

Помните! Ребенок живет в реальном мире, со всеми его сложностями, противоречиями, несправедливостями. Он зависит не только от воздействия этих факторов, но, прежде всего – от мнения окружающих людей о нем. Ему важно получать поддержку и одобрение от значимых ему людей, а не угрозы и страх перед расплатой за совершенные ошибки.



Подавайте пример

При воспитании ребёнка важнейшим компонентом является родительский пример. Конечно, табак и алкоголь употребляют многие люди, но нужно понимать, что родительское пристрастие к спиртному и декларируемый запрет на него для подростка дают повод обвинить старших в неискренности.

Помните, что Ваше использование «легальных» психоактивных веществ открывает дорогу детям и к «нелегальным».

Если случилась беда

Если Вам понадобилась консультация специалистов, Вы стали свидетелем факта распространения наркотиков или у Вас появилось подозрение, что Ваш ребёнок начал употреблять наркотики, звоните по следующим телефонам:

Управление МВД
России по городу Краснодару
**02, 102,
268-40-45**
(круглосуточно)

Антинаркотическая комиссия
муниципального образования
город Краснодар
259-05-78

Единая дежурно-
диспетчерская служба (ЕДДС)
муниципального образования
город Краснодар
112
(круглосуточно)

«Горячая линия»
Единый консультативный
телефон наркологической
службы
245-45-02
(круглосуточно)

Государственное бюджетное
учреждение здравоохранения
«Наркологический
диспансер» министерства
**266-34-90
266-74-60**

здравоохранения
Краснодарского края:
Диспансерное отделение № 2
(по несовершеннолетним)



Администрация муниципального образования
город Краснодар
Антинаркотическая комиссия

КАК ЗАЩИТИТЬ НАШИХ ДЕТЕЙ?



Вы родители?

У Вас дети-подростки?

Тогда этот буклет для Вас!

Причины, толкающие ребёнка попробовать наркотики:

- выражение протеста против существующих в обществе взрослых людей моральных норм и принципов;
- это вызывает приятные ощущения;
- это риск, который вызывает интерес;
- это принято в кругу общения;
- это знак принадлежности к определённой группе;
- это помогает чувствовать себя взрослым либо «крутым».

Физиологические признаки употребления наркотиков:

- бледность кожи;
- замедленная или бессвязная речь;
- сильные колебания настроения, активности;
- изменения аппетита (либо плохо ест, либо прожорлив);
- изменения глаз: блеска, ширины зрачков, покраснение или мутность глаз, появление светобоязни, предпочтение затемнённых помещений;
- хронический кашель;
- плохая координация движений.

Поведенческие признаки употребления наркотиков:

- беспричинные возбуждение или вялость;
- нарастающее безразличие ко всему;
- ухудшение памяти и внимания;
- бессонница;
- частая и резкая смена настроения;
- неопрятный внешний вид;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше был близок;
- самоизоляция, уход от участия в делах;
- частые телефонные звонки;
- постоянная потребность в денежных средствах;
- уходы из дома, частое отсутствие в школе по непонятным причинам;
- пропажа ценностей, одежды;
- ложь, уход от ответов на прямые вопросы.

Действия родителей, если они подозревают ребенка в употреблении наркотиков:

- не впадать в панику;
- обсудить с ребенком (подростком) эту проблему, не пытаясь кричать на него или обвинять в чем-либо;
- не проявляйте агрессии, не читайте мораль, не угрожайте, не наказывайте ребенка;
- поддержите его, проявив заботу и доверие;
- не верьте его уверениям в том, что он сам сможет справиться с этим без посторонней помощи;
- попытайтесь уговорить его обратиться к специалистам.

Помните, очень важно:

1. Не разрывать общение даже в конфликте.

Что бы Вам не сказал ребёнок, не нужно обижаться. Помните: рядом с Вами всё тот же дорогой и любимый человек, но ему в данный момент требуется помощь и Ваша поддержка.

2. Создавать «общую реальность».

Нужно идти в ногу со временем, чтобы понимать своего ребёнка, его увлечения и какие-либо поступки. Как это делать?

- Заведите себе социальную сеть, пусть ребёнок поможет Вам в ней разобраться;
- ходите вместе по магазинам за покупками и в кино;
- проведите совместные выходные так, как ему интересно, – посетите квест-комнату, займитесь вместе спортом, просто сходите в кафе;
- дружите с его друзьями, приглашайте их в гости, интересуйтесь, как у них дела;
- разделите увлечения Вашего близкого человека, чтобы он не отделялся от Вас.

3. Просить совета в делах семьи.

Как вы будете поздравлять бабушку с юбилеем? А куда поедете отдыхать на летних каникулах? Решайте все семейные вопросы совместно. Ребёнок должен понимать, что он такой же равноценный в правах член семьи.

4. Детей нельзя научить, они могут только скопировать

Это главное правило, которое неизменно. Как Вы ведёте себя дома, так Ваш ребёнок будет вести себя в социуме – в школе, садике, компании друзей. Подавайте хороший и здоровый пример!