

**Психоактивное вещество** — любое химическое соединение (или смесь) естественного или искусственного происхождения, которое влияет на функционирование центральной нервной системы, приводя к изменению психического состояния.

Обычно формирование зависимости связывают со злоупотреблением ПАВ, его систематическим применением. Вся подростковая среда с учетом, конечно, возрастной специфики является объектом ранней профилактики.

### **Предпосылки и мотивы употребления психоактивных веществ:**

#### **Социальные:**

- неблагополучная семья (алкоголизм или наркомания родителей, низкий материальный уровень, отсутствие эмоционального контакта, неполная семья)
- широкое распространение злоупотребления психоактивными веществами в данной местности
- активная пропаганда в средствах массовой информации направлений молодежной субкультуры, связанных с употреблением ПАВ
- отсутствие реальной программы досуга, занятости несовершеннолетних

#### **Конституционно-биологические причины:**

- наследственная отягощенность психическими или наркологическими заболеваниями

#### **Индивидуально-психологические:**

- подражание взрослым или авторитетным сверстникам
- попытка нейтрализовать отрицательные эмоциональные переживания
- стремление соответствовать обычаям значимой для подростка группы сверстников
- аномальные черты личности (чрезмерные авантюризм, возбудимость, заниженная самооценка, повышенная конформность, неустойчивость характера)
- реакция протеста, направленные против старших родителей, педагогов)
- любопытство, подчинение давлению и угрозам.

### **Вы можете заподозрить употребление Вашим ребенком ПАВ, если замечаете, что его поведение меняется:**

- утрата старых друзей, отказ познакомить Вас с новыми
- сужение круга интересов, потеря интереса к бывшим увлечениям, хобби и пр.
- нарушение памяти, неспособность логически мыслить, резкое снижение успеваемости
- резкие перемены в характере, чрезмерная эмоциональность, не обусловленная реальной обстановкой. Настроение колеблется: от безудержного веселья до депрессии.
- непривычная раздражительность и агрессия
- замкнутость: ребенка перестают интересовать события в семье, в классе
- сокрытие от Вас мест, которые он посещает, того, с кем и чем планирует заниматься, и пр.
- телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами
- стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола, шкафулки и пр.
- нарушение сна: бессонница или настолько крепкий сон, что не представляется никакой возможности его разбудить или сделать это намного труднее, чем было раньше
- необъяснимое повышение аппетита или, наоборот беспричинная потеря его, частые простудные заболевания
- долгое (вплоть до нескольких суток) отсутствие дома.



### **Рекомендации родителям Какие же вопросы должны обсуждаться в первую очередь?**

- что такое алкоголь, табак и наркотики
- что некоторые люди злоупотребляют алкоголем, курят и употребляют наркотики, несмотря на доказанную вредность этих привычек для здоровья
- что любое вещество, поступающее в организм кроме продуктов питания, может оказаться крайне опасным для здоровья
- что необоснованное применение лекарственных препаратов может привести к значимым нарушениям функций организма, ослабить здоровье, а иногда обусловить смертельный исход
- что все вредные привычки являются самостоятельными заболеваниями, сопровождающиеся развитием трудно устранимой психической и физической зависимостью.

#### **Как реагировать, если ваш ребенок подтвердил, что употребляет ПАВ?**

1. Будьте спокойны, держите себя в руках, ведь для вашего ребенка было очень сложно рассказать вам о том, что он выпивает (курит), и он, в свою очередь, ждет от вас поддержки и помощи, а вовсе не нервного срыва.
2. Поблагодарите ребенка за доверие и честность и четко обозначьте свою позицию: «Я люблю и принимаю тебя, но я не принимаю употребление алкогольных напитков и т.д.».
3. Постарайтесь узнать, как долго, что именно и в каких количествах ребенок употребляет, что он получает от употребления, но помните, это не допрос, а беседа, будьте тверды, но внимательны к чувствам ребенка.
4. Обратитесь за помощью к специалистам (психологу, социальному педагогу).

**Приобщайте ребенка к регулярным занятиям спортом, заботе о здоровье тела.**

**Уважаемый родитель,  
соблюдайте принципы здорового  
воспитания:**

**Принцип №1:** Одобряйте, хвалите ребенка за незначительные успехи и достижения. Поощряйте даже скромные достижения, и почаще. Его упорство и попытки что-либо сделать важнее полученных результатов.

**Принцип №2:** Помогайте Вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

**Принцип №3:** Оценивайте и исправляйте поступок или действие, а не личность самого ребенка.

**Принцип №4:** Поручите Вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Ребенок, который имеет постоянное поручение по домашним делам, ощущает себя частью команды и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

**Принцип №5:** Показывайте ребенку, как Вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему. Объятия, улыбка и слова: “Я люблю тебя” помогут ребенку ощущать Ваше хорошее отношение к нему.

**Принцип №6:** Рассказывайте о своих личных или религиозных установках и убеждениях, относительно пьянства и потребления наркотиков.

**Принцип №7:** Стимулируйте участие Вашего ребенка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать.

**Принцип № 8:** Делайте всё вместе со своим ребенком.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ  
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,  
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ  
«РАДОСТЬ»

**Что нужно знать родителям  
о профилактике  
употребления детьми  
психоактивных веществ**

ГБУ РХ «ЦЕНТР «РАДОСТЬ»  
Мы находимся по адресу:  
г. Абакан, ул. Белоярская, 60  
тел. (8-3902) 358-552, 358-814  
Часы работы: понедельник-пятница:  
8:30-17:30  
Наш сайт: [www.zentr-radost.ru](http://www.zentr-radost.ru)  
[www.zentr-radost.ucoz.ru](http://www.zentr-radost.ucoz.ru)  
E-mail: [rgoy-zhentr@yandex.ru](mailto:rgoy-zhentr@yandex.ru)

Детская общественная приемная:  
Часы работы:  
понедельник-пятница: 16:00-18:00  
Тел.: (8-3902) 358-552



Абакан