**Консультация для классных руководителей на тему**

**"Развитие зависимости от наркотика"**

**Нерегулярное употребление, экспериментирование**

Подросток может попробовать наркотики (в частности, алкоголь) из любопытства, из желания считаться «своим» в компании или чтобы испытать новые ощущения, найти себя, почувствовать свою независимость от родителей. Исследования показывают, что давления со стороны сверстников является наиболее частой причиной, по которой ребенок решается впервые попробовать наркотик.
**Регулярное употребление**

Если употребление наркотика приносит ощущения, то ребенок может захотеть испытать их снова. Когда употребление наркотика становится регулярным, ребенок может потерять способность справляться с ежедневными проблемами. С этого момента употребление наркотика становится средством улучшения настроения и избавления от депрессии.
**Зависимость от наркотика**

Вскоре, когда нормальным становится не трезвое состояние, а состояние наркотического опьянения, развивается физическая и психологическая зависимость от наркотика. Единственное, что волнует человека при этом, - это приобретение наркотика и поддерживание такого состояния.

**ВНИМАНИЕ: используйте с своей работе формулу «4 шага»!**

Деятельность по профилактике наркозависимости среди подростков – это процесс, состоящий из 4 шагов: обучение, наблюдение, руководство и любовь.
**1 шаг – обучение. Изучайте все, что сможете, о наркотиках симптомах их употребления**
**2 шаг – наблюдение. Наблюдайте и распознавайте эти симптомы.**
**3 шаг – руководство. Будьте примером: не употребляйте наркотики!
4 шаг – любовь. Одарите своего подопечного, своего ребенка безусловной любовью!**

**ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

На этот вопрос нет однозначного ответа. Однако можно сказать, почему ребенок продолжает употреблять наркотики, миновав стадию экспериментирования.
Употребление наркотиков часто маскирует проходящую незамеченной подростковую депрессию. У членов семьи подростка могут быть эмоциональные, супружеские проблемы или проблемы, связанные с употреблением наркотиков или алкоголя. Может быть также, что ребенок переживает глубокое горе после развода или смерти в семье. Возможно, у родителей существует нереалистические ожидания или завышенные требования, которым ребенок не может соответствовать. Иногда – как бывает и со взрослыми – из –за неспособности вынести климат, царящий в семье, и справиться со стрессами подросток с низкой самооценкой может начать употреблять наркотики.

**СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ:**

- Перепады настроения. Как правило, наркотики вызывают перепады настроения от эйфории до депрессии. Ребенок может быть пассивным или отстраненным, а через минуту – злым и враждебным;

- Изменение характера. Обычно энергичный и общительный подросток превращается в хронически подавленного и необщительного;

- Психологическая защита. Обвинение других. Заявление, что его (ее) преследует или что он (она) жертва.

- Чрезмерная эмоциональность. Всегда должна поступать по – своему.

- Стремление манипулировать. Оправдывается за ошибки. Ищет способы заставить других решать его (ее) проблемы и нести ответственно за его (ее) действия или поведение в целом.

- Напряженное общение. Нежелание или неспособность обсуждать важные проблемы.

- Выпадение из семейной жизни. Отказ обедать со всей семьей, участвовать в семейных праздниках или как – то приспосабливаться к семейной жизни.

- Изменение в одежде и друзьях. Носит одежду, ювелирные украшения, делает прическу в соответствии со стандартами культурны наркоманов. Проводит время с подозрительными друзьями, которые отказываются познакомиться с родителями, посмотреть им в глаза или заговорить с ними.

- Отсутствие самодисциплины. Неспособность следовать правилам, выполнять обязанности по дому и школьные задания, соблюдать договоренности и обязательства.

- Апатия. Отсутствие интереса или слабый интерес к прежде значимым формам активности: кружкам, хобби, спорту и др.
- Проблемы в школе. Хроническое опоздание, пропуски, невыполненные домашние задания, провалы на экзаменах. Возможны предупреждения об исключении из школы.
- Состояние тревоги. Хроническая нервозность, нечеткое движение, чувство страха, болтливость.
- Физические симптомы. Внезапная потеря или прибавка в весе. Изменение внешнего вида. Хроническое состояние утомления и усталости. «Пляшущий» почерк, заикание, тремор рук. Частные простуды, кашель, боли в горле. Хронический насморк, воспаление ноздри. Налитые кровью глаза. Постоянно расширенные зрачки.

