

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТО БЫ РЕБЕНОК НЕ СТАЛ УПОТРЕБЛЯТЬ НАРКОТИКИ?

Неправильно думать, что наркоманами становятся либо дети из асоциальных семей, либо дети состоятельных людей. Это зло может войти в каждый дом. Именно поэтому важно делать хотя бы элементарные и общеизвестные вещи, что бы уберечь ребенка от наркомании.

1. Максимально увеличить близкое эмоциональное общение с ребенком, дать ему понять, что он очень нужен родным, наладить эмоциональный доверительный контакт в семье.

2. Разъяснить все негативные последствия употребления наркотиков от медицинских до социально-правовых, подготовить ребенка к правильному поведению в случае, если ему будут предлагать наркотики (правильное поведение в данном случае только одно: отказываться от предложений бесплатно попробовать наркотики, а отказавшись от употребления наркотиков, покинуть людей, которые употребляют либо распространяют наркотики или компанию наркоманов, избегать общения с ними в дальнейшем, не вступать с ними в споры и разговоры о последствиях употребления наркотиков).

3. Постоянно следить за эмоциональным и физическим состоянием ребенка, что бы вовремя среагировать на их изменение, вовремя разобраться с причиной.

4. Максимально занять все свободное время подростка организованными досугом и отдыхом. Чем меньше неорганизованного времени у ребенка, тем меньше времени на всякие «глупости».

5. Крайне полезно отслеживать дружеские связи ребенка. Если он поддерживает общение с лицами и группами, употребляющими наркотические средства, то он с большой вероятностью в скором времени начнет употреблять психоактивные вещества. Если ребенок дружит с наркоманами, то целесообразно с целью разрыва этих приятельских связей на время вывезти ребенка из населенного пункта, где проживает семья, например в летний лагерь, к родственникам в деревню или другой город, и т.д.



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ!

Профилактика наркомании и токсикомании среди подростков

«У кого есть здоровье, у того есть надежда. У кого есть надежда, у того есть всё». Восточная мудрость.

Наркомания - мировая социальная проблема, война, уносящая миллионы жизней, и, как любая другая война, уничтожающая генофонды наций.

НУЖНО ЛИ РЕБЕНКУ РАССКАЗЫВАТЬ О НАРКОТИКАХ?

Многие родители боятся рассказывать ребенку о наркотиках, боясь, что это может привести к обратному результату и заставит ребенка, который о наркотиках ничего не знал, заинтересоваться наркотиками. Однако, в этом случае ребенок оказывается абсолютно не подготовлен к ситуации, когда ему могут предложить попробовать наркотики. Он не знает о вреде наркотиков, о скорости привыкания, он может поверить тому, что в наркотиках нет ничего страшного и что в любой момент можно бросить употреблять наркотические средства, он может неправильно отреагировать на предложение попробовать наркотики или не смочь отказать. Поэтому все-таки целесообразно подготовить ребенка к возможной встрече с этой опасностью, рассказать о вреде наркотиков и последствиях их употребления, научить уходить от предложений попробовать наркотики. Целесообразно рассказать, что в первый раз могут предложить наркотики бесплатно «попробовать», нацелить ребенка на категорический отказ от таких предложений.

КАК БЫСТРО ФОРМИРУЕТСЯ НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?

Если мы будем говорить о времени, в течение которого появляется наркотическая зависимость, то нужно для начала отметить, что есть две группы формирования наркозависимости - биологическая и психологическая. Это два параллельно действующих процесса, только в одних случаях преобладают биологические (медицинские) механизмы, а в других - психологические.

Именно поэтому указать точно срок возникновения наркозависимости при употреблении наркотических средств затруднительно: очень много зависит от человека (состояние здоровья, индивидуальная переносимость наркотических средств, личностные качества человека, способности человека к самоконтролю и самодисциплине), от того, какие именно наркотики он употребляет и как часто, насколько «качественные» («чистые») наркотики.

Если же все-таки примерно говорить о сроке формирования наркозависимости, то после разового («пробного») употребления наркотиков может сформироваться желание еще раз повторить опыт употребления наркотических средств, после употребления в количестве 4-8 раз, как правило, формируется психическая зависимость, после десятикратного употребления может сформироваться физическая зависимость.

Рекомендации для родителей по профилактике наркомании и токсикомании подростков

1. Не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке сына или дочери след укола, это еще не означает, что теперь ваш ребенок неминуемо станет наркоманом. Часто подростка вынуждают принять ПАВ под давлением. Помните о том, что и многим взрослым людям приходилось употреблять наркотические средства (обезболивающие уколы, масочный наркоз). И постарайтесь с первых минут стать не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.

2. Сохраните доверие. Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы.

**СТОП!
НАРКОТИК!**



