

## **Первый разговор с подростком при подозрении на то, что он употребляет наркотики**

### **Что необходимо сделать родителям.**

#### ***1. Подготовиться:***

- На листе бумаги сделать список того, что происходит с ребенком за последнее время – 1-2 недели – с указанием дат, что позволяет:
  - систематизировать знания о ситуации;
  - быть более спокойным/и и объективным/и во время беседы;
  - убедить ребенка в том, что его поступки контролируются.
- Напишите список родственников, родителей друзей ребенка, учителей, которым вы доверяете, и которые значимы для вашего ребенка.
- Узнайте адрес медицинского учреждения, где можно пройти тест на наркотики и адреса аптек, где можно купить тест-полоски.
- Вести разговор следует, по возможности, обоим родителям.
- Выбрать время, когда ребенок не под воздействием наркотиков, не голоден.
- Выбрать место.
  - Разговор может проходить в комнате ребенка, но лучше, если он будет проходить на «нейтральной» территории, например, в гостиной.
  - Лучше, если расстояние между вами и ребенком будет около 1,5 метров.
  - Лучше, если вы сядете на стулья или в неглубокие кресла лицом друг к другу, для того, чтобы смотреть друг другу в глаза.

#### ***2. Ведение разговора:***

- Спокойным, но твердым тоном (без металла в голосе), не обвиняя, применяя «Я»-высказывания: «Я/Мы обнаружил/и, что...», «Я/Мы

думаем, что...» сообщите сыну или дочери о том, что вы предполагаете употребление наркотиков им/ею.

- Подчеркните, что ваши действия продиктованы любовью и тревогой за него/нее. ***Ни в коем случае не кричите и не обвиняйте ребенка!***
- Приведите собранные вами доказательства, свидетельствующие об употреблении.
- Попросите его/ее объяснить свое поведение.
- Внимательно, спокойно и доброжелательно выслушайте все высказывания и доводы ребенка.
- Скажите, что вы не одобряете употребление наркотиков, что такое поведение противоречит правилам и нормам вашей семьи. Отстаивая свою точку зрения, можете установить для него/нее правила проживания в семье, и, если вы их установили, следуйте им сами и не позволяйте отступать от них ребенку (например, что вы не будете давать денег на дискотеку и т.д.).
- Не читайте мораль. Не угрожайте наказанием, вы можете спровоцировать уход ребенка в его привычную компанию.
- Объясните опасные последствия употребления наркотиков (передозировки, заражение ВИЧ, проблемы в получении образования и работы).
- Не верьте его уверениям, что он справится без посторонней помощи и попытайтесь уговорить обратиться к специалистам.
- Скажите, что он/она уже достаточно взрослый/ая, чтобы отвечать за свои поступки, но вы можете найти необходимую помощь и обеспечите любую поддержку, которая необходима, для того, чтобы остановить употребление.
- Сообщите ребенку, что вы поговорите о ситуации с родственниками, учителями, родителями друзей, которым ребенок доверяет.
- В первом разговоре ребенок может категорически отрицать употребление наркотика. В таком случае скажите, что вы верите, но

чтобы убедить вас в неправоте, он/она должен пройти тест на наркотики. Предложите на выбор, или пойти в медицинское учреждение или провести тест дома. Тест-полоски на определение наркотика в моче продаются в аптеке.

***3. Обратитесь за помощью к врачу наркологу с ребенком, если он/она признался в употреблении, или сами, если ребенок отрицает факт приема наркотика.***