



Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ!

Профилактика употребления психоактивных веществ среди подростков



Причины, влияющие на употребления психоактивных веществ подростками

В Российской Федерации в последние годы наркозависимые группы населения стремительно «молодеют». Уровень этой наркотизации все более захватывает среду подростков. Известен тот факт, что лишь незначительная часть несовершеннолетних больных наркоманией обращается за помощью самостоятельно, в то время как 5-7% от всех подростков уже имеют опыт хотя бы разового употребления наркотических веществ.

«Подростковый возраст – возраст предельной искренности, идущей от стремления все пережить, все открыть, быть в согласии с самими собой, и – предельной неискренности, связанной с поиском себя через разные роли, стремлением себя проверить, испытать, скрываясь от других и самого себя» – так писал психолог Б. Заззо.

Главными факторами, которые влияют на формирование личности подростка, являются подростковые поведенческие реакции: группирование с одноклассниками; эмансипация - стремление выйти из-под опеки взрослых; чувство протеста и оппозиции - когда в ответ на избыточное «давление взрослых», подросток демонстративно начинает курить, употреблять психоактивные вещества и алкоголь; имитация - копирование подростками поведения взрослых без надлежащей критичности к некоторым ее проявлениям.

У определенной части подростков в возрасте 12—14 лет есть риск формирования наркотической активности. Это явление, прежде всего, обусловлено возрастными особенностями, в частности, повышенной восприимчивостью и внушаемостью, которые сочетаются с особым интересом детей этого возраста к миру взрослых. Такое сочетание может стать в определенных неблагоприятных условиях фактором риска формирования так называемой наркогенной установки.

Приобщение к наркотикам у большинства подростков происходит «за компанию», из-за желания казаться старше, для «борьбы с проблемами» или для получения острых ощущений.

Наркотики имеют огромные разрушительные свойства на молодой организм подростка, вызывают быструю сильную привычку, которая приводит к деградации личности.

У подростков ярко выражены познавательная активность и в то же время высокая социальная конфликтность. Отмечается значительная нервно-психическая неустойчивость, дисгармоничное развитие личности, низкий самоконтроль. Вместе с тем наблюдается высокая активность организма на фоне недостаточно сформированных защитных сил. В этом возрасте

отсутствует внимание к своему здоровью. Подростки стремятся к самоутверждению и самостоятельности, активно добиваясь этого разными способами.

Помимо общения со сверстниками подросток остро нуждается в общении со взрослыми, с людьми, которым он доверяет, которые могут и должны оказать благотворное влияние на его становление как личности.

Доминирующие факторы, влияющие на употребление психоактивных веществ и алкоголя:

Любопытство

Для подростка любопытство это – своеобразная игра, основной принцип которой «я посмотрю, что это такое». Доводы взрослых в данном случае кажутся ему преувеличенными ("что они знают о жизни!"). Иной раз именно слова родителей пробуждают дух противоречия и оказывают обратное действие, разжигая "жажду знаний" и желание рискнуть. Юношеский максимализм напрочь отвергает саму мысль о том, что психоактивные вещества опасны, а тяга к ним непреодолима. Подросток уверен в своих силах: он полагает, что приняв их пару раз, он легко сможет «завязать».

Социум

На употребление подростками психоактивных веществ влияют окружение человека, слова и дела родственников, друзей, знакомых, чтение книг, просмотр кинофильмов, общение в социальных сетях и т.д. Человек, с детства приобщенный к среде, в которой алкоголь, наркотики, азартные и компьютерные игры считались нормой жизни, усвоив ценности и принципы окружающих его людей, с большой долей вероятности захочет повторить подобный сценарий поведения во взрослой жизни.

Конфликты

Даже самая «мелкая мелочь» для подросткового возраста превращается в глобальную катастрофу. Острее переживаются ссоры с родителями, размолвки с друзьями превращаются в душевную травму. Им хочется забыться, отречься от проблем, не принимать никаких решений и, к сожалению, лучшим выходом для многих подростков становится употребление ПАВ. Они дают долгожданную иллюзию свободы, дарят чувство уверенности и простоты, оставляют заботы где-то очень далеко, почти в другом мире. Самое страшное в этом пути «утешение» - нежелание возвращаться в реальность.

