

## **Памятка для родителей**

### **Как узнать употребляет ли ваш ребенок наркотики**

Не всегда просто определить, употребляет ли ваш ребенок наркотики. Подростки до последнего стараются скрыть факт употребления наркотиков. Даже когда родители напрямую спрашивают их об этом, они отпираются от очевидных признаков, объясняя это очень логично другими обстоятельствами или «гениальной» фразой: «Да ты что?! Я разве дурак?!». И родители верят, потому что хотят верить.

В данном случае обратим внимание на очень важное обстоятельство: часто родители очень мало знают о своих подростках, об их интересах, увлечениях, досуге, друзьях. И не потому, что не спрашивают. Спрашивают, как правило, часто. Только ответы получают маловразумительные, если вообще получают. Надо отметить, что зачастую в семье нет привычки, навыка, традиции делиться друг с другом, что-то обсуждать, просто разговаривать, поэтому вопросы воспринимаются как допросы, как грубое вмешательство в личную жизнь.

Подростки, употребляющие наркотики, демонстрируют со временем отчетливые изменения в характере и поведении (необходимо отличать от нормального течения пубертатного созревания). Как скоро обнаружатся эти изменения - зависит от типа и количества принимаемого наркотика. Вид принятого наркотика определяет картину опьянения - это специфические признаки. Если зависимость от наркотиков формируется или уже сформировалась, то и вне состояния опьянения можно заметить поведенческие признаки употребления наркотиков — неспецифические.

### **Неспецифические признаки употребления наркотиков**

#### **Изменения в поведении**

- Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями).
- Учащение и увеличение времени «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.
- Самоизоляция в семье: ребенок избегает родителей, по телефону отвечает уклончиво, избегает участия в семейных делах, появляется четко выраженное уклонение от домашнего общения, неожиданное пренебрежение домашними правилами. Ребенок перестает участвовать в семейных праздниках, нарастает напряженность в семейных взаимоотношениях.
- Частые просьбы отпустить на ночь из дома либо отсутствие по ночам без объяснения причин.
- Нарастающая хитрость, изворотливость и лживость.
- Потеря энтузиазма, безразличие к делам, безынициативность — «потухшие глаза».

#### **Высказывания**

- Появление высказываний о бессмысленности и тягости жизни.
- Серьезное отношение к лозунгам типа «живи быстро, умри молодым».

- Интерес к разговорам о наркотиках.
- Убежденное отстаивание «права человека на употребление наркотиков», идей о «необходимости наркотиков для человечества» и «бесперспективности борьбы с ними».

### **Деньги**

- Увеличение финансовых запросов. Молодой человек активно ищет пути их удовлетворения, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах.
- Пропажа из дома денег, ценностей, книг, одежды, радиоаппаратуры и т.д. Наличие значительных денежных сумм без объяснения причины их появления.
- Неряшливость.
- Противоправные действия или кражи вне дома.

### **Настроение**

- Апатия, сменяющаяся необъяснимой активностью.
- Вспышки агрессивности в ответ на обычное обращение.
- Резкая смена настроения без видимого повода.
- Настороженность, подозрительность.
- Нервозность, повышенная раздражительность.

### **Внешность**

- Внешний вид нездорового человека: бледность, отеки кистей рук, покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, расширение кровеносных сосудов под ноздрями.
- Частые синяки, порезы, ожоги от сигарет в районе вен на руках (на вопрос о происхождении подросток отвечает: «Просто упал, сам не знаю, откуда»), прожженная сигаретами одежда.
- Отказ от утреннего туалета. Отсутствие потребности в смене одежды, «посторонние» запахи от волос и одежды.
- Следы инъекций (т.е. уколов) по ходу вен на руках.
- Одежда независимо от времени года с длинными рукавами для того, чтобы скрыть следы от уколов.

### **Общение**

- Особенное внимание стоит обратить на появление «новых друзей». По ряду характерных признаков этих «новых» довольно просто можно выделить в отдельную, особую группу:
  - Новые друзья никогда не приходят к вам в дом.
  - У них, как правило, нет имен.
  - У них нет определенных занятий. Вы ничего не знаете об этом, ребенок отмалчивается или отмахивается от вопросов.
  - Через вас никогда и ничего не передается по телефону.
  - Несмотря на такую «призрачность», вы ощущаете, что эти люди оказывают влияние на вашего ребенка, он зависим от них, а возможно, даже в какой-то степени подчинен их желаниям.
  - С появлением «новых» старые друзья значат для ребенка все меньше и меньше.

Ваш ребенок стал отдаляться от вас, стал скрытным, не говорит, куда идет, перестал интересоваться тем, что раньше его интересовало, потерял интерес к

учебе. Ему трудно стало даваться то, что раньше давалось с легкостью. У него бывают необъяснимые перепады настроения: то буйная веселость, то усталость и подавленность. У него постоянный насморк, затяжные простуды, периодически просыпается «звериный» аппетит, а иногда аппетит отсутствует вовсе.

