

## **Кто предрасположен к употреблению наркотиков. Возрастные особенности подростков**

Подростковый возраст охватывает период **от 10 до 15 лет**. Давно сложилось мнение, что этот возраст самый трудный. Так считают учителя, так думают родители, так считают все взрослые, окружающие подростков. Почему же возраст трудный?

Самые первые трудности в этот период связаны с бурным половым созреванием. Интенсивная физиологическая перестройка организма сопровождается бурным непропорциональным ростом, что вызывает появление чувства тревоги, повышенной возбудимости, депрессии. Подросток начинает чувствовать себя неуклюжим, неловким. Подростковый возраст часто называют возрастом «гормональных бурь», «эндокринных штормов», «скачком роста».

Незнание возрастных особенностей очень затрудняет взрослым контакт с подростками. Родителям предоставляется возможность сделать выбор: воспитывать своего ребенка с учетом возрастных особенностей и должным образом реагировать на поведение подростка или, в незнании, закрывать глаза на многие вещи, а значит, никак не помогать ребенку преодолевать возникающие трудности.

Первые признаки полового созревания – это появление всевозможных мучительных переживаний по разным поводам, что ведет к снижению самооценки. В данный период подростку нелегко бывает удержать субъективное ощущение собственного «Я», появляется много личностных проблем, одной из которых является половое влечение, изменяющее всю систему мотивов и переживаний.

Впервые возникают или заметно обостряются патологические реакции, увеличивающие рост психических и соматических заболеваний, затрудняется процесс формирования личности.

Даже совершенно здоровые подростки испытывают неустойчивость настроения, поведения, колебание самооценки, резкую смену физического состояния, самочувствия. Они очень ранимы, обидчивы. Часто наблюдается снижение успеваемости. Одной из главных причин снижения успеваемости, изменения поведения, возникновения аффективных переживаний является нарушение отношений подростка со сверстниками. Однако этот факт не осознается родителями. Отсюда и возникает очень серьезная проблема – неспособность окружающих подростка взрослых видеть его действительные переживания.

Подросток нуждается в помощи родителей, но они мало, чем могут помочь, не воспринимая его проблем. Взрослые тоже должны развивать в

себе способности увидеть проблемы общения своего ребенка со сверстниками не только с позиции взрослого, но и глазами своего ребенка, и при необходимости должны уметь помочь ему.

Подростковый возраст богат конфликтами и осложнениями, и его можно рассматривать как один сплошной затянувшийся конфликт. От взрослых, окружающих подростков, требуется пристальное внимание к каждому ребенку, предельная тонкость, деликатность, вдумчивость и осторожность при общении с ним.

В наши дни резко снижается возраст первого знакомства детей с наркотиками. Как свидетельствуют данные наркологических служб, 12 % несовершеннолетних потребителей психоактивных веществ пробовали их в 8-12 лет. Отмечены случаи употребления наркотических веществ даже в 6-7 лет.

Среди подростков есть определенная группа, особенностью которой является ориентированность на непрерывное получение удовольствия. Это очень демонстративное качество, которое без затруднения замечают взрослые. Поведение их отличается тем, что они не могут усидеть и минуты, не заняв себя чем-нибудь интересным. Это постоянные посетители аттракционов, игровых залов. Они бесконечно могут гонять в компьютерные игры; если ничем другим не заняты, то плотно сидят у телеэкранов, нетерпеливо перебирая каналы; совершенно не переносят одиночества. Чем-либо полезным они согласны заниматься только в том случае, если это сопряжено с приятным. Рутинная работа по обязанности их быстро утомляет, вызывая скуку, раздражение, тоску; и в то же время они могут без усталости, часами заниматься развлекательной безделицей. Для таких подростков самым мощным и устойчивым мотивом в жизни является удовольствие, в связи с чем они достаточно изобретательны, энергичны и настойчивы в деятельности, связанной с реализацией этого мотива. Как правило, такие молодые люди рано начинают пробовать алкоголь и от первых же приемов испытывают большое удовольствие; с жадностью прислушиваются к разговорам сверстников и взрослых о возможных приятных ощущениях и удовольствии при приеме наркотиков. Эти сведения могут глубоко запасть в их сознание и формировать устойчивые мотивы на пробы их. Понятно, что это одна из самых тяжелых категорий молодых людей в плане защиты от наркотического поведения. Тем не менее, их можно защитить взвешенной целенаправленной работой в семьях. Полезно работать по нескольким направлениям: первое - направить усилия на снижение гедонистической мотивации. В самом общем виде эту работу можно представить как воспитание, направленное на формирование реалистичных ожиданий молодого человека: "жизнь - это не сплошной праздник". Наверное, простыми нравоучениями этого сложно достичь. Самый разумный путь - попробовать перестроить все взаимоотношения в семье. И еще: разумнее проводить эту работу при

содействии и помощи опытного психолога или семейного терапевта. Второе: попытаться структурировать и направить гедонистические ожидания молодого человека в русло с наименее повреждающим эффектом.

