

**ПРАВОВОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ
ГРАЖДАН В ОБЛАСТИ
ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ
НАРКОМАНИИ**

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ РЕБЕНКОМ.

Последовательность действий педагога и администрации учебного заведения при подозрении на употребление подростками наркотиков (основные правила):

(1) Ваша первоначальная задача – помочь подростку стать более искренним перед самим собой, помочь понять пагубность привыкания к токсическим веществам, формировать сознательную самооценку, целостность. Нельзя поощрять самодеструктивное поведение и отношение к себе.

(2) Ваша помощь должна быть предложена, но не форсирована. Подросток не примет Вашу помощь, будет оправданно подозрителен, пока между Вами не установится доверие.

(3) Не говорите случайным людям о заболевании подростка, поскольку эта информация может быть использована против него. Разглашение информации абсолютно разрушает доверие и нарушает конфиденциальность.

(4) Надо точно знать и представлять, какого рода помощь Вы можете оказать. Поэтому Вы должны верно ориентироваться в том, какова компетенция в этом вопросе правоохранительных органов, в чем заключается содержание работы с подростком в наркологическом диспансере, какие учреждения оказывают помощь наркоманам, где они расположены.

(5) Вы должны знать, какова ситуация в семье подростка, можно ли рассчитывать на помощь родителей, каково его окружение по месту жительства.

Если у Вас возникли подозрения, что подросток употребляет наркотические вещества, или Вы уже имеете серьезные основания для беспокойства, то наиболее оправданы следующие действия:

(1) Предельно тактично сообщить родителям или опекунам подростка.

(2) Организовать индивидуальные встречи подростков и их родителей со специалистом-наркологом;

(3) Дать подросткам и их родителям информацию о возможности анонимного обследования и лечения, указать адреса и телефоны организаций, работающих в этом режиме.

Категорически нельзя: указывать на источник Вашего подозрения, вести разговор с подростком при посторонних, задавать прямые вопросы, способные спровоцировать ложь («Ты наркоман?», «Ты колешься?»).

Состояние наркотического опьянения устанавливается только специальной наркологической экспертизой, на которую подросток может быть направлен сотрудниками правоохранительных органов.

Предположение, что ребенок потребляет наркотики, вызывает у родителей сильные отрицательные эмоции, за которыми нередко следуют скоропалительные, необузданные действия, которые могут только усугубить ситуацию.

Прислушайтесь к советам специалиста:

(1) Сохраняйте спокойствие и достоинство:

Найдите в себе силы для решения ситуации. Не нужно впадать в панику, Вы не имеете на это права. Криком на ребенка, битьем, угрозами Вы ничего не добьетесь. Беда, которая стала горем для Вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если Вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как Вы раньше относились к другим неприятностям.

(2) Разберитесь в ситуации:

Даже в том случае, когда Вам точно известно, что ребенок употребляет наркотики, это отнюдь не означает, что он обязательно станет зависимым от наркотиков и через непродолжительное время погибнет. Формирование зависимости от наркотиков происходит достаточно быстро, но все же на это требуется время. Нельзя не учитывать, что подростка могли уговорить «только попробовать» наркотик или дали его обманным путем вместо чего-то другого (например, лекарства, витамина и т.п.), вынудили принять его под давлением или в состоянии алкогольного опьянения. Не спешите с категоричными выводами. Бывают случаи, что первое знакомство с наркотиком становится последним. Постарайтесь определиться, сумеете ли Вы сами справиться с ситуацией или же необходимо обратиться за помощью к специалистам.

(3) Сохраните доверие ребенка к себе.

Поговорите со своим ребенком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет Вас и ребенка друг от друга. Нормальное общение всегда включает в себя

способность не только слушать, но и слышать. Оно поможет Вам лучше понять своего ребенка, узнать его взгляды и чувства. У подростков достаточно сильно желание к общению, стремление быть выслушанным. Очень ценным для сохранения доверия может быть разговор-воспоминание о Вашем детстве, юности, о совершенных в прошлом ошибках, о Вашем собственном опыте употребления алкоголя, неудачного самолечения психических травм. Возможно, в таком разговоре удастся выявить общность Ваших прошлых и стоящих сегодня перед ребенком проблем. Вполне возможно, что ребенок употребляет наркотики, чтобы самоутвердиться, пережить жизненную драму.

(4) Узнайте как можно больше сведений о действиях, последствиях различных наркотических веществ.

