



Методические материал по профилактике наркомании во время встреч с родителями учащихся общеобразовательных школ.

Введение

По мере изменения социально-экономической и морально-психологической ситуации в нашей стране, расширения зарубежных контактов, открытости границ, использование Интернета, все более масштабные и тревожные очертания приобретают проблемы, касающиеся молодежи. Среди них — «бич нашего времени» или «белая смерть», как называют иногда наркоманию.

Возможно некоторые граждане, не имевшие раньше достоверной информации о проблемах, связанных с наркотиками, зададутся вопросом: «А в чем вообще опасность наркомании для общества и так ли актуальна сегодня эта проблема?».

Дело в том, что государствами и социальными институтами во всем мире немедицинское использование наркотиков рассматривается как большое зло, которое везде пытаются всячески ограничить, в том числе законодательно и с помощью правоохранительных органов. Причин для всеобщей тревоги несколько.

Во-первых, наркомания чрезвычайно активно способствует деградации личности и разрушению организма, а это, в конечном счете, дело не только самого наркомана, который живет среди людей и зачастую неизбежно становится источником серьезной опасности для окружающих. Во многих случаях человек, больной наркоманией, к сожалению, становится безнравственным, циничным и жестоким. Кому хотелось бы, чтобы в классе с его ребенком учился или жил в соседней квартире наркоман. Но в первую очередь такой человек — это огромное горе для всех его близких, которые на глазах теряют сына или дочь, мужа или отца.

Во-вторых, наркомания — непосредственная причина огромного количества различных преступлений, в том числе тяжких. По данным научных исследований около 2/3 несовершеннолетних наркоманов становятся преступниками. Это обусловлено тем, что они в силу своей непреодолимой тяги к наркотикам не останавливаются перед

совершением преступлений (чаще всего краж), чтобы добыть очередную дозу или средства для ее приобретения.

Сегодня наркотики широко распространены в преступной среде, а многие преступления, так или иначе, связаны с ними. Нередко в сообщениях мировых средств массовой информации о фактах захватов преступниками заложников обращается внимание на то обстоятельство, что преступники наряду с транспортом, оружием и валютой требовали предоставить им наркотики. Одни использовали зелье для «взбадривания», другие просто не могли без него жить.

Кроме того наркотики, подчас вызывая агрессивность, толкают на бессмысленные по своей жестокости преступления. И, наконец, ослабленные наркотиками люди нередко сами становятся легкой жертвой преступников.

В-третьих, наркомания в целом угрожает физическому и нравственному здоровью нации. Сюда можно отнести и генетическое вырождение поколений, и тесную связь наркомании с проблемами СПИДа, гепатита, других тяжелых болезней, гомосексуализма, проституции. Здесь целый «букет» различных социальных проблем.

В-четвертых, человек в состоянии наркотического опьянения неадекватно отражает действительность и не может в полной мере (а то и вовсе) контролировать свои действия. Исчезает критическая оценка ситуации, притупляется ощущение риска, нарушается координация движений. И вот представьте такого человека, например, управляющего транспортным средством, или имеющего в руках боевое оружие, или в любой другой сфере, связанной с высоким риском, с источником повышенной опасности.

В-пятых, наркомания причиняет колоссальный экономический ущерб, причем, как прямой, так и косвенный. Сюда относятся больничные и социальные расходы, производственные простои, травмы, аварии, потеря квалификации и трудоспособности, социальный паразитизм (иждивенчество, бродяжничество, попрошайничество), расходы на правоохранительную систему, на профилактику наркомании, научные исследования и т.д.

В-шестых, это, если можно так выразиться, «социальная заразность» наркомании. По данным целого ряда научных исследований каждый наркоман способен вовлечь в наркоманию 7-10 человек. И, что особенно важно, многие наркоманы объективно заинтересованы вовлечь как можно больше новых людей в наркотические сети.

Таков разноплановый и многоаспектный характер проявлений наркомании и порождаемых ею социальных проблем, ставящих это явление в один ряд с самыми опасными недугами человечества.

Что такое наркомания?

Наркомания — это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества. Попробуем объяснить это доходчивее.

Наркомания или наркотическая зависимость в обыденном понимании — это употребление наркотиков без назначения врача при условии, что такое употребление становится невольной и постоянной потребностью человека.

