

Уважаемые родители!

Ваш ребенок вступил в важный и ответственный период жизни – студенческие годы. Это время новых знакомств, свободы, самоопределения и, к сожалению, новых рисков. Одним из самых серьезных вызовов является риск вовлечения в потребление наркотических средств и психотропных веществ.

Цель этих рекомендаций – повысить вашу информированность, вооружить вас практическими знаниями и помочь выстроить доверительный диалог с вашим уже взрослым ребенком для его защиты от этой опасности.

Раздел 1: Как говорить с ребенком о наркотиках? (Профилактическая беседа)

Забудьте о формате строгого запрета и нравоучений. Студент – личность, которая ценит уважение к своему мнению.

Выбирайте правильный момент: Спокойная, неформальная обстановка. Не после ссоры или плохой новости.

Будьте собеседником, а не лектором: Начните с вопроса: «В техникуме/общежитии проводят лекции о вреде наркотиков? Что ты об этом думаешь?». Спросите о его отношении к этой проблеме.

Опирайтесь на факты, а не на страшилки: Современные молодые люди скептически относятся к запугиванию. Используйте научные данные, истории из жизни (например, известных людей).

Обсуждайте последствия, которые для него важны:

Здоровье: Не «умрешь», а «разрушишь печень за 2-3 года», «испортишь кожу и зубы», «столкнешься с импотенцией/бесплодием», «получишь необратимые повреждения мозга».

Учеба и карьера: «Сорвешь сессию», «потеряешь возможность стажироваться», «испортишь репутацию», «будешь неспособен к концентрации».

Социальная жизнь: «Потеряешь настоящих друзей», «окажешься в окружении, которое тебя использует», «станешь изгоем».

Финансы: «Это дорого. Ты будешь тратить все деньги, влезешь в долги, начнешь продавать свои вещи».

Сформулируйте четкую семейную позицию: Спокойно, но твердо скажите: «В нашей семье это неприемлемо. Я тебя люблю и всегда буду на твоей стороне, но употребление наркотиков – это та черта, которую переходить нельзя. Если у тебя будут проблемы, ты всегда можешь прийти ко мне».

Раздел 2: Признаки возможного вовлечения в потребление наркотиков

Важно не стать параноиком и не искать признаки там, где их нет (усталость после сессии – это норма). Но бдительность необходима. Обращайте внимание на комплекс изменений, длящихся более 1-2 недель.

Поведенческие признаки:

Резкие перепады настроения: Неадекватная веселость, смехливость сменяются апатией, агрессией, раздражительностью.

Изменение ритма жизни: Ночная активность, дневная сонливость.

Потеря интересов: Бросает учебу, хобби, спортивную секцию.

Смена круга общения: Старые друзья исчезают, появляются новые, с которыми он не хочет знакомить. Разговоры по телефону становятся короткими, загадочными («дело», «встреча»).

Проблемы с учебой: Пропуски, снижение успеваемости, конфликты с преподавателями.

Финансовые проблемы: Постоянные просьбы денег, пропажа денег из дома, ценных вещей.

Лживость, скрытность, уход от ответов на прямые вопросы.

Физиологические признаки:

Глаза: Суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет; «стеклянный» взгляд; покраснение склер.

Изменение аппетита и сна: От полного отсутствия аппетита до приступов обжорства; бессонница или чрезмерная сонливость.

Речь: Замедленная, невнятная, чрезмерно быстрая.

Координация: Нарушение походки, покачивание при отсутствии запаха алкоголя, мелкое дрожание пальцев.

Внешний вид: Неопрятность, пренебрежение гигиеной, ношение одежды с длинными рукавами (чтобы скрыть следы уколов) в жаркую погоду.

Находки, которые должны насторожить:

Неизвестные таблетки, порошки, капсулы, сухие травы.

Шприцы, иглы, жгуты.

Маленькие ложечки, свернутые купюры, фольга.

Пустые пузырьки из-под лекарств, капли для глаз (используются для маскировки покраснения).

Раздел 3: Последствия потребления наркотиков

Донесите до ребенка, что это не «баловство на раз», а путь в никуда.

Физиологические:

Необратимое разрушение мозга (снижение интеллекта, памяти, психозы).

Разрушение печени, почек, сердечно-сосудистой системы.

ВИЧ, гепатиты В и С (при инъекционном потреблении).

Передозировка и смерть (особенно с учетом распространения синтетических наркотиков).

Психические:

Депрессия, паранойя, галлюцинации, суицидальные мысли.

Полная деградация личности: утрата интереса к жизни, воли, эмоций.

Социальные:

Потеря друзей, семьи.

Исключение из учебного заведения.

Невозможность устроиться на хорошую работу (испорченная репутация, проблемы с законом).

Финансовое банкротство, долги.

Раздел 4: Ответственность за участие в незаконном обороте

Объясните, что опасность представляет не только потребление, но и любое соприкосновение с запрещенными веществами.

Уголовная ответственность (по Уголовному кодексу РФ):

Статья 228. Приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств. Наказание: от крупного штрафа до лишения свободы на срок до 15 лет (в зависимости от размера – значительный, крупный, особо крупный).

Статья 228.1. Сбыт наркотических средств. Это самое тяжкое преступление в этой сфере! Наказание: от 4 лет до пожизненного лишения свободы. Важно: Сбытом может считаться даже «поделиться» дозой с другом бесплатно.

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств. Наказание: до 15 лет лишения свободы.

Статья 232. Организация притонов для потребления наркотических средств.

Административная ответственность (КоАП РФ):

Статья 6.9. Потребление наркотических средств без назначения врача. Штраф или административный арест до 15 суток.

Статья 20.20. Потребление в общественных местах.

Статья 20.22. Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних.

Ключевой посыл для студента: Даже одно неверное решение – «подержать», «передать», «продать, чтобы самому купить» – может перечеркнуть всю жизнь: карьеру, возможность путешествовать, репутацию и свободу.

Раздел 5: Что делать, если вы заподозрили неладное? Алгоритм действий

Не паникуйте и не устраивайте скандал. Это может загнать ребенка в глухую оборону или спровоцировать его на побег.

Соберитесь с мыслями. Проанализируйте все признаки, убедитесь, что это не случайное стечение обстоятельств.

Начните спокойный разговор. Скажите о своей любви и тревоге. Опишите конкретные изменения в его поведении, которые вас беспокоят: «Я заметил, что ты стал очень скрытным, у тебя проблемы со сном, из дома пропали деньги. Я очень волнуюсь. Давай поговорим».

Предложите помощь. Не обвиняйте, а поддержите. «Если у тебя есть проблема, мы вместе справимся. Давай обратимся к специалисту».

НЕ МЕДЛИТЕ С ОБРАЩЕНИЕМ К ПРОФЕССИОНАЛАМ:

Нарколог (в государственном или частном диспансере). Консультация может быть анонимной.

Психолог/психотерапевт, специализирующийся на зависимостях.

Телефон доверия: Всероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей: 8-800-2000-122.

Ни в коем случае не покрывайте и не решайте проблемы за него, если факт употребления подтвердился (например, платите долги). Это только усугубит ситуацию. Единственный верный путь – профессиональное лечение.

Заключение:

Уважаемые родители, ваш авторитет, доверительные отношения и вовлеченность в жизнь ребенка-студента – главный защитный фактор. Вы не можете контролировать каждый его шаг, но вы можете быть для него опорой, примером и источником правдивой информации. Будьте внимательны, будьте рядом.