



ДЕТИ И наркотики

050 557 4010

• www.vapu.fi

• [vapuu@faro.fi](mailto:vapu@faro.fi)

Важные вопросы для обсуждения

Употребление наркотиков может коснуться разных семей в социальном плане. Согласно исследованиям, в настоящее время в Финляндии насчитывается около 30 000 проблемных потребителей наркотиков. Если вы живете рядом с употребляющим наркотики, ваше собственное здоровье и благополучие под угрозой. Наиболее распространенными симптомами, которые испытывают близкие, являются депрессия, бессонница и различные психосоматические симптомы.

Также употребление наркотиков вызывает множество противоречивых чувств. Трудно любить и в то же время ненавидеть и стыдиться того, что делает ваш близкий человек.

Обеспечение возможности употребления наркотиков является горячо обсуждаемой темой. Это означает, что член семьи, употребляющий наркотики, избегает последствий своего употребления. Еще один момент, вызывающий много вопросов, — можно ли давать деньги члену семьи, употребляющему наркотики. Это не рекомендуется в принципе, но решение принимают сами близкие. Третья сторона не может взять на себя ответственность за дела, касающиеся семьи, каждый человек и его жизненная ситуация индивидуальны.

Употребление наркотиков членом семьи часто сопровождается беспомощностью, страхом перед будущим и чувством вины за то, что он не сделал все возможное, чтобы помочь ребенку справиться с ситуацией. Нужно помнить, что ситуация может в любой момент поменяться. Употребление наркотиков может быть периодом жизни, который заканчивается лечением, реабилитацией или изменением жизненной ситуации.

Как разговаривать с несовершеннолетними детьми?

- Если ваш ребенок до 18 лет употребляет наркотики, необходимо помнить, что несмотря на свое поведение, он все еще ребенок. В конечном итоге ответственность за него несут родители или опекуны.
- Важно вмешаться как можно раньше - поговорить искренне и открыто.
- Что касается возможного употребления наркотиков, можно прямо спросить: «Употреблял ли ты какие-либо наркотики, если да, то какие?»
- Иногда легче дать прямой ответ на прямой вопрос, например: «Ты употреблял коноплю вчера вместе с друзьями?»
- При необходимости стоит подключить профессиональную помощь: со стороны школы, медицинских и социальных служб. Подростку было бы хорошо остановиться и подумать о рисках и возможных последствиях, связанных с употреблением наркотиков.
- Согласно Закону о защите детей, ребенок должен быть взят под опеку, если что-то в его поведении серьезно угрожает здоровью и развитию, например, употребление одурманивающих веществ. Местные медицинские и социальные службы, а также молодежный центр помогают несовершеннолетним. Информацию об услугах в вашем населенном пункте можно найти на сайте социального обеспечения.

Что делать, если взрослый ребенок употребляет наркотики

- При рекомендациях по лечению важно принимать во внимание точку зрения самого употребляющего на этот вопрос, уважать его как личность, несмотря на сложную ситуацию.
- Первоочередной задачей является обсуждение с ним обращения за лечением: будьте честными в своих опасениях или сомнениях, при этом не обвиняйте.
- Придерживайтесь фактов и скажите, какая ситуация или вопрос вызвали у вас беспокойство или сомнения.
- Такие серьезные разговоры могут вызвать негативные чувства, но также и облегчение от того, что больше не нужно скрывать правду.
- В Финляндии наркотическую зависимость не лечат принудительно, но состояние психического здоровья могут соответствовать критериям принудительного лечения (открытый психоз, суицидальность). Эти критерии оценивает врач.
- Самое важное в обращении за лечением – это мотивация к выздоровлению самого зависимого. Близкий человек не может стать трезвым вместо самого зависимого.
- В Финляндии лечение наркозависимости разделяют на лечение абстиненции и реабилитацию. По всей стране существуют отделения, предлагающие лечение. Решения о местах лечения и продолжительности лечения принимаются в региональной социально-медицинской службе, за исключением случаев платного лечения в частных клиниках.

Семейная жизнь и наркотики

Когда употребление наркотиков выходит на первый план, семья часто оказывается в кризисной ситуации, как и в случае со многими другими серьезными заболеваниями. Адаптация к ситуации и принятие того, что произошло, требует времени. Семейные будни меняются.

Обычно жизнь близких и членов семьи адаптируется к текущей ситуации. Отношения между ребенком и родителем сильно влияют на жизнь, ведь родитель сильно обеспокоен благополучием ребенка.

Психологическая работа, связанная с ситуацией и подходом к делу, индивидуальна для каждого члена семьи.

Ситуация затрагивает всех членов семьи и ближайшее окружение, например, друзей, родственников и соседей.

Члены семьи сами решают, кому они хотят честно рассказать о ситуации. Не обязательно всем об этом рассказывать, полезно подумать о себе, чтобы было безопасно и комфортно. Членам семьи крайне необходимо позаботиться о себе, даже если зависимый продолжает употреблять наркотики.



ПОМНИТЕ!

Дайте себе возможность высказаться

Некоторые думают, что употребление психоактивных веществ – это личное дело. Однако это не так. Употребление психоактивных веществ близким человеком влияет на жизнь многих окружающих его людей. Тема наркотиков может быть сложной, но поговорить о ней стоит. Расскажите, какие чувства вызывает у вас употребление психоактивных веществ вашим близким, как это влияет на вашу жизнь и какие страхи у вас связаны с этим. Также расскажите зависимому о своем беспокойстве. Помните, что обвинения, шантаж и угрозы не делают разговор конструктивным. Полезно обсудить употребление психоактивных веществ с близкими, даже если больших проблем пока нет.

