КАК СТАНОВЯТСЯ НАРКОМАНАМИ

1 марта — международный день борьбы с наркотиками. Эта тема, пожалуй, одна из самых актуальных и болезненных на сегодняшний день.

Есть три вида химических веществ, вызывающих зависимость:

1. седатики (успокаивающие, расслабляющие): такие, как транквилизаторы и вещества группы опиатов (морфий, героин);

2. стимуляторы (возбуждающие): амфетамины, кофеин, никотин;

3. психодизлептики (галлюциногены): ЛСД.

Как становятся наркоманами?

Обычно люди критичны к своему поведению: как минимум, ради своей же безопасности стараются соответствовать правилам, принятым в обществе, в котором они живут. А это, скажем так, не всегда просто и приятно. И вот первое, что теряется с началом употребления наркотика — чувство самоконтроля. Потенциальный наркоман откровенно не желает соотносить свое поведение с общепринятыми нормами. Человек, которому было откровенно неприятно соответствовать общепринятому поведению, испытывает под действием наркотика ощущение избавления от оков, на чем, собственно, основан главный «кайф». Ради этого все и делается — чтобы суметь на время стать счастливым идиотом и удрать от реального мира. Таким образом, тяга к подобному бегству и, как следствие, к наркотикам, появляется у человека в двух случаях:

- если он лично стремится к вседозволенности,

- и если рамки, в которые его пытаются уложить, в принципе слишком тесные.

Тогда и становится понятно, почему наркоманами чаще становятся подростки (или инфантильные взрослые). Здесь и максимализм, и протестное поведение...

Вследствие первой причины наркотики начинают употреблять подростки из совершенно «полярных» семей: либо педагогически запущенные (всем было на него наплевать, и он все детство делал, что хотел), либо избалованные — когда родители покупают дитяти все, что ни попросит, и позволяют все, что ему в голову взбредет. Т.о., и те, и другие дети просто не знают слова «нельзя». И когда они вырастают и выходят из рамок семьи в общество, там они впервые слышат, что им что-то не позволено (а если они себе начинают много позволять, получают наказание). Назло всем уходят в мир наркотических иллюзий. Иногда таким способом они чуть ли не пытаются отомстить родителям.

А по второй причине становятся наркоманами детишки, которых, наоборот, воспитывали в строгости. За любой «шаг вправо, шаг влево» следуют внушительные и совершенно неадекватные санкции. Тогда бегство от действительности будет прежде всего бегством из собственной семьи.

Бывает и так, что в наркотики уходит ребенок вроде бы не избалованный и не замуштрованный, но только мама и папа у него вот уже лет десять друг друга тихо ненавидят (и думают, что ребенок этого не почувствует), но не разводятся, потому что «надо жить вместе ради детей». А некоторые детишки в такой ситуации пытаются своей наркотической зависимостью... просто привлечь к себе внимание родителей.

Чтобы ребенок не захотел пробовать наркотики, то пусть, в конце концов, он начнет завидовать вашей полноценной счастливой жизни без наркотиков. А если вы, родители, несчастливы сами, как вы можете доказать ребенку, что жизнь — ценность, и что в реальном мире жить лучше, чем в наркотическом?

Еще в наркотики могут уходить подростки, с которыми родители с детства не находят общего языка. Такой ребенок, не прошедший первую школу общения в семье, не сможет построить адекватные отношения и в коллективе сверстников. Он будет вечно испытывать чувство одиночества, и тут на горизонте могут появиться новые «друзья» - наркотики.

Иными словами, наркоман — это далеко не всегда выходец из семьи, в которой пьют, бьют и насилуют (таких, кстати, меньшинство). Семья юного наркомана вполне может быть внешне благополучной и даже респектабельной.

Сейчас во многих средствах массовой информации вовсю перечисляют «признаки наркотической зависимости» - как заметить, что ваш ребенок наркоман. Уважаемые родители! Большинство этих методов не выдерживают никакой критики только потому, что относятся к довольно поздней фазе зависимости. Более надежный ранний признак возможной наркомании — любое кардинальное изменение модуса жизни вашего ребенка. Если у него изменились интересы, увлечения, пристрастия, характер... Конечно, для этого надо хорошо знать, как и чем живет ваш ребенок.

Наркоманию легче предупредить, чем излечить. Но тотальный запрет — далеко не лучшее средство профилактики. Каждому ребенку свойственно любопытство. Если это любопытство подавлять и ВСЕ запрещать — простите, но вырастет тупой безынициативный человек. Ребенка важно научить удовлетворять свое любопытство безопасными методами. И если уж говорить с ребенком о наркотиках, то следует сказать не только о вреде, но и о привлекательности (причем именно объяснить, а не вдолбить, не навязать), что наркотики привлекательны лишь тем, что вызывают временное отупение (при долгом употреблении переходящее в постоянное).

И прежде чем ограждать ребенка «от дурного влияния», особенно когда он под это влияние уже попал, следует разобраться: от чего или от кого он убегает в наркотики?

Процесс избавления от наркотической зависимости — длительный, и нельзя проводить его так - мол, поместили дитя в какую-нибудь клинику и с плеч долой. На протяжении всего процесса лечения вашему ребенку требуется психологическая поддержка, в том числе ваша. Даже скорее не поддержка в форме «моральных костылей», а стимул — стать взрослым и ценить свой интеллект. Ведь если с вашей помощью ваш ребенок найдет свое место в реальной жизни — он сам будет шарахаться от наркотиков, потому что тогда они ему будут мешать, а не помогать.

Врач-нарколог Д.Ю.Хололова