

# Роль семьи в профилактике употребления ПАВ детьми

## ЧТО ТАКОЕ ПАВ

*Психоактивное вещество (ПАВ) - любое вещество (или смесь) естественного или искусственного происхождения, которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния иногда вплоть до измененного состояния сознания.*

Вы наверняка знаете о том, что школьный психолог и классные руководители, регулярно проводят ряд мероприятий по профилактике употребления подростками ПАВ (психо-активных веществ). Показывают различные фильмы, ролики, проводят дебаты, дискуссии, рассказывают о последствиях употребления ПАВ для здоровья, о проблеме выбора подростков между «веществом» и «ЗОЖ». И как бы красноречивы и убедительны они не были, самую важную роль в формировании структуры личности ребенка, играет его семья.

Именно в семье запускаются те самые механизмы, которые, в последствии, повлияют на ребенка, оказавшегося перед выбором: выпить алкоголь – или прийти с проблемой в семью; заложить под язык насвай – или пойти в спорт, выкурить сигарету – или попробовать по-другому, завоевать авторитет среди сверстников.

Часто бывает так, что родители и окружающие оказываются в недоумении: «Как же так?! Такая хорошая семья, родители обеспечены, ребенок ни в чем не нуждается, и вдруг наркоман... С чего это?!» Или другая история, когда родители даже не подозревают, что ребенок употребляет и очень искренне удивляются, когда им об этом сообщают уже правоохранительные органы».

Будьте быть внимательнее к своим детям, к их потребностям, замечайте и искренне интересуйтесь изменениями в них, в их эмоциональном состоянии. Ведь одной из основных причин по которой подростки начинают употреблять ПАВ - это удовлетворение своих потребностей, которые другим способом удовлетворить им не представляется возможным.

Видов зависимостей достаточно много, и если с остальными все более ли менее понятно, как например, в игровой зависимости, «вы смотрите в какие игры играет ребенок и тогда вполне понятно какую потребность он удовлетворяет, ходит зомби убивает – справляется с агрессией, пытается отреагировать свою злость, которую дома разместить негде, или он эльф и управляет войском каким-нибудь – здесь скорее всего, он обеспечивает потребность в лидерстве, признании и т.д.», то с ПАВ все гораздо сложнее, т.е. это не так наглядно.

Так или иначе, но мы все приходим в этот мир очень зависимыми, согласитесь...

Ребенок до определенного возраста находится с мамой в абсолютном слиянии, без нее он не в состоянии выжить, все его потребности она удовлетворяет по первому требованию.

Но ребенок растет, развивается и к 3-4 годам он какие-то свои потребности пытается начать удовлетворять самостоятельно, все вы помните этот замечательный возраст «Я-САМ!», и если мама позволяет ребенку научиться самому, поддерживает его стремление к развитию и отделению от себя, и принимает его без критики в минуты ошибок, оказывается рядом, но при этом не мешает своему чаду взрослеть, то она создает максимально возможную уверенность ребенка в себе и в том, что бы он чувствовал себя самостоятельным, познавая полный опасностей мир.

Но не все мамы готовы отпускать своих детей и тогда они начинают еще сильнее и старательнее удовлетворять потребности своих детей за них самих, принимать за них решения. Что из этого получается? Как правило, ничего хорошего. Ребенок перестает распознавать свои потребности самостоятельно. (Помните анекдот: Сеня иди домой! Мама я что уже замерз, нет ты проголодался!) А зачем?! Мама все знает сама, как ему лучше.

А когда ребенок, а особенно ярко это выражается в подростковом возрасте, начинает сопротивляться этому контролю, родители начинают его стыдить, винить, ругать. Вот ответьте сейчас сами себе на два вопроса: первый – вы ругаете своего ребенка? Сколько раз в день? И второй вопрос: хвалите ли вы своего ребенка? Вы его хвалите в 6 раз больше чем ругаете, как вообще-то положено...?

Детям, чувство вины и стыда очень тяжело переживать, и если в семье этого напряжения слишком много, ребенок перестает справляться с ним самостоятельно, потому что это напряжение как снежный ком, оно накапливается, и рано или поздно найдет выход, вот только в чем? В алкоголе, наркотиках, табаке? Или, возможен другой вариант, в понимающей и принимающей семье, в семье где значимые взрослые в состоянии безоценочно выслушать переживания, чувства ребенка, оказать ему поддержку. В семье где от фразы «Я злюсь на тебя, или я с тобой не согласен, родители не падают в обморок! А готовы терпеливо выслушать причины не согласия и на равных их обсудить».

