



Как сказать «НЕТ!»

1. Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.
2. Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями.
3. Спасибо, нет. Если выпью (приму наркотик), то потеряю власть над собой.
4. Спасибо, нет. Мне не нравится вкус алкоголя (наркотика).
5. Спасибо, нет. Это не в моём стиле.
6. Спасибо, нет. Мне нужно рано вставать.
7. Спасибо, нет. У тебя нет ничего другого?
8. Спасибо, нет. Я за здоровый образ жизни!

ГБУССЗН «Ровеньский центр социальной помощи семье и детям «Семья»



2022 год

Возможные признаки наркозависимости

Внешние признаки:

- Бледность лица;
- Усталый вид;
- Быстрая потеря веса;
- Изменение координации;
- Покраснения, пятна или волдыри вокруг носа и рта;
- Постоянно воспалённые глаза;
- Чрезмерно суженные или расширенные зрачки;
- Специфический запах одежды;
- Чрезмерное использование парфюмерии для сокрытия запахов;
- Изменения в одежде.

Поведенческие признаки:

- Нарушение сна (бессонница);
- Таинственность в поведении;
- Воровство денег, пропажа вещей в семье;
- Агрессивность (чаще в период «ломки»);
- Потеря интереса к образу жизни;
- Пропулы в школе, снижение успеваемости;
- Изменения в личной гигиене (редкий уход за зубами, т.к. наркомана это приводит к рвоте);
- Стремление быть незамеченным родителями после прогулки.

Дорогой друг!

Сегодня многие подростки знают, что такое наркотики, где их можно купить и считают допустимым употребление в небольших дозах. Под влиянием друзей, фильмов, телепередач, журналов некоторые считают употребление наркотиков модными и безопасными. Так ли это?

Для чего подростки употребляют наркотики?

- чтобы поймать «кайф»
- из чувства любопытства испытать новые ощущения
- от нечего делать
- под влиянием друзей и знакомых в компании
- под влиянием взрослого наркомана

Каковы ощущения от употребления наркотиков?

После непродолжительных минут «кайфа», галлюцинаций и эйфории появляется жар, слабость, шум в ушах, головная боль, нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы и дыхания, озноб, тошнота, рвота, слабость, сильные боли в мышцах. Чем моложе организм, тем страшнее последствия потребления наркотических и токсических веществ. Никогда не знаешь, после какой дозы станешь наркоманом: одни сразу, другие через месяц, но при употреблении наркотиков больными становятся все.

Что ждёт наркомана?

Разрушение тела и души. Деграция личности - интеллектуальная, моральная и социальная. Отмирают привязанности, чахнут способности, мир сужается и распадается, а больной не осознаёт этого.

Из письма 16-ти летнего наркомана:

«...С каждой минутой все труднее писать. Руки дрожат. Я жду очередной порции наркотиков. Я ухожу из жизни. Никто не в силах мне помочь. Но я прошу: будьте внимательны к тем, кто рядом с вами...»

Наркотики не стоит пробовать,

не стоит экспериментировать с ними!

Если вы хотите, чтобы в поведении детей что-то изменилось, то прежде всего придется подумать о своем поведении. Сердась или теряя самообладание во время беседы, вы не достигнете желаемой цели. Важно до начала разговора продумать, в чем проблема, чья это проблема, и какого изменения поведения вы желаете.

Разговор будет легче, если:

- вы дадите понять, что прежде всего заботитесь о здоровье, безопасности и самочувствии ребенка;
- внимательно выслушаете их мнения и аргументы. Молодые не всегда видят проблемы в употреблении наркотиков. Прежде, чем сделать выводы, следует выяснить, что для них значат наркотики;
- вы постараетесь спокойно описать свои чувства - это поможет разъяснить вашу позицию;
- вы говорите с ними, а не о них. Не читайте лекции.

Приведенные здесь советы только общие, потому что каждая семья особенная, и отношения между родителями и детьми индивидуальны.