

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ И РОДИТЕЛЕЙ

I. КЛАССИФИКАЦИЯ НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫХ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

Понятие «наркотики»

Понятие, установленное Всемирной организацией здравоохранения:

Наркотики – химический агент, вызывающий ступор, кому или нечувствительность к боли согласно определению ВОЗ («Словарь терминов, относящихся к алкоголю, наркотикам и другим психоактивным средствам», 1994 год, г. Женева).

Понятие, установленное законодательством Российской Федерации:

Наркотические средства – вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года (Федеральный закон от 08.01.1998 №3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»).

Наиболее распространенные наркотические средства

1. НАРКОТИКИ, ПОЛУЧЕННЫЕ ИЗ ПРИРОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ

1.1. Наркотические средства, полученные из мака (опиаты растительные).

Опиум, опий, опий-сырец («ханка», «жмых», «опиуха») – вещество, полученное из высушенного или специально обработанного млечного сока, добываемого из незрелых коробочек опийного мака.

Маковая соломка («солома», «сено») – измельченные и высушенные части стеблей и коробочек мака.

Раствор опия – водная вытяжка алколоидов опия.

1.2. Наркотические средства, полученные из конопли (каннабиноидная группа).

Марихуана (каннабис) («травка», «шмаль», «анаша», «зелье») – высушенная или сырая травянистая часть конопли (листьев, цветущей верхушки конопли). Может быть плотно спрессована в комки. Этот наркотик курят в виде сигарет-самокруток («косяков»), набивают в трубки, добавляют в пищу.

Гашиш («план», «дурь», «чернуха») – ряд психотропных продуктов из конопли, представляющих собой смолу каннабиса. Изготавливается путём прессования порошка, получаемого в результате измельчения или просеивания высушенных листьев, и липких маслянистых слоёв с цветущих верхушек растения. Формы: кусочки, плитки, масло.

Гашишное масло – ряд продуктов, получаемых путем экстракции наркотического алкалоида тетрагидроканнабинола (жирорастворимое вещество) различными жирами. Обычно используется растительное масло или молочные жиры.

1.3. Наркотические средства, полученные из различных растений

Кокаин («дутый», «снег», «кока», «вдох», «свисток», «снежинка») – вещество, полученное из листьев кустов коки путем переработки и синтеза с химическими веществами. Имеет разновидности:

соль (гидрохлорид) кокаина, белый кристаллический порошок, обычно вдыхаемый через трубку или соломку с гладкой поверхности; гидрохлорид кокаина легко растворяется в воде, поэтому его вводят внутривенно или глотают;

паста коки,

крэк (пластинки, образующиеся в результате смешения кокаина с пищевой содой и водой и выпаривания.), используется для курения.

Псилоцибин и псилоцидин – вещества, находящиеся в галлюциногенных грибах (25 видов). Грибы едят, сушат, изготавливают отвары.

В список растительных наркотиков входят также цветки и листья голубого лотоса, семена розы гавайской, кактус пейот, листья некоторых видов акаций, мимозы, растения кат, эфедра и другие.

Наркотики, получаемые из эфедры – вещества, полученные в результате химических превращений алкалоидов растения эфедры (эфедрин, эфедрон, амфетамин и пр.)

Распространено изготовление в кустарных условиях, минилабораториях наркотических веществ из лекарственных препаратов, содержащих природные алкалоиды эфедры («Солутан», «Бронхолитин» и др.).

2. ПОЛУСИНТЕТИЧЕСКИЕ, СИНТЕТИЧЕСКИЕ НАРКОТИКИ

(производятся путем обработки химическими веществами природных материалов или синтезируются искусственно).

2.1. Опиаты и опиоиды (обладают сильным обезболивающим эффектом)

Алкалоиды опия (морфин, кодеин, тебаин и др.) – выделенные различными способами органические соединения природного происхождения, находящиеся в опиумном маке.

Морфий - вещество, получаемое из алкалоида «морфин».

Ацелированный опий — готовый к употреблению раствор, полученный из маковой соломки в результате ряда химических реакций. Имеет темно-коричневый цвет и характерный запах уксуса.

Героин («герыч», «белый», «лошадь», «смак») - полусинтетический опиат. Синтезируется из морфия. Наряду с очень сильным и ярко выраженным наркотическим эффектом обладает крайне высокой токсичностью и способностью быстро (после 2–3 приемов) формировать физическую зависимость. Героин курят, нюхают и вводят внутривенно.

Метадон - сильный синтетический наркотик опийной группы. Продается в виде белого порошка или готового раствора. В некоторых странах разрешен как средство заместительной терапии при лечении опийной наркомании.

Дезоморфин – впервые синтезирован в медицинских целях как средство замещающее морфин. Для дезоморфина характерно быстрое развитие зависимости, сильное токсическое действие на организм, разрушение организма. Не нашел широкого применения в медицине. В настоящее время распространено производство кустарным способом из лекарственных препаратов, содержащих кодеин. Получают в домашних условиях, закупив необходимые ингредиенты в аптеке. Крайне токсичен. Название «крокодил» получено за способность быстро вызывать глубокий некроз тканей и воспаление вен, вследствие чего кожа начинает быстро отторгаться.