Наркомания — это тяжелая, трудноизлечимая, а зачастую и неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека и оканчивающаяся преждевременной смертью. Эта болезнь характеризуется жесткой зависимостью состояния человека, его физического и психического самочувствия от наркотика.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

Психическая зависимость — это болезненное стремление (влечение) непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотиков, причем нередко, даже после однократного их приема.

Физическая зависимость — это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается. Эти расстройства, обозначаемые медиками как "синдром отмены" или "абстинентный синдром" (абстиненция — воздержание), облегчаются или полностью снимаются только новым введением конкретного наркотика либо вещества со сходным фармакологическим действием. Физическая зависимость, как и психическая, делает необходимым непрерывное употребление наркотика или постоянный возврат к нему.

Толерантность — это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности конкретного вещества, используемые дозировки, частота и способ употребления (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.

Для распознавания и предупреждения наркомании и токсикомании необходимо познакомиться с проявлениями клинической картины их разновидностей, что описывается во многих медицинских изданиях, в том числе и в данном пособии.

Признаки, свидетельствующие об употреблении наркотиков

В работе по профилактике важно, как можно раньше увидеть первые признаки проблемы наркотиков у того или иного человека. От этого во многом зависит успех ее преодоления. Будьте внимательны, приглядитесь к поведению и внешности вызывающего подозрение подростка. Некоторые поступки служат своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и вполне нормальные возрастные изменения подростка. Тем не менее, насторожьтесь, если в поведении человека без видимых причин замечаются:

- точечные следы уколов по ходу вен на внутренней стороне локтевых сгибов, кистях рук, ногах, порезы на предплечьях, синяки;–
- состояние вялости, заторможенности, быстрая утомляемость, малая– подвижность, расслабленность конечностей, обмякшая поза, свисающая голова, стремление к покою, сменяемые необъяснимыми возбуждением и энергичностью, бесцельными движениями, перебиранием вещей, неусидчивостью (независимо от ситуации);
- погруженность в себя, разговоры с самим собой;–
- неустойчивость эмоционального состояния, внезапные и резкие– изменения отношения к чему-либо, подъем настроения, сменяемый необычайными вспышками раздражительности, злобы, паники, агрессивности, враждебности без понятной причины;
- заметное уменьшение или возрастание аппетита и жажды;–
- необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам;–
- сужение круга интересов, потеря интереса к прежним увлечениям (и– отсутствие при этом новых), спорту, учебе и общению с прежними друзьями;
- частое общение с новыми друзьями, во внешнем облике которых отмечаются черты, указанные в данном разделе;–
- игнорирование нормального режима жизни, появление сонливости в дневное время, а бессонницы ночью;–
- неспособность мыслить логически, объяснять свои–
- поступки и их причины, ухудшение памяти и внимания, рассеянность;
- неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;–
- быстрая, подчеркнуто выразительная или замедленная, но бессвязная, смазанная, невнятная, нечеткая речь;–
- очевидные лживость, изворотливость, цинизм и беспокойство;–
- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям;–
- постоянный поиск денег, частое их одалживание у родителей, друзей– или знакомых и при этом большие денежные траты непонятно на что;
- возросшие тревожность, скрытность и лукавство в поведении, стремление к уединению и уходу из дома;–
- ничем не объяснимое позднее возвращение домой в необычном– состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, но без запаха спиртного и последующее за этим трудное пробуждение по утрам;
- малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона– ("травка", "ширево", "колеса", "план", "приход", "мулька", "джеф", "ханка", "кумар" и т.п.) и обрывков фраз ("мне надо", "как там дела?", "достал?" и т.п.);
- чтение книг (Карлоса Кастанеды, Уильяма Берроуза) и журналов,– популярных среди наркоманов ("Птюч" и т.п.), регулярное посещение техно клубов;
- отказ от употребления спиртного (если прежде охотно употреблял);–
- изменение внешнего облика — неряшливость, запущенность в одежде,– общее похудание, бледность, землистый цвет или покраснение, маскообразность и одутловатость лица, сальный налет на лице, круги под глазами, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, гипомимичность, либо наоборот, оживление мимики, сухость, шелушение, морщинистость и дряблость кожи, тусклость и ломкость волос, сухость губ или повышенное слюноотделение;
- появление символики наркоманов (например, зеленого пятилистника,– обозначающего коноплю, или улыбающегося личика — символа ЛСД);

