В нашу страну панк пришел через прибалтийские республики СССР в начале 80-х. В сообщество первых «ленинградских» панков того времени входил будущая звезда отечественного рока – Виктор Цой. В России панковская субкультура в ряде случаев ассимилировала элементы примитивного анархизма, а зачастую использовалась как эффектное прикрытие банального хулиганства.

Обращение панков к наркотикам так же стало одним из инструментов для выражения презрения ненависти к окружающей действительности. «Дети технологического общества» панки предпочитают синтетические ПАВ: амфетамины (эфедрон, первитин), ингалянты (клеи, растворители), не оставляя без внимания все иные виды.

Растаманы. Субкультура, возникшая на Ямайке и уходящая корнями в синкретические культы стран Карибского бассейна, на Российской почве выглядит весьма экзотичным растением. Красно-желто-зеленые (цвета флага Ямайки) береты, волосы, заплетенные в косички (дрэды) - вот наиболее броские черты внешнего вида «растаманов». Можно взять смелость утверждать, что мало кто из молодых россиян, примеривших на себя подобный стиль, глубоко знаком с идеологией национально-религозного движения афро-американского населения 20-го века, увидевшего в эфиопском императоре Хайле Силасиа – своего рода мессию, собирателя «пребывающих в рассеянии» выходцев из Африки. В большинстве своем они являются поклонниками музыки «рэггей». Эта полная «тепла» и радости музыка с характерным запоминающимся ритмическим рисунком также выросла из традиционных религиозных песнопений и благодаря Бобу Марли в конце 60-х, начале 70-х получила мировое признание. Вряд ли все любители «рэггей» предали свою жизнь в руки «Джа» (имя бога в рассматрваемой традиции), но очевидно, что многие отдали ее в сети марихуаны. Употребление данного наркотика - значимый атрибут субкультуры растаманов. Марихуана (гандж) – выступает как священное растение, дарованное свыше («Джа научил растаманов курить гандж»), средство вхождения в особые экстатические состояния. Сладковато-жженый запах травы – весьма частый фон концертов музыки «рэггей».

Грандж. Вопрос исследователей: «почему из кого-то в определенное время получается поколение, а из кого-то нет», имеет в общем виде следующий ответ: «поколением» нарекаются молодые, объединенные неприязнью к «отцам» и их образу жизни.

Поколение, рожденное ближе к концу 60-х, с легкой руки Дугласа Коупленда получило «ярлык» «Поколение Х» (по названию книги упомянутого автора). Объединило его желание возродить никогда не виденные ими 60-е с их духом свободной любви, психоделией, автостопом и возможно, главное, – непродажной музыкой. «Родиной» нового музыкального стиля для «Поколения Х» – «гранджа» стал Сиэтл, а «культовой» группой – «Нирвана» с ее лидером, «последним героем» рок-н-ролла Куртом Кобейном. Длинные волосы, «козлиные» бородки, рванные расклешенные джинсы, растянутые свитера, толстые клетчатые рубашки, тяжелые ботинки, татуировки и серьги в ушах, носах и даже пупках - таким стал облик поколения нонконформистов начала 90-х. Эту картину дополнили наркотики: «Грандж был насквозь пропитан героином» (Д.Коупленд). Однако вновь свободная любовь обернулась СПИДом, «независимый» грандж быстро поставили на коммерческие рельсы, и самоубийство Кобейна, по-сути, ознаменовало уход новых битников со сцены.

Рейв. Молодежные культуры начала 90-х гг. часто связывают с культурой "рейв". О "рейв" говорят как о первой постспидовской молодежной субкультуре.

"Рейв" - это вечеринки, которые проходят в клубах или в любых других, самых неожиданных, но, как правило, заранее объявленных местах (на больших складах, на бывших курортах, в больших заброшенных зданиях), куда съезжаются молодые люди. Постоянных посетителей "рейвов" называют рейверсы. Рейверсы восприняли многое от символики хиппи: длинные волосы, подчеркнуто простая одежда, сшитая из натуральных тканей и произведенная в странах третьего мира. В центре субкультуры «рейв» – танцы: довольно продолжительные (многочасовые), экстатичные, с хаотичными, движениям, которыми «рейверсы» словно заряжают друг друга. Достижение определенных психологических состояний – весьма определенная цель подобных танцевальных марафонов. Сравнивая «рейв», например, с культурой рок-н-ролла, где секс был так же важен, как наркотики и сам рок-н-ролл, исследователи полагают, что в «рейве» достижение состояния восторженного танца заменяет случайную сексуальную активность.

