**Родителям и педагогам о наркомании.**

На сегодняшний день в России около шести миллионов наркоманов, причем официально зарегистрировано из них лишь 500 тыс. Дело в том, что встать на медицинский учет соглашается лишь малая часть людей, регулярно употребляющих наркотики. 20 процентов всех наркозависимых в нашей стране — это школьники. 60% — молодежь в возрасте от 16 до 30 лет. Остальные 20% — это люди старше тридцати.

Средний возраст начала приема наркотических веществ в нашей стране составляет 15-17 лет. Кроме того, ежегодно возрастает количество наркоманов в возрасте 9-13 лет. Также зарегистрированы случаи приема наркотиков детьми 6-7 лет, чаще всего их принуждают к наркомании родители с уже имеющейся зависимостью от психотропных веществ.

За последние несколько лет число смертей, случившихся в результате употребления наркотических средств, увеличилось в 12 раз. Среди детей же эта цифра выросла в 40 раз. В среднем после начала приема наркотиков зависимый живет 3-5 лет.

Люди, предрасположенные к формированию наркомании, имеют специфические черты психики. Обычно они не умеют находиться в хороших отношениях с окружающими. Их психика слабая и неустойчивая. Они впечатлительны, боязливы и очень страдают от этого, так как считают свою уступчивость признаком слабости. Поэтому стараются выдавать себя за людей с сильным характером, стремятся навязать свою волю другим, но при этом неспособны противостоять различным жизненным неудачам, которые их обескураживают и отбивают охоту что-либо делать. Для того чтобы заглушить эти неприятные ощущения, они становятся агрессивными, задиристыми или, наоборот, пассивными, стараясь избегать трудности вместо того, чтобы преодолевать их.

Одной из важнейших внешних причин пристрастия к наркотикам является влияние группы ровесников, в которой царит наркоманский стиль жизни.

Особую опасность такие группы представляют для легковозбудимых, подвижных натур, которые не могут усидеть на одном месте, сконцентрировать свое внимание на каком-то одном предмете. У таких людей много стремлений, но ни одно дело они не доводят до конца. Всерьез и глубоко их ничего не интересует. В школе положение у этих подростков не блестящее, так как уроки их не интересуют и для учебы им не хватает терпения. Отсутствие успехов в школе они компенсируют демонстрацией независимости, грубости, физической силы пренебрежением общепринятых норм. С учителями они держатся дерзко и вызывающе.

Важнейшим фактором возникновения наркомании является любопытство. Чрезвычайно опасная ситуация возникает тогда, когда наркотик, принятый из любопытства или от скуки, сразу вызывает приятное ощущение. В результате у человека возникает желание испытать такое же чувство. Так возникает психическая зависимость от наркотика. Об этом знают профессиональные торговцы наркотиками, ищущие своих клиентов среди школьников, Часто они достаточно долго и бесплатно дают наркотики, пока их жертва не попадает в сети пристрастия и не начинает выпрашивать наркотик, без которого не может уже обходиться. После этого ее заставляют дорого платить за наркотик, вынуждая тем самым где-то добывать деньги, толкая на преступление.

Особым и очень важным мотивом употребления молодыми людьми наркотиков является надежда уйти с их помощью от своих жизненных трудностей, связанных с семейными конфликтами, школьными неприятностями или с другими проблемами. Трудности разного рода порождают необычно сильное и неприятное чувство внутреннего психического напряжения. Умение преодолевать такие трудности развито тем лучше, чем более правильно сформирована психика молодого человека. Если же молодой человек с дефектами психики встречается со сложными жизненными проблемами, с которыми не может справиться, он начинает искать какие-то способы разрядки терзающего его напряжения. И в этой ситуации нередко появляется наркотик.

Чем раньше родители и педагоги обнаружат у подростка признаки его причастности к потреблению наркотиков или токсикоманических веществ, тем больше надежды на его избавление от зависимости. Поэтому необходимо располагать сведениями о «портрете» молодого наркомана.

По своему психологическому тонусу он расхлябан, развинчен, не способен к длительному волевому усилию, не в состоянии более или менее долго фиксировать свое внимание. Интересы наркоманов, как правило, бедны и ограничиваются удовлетворением возникающих влечений в области низших эмоций. Ранняя наркотизация нарушает процесс гармонического развития личности, отрицательно сказывается на физическом, психическом и интеллектуальном здоровье подростков. У них значительно замедляется темп умственных операций. Падает уровень моральных норм, снижается нравственность. Характерны бедность эмоций, высокая внушаемость, отсутствие творческих способностей. Наркотики оказывают неблагоприятное воздействие на половую сферу подростка, понижая потенцию, а иногда вызывают непомерное усиление полового чувства, что чаще всего проявляется в половой распущенности.

Наркологи предлагают родителям некоторые признаки для определения вероятной предрасположенности подростка к потреблению одурманивающих веществ:

- низкая устойчивость к физическим перегрузкам и стрессам;

- неуверенность в себе, низкая самооценка;

- трудности в общении со сверстниками на улице;

- тревожность, напряженность в общении в школе или училище;

- стремление к получению новых ощущений, удовольствия, причем как можно быстрее и любым путем;

- избыточная зависимость от друзей, легкая подчиняемость мнению знакомых, некритическая готовность подражать образу жизни приятеля;

- отклонения в поведении, вызванные травмами мозга, инфекциями либо врожденными заболеваниями, в том числе связанными с патологией мозга;

- непереносимость конфликтов, стремление уйти в иллюзорный мир благополучия;

- отягощенная наследственность — заболевания отца (матери) наркоманией или алкоголизмом.

Иногда достаточно просто поговорить со своим ребенком. Будьте внимательными, любящими, но покажите свое неодобрение. Приведите следующие основания необходимости отказа от употребления наркотиков:

- это незаконно и может привести к конфликту с законом;

- употребление наркотиков может повлиять на здоровье сейчас или в будущем;

- можно себе испортить репутацию в глазах потенциального работодателя и лишиться надежд на престижную и хорошо оплачиваемую работу.

Если вам понятны причины, по которым ребенок обращается к употреблению наркотиков, то можете попытаться помочь устранить прежде всего эти причины, нежели следствия.

Если подросток употребляет наркотики и это отражается на его поведении и даже на здоровье, не падайте духом. Вы можете предпринять следующие действия.

Оказывайте поддержку подростку — для него это жизненно необходимо, какими бы ни были обстоятельства.

Показывайте и говорите детям, что вы их любите!

Обратитесь за помощью — для себя и ваших детей.

Имеется лишь одна возможность противостоять наркотизации: это — осмысленный отказ каждого человека от наркотиков. Никогда не пробовать и не нюхать, даже один раз. Потому что наркотическая зависимость часто возникает от первой пробы.

Врач психиатр- нарколог Овчинникова М.Н.