Употребление психоактивных веществ близким человеком не ваша вина.

Отпустите чувство вины, ведь вы не несете ответственности за употребление психоактивных веществ вашим близким (даже если они говорят обратное). Вы можете поощрять перемены, но окончательная мотивация сократить или прекратить употребление психоактивных веществ всегда должна исходить от самого зависимого человека. Внешние побуждающие факторы редко приводят к окончательному решению.

Помните, вы не несете ответственности за выбор взрослого человека, и его также нельзя принудить к лечению.

Не лгите ради вашего зависимого близкого

Употребление психоактивных веществ вашим близким и возможный вред, который это может причинить ему, не являются вашими проблемами, поэтому не объясняйте и не лгите друзьям, родственникам или работодателю о том, что он сделал. Ложь легко приводит к цепочке лжи, которая испортит вашу жизнь и отношения.

Напоминания

- Не давайте денег зависимому, даже если он просит их, например, на еду. Деньги, скорее всего, пойдут на наркотики. Если вы хотите помочь, лучшим вариантом будет сумка с продуктами или другая материальная помощь. Нет необходимости отвечать на умоляющие или обвиняющие сообщения.
- Старайтесь избавляться от чувства стыда.
- Даже если близкий человек, употребляющий психоактивные вещества, плохо себя ведет на публике, вы не несете за него ответственности, и проблема не ваша. Стыд и секретность добавляют в жизнь ненужного давления и стресса, так что отпустите их.
- Определите свои границы и придерживайтесь их.
- Подумайте о своих границах с любимым человеком, употребляющим психоактивные вещества, и придерживайтесь их. Близкий человек, который употребляет наркотики, тянет окружающих в свою болезнь. Прежде чем вы заметите, что жизнь вращается вокруг зависимого близкого, ваша собственная жизнь отодвигается на второй план. Вот почему полезно осознавать свои собственные границы.
- Позвольте профессионалам помочь.
- Вы не несете юридической или терапевтической ответственности за жизнь человека, злоупотребляющего психоактивными веществами, поэтому позвольте властям и другим специалистам помочь. Вы можете обратиться, например, в местные социальные службы или в службу медицинской помощи, если близкий человек не может это сделать и ситуация требует выяснения. В острой, опасной для жизни ситуации всегда можно позвонить по номеру 112.

“У вас одна жизнь, берегите ее. Делайте то, что вам нравится, и набирайтесь сил.”

Почему следует обращаться за помощью?



- Вы важны – ищите поддержку и для себя.
- Не оставайтесь одни.
- Научно доказано, что посещение групп поддержки крайне полезны. Самый важный полезный элемент поддержки переживших такую же ситуацию – это осознание того, что вы не одиноки в сложной проблеме.

- Русскоязычная линия доверия VAPU по будням с 10.00 - 15.00 по номеру : 050 557 4010.
- Также вы можете получить помощь, например, от школьной медсестры, куратора или психолога.
- Если ребенку стало тяжело учиться или ходить на учебу из-за проблем, связанных с наркотиками, обратитесь к семейному консультанту. (Perheneuvola)
- Если проблема с наркотиками наблюдается у подростка, можно обратиться в etsivä nuorisotyö (Rautatieläisenkatu 6, 00520 Helsinki, телефон: [020 7552686](tel:0207552686)) или в sosiaalihuolto.
- Профессиональную помощь в данной ситуации можно получить в службах по борьбе с наркотической зависимостью в сфере социального обеспечения, в частном секторе и в виде услуг, предоставляемых организациями.
- Круглосуточная консультационная служба по вопросам наркозависимости, телефон: 0800 90045.
- Горячая линия Irti Huumeista ry, номер телефона 0800 98 066, по будням с 9 до 15 и с 18 до 21 (кроме пятницы вечером). Услуга бесплатна.

Куда следует обращаться за помощью?



Шаги для зависимого близкого

1

Обратитесь в местную поликлинику

Обратитесь в местную поликлинику, центр неотложной помощи (Päivystys) или в "Päihdepoliklinikka" (городская наркологическая клиника)

Осмотр медицинским персоналом

Медицинский персонал назначает пациенту детоксикационную терапию или лечение абстинентного синдрома.

2

3

Составляется индивидуальный план лечения

В зависимости от состояния пациента, делается опрос и бронируется время к социальному работнику, на консультацию и реабилитацию, группы поддержки и тд.

Процесс лечения

В среднем на лечение уходит 6 месяцев (в зависимости от случая)

4

КУДА НАПРАВИТЬ БЛИЗКОГО ПРИ НАРКОТИЧЕСКОЙ И АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТЯХ



В первую очередь обращайтесь в местную поликлинику, центр неотложной помощи (Päivystys) или "Päihdepoliklinikka" (городская наркологическая клиника)



**Никогда не поздно попросить о помощи
Мы здесь, чтобы помочь!**

Бесплатные консультации на русском языке
для родителей детей и молодых, имеющих
зависимости.

Телефонная линия доверия

+358 50 557 4010

С понедельника по пятницу 10.00-15.00

Анонимный чат на сайте

www.vapuri.fi

По понедельникам и четвергам 09.00-16.00



facebook.com/Vapuhanke/



[@vapuri.fi](https://www.instagram.com/vapuri)