

Куда обратиться за помощью

Областная клиническая наркологическая больница,
305001, г. Курск, ул. Дружининская, д. 2,
подростковый кабинет

Телефоны: 54-72-91;
54-72-87

8-800-2000-122 (круглосуточно) – Всероссийская служба
детского телефона доверия.



КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ (ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)

Уважаемые родители!

В Ваших руках буклет, который поможет Вам лучше ориентироваться в сложной ситуации, связанной с незаконным потреблением наркотических средств и психотропных веществ современными подростками, узнать о роли семьи и семейного воспитания в обеспечении защиты детей от современных социальных рисков, связанных с наркотиками. Буклет предназначен только для взрослых и может быть рекомендован родителям, педагогам и другим специалистам, работающим в сфере оказания помощи детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Курск, 2021 г.

ОБУЗ «ОКНБ»

ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ ВОВЛЕКАЮТСЯ В НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ

- ✚ Любопытство. Подростковая наркомания часто связана со свойственной подростковому возрасту тягой к экспериментированию, поиску новых необычных ощущений и переживаний. Иногда первую дозу подростку навязывают обманом – под видом сигареты или напитка, красивых таблеток, конфет;

Необходимо разъяснить подростку опасность и недопустимость употребления наркотиков, помочь ему найти альтернативные способы реализовать возрастные любопытство и склонность к риску в полезных и безопасных условиях.

- ✚ желание быть похожим на "крутого парня", на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т.д.;

Необходимо организовать жизнь подростка в школе и дома так, чтобы он чувствовал себя достойным человеком, имел возможность самовыражения, высказывания собственного мнения без риска услышать в ответ от взрослого пренебрежение или оскорбление. Имел возможность проявлять свои амбиции и лидерские качества социально-благоприятным способом.

- ✚ желание быть "плохим" или делать всё "на зло" в ответ на постоянное давление со стороны родителей;

Необходимо понимать, что подросток имеет право и должен быть не идеальным, не отвечать вашим ожиданиям и требованиям, помните о его личных границах, правах, учитывайте его собственные потребности, уважайте его собственные желания и интересы, прислушивайтесь к ним.

- ✚ это может быть и способом привлечения внимания;

Необходимо понимать, что ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела

- ✚ безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате - эксперименты от скуки;

Необходимо организовывать досуг подростка, понимать его возрастные потребности и интересы.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

- ✚ Старайтесь сохранять с детьми близкий контакт и доверительные отношения. Ребенок, который дружит с родителями, с меньшей вероятностью попадет в компанию, где употребляют наркотики, а если попадет, то с большей вероятностью расскажет об этом и обратится за помощью именно к вам;
- ✚ Научитесь договариваться и сотрудничать с вашим взрослеющим ребенком, научитесь видеть мир его глазами. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте;
- ✚ Умейте слушать и слышать. Поймите, чем живет ваш ребенок, каковы его мысли, чувства. Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе;
- ✚ Чаще проводите время вместе со своим ребёнком, знайте все его увлечения, общайтесь с его друзьями и родителями его друзей;
- ✚ Хвалите ребёнка, обращайтесь на его успехи и подбадривайте его в волнительные моменты, показывайте, что вы рядом с ним;
- ✚ Учите ребёнка справляться с трудностями, преодолевать их, обсуждайте с ними их проблемы и возможные пути решения;
- ✚ Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников и окружающих;
- ✚ Старайтесь сами конструктивно справляться со своими трудностями, показывая на личном примере как можно их преодолевать и честно и открыто объясняйте подростку, как вы это делаете;

ЧТО ДЕЛАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ

- ✚ Запугивать и излишне привлекать внимание подробными негативными рассказами о вреде наркотиков и других психоактивных веществ;
- ✚ Категорически что-то запрещать. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение. Учитывайте мнение ребёнка;
- ✚ Критиковать и попрекать ребёнка. Стройте с ним диалог так, чтобы он смог сохранить самоуважение, чувство собственного достоинства и значимости;
- ✚ Лгать, уходить от ответа, давать неверную информацию о психоактивных веществах;
- ✚ Самим употреблять или находиться в компании, где употребляют психоактивные вещества, особенно на виду у подростка;
- ✚ Использовать в качестве наказания за проступок методы физического и психологического насилия, лишать подростка общения и любимых занятий;
- ✚ Делать культ из лекарств. Не допускайте, чтобы дети привыкли принимать лекарства по любому поводу, без видимых на то причин.