Исследователи сопоставляют подобные танцы с массовыми ритуальными танцами традиционных народов. Влияние подобных танцев на психику очевидно, но плохо изучено. Достигнуть желанных состояний способствует употребление «рейверсами» различных наркотических смесей. Вновь напрашивается аналогия с ритуалами во время которых было принято использование одурманивающих веществ, которое контролировалось шаманом, жрецами. Самая известная смесь, ставшая чуть ли не синонимом "рейва", - это «экстази». «Кислотная» (дискотека, музыка) - часто употребляемое определение элементов клубной субкультуры.

Поскольку тусовки «рейверсов» часто признаются нелегальными, потому что у них нет разрешений на подобные массовые мероприятия, многие из них употребляют наркотики, они ведут неконтролируемую ночную жизнь, движение "рейв" рассматривается как контркультурное.

История наглядно показывает, что важнейшей культурной формой молодежной субкультуры является музыка. Молодежные культуры выступают как музыкальные субкультуры. «Молодежный досуг и идентичность разворачиваются вокруг музыки, - пишет Сара Торнтон. - Молодежь больше всего покупает кассеты и компакт-диски, чаще и больше слушает записи, чем кто-либо еще. Молодежное ТВ - это в подавляющем большинстве музыкальное ТВ, журналы, в большинстве своем - музыкальные. Посредством музыки молодежь сохраняет свое пространство, которое по своей сути есть сочувствование, сопереживание со своей музыкой. Стены из звуков используются молодыми людьми для блокирования себя от семьи и от квартиры; они защищают и охраняют частное пространство молодежи в их личной спальне и даже "пространство своей головы" они изолируют от окружающих с помощью плеера. Плейер помогает поддерживать и ощущать автономию и независимость посредством "вырезания" своих ушей из не желаемого общения, и дистанцироваться от того, что окружает».

Важнейшей формой общения подростков и юношей является совместное прослушивание музыки. Исследования показывают, что если для поколений 60-70-х пространством общения выступали концертные залы, молодежь объединяли «живые» музыкальные события, то в 90-е музыкальная культура становится по преимуществу дискотечной или клубной культурой. Общение строится вокруг записей, а не "живых" представлений. Принципы территориального вхождения в культуру ("территориального членства") для большинства поствоенных молодежных субкультур были менее определены, даже если мы возьмем хиппи на рок-фестивалях, скинхедов на футбольных террасах и панков на их небольших "живых" тусовках. Современные клубные культуры в контраст им упорно ассоциируются с действительно новым и специфическим пространством, которое постоянно трансформирует как свою звучащую культуру (музыку), так и стили, регулярно "доказывая" то, что рейвы - это современный апогей самых крайних проявлений молодежных культур.

Среди факторов, обусловивших подобную трансформацию называют время работы клубов (молодежь стремится найти не только «свое» частное пространство, но и «свое» время – вечер-ночь. В клубных культурах широко доступны и относительно недороги различные алкогольные напитки. Такие наркотики, как спид (speed) н кокаин, очень долго оставались именно клубными наркотиками 60-70 годов, в то время как экстази (иногда фармацевтические, как МDMA или коктейль из амфетаминов и ЛСД) стали прототипами наркотиков поздних восьмидесятых/девяностых рейвовских сцен. Исследования показали, что многие клубники - это полинаркотические пользователи, которые стремятся к воздержанию вне клубов и рейвов от других наркотиков, кроме марихуаны. При этом делается вывод, что большинство молодежи, посещающей клубы, как это было в культуре хиппи, стремится использовать такие "легальные" наркотики, как табак и алкоголь, для символического достижения взрослого статуса, в то время как использование недозволенных наркотиков может уже обозначать протест и сопротивление культуре "взрослости" (С.Торнтон).

***Словарь жаргона наркогенной субкультуры***

**анаша** - (белая, дурь, зелень, марихуана, махра, трава, шала, шмаль) - высушенные листья, цветущие верхушки, верхние части стеблей конопли, используемые для курения

