

## В ЗОНЕ РИСКА КАЖДЫЙ ПОДРОСТОК

Злоупотребление наркотиками, алкоголем и др. психоактивными веществами (ПАВ) является в настоящее время одной и острейших глобальных проблем. В России на протяжении последнего десятилетия отмечается резкий рост наркомании. Большинство потребителей наркотиков – молодежь и подростки. При этом следует подчеркнуть, что часто употребление психоактивных веществ несовершеннолетними является симптомом жизненно-личностного или социального (семейного) неблагополучия. Так ли это на самом деле? Может ли обычный подросток из обычной семьи начать пробовать наркотические вещества?

Прежде всего, стоит попытаться определить, принадлежит ли он к группе риска. Впрочем, прогноз неутешительный: к группе риска относятся почти все подростки. Такой у них возраст, возраст поиска друзей, своей компании, период экспериментов.

Часто причинами начала употребления алкоголя и наркотических веществ являются социально - психологические сложности подросткового возраста. В этом возрасте дети очень любознательны, активно "познают мир", в то же время они ещё очень доверчивы, полны ощущения собственной неуязвимости. Из-за этих особенностей они нередко могут попадать, в опасные для жизни ситуации.

При раннем столкновении несовершеннолетних с психоактивными веществами у них катастрофически быстро формируется установка на дальнейшую наркотизацию («травка - не наркотик», «пиво не приносит вреда здоровью» и т.д.) и одновременно останавливается личностный рост, разрушаются ценностные ориентации, нарушаются семейные отношения. Подростки разрывают отношения с близкими друзьями, положительными сверстниками, в связи, с чем появляется реальная угроза оказаться в социальной изоляции или быть поглощёнными криминальными группировками. Впоследствии наркозависимым сложно создать благополучную семью, родить здоровых детей. В целом жизненная ситуация, в которой находится несовершеннолетний, также становится безысходной, поскольку болезнь практически прекращает социальный прогресс человека, уровень его образования низок, затрудняется профессиональная ориентация и овладение специальностью, появляются эпизоды криминального поведения и проблемы с законом.

Употребление психоактивных веществ подростками растёт и уже превратилось из феномена в эпидемию. Большинство употребляют не одно, а несколько наркотических веществ. Подобная ситуация обуславливает необходимость не только усиления мер, направленных на предупреждение распространения наркотических веществ, но и разработки программ по профилактике употребления психоактивных веществ.

Есть такой понятие «Государственная антинаркотическая политика»– это система стратегических приоритетов и мер, направленная на предупреждение,

выявление и пресечение незаконного оборота наркотиков и их прекурсоров, профилактику немедицинского потребления наркотиков, лечение и реабилитацию больных наркоманией.

Следуя этой политике, исходя из важности вопроса Правительством Свердловской области принято решение о проведении массового тестирования обучающихся в общеобразовательных учреждениях на наличие употребления психоактивных веществ (постановление правительства Свердловской области от 23.06.2010 г. №956-ПП). Эта мера является адекватной велению времени.

Нормативно-правовое основание для организации и проведения тестирования

1. Федеральный закон от 08.01.1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
2. Областной закон от 19.12.1997 г. № 78-ОЗ «О профилактике наркомании и токсикомании на территории Свердловской области» с изменениями и дополнениями.
3. Закон Свердловской области от 28.11.2001 № 58-03 «О профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Свердловской области» с изменениями и дополнениями.
4. Решение антинаркотической комиссии Свердловской области № 4 от 14.12.2009 г., решения Президиума Правительства Свердловской области от 28.12.2009 г. № 14 п. 2
5. Постановление Правительства Свердловской области от 12.04.2010 г. № 598-ПП «Об организации тестирования обучающихся в ОУ Свердловской области на выявление фактов употребления ПАВ».
6. Приказ Министерства здравоохранения Свердловской области от 30.04.2010 г. № 405-ПП «О проведении тестирования обучающихся ОУ Свердловской области на выявление фактов употребления ПАВ».
7. Постановление Правительства Свердловской области от 23.06.2010 г. 956-ПП «О проведении тестирования обучающихся в ОУ и учреждениях начального и среднего профессионального образования Свердловской области на наличие ПАВ».
8. Совместный приказ МО и ПО СО от 18.08.2010 г. и МЗ СО «О проведении тестирования обучающихся ОУ СО на выявление фактов употребления ПАВ».
9. Постановление Администрации Режевского городского округа от 19.09.2013 №1720
10. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Массовое тестирование подростков проходит на протяжении уже нескольких лет во многих областях Российской Федерации - положительный результат налицо: снижается процент несовершеннолетних, употребляющих

