

Надо ли говорить с детьми о наркотиках?

Наркотики (в широком смысле этого слова, то есть психоактивные вещества – ПАВ) можно увидеть сегодня во многих местах. Опыт детей непременно приводит ребенка к встрече с ними (сначала – в виде наблюдений за курящими людьми, за теми, кто употребляет спиртные напитки, потом – в виде возможности самому совершить пробу). Поэтому говорить об этом явлении необходимо, как мы говорим с ребенком о любом явлении, существующем в жизни. И лучше это делать на том этапе, когда реально еще не стоит перед ребенком проблема возможной пробы, а он лишь наблюдает это явление в жизни. Предотвращая его любопытство перед неизвестным, необходимо, чтобы это явление не было таким уж неизвестным. Было бы неправомерно утверждать, что в разговорах с детьми необходимо отдельно выделять тему наркотиков: если в семье есть традиция **вообще говорить** с ребенком на разные жизненные темы, то разговор о наркотиках логично впишется в общий контекст бесед и не станет чем-то из ряда вон выходящим, способным привлечь излишнее внимание ребенка, как того опасаются некоторые родители.

Что именно говорить ребенку о ПАВ и какими словами? Здесь следует подходить с позиции учета возраста ребенка. Дети старшего дошкольного и младшего школьного возраста еще способны доверять родителям как источнику информации, поэтому информация о негативных последствиях употребления наркотиков для здоровья человека будет уместна. С возрастом роль родителей постепенно снижается, и их слова о вреде наркотиков вступают в противоречия с собственными наблюдениями (и никто из знакомых курящих и выпивающих не умер от этих негативных пристрастий!).

А если еще вспомнить так распространенное в подростковом возрасте убеждение в собственной неуязвимости (да, это может случиться, но только не со мной!), влияние референтной группы и авторитетный опыт товарищей, становится понятно, что одними средствами запугивания здесь уже не обойтись. В подростковом возрасте если уж и говорить о негативных последствиях знакомства с психоактивными веществами, то, скорее, не для здоровья, а для личности человека, об искажении отношений с другими людьми, как о помехе в реализации жизненных перспектив, как о наиболее важных ценностях именно подросткового возраста.

Всегда следует помнить, что воспитание детей не сводится только к разговорам с ними. Ребенку важна демонстрация позиции взрослого по отношению к какому-либо явлению. Поэтому разговор о наркотиках должен и может представлять собой отнюдь не сидение на кухне и часовую беседу на заданную тему. Это могут быть реплики взрослого относительно таких проблем как курение, употребление алкоголя; могут быть рассказы о знакомых людях, испытывающих на себе негативные последствия употребления наркотиков, личные наблюдения и мнения и т.п.

Говоря с ребенком о психоактивных веществах, непременно следует учитывать возраст ребенка. Форма разговора должна быть доступна ему, в разговоре не должны содержаться слишком сложные и непонятные слова и термины, а если что-то новое и проговаривается, необходимо пояснить ребенку значение нового слова. Психоактивных веществ много. О каких именно следует упоминать в разговорах родителей с детьми? Все зависит от возраста ребенка.

Следует давать информацию о тех ПАВ, о существовании которых сын или дочь уже знает из своего жизненного опыта, например, видя вокруг курящих людей или зная о традиции употребления алкоголя за праздничным столом. Поэтому уже с детьми не позднее младшего школьного возраста (а, быть может, и в старшем дошкольном возрасте, особенно в крупных городах), следует говорить о табаке. В том же младшем школьном возрасте непременно затрагивать тему алкогольных напитков (в том числе пива!), а с учащимися средних классов школы строить разговор о некоторых видах наркотических или токсикоманических веществ.

Если среда, в которой растет ребенок, не предусматривает возможности встречи его с какими-либо веществами, то давать информации больше, чем способен увидеть ребенок вокруг, **не нужно**. А если среда воспитания подразумевает более раннее знакомство ребенка с теми или иными ПАВ, разговор о них следует начинать **раньше**, чем со сверстниками, растущими в другой обстановке.

Как узнать, употребляет ли ребенок наркотики

Знания о проблеме психоактивных веществ у каждого из родителей неизбежно вызывают один и тот же вопрос: «А как узнать, не употребляет ли ребенок одно из химических веществ?».