**аптека** - необходимый инструментарий и вещества для изготовления и введения наркотика

**банка** - флакон с жидким наркотиком

**барыга** - продавец наркотика

**баш** (точка) - количество выкуренного наркотика, имеющего силу, или доза жидкого наркотика

**баян** (движок, машинка, ракета) - шприц

**белая леди**-кокаин

**беляшка** - морфий

**бодяжить** - смешивать анашу с табаком, когда ее мало, а желающих много

**ботаник** - человек, выращивающий наркотическую траву

**бугор** (бодяга, мука)- 1) фальсификат наркотика (понташка); 2) нечистый наркотик

**бэг** - сумка, пакет, рюкзак с растительным наркотиком

**вазелин** (масло)- калипсол

**варка** (производные: вариться, варщик) - процесс приготовления винта или другого раствора, чифира

**васечек** (мелкий, пацан)- несовершеннолетний продавец наркотика

**веселин** (веселящий газ, озверин, фанта) - эфедрин и его препараты

**весло** - чайная ложка; закинуть весло - принять ложку каши

**винт** – вид синтетических наркотиков, приготовляемых путём переработки некоторых химических реактивов в кустарных условиях (сильный психостимулятор, например, эфедрон или джеф, солутан)

**вмазаться** (втереться, втюхаться) - начать вводить наркотик внутривенно, внутримышечно, подкожно

**волна** (приход, кукушка, удар) - первые приятные ощущения, возникающие после внутривенной, внутримышечной инъекции

**волокуша** (таска, кайф, улёт) - приятное чувство после прихода (1-2 ч)

**вписать** (производные: вписка, вписаться) - предоставить свое жилье знакомым или малознакомым людям, пройти куда-либо (на концерт, тусовку) бесплатно

**выпаривать** - процесс получения из жидкого наркотика или его раствора порошка или более концентрированного наркотика

**гашиш** (гаш, гашик, смола)- очищенная прессованная смола, полученная из соцветий индийской конопли, содержит тетрагидроканнибикол - вещество, оказывающее наркотическое действие

**героин** (гера, герик, герыч)- наркотик, получаемый из морфия путем воздействия на него ацетиленом; содержит больше ядов, чем морфин

**глотатель** – гонец, перевозящий наркотические вещества в презервативе, проглоченном в желудке

**гильза** - выпотрошенная папироса, которую набивают наркотиком

**глотарь** (глот, глотун) - наркоман, принимающий наркотики внутрь

**глотать колеса** - принимать таблетки, капсулы

**головняки** (отходняк) - сильнейшая головная боль после окончания действия наркотика или на следующий день после его приема

**гонец** — член группы подростков, занимающийся переноской и перевозкой наркотиков

**гореть** (производные: трубы горят, ломка) - сильнейшее желание употребить привычный наркотик или его заменитель, сопровождающееся плохим психофизиологическим самочувствием

**глюки** (кино, мультики)- галлюцинации, искажающие реальное время и пространство ощущения после употребления наркотика

**двинутся** - принять наркотики

**джеф** - наркотическое вещество, полученное путем обработки ацетоном некоторых лекарственных препаратов (солутан, эфедрин)

**доктор** –продавец наркотиков

**дима** — димедрол

**доза** – количество наркотического вещества на один приём

**дороги** (трассы) - следы от инъекций по ходу вен на руках и ногах

**дунуть** (кочегарить, пустить паровоза, пыхнуть)- выкурить сигарету, папиросу с анашой

**дуразин** (дурики) – аминазин, тизерцин (нейролептики)

**дурка** (столбы)- психиатрическая больница

**дурь** —гашиш

**забивать** (заколачивать косяк) - 1) наполнять сигарету (папиросу) анашой; 2) не выполнить обещанное, не пойти куда-либо в состоянии наркотического опьянения

**закинуться** - проглотить наркотическую таблетку, капсулу, марку

**заморочки** (бред) - действия наркомана во время наркотического опьянения

**измена** (производное: сидеть на измене) - страх попасться кому бы то ни было на глаза в одурманенном состоянии; дурное предчувствие; плохие ощущения или страхи после принятия наркотика; отсутствие приятных наркоману ощущений при употреблении наркотика

**заширенный** (доходяга, конченый лох) - наркоман в стадии физической деградации

**кайф** - 1) общее название наркотиков; 2) психофизиологическое состояние наркомана после принятия наркотика - эйфория (веселое приподнятое настроение), заторможен-ность или другие ощущения

