

## Как не допустить трагедии

Все мы уверены, что героин и опустившиеся наркоманы... – это где-то далеко и не имеет отношения к нашим ухоженным детям. Но реальность...

Реальность такова...

По разным источникам у нас в стране от 3,5 до 4 млн наркоманов. 3 млн употребляют героин. Из них 2 млн – подростки до 19 лет. Рынок сбыта – это наши дети. И распространители наркотиков – не заокеанские темные мафиози, а подростки, которые работают за дозу или за плату, полученную от перепродажи наркотиков одноклассникам и друзьям.

Мировой опыт убеждает, что нет никакой надежды приостановить распространение наркотиков полицейскими мерами. Пока есть спрос, наркорынок будет его удовлетворять. И совершенно не важно, насколько суровое наказание предусматривает за это закон. В тех странах, где за контрабанду наркотиков полагается смертная казнь, их все равно производят и все равно продают, потому что на кон поставлены громадные деньги.

Так что единственная возможность оградить ребенка – воспитать его так, чтобы у него не было потребности прибегать к эрзац-счастью, чтобы реальная жизнь делала его счастливым.

### От эйфории до ломки

Мы все хотим, чтобы радостных минут у нас было как можно больше. Умение создавать себе хорошее настроение, веселиться, справляться с трудностями, верить в будущее не позволяет нам впадать в уныние при столкновении с жизненными трудностями.

Наркотики же позволяют получать положительные эмоции, не прибегая к внутренней работе. С ними не нужно никаких усилий, чтобы почувствовать себя счастливым: не нужно воспитывать себя, не нужно шаг за шагом преодолевать трудности, расти и взрослеть.

«Забрасывая» себя в царство эрзац-счастья, подросток хочет получить все больше и больше удовольствия – ведь хорошего не бывает слишком много. Но в какой-то момент психика устает от экстремальных нагрузок, которые ей приходится выдерживать, когда человек испытывает наркотическую эйфорию. Меняется «точка отсчета», от которой человек начинает двигаться в сладостные объятия наркотика. Жизнь без наркотика теперь не протекает уже в хорошем или хотя бы спокойном настроении, а сопровождается подавленностью и депрессией – организм мстит за совершенное над ним насилие. Наркоманы говорят:

– Сначала ищешь наркотик, чтобы было хорошо, а потом – чтобы не было так плохо.

На этом этапе помимо психологических факторов начинают работать и биологические. Химические вещества наркотика определенным образом встраиваются в обмен веществ человека, и, если их недостает, человек начинает испытывать физические страдания. Возникает ломка. Вот как ее описывают сами наркоманы:

– Боль нечеловеческая... Будто внутрь забралась шайка садистов, одни кости сплющивают, другие суставы выворачивают, третьи гвозди всюду забивают... – кишки разрываются на части, и ты натурально сходишь с ума... Если бы с ломки начинали, не было бы ни одного наркомана.

### **В роли ангела-хранителя**

Психологи считают, что правдивая и полная информация о последствиях употребления наркотиков и умение противостоять искушению могут стать своеобразной прививкой для ребенка – мощнейшей защитой от опасности. И сделать такую прививку должны родители.

- Создать приятную атмосферу в семье. Если ребенку с родителями плохо, он, как существо, которое не может находиться вне группы, начнет искать, к кому бы ему эмоционально «прикрепиться». Скорее всего, это будет подростковая компания. А так как наркомания среди подростков сейчас сильно распространена, вероятность того, что компания окажется зараженной наркотическим «вирусом», довольно велика. Попав в такую группу, подросток будет следовать ее нормам: одеваться, как одеваются в этой группе, говорить на ее жаргоне, и он будет эмоционально готов принимать наркотики, если их принимают ребята в группе. Это называется социальной зависимостью от наркотиков. Поэтому задача родителей, пока ребенок еще маленький, – тщательно отбирать ему друзей, приглашать их в дом, общаться с ними... Только тогда у вас будет возможность хоть как-то влиять на компанию, когда друзья ребенка подрастут.

- Поддерживать с ребенком эмоциональный контакт: вникать в его интересы, сопереживать его увлечениям, показывать ему свою любовь. Как легко отмахнуться от маленького: «Потом пойдем в зоопарк, не видишь, я устала...», «Сейчас не могу тебя слушать, я занята»... А ведь дети так любят что-либо делать вместе с родителями. И время, проведенное с ними, – лучший способ достичь духовной близости.

