

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Саратовской области
«Энгельсский медицинский колледж Святого Луки(Войно-Ясенецкого)»

Памятка для родителей Как уберечь своих детей от наркотиков



Оглавление

Рекомендации.....	5
Основные причины потребления наркотиков Несовершеннолетними.....	7
Первые признаки употребления наркотических средств и психотропных веществ.....	9



Введение

Распространение наркотиков в среде несовершеннолетних принимает характер эпидемии - они становятся привычным компонентом молодежной субкультуры.

Невозможно изолировать подростка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

Психоактивные вещества (ПАВ) – химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие. ПАВ – это любое вещество, которое при введении в организм человека может изменять восприятие окружающего, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции.

Наркомания – заболевание, возникающее в результате злоупотребления наркотическими веществами. Это психическая и физическая зависимость от наркотиков. Наркотик становится частью обмена веществ в организме человека. Многие переоценивают силу своей воли, думая, что смогут попробовать наркотики, а потом завязать. Но наркотик сильнее человека и забирает его навсегда.

Рекомендации

В первую очередь, между родителями и ребёнком должны выстроиться доверительные отношения. Несмотря на занятость и усталость после работы, необходимо ежедневно общаться с ребёнком, так как общение – это основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребёнку?

Постарайтесь выслушивать друг друга, а именно точку зрения ребёнка, не подвергать её жёсткой критике. Старайтесь в том или ином случае поставить себя на его место с целью понять его позицию, так как подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не понимал. Важно дать понять ребёнку, что он может обратиться к Вам в любой момент, когда это действительно необходимо. Данное поведение с Вашей стороны позволит почувствовать подростку Вашу заинтересованность в его судьбе.



По возможности старайтесь как можно больше проводить времени с ребёнком. Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, иным способом устраивать с ребёнком совместный досуг. Для ребёнка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от наркотиков и спиртных напитков.



Помните, что Ваш ребёнок уникален. При этом, любой ребёнок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Помогайте своему ребёнку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. В случае возникновения конфликтной ситуации не кричите, постарайтесь разговаривать с ним в спокойном тоне, объяснить неправоту его действий (поступков) их последствия (можно привести примеры из жизненного опыта). Избегайте насмешливого или снисходительного тона.

Основные причины потребления наркотиков несовершеннолетними



Подростки пробуют наркотики, чтобы:

- произвести впечатление на окружающих;
- доказать принадлежность к группе друзей;
- чтобы испытать чувство риска;
- испробовать что-то новое /запретный плод/;
- чтобы казаться взрослее;
- для забавы; от скуки;
- чтобы избежать давления взрослых;
- из желания убежать от проблем
- потому что легко достать, всюду предлагают, почему бы не попробовать...

Основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков – причины, возникшие в результате неблагоприятных семейных отношений:

- неадекватная заниженная или завышенная самооценка;
- отсутствие четкой цели в жизни, отсутствие заботы о себе и о своем здоровье;
- недостаток любви и поддержки в семье;
- эмоциональная боль, разочарование в семье от психической (а иногда и физической) травмы, полученной в детстве от родителей;
- гиперопека со стороны родителей, отсутствие навыков самостоятельного приема решений, повышенная внушаемость;
- низкая устойчивость к стрессам, неумение справляться с трудностями;
- неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной жизни;
- отсутствие нравственных ценностей, внутреннего стержня.

РОДИТЕЛИ! ВНИМАНИЕ!

- 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, и 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.