**катать колёса** – принимать таблетки

**каша** - сваренная в масле конопляная пыльца

**кинуть** - взять деньги у неопытного наркомана, а наркотик не дать

**кит** – кетамин

**кода** - кодеин, таблетки с кодеином

**козюлька** (козявка) - смола, соскобленная с мастырка, которую поджигают, и вдыхают дым

**колесо** - таблетка, содержащая психоактивные компоненты

**колесники** - наркоманы, принимающие таблетки (сидящие на колесах)

**корабль** - спичечный коробок с маковой соломкой

**косяк** - папироса или сигарета, наполненная анашой

**кумар** (производное: раскумариться) - запах, дым, стоящий в помещении после выкуривания анаши

**куб** (10 точек)- 1 мл раствора наркотика для внутривенного, внутримышечного, подкожного введения

**лаборатория** - комплекс технических приспособлений для получения винта

**летать** - находиться под действием наркотика, испытывая приятные ощущения

**ловить кайф** - чувствовать себя хорошо под действием наркотика

**ломка** - абстиненция - болезненные ощущения в период отсутствия наркотика

**манага** (молоко)- сваренный на молоке препарат из конопли

**марихуана** (зелень, трава)- анаша

**мария** — опий

**марфа** —морфин

**машина** —шприц

**мастырка** - 1) гильза от папиросы или скрученная плотная бумага (вплоть до дензнаков), вставленная в сигарету с целью, чтобы лучше пробирало и чтобы скапливалась смола; 2) сигарета с анашой

**мёртвый** (мертвяк, никакой, обдолбаный, тёплый) - человек в состоянии наркотического опьянения, как правило не реагирующий на окружающих

**молодняк** - начинающий наркоман

**нарк** (двинутый, наркоша, наш, пипл) - наркоман

**напас** - затяжка

**наркоша** – человек, употребляющий наркотики

**нюхач** (снифер, чуфанщик) - потребитель токсических веществ (аэрозолей, ингаляторов, клея, растворителей)

**нюхнуть** - вдохнуть токсическое вещество с целью получить кайф

**обезьяна** - человек нерегулярно употребляющий наркотические вещества

**обсаживаться** (обкуриваться) - курить анашу

**облом** - внезапная утрата кайфа, вызванная привходящими моментами

**обрыв** - сознательное прерывание приёма наркотиков с целью уменьшения их дозировки

**олег** — квартира, где подростки могут собираться в отсутствии взрослых

**омолодка** (производное: омолодиться) - период, когда наркоман сознательно переживает абстиненцию, т.к., после этого снижается потребность в наркотике и можно снизить дозу

**отврат** (облом) - неожиданно неприятная реакция на прием привычной дозы наркотика в виде дурноты, рвоты, обморока

**отключка** (откидан, улёт) - состояние оглушенности и (или) наркотического сна

**отрава** (дурь)- общее название наркотиков

**отходняк** (отходной) - наркотическое похмелье

**париться** — вдыхать пары ингалятов

**паровоз** (паровозики) - название процедуры вдувания дыма рот в рот

**передоз** (копец, передозняк) - передозировка наркотика, чреватая смертельным исходом

**персоналка** - сигарета с анашой, выкуренная одним человеком

**пионеры**- начинающие наркоманы

**план** - пыльца конопли, гашиш

**плановые** - наркоманы

**побочки** - побочные явления

**подогреть** (взгреть) - отдать часть приобретённого наркотика посреднику, продавцу или другому наркоману бесплатно

**подогреться** - получить наркотик бесплатно

**подопытный кролик (кролик)** - наркоман первым пробующий наркотик после его приготовления

**подсесть на иглу** (сесть на иглу) впасть в зависимость от инъекционных наркотиков

**приход** – наивысшее наслаждение для наркомана, длится в среднем 3-7 минут

**пробить** (пробивать траву) - 1) собирать пыльцу конопли с помощью просеивания через ткань; 2) поймать кайф

**пыхать** (пыхнуть) - курить анашу

**пыхтеть** (раскумариваться, дунуть) - курить наркотик

**пяточка** (пятка) - место перегиба папиросы с растительным наркотиком, где содержится наибольше количество смолы

**ракета** - 1) сигарета, не до конца забитая анашой и закрученная сверху; 2) шприц

**раскумариться** (раскуриться) - принять дозу наркотика

**салют** - солутан

**сеанс**- марихуана без примесей

**свиняк** – ощущение голода при гашишном опьянении;

**сидеть на трубе** - регулярно вдыхать то или иное токсическое вещество

**смотреть стриптиз** — галлюцинации, связанные с сексуальным содержанием, возникающие у подростков при использовании ингалятов

**сонники** - наркотики снотворного действия

**сорваться** - вновь начать употребление наркотических веществ после лечения

**спрыгнуть** (соскочить) - 1) перестать колоться или употреблять наркотики вообще; 2) выйти из тусовки, группы наркоманов, переехать в другой город