Обладая этими сведениями, будьте внимательны, не обнаруживаете ли Вы признаки, указывающие на то, что Ваш ребенок употребляет наркотики. Если Ваши предположения подтвердились, не притворяйтесь, что все в порядке.

(5) Измените свое отношение к ребенку.

Случившееся должно заставить «Вас понять, что Ваш ребенок - уже взрослый человек, который по своей глупости и самонадеянности начал принимать наркотики, зная, что это крайне опасно. После этого ребенок не должен получать от Вас никаких денег на карманные расходы. Дети часто считают родительские деньги своими собственными. Дайте понять, что это не так.

(6) Не позволяйте собой манипулировать.

Будьте готовы встретить сопротивление со стороны ребенка, его раздражение, попытки Вами манипулировать. Такие попытки шантажа могут быть предприняты неоднократно, обычно для получения денег. В случае отказа ребенок может заявить, что если он не получит денег, то его убьют за долги, или он покончит с собой. Подобные заявления должны встречать только спокойный и решительный ответ «нет». К шантажу могут присоединиться демонстративные попытки покончить с собой, чтобы Вы своевременно его спасли и исполнили желание подростка. Введение ограничений в конце концов поможет подростку убедиться в том, что он Вам небезразличен. А Вы не забудьте подчеркнуть, что действуете так, любя и тревожась за него, и поступаете так в его интересах.

(7) Не исправляйте за ребенка его ошибки.

Заглаживая ошибки своего ребенка, родители усиливают его склонность к продолжению потребления наркотиков. Получается, что за свое поведение подросток получает двойное вознаграждение: сначала в виде «химического счастья» от наркотика, а потом и ликвидацию всех неприятных последствий. Подобная родительская забота оборачивается «медвежьей услугой»: ребенок не сталкивается с последствиями своего поведения и не делает выводов, становится безответственным и непригодным к жизни в обществе.

(8) Меньше говорите, больше делайте.

Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания «посадить» ребенка, «сдать» его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению. Он их просто не слушает или делает вид, что слушает, на самом деле практически не слыша ни единого Вашего слова. Такое отношение к Вашим словам формируется у ребенка потому, что Вы не выполняете ни одно из своих «страшных» обещаний. Поэтому, выслушав Ваши очередные угрозы, он легко дает обещание исправиться, стать «нормальным» человеком. Обещать он будет все, что угодно, так как не собирается ничего выполнять. Он давно перестал верить в реальность Ваших угроз. Ребенок считает Вас своей собственностью, поэтому не ждет от Вас никаких конкретных действий. Но в том случае, когда Вы выполните то, что обещали, он станет гораздо более управляемым и послушным.

(9) Приложите усилия, чтобы привлечь ребенка к лечению.

Необходимо собрать, например, у психиатра-нарколога вместе всех людей, которые значимы для пациента и обеспокоены его наркотизацией. Этим лицам специалист может помочь составить письменные отчеты о потреблении им наркотиков, его поведении, о котором они сами знают, и об их чувствах, вызванных таким поведением. Нужно, чтобы в отчете каждый человек из окружения, значимого для подростка, описал, какие чувства вызывает у него лично конкретный поступок или поведение в целом подростка и как это отразилось на его отношении к больному. Сведения должны выражать участие и заботу о ребенке. Не нужно давать оценки, выражать гнев, обиду, осуждать. Психиатр-нарколог поможет заинтересованным лицам выбрать и обсудить необходимое для пациента лечение. План лечения обдумывается заранее, для того чтобы больной, приняв решение начать лечение, имел возможность сразу госпитализироваться в наркологический стационар. Врачу также необходимо помочь всем заинтересованным лицам решить, что они будут делать, если пациент

отвергнет все предлагаемые формы помощи. После этого организуется групповая встреча с пациентом, во время которой значимые для него лица излагают все данные отчета и рекомендации в объективной, участливой и неоценочной манере.

(10) Предоставьте ребенку возможность прекратить прием наркотиков самостоятельно.

Бывают случаи, когда ребенок сам признается в том, что он употребляет наркотик, но категорически отказывается обращаться за помощью к врачу. Разрешите ему попробовать предпринять такую попытку. Это практически невозможно, но дайте ребенку самому убедиться в этом.

(11) Не допускайте самолечения.

Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения. Для лечения наркотической зависимости используются определенные препараты, неграмотное применение которых может привести к серьезным осложнениям, угрожающим жизни. Грамотное, квалифицированное лечение может проводить только психиатр-нарколог.