Лекарственные средства, содержащие опиаты – используются для кустарного производства наркотиков («Кодеин», «Трамадол», «Папаверин», «Промедол» и др.); некоторые из них в случае передозировки вызывают зависимость.

2.2. Амфетамины.

Класс соединений, включающий амфетамин и его производные. Ограниченно применяются в медицине как стимуляторы центральной нервной системы, антидепрессанты. Имеют форму таблеток, капсул, сиропов, порошка, растворов. В настоящее время основной объем амфетаминов и их аналогов производится нелегально. Имеют доступную цену; оказывают активирующий эффект, сопровождающийся потребностью в движении, общении, снижении самоконтроля. Имеют название «клубные наркотики», т.к. местами распространения часто являются места отдыха молодежи.

Эфедрин – сильнодействующее вещество, часто используемое в качестве сырья для изготовления наркотиков. Кристаллы белого, желтоватого цвета, полученные из растения эфедры. Их вдыхают или курят. Используется для приготовления эфедрона и первертина чаще всего путем манипуляций с лекарственными препаратами.

Эфедрон («порох», «болтушка», «джеф») – готовый к употреблению раствор, полученный в результате химической реакции. Имеет розоватый либо прозрачный цвет и характерный запах фиалки.

Первитин (гидрохлорид метамфетамина, «винт», «болт», «варево») - раствор, маслянистая жидкость, имеющая желтый либо прозрачный цвет и характерный запах яблок. Используется потребителями в качестве замены героиновой зависимости, что неэффективно и еще более пагубно.

«Экстази» – общее название для группы синтетических наркотиков-стимуляторов, часто с галлюциногенным эффектом. Особенность их действия – гипертрофирование позитивных эмоций общения. Белые, коричневые, розовые и желтые таблетки или разноцветные, часто с рисунками, капсулы. «Экстази» - дорогой наркотик, и обычно его потребители переходят на систематический прием героина или амфетаминов.

2.3. Галлюциногены.

ЛСД («кислота», «марки», «промокашка», «красный дракон») - синтетический наркотик, производное лизергиновой кислоты, содержащейся в спорынье. Бесцветный порошок без запаха или прозрачная жидкость без запаха, цвета и вкуса. Жидкостью пропитывают разрисованную яркими рисунками бумагу или ткань. Кусочек ее кладется под язык, действие оказывает через 30–60 минут и продолжается до 12 часов. Оказывает огромный галлюциногенный эффект в малых концентрациях - 30г. ЛСД достаточно для 300 000 тысяч человек.

РСР Фенциклидин («ангельская пыль») – синтетический фармакологический препарат для внутривенного наркоза. В чистом виде представляет собой белый кристаллический порошок, из-за загрязнений может иметь иной цвет. Часто употребляется наркоманами при помощи курения, после смешивания с различными растительными материалами <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B5%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B8%D0%B4%D0%B8%D0%BD> - cite_note-autogenerated3-4, также может употребляться орально или путём вдыхания. Действие, оказываемое РСР, представляет собой комбинацию эффектов депрессантов, стимуляторов и галлюциногенов. Употребление РСР приводит к выраженным нарушениям психического и физического здоровья - глубокой коме, отдельным судорогам и судорожным припадкам, угнетению дыхания и нарушениям сердечной деятельности.

2.4. **Снотворные лекарственные препараты.**

Группа седативных (успокаивающих) и снотворных веществ, встречающихся в виде официальных препаратов, содержащих наркотические средства Обычная форма - таблетки («колеса») или капсулы. Существует много разновидностей, наиболее опасны — производные барбатуратовой кислоты, а также другие (феназепам, реланиум, реладорм). Могут вызвать психическую и физическую зависимость. Особенно опасны при использовании вместе с алкоголем.

2.5. **Курительные смеси («миксы», «спайсы»).**

Ароматизированные травяные и иные смеси, вызывающие психоактивные эффекты при курении.

Могут включать растения, содержащие вещества психотропного действия (энтеогены), обыкновенные травы, целлюлозу, синтетические вещества. Активным веществом в спайсах являются синтетические каннабиноиды, состав которых варьируется в различных видах и партиях продукта. Синтетический каннабис в несколько раз вреднее натурального.

Относятся к т.н. «дизайнерским наркотикам»*, т.к. формула и состав веществ постоянно меняется.

Непредсказуемо действуют на организм и очень опасны. Могут вызывать длительные психозы и психотические состояния, смерть потребителей в результате наступления коматозного состояния. Курение миксов приводит к необратимым деструктивным процессам в центральной нервной системе.

Основным каналом распространения курительных смесей в России является интернет.

2.6. **Соли («скорость», «легалка», «кристалл», «свист»).**

Входят в группу наркотиков амфетаминового ряда.