**стая, семья**- объединение группы наркоманов

**стекляшка** (стекло) - ампула с наркотиком

**струна** - игла

**таска** - состояние эйфории

**теплый** - находящийся под действием наркотика

**торчать** — испытывать эйфорию

**травка** - анаша

**удар** - приход

**ханка** - сухой препарат опийного мака, варится и вводится внутривенно

**хата** - квартира, притон

**центряк** (оборотка) - вены, куда вводится наркотик

**черняшка** (*чернушка, чёрный, ханка; производные*: смолить чернушку) - курить, нюхать опий

**чумавозка** - машина скорой медицинской помощи

шабить - нюхать токсические вещества

**шмаль**- анаша

**шмалить**- курить папиросу с наркотическим веществом

**ширево** - препарат для введения (наркотик, токсическое вещество),

**ширакеш** - человек, употребляющий наркотики в виде уколов

**ширка** (доза, сеанс) - инъекция

**ширка** — самодельный препарат, содержащий первитин

**ширяться** (ширнуться, вколоть, ужалиться, шпигаться) - колоться

**шмыгаться** — вводить что-либо внутривенно

**шпильки** - иглы

**штакет** – косяк

**шугняк** – страхи, фобические реакции на выходе из состояния гашишного опьянения

**экспонат** - пробная порция наркотика

**яма** - место, где можно достать наркотики

**III. Освоение родителями основных приемов семейной профилактики отклоняющегося поведения детей**

Как бы мы ни ограждали ребенка, но однажды это может случиться. К вашему ребенку подойдут и предложат попробовать наркотик. Аргументация может быть различной: это безвредно, но от этого «ловишь кайф», «у нас в компании все употребляют это», «попробуй – и все проблемы снимет как рукой» или «докажи, что ты уже взрослый». К такой встрече ребенка надо готовить заранее.

Младший школьник, чтобы противостоять вовлечению в зависимость, должен обладать определенной степенью самостоятельности. Что могут сделать родители для поддержки развития самостоятельности у ребенка?

По мнению Ю.Б. Гиппенрейтер, родителям стоит культивировать и тренировать следующие компетенции:

1. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы сообщаете ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!».

2. Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте ему делать самостоятельно; по мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

3. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.

4. Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

5. Если ребенок своим поведением вызывает у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

6. Когда вы говорите ребенку о своих чувствах, говорите от *первого лица*. Сообщите *о себе, о своем* переживании, а не о нем, не о его поведении.

7. Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.

8. Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

9. Старайтесь не присваивать эмоциональные проблемы ребенка.

В отношениях с подростками родителям целесообразно опираться на несколько простых рекомендаций, которые многократно испробованы родителями и педагогами во всем мире и доказали свою эффективность.

***1. Разговаривайте с* *ребенком о* *наркотиках и алкоголе***

Эксперты утверждают, что разговор о наркотиках – первая ступень помощи детям. Использование любой информации поможет вам в разговоре с ребенком. Помните, что нет возраста, когда ребенок не нуждался бы в объективной информации о наркотиках и объективных последствиях злоупотребления ими. Задача таких бесед не только в информировании его о наркотической опасно­сти, но и в установлении отношений доверия, открытости при обсуждении этой темы.

***2.*** ***Учитесь слушать***

Ребенок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его пере­живания и тревоги. Постарайтесь понять, что его беспокоит, какие проблемы он решает в настоящее время. Попытайтесь найти вместе с ним выход из проблемы, отрицающий возможность применения наркотика. Никогда не используйте информацию, полученную от ребенка, во вред ему. Оговорите с ним теслучаи, которые дают вам право поступить вопреки его желанию (например: очевидный вред здоровью его собственному или его друзей, информация о готовящемся преступлении и т. д.).

***3. Давайте советы, но не давите советами***

Подростки часто стремятся вырваться из-под диктата взрослых. Это тре­бует особого такта. Как показывают житейские наблюдения, мы все не очень любим прислушиваться к чужому мнению. Очевидно, что совет может быть эффективен только в случае его востребованности. Во всех остальных случаях наиболее рациональной может выступать форма, предполагающая свободный выбор ребенка.

***4. Подумайте о* *своем примере***

Трудно предположить, что кто-то поверит советам родителя, который сам злоупотребляет курением, алкогольными напитками и т.п. Не забудьте, что да­же такие «невинные» пороки требуют объяснения подростку.

