Рубрика «Стоп, наркотик!»

О подростковой наркомании

**В основе психологических причин подростковой наркомании лежит потребность ребят в изменении своего эмоционального состояния. Около половины школьников называют интерес к необычным ощущениям и переживаниям главным мотивом употребления наркотиков.**

Зачастую наркотики связываются подростками с ситуацией праздника и служат для усиления чувства радости. У иных в качестве главного мотива возможность забыть о личных проблемах, выйти из стресса. Большинство подростков понимает, что наркотики не решат их жизненных проблем. Однако воспринимают их как способ адаптации к проблемной ситуации и снятия психологической нагрузки.

Одной из социальных причин употребления наркотиков является стремление подростков завязать отношения со сверстниками, стать «своими» в их компании. Вместе с тем, наркотики служат для усиления сплоченности внутри коллектива. Такие компании возникают на основе общих интересов — игра в карты, дискотеки, клубы, распитие спиртных напитков и употребление наркотиков.

Дайте сыну или дочери возможность увидеть те негативные изменения, которые начинают происходить в его жизни. При этом покажите ему свое отношение к подобному выбору. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. И постарайтесь, с первых минут, стать союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой. Сохраните доверие. Ваш собственный страх может заставить прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это, скорее всего, оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Возможно, для вашего сына или дочери это первое и последнее знакомство с наркотиком.

Будет лучше, если вы сможете поговорить с ребенком на равных. Выяснить, какие проблемы у подростка. Возможно, что наркотик — способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни. Оставайтесь открытым для своего ребенка. Пусть у него будет больше возможности обратиться к вам со своими трудностями. Постарайтесь найти больше времени для общения и совместных занятий, поощряйте интересы и увлечения подростка, которые смогут стать альтернативой наркотику; интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример.

**И. Л. АЛЕКСАНДРОВА,**

**клинический психолог СПб ГБУЗ Поликлиника №88**