

Школа для детей
Воспитательная служба ГБОУ СОШ № 318

«Что делать при подозрении, что ваш ребенок употребляет наркотики»

Выпуск № 53

Вы стремитесь быть успешными родителями, и желаете своим детям только лучшее. Вы испытываете тревогу и беспокойство за будущее и настоящее своего ребенка. Это – здоровые эмоции, они заставляют действовать, своевременно прояснять то, что Вас беспокоит. Особенно, когда речь идет о заболевании наркоманией, а любую болезнь легче предупредить, чем лечить.

Понаблюдайте за своим ребенком. Если Ваш сын или дочь:

- проводит много времени с людьми, не вызывающими у Вас доверия,
- изменил привычки и одежду, в соответствии с какой-либо группировкой или течением подростков,
- теряет интерес к прежним увлечениям (хобби, спорту), не приобретая других,
- стал более скрытным и не общается с Вами, как раньше,
- тратит много денег неизвестно на что,
- чрезмерно эмоционален – либо очень счастливый, веселый, либо подавленный, злой, враждебный,
- Вы несколько раз поймали его на лжи, хотя раньше он был честен с Вами,
- появляются проблемы в школе или в училище: пропуски занятий, апатия к учебе, беспричинные невыполнения домашних заданий,
- изменился физически (внезапная прибавка или потеря веса, потеря аппетита, бледность, потливость, хроническая усталость, нарушение сна, беспричинное слезотечение, частый насморк, кашель, боли в горле)

- внешне Вы можете заметить: расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, сухие, потрескавшиеся губы, нарушение координации движений (пошатывание или спотыкание, запах от одежды)



Если Вы заметили все это, то Вам стоит задуматься, и поговорить со своим ребенком.

Последовательность действий родителей при подозрении на потребление наркотиков ребёнком

Предположение, что ребёнок потребляет наркотики, вызывает у родителей сильные отрицательные эмоции (чувство вины, страх, беспомощность), влекущие за собой необдуманные, нежелательные действия, которые могут только усугубить ситуацию. Например, родители могут выслеживают, подслушивают, обыскивают карманы, нотации, запрещают выходить из дома и др.

Что делать при подозрении, что ребенок употребляет наркотики

1. Не впадать в панику. Понаблюдайте внимательно за ребенком и не демонстрируйте чрезмерного волнения.
2. Постарайтесь тактично поговорить с ребенком, обсудить имеющиеся у вас факты. О своих подозрениях скажите такими словами: «Мне кажется, что ты принимаешь наркотики». Только не пытайтесь начинать разговор в тот момент, когда ребенок

ещё находится под воздействием наркотика, – это бессмысленно. Дождитесь, когда он полностью придёт в себя. Не стоит кричать на ребенка, бить, угрожать. Так вы получите только скрытность и недоверие.

3. Для установления фактов употребления наркотика можно воспользоваться экспресс-тестами. Эти тесты позволяют в домашних условиях выявить содержание наркотических веществ в организме человека, их можно купить в аптеке. Существуют тесты для одновременного выявления трех и более групп наркотиков. Экспресс-тесты можно приобрести в обычных аптеках.
4. Не пытайтесь контролировать употребление, запирать ребёнка на ключ, отсылать его в другой город – это обычно не приносит желаемого результата. Представьте себе, как бы Вы себя вели, заболей Ваш ребёнок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придёт в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже.
5. Уделяйте больше времени и внимания ребенку, старайтесь больше слушать его, проявив поддержку и заботу, предложите ему помощь.
6. Сохраните доверие ребёнка к себе. Поговорите со своим ребёнком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет Вас и ребёнка друг от друга. У подростков достаточно сильно желание к общению, стремление быть выслушанным.
7. Постарайтесь понять, что не в Ваших силах сию минуту всё изменить. Самое сложное – признать, что ваш ребёнок всё равно будет делать то, что считает нужным. Но при этом он должен знать, что ответственность за свой образ жизни (и за последствия своей болезни) он несёт самостоятельно. Вы можете сказать ему, что не одобряете этот выбор, и сделать всё, чтобы он имел полную информацию о том, что его ждёт в будущем, какие необратимые процессы будут происходить в организме, если отказаться от лечения.

При подозрениях, выявленных фактах употребления наркотических или других психоактивных веществ, не медлите, обращайтесь за помощью к специалистам:

Наркологический кабинет Фрунзенского района расположен по адресу: ул. Самойловой 28/11. Телефон: +7-812-490-45-48. Режим работы: пн-пт 09:00-20:00; сб, вс- выходной.

Телефон доверия наркологической службы: +7-812-714-42-10.

Официальный сайт: https://nhosp.ru/