***5. Поддерживайте в подростке самоуважение и* *думайте* о *его самореализации***

Пожалуй, это самое важное и трудное. Проблема преодоления множественных кризисов взросления во многом обусловлена насущной потребностью – быть, состояться как личность, само­реализоваться. Наверное, если бы не было в человеке этой жажды, то не был бы возможен никакой прогресс. Наркотик чаще всего находит свои жертвы сре­ди тех, кто не сумел добиться уважения и самоуважения, в чьей жизни оказался вакуум: дел, любви, интересов, доверия, заботы, ответственности. Чем более сформировано у ребенка чувство самоуважения, тем больше вероятности, что он сможет сказать «нет» в ответ на предложение испытать новые ощущения, стать взрослее или быть таким, как все.

**Послание родителям от подростка**

Дорогие мои родители!

Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что необязательно давать мне все, что я требую. Я просто испытываю вас.

Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне легче определить свое место.

Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

Не полагайтесь на применение силы в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить, это может поколебать мою веру в вас.

Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что­либо только затем, чтобы просто расстроить вас. Иначе я попытаюсь достичь еще больших «побед».

Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю «Я вас ненавижу». На самом деле это не так. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

Не заставляйте меня испытывать чувство, что я младше, чем на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

Не делайте для меня и за меня того, что я в состоянии сделать для себя сам, иначе у меня войдет в привычку использовать вас в качестве прислу­ги.

Не обращайте внимания на мои «дурные привычки». Это меня портит.

Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращу гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.

Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание действовать с вами заодно пропадает. Будет лучше, если вы предпримите что-то позднее.

Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивле­ны, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо, и что такое плохо.

Не внушайте мне чувство, что мои проступки всегда являются непоправимыми. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

Не требуйте от меня объяснений, зачем я совершил тот или иной поступок. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Когда я запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я по­знаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь.

Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

Не обращайте слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это при­влекает ко мне столько внимания.

Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопро­сы. Если вы не будете на них отвечать, то поймете, что я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне.

Не отвечайте на провокационные и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.

Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

Не забывайте то, что я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.

Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом. Запомните, что меня больше учит не критика, а при­меры для подражания.

И, кроме того, помните, что я вас люблю, пожалуйста, ответьте и вы мне любовью.

**IV. В помощь родителям ребенка, начавшего злоупотреблять психоактивными веществами**

**Как обнаружить, что ребенок принимает наркотики?**

По изменению психоэмоционального состояния ребенка: появляются как бы беспричинные перепады настроения с острыми фазами депрессии и полное безразличие к тому, что происходит вокруг.

Если ребенок, к примеру, раньше ходил дома в шор­тах и футболке, а теперь носит трико и свитера и «стесняется» раздеваться, возможно, он не хочет показывать следы от инъекций, если начинают исчезать сначала личные вещи ребенка, затем семейные.

Если среди личных вещей ребенка, в карманах одежды, в мусорном ведре вы находите следующие предме­ты, то это может означать пристрастие ребенка к наркотикам:

- шприцы с жидкостями и пустые, а также инъекционные иглы;

- марганцовку;

- прозрачную бесцветную или желтого цвета жидкость с резким «уксусным» запахом;

- различные лекарственные препараты (димедрол, теофедрин, бронхолитин, сунореф, солутан), порошки и ампулы;

- измельченное вещество зеленого цвета с пряным запахом (марихуана), смолообразное либо в виде комочков, брусочков вещество зеленовато­-коричневого цвета с пряным запахом (гашиш) - эти наркотики могут находиться в сигаретах и папиросах;

- обожженые купюры (используемые как мундштук при курении марихуаны);

- смолообразное вещество коричневого цвета с запахом сырого мака (опий);

- отрезки прозрачной пленки (чаще всего прямоугольные размерами *5х5* см) с наслоениями коричневого вещества и без наслоений;

- химическую посуду для проведения опытов (если раньше ваш ребенок ненавидел химию);

коробочки мака целиком и измельченные (вещество светло­ коричневого цвета);

- органические растворители.

