

Рекомендации для родителей «Что делать, если в дом пришла беда».

Советы родителям подростков, употребляющих психоактивные вещества

1. Независимо от ситуации, ведите себя достойно, спокойно и взвешенно (как и при других бедах). Вы не имеете права на панику и истерику.
2. Вам придется изменить отношение к своему ребенку. Ваш ребенок взрослый человек и сам начал принимать наркотики, зная, что это опасно, значит, за принятые решения отвечает он сам. День, когда Вы узнали, что он принимает психотропные вещества – последний день Вашего безграничного доверия и опеки. Сам принял решение принимать наркотики, сам и отвечает за последствия. Прекратите всякое (любое) финансирование его жизни.
3. Будьте готовы встретить сопротивление. Будьте готовы к тому, что Ваш ребенок будет сердиться. Приготовьтесь выслушать типичное заявление: «Ты мне не доверяешь...Я не выпиваю... У меня нет проблем с наркотиками... Тебе на меня наплевать и т.д.» Будьте готовы, что он попытается Вами манипулировать.
4. Никогда не поддавайтесь на шантаж, даже если он грозит самоубийством. (Чаще всего это демонстрация).
5. Не занудствуйте. (По душевным качествам он еще ребенок и сделает все наоборот).
6. Разрешите ему прекратить прием наркотиков самостоятельно (дайте ему этим понять, что это практически невозможно).
7. Помогите ему найти лечащего врача (это единственное одолжение, которое Вы ему можете сделать). В качестве моральной поддержки присутствуйте на первом приеме. Если вы прониклись к врачу доверием, обращайтесь к нему за советами по своему поведению.
8. Важно, чтобы оба родителя были едины и последовательны. Будьте заодно в своем подходе. Не позволяйте ему играть на Ваших разногласиях. Ополчитесь только против неправильного поведения: не ополчайтесь на своего ребенка, как на личность. Выразите свою безусловную любовь к нему или ней.
9. Не поступайте жесткостью требований, старайтесь сохранить открытость в общении.
10. Доверие ребенку должно быть возвращено, как только он прекратил употреблять наркотики (не обсуждать проблему, не вспоминать старые грехи). Разговор про наркотики только по его инициативе.
11. Не набрасывайтесь на ребенка сразу, если Вам показалось, что он начал употреблять героин. (При электромагнитных перепадах у выздоравливающего наркомана бывают очень похожие на прием героина симптомы). Понаблюдайте, позвоните врачу. Вместо длительных выяснений, сдайте кровь на экспертизу. Будьте осторожны с наркологическими препаратами и советами друзей. Все препараты должен назначать врач.
12. Помогите ребенку найти свои духовные интересы.
13. Позаботьтесь о себе. Обратитесь за помощью. Посещайте группы психологической поддержки созависимых.

Чего не должны делать родители, если они узнали, что подросток употребляет ПАВ

Если в семью пришла беда, перед родителями возникают две равноценные по значимости задачи: во-первых, сделать все возможное для того, чтобы спасти попавшего в беду ребенка, а во-вторых, не поддаваться самим разрушительному действию наркотика – проникая в семью он затрагивает всех ее членов без исключения (так называемые, созависимые семьи). Все это чаще всего приходится делать в состоянии эмоциональной подавленности, испытывая страх, растерянность, граничащие с паникой.

Ошибки и неверные ходы, которые способны усугубить ситуацию

1. Скандалами, обвинениями вы не решите проблему. Бойтесь скандалов! Ребенок не виноват в том, что делает то, что ему интересно – это его поиск, и, как мы уже знаем, у него есть немало поводов и возможностей попробовать наркотик. На первых порах это не его, а ваша проблема: ему весело и интересно, а страх испытываете вы. Можно сосредоточить его внимание на вашем состоянии, ваших переживаниях. Но лучше, если вы дадите ему возможность заметить негативные изменения в его жизни – неудачи в учебе, потерю друзей, перемену интересов. Пусть он пожалеет о потерянном.
2. Не стоит в резкой форме выражать свое отношение к наркоманам – среди них могут быть друзья вашего ребенка.
3. Не стоит сразу окружать ребенка чрезмерной заботой и вниманием. Он должен понять ваше отношение к его «выбору» и привыкнуть к тому, что «носиться» с ним никто не собирается.
4. Не стоит ослаблять контроль за действиями ребенка. Не давайте лишние карманные деньги. Уберите ценные вещи. У него должны возникнуть трудности с приобретением наркотика.
5. 5. Будьте рядом. Дайте ему понять, что вы по-прежнему любите его и готовы помочь ему.
6. Наркоману можно помочь только в том случае, если он сам этого захочет. Чтобы все приведенные выше советы не понадобились родителям, необходимо изначально не доводить ситуацию до состояния проблемы. А значит, семья должна строить свои взаимоотношения с ребенком с учетом знаний законов развития личности и семьи.