

Если ребенок употребляет наркотики (советы родителям)

*(информационный материал подготовлен специалистами
ОГКУ «Центр профилактики наркомании»)*

1. Независимо от ситуации ведите себя достойно.

Вы – взрослый человек и при возникновении беды не имеете права на панику или истерику. Вы не имеете права кричать, бить молодого человека по щекам и каждые две минуты пить валокордин или успокоительные таблетки. Поймите, что беда, которая стряслась в вашей семье, поправима, если вы сможете отнестись к ней так же, как вы относились к другим вашим бедам: спокойно и взвешенно.

2. Вам придется изменить отношение к своему ребенку.

Первое, что вам необходимо срочно сделать, – это понять, что ваш ребенок – взрослый человек и что он сам, по своей собственной глупости и самонадеянности, начал принимать наркотики, прекрасно зная, что это опасно. С точки зрения вашего поведения, это обозначает, что за принятое им решение и его последствия отвечает он сам.

Первый раз, попробовав наркотик, он не посоветовался с вами, а стало быть, предал вас и то, чему вы его учили. Вы должны отстраниться и посмотреть на своего ребенка со стороны. День, когда вы узнали, что он принимает наркотики, должен стать последним днем вашего безграничного доверия и опеки.

Во всех учебниках наркологии мира, во всех руководствах для родителей ваш первый шаг называется – лишение опеки. Еще раз нам хочется повторить, что главным принципом вашего отношения к сыну или дочери в этой ситуации должна быть фраза: «Ты сам принял решение употреблять наркотики, теперь за все последствия ты отвечаешь сам». Мы должны учить людей быть ответственными за свою жизнь. Если они достаточно взрослые для того, чтобы употреблять наркотики, то они должны быть достаточно взрослыми, чтобы принять последствия их употребления. Если мы с этой, взрослой, позиции общаемся с ними, то эффекта получается гораздо больше.

С этого момента ваш сын или дочь не должны получать ничего из того, что они привычно получают от вас: никаких денег на расходы, никакой одежды и денег на нее, никакой оплаты отдыха, никакого финансирования ухода за девушкой и, если у молодого человека уже есть своя семья, никакой материальной помощи его семье. Очень многие молодые люди привыкли, что ваши деньги – это их деньги. Немедленно дайте понять, что это не так.

3. Никогда не поддавайтесь на шантаж.

А шантажа в вашей жизни возникнет много: «Если вы купите мне «мерседес», то мне будет чем заняться, и я брошу колоться», «Если ты не

дашь мне пятьсот долларов, и я не отдам долги, то меня убьют». На все эти «если... то» может следовать один спокойный ответ: «Нет».

4. Не занудствуйте.

Подросток, а наркоман даже старше 20 лет по своим душевным качествам все равно остается мальчишкой, всегда все делает наоборот. Поэтому бесконечные многочасовые разговоры о наркотиках, обвинения, нравоучительные беседы абсолютно бесполезны и могут дать только обратный эффект.

5. Поменьше говорите, побольше делайте.

Молодой человек давно привык, что вы грозите, обещаете «сдать» его в больницу принудительно, «засадить всех его друзей за решетку», «лишить его денежного довольствия». Он не слышит 80% содержания ваших нравоучительных бесед.

Это происходит потому, что из всех своих угроз вы не выполняете ни одной. После каждого вашего возмущенного монолога он радостно дает обещания. Причем обещает все, что угодно, но при этом даже и не собирается эти обещания выполнять. Наркоман никогда не будет верить вашим угрозам. Он считает вас своей собственностью и не ждет от вас никаких решительных поступков. Зато если вы найдете в себе силы и исполните то, чем грозили, он сразу станет гораздо более управляемым.

6. Разрешите вашему ребёнку прекратить приём наркотиков самостоятельно.

Если ваш ребенок впервые признался вам, что он употребляет наркотики, но категорически отказывается идти к специалисту, то разрешите ему попробовать бороться с зависимостью самому. Вы должны понимать, что это практически невозможно. Дайте возможность ребенку убедиться в этом самому. Вы же можете позвонить по одному из телефонов доверия, и посоветоваться с компетентным специалистом о том, как вы можете помочь ребенку в такой ситуации.

7. Помогите ребёнку найти центр социальной реабилитации.

Это единственное одолжение, которое вы должны ему сделать. Самому идти в реабилитационный центр «сдаваться» бывает страшно и стыдно. Вам следует поддержать решение обратиться в центр и присутствовать в качестве моральной поддержки на первом собеседовании. Ваш же собственный опыт поможет разобраться в вопросах доверия и недоверия к тому или иному учреждению.

Более того, следование всем нашим предыдущим советам должно иметь своей целью визит к специалисту, работнику центра – человеку, который видит вашу семейную ситуацию со стороны, и поэтому всегда

сможет дать конкретные рекомендации по вашему поведению, вместо тех общих, которые приводим мы.

Если вы доверяете специалисту, с которым начали общаться, старайтесь продлить свое общение с ним на долгий срок. Ведь пройдет несколько лет, прежде чем вы перестанете нуждаться в его советах.

8. Доверие ребёнку должно быть возвращено, как только он прекратил употребление наркотиков.