психоактивные вещества. Знание о том, что в любой момент ты будешь подвержен анализу, останавливает несовершеннолетних от употребления психоактивных веществ.

Вы можете сказать «А как же свобода личности в распоряжении собственной судьбой?» В ответ могу сказать", что права на безопасность не потребляющих наркотики граждан, их детей тоже нуждаются в защите.

Многие родители не хотят учитывать тот факт, что не всегда они знают, с кем общается их ребёнок и что его интересует, Одни думают, что их дети ещё недостаточно взрослые, чтобы пробовать наркотики, другие уверены, что их детей эта проблема не коснется. Но независимо от этого каждый родитель ищет путь защиты своего ребёнка от наркотика. И первым шагом должно стать точное и достоверное знание, а не является ли уже ребенок «случайным потребителем наркотика». Что, если тестирование, поможет родителю получить это знание и уберечь сына или дочь от дальнейших бед?

Тестирование проводится в отношении лиц с 13 до 18 лет (7-11 классы).

Основная цель тестирования – предупреждение распространения употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях

Основные задачи:

- выявление обучающихся образовательных учреждений, имеющих факты употребления психоактивных веществ;
- оценка реальных масштабов вовлечения обучающихся образовательных учреждений в употребление психоактивных веществ.

Тестирование проводится медицинскими работниками государственного учреждения здравоохранения Свердловской области. Информация о результатах тестирования предоставляется обучающимся, прошедшим тестирование, старше 15 лет. Обучающимся до 15 лет информация о результатах тестирования предоставляется родителям или законным представителям. Обучающимся, попавшим по результатам тестирования в группу риска, выдается направление на консультацию к врачу психиатру-наркологу по месту жительства.

Вы, безусловно, – самый близкий и значимый для ребенка человек.

Вы стремитесь быть успешным родителем.

Вы испытываете тревогу и беспокойство за будущее и настоящее своего ребенка.

Это – здоровые эмоции, они заставляют действовать, своевременно прояснять то, что Вас беспокоит.

Сегодня вашему ребенку могут предложить наркотики в любом учебном заведении, во дворе и на дискотеке. До 60 процентов школьников сообщают, что подвергаются давлению со стороны сверстников, побуждающих их принимать алкоголь или наркотики. Вокруг слишком много наркотиков, чтобы успокаивать себя соображениями вроде: «С моим ребенком такого случиться не может».

Тестирование проводится методом иммунохроматографической диагностики (экспресс-тест) – это современный, надежный и эффективный инструмент для ответа на вопрос: употреблял ли человек наркотические вещества (особенно для выявления факта употребления клубных наркотиков и сформировавшейся физической зависимости) на протяжении последних 5 суток.

### Зачем нужен экспресс-тест?

- Может снять необоснованные подозрения в употреблении наркотиков, основанные на изменении поведения подростка (скрытность, напряженность в отношениях с родителями, агрессивность, снижение успеваемости и т.д.).
- Поможет не упустить период «подсаживания» на иглу или «пробования» наркотиков.
- Может стать началом серьезного разговора родителей и молодого человека о последствиях употребления наркотиков и о том, кому выгодно формировать у него такие привычки.
- Даст шанс предотвратить развитие наркотической зависимости на ранней стадии употребления наркотиков.
- Простота и удобство – самодиагностика с помощью тестов позволяет получить результат дома; не требует дорогостоящего оборудования и специальных навыков.
- Надежность – достоверность тестов достигает 92–99,8%, при этом каждый диагностический тест имеет встроенный внутренний контроль, позволяющий убедиться в том, что процедура тестирования проведена правильно.
- Объективность – никто не заинтересован в обнаружении несуществующей болезни.
- Экономичность – экономия времени на проведение обследования.
- Анонимность – это особенно важно при выявлении фактов употребления наркотиков.
- Своевременность – результат можно получить за считанные минуты (15 минут) и в зависимости от него решать, предпринимать какие-то меры или, благополучно развеяв сомнения, продолжать вести обычную жизнь.