Химические соединения синтетических веществ, оказывающих эффекты, сходные с амфетамином и кокаином. Наиболее распространен мефедрон и его компоненты. Мощнейшие психостимуляторы.

Получили своё название из-за внешнего сходства с солями (белые кристаллы). Соли нюхают, курят, пьют разведёнными в напитках, вводят в виде инъекций.

В организме обнаружить следы подобных наркотических веществ сложно, традиционные тесты на наркотики их не определяют.

Вызывает сильнейшую зависимость, быструю психическую и физическую деградацию, смерть. Она возникает мгновенно, человек может стать наркоманом от одного употребления.

В настоящее время соли получили широкое распространение в России, их пересылают по почте, передают через закладки, предлагают в социальных сетях. При реализации часто используются маскирующие название, наиболее распространенное - «соли для ванн». Низкая цена делает их доступными, наряду со спайсами. Как и курительные смеси, соли относятся к «дизайнерским наркотикам».*

Правовой механизм борьбы с оборотом «дизайнерских наркотиков» в Российской Федерации имеет особенности.**

***Дизайнерские наркотики** – новые психоактивные вещества, синтетические заменители какого-либо наркотического средства и психотропного вещества, полностью воспроизводящие его наркотические свойства или близкие ему.

От иных веществ отличаются тем, что их химическая структура может сравнительно легко видоизменяться в процессе синтеза с получением нового вещества при сохранении наркотического эффекта (отсюда и название «дизайнерские»). Это свойство используется в целях обхода действующего законодательства: в результате незначительного изменения химической структуры вещества (дизайнерского наркотика), ранее включенного в официальный Перечень наркотических средств и психотропных веществ (утвержден постановлением Правительства РФ от 30.06.1998 № 681, далее Перечень), синтезируется новое вещество, еще в этот перечень не включенное.

До момента включения нового вещества в Перечень в виде самостоятельного наркотика или признания аналогом уже имеющегося в Перечне вещества преследование его оборота затруднено. Поэтому до включения новых психоактивных веществ в перечень у наркоторговцев появляется возможность позиционировать их как «легальные наркотики».

**

Этот механизм введен Федеральным законом от 03.02.2015 № 7-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», он содержит 2 основных элемента: оперативный запрет оборота веществ, не включенных в Перечень, и уголовную ответственность за этот оборот.

Данным законом в Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» введена статья 2.2, в соответствии с которой орган исполнительной власти, координирующий деятельность в сфере контроля за оборотом наркотиков, наделяется правом запрета оборота веществ, оказывающих наркотический эффект, но не включенных в Перечень. До мая 2016 года эту функцию исполняла ФСКН России, в настоящее время – МВД России.

Запрет осуществляется путем включения «дизайнерских наркотиков» в Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ (далее Реестр), оборот которых в Российской Федерации запрещен. Предполагается, что включение вещества в Реестр может осуществляться более оперативно, чем его включение в Перечень. Реестр ведет тот же орган, что и осуществляет запрет, и обеспечивает его доведение до общественности, в том числе путем размещения в сети интернет.

Одновременно с Реестром в Уголовный кодекс РФ введена статья 234.1, предусматривающая уголовную ответственность за оборот веществ, включенных в Реестр.

Процедуры включения веществ в Реестр упростились, однако процесс от попадания вещества в оборот до его включения в Реестр занимает достаточно длительное время. Вместе с тем, скорость появления на рынке новых психоактивных веществ (далее НПВ) растет.

В частности, по заявлению Управления ООН по наркотикам и преступности, за 10 месяцев 2015 года в мире зафиксировано появление 602 НПВ, в то время как в 2014 году обнаружено 388 НПВ. В июле 2015 года Европейское агентство по наркотикам заявило, что в ЕС на рынке еженедельно появляется не менее 2 НПВ.

По информации МВД России, за 2 полугодие 2016 и 1 квартал 2017 организован контроль (т.е. включено в Реестр) более 60 НПВ.

В настоящее время в МВД России разработан проект Приказа МВД России «О Порядке формирования и содержания Реестра новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен».

II. ПОСЛЕДСТВИЯ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКАМИ И ПСИХОАКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ *(для специалистов, родителей)*

1. Стадии развития поражения организма

Нет ни одного безвредного или маловредного наркотического средства и психоактивного вещества. Основные мифы с безвредностью связаны с тем, что разрушительные последствия накапливаются со временем, и на первых этапах не так заметны. Но все равно, негативные изменения начинаются с самого начала употребления.

Есть общие последствия от злоупотребления (похожие для всех зависимостей), а есть специфические (которые проявляются только у определенных зависимостей).

Все последствия употребления можно поделить на три уровня.

Первая часть – это обратимые изменения. Большая часть последствий употребления восстановима со временем просто прекращением употребления. Однако, при возобновлении употребления организм очень быстро возвращается к прежнему состоянию.

Вторая часть – слабообратимые (частично обратимые) последствия. Их возможно залечить, но полностью вылечить не удастся (останутся как хронические заболевания). Необходима будет профилактика этих заболеваний.

