

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Школа № 55»

ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ И УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

Методические рекомендации для родителей

г. Ростов-на-Дону
2019



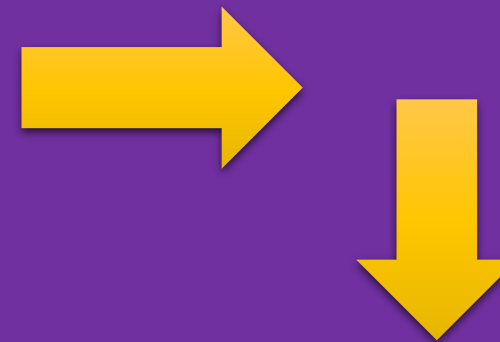
РОЛЬ СЕМЬИ В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ

Как родители могут сохранить жизнь своего ребенка от наркомании?!
Есть такая притча...

ПРИТЧА

Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел в реке тонущих детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать его на помощь. Тот стал помогать тем, кто еще держался на плаву. Увидев третьего путника, они позвали и его на помощь... Но он, не обращая внимания на призывы, ускорил шаги...

- - "Разве тебе безразлична судьба детей?"- спросили спасатели.
- Третий путник им ответил:
- - "Я вижу, что вы вдвоем справляетесь. Я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в реку, и постараюсь предотвратить это".



Эта притча –
подтверждение тому,
что к решению проблемы
детей,
попавших в сложную
жизненную ситуацию,
существует два подхода:
первый – предотвратить,
второй – спасти.

ЧТО ЖЕ МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?!

Для начала вспомните, и обратите внимание на себя...на свое поведение и жизненную ситуацию...

Задайте себе вопрос...сколько раз за последнее время вы приходили домой и искренне, без какой-то особой воспитательной задачи, говорили своему ребенку о том, как прекрасна жизнь, какое наслаждение быть живым и здоровым, любить, смеяться, плакать...

Среди всеобщего нытья о плохих людях и тяжелой работе, плохих жизненных условиях, бесконечно растущих ценах и т.д. помогаем ли МЫ своим собственным детям верить в то, что помимо проблем и трудностей существует жизнь, которая является бесценным даром для каждого человека!

Очень часто фактор риска находится в семье, в которой имеются вредные привычки и частое злоупотребление алкоголем. В таких семьях чаще всего преобладает попустительский стиль воспитания, дети предоставлены сами себе.

Родители должны помнить о том, что для ребенка самый действенный образец – это его родители!!!

ЧТО ЖЕ МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?!

Употребление наркотических веществ ребенком начинается в условиях, которые создаем мы сами. Разумеется, незаметно, но разве от этого легче?! Если в итоге за наши ошибки в воспитании расплачиваются собственные дети. К сожалению, в наше время родительская любовь зачастую подменяется материальным обеспечением ребенка. Купили «крутой» гаджет – значит, уделили внимание. Да, ребенок будет рад...НО, вы уверены, что в душе у ребенка сейчас покой? Возможно, провести время с ребенком совместно (не просто находясь в одной комнате), было бы намного лучше. Важнейший принцип семейного воспитания – это безопасность, единство и любовь, готовность пожертвовать своим временем и энергией ради ближнего.

На минуту задумайтесь, как обычно вы разговариваете с ребенком. Часто ли критикуете, что-то напоминаете, угрожаете, читаете лекции или мораль, допрашиваете, высмеиваете, придираетесь и ворчите? Эти распространенные методы общения с детьми даже при самых благих намерениях родителей приводят к потере хороших отношений, затрудняют и обедняют общение. Тем более, учитывая подростковые особенности. Представьте себе, что вы читаете нравоучительные лекции друзьям или, насмехаясь, критикуете их. Вряд ли они надолго останутся вашими друзьями.

ЧТО ЖЕ МОГУТ СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?!

Научитесь слушать своего ребенка, дайте понять, что вы его понимаете и чувствуете его состояние.

Для этого выслушивайте, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы убьете сразу трех зайцев:

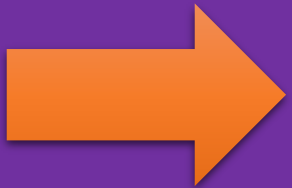
- ребенок убедится, что вы его слышите,
- ребенок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства,
- ребенок убедится, что вы его поняли правильно.

Исправляйте ошибки, критикуйте поступки и действия, а не самого ребенка.

Давайте ребенку чувствовать ответственность

говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь сам отвечать за это», «Это твое решение».

Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений.



ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

Часто родители задают вопрос: как узнать употребляет ли ребенок наркотики?

Ответить на него не так просто, как кажется, особенно, если ребенок сделал это в первый раз или употребляет одурманивающие вещества периодически. Есть признаки, по которым можно заподозрить неладное:

- подросток поздно ложится спать, поздно встает утром с постели;**
- проводит много времени вне дома;**
- проявляет чрезмерную говорливость, повышенную активность;**
- проявляет вялость, заторможенность, апатию;**
- говорит несвязно, заговаривается;**
- движения неуклюжие, порывистые;**
- стал более скрытен;**
- часто агрессивен;**
- потерял интерес к учебе, прежним занятиям и друзьям;**
- увеличил денежные расходы или стал вытаскивать деньги или ценные вещи из дома;**
- проявляются частые перепады настроения. Несоответствие настроения ситуации;**
- совершает правонарушения;**
- начал говорить шепотом или на непонятном вам сленге со своими знакомыми по телефону;**
- завел новых друзей или старые друзья стали немного странными;**
- наблюдается изменение размеров зрачков: увеличение или сужение;**
- появление в доме пузырьков, бумажных трубочек, бутылочек и других непонятных вещей.**

Все эти признаки являются достаточно тревожными. Если вы заметили у своего ребенка некоторые из них, попробуйте поговорить с ним. Чтобы проверить ребенка, можно приобрести экспресс-тест на наркотики в аптеке.

Есть монотесты для определения одного вида наркотиков, а также мультитесты, которые дают возможность определить сразу несколько видов наркотических веществ.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ, ЧТО РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ?



ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ, ЧТО РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ...

Устраивать скандал нет смысла. Уговоры, крики и шантаж не помогут. Поговорите с ребенком, когда он будет в трезвом состоянии. Расскажите ему о своих чувствах и обозначьте свою позицию: «Я люблю и принимаю тебя, но я никогда не приму твое употребление наркотиков!»

Не нужно заниматься самолечением!!! Обратитесь за помощью к профессионалам. Чем раньше вы это сделаете, тем больше шансов помочь вашему ребенку.

Не отрицайте это и не закрывайте глаза на ситуацию!!! В наше время существуют анонимные центры, в которые вы спокойно сможете обратиться за помощью и вовремя помочь своему ребенку.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

**Государственное бюджетное учреждение Ростовской
области**

**«Наркологический диспансер» оказывает
специализированную наркологическую помощь
населению Ростовской области**

- **Адрес: 344002 г. Ростов-на-Дону, ул. Баумана, д. 38**
- **Регистратура: 8 (863) 210-72-56**
- **E-mail: narkorostov@mail.ru**

Анонимный кабинет для детей и взрослых:

Записаться на прием можно:

тел. 26-07-40, тел. 8 938 169 38 04 - врач психиатр –

Мысливцева Анна Владимировна

тел. 8 961 312 67 04 – медицинский психолог

Латышева Татьяна Викторовна

тел. 8 903 402 70 24 – зам.главного врача по детско-
подростковой наркологии, врач психотерапевт

Соловьева Елена Викторовна

по E-mail: help_anonymous@mail.ru

по адресу: ул. Баумана, 38 (вход в здание с пер. Семашко)
ГБУ РО «Наркологический диспансер»



В ПОДОБНОЙ СИТУАЦИИ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ
ЛЮБОЙ РЕБЕНОК!

ПОМНИТЕ, ЕСЛИ ОТНОШЕНИЕ К НАРКОТИКАМ НЕ СФОРМИРУЕТЕ
ВЫ, ТО ЭТО ОБЯЗАТЕЛЬНО СДЕЛАЕТ КТО-ТО ДРУГОЙ (ИНТЕРНЕТ,
СВЕРСТНИКИ, УЛИЦА).

И НЕТ ГАРАНТИИ, ЧТО ЭТО ОТНОШЕНИЕ НЕ ОКАЖЕТСЯ
ГУБИТЕЛЬНЫМ!

**ЛЮБАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ ПРОГРЕССИРУЮЩИМ
ЗАБОЛЕВАНИЕМ, ПОСЛЕДСТВИЯ КОТОРОГО ПРИВОДЯТ С САМГО
НАЧАЛА УПОТРЕБЛЕНИЯ К ПОСТЕПЕННОМУ РАЗРУШЕНИЮ
ОРГАНИЗМА И ВПОСЛЕДСТВИИ К ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ!**

ДЕТИ – ЭТО НАШЕ НАСЛЕДИЕ!
БЕРЕГИТЕ ИХ !



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!