Подростковый возраст сам по себе — это гормональная буря с перепадами настроения, колебаниями самооценки и не всегда адекватным поведением. Как не перепутать нормы возраста с более серьезными проблемами, например, употреблением психически активных веществ? Разбираемся в статье.

**ЧТО ТАКОЕ ПАВ?**

Это психически активные вещества. То есть те вещества, которые могут изменять поведение человека. К ним относятся продукты, содержащие алкалоиды. Алкалоиды в малых дозах содержатся в привычных нам продуктах — чай, кофе, сигареты. Но они входят в состав опасных для здоровья запрещенных препаратов. В России запрещены каннабиноиды, сальвинорин, псилоцибин, мескалин, кокаин, катинон, ДМТ. Все запрещенные вещества приводят к изменению сознания — вызывают галлюцинации, приводят человека в состояние эйфории или апатии.

**КАК УЧИТЕЛЬ МОЖЕТ ПОНЯТЬ, ЧТО УЧЕНИК УПОТРЕБЛЯЕТ ПАВ?**

Во-первых, часть ПАВ обладает запахом, например, каннабиноиды — конопля, гашиш.

Любое подозрение на аномалию поведения — повод обратить внимание. Лучше перестраховаться, чем недоглядеть.Второе. Сразу после употребления меняется поведение — после употребления конопли ученик может быть импульсивным, легко заводиться и смеяться или наоборот быть подавленным. Меняются физиологические показатели — частота дыхания увеличивается, сужается размер зрачка, может повышаться потоотделение. Это уже не гормоны.

Третье. человек, употребляющий запрещенные вещества, чаще всего понимает, что нарушает закон. Он может стать скрытным, подозрительным. Это не значит, что нужно следить за каждым стеснительным учеником. Но если он боится входить в класс, постоянно озирается, то стоит поговорить. Даже если проблема не связана с употреблением ПАВ, она скорее всего есть.

Четвертое, ученик может пропускать занятия без причины. И родители не будут знать, что он пропускает. Ученик начнет врать друзьям, родственникам, учителям. Не факт, что дело в ПАВ, может быть и подростковый нигилизм, но разобраться стоит.

Пятое, у него могут начаться проблемы с деньгами. Если вы заметили, что ученик часто занимает деньги у одноклассников, то это тоже симптом.

**ЧТО ДОЛЖЕН ПРЕДПРИНЯТЬ УЧИТЕЛЬ?**

Если учитель подозревает ученика в употреблении ПАВ, он должен поставить в известность директора, социального педагога, психолога, заместителя директора по воспитательной работе. Не стоит сразу выдергивать ученика в кабинет директора — это необходимо делать, если состояние алкогольного или наркотического опьянения очевидно.

Если есть подозрения, что ученик хранит и продает ПАВ, то нужно поставить в известность директора и родителей и быть готовыми писать заявление в полицию. Также следует поступить, если в школе найдены закладки с наркотическими веществами.

Наркотики сегодня хорошо маскируются и редко передаются из руки. Чаще их прячут в бачках унитазов, оконных рамах. Могут выглядеть как полиэтиленовый пакетик с порошком или даже как обычная конфета.

**КАК РАЗГОВАРИВАТЬ С УЧЕНИКАМИ?**

Есть три стратегии: говорить о том, что это запрещено, о том, что это вредно для организма, о том, что это вредно для социализации и карьеры.

**О том, что употребление ПАВ запрещено.** Говорите об уголовном кодексе — статью за хранение наркотиков ученик может «получить» даже если у него обнаружат немного «травы». Даже если ребенка приговорят к условному сроку или оштрафуют родителей, исправить репутацию будет очень сложно.

**О том, что употребление ПАВ вредит здоровью.** Не надо приводить в пример наркоманов. Вряд ли в классе есть героиновые наркоманы — если кто-то употребляет ПАВ, то скорее всего это легкие наркотические вещества. Говорите о проблемах с сердцем, о проблемах с мышлением и вниманием, о тоннельном синдроме, когда видишь только наркотики и ничего больше. О проблемах с потенцией — на мальчиков это может оказать влияние.

**О вреде для социализации.** Даже если ученики будут говорить, что успешные взрослые могут употреблять легкие наркотики, объясняйте, что это исключение, а не правило. Чаще всего употребление дешевых наркотиков приводит ученика к компаниям, связанных с криминалом. Приводите примеры из жизни или из фильмов и книг — вряд ли ребята, желающие поступить в серьезный вуз, захотят общаться с уличной шпаной.

**КАК РАЗГОВАРИВАТЬ С РОДИТЕЛЯМИ?**

Во-первых, снять враждебность. У вас подозрения, а не обвинения. Но если родитель действительно мало общается с ребенком, а вы больше, то вы компетентней.

Во-вторых, расскажите о возможных признаках. Сравните свои ощущения с ощущениями родителей. Возможно вам показалось и родители приведут аргументы в защиту ученика. Возможно поделятся своими наблюдениями и вам будет ясней, как дальше действовать.

В-третьих, расскажите о последствиях. Объясните, как должен действовать педагог в подобных ситуациях. Не давите на то, что ребенок нарушает закон. Говорите об употреблении ПАВ как о проблеме, приносящей вред ребенку — убеждайте родителей решать ее, а не наказывать ученика.

В-четвертых, обсудите стратегию воздействия. Психолог и социальный педагог для начала вполне помогут. Если дело касается нарушения УК, то поймите вы на стороне закона или родителей.

**КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ УПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ?**

Учителю стоит подключить психолога и социального педагога и вместе разработать стратегии взаимодействия с учениками. Есть три возможных способа: психологическая диагностика, позволяющая выявить учеников, склонных к зависимости; лекции о вреде употребления ПАВ; мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни.

Лекции о вреде употребления ПАВ можно проводить самостоятельно, в связке с учителем биологии или привлекать внешних лекторов.

«Формирование здорового образа жизни» звучит кособоко и формально, но на это работает почти каждый классный руководитель. Экскурсии, походы в театр, неформальные классные часы — ребятам нужно показать, что общаться можно не только под наркотиками или с пивом на лавочке, но и по-другому. Самое главное — не заявлять о духовности и высоких ценностях напрямую. Просто покажите ученикам интересные и безвредные способы досуга — возможно о чем-то они и не знают.