Между прочим, сами юные наркоманы среди причин, которые их подтолкнули к употреблению наркотиков, чаще всего называют неблагоприятный климат в семье.

- Воспитывать у него жизнелюбие. Не надо, чтобы ребенок каждый день от нас слышал, как тяжела жизнь, сколько вокруг плохих людей, какие ужасные дороги, какая гадкая погода... Не лучше ли говорить о том, как хорошо быть

здоровым, сколько интереснейших занятий и замечательнейших мест есть на свете и какое счастливое будущее ждет вашего ребенка? Ведь если мы сами не верим, что жизнь прекрасна и удивительна, что же мы можем противопоставить наркокультуре, утверждающей, что без наркотиков в этой жизни и радоваться нечему?

- Учить самоуважению. Предрасположенность к употреблению алкоголя и наркотиков непосредственно связана с тем, насколько человек себя уважает. Психологи утверждают, что дети, имеющие высокий уровень самоуважения, чаще отвечают «нет», когда им предлагают попробовать спиртное или наркотики. Сформировать самоуважение у ребенка можно, если часто хвалить его даже за незначительные успехи, если помогать ему ставить перед собой реальные цели, если привлекать его к совместной с вами работе, чтобы он чувствовал себя частью команды и получал удовлетворение от выполненных обязанностей.

- Помочь сформировать собственное отношение к наркотикам. В 12–14 лет дети знают о наркотиках многое, они говорят о них друг с другом. Дайте ребенку понять, что с вами тоже можно об этом говорить. Если вы избегаете этой темы, ребенок будет искать информацию у других людей, в том числе и у тех, кто употребляет или продает наркотики. Только сначала подготовьтесь к разговору, чтобы не оказалось, что ребенок знает о психоактивных веществах больше, чем вы. Поводом для разговора может послужить фильм, статья, конкретная жизненная история. При разговоре не читайте лекций, не напирайте на вредность наркотиков для здоровья. Цирроз печени, гепатит В, СПИД – все это для ребенка пустые слова, здоровье для большинства молодых людей – вещь безусловная и само собой разумеющаяся, поэтому никакой ценности в их глазах оно не имеет. А сыграйте на том, что заложено в самой природе подростка, – стремлении к независимости.

Объясните ему, что, как только приблизится к наркотикам, он утратит всякую самостоятельность. Он превратится в заложника или в товар. На нем будут зарабатывать большие деньги – тысячи процентов прибыли. А он, как дурак, расплатится своей жизнью.

- Научить, как себя вести, когда наркоман появляется среди знакомых. Любой подросток может оказаться в ситуации, когда наркотики начал употреблять кто-то из его друзей или знакомых. В этом случае очень важно сразу повести себя правильно. Не вызываться на роль спасителя: не надеяться, что можно самому вылечить друга. Наркомана должны лечить врачи. Единственное, что подросток может сделать, – это объяснить своему другу, что, если он не прекратит принимать наркотики, ваш ребенок вынужден будет с ним расстаться. Внушите подростку, что своим уходом он может подтолкнуть «падшего» к лечению, в то время как, оставаясь рядом, будет выступать в роли сообщника.

Нельзя покрывать наркомана перед его родственниками. Наоборот, надо постараться его убедить «раскрыться» перед родителями, родители ему помогут. Никогда нельзя давать наркоману денег, устраивать ему ночевки...

### **Как можно заподозрить, что ребенок начал принимать наркотики?**

Прежде всего, мы хотим Вас предупредить, что все ваши подозрения по отношению к сыну или дочери должны высказываться Вами тактично и разумно. Вы обязаны все взвесить, обсудить всей семьей и только в том случае, если не какой-то один, а практически все признаки измененного поведения появились в характере вашего ребенка, вы можете высказать вслух свои подозрения подростку.

#### **Какие же это признаки?**

- Он (она) начал часто исчезать из дома. Причем, эти исчезновения либо просто никак не мотивируются, либо мотивируются с помощью бессмысленных отговорок. Ваша попытка объяснить, что вы волнуетесь и расспросить о том, где же все-таки находился Ваш ребенок, вызывает злость и вспышку раздражения.

- Он (она) начал очень часто врать. Причем, эта ложь стала своеобразной. Молодой человек врет по любому поводу, не только по поводу своего отсутствия дома, но и по поводу дел на работе, в школе, в институте и т. д. Причем, врет он как — то лениво. Версия обманов либо абсолютно примитивны и однообразны, либо наоборот, слишком витиеваты и непонятны. Ваш ребенок перестал тратить усилия на то, чтобы ложь была похожа на правду.