Третья часть – необратимые последствия. Обычно появляются ближе к третьей стадии зависимости. Эти последствия не излечиваются никак, возможно только поддерживать жизнь при специальном поддерживающем лечении (паллиативное лечение).

2. Общие последствия

Поражения нервной системы

Энцефалопатии (поражения головного мозга, формы проявления от мелких нарушений психических процессов до психоза)

Полиневропатии (поражения нервов, проявления от мелких нарушений координации до серьезных нарушений двигательной системы, параличей, парезов).

Поражения печени

Поражение печени при употреблении развивается обычно по стадиям:

1) жировая дистрофия (90-100% злоупотребляющих):

- простое ожирение - обратимо;

- ожирение в сочетании с начинающимся некрозом - частично обратимо;

- ожирение, некроз, перестройка дольковой структуры печени – необратимо.

2) гепатит - воспалительное поражение печени (10-30% алкоголиков; 80% наркоманов)

3) цирроз печени.

Сердечнососудистые заболевания

Гипертензия и тахикардия (нарушения ритма сердца – 100% употребляющих).

Кардиомиопатия (сердечная мышца изменена при отсутствии патологии сердечных артерий, на ранних стадиях обратима)

Ишемическая болезнь сердца (нарушение кровоснабжения сердца вследствие поражения сердечных артерий, частично обратима)

Сердечная недостаточность (понижение сократительной способности сердечной мышцы, необратима).

3. Специфические последствия

Опиаты

Головной мозг. Токсическая энцефалопатия – поражение головного мозга, проявляется в виде снижения интеллекта, ухудшения памяти, нарушение способности думать, внятно высказываться, сосредотачиваться, принимать решения и выполнять задания, головные боли, головокружения.

Сердце. Замедляют сердцебиение и вызывают падение давления.

Печень. Токсические гепатиты.

Иммунитет. Резкое снижение иммунитета.

Желудочно-кишечный тракт. Острый или хронический гастрит, хронический панкреатит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки.

Вены. Флебит (воспаление вен), тромбоз (закупорка вен), фиброза (дополнительные патологические ткани) венозной стенки и «исчезновение» поверхностных вен.

Кровь. Сепсис, инфицирование крови – абсцессы, фурункулы, трофические язвы.

Кости. Остеопороз – потеря кальция (разрыхление, ломкость костей).

Зубы и челюсти. Разрушаются ткани, окружающие зуб: пародонтит (воспаление десны с расшатыванием зубов), пародонтоз (разрушение зубных ячеек).

Суставы. В соединительной ткани суставов накапливаются продукты распада наркотика, отсюда ломота, боли, утолщения и уплотнения некоторых суставов (на запястьях, стопах).

Почки. Почечная недостаточность.

«Винт» (психостимулятор метамфетамин, приготовленный кустарным способом, в том числе - из медикоментов, содержащих эфедрин)

Нарушение кровообращения в мозге. Разрушение внутренних органов, в первую очередь сердца, печени, почек. Происходят необратимые изменения на клеточном уровне и усиливаются уже существующие хронические заболевания. Снижается иммунитет и сопротивляемость организма инфекциям. Разрушаются зубы.

Психостимуляторы

Токсическая энцефалопатия – нарушение координации движений, речи (уже через 3-4 месяца употребления), слабоумие, паралич, нарушение рефлексов. Поражения почек, печени. Непроизвольно слюнотечение и нарушение рефлекса глотания.

Соли и спайсы

Нарушение работы сердечно-сосудистой, дыхательной системы, печени и почек. Клетки мозга сжимаются и отмирают, происходят судороги, части тела начинают дергаться, мозг не контролирует нервные окончания в руках, ногах, мышцах лица и шеи. В итоге обмороки и провалы в памяти. Человек перестает принимать адекватные решения, теряет способность справляться со своими чувствами и эмоциями. Типично появление психоза, параноидального бреда, спутанности сознания, галлюцинаций. Возможно проявление агрессивного поведения, включающего членовредительство и попытки самоубийства.

Кодеиносодержащие препараты

Гастрит, хронический панкреатит, токсический гепатит, нефрит, энцефалопатия (снижение памяти и интеллекта, ощущение тяжести в голове – «ватная» голова, замедленность реакций; типичные жалобы кодеинщика: «перестаешь понимать, что происходит», «трудно подбирать слова», «тупеешь», «ходишь, как оглушенный»).

Дезоморфин

Человек гниет заживо. Заражения крови. Поражение внутренних органов – печень, почки, головной мозг.

Тропикамид

Накапливается в организме, при превышении критической концентрации почки и печень отказывают (средняя продолжительность жизни – 2 года). Угнетение кровеносной системы – снижение гемоглобина до минимума. Поражение центральной нервной системы (эпилептические припадки, энцефалопатия, слабоумие), болезни печени (гепатит), сердца (аритмии), глаз (снижается зрение вплоть до частичной или полной слепоты).

ЛЮБАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ ПРОГРЕССИРУЮЩИМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ, ПОСЛЕДСТВИЯ КОТОРОГО ПРИВОДЯТ С САМОГО НАЧАЛА УПОТРЕБЛЕНИЯ К ПОСТЕПЕННОМУ РАЗРУШЕНИЮ ОРГАНИЗМА И ВПОСЛЕДСТВИИ К ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ.

III. РОЛЬ СЕМЬИ В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ *(для специалистов, родителей)*

Как родители могут сохранить жизнь своего ребенка от наркомании? Есть такая притча: «Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел тонущих в реке детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать на помощь. Тот стал помогать тем, кто ещё держался на плаву. Увидев третьего путника, они тоже позвали его на помощь. Но тот, не обращая внимания на призывы, ускорил шаги. «Разве тебе безразлична судьба детей? - спросили спасатели. А путник ответил: «Я вижу, что вы вдвоём пока справляетесь. А я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в воду, и постараюсь это предотвратить».

Эта притча - подтверждение тому, что к решению проблемы детей, попавших в сложную жизненную ситуацию, существует два подхода: первый - предотвратить, второй - спасти. Задача родителей - «добежать до поворота реки и не дать детям упасть в воду», т.е. заниматься профилактикой.

Что же могут сделать родители? Прежде всего, обратить внимание на себя, на свое поведение и жизненную позицию. Вспомните, пожалуйста, сколько раз за последние две-три недели вы приходили домой и искренне, без какой-то особой воспитательной задачи, «в трезвом уме и здравой памяти» говорили своему ребенку о том, как прекрасна жизнь, какое наслаждение быть живым и здоровым, любить, смеяться, плакать...

Среди всеобщего нытья о плохих людях, растущих ценах, не лучших жилищных условиях, плохой погоде, об ухудшении экологической обстановки, помогаем ли мы своим собственным детям верить в то, что жизнь, несмотря на все проблемы и трудности – великий и бесценный дар?

Ведь если мы сами не считаем, что жизнь прекрасна и удивительна, и не доказываем это детям на своем примере, что же мы можем противопоставить пропаганде, утверждающей: кроме табака, алкоголя, наркотиков, разврата и насилия, в этой жизни радоваться совершенно нечему, да и жить-то без этого практически не имеет смысла. Мы, родители, не имеем права забывать, что для ребенка – самый действенный образец жизнелюбия или смертной скуки – это его родители.

Употребление наркотических веществ ребенком нередко начинается в условиях, которые создаем мы сами. Разумеется, несознательно, но разве от этого легче? Если в итоге получается, что за наши ошибки в воспитании расплачиваются наши собственные дети. К сожалению, в наше время родительская любовь зачастую подменяется материальным обеспечением ребенка. Купили сыну «крутой» гаджет – значит, уделили внимание. Но уверены ли вы, что в душе вашего ребенка сейчас – покой? А вдруг вместо айфона ему ужасно хочется, чтобы отец погонял с ним в футбол. Важнейшие принципы семейного воспитания – это безопасность, единство и любовь, готовность пожертвовать своим временем и энергией, ради ближнего.

Важно создать в семье такие условия для ребенка, при которых он не захочет употреблять одурманивающие вещества, чтобы обрести душевный комфорт. Станьте другом для своего ребенка - научите его справляться с множеством подростковых проблем: конфликты, низкая самооценка, неумение противостоять влиянию группы, самостоятельное принятие выбора и т.п.

Если ребенок комфортно чувствует себя в семье, то он, скорее всего, не станет пробовать наркотики. Но если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может стать для него тем, чего ему не хватает в жизни.

Трудно выработать общие правила, которые работают всегда и с каждым. Мы попытаемся предложить Вам некоторые принципы, которые, возможно, помогут сделать Ваше общение с ребенком более эффективным, или помогут взглянуть на обыденные вещи с другой точки зрения.

На минуту задумайтесь над тем, как вы разговариваете с сыном или дочерью. Часто ли критикуете, что-то напоминаете, угрожаете, читаете лекции или мораль, допрашиваете, высмеиваете, придираетесь и ворчите? Эти распространенные методы общения с детьми даже при самых благих намерениях родителей приводят к потере хороших отношений, затрудняют и обедняют общение. Представьте себе, что вы читаете нравоучительные лекции друзьям или, насмехаясь, критикуете их. Вряд ли они надолго останутся вашими друзьями.

Эффективное общение предполагает наличие взаимного уважения, когда дети и взрослые откровенно и без страха критики или осуждения могут выражать свои убеждения и чувства, зная, что они будут приняты. Принять - значит показать, что вам понятны чувства ребенка, даже если вы и не разделяете их убеждения.

Слушая ребенка, дайте ему понять и прочувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы убьете сразу трех зайцев: - ребенок убедится, что вы его слышите; - ребенок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства; - ребенок убедится, что вы его поняли правильно.