Для проведения тестирования будет использован набор иммунохроматографических полосок для одновременного выявления 5 наркотических соединений (опиидов, канабиноидов, амфетаминов,

метамфетаминов, кокаина) в слюне (если наркотик не выявлен, то в тестовой зоне появляются 2 полоски, если наркотик выявлен, то – 1 полоска).

Тестирование поможет выявить:

- физическую зависимость у лиц, употребляющих наркотики или иные ПАВ;
- эпизодический характер употребления наркотиков;
- формирующуюся психическую зависимость.

Вы все это знаете... Теперь главное – принять правильное решение:

Нужно ли тестирование Вам, Вашей семье?

ДА

- если Вы заподозрили потребление Вашим ребенком наркотиков,
- если замечаете, что его поведение меняется;
- утрата старых друзей, отказ познакомиться Вас с новыми;
- сужение круга интересов, потеря интереса к бывшим увлечениям, хобби и пр.;
- нарушение памяти, неспособность логически мыслить, резкое снижение успеваемости;
- резкие перемены в характере, чрезмерная эмоциональность, не обусловленная реальной обстановкой. Настроение колеблется: от безудержного веселья до депрессии;
- непривычная раздражительность и агрессия;
- замкнутость: ребенка перестают интересовать события в семье, в классе;
- сокрытие от Вас мест, которые он посещает, того, с кем и чем планирует заниматься, и пр.;
- телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами;
- стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола, шкапулки и пр.;
- нарушение сна: бессонница или настолько крепкий сон, что не представляется никакой возможности его разбудить или сделать это намного труднее, чем было раньше;
- необъяснимое повышение аппетита или, наоборот, беспричинная потеря его, частые простудные заболевания;
- долгое (вплоть до нескольких суток) отсутствие дома;
- нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя изо рта;

- специфический запах от одежды (например, смесь хвои с табаком);
- незнакомые таблетки, порошки и пр. (не из домашней аптечки) в комнате, среди личных вещей;
- неожиданное покраснение глаз, зрачки неестественно сужены или расширены, коричневый налет на языке;
- необъяснимые «потери» денег и пропажа вещей из дома.

Что делать, если вы заподозрили неладное?

Не дайте себя убедить в том, что Ваши опасения беспочвенны! Недели могут решить судьбу Вашего ребенка!

Не теряйте времени!

Результаты тестирования получены, что делать?

### **При отрицательном результате**

Вы испытаете радость, что тест дал отрицательный результат.

Что бы навсегда сохранить веру в ребенка и себя:

1. Сами живите яркой, наполненной, здоровой жизнью!

Ребенок – это зеркало, отражающее своих родителей. Мы воспитываем ребенка собой – не своими советами, нравочениями, нотациями, а своим поведением, своей повседневной жизнью. Согласно данным опросов, наиболее частым мотивом употребления наркотиков является «неудовлетворенность жизнью и желанием отвлечься от нее».

2. Будьте вместе со своим ребенком!

Старайтесь проводить с ним как можно больше времени, делайте все вместе с ним: рисуйте, ходите в театр, делайте домашнюю работу, занимайтесь спортом, обсуждайте прочитанные книги. Будьте в курсе его школьной жизни, приглашайте к себе домой его друзей. Не контролируйте его, а живите с ним одной жизнью.

3. Любите своего ребенка и принимайте его таким, какой он есть!

К употреблению наркотиков наиболее склонны подростки с низкой психоэмоциональной устойчивостью, склонные неадекватно реагировать на стресс, не умеющие найти выход из психотравмирующей ситуации, имеющие высокий уровень притязаний и низкую самооценку. Почаще хвалите своих детей, обнимайте, говорите, что вы их любите. Критикуйте

и оценивайте не его личность, а отдельные поступки. Не скупитесь на улыбки и поощряйте даже малейшие достижения.