- За достаточно короткий промежуток времени у вашего сына (дочери), практически, полностью поменялся круг друзей. Если вы с удивлением спрашиваете: «Куда исчез твой друг Петя, с которым Вас раньше было не разлить водой?», Ваш ребенок пренебрежительно отмахивается и ссылается на свою и Петину занятость. Появившихся у сына новых друзей Вы либо не видите вообще, либо они не приходят в гости, а «забегают на секундочку» о чем-то тихо пошептать у двери. Появилось очень большое количество «таинственных» звонков и переговоров по телефону. Причем, Ваш ребенок, практически, не пытается объяснить, кто это звонил, а в тексте телефонных переговоров могут попадаться сленговые словечки.

- Вашего сына (дочь) полностью перестали интересовать семейные проблемы. Когда Вы рассказываете, например, о болезни или неприятности кого-то из близких, он только делает вид, что слушает. На самом деле думает о чем-то совершенно постороннем. Он изменился, стал по отношению к Вам более холодным, недоверчивым «чужим».

- Он вообще изменился. В основном в сторону ничем не мотивируемой раздражительности, вспышек крика и истерик. Вы стали замечать, что у него внезапно и резко меняется настроение. Две минуты назад был веселый и жизнерадостный, очень коротко поговорил с кем-то по телефону — до вечера впал в мрачное расположение духа, разговаривает только междометиями и крайне раздраженно.

- Он (она) потерял свои прежние интересы. Он (она) не читает книжек, почти не смотрит кино. Вы все чаще стали замечать, что он просто сидит с учебником, на самом деле даже не пытаясь делать уроки и готовиться к экзаменам.

- У него изменился режим сна. Он может спать, не просыпаясь, целыми днями, а иногда Вы слышите, как он почти всю ночь ходит по своей комнате и спотыкается о предметы.

- У Вас в доме стали пропадать деньги или вещи.

- Вам все чаще кажется, что он (она) возвращается домой с прогулки в состоянии опьянения. Координация движений слегка нарушена, взгляд отсутствующий, молодой человек вообще пытается спрятать глаза и быстро сбежать в свою комнату.

- Еще раз хотим обратить Ваше внимание на то, что отдельные, описанные выше признаки могут быть симптомами различных психологических трудностей подросткового и юношеского возраста. В некоторых случаях так могут начинаться заболевания психики. Вы можете начинать всерьез думать о наркотиках только если Вы твердо уверены, что у Вашего ребенка есть признаки, по крайней мере, восьми из девяти, описанных выше изменений поведения.

### **В чем состоят наши ошибки и заблуждения?**

**Заблуждение 1.** Мой сын (дочь) употребляет наркотики. Это страшно и стыдно. Необходимо сделать все возможное, чтобы никто из друзей и родственников не узнал об этом.

Наркомания, действительно, одна из самых страшных болезней. Но больны не Вы, а Ваш ребенок. Ваша же задача заключается в том, чтобы открыть для ребенка все доступные каналы помощи. Для этого, может быть, к Вашему большому сожалению, необходимо проинформировать об этом всех близких родственников и друзей, которые значимы для Вашего ребенка.

— Во-первых, он будет уверен, что Вы не готовы мириться с наркоманией и замалчивать существующую проблему, ведь «молчание — знак согласия».

— Во-вторых, тем самым Вы даете ему понять, что встали на путь открытой и бескомпромиссной борьбы не с ним, не с проблемой всеобщей наркотизации, а с его реальной болезнью.

— В-третьих, возможно, Вы сможете уберечь чужих детей от наркотиков. Ведь у Ваших друзей и родственников тоже есть дети, и в их семью может прийти такое же горе.

— В-четвертых, именно к этим близким для Вас людям Ваш ребенок, скорее всего, может под любым благовидным предлогом обратиться за финансовой помощью. Ваша задача — поставить их в известность, с какой целью будут использованы их деньги. Тем самым, Вы сохраните любовь, уважение и поддержку родных людей.

**Помните, что главное — не сохранить собственный имидж, а помочь ребенку справиться с наркотической зависимостью.**

**Заблуждение 2.** Вы и только Вы виноваты в том, что Ваш ребенок стал наркоманом. Значит, Вы его таким воспитали.

Основная проблема сейчас состоит не в том, «кто виноват?», а в том, «что делать?».

