

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут наши дети.

Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

Это нужно знать:

- Число детей и подростков, больных наркоманией увеличилось в России за десять последних лет почти в десять раз.
- Один наркоман втягивает в свой порочный круг не менее 10-17 человек;
- Средняя продолжительность жизни наркомана от 1 года до 4,5 лет;
- 84% наркоманов попробовали первый наркотик когда им не было и 15 лет;
- Как правило, родители (в 96% случаев) узнают, что их дети наркоманы, позже всех (через 2-3 года), когда сделать практически ничего не возможно.

КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ ЭТОГО ЗЛА?

Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.

- Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем и табаком.

- Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.

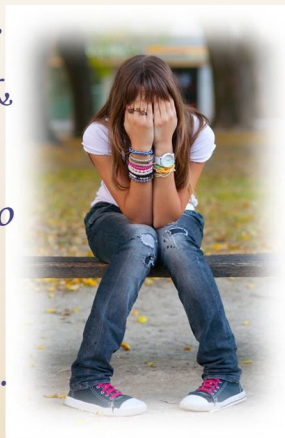
- Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.

- Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.

- Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.

Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.

Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.



ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ



- Бледность кожи;
- Расширенные или суженные зрачки;
- Покрасневшие или мутные глаза;
- Замедленная речь;
- Плохая координация движений;
- Следы от уколов;
-
- Свернутые в трубочку бумажки;
- Шприцы, ложки, капсулы, бутылочки;
-
- Нарастающее безразличие;
- Уходы из дома и прогулы в школе;
-
- Ухудшение памяти;
- Невозможность сосредоточиться;
- Частая и резкая смена настроения;
- Нарастающая скрытность и лживость;
- Неряшливость;
-
- Эти симптомы являются красвенными. Для подтверждения злоупотребления наркотиками и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.