Безусловно, существуют признаки, по которым достаточно легко можно определить, что человек употребляет то или иное вещество. Как правило, эти признаки вполне специфичны и по ним можно с достаточной долей вероятности сказать даже, какое именно вещество было употреблено. Так по характерному запаху табака, идущему от одежды, волос, рук ребенка или из его рта при дыхании, по наличию в карманах крошек табака или остатков от пачек сигарет можно предположить эксперименты с табачными изделиями. Таким же характерным запахом, достаточно известным многим в быту, обладает этиловый спирт; а в совокупности его с особенностями поведения, опять-таки известными нам из обыденной жизни, можно установить факт алкогольного опьянения подростка. Так же бесспорным свидетельством того, что ребенок начал употреблять инъекционные наркотики, служат найденные дома несомненные доказательства наркотизации: шприцы, иглы, закопченные ложки или посуда; а факты злоупотребления лекарственными средствами или бытовыми растворителями выдают соответственно капсулы, таблетки, порошки, упаковки из-под лекарственных или химических препаратов, флаконы с марганцовкой, уксусной кислотой и следы от клея или растворителей на одежде в совокупности с характерным запахом.

Наряду с этими специфическими признаками употребления психоактивных веществ существуют и другие, более общие признаки, которые по сути своей являются лишь косвенными доказательствами склонности сына или дочери к аддиктивному (зависимому) поведению. Эти признаки чаще всего появляются на сравнительно ранних стадиях экспериментирования с психоактивными веществами, их легче всего обнаружить внимательным родителям, которые следят за поведением, интересами, склонностями своего ребенка и могут вовремя заметить надвигающуюся опасность.

Скрытность.

1. Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками. 2. Самоизоляция в семье: ребенок избегает родителей, по телефону отвечает уткой, 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. 3. Частые просьбы отпустить на ночь из дома, либо отсутствие по ночам без объяснения причин.

Учеба и увлечения.

1. Резкое снижение успеваемости и интереса к учебе.
2. Неспособность внятно ответить на вопрос, что нового было сегодня в школе.
3. Участвовавшие прогулы занятий.
4. Потеря интереса к привычным увлечениям – спорту, коллекционированию, чтению.
5. Появление привычки к длительному прослушиванию музыки или внезапная потеря интереса к ней.

Изменения в поведении.

1. Нарастающая хитрость, изворотливость и лживость.
2. Потеря энтузиазма, безразличие к делам, безынициативность – «потухшие глаза».
3. Частые и длительные уединения в туалете или ванной комнате.
4. Возможно, ребенок слишком поздно ложится спать и все дольше залеживается в постели утром.
5. Повышенная апатия, сменяющаяся необъяснимой активностью.

Высказывания.

1. Появление высказываний о бессмысленности и тяжести жизни.
2. Серьезное отношение к лозунгам, типа «живи быстро, умри молодым».
3. Интерес к разговорам о наркотиках.
4. Убежденное отстаивание «свободы личности употреблять наркотики», идей о «необходимости наркотиков для человечества» и «бесперспективности борьбы с ними».

Деньги.

Увеличиваются финансовые запросы, и подросток активно ищет пути их удовлетворения, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах.

1. Пропажа из дома денег, ценностей, книг, одежды, радиоаппаратуры и т.д.
2. Участвовавшее выпрашивание денег у родственников.
3. Наличие значительных денежных сумм без объяснения причины их появления.
4. Противоправные действия или кражи вне дома.

Настроение .

Настроение ребенка – очень важный признак – часто меняется по непонятным причинам.

1. Резкие и непредсказуемые (без видимых причин) смены настроения.
2. Неадекватное поведение: добродушие и вялость в скандале или, наоборот, раздражительность в спокойной ситуации.
3. Нигилизм.

Внешность.

1. Резкое снижение или увеличение аппетита, заметное снижение веса ребенка.
2. Неряшливость. Отказ от утреннего туалета. Отсутствие потребности в смене одежды.
3. Появление на теле татуировок и рисунков, особенно с изображением паутины, черепов, фантастических монстров и холодного оружия.
4. Частые синяки, порезы, ожоги от сигарет в районе вен на руках, не имеющие удовлетворительного объяснения («просто упал», «сам не знаю, откуда»). Прожженная сигаретами одежда.
5. Внешний вид нездорового человека, бледность, отеки кистей рук. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке. Расширение кровеносных сосудов под ноздрями.