Как это ни трудно, попытайтесь забыть о прошлом, сконцентрируйте все свои помыслы и усилия на будущем. Старайтесь найти новые стратегии и тактики влияния на собственного ребенка «здесь и сейчас».

Ни в коем случае не пытайтесь принимать на себя ответственность за употребление наркотиков. Ведь это только поможет Вашему ребенку в очередной раз, скинуть всю тяжесть проблемы на Ваши плечи, а он и так в этом достаточно преуспел и научился Вами манипулировать.

**Главное, что Вам необходимо сделать, — изменить отношение к своему ребёнку.**

Первое, следует понять, что Ваш ребёнок — 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 наркотики, он не посоветовался с Вами, а стало быть, предал Вас и то, чему Вы его учили. Вы должны отстраниться и посмотреть на своего ребёнка со стороны. День, когда вы узнали, что он наркоман, должен стать последним днём Вашего безграничного доверия и опеки.

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».

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 неё, 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. Даже ценой истерик немедленно дайте понять, что это не так.

**Заблуждение 3.** Мой ребенок, употребляя наркотики, пал так низко, что должен быть за это жестоко наказан.

«Не судите, да не судимы будете». Не пытайтесь переделать вашего ребенка сразу. Ведь Вам самим наверняка не нравится, когда кто-то насильно старается переделать Вас.

Обратите внимание на то, что его наркомания моментально спровоцировала Вас на непрерывный скандал. Вы припоминаете ему все его проступки и промахи за всю жизнь. Можем смело утверждать, что наказывать человека сразу за все невозможно и абсолютно бессмысленно.

Другое дело, что Вам придется разработать определенный набор правил его поведения и проживания в семье. Сами требования должны быть разумными и ни при каких обстоятельствах не подвергаться никаким изменениям. Он должен знать, что на каждый его неверный шаг незамедлительно последует Ваш ответ.

Угрозы же и наказания в этой ситуации очень часто оказываются малоэффективными. Поскольку обстановка в доме накаляется, то ребенок будет стараться как можно больше времени проводить вне дома, а, значит, в своей привычной компании.

**Заблуждение 4.** Если Ваш ребенок, давая многочисленные обещания, все равно срывается, то это ужасно и является для Вас катастрофой.

Катастрофой для Вас может быть только одно состояние — состояние, в котором Вы неспособны реально оценить сложившуюся ситуацию и выработать новые стратегии собственного поведения.

В семье наркомана должны существовать правила поведения не только для него, но и для всех остальных членов семьи.

**Существует также несколько главных правил Вашего поведения:**

### **1. Независимо от ситуации ведите себя достойно.**

Вы взрослый человек и при возникновении беды не имеете права на «истеричку». Вы не имеете права кричать, бить молодого человека по щекам и каждые две минуты бегать за валокордином или успокоительными таблетками. 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. 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».

«Через год, после того, как врач скажет мне, что ты больше не употребляешь наркотики, мы с отцом рассмотрим вопрос о покупке тебе машины».

«Пусть тот человек, которому ты должен, придёт ко мне с паспортом, напишет расписку, и я отдам твой долг ему, а не тебе».

## 3. Не «занижайте».

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

## 4. 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% информации, содержащейся в Ваших нравоучительных беседах.

Это происходит потому, что из всех своих угроз Вы не выполняете ни одной. После каждого Вашего возмущенного монолога он радостно даёт обещания. Причём обещает всё, что угодно, но при этом даже и не собирается эти обещания выполнять. Наркоман никогда не будет верить Вашим словам. Он считает вас своей собственностью и не ждёт от Вас никаких поступков. Зато, если вы найдёте в себе силы совершить поступок, он сразу станет гораздо более управляемым.

**Заблуждение 5.** Поскольку Вам известны многие печальные последствия употребления наркотиков, начиная от разрушения личности и заканчивая такими страшными заболеваниями, как гепатит и СПИД, то Вы должны быть очень озабочены этим, постоянно размышлять и концентрироваться на такой возможности.

Ваша задача заключается в том, чтобы в максимально доступной форме донести последствия употребления наркотиков до своего ребенка. Не пытайтесь скрывать от него информацию, какой бы страшной и нелюбимой она ни была. К сожалению, приходится признать, что возможностей повлиять на данную ситуацию, кроме открытой «информационной войны», у Вас нет. Только



постарайтесь не «впадать в лекцию».