Таким образом, в силу особенностей переходного возраста на начало употребления ПАВ влияют личностные особенности подростков: сниженные адаптивные возможности, обусловленные эмоциональной неустойчивостью, недостаточным самоконтролем поведения, низкой самокритичностью, неразвитой рефлексией, неуверенностью в себе или чрезмерной переоценкой собственного «Я», бегством от реальности, инфантильностью, конформностью установок, отсутствием устойчивых интересов и увлечений.

При этом подростки быстрее, чем взрослые попадают в болезненную зависимость. Это определяет резкое укорочение периода возможных эффективных предупреждающих мер после начала употребления наркотических средств и «запущенность» наркологических проблем при первичном обращении подростков за помощью.

Формы проявления и последствия употребления психоактивных веществ подростками

Общие признаки начала употребления ПАВ подростками следующие:

- снижение интереса к учебе, обычным увлечениям;
- появляется отчужденность, эмоционально «холодное» отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость;
- нередко возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия;
- компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста;
- наличие таких атрибутов наркотизации, как шприцев, игл, небольших пузырьков, облаток из-под таблеток, небольших кулекчиков из целлофана или фольги, тубиков из-под клея, пластиковых пакетов от резко пахнущих веществ, наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта;
- изменение аппетита - от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства; эпизодически тошнота, рвота;
- наличие следов от инъекций в области локтевых сгибов, предплечий, кистей рук, раздражений на коже, слизистых;
- «беспричинное» сужение или расширение зрачков.

Продолжительное потребление ПАВ приводит к появлению пассивности и безынициативности, безразличия к своему внешнему виду, социальному положению. Больные занимаются бесплодным фантазированием и теряют возможность принимать решения. Они не способны к сколько-нибудь длительному усилию и напряжению для достижения цели. Этическая деградация проявляется в лживости, обмане близких и конфликты с законом.

У наркозависимых подростков появляются такие особенности эмоциональной активности как снижение точности восприятия эмоций у другого человека по мимике.

Ввиду употребления ПАВ, стираются индивидуальные особенности подростков, и они становятся похожими друг на друга. Они становятся похожи внешне, в манере одеваться, рисунке поведения и в образе мышления и мировосприятия.

Наркомания – это не личное дело каждого. В итоге наркотизации у потребителя возникают серьезные проблемы со здоровьем, он легко заболевает тяжелейшими инфекционными заболеваниями – (гепатиты, ВИЧ-инфекция и СПИД и пр.), и столь же легко их распространяет.

Потребители наркотиков или больные наркоманией втягиваются в криминальную деятельность. Находясь в состоянии наркотического опьянения, особенно, если управляют транспортом или имеют доступ к оружию, они представляют серьезную опасность для здоровья и жизни окружающих.

Практически невозможно сочетать учебу или работу с употреблением наркотиков. Ко всему прочему, наркоманы разрушают и деструктурируют семьи, они не могут выполнять свой долг перед обществом и защищать

интересы государства. Тем самым они становятся обузой для семьи и общества, потенциально наркоман всегда опасен.

Лица, употребляющие наркотиками, должны знать, что им придется смириться с отступлениями от «правила неприкосновенности», т.к. в конечном счете, речь идет о том, что закон, мораль, общечеловеческие ценности имеют приоритет и должны господствовать в демократическом обществе.

Как избежать употребления психоактивных веществ

- вести правильный и здоровый образ жизни;
- иметь различные конструктивные интересы и увлечения, посещать кружки, спортивные секции, т.е. занимать свой досуг различными полезными занятиями;
- уметь понимать себя, свои эмоции, мотивы собственного поведения; формировать здоровую самооценку, верить в себя; понимать, что любой человек неидеален и имеет как достоинства, так и недостатки;
- не гнаться за авторитетами, а помнить, что каждая личность самобытна и ценна своей уникальностью;
- понимать, что конфликты и кризисные ситуации в жизни случаются у всех. В любой, даже самой трудной ситуации, можно получить полезный опыт, который обязательно пригодится в жизни. И даже если кажется, что тебя никто не понимает, всегда найдутся люди, которые готовы оказать тебе помощь, помочь найти выход, нужно только обратиться к кому-то, кому ты доверяешь, рассказать о своих проблемах.

Если подросток не хочет делиться с членами семьи, либо ему кажется, что его совсем никто не понимает, всегда можно подростку обратиться к школьному психологу, или анонимно позвонить по **Детскому телефону доверия** **8-800-2000-122.**



С уважением педагог-психолог МБОУ «ЦО-гимназия №1»
кандидат психологических наук Галина Анатольевна Зозуля