Слушая ребенка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. Поощряйте, хвалите ребенка за старание и усилия так же, как и за достижения. Замечайте даже самые маленькие успехи. Давайте понять, что старание и настойчивость часто важнее результата. Помогайте детям ставить реалистические цели. Если они сами или их родители ожидают слишком многого, неудача может стать разрушительной для их личности. Ваш ребенок должен знать, что его личные, пусть объективно небольшие по сравнению с другими, достижения вызовут у вас такую же гордость и такое же восхищение, как наивысшие достижения и победы других.

Исправляя ошибки, критикуйте поступки и действия, а не самого ребенка. Давайте ребенку почувствовать настоящую ответственность. Выполнение своих обязанностей они воспринимают как достижение. Исследования психологов показали, что дети в своей жизни ведут себя более ответственно, когда взрослые накладывают разумные ограничения на их свободу. Помогите ребенку самостоятельно мыслить. Говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твоё решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

Уважайте потребность в уединении, в личной жизни. Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для определенных родителей невозможным. Найдите время и силы для совместной деятельности. Опросы детей показывают, что они любят, когда родители проводят с ними время, даже если это связано с выполнением работы по дому.

Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения сложной жизненной ситуации с ним вместе. Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку. Не запрещайте беспечелляционно. Задавайте вопросы. Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера ребенка, избегайте акцентировать внимание на его слабых сторонах. При обнаружении другими своих слабостей дети чувствуют боль, а напоминание о недостатках может сильно затормозить общение со взрослыми. Исследования показали, что люди, злоупотребляющие одурманивающими препаратами, обычно имеют низкую самооценку. У ребенка, имеющего положительную, высокую самооценку, скорее всего, хватит самоуважения, чтобы отказаться от употребления алкоголя и наркотиков. Он будет сопротивляться давлению окружающих более активно, чем тот, который считает себя «хуже других».

Навыки противостояния давлению сверстников - это такие поступки или действия, которые родители могут воспитать в своем ребенке в целях отказа от употребления табака, алкоголя и наркотиков.

Для воспитания противостояния давлению используйте **пять правил**:

1. Научите ребенка ценить индивидуальность в людях и в себе самом. В подходящий момент попросите ребенка сказать, что делает человека особенным, ни на кого не похожим, уникальным. Спросите, что ребенку нравится в своей собственной индивидуальности, добавьте к описанию больше его хороших черт, которых он сам не назовет.

2. Обсудите вместе ребенком понятие дружбы. Попросите его составить описание настоящего друга: «друг - это ...» и «друг - это не ...». Пока он работает, составьте свое описание. Поговорите, сравнивая, сколько одинаковых характеристик в ваших описаниях и выясните, кто же такой настоящий друг.

3. Помогите ребенку научиться говорить людям «нет». Детям нужна поддержка родителей, чтобы сказать «нет» давлению посторонних взрослых или сверстников. Объясните ребенку, что в некоторых ситуациях абсолютно необходимо настаивать на уважении к себе. Эти ситуации, прежде всего, - предложение табака, алкоголя, наркотиков.

4. Бывают ситуации, провоцирующие давление со стороны сверстников. Вы можете помочь своему ребенку избежать попадания в такие ситуации, введя специальные правила. Например, ваш ребенок не будет бывать дома у своих друзей, если у Вас есть определенные подозрения или Вы не можете связаться с родителями его друга и обсудить интересующие Вас вопросы. Важно, чтобы дети, окружающие вашего ребенка, придерживались здоровых стандартов поведения и поддерживали положительные ценности друг друга.

5. Семейные правила помогают ребенку сравнительно легко сказать «нет» в ситуации давления со стороны сверстников. В каждой семье система ценностей своя. Не существует единых стандартов воспитания, предупреждающих употребление табака и алкоголя. Скорее всего, ваш ребенок будет наблюдать, как семейные ценности влияют на ваше поведение, и перенимать ваши установки и убеждения. Особенно тяжелая ноша ложится на семьи, в которых один из родителей страдает алкоголизмом. Поступки больного алкоголизмом отца и реакция на его болезнь здоровой матери и наоборот формируют опасные для детей в будущем модели поведения.

Несколько правил, которых следует придерживаться в целях облегчения положения ребенка в такой семье: - не пытайтесь скрыть от детей проблему. Дети смогут справиться с ситуацией лучше, если будут твердо знать, что один из родителей болен. Убедитесь в том, что ваши дети понимают, алкоголизм - это заболевание, как рак или диабет. В этом случае они могут возненавидеть болезнь, но продолжать любить больного отца или мать; - узнайте больше информации об алкоголизме сами и передайте ее детям. Понимание, хотя бы частично, избавляет от страха перед заболеванием; - дети часто чувствуют, что являются причиной болезни в целом или очередного запоя в частности. Помогите им понять, что это не так - постарайтесь внести некоторую стабильность и порядок, ритуалы и традиции в жизнь вашей семьи. Здоровому развитию детей способствует постоянство и предсказуемость окружающей среды.