(12) Помогите ребенку найти, врача.

Для этого имеются «телефоны доверия», узнайте все о клиниках и специалистах, которые должны иметь лицензию на консультирование, диагностику, лечение и реабилитацию больных с наркотической зависимостью. Посоветуйтесь по телефону, как вести себя в создавшейся ситуации. Возможно, прием наркотиков - это попытка ребенка решить свои личные проблемы. Тогда лучше сначала проконсультироваться с психологом или психотерапевтом, которые работают в наркологических учреждениях. Если Вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу. Узнайте о различных методах лечения, разных врачах, после чего выберите тот метод и того специалиста, которому Вы доверяете. Помощь ребенку в поисках врача - это единственное одолжение, которое Вы должны сделать. Необходимо поддержать решение ребенка обратиться за помощью к врачу и присутствовать на первом приеме для моральной поддержки.

(13) Восстановите доверие к ребенку, после того, как он прекратит употреблять наркотики.

В первую очередь прекратите обсуждать проблему наркотической зависимости, не напоминайте ребенку о самом существовании наркотика, так как навязчивые разговоры могут сыграть провокационную роль. Установите разумные границы контроля. Конечно, Вы не сразу успокоитесь, но не позволяйте страхам взять верх над благоразумием, не опускайтесь до обысков, осмотров ребенка - это не поможет, но травмирует его.

(14) Помогите ребенку изменить жизнь к лучшему.

Постарайтесь найти время для общения с подростком и совместных занятий. Вместе ходите в театры, музеи, на спортивные соревнования. Поощряйте его увлечения, интересы, помогите ему найти дело по душе - все это поможет стать альтернативой употребления наркотиков. Обратите внимание на то, как Вы сами относитесь к курению, алкоголю, самолечению. Если Вы справились с негативным потреблением таких веществ, то Ваш пример послужит образцом поведения для Ваших детей. Не оставляйте достижения детей без внимания. Напоминайте им, что все плохое проходит.

Источники:

- Конспект выступления проводимого в школьных заведениях (для 10 - 11 классов) по вопросам профилактики наркомании и наркопреступности сотрудниками отдела межведомственного взаимодействия в сфере профилактики Управления Госнаркоконтроля России по Саратовской области (утвержден министерством образования Саратовской области и Управлением ФСКН России по Саратовской области).

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕДОЗИРОВКЕ

Одним из самых тяжелых осложнений при употреблении наркотика является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей.

Признаки передозировки:

- потеря сознания

- резкая бледность
- неглубокое и редкое дыхание
- плохо прощупывается пульс
- отсутствует реакция на внешние раздражители
- рвота или следы рвотных масс
- кожа холодная на ощупь
- губы кончики пальцев и ушей – синюшной окраски

Первая помощь при передозировке (последовательность действий)

- уложить пострадавшего на твердую поверхность (на пол)
- вызвать **«Скорую помощь!»**
- под плечи положить плотный валик толщиной до 20 см, чтобы голова опрокинулась, а рот открылся
- очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс, вынуть съемные зубные протезы
- выдвинуть нижнюю челюсть пострадавшего так, чтобы язык не закрывал дыхательные пути
- следить за дыханием до прибытия врачей
- при частоте дыхания меньше 8-10 дыхательных движений в минуту начать искусственное дыхание «изо рта в рот». Зажать ноздри пострадавшего пальцами. Глубоко вдохнув, плотно прижать свои губы к губам пострадавшего и сделать сильный быстрый выдох (для пострадавшего это будет вдох). Выдох у пострадавшего будет происходить самостоятельно
- повторить это с частотой 10-16 раз в минуту, т.е каждые 5 секунд
- на этом этапе возможно порозовение кончиков пальцев, затем восстановление самостоятельного дыхания
- через каждые 2 искусственных вдоха совершать ритмичное надавливание тыльной стороной кистей рук, скрещенных под прямым углом на груди пострадавшего. Руки реаниматора при этом прямые, надавливающие движения идут от плечевого пояса
- соотношение: 2 вдоха – 16 нажатий

Признаки опьянения современными дизайнерскими синтетическими психоактивными веществами («солями», «миксами», «спайсами», «курительными смесями»):

