

МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ  
БЕЛАРУСЬ

ГУ «Центр гигиены и эпидемиологии  
Советского района г.Минска»

## Как жить рядом с наркоманом?

Хотим мы этого или нет, наркомания все больше становится реальностью нашей жизни. Поэтому будет полезным знать особенности психики людей, попавших в зависимость от наркотиков.

### Случайное знакомство.



Рассчитывать на серьезные отношения с наркоманами можно, только если они ожидают от знакомства ощутимой выгоды. Истории, рассказанные ими, даже самые жалостливые, часто являются прелюдией к... мошенничеству. Если новый друг уверяет, что ради вас покончит с наркотиком, не спешите верить этому - даже при использовании самых современных методов терапии, вероятность излечения не превышает 30-35 процентов.

### Если у вас деловые отношения.

Наркоманы - ненадежные деловые партнеры. Если вам необходимо решить с ними какие-то вопросы:

- ⇒ запаситесь документальными свидетельствами обещаний и обязательств;
- ⇒ ни в коем случае не доверяйте наркоману вещи и деньги. Он может спустить на наркотики любую вещь и любую сумму денег, не задумываясь о возможном наказании;
- ⇒ если возможно, не давайте ему своего адреса;
- ⇒ не стоит лгать наркоманам. Чужие обещания они помнят очень хорошо и нарушение слова расценивают как разрешение на мошенничество.

### Наркоман - ваш близкий родственник.

Специалисты считают, что в результате совместной жизни с наркоманом его родственники «зарабатывают» себе настоящую психическую патологию, и даже придумали для близких наркомана диагноз - «созависимость», то есть комплекс особых черт характера, которые мешают нормальной счастливой жизни.



Одна из самых распространенных ошибок родственников наркоманов - как можно дольше скрывать свое несчастье от знакомых и друзей.

**Если вы узнали, что ваш ребенок употребляет наркотики, не откладывая,**

**свяжитесь с общественными организациями или социальными службами, предоставляющими психологическую и консультативную помощь.**

### Стоит ли изгонять наркомана из семьи?

Велика вероятность, что вне семьи он погибнет или пойдет на преступление и окажется в тюрьме, где люди не становятся ни здоровее, ни лучше характером и от наркомании не излечиваются.

### Основные советы.

- ⇒ Постарайтесь избавиться от чувства вины за проступки своего ребенка. Если он достаточно взрослый, чтобы не выполнять ваших требований, - значит, он может и должен отвечать за свое поведение. Вы все равно не сможете прожить жизнь за него. Лучше сконцентрируйтесь на чем-нибудь более продуктивном - например, попытайтесь жить счастливо несмотря ни на что или хотя бы как можно лучше изучите вопросы, касающиеся современного лечения наркомании.
- ⇒ Человеку, страдающему наркоманией, очень сложно справиться с болезнью в одиночку. Ему необходима помощь близких.
- ⇒ Нередко в развитии наркомании у близкого человека родственники склонны винить друзей больного. В реальности же выздоровление наркомана может состояться только после осознания его близкими своей собственной вины. Безусловно, на окружении наркомана лежит часть ответственности за его болезненное влечение. Поэтому борьбу с наркоманией близкие больного должны начать с себя.

- ⇒ Следует научиться отделять человека от его болезни, любить наркомана, но ненавидеть наркоманию.
- ⇒ Наркомана нельзя принуждать к лечению. Единственный путь к выздоровлению желание освободиться от власти наркотика. Стремление угодить близким не способно заставить человека побороть вредную привычку.
- ⇒ Многие родители стремятся взять на себя полную ответственность за борьбу наркомана с недугом. Это неправильно. Наркоманию невозможно победить только силами близких больного. **Необходимо дать возможность наркоману самостоятельно идти к выздоровлению.** Опекая наркомана, близкие фактически лишают его возможности бороться за свою жизнь.
- ⇒ Когда наркоман нетрезв - не читайте ему нотаций, не пытайтесь ругать или хвалить, обвинять или спорить.
- ⇒ Отношения с наркоманом необходимо строить на твердых, но понятных ему правилах. Он должен точно знать, как вы отнесетесь к той или иной его выходке или проступку и что предпримете в ответ. И если он совершил что-либо предосудительное, вам лучше следовать своим правилам или обещаниям до конца (только не забывайте похвалить его за хорошие дела и правильные решения - это поддержит его самоуважение, которое необходимо для выздоровления).
- ⇒ Нужно быть исключительно правдивым с наркоманом. Если он знает, что ему могут солгать, он не будет ни доверять вам, ни выполнять ваши условия. В его жизни и так практически не остаётся ориентиров, на которые можно было бы опереться.

- ⇒ Родителям не стоит поощрять дружбу между детьми-наркоманами. Скорее всего, один из них будет стараться использовать другого для своих целей, в том числе и для добывания наркотиков.

### Нужно ли давать детям деньги на наркотики?



Ведь если не давать, они вынуждены совершать преступления. Это внутреннее дело семьи, и родители принимают решение, как поступить, исходя из своих жизненных принципов. И все же надо отдавать себе отчет, что, давая деньги на наркотики, мы как бы поддерживаем безбедное существование наркомана, и у него меньше причин порвать со своей пагубной привычкой. Кроме того, никаких родительских денег на наркотики не хватит, и наркоман все равно будет воровать или приторговывать зельем.

### Брак с наркоманом.



Как ни странно, все наркоманы в душе - крайне неуверенные в себе люди, с развитым комплексом неполноценности. Поэтому они остро

нуждаются в дружбе и любви. И, конечно, способны испытывать эти чувства.

Семейные пары наркоманов иногда отличаются завидной устойчивостью (в отличие от союзов наркоманов и здоровых). Да и дружба зачастую длится долго.

Но только среди наркоманов отношения не похожи на общепринятые: для них главной ценностью в жизни, практически в любой ситуации остаются наркотики.

Когда наркотиков достаточно для всех, отношения у наркоманов идиллические. Трогательная забота, искренняя преданность, самоотверженность, готовность поделиться последним куском царят в компаниях и семьях наркоманов - если над ними не висит угроза оказаться без любимого зелья. Все обиды прощаются, а взаимные обманы и оскорбления кажутся житейскими пустяками.

Как правило, в семейной паре отказ от наркотиков невозможен. Партнеры невольно провоцируют друг друга на употребление дурмана, причем роли внутри пары могут меняться: какое-то время более активным наркоманом является один, затем - другой. В то же время внешне (на словах) они оба могут горячо отказываться от наркотиков. Беда в том, что своим поведением они не дают супругу никакого шанса забыть о них.

Автор: Ложечник Юлия Вячеславовна. – Врач по медицинской профилактике  
200 экз.

**Как жить рядом  
с наркоманом**

Минск, 2024