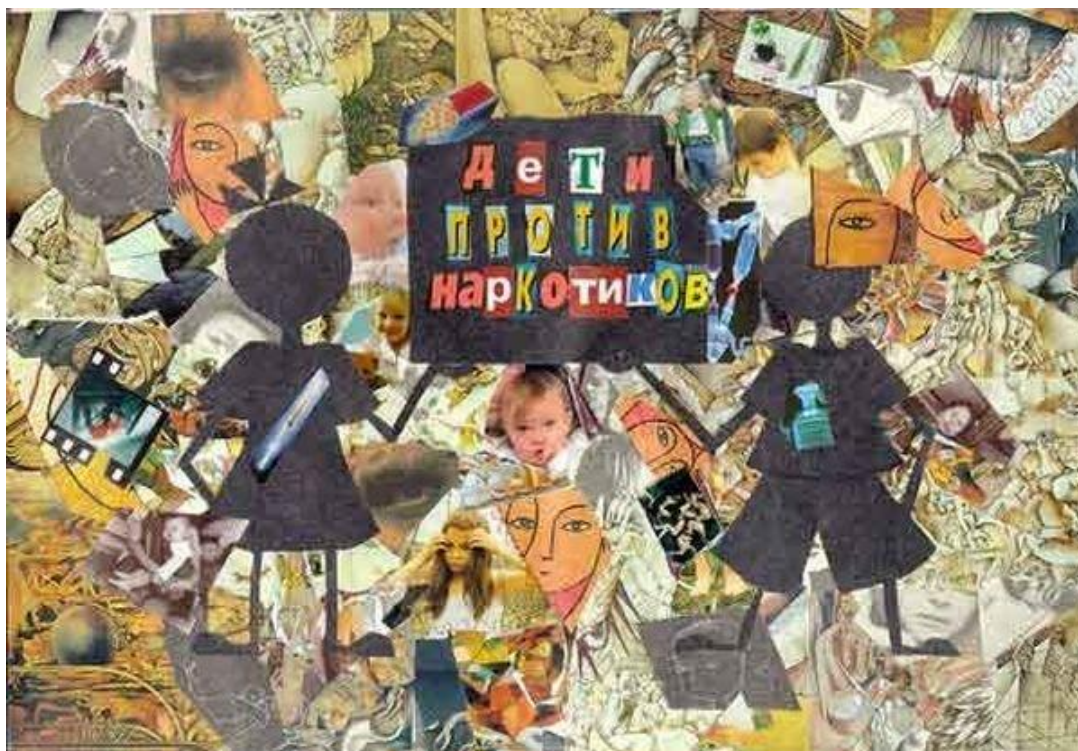


Муниципальное казенное образовательное учреждение для детей-сирот и
детей, оставшихся без попечения родителей,
Детский дом №1 г. Гурьевска Кемеровской области
«Центр содействия семейному устройству семей»
Отдел постинтернатного сопровождения выпускников

«Дети против наркотиков»

Памятка
по профилактике наркомании



составитель:
Бызова Е.П.,
социальный педагог

Гурьевский район
2020

«Дети против наркотиков»

ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ



Что такое наркомания?

Это болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам. Это страшная, мучительная болезнь!

Как люди становятся наркоманами? К наркомании людей принуждают! Тут кроется ужасный обман. Наркотики стоят очень дорого. Люди, распространяющие их, получают огромную прибыль. Трудом таких денег не заработать. Но продавцам нужны покупатели, т.е. нужны несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать любые деньги за дозу. Поэтому новичкам первую дозу предлагают почти бесплатно, уговаривают: «Попробуй, от одного раза ничего не случится. Ты что, трус?».

Но смелым может считать себя только тот, кто не идет на поводу у других, кто может твердо сказать «нет».



Умей мотивировать отказ:

1. «Мне это не нужно», «Я не хочу вредить здоровью» и уйти.
2. Всегда будь готов к давлению.
3. Умей развлечь себя другим способом. Например: спорт-лучше, чем наркотики.
4. Научись выбирать настоящих друзей.
5. Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.



Ни под каким предлогом, ни под каким видом, ни из любопытства, ни из чувства товарищества, ни в одиночку, ни в группе не принимайте наркотик!

Привыкание к этому яду происходит с первого раза и навсегда. От наркомании практически невозможно излечиться. Это пагубное пристрастие разрушает организм человека, ведет к деградации личности, калечит жизнь не только наркомана, но и его близких. На девочек наркотики действуют еще страшнее, чем на мальчиков, и вылечить их почти невозможно. Наркоман ради дозы способен на обман, кражу, даже убийство, его ничто не остановит.

Если же вас заставляют принять наркотик, угрожают вам, немедленно посоветуйтесь с тем из взрослых, кому вы доверяете.

