

Подросток и наркотики (Лекция для родителей)



*Сколько печальных минут в этом мире,
Сколько проблем и забот.
Неумолимо, все шире и шире,
Круг обреченных растет.
Круг из забвенья, из пойманных в сети
Смертной, пустой тишины.
Кто среди них? И подростки, и дети.
Цели их жизни просты:
Взять и уйти, в нереальности скрыться,
Встретить фантазии сон.
Не замечать надоевшие лица,
Мир. Для чего нужен он?
Кажется все незабвенно, красиво.
Но ярко пылающий свет,
Шот, что жизнь обещает счастливо,
В черное платье одет.*

Анна Арькова

О проблеме роста числа наркозависимых в нашей стране известно всем, педагоги знают об этом не понаслышке, но достаточно ли информации? Нет. Ответ этот однозначный и проверенный опытом! А вопрос о количестве наркозависимых в России ставит в «тупик» не только учителей, но и наркологов, полицейских и чиновников, скажу лишь, что цифры официальных данных колеблются в диапазоне от шестисот тысяч до десяти миллионов человек, а в материалах общественной организации «Стопнаркотик», фигурирует цифра в семнадцать миллионов. Президент РФ В.В. Путин на Совете Безопасности России (выступление демонстрировалось по Первому каналу российского телевидения 28.04.2017) заявил: «По данным соцопросов наркотики употребляют около семи с половиной миллионов». Глава государства на рабочем совещании структуры, занимающейся безопасностью страны, что подтверждает серьезность и важность проблематики, оперирует лишь «данными соцопросов» и предлогом «около». За время, прошедшее с даты этого выступления, ситуация несколько не изменилась: проблема есть, но её масштаб неизвестен даже в «высших коридорах власти», не говоря уже о рядовых специалистах, действующих в области наркопрофилактики. [1]

Существует ряд технических приемов или последовательность действий, которые вы можете использовать, чтобы удержать своих детей от употребления наркотиков.

Прием 1: Учите вашего ребенка иметь свою индивидуальность. Расскажите ему, что делает человека особенным, уникальным. Поговорите с ним о людях, которых он уважает, спросите, что, на его взгляд, делает их особенными, заслуживающими уважение. Попросите вашего ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забудьте напомнить ему те положительные и прекрасные качества, которые он может упустить.

¹ Моисеев Олег Олегович/ Клинический психолог, наркологический превентолог, руководитель МГО ОО «Общее дело»

Прием 2: Изучите с вашим ребенком значение слова “дружба”. Попросите его составить список понятий, которыми он охарактеризовал бы друга, и другой список – о недруге. Пока ваш ребенок составляет эти списки, напишите свои собственные. Сравните, чей список более полный.

Прием 3: Объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Несмотря на то, что в большинстве жизненных ситуаций такие черты характера являются позитивными, они не позволяют ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Часто дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать “нет”, когда на них оказывают давление. Объясните вашему ребенку, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказывать свое собственное мнение. Например, когда ровесники оказывают на него давление с целью заставить принимать наркотики.

Прием 4: Изучайте особенности употребления алкоголя и наркотиков в молодежной среде. Существуют ситуации, в которых подростки считают это необходимым. Вы можете помочь вашему ребенку избежать таких неприятных ситуаций. Не разрешайте вашим детям ходить в гости к друзьям, когда их родителей нет дома. Не допускайте, чтобы ребенок становился членом “скрытых” компаний, то есть не контролируемых взрослыми.

Прием 5: Используйте пример сверстников. Существует множество ситуаций, когда позитивный пример ровесников оказывает существенное влияние на ребенка. Например, в некоторых школах, ССУЗ, ДОУ подростковых группах спонсорами программ профилактики являются ровесники, и в этом случае дети поддерживают друг у друга положительные ценности.

В сложившихся условиях, первостепенное значение приобретает создание и максимально широкое распространение антинаркотических профилактических программ в образовательной среде. Одна из таких программ «Здоровая Россия – Общее дело», созданная Общероссийской общественной организацией «Общее дело» <https://общее-дело.рф>, в тесном взаимодействии с ведущими представителями научного сообщества нашей страны и рекомендованная для применения МНПЦ Наркологии г. Москвы, МГППУ, ФСКН, Агентством стратегических инициатив и Министерством образования РФ. Формат проведения мероприятий доступен и тщательно методически проработан, каждый интерактивный урок содержит качественный, научно обоснованный видеоматериал — помогающий школьникам и студентам формировать основы трезвого поведения и развивать критическое мышление, создающие защиту от любых зависимостей. [1]



<https://xn----9sbkac6brh7h.xn--p1ai/22289/> (ссылка на фильм)

Отдельно стоит сказать о фильме «Наркотики. Секреты манипуляции», презентованном в Общественной Палате Российской Федерации, и в течении нескольких лет продолжающем оставаться одним из лучших профилактических антинаркотических продуктов в стране – это материал, в котором раскрыты политические, социальные, психологические и медицинские аспекты наркозависимости. Проверенный, эффективный инструмент для ведения профилактической работы.

Педагог-психолог Гаврилкина Майя Андреевна

Памятка для родителей

“Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики”

1. Разберитесь в ситуации.

Не паникуйте. Если вы уловили подозрительный запах, это еще не означает, что теперь ваш ребенок стал наркоманом. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы справиться с ситуацией или вам необходима помощь. И постарайтесь с первых минут стать для своего ребенка не врагом, от которого нужно скрываться, а союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой.