Вероятно, мы не откроем большого секрета, если скажем, что гедонистические ожидания, то есть ожидания удовольствия и счастья, присущи большинству людей, в том числе и подросткам. Но, в отличие от предыдущей группы, эти ожидания реалистичны и неdestructивны. Опрос подростков показал, что 85-90% из них неоднократно слышали о чрезвычайно приятных ощущениях от приема наркотиков. Конечно, можно допустить, что в некоторых подростковых сообществах осведомленность по этому направлению может быть гораздо меньше. Но нулевой в подростковой среде она не может быть. В данном случае тотального потребления наркотиков молодежью не наблюдается в связи с тем, что у большей части подростков гедонистической мотивации противостоят сдерживающие мотивации в виде более четкого представления о вреде наркотиков. Значит, в общепопуляционном плане противопоставить гедонистической мотивации с успехом можно реалистичные представления о destructивном действии наркотиков. Из этого вытекает один очень важный момент: родители и педагоги с самыми благими намерениями очень красочно, эмоционально и ярко освещают негативные последствия приема наркотиков, абсолютно отрицая хорошо известный подросткам факт эйфоризирующего его действия. Такая стратегия умалчивания или отрицания реально существующего эффекта наркотика, как правило, вызывает негативное или в лучшем случае ироничное отношение к сведениям о наркотиках, предоставляемым старшими. Гораздо эффективнее не умалчивать этот факт, а представить его реалистично, в соотношении с разрушительными последствиями приема наркотиков. **Ведь психологи, педагоги, медики советуют: «Неважно, сколько лет вашим детям, неважно, заметили вы что-то странное в их поведении и физическом состоянии или нет – вам следует поговорить с ними о наркотиках».** Этот разговор не может быть преждевременным, так же, как его никогда не поздно начать. Любым способом вы должны довести до сознания ребенка (и чем раньше, тем лучше) мысль о вреде наркотиков. Начать можно с доступных их возрасту понятий, а затем расширить их представление об этом страшном зле.

Чтобы определить, не увлекся ли их ребенок наркотиками, родителям вовсе не нужно ждать от него каких-то эксцентричных поступков. Наркотики обычно изменяют самые главные проявления жизнедеятельности ребенка его сон, аппетит, манеру одеваться, разговаривать, делая их более беспорядочными, изменчивыми и все далее отодвигая их от прежней нормы.

Никогда не будет преждевременным ваш обстоятельный разговор с ребенком о наркотиках, и более того, чем раньше он состоится, тем будет лучше. Даже если детям по 8-9 лет, они уже в состоянии заметить присутствие наркотиков (табака, алкоголя и др.) в своем доме, и первое знакомство с ними - это всего лишь удовлетворение детского любопытства. Если вы умеете разговаривать со своими детьми, вы сумеете во время подробной беседы познакомить их с наркотическими веществами, с их воздействием на организм. И так же, как дети приучаются к осторожности на улице, они смогут понять необходимость сторониться наркотических средств.

Дети не всегда будут внимательны к вашим предупреждениям, но и вы себя в детстве вели так же. И все же, если вам удастся удержать ребенка от искушения попробовать наркотик, он может никогда, даже во взрослом состоянии, не встать на путь подобного эксперимента. Первое знакомство с наркотиком не всегда бывает приятным. Украденная где-то сигарета обжигает рот, вызывает тяжелый кашель. Вкус спиртного кажется ужасным, оно расстраивает кишечник. Никакого блаженства не приносит и затяжка сигаретой с марихуаной. Отнюдь не стремление к состоянию кайфа побуждает ребят снова и снова обращаться к наркотику, а лишь любопытство и желание приобщиться к опыту взрослых в этой области. Примерно одну треть подростков наркотики привлекают своей способностью изменить настроение, возбудить до состояния эйфории. И вот наступает такой момент, когда вечеринка без них уже кажется неудавшейся, и наркотики становятся уже просто необходимы, чтобы получить ощущение расслабления. Это значит, что подросток сделал первый шаг к наркозависимости.