- «курительный смеси» (синтетические каннабиноиды, «спайсы», «миксы») и «соли» (известны в обиходе как, «соли», «спиды», «дизайнерские синтетические смеси») воздействуют первоначально на психику и интеллект человека. Создаётся ложное впечатление, что физическое состояние человека не страдает, и в связи с этим якобы нет физической зависимости от психоактивного вещества. В тоже время интеллектуальная составляющая выхолащивается, разрушается и нейтрализуется этими наркотиками в кратчайший период времени. Перестаёт привлекать внимание опыт прежней жизни, окружающая реальность перестаёт иметь значение, приходит полное отсутствие желания совершенствовать себя лично и благоустраивать свою жизнь, её перспективы полностью игнорируются, перестают признаваться близкие родственники, мирное сосуществование с ними прекращается. Используется частое потребление синтетических ПАВ, - «солей» (до 6-8 раз в течении суток), применяются так называемые «марафоны», то есть потребление этих наркотиков в таком режиме в течении 5-6 дней без остановки. Такой режим потребления становится главным смыслом существования. Высокой динамикой потребления поражается сердечнососудистая система (есть факты смерти от остановки сердца). Имеет место склонность к побегу из того места в котором находится человек в любом ни чего не значащем направлении (отмечены факты, когда потребители, употребив новые синтетические ПАВ, оказывались в других городах и не знали как это произошло). Возникают психиатрические галлюцинации, неврозы, устойчивая психиатрическая болезнь. Практически полностью утрачивается способность и желание созидательно думать и принимать разумные решения. Потребители склонны к суициду (самоубийству), причинению вреда себе (например, вскрытие вен, выпрыгивание из окон многоэтажных домов, попытки перерезать себе горло) и другим (например, убийство или причинение телесных повреждений). Потребитель данных психоактивных веществ (ПАВ) характеризуется в период активного употребления дизайнерской синтетики как «животное», «овощ», «абсолютно безмозглое существо», «обезьяно- подобная сущность». На исходе психоактивного воздействия вещества потребитель, как правило, впадает в паранойю (манию преследования), склонен в этом состоянии к немотивированным нападениям на людей, считая их преследователями и врагами. В паузах между потреблением возникает жесточайшая депрессия со склонностью к суициду (самоубийству), сопряжённая с несдерживаемым гневом и раздражением. После поражения психики и интеллекта человека наступает поражение его физического состояния, человек больше не может активно трудиться, не переносит физических нагрузок, не в состоянии координировать и организовывать личную трудовую и любую другую жизнедеятельность.

СОВЕТЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ПОДРОСТКОМ В СЛОЖНЫХ СИТУАЦИЯХ

Рекомендации по установлению позитивного контакта.

Контакт глаз (но не взгляд в упор!). Соблюдение «личной» дистанции: 0,5 – 1,2м.

«Открытая» поза: - развернутая к собеседнику, - отсутствие барьера (например: стол, стул) между собеседниками, - на одном уровне (оба стоя или оба сидя), - избегать скрещивания рук на груди. Доброжелательное, приветливое выражение лица.

Предпосылки, способствующие конструктивному общению:

1. Умение понимать и принимать себя (и других) таким, какой есть. Как следствие у другого человека возникает ощущение безопасности за свою личностную территорию и формируются доверительные отношения.

2. Умение открыто принимать чувства, мысли, идеи другого человека без ощущения обязанности делать их своими.

3. Умение отделять друг от друга человека, позицию и проблему.

4. Умение понимать и принимать свои чувства и эмоции.

5. Умение говорить о своих потребностях и желаниях.

6. Умение понимать и контролировать свои установки и стереотипы, т.е. заранее не приписывать реакцию другому человеку.

7. Умение гибко смотреть на ситуацию.

Рекомендации по конструктивному общению Уместность (без посторонних).

Своевременность.

Искренний интерес к человеку.

Обращайте внимание на эмоции при ответах.

Часто они говорят больше, чем сами слова.

Старайтесь поддерживать позитивный стиль разговора.

Больше используйте вопросы типа: “Что стало лучше?”, “Как тебе это удалось?” и др. Даже если это не так, пусть он сам расскажет вам, как собирается исправляться. Задавайте открытые вопросы (предполагающие развернутые ответы, а не односложные “да” или “нет”): – Мне интересно, как ты... 16 – Что? Каким образом? – Что, тебе кажется... Что, по-твоему... – Как на твой взгляд... Задавая вопросы, избегайте слова “почему?”. Отвечая на подобный вопрос, собеседник будет невольно защищать свою позицию. Лучше спросить “Что произошло?” или “Как это случилось?”. Используйте техники эффективного слушания и психологической поддержки.