Задача родителей состоит в том, чтобы научить ребенка ориентироваться в любой ситуации и принимать правильные решения. Для этого мы должны сделать все, чтобы он обладал правдивой информацией

Помните, если отношение к наркотикам у ребенка не сформируете вы, то это обязательно сделает кто-то другой (интернет, сверстники, улица). И нет гарантии, что это отношение не окажется губительным.

IV. **СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ: ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ. ЧТО ДЕЛАТЬ?** *(для специалистов, родителей)*

Часто родители задают вопрос: как узнать употребляет ли ребенок наркотик? Ответить на него не так просто, как кажется, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет одурманивающие вещества периодически. Есть признаки, по которым можно заподозрить неладное:

- ; Подросток поздно ложится спать, поздно встает утром с постели;
- ; Проводит больше времени вне дома;
- ; Проявляет чрезмерную говорливость, повышенную активность;
- ; Проявляет вялость, заторможенность, апатию;
- ; Говорит несвязно, заговаривается;
- ; Движения неуклюжие, порывистые;
- ; Стал более скрытен;
- ; Часто агрессивен;
- ; Потерял интерес к учебе, прежним занятиям и друзьям;
- ; Увеличил денежные расходы или стал вытаскивать деньги или ценные вещи из дома;
- ; Проявляет частые перепады в настроении. Несоответствие настроения ситуации: равнодушие в споре или агрессия по пустякам;
- ; Совершает правонарушения;
- ; Начал говорить шепотом или на непонятном Вам сленге со своими знакомыми по телефону или часто уединяются с ними в безлюдных местах;
- ; Завел новых подозрительных друзей или старые друзья стали немного странными;
- ; Наблюдаются изменения размеров зрачков: их увеличение или сужение независимо от освещения;
- ; Появление в доме пузырьков, бутылочек, бумажных трубок, закопченных

Все эти признаки (симптомы) являются достаточно тревожными. Если вы заметили у своего ребенка некоторые из них, попробуйте поговорить с ним. Возможно приобретение экспресс-теста на наркотики в аптеке. Есть монотесты для определения одного вида наркотиков, а также мультитесты, которые дают возможность определить сразу несколько видов наркотических веществ. Для того чтобы провести тест, необходимо собрать свежие образцы мочи в чистый сосуд и охладить до комнатной температуры. Затем в мочу опускают тест полоску на несколько секунд, после чего тест полоску необходимо разместить в горизонтальном положении на несколько минут. Обычно результата приходится ждать около 5 минут. На каждой тест полоске есть зона контроля и зона результата. При появлении окраса зоны результата тест считается положительным. С каждым диагностическим тестом идет инструкция по его использованию и интерпретации результатов. Перед проведением исследования с ней обязательно нужно ознакомиться. Экспресс тесты не являются столь точными, как лабораторные исследование. Ложные результаты могут появляться при нарушении условий хранения тестов, по истечению срока давности полосок, а также при нарушении правил проведения исследования. Ложноположительные результаты возможны при приеме различных медикаментов. При положительном результате пробы, а также в тех случаях, если ребенок честно признал свою зависимость, необходимо сразу обратиться к наркологу. Чем раньше вы обратитесь за помощью, тем больше шансов сохранить жизнь вашего ребенка.

Что делать, если вы обнаружили, что ребенок употребляет наркотики?

Устраивать скандал нет смысла. Уговоры, крики и шантаж не помогут. Поговорите с ребенком, когда он будет в трезвом состоянии. Расскажите ему о своих чувствах и обозначьте свою позицию: «Я люблю и принимаю тебя, но я никогда не приму твое употребление наркотиков!».

Не нужно заниматься самолечением! Обратитесь за помощью к профессионалам. Чем раньше вы это сделаете, тем больше шансов помочь вашему ребенку.

Куда обратиться за помощью?

Наркологическая помощь

Государственное бюджетное учреждение Ростовской области «Наркологический диспансер» (ГБУ РО «Наркологический диспансер»)

344002, г. Ростов-на-Дону, ул. Баумана, 38 (вход с угла пер. Семашко).

www.rostovnarkolog.ru/

Анонимный кабинет психиатра для детей и взрослых

Запись на прием:

1. По телефонам: 8(863) 240-42-57 и 8-903-402-70-24.