Пристальное внимание к жизни подростка поможет родителям вовремя выявить начальный этап формирования вредных привычек. Следует отметить наиболее характерные тревожные сим­птомы, на которые нужно обращать внимание:

***Поведение:***

- сниженная переносимость трудностей (обуславливается наличием гедонистической установки – стремлением к немедленному получению удовольствия, удовлетворению своих желаний. Если желания подростков не удовлетворяются, они реагируют либо вспышками негативных эмоций, либо уходом от появившихся проблем. Такому подростку не подходит формула Г.Селье: «Стресс – это аромат и вкус жизни». Для него это угроза и повод к бег­ству, который к тому же сочетается с повышенной обидчивостью, подозритель­ностью, что влечет за собой частые конфликты);

- скрытый комплекс неполноценности (находит свое отражение в частых сменах настроения, неуверенности, избегании ситуаций, в которых способности подростка могут быть объективно проверены);

- поверхностный характер социабельности и ее ограниченность во времени (сочетаются с обостренным стремлением произвести на окру­жающих положительное впечатление. Подростки, злоупотребляющие ал­коголем, например, производят иногда впечатление своим специфическим юмором на алкогольную тематику, рассказами о своих похождениях, приукрашивая свои рассказы деталями, не имеющими никакого отношения к действительности. Особенно хорошо это проявляется при групповом принятии алкоголя. В то же время общение на «длинную» дистанцию с ними затруднено, неинтересно. В повседневной жизни это скучные, однообразные люди. Отно­шения с ними поверхностны, к глубоким положительным эмоциональным переживаниям они не способны и избегают ситуаций, связанных с ними);

- стремление говорить неправду. (Подростки часто не сдерживают своих обещаний, отличаются необязательностью, несоблюдением дого­воров. Лживость наркоманов имеет первой причиной страх перед последствия­ми правдивого признания, второй – непроизвольное следование привычному «лживому» стереотипу поведения. Необязательность наркоманов – другая, от­дельная от лживости характеристика такой личности, связанная именно с не­способностью и нежеланием переносить какие бы то ни было трудности, то есть гедонистической установкой);

- стремление обвинять невиновных (даже если известно, что человек на самом деле не виноват);

- уход от ответственности в принятии решений и взваливание ее на других, поиск оправдательных аргументов в нужный момент;

- стереотипность, повторяемость поведения. (Сложившийся стереотип поведения легко предсказуем, но его трудно изменить);

- зависимость (проявляется в виде подчинения влиянию других людей. Иногда наблюдается пассивность, отсутствие самостоятельности, стремле­ние к получению поддержки);

- тревожность (тесно связана с комплексом неполноценности, зависимости. Особенность состоит в том, что в кризисных ситуациях тревожность может отступать на второй план, в то время как в обычной жизни она может возникать без видимых причин или при событиях, не являющихся действи­тельным поводом для переживаний).

***Внешний вид:***

- неопрятность, неухоженность;

- рубашки и блузки с длинным рукавом, даже в жаркую погоду;

- темные солнцезащитные очки, даже в отсутствие солнца;

- бледность кожи с землистым оттенком;

- узкие или наоборот широкие зрачки с отсутствием реакции на свет;

- замедленная речь с растягиванием слов, иногда бессвязное бормотание;

- пошатывание, спотыкание, нарушение координации;

- ссадины, синяки, порезы с целью скрыть следы уколов;

- гнойничковые высыпания по телу.

Ни один из перечисленных выше пунктов сам по себе не является однозначным доказательством употребления наркотиков. Лишь постоянный интерес и внимание к жизни детей могут прояснить причины тех или иных прояв­лений.

Исходя из вышеизложенного, подросток, имеющий вредные привычки, может характеризоваться следующим образом:

- повышенный эгоцентризм;

- тяга к сопротивлению, упрямству, протесту, борьбе против воспитательных авторитетов;

- стремление к неизвестному, рискованному;

- обостренная страсть к взрослению;

- стремление к независимости и отрыву от семьи;

- незрелость нравственных убеждений;

- болезненное реагирование на пубертатные изменения, неспособность принять свою формирующуюся сексуальность;

- склонность преувеличивать степень сложности проблем;

- кризис идентичности;

- деперсонализация и дереализация в восприятии себя и окружающего мира;

- гипертрофированные поведенческие реакции: эмансипации, группирования, увлечения - сексуальные, детские (отказ от контактов, игр, пищи. имитация, компенсация и гиперкомпенсация);

- низкая переносимость трудностей;

- комплекс отсутствия честности (отрицание проблем, проекция проблем на кого-то, изменение мышления настолько выражено, что оно носит ха­рактер сверхценных образований);

- неспособность распоряжаться своими эмоциями здоровым обра­зом (неспособность выразить свои эмоции, постоянное подавление эмоций, «замороженные» чувства, отсутствие контакта с собственными чувствами, фик­сация на какой-то одной эмоции (обида, месть и т.д.) и неумение отвлечься от неё);

- навязчивое мышление (прибегание к формально-логическому мышлению, создание формулы и подчинение всего этой формуле);

- дуалистическое мышление (да или нет, без нюансов);

- перфекционизм;

- внешняя референция (направленность на других);

- низкая самооценка вследствие последнего;

- стремление произвести впечатление, создать впечатление, управлять впечатлениями, основанными на чувстве стыда;

- постоянная тревожность и страх;

- ригидность;

- частые депрессии и т.д.

