**Наркомания. Что нужно о ней нужно знать?»**

***Наркотики*** – это токсические вещества, вызывающие поражение многих органов, снижающие иммунитет и приводящие к ранней смерти. Под действием наркотиков у человека происходят резкие изменения психики, появляются галлюцинации – видения, которые не существуют на самом деле. Человек начинает жить новыми ощущениями, ничего не замечая вокруг, ему могут казаться разные вещи. В таком состоянии человек способен на любые поступки и преступления, т.к. у него отсутствует контроль за своим поведением.

После того, как действие наркотика проходит, наступает очень болезненное состояние, вынуждающее снова применять наркотическое средство.

По мнению многих исследований, наркомания во многом связана с плохим настроением, очень часто молодые люди впадают в депрессии, из которых выходят тяжело. Иногда депрессия проявляется не только в тоске, но и в тревоге; обычно тревога бывает столь сильной, что человек плачет, не находит себе места и т.д. Депрессия может приводить к пьянству, самоубийству (суициду) и другим несчастьям.

***Суицид*** – акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания. Это созданный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь как высшая ценность теряет для данного человека смысл. *Резко возросло число самоубийств:*

в последние 5 лет число самоубийц в нашей стране превысило число убийств, а за 70 лет число самоубийств среди молодёжи возросло в 10 раз.

* *Что же толкает молодых людей на самоубийства?*

Проведен опрос подростков и молодых людей в возрасте от 13 до 18 лет (всего 150 человек).

У половины опрошенных хотя бы иногда возникали мысли о самоубийстве, а каждый десятый сказал, что думал совершить такую попытку, неудавшуюся в силу различных причин.

* *Почему у молодых людей возникает желание расстаться с жизнью?*

*Причины:*

1) конфликты в семье – 29 % опрошенных;

2) плохие отношения со сверстниками – 11,3 %;

3) частые депрессии – 18 %;

4) тяжёлое материальное положение – 5 %;

5) проблемы, связанные с учёбой – 11 %;

6) безвыходная ситуация – 8,7 %;

7) другое – 13 % (заблуждение, страх, неуверенность в себе, одиночество).

Наибольшее количество проблем, ведущих к суициду, связано ***с конфликтными ситуациями в семье.***

По данным другого опроса детей было выяснено, что родители часто прибегают к насилию по отношению к своему ребёнку.

*в начальной школе*

1) 39,4 % из 850 опрошенных детей ответили, что часто их бьют родители за плохие оценки;

2) 24,4 % - это бывает постоянно;

*в старших классах (опрошено 300 человек)*

1) 50,2 % считают своё положение в семье равноправным;

2) 8,7 % - занимают в семье положение человека, вынужденного только подчиняться;

3) 2,4 % - одиноки, их никто не понимает и не любит;

4) 9,3 % - ощущают постоянную опеку;

5) 4,3 % - считают, что создают проблемы в семье;

6) 1 % - посторонние в семье.

Некоторые дети отметили, что родители редко обращают внимание на их настроение.

Была установлена следующая зависимость: среди тех, кто никогда не задумывался о самоубийстве, отношения с родителями в основном хорошие, тогда как у потенциальных самоубийц – удовлетворительные и плохие.

Конфликты в семье особенно значимы для 13 – 16 – летних, для тех, кому 17 – 18, наиболее важны проблемы со сверстниками.

Исследования показали, что нервная депрессия не просто серьёзное заболевание – она имеет генную природу, т. е. передаётся по наследству.

Есть и другие факторы: употребление алкоголя и наркотиков. 21 % хотя бы время от времени употребляют наркотики, 85 % - алкогольные напитки.

Большинство опрошенных считают попытку самоубийства проявлением

отчаяния – 60 %;

слабости – 18,2 %;

смелости – 6,3 %;

безысходности – 6,3 %;

глупости – 3,7 %.

Итак, семья и школа – два социальных института, играющих решающую роль в предотвращении суицидальных явлений у молодёжи. Их влияние будет тем эффективнее, чем полнее и глубже они будут использовать свои возможности, дополняя и обобщая воздействия друг друга.

***С какого же возраста возможна депрессия?***

Депрессия за последние годы значительно «омолодилась» Уже с конца 80-ых годов представления о депрессии несколько изменились: оказалось, что она явно помолодела и стала встречаться не только у 12 – 14-летних подростков, но и у 8 – 10-летних мальчишек и девчонок.

Помимо явно выраженной депрессии, существует и скрытая депрессия, или депрессия в маске. Маска бывает самая разнообразная, но чаще - соматическая: и там болит, и здесь болит, какие-то неприятные ощущения.

Причины ранних депрессий почти всегда социально обусловлены. Я бы выделила наиболее важные:

1. Недостаточное общение матери и ребенка в раннем детстве: мать вечно спешит и на ребенка не остается времени. Ведь с ребенком (тем более грудным) нужно много разговаривать, ласкать его, улыбаться ему. Если этого нет, то последствия нарушенного контакта матери и ребенка будут ощущаться долго, если не всю жизнь, и одним из универсальных проявлений недостаточного контакта будет стойкое снижение настроения у ребенка. Поэтому мать должна знать, что она обязана уделять максимум внимания прежде всего своему ребенку, а потом всему остальному.
2. Неудержимо увеличивающаяся интеллектуальная, эмоциональная и сенсорная нагрузка на ребенка. Сейчас нужно больше знать, чем раньше, и знать лучше, чем раньше. Чтобы достичь успеха, нужно много работать, и чем раньше человек начнет гнаться за успехом, тем быстрее он придет к удачному финишу. А за такую гонку приходиться расплачиваться неврозами, депрессиями.
3. Увеличение количества стрессов, действующих на ребенка: хамство окружающих, несправедливость, нетерпимость, стремление отыграться на подрастающем поколении, выместить на нем свои ущемленные комплексы и неотреагированные переживания.

И именно в таком состоянии – депрессивном - некоторые молодые люди и совершают первые шаги к употреблению наркотиков.

Около 50% - 80% всех наркоманов впервые попробовали наркотики не потому, что их соблазняли наркоманы, не потому, что страдали нарушением влечений, - они попробовали в первый, второй и третий раз исключительно из любопытства, а потом уже не смогли или не пожелали остановиться. Употребление наркотиков носит характер моды. Какая-то неведомая сила тянет человека следовать строго определенной моде – и в одежде, и в поведении, и в идеологических симпатиях.

***Памятка для родителей***

* Вы должны быть своему ребенку самым близким человеком, независимо от тех трудных ситуаций, в которые он может попадать.
* Если ребенок выходит из под вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к специалистам, чтобы ее решить.
* Если ваш ребенок пьет спиртные напитки, курит, вы не застрахованы от того, что он может принимать наркотики.
* Если вашему ребенку дома плохо, если он живет в мире ссор и скандалов, то он может оказаться в компании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью наркотиков.
* Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья вашего ребенка.
* Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребенка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.
* Если ваш ребенок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, вам необходимо срочно обратиться к специалистам.
* Помните! Если ребенок принимает наркотики, значит, в его воспитании вы допустили серьезные просчеты. Не усугубляйте их.