**Как понять, что ваш ребёнок имеет опыт употребления психоактивных веществ!**

Очень часто первые эксперименты с ПАВ связаны не только с простым любопытством, но и с неумением ребёнка регулировать свои потребности, прогнозировать последствия своего поведения.

**Основные признаки начала употребления ребёнком алкоголя и наркотических средств**

Заподозрить начало употребления ребёнком ПАВ можно, если вы замечаете:

**Физиологические признаки:**

1. Бледность или покраснение кожи.
2. Расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза.
3. У ребёнка время от времени нарушается речь (становится замедленной, либо ребёнок говорит «взахлёб», скороговоркой); походка, координация движений.
4. Следы уколов, порезов, «расчёсы» на руках.
5. Нарушения сна, аппетита - обжорство или ничего не ест.
6. Хронический кашель.
7. Резкие скачки артериального давления.
8. Расстройства ЖКТ.

**Поведенческие признаки:**

1. Частые беспричинные смены настроения – вспышки гнева, плаксивость.
2. Скрытность, воровство, ложь, заторможенность или чрезмерное возбуждение.
3. Потеря способности к логическому мышлению, ухудшение памяти, внимания.
4. Внешняя неопрятность, «зашифрованные» телефонные разговоры.
5. Резкая смена круга общения в сочетании со снижением успеваемости.
6. Ребёнок часто просит деньги, но объяснить, на что они ему нужны, не может.
7. Появление пропаж вещей из квартиры.
8. Общение ребёнка с асоциальными компаниями.
9. Для выявления признаков начала употребления ребёнком наркотиков можно использовать «стрип-тесты», которые продаются в аптеках и представляют собой полоски, типа лакмусовой бумажки, которые погружают в мочу ребёнка. Результат появится через 5 минут.

**Основные ошибки, которые допускают родители в случае возникновения проблемы употребления ребёнком ПАВ**

1. **Игнорирование родителями проблемы.**
2. **Стремление родителей сохранить в строжайшей тайне употребление ребёнком наркотиков.**

Родные и близкие друзья семьи, не зная о проблеме, могут легко дать деньги на очередную дозу. Конечно, круг осведомлённых не должен быть широким и в него должны войти самые близкие и проверенные люди.

1. **Преступление и наказание.**

Упрёки, угрозы, скандалы малоэффективны т.к. ребёнок может потерять доверие к родителям, и будет искать другое более приятное место. Подросток нуждается от родителей в конкретных делах и советах, а не в чтении моралей и угрозах!!!

1. Полное прекращение общения с ребёнком
2. Полный контроль переписок и общения. Кажется, что проблема где-то «вне» и если разомкнуть цепь, то всё прекратится. Но это не так – проблема внутри.
3. **Посыпание головы пеплом.**

Ощущение родителями вины за произошедшее выгодно для подростка, т.к. борьба с пагубной привычкой как бы перекладывается на плечи «виноватых». Ребёнок начинает манипулировать родителями. Чувство вины зачастую заставляет взрослых поддаваться ребёнку, так как они стремятся загладить свою вину. Покрывают, выгораживают и компенсируют ущерб. Чем больше родитель берёт проблемы на себя, тем хуже: ребёнок понимает, то удовольствие – его, а последствия –родителей. Это только усугубляет ситуацию.

**Что делать родителям, если ребёнок употребляет ПАВ?**

**Открыто поговорить!**

1. Следует ещё раз убедиться в обоснованности собственных предположений, понаблюдав за поведением подростка. Если опасения подтверждаются, необходимо спокойно поговорить с подростком и объяснить, что именно в его поведении настораживает и попросить его объяснить происходящее. Не стоит обвинять его в лживости!
2. Спросить об употреблении прямо и без давления. Не требовать немедленного ответа, предоставить подростку время подумать.
3. Сказать, что вы готовы помочь, а не устраивать истерику. Важно помнить, что тяга к ПАВ сама не пройдёт! Необходимо незамедлительное лечение, терапия!

**Этапы лечения выглядят так:**

1. **Детоксикация** (3-7 дней). На этом этапе нельзя останавливаться! Иначе возникнет опасная практика: ситуация поправима, можно прийти в себя и употреблять дальше.
2. **Стабилизация** (1-3 месяца). Тяжёлое состояние: жить без искусственной радости сложно – реальность кажется серой и бессмысленной. В этот период велик риск «сорваться».
3. **Реабилитация** (1-5 лет)

***Реабилитация бывает разной и зависит она от готовности самого подростка лечиться.***

Виды реабилитационных программ:

- **«12 шагов»**

**- христианские программы**

**- терапевтическое сообщество**