Родителям, заметившим неспецифические признаки в поведении ребенка, следует быть внимательными, но не подозрительными: важно понять причину, а не навешивать ярлыки.

Вы наверняка можете обнаружить половину этих симптомов у своих детей, даже если они никогда не пробовали наркотики и вообще не проявляют к ним интереса. Чем лучше вы знаете своих детей, тем легче вам судить о том, что с ними происходит, важно не спутать с изменениями, вызванными взрослением ребенка или текущим кризисным состоянием.

## **Специфические признаки употребления наркотиков**

**1. Наркотики-опиаты («ханка», героин).** Подросток необычайно оживлен. Охотно отвечает на вопросы. Быстрая речь. Резкое сужение зрачков («булавочные зрачки»). Лицо бледное. Кожа и губы сухие, кожный зуд, голос с «хрипотцой». По точечному следу от инъекций можно определить время наркотического опьянения: первые 48 часов след от укола красный, затем коричневый. Следы идут по ходу вен не только на внутренней поверхности локтевых сгибов, но и на кистях рук, на ногах, в подмышках, в паху (если наркотик употребляется внутривенно). Нарушение сна — до 3-4 ночи не спит, долгий сон утром. Тяга к сладкой пище, потеря веса. Фаза торможения сменяет эйфорию: заторможен, полуприкрытые веки, неподвижен, не реагирует на внешние раздражители, взгляд в одну точку, может непрерывно курить, прожигает сигаретами одежду, одеяла.

**1. Успокаивающие средства (реланиум, элениум, радедорм и другие транквилизаторы).** Состояние напоминает алкогольное опьянение. Даже без повода радость сменяется раздражительностью. На задаваемые вопросы отвечает невпопад. Назойлив. Говорит громко, невнятно, как будто «каша во рту». При ходьбе пошатывается. Зрачки расширены, на свет реагируют вяло.

**2. Вещества, полученные из конопли (анаша, гашиш, «план»).** Неудержимые приступы смеха по незначительному поводу сменяются острыми приступами страха с попытками бежать. Беспечен. Движения кажутся бессмысленными. Зрачки расширены. Речь заплетающаяся. Дыхание учащено. Повышенная жажда, повышенный аппетит, тяга к сладкому.

**3. Средства бытовой химии (растворители, лаки, краски, клей).** Верхняя часть тела, голова горячие на ощупь. Лицо красное, отечное. Дышит ртом. Вокруг губ кожа раздражена. Одежда, волосы имеют специфический запах химического вещества, которое он вдыхал. В карманах можно обнаружить тряпку, вату, пропитанные растворителями, полиэтиленовый мешок со следами вещества.

**4. Эфедрин (эфедрон).** Бессмысленная суетливость, болтливость. Нарушена координация движений. Бледное лицо. Расширенные зрачки. Сухие губы. Возбуждение может продолжаться несколько суток, до истощения, завершаясь длительным сном. Количество следов от уколов очень велико.

**5. Другие стимулирующие наркотики (амфетамины, экстази, кокаин и др).** Быстрая речь, путаные мысли, агрессивное поведение, повышенная длительная активность. Сухость во рту, дрожание рук. После выхода из опьянения - вялость, замедленность реакций, сниженное настроение, пугливость, тревожность; движения неуверенные; сохраняется учащенный пульс, «лежит пластом», выраженное истощение.

**6. Галлюциногены (ЛСД и др.).** Необычное (чуждаковатое или «безумное») поведение, которое отражает характер галлюцинаций (что-то пристально рассматривает, шарит в воздухе рукой, показывает пальцем, убегает, прячется, испытывает страх).

Многие родители не готовы к такому удару: мой ребенок — наркоман? Этого не может быть. Почему это мне, за что?.. Поиски ответа в данном случае — не самое лучшее. Полезнее всего будет задуматься: «Зачем это нужно моему ребёнку? Что это дает ему?..». И лучше всего обсудить это со своим ребенком, попытаться понять его. Не осудить его, не отнестись к этому как к слабости или глупости, а попытаться понять. Часто родители считают, что понять — значит, принять как должное то, чему не следует потворствовать.

Нужно найти в себе силы, чтобы не брать на себя ответственность за поступки наркомана. Незнание проблемы, неготовность к ее решению, страх, растерянность и беспомощность толкают родителей на ошибки. Они с самого начала неверно строят отношения и вместо того, чтобы помогать сыну или дочери освободиться от наркотиков, сами попадают в поле их разрушительного действия. Вместо одного зависимого появляется целая созависимая семья. В этом случае оказать помощь подростку почти невозможно, т. к. основные усилия по избавлению человека от зависимости прилагаются его близкими. Поэтому если близкие сами «не в порядке», шансов на успех становится значительно меньше.