**Первые признаки
употребления наркотических
средств и психотропных
веществ**

Определить, употребляет ли Ваш ребёнок наркотики или нет, достаточно сложно, особенно, если ребёнок потребил наркотическое средство в первый раз или употребляет периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И всё же стоит насторожиться, если проявляется следующее:

Общие признаки

- Пропуски по непонятным причинам;
- Наличие значительных сумм денег из неизвестного источника;
- Частая, непредсказуемая, резкая смена настроения;
- Неопрятность внешнего вида;
- Исходящий от одежды запах ацетона, растворителя или уксуса;
- Смена "старых" друзей, на новых, которые не заходят на территорию образовательной организации, а вызывают подростка с помощью других детей;
- Проведение большого количества времени в компаниях ассоциативного типа;
- Потеря интереса к учебе, к спортивным и внеурочным занятиям;
- Появление новой тематики в рисунках, которые дети часто рисуют в тетрадях, книгах (изображение шприцов, паутины, черепов);
- Интерес подростка к медикаментам и содержанию домашней аптечки.
- Частые обманы, изворотливость, лживость.
-
-

Очевидные признаки	<ul style="list-style-type: none">• Следы от уколов, порезы; синяки и нарывы в местах скопления вен; наличие неизвестных таблеток, порошков, смолы, травы, пачек лекарств снотворного или успокаивающего действия, папиросы в пачках из-под сигарет, в особенности, когда эти вещи скрываются;• Наличие шприца, игл, флаконов, растворителей;• Маленькие закопченные ложечки, капсулы, пузырьки, жестяные банки; Жаргон,• употребляемый подростками, в котором звучат наркотики.
Физиологические признаки	<ul style="list-style-type: none">• Бледность кожи;• Сильно расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;• Замедленная, несвязная речь;• Потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи; Хронический• кашель;• Плохая координация движений (пошатывание или спотыкания); Коричневый• налет на языке, отечность.

Поведенческие признаки

- Избегание общения с родителями;
- Постоянные просьбы или требования дать денег;
- Поиск и просмотр интернет-сайтов, форумов, содержащих информацию по вариантам потребления, продажи наркотических средств и психотропных веществ;
- Частые телефонные звонки и разговор по телефону жаргонными терминами;
- Частные уходы из дома;
- Пропажа денег, ценностей, одежды и т.д.,
- Бессонница и беспричинное возбуждение, либо вялость и многочасовой сон.

Наличие 5 и более описанных выше признаков должно насторожить родителей в отношении употребления подростком ПАВ. Однако не стоит делать поспешных выводов, названные признаки могут быть симптомами различных психологических трудностей подросткового возраста.





Что делать, если возникли подозрения:

- удержитесь от проявления первой негативной эмоции: обвинения, нравоучения, угрозы - это может оттолкнуть ребенка; в то же время не откладывайте решение этой проблемы;
- не старайтесь собственными силами решить данную проблему, незамедлительно обратитесь к квалифицированным специалистам: психиатрам-наркологам, психотерапевтам, психологам и другим специалистам, которыми будет оказана необходимая консультативная и лечебно-реабилитационная помощь;
- обсудите эту ситуацию с другими членами семьи и выработайте единую позицию;
- поговорите доверительно с ребенком о том, что Вас тревожит, дайте ему понять, что Вы его любите и беспокоитесь о его здоровье;
- убедите ребенка в необходимости помощи специалиста наркологической службы, которую он может получить анонимно и бесплатно;
- если ребенок не идет на контакт, обратитесь к специалисту-психологу, который поможет выстроить отношения с ребенком и продвинуть решение проблемы; побудить ребенка обратиться к специалисту могут значимые для него люди.

Если Ваш ребёнок стал употреблять наркотические средства,
психотропные вещества не старайтесь собственными силами
решить данную проблему,

не кричите на него и не скандальте с ним.

Незамедлительно обратитесь к квалифицированным
специалистам: наркологам, психологам и другим
специалистам, которыми будет оказана необходимая
консультативная и лечебно-реабилитационная помощь.

ПОМНИТЕ!

СВОЕВРЕМЕННОЕ РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНИТ

ЗДОРОВЬЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ!

Телефон доверия для детей, подростков и их родителей:

ДОСТУПНО • АНОНИМНО • БЕСПЛАТНО

8•800•2000•122

WWW•TELEFON-DOVERIA•RU