***Рекомендации:
«ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ И БЛИЗКИМ, ЕСЛИ ПОДРОСТОК ЗАМЕЧЕН В УПОТРЕБЛЕНИИ НАРКОТИКОВ»***

Во–первых, научитесь распознавать наркотики и симптомы их употребления.
Во–вторых, доверяйте своей интуиции. Если у Вас возникло чувство, что ребенок экспериментирует с наркотиками, это может оказаться правдой. Проверьте, нет ли наркотиков в его комнате. Не бойтесь того, что вы внедряетесь в его личную жизнь. Вы делаете это из желания спасти своего ребенка от горя, болезни и возможной смерти из–за употребления наркотиков.

**КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПЕДАГОГУ И БЛИЗКИМ ПО ОТНОШЕНИЮ К ПОДРОСТКУ – НАРКОМАНУ**

**На ранних стадиях**

Поговорите с ребенком о своем отношении к наркотикам. По – дружески, не обвиняйте его. Спокойно скажите, что в вашей семье (вашем коллективе) употребление наркотиков запрещено и что вы намерены строго следить за соблюдением этого запрета.
Убедитесь, что ребенок понимает, что главная причина вашего сопротивления наркотикам – его безопасность и здоровье. Скажите ребенку, что каждый в вашей семье (вашем коллективе) высоко значим и любим. Не читайте нотаций. Не говорите, что употребление наркотиков греховно, неприлично и стыдно. Простая беседа, в которой вы ясно скажите ребенку, чего вы от него ожидаете, может оказаться очень полезной и эффективной, если в семье (коллективе) царят доброжелательные отношения.

**Когда употребление очевидно**

Если вы уверенны в том, что ребенок употребляет наркотики, серьезно побеседуйте с ним. Дождитесь, когда ребенок будет трезвым. Избегайте крика, бурного реагирования, морализаторства. Не извиняйтесь за обыск в комнате ребенка или за то, что вы его обвиняете. Не торгуйтесь с подростком и не старайтесь подкупить его. Будьте конкретны в своих обвинениях. Сообщите обо всех имеющихся у вас доказательствах.
Зато следует установить «комендантский час», обучить ребенка тому, что вам известно о наркотиках, и отменить прежние привилегии. Ограничьте сумму наличных денег у ребенка.
Помните, что родители додерживать друг друга во всех дисциплинарных вопросах, не позволяйте ребенку манипулировать ситуацией, натравлять вас друг на друга.
Прерывание регулярного и зависимого употребления Существует четкая граница между регулярным и зависимым употреблением наркотиков. У регулярного употребляющего наркотики ребенка можно заметить многие симптомы употребления. Однако, если зависимость от наркотика не сформировалась, подросток все еще может прекратить употребление. Те же, у кого зависимость уже сформирована, потеряли контроль над употреблением: попытки сократить дозу или прекратить употребление наркотиков не удаются, чтобы прервать употребление наркотиков на этих стадиях, от вас потребуется энергия, время и, возможно, деньги. Если ребенок живет с вами и ходит в школу, вы должны будите контролировать все стороны его жизни. Вам также следует серьезно взглянуть на самих себя, на свои привычки и установку по отношению к алкоголю и наркотикам, на качество своей семейной жизни и отношений с ребенком.Если в не можете решить проблему самостоятельно, обратитесь за квалифицированной помощью для себя и для вашего ребенка. Такая помощь со стороны может оказаться вашим последним шансом на установление хороших отношений с ребенком, что необходимо для прекращения употребления наркотиков. Если у подростка сформировалась зависимость от наркотиков, он может убегать из дома и искать общества других наркоманов. В этом случае вам, возможно, придется поместить ребенка в лечебный (реабилитационный) центр на стационарное лечение. Такое лечение должно включать дезинтоксикацию, интенсивную терапевтическую программу и консультирование всех членов семьи, а также программу поддержки на период из стационара (амбулаторное лечение или программу долечивания).
Близкие, живущие рядом с человеком, пристрастившем к наркотикам, реагируют на изменение его поведение обычно одинаково: обиды, гнев, чувство вины, нервные срывы, ощущение бесполезности и бессилия. Вся семья наркома выбита из нормальной колеи и страдает. Обычно родители ощущают ответственность за состояние ребенка и задают себе вопросы: «Где упустили? В чем наша ошибка?» Вопросы правомерные, но даже ответив на них, вы не найдете выхода из ситуации. Самому же наркоману выгодно, вы во всем виноваты – никогда не понимали меня! Вы всегда только стремились подавлять меня, командовать мною, (или вам не было до меня дела и т.д.)». И все это еще больше усиливает чувство вины родителей. Все в семье становятся раздражительными. Нет нечего удивительного, что обычно уравновешенные и здравомыслящие взрослые под влиянием резко изменившегося поведения своего ребенка начинают говорить и совершать поступки, ранее им не свойственные. В период психического срыва люди могут действовать как буйные сумасшедшие. Родители могут упрекать, угрожать, обзывать, упрашивать, даже бить. Но ни одно из этих средств, конечно, не идет на пользу ситуации. Наркоман только ощущает угрозу и неприятие его близкими, эти чувства добавляют ему смятения к его больному состоянию. С целью защищать и уберечь ребенка от лишних неприятностей многие родители сами раздают долги, сделанные наркоманом, звонят в школу или на работу и придумывают причины его отсутствия, лгут, отвечая на телефонные звонки. Родители бояться, что наркоман испортит себе жизнь, поэтому, исходя из лучших намерений, они пытаются вмешаться и справить его поступки. Возможно, одни в этом случае думают о своей репутации, другие делают все это, движимые чувством виновности, третьим невыносимо видеть сына или дочь страдающими.