В среде наркоманов принято общаться с помощью определенного слен­га, Прислушайтесь, о чем говорит ребенок с друзьями дома и по телефону. «Словарь» наркомана выглядит так: *закинулся, ширнулся, травка, план, дурь, анаша, опилки, химка, солома, чек, чека, султыга, терьяк, морфи, кока, мара­фет, экстази, крэк, кокс, кислота, лошадка, винт, айс, коктейль, джеф, эфенди, мулька, космос и т.д.*

*Пример 1.* Разговор с другом

- Я вчера у Светки кайфовую книжку прочитал. Крутая тема! До сих пор в себя прийти не могу, вот что значит настоящая литература!

- Да ну их твои книжки! В жизни главное, чтоб всегда при «колесах» быть. Я мамин «сидней» свободно пользую, Ну и от дедушки наследство осталось ­«атом» и «цикла».

- А «банок» нету?

- Был «самот», да весь вышел. Сестре от кашля брали. В результате я подсел на белые дела – едва оклемался. Весь центряк был в дырах, сплошные дороги, пришлось в жару ходить в рубашке.

- Дурак ты. А метро на что?

*Пример 2.* Разговор по телефону

- Танюшка, ты за грибами не собираешься? Сезон подходит,

- Ладно, на неделе рванем ко мне на дачу. Заготовим на всю зиму, еще и друзей угостим.

- Правильно, будем вести здоровый образ жизни, А то надоело ЛСД за бешеные бабки брать, К тому же естественный продукт.

**Общие признаки начала потребления психоактивных веществ подростками.**

Снижение интереса к учебе, обычным увлечениям.

Появляется отчужденность, эмоционально “холодное” отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость.

Нередко возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.

Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.

Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения небольших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.

Тенденция общаться по преимуществу с подростками, которые заведомо употребляют наркотики и/или другие психоактивные вещества.

Повышенный интерес к детям из обеспеченных семей, назойливое стремление с ними подружиться.

Наличие таких атрибутов наркотизации, как шприцев, игл, небольших пузырьков, облаток из-под таблеток, небольших кулечков из целлофана или фольги, тюбиков из-под клея, пластиковых пакетов от резко пахнущих веществ, наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта.

Изменение аппетита - от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства. Периодически тошнота, рвота.

Наличие следов от инъекций в области локтевых сгибов, предплечий, кистей рук, раздражений на коже, слизистых.

“Беспричинное” сужение или расширение зрачков.

**«Передозировка» психоактивных веществ**

Самым грозным осложнением употребления наркотиков и токсических средств является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую помощь и вызвать “скорую медицинскую помощь”. Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители, рвота.

*Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков:*

1) вызвать “Скорую помощь”;

2) повернуть на бок;

3) очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс;

4) следить за характером дыхания до прибытия врачей;

5) при частоте дыхательных движений меньше 8-10 в минуту - искусственное дыхание “изо рта в рот”.

**Развитие заболевания.**

Наркомания или токсикомания – тяжелые по течению и своим последствиям заболевания. Длительность отдельных стадий развития болезни различны и зависят от возраста, вида наркомании, темпа нарастания дозировок, общего состояния организма и ряда других причин.

1 стадия: в зависимости от вида наркотика или токсиканта достаточно быстро, в течении 1-2 месяцев или после 1-2-х кратного введения препаратов в организм, развивается психическая зависимость. Диагностическим критерием наличия индивидуальной психической зависимости служат случаи употребления препаратов в одиночестве. Это - признак сформировавшегося болезненного влечения к наркотику или токсиканту.

2 стадия: имеет место психическая и формируется физическая зависимость, готовность организма к абстинентному синдрому. Начинается утрата эйфорического компонента действия психоактивного вещества. Проявляется токсическое действие наркотика, которое зачастую отличается злокачественностью течения и тяжестью осложнений (прежде всего – со стороны центральной нервной системы).

3 стадия: Конечная. Максимальная физическая зависимость от наркотика, наступление тяжелых, необратимых изменений в организме в целом и в психике, вплоть до инвалидизации и гибели. Введение психоактивного вещества производится уже не с целью достижения эйфории, а с целью избежать развития абстиненции.