2. Сохраняйте доверие.

Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику. Будет лучше, если вы сможете поговорить со своим ребенком на равных, обратиться к взрослой части его личности.

3. Оказывайте моральную поддержку.

“Мне не нравится то, что ты делаешь, но я все же люблю тебя и хочу помочь”, – вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом, получить внимание и поддержку. Оставайтесь открытыми для своего ребенка. Постарайтесь найти больше времени для общения и совместных занятий и еще помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример. Подумайте о своем собственном отношении к некоторым сомнительным вещам, например, табаку, алкоголю. Будьте уверены, дети видят, как вы справляетесь с собственными зависимостями, пусть даже не такими сильными, как наркотики.

4. Обращайтесь к специалисту.

Если вы убедились, что у подростка еще не выработалась зависимость, можно начать с психолога, которому вы доверяете. Стоит обсудить, какое поведение взрослого может помочь преодолеть кризис, а какое, наоборот, лишь будет способствовать наркотизации подростка. Если вы почувствуете, что у вашего ребенка уже сформировалась стойкая зависимость, не теряйте времени – обращайтесь к наркологу.

Но для того, чтобы помощь нарколога была эффективной, необходимо искреннее желание самого подростка освободиться от зависимости. Наркомания – тяжелое и коварное заболевание. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.



8-800-2000-122

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО**

**Помните — вы не одни! Вашего звонка ждут
и вам готовы помочь!**

Телефоны доверия для детей

- 8-800-2000-122 (круглосуточно) — Всероссийская служба детского телефона доверия <https://telefon-doveria.ru/>
- 004 (круглосуточно, анонимно) — Городской мониторинговый центр (психолог для детей и подростков).
- 576-10-10 (круглосуточно, анонимно) — Кризисная психологическая помощь для детей и подростков. <http://cvidp.ru/contacts/crisis/helpline/>
- 251-00-33 (круглосуточно, анонимно) — Телефон доверия Консультативно-

диагностического центра репродуктивного здоровья подростков «Ювента».
https://vk.com/gkde_juventa

- 290-87-00 (пн-чт с 9:00 до 21:00, пт с 9:00 до 20:00, суб-вск выходные) — Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Калининского района (детская линия). https://vk.com/wall-24134569_10135
- 8-800-25-000-15 (по будням, с 9:00 до 18:00, обеденный перерыв с 13:00 до 14:00) — Линия помощи «Дети онлайн» (любые виды помощи и консультаций для детей, которые столкнулись с опасностью или негативной ситуацией во время пользования Интернетом или мобильной связью: виртуальное преследование, домогательство, грубость, шантаж, мошенничество, несанкционированный доступ к ПК, нежелательный контент и т.д.). <http://www.fid.su/projects/detionline>

Семейные телефоны доверия

- (812) 322-94-07 (ежедневно, без выходных, с 10:00 до 20:00) — Кризисная служба, телефон доверия «Душевный разговор», оказание бесплатной и анонимной психологической помощи, e-mail: krizisnaya.sluzhba@mail.ru
- 708-40-41 (круглосуточно, анонимно) — Экстренная психологическая помощь для детей, подростков и их родителей института психотерапии «Гармония». <https://inharmony.ru/socialnye-programmy/8812708-4041-telefon-ekstrennoy-psihologicheskoy-pomoschi-dlya-detey-i-vzroslykh/>
- 344-08-06 — Телефон доверия экстренной психологической помощи семьям в трудных жизненных ситуациях.
- 362-96-19 (ежедневно с 10:00 до 21:00) — Телефон доверия Центра социальной помощи семье и детям Невского района (экстренная психологическая помощь). <https://piterorg.ru/content/otdelenie-psihologo-pedagogicheskoy-pomoschi-no1-no3-cpspid-nevskogo-rayona>
- 327-60-30 (по будням с 10:00 до 20:00) — Телефон доверия центра гармоничного развития семья и личности «Радомир». <https://radomira.ru/>

Телефоны доверия для женщины

- 8 800-7000-600 (ежедневно, кроме выходных, с 7:00 до 21:00) — первый всероссийский бесплатный телефон доверия для женщин, подвергшихся домашнему насилию; <https://nasiliu.net/>
- 327-30-00 (по будням с 10:00 до 20:00) — Помощь женщинам, пострадавшим от сексуального и физического насилия <https://crisiscenter.ru/about/>
- 325-48-47 (с 11:00 до 18:00) — Телефон доверия по проблемам наркозависимости, ВИЧ; помощь женщинам, пострадавшим от сексуального и физического насилия https://vk.com/topic-73646745_30390453
- 713-13-19 (по будням с 10:00 до 20:00) — Бесплатные консультации психолога-терапевта, юриста. Телефон доверия Кризисного центра помощи женщинам <http://pomogaemmamam.ru/>

Телефоны доверия по вопросам наркомании и алкоголизма

- 714-42-10, 714-45-63, 714-15-69 (круглосуточно) — Наркологический телефон доверия <http://guznb.peter.gov.spb.ru/news/27211/>

Телефоны доверия для взрослых

- 579-99-99 (круглосуточно) — Телефон доверия главного управления МЧС России по Ленинградской области. <https://47.mchs.gov.ru/devatelnost/press-centr/novosti/2731324>