4. Не опоздайте! Вовремя дайте ребенку всю необходимую информацию.

Научите его отвечать решительным отказом на предложение попробовать наркотики. Эксперименты детей с психоактивными веществами начинаются уже с 3–4 класса. Ваша информация должна опередить негативное влияние наркоманов, их рекламу «самого крутого и модного кайфа». Не оставьте вашего ребенка безоружным!

Результаты тестирования получены, что делать?

### **При положительном результате**

Вы испытываете:

- чувство вины за ребенка («Где упустили? В чем наша ошибка?»);
- гнев на себя и ребенка и бессилие изменить то, что уже свершилось? («А что я теперь могу сделать?»);
- стыд и недоверие к окружающим («Вы меня не понимаете... у Вас ведь нет ребенка-наркомана...»);
- страх быть отвергнутым родственниками, друзьями.

Помните!

Полученный результат – отправная точка для построения нового образа жизни

Вас как ответственного родителя, готового помочь Вашему любимому ребенку справиться с его проблемами.

1. Лучшая защита – это нападение.

Лучшее средство уберечь вашего ребенка от наркотиков – совместное участие в профилактической работе. Социально-психологические тренинги, ролевые игры, основанные на стратегиях сопротивления социальному давлению и пр., в два раза снижают уровень употребления наркотиков.

2. Не боритесь в одиночку. Объединяйтесь с теми, кто заинтересован в решении этой проблемы.

Наркобизнес – один из самых прибыльных видов бизнеса. Громадная всемирная сеть хорошо организованных людей получает бешеные деньги,

распространяя эту страшную болезнь. Борьба с этим в одиночку – бессмысленно.

3. Диагностика с применением тестов – это лишь первый шаг, после которого в случае установления фактов употребления наркотика обязательно нужно обратиться к врачу-наркологу, психологу.

### **Помните!**

**Без вашего активного участия в ситуации Вашего ребенка к лучшему ничего не изменится. Эта проблема очень трудна, но разрешима.**

Как реагировать, если ваш ребенок подтвердил, что употребляет наркотики?

1. Будьте спокойны, держите себя в руках, ведь для вашего ребенка было очень сложно рассказать вам о том, что он принимает наркотики, и он, в свою очередь, ждет от вас поддержки и помощи, а вовсе не нервного срыва.
2. Поблагодарите ребенка за доверие и честность и четко обозначьте свою позицию: я люблю и принимаю тебя, но я не принимаю употребление наркотиков.
3. Постарайтесь узнать, как долго, что именно и в каких количествах ребенок употребляет, что он получает от употребления, но помните, это не допрос, а беседа, будьте тверды, но внимательны к чувствам ребенка.
4. После беседы позвоните на телефон горячей линии, опишите ситуацию и выслушайте все рекомендации.
5. Пройдите обследование.

### **Помните!**

Определить, сформировалась зависимость или нет, может только специалист.

Не делайте скоропостижных выводов и не отчаивайтесь.

Вы все это знаете... Теперь главное – понять.

Прочитайте еще раз.

Научите ребенка говорить «нет» наркотикам!

Сказать «нет» – это целая наука, которую, кстати, не всегда до конца постигают даже взрослые люди.

Объясните ребенку, что, отказывая, важно смотреть собеседнику в глаза. Его голос должен быть твердым и уверенным. Он имеет право принимать решения, говорить «нет» и не чувствовать себя виноватым – просто помогите ему это осознать.

Некоторые примеры или сценарии отказа:

1. «Нет, я не употребляю наркотики». Это ответ, который не требует объяснения, и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.

2. «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку». Рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это так же не вызовет у них особых опасений – они убедятся, что это не их жертва и очень быстро потеряют интерес.

3. На вопрос «Тебе слабо?» можно ответить так: «Мне слабо сидеть на игле всю оставшуюся жизнь».

4. «Спасибо, нет. Это не в моем стиле»

5. «Отстань!»

6. «Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже сказал(а) «НЕТ»?»

7. «Наркотики меня не интересуют».

8. Если собеседник начинает подтрунивать над отказом, нужно поддержать «шутливую» форму разговора.

9. Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что всегда можно просто уйти.