Если ваш ребенок не употребляет больше наркотики, в семье должно быть прекращено обсуждение этой проблемы. Вы можете говорить о чем угодно: о работе, учебе, личной жизни, но вспоминать каждые две минуты былые грехи вашего сына или дочери вы не имеете права. Разговор о наркотиках может возникать только по инициативе самого юноши, который хочет с вами что-то обсудить. Помните, любое, даже отрицательное упоминание о наркотики вызывает воспоминание о нем. А занудство на эту тему может вызвать обострение желания принять наркотик.

9. Не набрасывайтесь на ребёнка сразу, если вам показалось, что он после перерыва вновь начал употреблять наркотики.

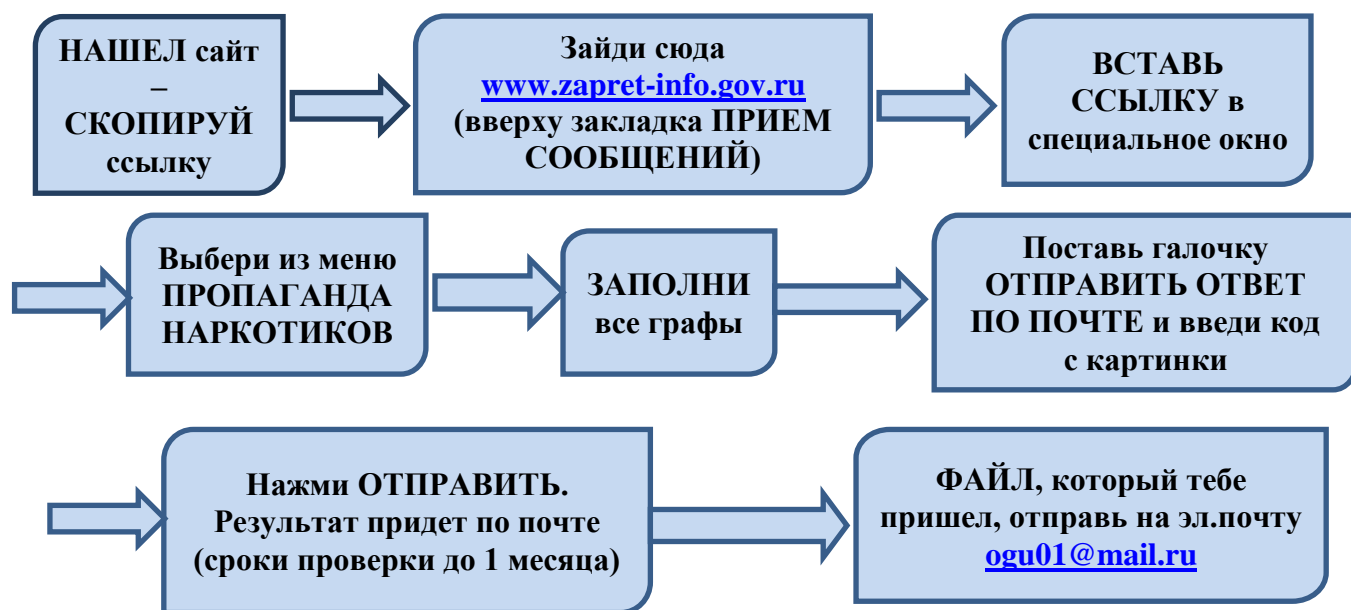
Сначала вы должны успокоиться и, помня, что у бывшего наркомана бывают очень похожие на прием наркотиков симптомы, понаблюдать за ним несколько дней. Созвонитесь за это время с работниками центра, организуйте дополнительную встречу его с вашим ребенком и послушайте его мнение. Ваши обвинения должны иметь под собой очень серьезные основания. Если вы считаете, что ребенок возобновил прием наркотиков, вместо длительного выяснения отношений предложите ему сдать кровь на экспертизу. Часто одно предложение поехать на экспертизу вызывает прекращение лжи.

10. Будьте осторожны с наркологическими препаратами и с советами друзей.

Помните, любые психиатрические лекарства, анальгетики и уж тем более широко рекламируемые сейчас препараты-антагонисты опиоя – это палка в двух концах. Ни в коем случае нельзя идти на поводу у собственного ребенка и покупать ему лекарства, которые помогают Васе и Пете избавиться от «ломок». Таким способом можно окончательно искалечить и без того истощенную нервную систему наркомана.

Возможно, эти советы покажутся вам трудно выполнимыми. И это понятно – сложно не поддаваться панике, столкнувшись со столь серьезной проблемой, как наркомания. Точно так же сложно быть жестким и непреклонным по отношению к своему непутевому ребенку, которого вы очень любите и в глубине души жалеете. Но, уверяем, если вы будете следовать им и оставаться верными избранному пути – успех будет вам сопутствовать.

**КАЖДЫЙ может блокировать
при помощи ресурсов Роскомнадзора запрещенную информацию,
содержащую пропаганду наркотических средств:**



Если Вы **ЗАМЕТИЛИ НА ФАСАДАХ** зданий, проезжих и пешеходных частях и иных конструкциях размещенную рекламу наркотических средств, то отправьте адрес и фотографию надписи, содержащей рекламу наркотических средств («спайс», соль, миx, зухра, «есть все» и т.д.), на эл. адрес ogu01@mail.ru.

Если Вам стали известны **НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ, МЕСТА РАСПРОСТРАНЕНИЯ** наркотических средств, **СООБЩИТЕ ОБ ЭТОМ**, позвонив на телефон доверия в службу круглосуточного телефона доверия **8-800-350-00-95**.