- частое упоминание и позитивные высказывания о наркотиках, убежденное отстаивание свободы их употребления;–
- стремление уйти от ответственных решений и мыслительного напряжения, потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;–
- неуверенная, шатающаяся, неустойчивая походка, плавные, замедленные– или неточные порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя (особенно явное при закрытых глазах);
- умственные и (или) физические отклонения от нормы — замедленное– мышление, снижение реакции, потеря веса, аппетита, тремор (мелкая дрожь), тошнота, частый насморк, хронический кашель, галлюцинации, потеря ориентировки во времени и пространстве, депрессия и т.п.;
- пропажа денег, вещей из дома или в классе (кражи, совершаемые ребенком также являются сигналом наркотической опасности);–
- внезапное появление интереса к содержимому домашней аптечки,– литературе по фармакологии, действию различных лекарств, стремление завязать знакомство с работниками аптек и учреждений здравоохранения;
- запах лекарств и других химических веществ изо рта, от волос и– одежды (сладковатый запах, похожий на запах благовоний, тмина или мяты, а также запах клея, растворителя и т.д.);
- обнаружение у подростка предметов или следов, сопутствующих– употреблению наркотиков: порошка, капсул или таблеток (особенно снотворного или успокоительного действия) в его вещах; желтых или коричневых пятен на одежде или теле; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, мелких денежных купюр, свернутых в трубочку или разорванных пополам, самокруток, сухих частиц растений, папирос в пачках из-под сигарет, похожих на пластилин комочков с сильным запахом, странного вида трубок, которые пахнут вовсе не табаком, закопченной ложки, фольги или лезвия с частицами белого порошка или бурой грязи, ацетона или других растворителей, а также пропитанных ими тряпок, губок и полиэтиленовых пакетов, тюбиков из-под синтетического клея и другой тары из-под различных средств бытовой химии.

Любой из перечисленных признаков в отдельности вряд ли может достоверно свидетельствовать об употреблении человеком наркотиков, однако наличие нескольких из этих признаков должно вызывать подозрение. В таких случаях необходимо попытаться незамедлительно выяснить причины появления этих признаков.

Это важно знать родителям

«Наркоман» — это слово стало уже обычным в нашем лексиконе. Что же за ним? За этим словом — искалеченные жизни, сломанные судьбы, отчаяние, страх, боль, смерть и преступление!

Очень многое, если не основное, зависит от нас — родителей, от семейного климата и взаимоотношений в семье. Там, где существует опасность приобщения детей к наркотикам, как никогда актуальна простая и банальная истина: "Дети требуют внимания!"

Эта аксиома, казалось бы, известна всем. Но, как часто мы забываем о ней в суете будничного труда и заботах. А ведь именно с общения с родителями начинается процесс воспитания детей, усвоения ими всего хорошего и полезного.

Мамы и папы!

По возможности старайтесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.

Если есть опасность приобщения к наркотикам вашего ребенка, необходимо немедленно принимать все меры против этого.

Будьте настоящим другом своему ребенку, если у него уже возникли проблемы с наркотиками, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью!

Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик...

Что такое наркотики? Для достаточно полного понимания проблемы противодействия распространению наркомании, прежде всего, нужно ответить на этот кажущийся внешне простым вопрос.

В обыденном представлении наркомания чаще всего ассоциируется с такими веществами, которые производятся, продаются и покупаются нелегально, например, с гашишем, героином, кокаином. На самом деле наркоманами становятся и в результате злоупотребления лекарственными наркотическими средствами. Болезненное пристрастие к обезболивающим, успокаивающим и снотворным наркотикам довольно распространенное явление. Наркотический препарат, принимаемый по предписанию врача, приносит пользу, облегчает страдания. Прием того же препарата в больших количествах и без рекомендаций врача опасен и может стать роковым. Закономерно, что степень риска возрастает по мере увеличения частоты и продолжительности приема этих наркотических, психотропных и сильнодействующих лекарственных средств. Чем больше эти параметры, тем серьезнее опасность возникновения зависимости.

Любые наркотики, включая медикаменты, по существу, — ЯД! Они лишь различаются по степени и характеру воздействия на организм.

Влияние наркотиков часто непредсказуемо. Прежде вполне нормальных людей они превращают то в мечущихся бесов, то в подавленных и безразличных, то в слабоумных. Причем реакция на одни и те же наркотики у людей, потребляющих их, может оказаться различной в зависимости от его психического и физического состояния человека в момент их приема.