По статистике, подростки начинают употреблять вещество не тогда, когда в отношении них недостаточно санкций и контроля, а тогда, когда недостаточно признания, поддержки, понимания сложного и разнообразного внутреннего мира ребенка.

Дети в подростковом возрасте переживают очень сильный кризис, он связан с тем, что физиологические изменения, которые с ними происходят, кричат им о том, что они уже взрослые, гормоны зашкаливают, меняется голос, тело и т.д., а способы взаимоотношения в семье, с окружающим миром, сверстниками, остаются пока еще детскими, это несоответствие вызывает у подростков очень много вопросов, и если ответы на них в семье получить не удастся, они ищут людей, компании, собираются в так называемые группы единомышленников, как правило это более взрослые товарищи, которые через это все проходили и точно знают как им помочь. В этом возрасте происходит смена способа миропонимания, побуждаемая стремлением

понять и принять мир взрослых, а не слепо подчиняться ему. Зачастую семья оказывается не готова признать факт того, что ребенок повзрослел и прошлые способы взаимодействия уже не годятся, или не находят времени на поиск этих новых способов, гораздо проще завинтовать непослушного ребенка, наказать за двойку в школе и проконтролировать что бы он не дружил с сомнительными ребятами. **Отсутствие взаимопонимания в семье, чрезмерное давление родителей, недостаток уверенности в собственных силах – все это заставляет подростков объединяться в группы. До 90% наркоманов начинают употреблять вещества в неформальных группах.**

Сейчас подростку не составляет никаких проблем приобрести ПАВ, это простой и легкодоступный способ снять напряжение, избавиться от проблем, переживаний, боли, обиды, чувства несправедливости, завоевать авторитет среди сверстников, почувствовать себя взрослым, самостоятельным, ведь оказавшись перед выбором, подростка очень манит иллюзия этого выбора, любой подросток начиная употреблять ПАВ думает о том, что он легко сможет и не употреблять, что это не навсегда, а вот только сейчас снять напряжение, никто из них делая первую затяжку не думает: вот теперь все, я буду курить всегда, какая радость, каждый из них понимает как это вредно и пагубно скажется на здоровье, но ИЛЛЮЗИЯ ВЫБОРА, ИЛЛЮЗИЯ СВОБОДЫ этого выбора так манит, потому что в семье делать выбор не возможно, с ребенком никто не считается, его никто не спрашивает в серьез. Каждый раз принимая решения касаемого вашего ребенка без его участия, помните о том, что вы даете ему сделать еще один шаг в направлении ПАВ.

Так все же, что ищут дети в наркотике? Какие потребности удовлетворяют чаще всего:

1. Снятие напряжения, расслабиться, успокоиться, забыться, уйти от опасной действительности, от неразрешимых жизненных проблем. Подростки свою алкоголизацию или наркотизацию объясняют следующим образом: **«Что бы быть спокойнее»**.
2. Потребность в любви, общении, доброжелательности. Прием ПАВ облегчает общение со сверстниками своего и противоположного пола. **«Принимаю для того, чтобы было легче общаться с другими людьми»**. Чаще всего это алкоголь, к этому средству прибегают замкнутые, тревожно-мнительные, эмоционально-ранимые подростки.
3. **С целью подъема жизненных сил, бодрости, усиления активности**. Будучи неуверенными в своих силах и возможностях, имея заниженную самооценку, подростки пытаются достичь уверенности, бесстрашия, раскованности. Так же выходят из состояния скуки, душевной пустоты.
4. Для получения удовольствия, создания приятных ощущений, психического и физического комфорта. **«Делаю потому что мне это нравится»**. Когда невозможно или не умеет развлечь себя иным образом, с помощью спортивной, творческой или иной активности.
5. **Стремление подростков подражать, быть принятым группой**. Что бы самоутвердиться в группе, укрепить свой социальный статус, подростки вынуждены разделять со своими товарищами всю их активность, в том числе и ПАВ.
3. **Компенсировать какую-то неполноценность личности, дисгармонию**

**характера.** У подростков которые плохо переносят конфликты в школе и дома, возникает наибольший риск привыкания к наркотикам, как к форме реагирования на любые жизненные проблемы. Это создает впечатление разрешения трудностей и помогает избежать неприятных переживаний.

Вы, наверное, отметили для себя, что все из вышесказанного вполне может удовлетворять семья подростка, нужно просто прикладывать чуть больше усилий, быть более внимательными и терпеливыми к своим детям, стараться их слышать, а не только ругать, контролировать и вводить в отношении них санкции