Вы не сможете удержать ребенка дома, не сможете проконтролировать, каким шприцем и в какой компании он колется. Вам остается лишь надеяться, что Ваша «информационная война» увенчается успехом.

Таким образом, мы опять вернулись к вопросу об ответственности. Ответственность за собственное здоровье лежит полностью на Вашем ребенке.

Конечно же, степень риска заболевания гепатитом и СПИДом достаточно высока. Но, постоянно думая о такой возможности, Вы вгоняете себя в состояние хронического стресса. Чем больше Вы об этом думаете, тем больше Вы пугаетесь. Получается замкнутый круг. Более того, постоянно думая о неприятностях, мы их как бы бессознательно притягиваем, ждем, боимся, и ... они обязательно находят и догоняют нас.

Попробуйте проанализировать те изменения в личности Вашего ребенка, которые уже произошли, понять их причины и последствия. Не бойтесь заранее, на всякий случай.

**Заблуждение 6.** Я не могу не зависеть от собственного ребенка. Я должна жить его жизнью и его проблемами.

Если Вы согласны с данным утверждением, то Вы сами уже нуждаетесь в лечении. Врачи и психологи называют это состояние созависимостью. 93% родителей наркоманов (особенно матери), не прошедших курса психотерапии и тренинговых групп под руководством психолога-практика страдают от созависимости.

Безусловно, невозможно не видеть страданий собственного ребенка и не реагировать на них эмоционально, не сочувствовать и не сопереживать. Но, обратите внимание, как виртуозно Ваш ребенок научился использовать Ваше эмоциональное состояние в собственных целях. Мы уже говорили, что все наркоманы совершенно виртуозно манипулируют собственными родителями.

Задумайтесь, ведь Вы практически отказались от собственной жизни и собственных интересов. Вы полностью зависите от того, в каком состоянии и настроении будет находиться Ваш ребенок, когда Вы переступите порог дома. Более того, Вы даже обижаетесь на других членов семьи, если им удастся сохранить какой-то свой собственный мир, найти в семье свою «экологическую нишу». Вы же первые обвиняете их в бесчувственности и безразличии. Вы насильно втягиваете других членов семьи в состояние созависимости.

### **Что же можно сделать?**

Необходимо четко провести грань между Вашей жизнью и жизнью ребенка, между своими и его интересами, а главное между своей и его мерой и степенью ответственности за происходящее в семье.

Дайте право другим членам семьи (особенно если это другие дети) возможность жить своей жизнью. Не противодействуйте их желанию не вмешиваться в проблемы наркомана.

Уделяйте другим членам семьи не меньше внимания, чем ребенку, употребляющему наркотики. Нам известны случаи, когда и второй ребенок в семье начинал употреблять наркотики, называя при этом главной причиной — борьбу за внимание, поддержку и сочувствие родителей. «Ему все, а меня просто никто не замечает, как будто у меня нет своих проблем». «Я все время слышу, что я такой благополучный и поэтому бессердечный. Ведь брату так плохо, а я все время лезу и пристаю к маме с какой-то ерундой». В ответ на это второй ребенок как бы бросает семье вызов: «Хотите не ерунду, получите...».

Если Вам не удастся выполнить эти рекомендации самостоятельно, обратитесь сами к врачу-психотерапевту.

**Заблуждение 7.** У меня нет больше сил бороться с наркотиками, я не знаю, как мне справиться с этой ситуацией.

Любой человек, даже самый сильный и успешный, имеет право на минуты слабости и отчаяния. Ведь абсолютно сильных людей не бывает. Это иллюзия. У каждого в жизни могут наступить моменты потери эмоционального равновесия. Особенно часто это случается с родителями наркоманов, так как Ваша эмоциональная жизнь как бы постоянно находится на «точке кипения».

### **Правило 1. Обязательно дайте себе возможность расслабляться.**

Это может быть встреча с друзьями, которые в курсе проблемы и способны Вас морально и эмоционально поддержать. Пойдите в театр и на концерт. Наконец, просто поезжайте за город или в отпуск. Помните, что Вы тоже имеете право на отдых от непрерывной борьбы.

**Правило 2. Никогда не забывайте, что это не Вы боретесь с наркотиками, а Ваш ребенок.**

И ответственность за эту борьбу должна полностью лежать на нем. Ваша же задача заключается лишь в том, чтобы эмоционально поддерживать его только при реальных шагах к выздоровлению. А ведь это скорее положительные, чем отрицательные эмоции.