Когда родители «спасают» наркомана, заглаживая его ошибки, этим они лишь усиливают его склонность к такому поведению, которое и является основной причиной беды. Осознавая свое плохое поведение, он получает награждение! Сначала – в виде кайфа от наркотика, а потом еще и облегчение последствий: на работе все улажено, долги отданы, проданные вещи заменены новыми. Таким образом, «заботливые» родители сделали все, чтобы ребенок не столкнулся в лоб в лоб с результатом поведения и не сделал бы правильных выводов. Ребенок, которого постоянно прощают за то, что он прогуливает, а потом теряет работу (учебу), за то, что не несет обязанностей по дому, за то, что теряет (а потом и ворует) деньги или вещи, - привыкает быть безответственным в совей семье и становится непригодным к жизни в обществе.

В семье, где нарастает пристрастие к наркотикам, ощущается уменьшение чувства любви. Мы – всего лишь люди, поэтому зачастую любовь наша обусловлена. Если любовь не вознаграждается ожидаемым, она угасает. Любовь живет любовью. Если же в ответ нет нечего хорошего, она становится горечью.

Когда наркотики (включая и алкоголь) становятся для употребляющих их важнее, чем близкие люди, чувство любви подвергается испытанию. Злоупотребление наркотиками постепенно убивает любовь. Родители наркоманов, уже осознавшие губительность своей тактики пособничества, выявили альтернативу такому поведению – «жесткую» любовь. Любить своего ребенка жесткую или суровую любовью – значит заботиться о нем настолько, чтобы уметь сказать ему «нет!» в ответ на злоупотребление; не вредить ему, но быть готовым дать отпор его обидчику.

Жесткая любовь говорит наркоману: «Все, хватит, мы отказываемся вытаскивать тебя из проблем, которые ты создаешь себе сам; мы тебя любим и поэтому говорим тебе: хочешь страдать – страдай, не хочешь – ищи путь спасения». Когда родители найдут в себе силы и терпение осуществлять жесткую любовь, начинается несение каждым ответственным за себя и, следовательно, процесс оздоровления.

Это единственный шанс на избавление от болезни НАРКОМАНИЯ для семьи, в которой в той или иной степени поражены все ее члены.

**ВЗРОСЛЫЕ, ПЕДАГОГИ И РОДИТЕЛИ!**

 **Помните! Вы можете уберечь своих детей от употребления наркотиков, включившись в решение проблемы на ранней стадии. Ни милиция, ни врачи не имеют такого влияния на ребенка, какое имеют учителя и родители. Для решения проблемы наркомании среди подростков вам необходимо получить знания о наркотиках и симптомах их употребления. Но самое важное – это ваш пример трезвой жизни и безусловная любовь к ребенку.**

**Ваша задача – разумно и последовательно обучать ребенка дисциплине.
Если вы обнаружите, что ребенок экспериментирует с наркотиками, действуете, немедленно поговорите с ним об этом и сделайте все, что потребуется, чтобы остановить употребление наркотиков**