Памятка для родителей по профилактике наркомании и токсикомании у подростков

Создайте в семье благоприятную атмосферу, исключающей употребление наркотиков.
Организуйте ребенку посильный труд дома, на даче.
Заполните досуг детей спортом, искусством, рукоделием, техническим творчеством.
Беседуйте о пагубном воздействии наркомании и токсикомании на организм ребенка.
Посещайте валеолога, специалистов  школы.
Особое внимание обращайте на поступки ребенка и его взаимосвязь с окружающими.

Как распознать признаки наркомании у  детей?

Обращайте внимание на неожиданные изменения в поведении подростка:

резкое снижение ил повышение активности,

потеря интереса к учебе, увлечениям, пропуски занятий,

необъяснимая раздражительность, лживость, рассеянность,

появление подозрительных приятелей, резкое изменение круга друзей,

появление скрытости в поведении, отказ сообщать о своем местонахождении,

позднее возвращение домой в необычном состоянии,

трудное пробуждение по утрам, невнятная речь,

потеря аппетита, снижение веса, сонливость.

Вас должно насторожить:

исчезновение денег ил и ценностей из дома,

увеличение требуемой суммы денег на карманные расходы,

наличие у подростка медикаментов, шприцев, ампул, тюбиков из-под клея,

непривычные запахи, пятна на одежде, следы на теле подростка.

Помните: основные причины, приводящие подростка к употреблению наркотиков (кроме генетической предрасположенности и родовой травмы) — 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 а семье от психологической (а иногда и физической) травмы, полученной в детстве от родителей,

гиперопека со стороны родителей, отсутствие навыков самостоятельного приема решений,

низкая устойчивость к стрессам, неумение справляться с трудностями,

неумение получать удовольствие, удовлетворение от повседневной  жизни,

отсутствие нравственных ценностей, внутреннего стержня.

Что делать родителям, чтобы их ребенок не стал наркоманом:

выберите позицию личной ответственности за своего ребенка, свою семью. Не ждите, когда беда постучит к Вам в дом. Ищите литературу, найдите время, чтобы поговорить с Вашим ребенком на темы о наркомании,

создавайте в своей семье атмосферу любви, доверия и безопасности, вырабатывайте ясные и справедливые правила повседневной жизни, выполняйте взятие обещания, интересуйтесь заботами и проблемами ребенка, его внутренним миром,

развивайте в ребенке навыки самостоятельного приема решений, инициативу, собственный взгляд на происходящее. Лучше, чтобы Ваш ребенок был ведущим, не  ведомым,

учите подростка справляться с трудностями  и неудачами, говорите, что отрицательный опыт, тоже опыт,

учите ребенка видеть и понимать красоту окружающего мира, учите получать удовольствие в повседневной жизни (от природы, хорошей книги, общения с интересными людьми и т.д.)

Помните!

Ваша роль должна быть не запрещающей, не наставляющей,
а поддерживающей, принимающей, информирующей.

Доносите до Ваших детей, что:

вслед за удовольствием от принятия наркотиков наступают сильные физические муки,

сильно ухудшается физическое здоровье,

резко снижаются умственные способности,

высокий риск заражения СПИДом, другими инфекционными заболеваниями,

уменьшается и сходит на нет половая потенция,

подросток лишается будущего,

те, кто употребляет наркотики — не самые крутые. Они самые глупые. Продажа наркотиков — большой бизнес и наркоман играет в нем роль пешки, дурочка, который расплачивается за свою глупость не только деньгами, но и своей жизнью.