С наркотиками связано понятие "злоупотребление" этими веществами. Суть злоупотребления состоит в том, что принимающий наркотики в действительности не нуждается в них с медицинской точки зрения, и они представляют опасность для его организма (особенно подросткового).

Коварная особенность наркотика заключается в том, что организм человека, принимающего это вещество неоднократно, в течение некоторого времени перестает реагировать на принимаемую дозу и требует постоянного ее увеличения.

Относительно продолжительное употребление наркотиков порождает пагубную привычку к этим веществам — человек становится наркоманом.

Одно из самых опасных действий наркотика на организм заключается в том, что он способен в самые короткие сроки сформировать жесткую зависимость состояния человека, его физического и психического самочувствия от употребления препарата.

Что способствует приобщению к наркотикам?

Причин и условий, способствующих приобщению к наркотикам, довольно много и знание хотя бы основных из них сможет помочь в целенаправленной профилактической работе. Ведь, как известно, чтобы победить врага, его нужно знать.

Нередко распространители наркотиков специально вовлекают в свои ряды молодежь. Для этого молодого человека могут даже насильно «посадить на иглу». Опытные преступники хорошо знают, что человек, попавший в зависимость от наркотика, — послушное орудие в их руках и готов совершить по их указанию любое правонарушение.

Существует еще один момент, который не следует забывать в повседневной работе. Речь идет о постоянном внимании к детям из неблагополучных семей. Именно они зачастую начинают принимать наркотики, легче вовлекаются в группы наркоманов.

Одной из главных причин, толкающих подростков на этот шаг — разлад между ними и родителями или учителями. Причем, надо иметь в виду, что неблагополучие и отчужденность в семьях не всегда заметны постороннему. Внешне в семье все благопристойно, а на самом деле она расколота взаимным непониманием. Фактически такая семья существует лишь формально. Способствовать такому состоянию семьи могут различные факторы: социальное положение родителей, их нравственный уровень, в разводе они или нет, количество детей в семье, степень их избалованности, «заброшенности» и т.д. Главным же является одно — каково отношение родителей к детям и между собой. **Нравственно-психологический климат в семье — это то, на что постоянно надо обращать внимание.** Разумеется, не дело вторгаться в семейные отношения, но вовремя и умно защитить профилактируемого от возможных последствий воздействия неблагополучных отношений в семье — на практике означает предупреждение срывов у ребенка. **Убеждайте родителей, что отсутствие повседневного контроля и истинной, мудрой родительской любви к своим детям означает только одно — попросту отсутствие заботы о ребенке.**

Немаловажную роль в устойчивости или предрасположенности детей к наркотикам играет такая особенность в поведении родителей как стремление самим принимать решения за детей вопреки их желанию, прибегая сплошь и рядом к насилию над их волей. Дети из таких семей стремятся освободиться от жесткой зависимости, давящих на психику отношений и ошибочно видят в неформальных группировках молодежи, в том числе наркоманов, своего рода отдушину, возможность найти взаимопонимание со сверстниками. Компании наркоманов, в силу психологических особенностей их членов, всегда стремятся расширить свой круг. В таких компаниях, подчиняясь не писаному правилу «быть как все», молодые люди начинают пробовать наркотики и втягиваются в их употребление.

Часто родители ждут от вас совета. Это естественно и понятно, как и то, что дать совет на все случаи жизни невозможно. Но и выглядеть безучастным не лучший выход. Тем более, что существует проверенный практикой набор некоторых рекомендаций родителям.

Что необходимо сделать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?

Если вы обнаружили у вашего ребенка наркотические средства, предположите самое худшее — что он пристрастился к наркотикам. Приглядитесь к его поведению. Некоторые поступки могут являться своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и нормальные возрастные изменения подростка.

Постоянно наблюдайте за поведением своего ребенка. Резкие изменения в его поведении должны насторожить вас. Незаметно проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше перестраховаться. Это поможет вам своевременно заметить беду, когда еще можно поправить положение.

Особенно будьте бдительны в отношении друзей вашего ребенка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями (например, на родительском собрании в школе). В любом случае не стесняйтесь говорить с детьми о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики (медицинскими, нравственно-этическими, юридическими и т.п.).

Если вы уверены, что ваш ребенок употребляет наркотики

Скажите ему прямо о вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что вы против употребления наркотиков и намерены вмешаться в ситуацию.

Если вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста — нарколога.

Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.