

*Рекомендации родителям по профилактике наркомании и токсикомании
у несовершеннолетних*



*Ни один человек не станет наркоманом осознанно и без
«посторонней помощи»!*

Это должен знать каждый родитель!!! Чтобы наркотики не пришли в вашу семью...



Причины, по которым дети начинают употреблять наркотики

1. Первое что привлекает детей, так это банальное любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»).
2. Желание быть похожим на «крутого парня» или на «крутую девочку» , на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.
3. Желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания.
4. Безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате — эксперименты от скуки.

Именно родители – первые должны знать причины, которые могут способствовать развитию наркомании:

1. Отсутствие успеха в реализации собственных целей и устремлений.

2. Нечеткое понимание перспектив в жизни.
3. Повышенный уровень агрессии, лояльное отношение к насилию.
4. Недостаточно высокий уровень зрелости, пониженная самооценка (особенно на фоне завышенных родительских ожиданий).
5. Отсутствие сформированной системы ценностей, авторитетов.
6. Наличие стрессовых и кризисных ситуаций в личной и семейной жизни.
7. Частые конфликты и отсутствие эмоциональной близости между членами семьи.
8. Вхождение в группу сверстников, имеющих определенные ценностные ориентиры.
9. Низкая школьная успеваемость, нежелание учиться, отсутствие увлечений.
10. Плохие отношения со школьными учителями, низкий уровень доверительности.

Если хотя бы один из этих факторов имеет место быть (особенно в сочетании с генетической предрасположенностью к зависимостям), родителям следует серьезно задуматься и об устранении самого фактора и о предотвращении его нежелательных последствий.

РОДИТЕЛИ! ЗАДУМАЙТЕСЬ:

- ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.

- мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даем им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что страх жизни преобладает у них над страхом смерти.

- ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта, не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет; что можно делать, а чего следует избегать.

Как распознать признаки наркомании у сына или дочери?

В случае, если у Вас возникли предположения относительно наличия у ребенка наркотической или иной зависимости, следует незамедлительно обратиться к врачу.

Общие признаки употребления наркотических веществ:

Внешний вид и поведение в той или иной мере напоминает состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта или при слабом запахе, не соответствующем состоянию;

Изменение сознания: сужение, искажение, помрачение;

Изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно не соответствующие данной ситуации;

Изменение двигательной активности: повышенная жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или обездвиженность, вялость, расслабленность, стремление к покою (независимо от ситуации);

Изменение координации движений: их плавность, скорость, соразмерность (размашистость, резкость, неточность), неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя (особенно явное при закрытых глазах), нарушенный почерк;

Изменение цвета кожных покровов: бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища;

Блеск глаз;

Сильно суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет;

Изменение слюноотделения: повышенное слюноотделение или, наоборот, сухость во рту, сухость губ, осиплость голоса;

Изменение речи: ее ускорение, подчеркнутая выразительность, или же замедленность, невнятность, нечеткость речи («каша во рту»).

Дополнительные признаки:

Изворотливость, лживость.

Сильное нарушение сна.

Частые телефонные разговоры с незнакомыми людьми.

Постоянные беспричинные перепады настроения.

Пропажа ценных вещей и денег из дома.

Наличие беспричинного, частого кашля.

Резкое понижение успеваемости по учебе.

Частое проведение времени в плохих компаниях.

Неопрятность в одежде.

Явное сужение круга интересов.

Замкнутость, стремление к уединению

Рекомендации для родителей по профилактике наркомании.

- Создайте в семье благоприятную атмосферу, исключая употребление наркотиков.
- Организуйте посильный труд дома, на даче.
- Заполните досуг детей спортом, искусством, рукоделием, техническим творчеством.
- Проводите беседы о пагубном воздействии наркомании и токсикомании на организм ребенка.
- Посещайте педагога-психолога, социального педагога школы.
- Особое внимание обращайтесь на поступки ребенка и его взаимодействие с окружающими



*Не позволяй наркотикам
лишить себя этого!*