2. По E-mail: narkorostov@mail.ru

Территории обслуживания ГБУ РО «Наркологический диспансер»

1. Шахтинский филиал ГБУ РО «Наркологический диспансер»

346500, Ростовская область, г.Шахты, пер. Комиссаровский, 95,

8(8636) 22–25–54

г.Шахты, ул.Прокатная, 2 «Б» – консультация нарколога, лечение (подростковый кабинет), тел. 8 (8636) 22-64-39

Психологическая помощь

г. Ростов-на-Дону

1. Государственное бюджетное учреждение Ростовской области Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

г. Ростов-на-Дону,
344000, ул. Малюгиной, 214; 344019 ул. 13 Линия, 23, ocpprik@rostobr.ru,
8(863) 264-17-92; 251-14-10

2. Муниципальное бюджетное учреждение Советского района г.Ростова-на-Дону «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

344015, г.Ростов-на-Дону, ул. 339 Стрелковой Дивизии, 17/3, psycentersovrnd@bk.ru,
8(863) 225-29-58, 225-07-52

3. Муниципальное бюджетное учреждение города Ростова-на-Дону «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

344038, г.Ростов-на-Дону, ул. Ленина, 44/2, psycenter@list.ru,
8(863) 245-38-84, 245-52-23

г.Шахты

1. «Центр психолого-педагогического сопровождения» структурное подразделение МБОУ ДО г.Шахты ГДДТ

346500, г.Шахты, ул.Советская, 168

тел. 8 (8636) 22-34-52 – консультация психолога по проблемам развития и общения

e-mail: center101@yandex.ru

V. ПАМЯТКА ПЕДАГОГУ

Общие признаки начала употребления психоактивных и наркотических веществ подростками.

(для специалистов, родителей)

- ; Снижение интереса к учебе, к обычным увлечениям.
- ; Появляется отчужденность, эмоционально холодное отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость.
- ; Нередко возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.
- ; Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.
- ; Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения больших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.
- ; Тенденция общаться по преимуществу с подростками, которые заведомо употребляют наркотики и/или другие психоактивные вещества.
- ; Повышенный интерес к детям из обеспеченных семей, назойливое стремление с ними подружиться.
- ; Наличие атрибутов наркотизации: шприцов, игл, небольших пузырьков, блистеров от таблеток, небольших кулекочков из целлофана или фольги, тюбиков клея, пластиковых упаковок от резко пахнущих веществ, наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта.
- ; Изменение аппетита – от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства, периодически тошнота, рвота.
- ; Наличие следов от инъекций в области локтевых сгибов, предплечий, кистей рук, раздражение на коже, слизистых оболочках.
- ; Беспричинное сужение или расширение зрачков.

Решающим признаком употребления подростком психоактивных и наркотических средств является выявление состояния наркотического одурманивания, установленного врачом, в частности, психиатром-наркологом.

Тактичность и осторожность в работе с несовершеннолетним, имеющим наркологические проблемы, являются обязательным правилом, так как необоснованные подозрения в употреблении наркотических веществ могут оказаться психотравмирующим фактором, привести, в свою очередь, к их реальному употреблению.

Если возникли подозрения на то, что подросток употребляет наркотические вещества (психотропные, одурманивающие), то наиболее оправданы следующие действия:

1. Корректно сообщить о своих подозрениях родителям или опекунам подростка.

2. При подозрении на групповое употребление наркотических веществ необходимо провести беседы с родителями всех членов группы. В ряде случаев это целесообразно осуществить в виде собраний с приглашением врача психиатра-нарколога, работника правоохранительных органов.
3. Организовать индивидуальные встречи подростков и их родителей с врачом психиатром-наркологом наркологического кабинета.
4. Предоставить подросткам и их родителям информацию о возможности обследования, оказания психологической и социальной помощи, указать адреса и телефоны.

Если возникли подозрения на то, что обучающийся находится в состоянии опьянения в связи с употреблением наркотических средств (психотропных, одурманивающих веществ):

1. Срочно вызвать медицинского работника образовательной организации. Медработник должен оценить общее состояние несовершеннолетнего и зафиксировать данные осмотра в медицинской карте.
2. Если общее состояние обучающегося оценивается как состояние острого наркотического опьянения – вызвать бригаду скорой помощи.
3. Проинформировать о случившемся администрацию образовательной организации.
4. Известить родителей подростка или лиц, их заменяющих, о случившемся.
5. Нецелесообразно проведение немедленного разбирательства о причинах и обстоятельствах употребления токсических веществ.
6. В случае подтверждения факта потребления, совместно с должностными лицами образовательной организации незамедлительно уведомить о чрезвычайном происшествии правоохранительные органы, в течение 12 часов – муниципальную комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав (в соответствии с Порядком межведомственного взаимодействия при возникновении чрезвычайных происшествий с несовершеннолетними на территории Ростовской области (утвержден решением областной межведомственной комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав от 03.03.2014 № 1/2014).

Алгоритм действий при выявлении несовершеннолетнего, находящегося в состоянии острого отравления наркотическими веществами (психотропными, одурманивающими):

Признаками острого отравления являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на раздражители, рвота.

При остром отравлении важно вовремя оказать первую помощь и вызвать скорую медицинскую помощь.

Этапы оказания первой помощи при отравлении наркотическими средствами (психотропными, одурманивающими веществами):

1. Вызвать скорую медицинскую помощь.
2. Уложить пострадавшего с приподнятой верхней половиной туловища и повернутой на бок головой.
3. Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.

4. Тщательно осмотреть состояния кожных покровов.
5. Следить за характером дыхания до прибытия врача.
6. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 раз в 1 минуту – искусственное дыхание «изо рта в рот».