Другие признаки

1. Общие психические изменения: ухудшение памяти и способности к логическому мышлению, неправдоподобные и нелепые объяснения своих поступков и их причин.
2. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки (например, героин резко сужает, а первитин расширяет зрачки – эффект вытаращенных глаз). Расширенные зрачки могут также быть следствием употребления «крэка» или кокаина. Для правильной оценки нужно помнить, что размеры зрачка зависят от уровня освещенности. Плохим признаком является отсутствие заметной реакции зрачка (сужение–расширение) при резкой смене освещенности. Попросите посмотреть прямо на лампу, тут же закройте ее светонепроницаемым предметом; отметьте: реагирует ли зрачок. Однако, насколько возможно, избегайте конфликтов при этой неприятной проверке, постарайтесь убедить, что хотите помочь.

3. Может наблюдаться бессонница.

Общение

Подросток изменяет круг своего общения:

1. Отказывается от отношений со своими старыми друзьями, если они не интересуются наркотиками.
2. Возможно появление новых подозрительных друзей, или поведение старых приятелей становится подозрительным.
3. Разговоры с друзьями ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении. Частые, но короткие и туманные телефонные разговоры с одним и тем же узким кругом приятелей. Происходит выяснение, сколько у кого денег, есть ли надежда достать еще, чтобы поехать за очередной групповой порцией.

В жизни порой случается, что родители, обеспокоенные судьбой своего ребенка, не всегда могут так последовательно выделитьстораживающие их особенности поведения сына или дочери. Тогда их претензии часто звучат менее четко, но зато не менее грамотно: «С моим ребенком **что-то не так**, что-то **изменилось!**». Это «что-то не так» – то есть «изменение модуля жизни» вашего ребенка – на деле является надежным ранним признаком возможного употребления психоактивных веществ!

Однако следует помнить, что такие изменения сами по себе однозначно не доказывают присутствия в жизни подростка алкоголя или наркотиков. Они могут сопровождать более простые (с точки зрения взрослого человека), но отнюдь не менее острые (с точки зрения юношества) проблемы, например, отсутствие взаимности в первой любви, крушение надежд, потерю уверенности в себе или неспособность к установлению конструктивных отношений с окружающими. В таком случае необоснованные подозрения в употреблении психоактивных веществ способны нарушить доверительность детско-родительских отношений и подтолкнуть сына или дочь к реальным пробам. Поэтому нужно соблюдать такт и осторожность, заметив тревожные изменения в жизни вашего ребенка, чтобы в случае необходимости суметь прийти ему на помощь. В конце концов, так ли это важно, в какой конкретной ситуации ему эта помощь нужна: в жизни подрастающего человека любая проблема кажется сверхважной, тотальной и уникальной!

Метод экспресс-анализа.

Если у родителей возникли подозрения относительно употребления их ребенком наркотического вещества, достовернее всего подтвердить или опровергнуть их путем лабораторного анализа биологических сред (крови, мочи, слюны) на наличие наркотиков. Однако в реальной жизни такой способ не всегда оказывается оптимальным в силу многих причин.

В настоящее время можно выполнить очень чувствительный и высоко достоверный тест на наркотики любой группы в домашних условиях с помощью экспресс-тестов. Эти тесты не слишком дороги и вполне доступны в неотложных ситуациях. Но если от результата теста зависят какие-либо юридические решения, его нужно подтвердить судебно-медицинской экспертизой.

Система для тестирования действует по принципу лакмусовой бумажки. В определенных местах тестирующая поверхность пропитана химическими и белковыми веществами. Раствор наркотика, например моча наркомана, вступает с упомянутыми веществами в серию последовательных реакций. Надо заметить, что реакции являются не только химическими, но и иммунологическими, а такие реакции очень чувствительны. В моче, например, экспресс-тест улавливает следы наркотиков-опиатов на протяжении 5 суток после однократного приема.