

# *Как уберечься от наркотиков*

**Наркотическая зависимость** – это периодическое употребление наркотического вещества, несмотря на вред, причиняемый организму. Вначале наступает психическая зависимость, когда у человека возникает непреодолимое стремление, желание, получить дозу все снова и снова. Затем наступает физическая зависимость, когда организму жизненно необходимо введение наркотика.

Разные *виды наркотиков* действуют на организм по-разному. Одни *успокаивают* нервную систему, отступают страхи, уходит чувство беспокойства; другие *возбуждают*, придают уверенности в себе, повышают активность; третьи *уводят* из реального мира *в мир фантазий*. Такое «благоприятное» действие наркотиков в результате приводит человека к возникновению зависимости. И человек не берет в расчет то обстоятельство, что наркотики токсично влияют на его психику и на организм в целом. Ведь при длительном потреблении наркотиков личность начинает деградировать. Человек становится неспособен к принятию решения, у него усиливается чувство лени, безразличия к своему внешнему виду. И как результат из-за приобретенных болезней или от передозировки наступает смерть в достаточно молодом возрасте.

Причиняя себе вред, человек как бы обвиняет окружение в том, что с ним плохо обходились. В то же время он бессознательно стремится быть услышанным, воспринятым. Принимая наркотики, человек совершает медленное самоубийство.

***Почему же у некоторых людей возникает потребность в принятии наркотиков?***

Также как и при алкогольной зависимости наркотики «защищают» человека от переживания негативных чувств и эмоций, которые в трезвом состоянии он не может выносить. Все его чувства и мысли центрируются на себе, поскольку он не способен в реальности сблизиться с людьми, строить и поддерживать с ними надежные, крепкие отношения, полные чувств и переживаний. И только на первый взгляд он кажется сильным и энергичным, а внутри слабый, нецелеустремленный. Наблюдения показали, что такому человеку невыносимо испытывать боль, напряжение, разочарование, при сильном стремлении получать удовольствие. С помощью фармакологического действия вредоносных веществ человек способен повысить собственную самооценку, взбодриться, избавиться от застенчивости и т.д. Причиной таких комплексов являются отголоски негативного опыта отношений детства. Сказывается неудовлетворенность потребностей в уважении, любви, признании. Переизбыток зла, наказаний, оскорблений, неприятия, непонимания, безразличия.

Психоаналитические исследования объясняют *возникновение* наркотической зависимости как остановку в психосексуальном созревании, ведущей к

оральной неудовлетворенности. Поскольку потребность не может быть удовлетворена полностью никогда, человек реагирует на это враждебно, в случае замыкания в себе, возникает психическое расстройство. Наркотик является проводником в удовлетворении этой потребности. Общество, для которого такой человек является аутсайдером, осуждает его, что только усиливает его враждебность и в то же время вызывает сильнейшее чувство вины. Такое состояние зачастую приводит к депрессии.

***Факторы риска возникновения наркотической зависимости:***

- воспитание в деструктивной семье, при отсутствии взаимных эмоциональных контактов;
- в семье с регидным, жестким лидером;
- в неполной или распавшейся семье;
- в семье с конфликтующими родителями;
- в семье, злоупотребляющей алкоголем и наркотиками;
- в экономически неблагополучной семье.

В подростковом возрасте ребенок начинает острее всего осознавать неблагоприятную обстановку собственной семьи, что может спровоцировать принятие наркотиков. Главное не проглядеть этот момент и вовремя прийти на помощь.

***Что же делать? Как уберечь своего ребенка от принятия наркотиков?***

Родителям необходимо:

- поддерживать в подрастающих детях стремление к самостоятельности и независимости;
- сохранять доверительные, близкие отношения с детьми, чтобы они были способны устоять под влиянием окружающей неустойчивой среды;
- информировать детей об алкоголе и различных видах наркотиков;
- помогать приобретать виды на будущее, включая образование;
- учить грамотно общаться со сверстниками и противостоять их дурному влиянию;
- научиться говорить «нет»;
- развивать дружеские отношения со сверстниками;
- помогать справляться с неудачами.

На основании вышеизложенного материала можно сделать вывод, что наркотическая зависимость обусловлена различными факторами, как индивидуальными личностными, социальными, так и психологическими. И если не удалось предотвратить беды, есть возможность прибегнуть к работе с профессионалами в этой области. В данном случае не достаточно воздействовать на одного человека, попавшего в беду. Важной составляющей воздействия является работа со всей семейной системой, которая включает три вида психологической работы: индивидуальную, групповую, семейную.