**Правило 3. Разрешите Вашему ребенку попробовать прекратить прием наркотиков самостоятельно.**

Если Ваш ребенок впервые признался Вам, что он употребляет наркотики, но категорически отказывается идти к врачу, то разрешите ему попробовать бороться с зависимостью в одиночку. Вы должны понимать, что если он употребляет героин, то это практически невозможно. Дайте возможность ребенку убедиться в этом самому. Вы же можете позвонить по

одному из телефонов доверия, и посоветоваться с врачом о том, как Вы можете помочь ребенку в такой ситуации.

**Правило 4. Не боритесь в одиночку. Помогите ребёнку найти лечащего врача.**

Это единственное «одолжение», которое Вы должны ему сделать. Самому идти в больницу, «сдаваться» бывает страшно и стыдно. Вам следует поддержать решение обратиться к врачу и присутствовать в качестве «моральной поддержки» на первом приёме. Ваш же собственный опыт поможет разобраться в вопросах доверия и недоверия к врачу и медицинскому учреждению.

Более того, все Ваши действия, о которых мы говорили раньше, должны иметь своей целью визит к специалисту. Врач — это человек, который видит Вашу семейную ситуацию со стороны, и поэтому всегда сможет дать конкретные советы по Вашему поведению, вместо тех общих, которые приводим мы.

Если Вы доверяете врачу, с которым начали общаться, старайтесь превратить своё общение с ним в длительное. Ведь пройдёт несколько лет, прежде чем Вы перестанете нуждаться в его советах.

**Заблуждение 8.** Мой ребенок испортил себе всю жизнь. Он уже никогда не сможет быть нормальным человеком.

Прошлое человека, безусловно, не может не влиять на его последующую жизнь, но оно порой имеет не только негативные, но и положительные последствия.

Любой подросток пытается найти собственное «Я» и свое место в жизни. Именно в процессе этого поиска Ваш ребенок и совершил ошибку, заменив при этом поиск реального «Я» поиском «Я» наркотического. Он пошел по самому легкому для себя пути. Может быть, он просто еще не научился бороться с трудностями. В любом случае, в процессе избавления от наркотической зависимости, трудностей и соблазнов на его пути окажется еще достаточно. И если он сможет их преодолеть, то это и станет первым взрослым шагом в его жизни. Помогите ему сделать этот шаг.

К сожалению, он учится на собственных ошибках, а не на ошибках окружающих. Но это не дает Вам права лишать его надежды на будущее.

Очень часто своим недоверием и постоянными подозрениями Вы сами провоцируете сына или дочь на повторное употребление наркотиков.

**Помните: Доверие ребенку должно быть возвращено, как только он прекратил употребление наркотиков.**

Если Ваш ребёнок не употребляет больше наркотики, в семье должно быть прекращено обсуждение этой проблемы. Вы можете говорить о чём угодно, о работе, учёбе, 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 самих юноши или девушки, которые хотят с Вами что-то обсудить. Учтите, любое, даже отрицательное упоминание наркотика вызывает воспоминание о нём. А непрерывное морализаторство на эту тему может вызвать только обострение желания принять наркотик. Любое излишнее напоминание работает как «якорь», как механизм, запускающий цепочку воспоминаний и провоцирующий вызов того приятного состояния, которое достигалось при помощи наркотика.

**Заблуждение 9.** Безусловно, существует какой-то определенный, точный, верный и совершенный способ избавления от наркотиков. Ваша проблема заключается в том, что Вы никак не можете его найти, или Вам не позволяют средства, поскольку лечение очень дорогостоящее.

Ваш ребенок — уникальная личность, не похожая на других, впрочем, как и любой другой человек.

Наркомания — болезнь особая, во многом не похожая на другие. Это сначала болезнь характера, а потом уже болезнь тела. Ее лечение протекает одновременно с перевоспитанием личности.

**Употребление наркотических средств, психотропных веществ, новых потенциально опасных психоативных веществ (спайсы, соли, миксы) преследуются по закону!**

**ОТКАЗЫВАЯСЬ ОТ НАРКОТИКОВ, ВЫ ВЫБИРАЕТЕ ЖИЗНЬ!**

Источники:

[www.narkotiki.ru](http://www.narkotiki.ru)

При подготовке брошюры использовались материалы книги авторов А. Данилина и И. Данилиной М.  
«Как спасти детей от наркотиков»