«Дети против наркотиков»

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Профилактика наркомании важна, ведь это опасное заболевание. Оно наносит катастрофический ущерб личности. Ложь, предательство, преступления, распад семей, смертельные болезни - все это спутники наркомании. Наркоманию легче предупредить, чем потом вылечить. Ведь лечение наркомании часто безрезультатно. Поэтому профилактика наркомании становится важнейшим инструментом в предупреждении наркомании.

Семья

Профилактика наркомании в семье в виде бесед с ребенком не всегда дает результат. Взрослые часто совершают ошибку, не уважая мнение ребенка, не прислушиваясь к нему. Если ребенок оступился, что-то сделал не правильно, обычно его накажут, а не помогут разобраться и исправить ошибку. К подростковому возрасту, ребенок уже сформулировал для себя принцип общения с родителями: говорить о своих проблемах как можно меньше, дабы избежать нотаций и наказаний. Но проблемы ребенка от этого не решаются, и он идет с ними к друзьям. И благо если они хорошие, а если нет? Поэтому профилактика наркомании должна начинаться с уважения к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания в семье. Тогда профилактика наркомании даст результат.

*Профилактика наркомании должна начинаться с семьи, возможна при наличии **открытого общения и доверительных отношений в семье.***

Советы родителям

по снижению риска употребления наркотиков ребенком (подростком)

1. Не паникуйте.

Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке сына или дочери след укола, это ещё не означает, что теперь ребёнок неминуемо станет наркоманом. Часто подростка вынуждают принять наркотик под давлением. 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 оттолкнёт подростка, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Возможно для вашего ребёнка это первое и последнее знакомство с наркотиком. Будет лучше, если вы поговорите с ним на равных, обратитесь к взрослой его личности. Возможно, что наркотик для него способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.

3. Оказывайте поддержку. «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я всё же люблю тебя» - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом. Как бы ни было трудно, очень важно, чтобы родители беседовали с детьми о наркотиках, последствиях их употребления. Родители знают своих детей лучше, чем кто-либо, особая родительская интуиция (ею обладают очень многие) позволяет почувствовать самые незначительные изменения, происходящие с их сыновьями и дочерьми. При малейшем подозрении, что ребенок употребляет наркотики, необходимо сразу же поговорить с ним. Поощряйте интересы и увлечения подростка, которые должны стать альтернативой наркотику, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на подростка будет действовать ваш личный пример. Подумайте о своём собственном отношении к некоторым веществам типа табака, алкоголя, лекарств.

4. Обратитесь к специалисту. Если вы убедились, что подросток не может справиться с зависимостью от наркотика самостоятельно, и вы не в силах ему помочь, обратитесь к специалисту. Не обязательно сразу к наркологу, лучше начать с психолога или психотерапевта. При этом важно избежать принуждения. В настоящее время существуют различные подходы к лечению наркомании. Посоветуйтесь с разными врачами, выберите тот метод и того врача, который вызовет у вас доверие. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребёнка может потребовать от вас серьёзных и длительных усилий.

«Дети против наркотиков»

Памятка для образовательных учреждений



Профилактика наркомании в школе и других учебных заведениях, должна быть обязательной, носить массовый характер, может быть представлена в виде лекций, плакатов, бесед с подростками. Она должна быть систематической, а не разовой акцией.

Должна осуществляться в доступной детям форме, найти отклик у подростков и формировать у них однозначную позицию отказа от наркотиков.

Профилактика наркомании, осуществляемая в назидательной и запугивающей манере вряд ли даст результат.

Признаки употребления наркотиков:

Существуют определенные признаки, которые указывают на то, что ребенок может употреблять наркотики. Если Вы обнаружили их, следует насторожиться.

Основные признаки:

1. следы от укусов, порезы, синяки (особенно на руках);
2. наличие у ребенка (подростка) свернутых в трубочку бумажек, маленьких ложечек, шприцев и/ или игл от них;
3. наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из - под лекарственных или химических препаратов;
4. тряпочки, пахнущие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из-под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из-под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами;
5. папиросы (особенно «Беломор») в пачках из под сигарет;
6. расширенные или суженные зрачки;
7. нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя;

Дополнительные признаки:

- 1 пропажа из дома ценных вещей одежды и др.;
2. необычные просьбы дать денег;
3. лживость, изворотливость;
4. телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами;
5. проведение времени в компаниях асоциального типа;
6. изменение круга друзей или появление «товарищей», которые употребляют наркотики;
7. снижение успеваемости, увеличение количество прогулов, плохое поведение, снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям;
8. увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
9. изменение аппетита;
10. нарушение сна (сонливость или бессонница);
11. утомляемость, погружённость в себя;
12. плохое настроение или частые беспричинные смены настроения, регулярные депрессии, нервозность, агрессивность;
13. невнимательность, ухудшение памяти;
14. внешняя неопрятность;
15. покрасневшие или мутные глаза.