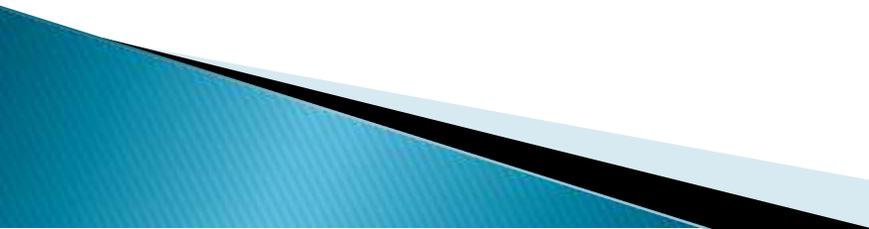


# Родительский всеобуч

## «Как уберечь от беды»

Профилактика употребления психоактивных веществ среди подростков и молодежи

# Вопросы для обсуждения с родителями проблем профилактики

1. Что нужно знать родителям о возрастных психологических особенностях ребенка?
  2. Почему подростки начинают употреблять наркотики?
  3. Что необходимо сделать для того, чтобы уберечь ребенка от наркотиков?
  4. Какие изменения в поведении подростка должны насторожить?
  5. Как вести себя в ситуации, если вы подозреваете, что ребенок употребляет наркотики?
  6. Где получить достоверные сведения о наркомании?
  7. Где можно получить квалифицированную психологическую медико-социальную помощь?
- 

## Психологические особенности подросткового возраста

- ▶ Низкая самооценка.
- ▶ Подверженность влиянию сверстников.
- ▶ Психологические заболевания.

*Подросток чрезвычайно возбудим, склонен к переменам настроения, отношения с окружающими напряжены, эмоциональны. Часто конфликтует с родителями, противится всему, что ущемляет его интересы.*

## 2

### Почему начинают употреблять наркотики?

- ▶ Молодые люди мало знают о жизни, их непримиримость и максимализм лишь маскируют растерянность перед взрослыми.
- ▶ Одной из частых причин первого приема – неуверенность в своем положении среди сверстников.
- ▶ Важная проблема возраста – одиночество, непонимание окружающих, неумение организовать свой досуг.
- ▶ Желание сотворить себе кумира и вот всем ему подражать.

# Что необходимо сделать для того, чтобы уберечь ребенка от наркотиков...

## Защитные ресурсы

- ▶ Поддержка семьи.
- ▶ Единые правила воспитания.
- ▶ Контроль со стороны родителей.
- ▶ Совместное общение.
- ▶ Организация домашнего досуга.
- ▶ Хорошие друзья.
- ▶ Участие родителей в жизни школы.
- ▶ Положительный школьный климат.
- ▶ Участие в общественной жизни.
- ▶ Стремление к успеху, желание учиться.
- ▶ Умение соперничать.
- ▶ Реалистическая самооценка.
- ▶ Оптимизм.

# 10 заповедей родителя....

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды.
4. Не относись к его проблемам свысока.
5. Не унижай.
6. Помни: самые важные встречи человека –это встречи с его ребенком.
7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучайся, если можешь, но не делаешь.
8. Ребенок это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, что бы сделали твоему.
10. Люби своего ребенка любым –неталантливым, неудачным, взрослым. Общайся с ним, радуйся и цени это.

## 4

Какие изменения в поведении подростка должны  
насторожить?

### Физиологические

- ▶ Бледность, покраснения кожи.
- ▶ Расширенные или суженные зрачки.
- ▶ Покрасневшие или мутные глаза.
- ▶ Несвязанная (ускоренная или замедленная) речь.
- ▶ Потеря аппетита, похудение/чрезмерное употребление пищи.
- ▶ Хронический кашель.
- ▶ Нарушенная пространственная ориентация.
- ▶ Плохая координация движений.
- ▶ Резкие скачки артериального давления.
- ▶ Частые, «беспричинные» расстройства ЖКТ.

# Какие изменения в поведении подростка должны насторожить?

## Поведенческие признаки.

- Безразличие, пассивное поведение.
- Агрессия по отношению к близкому окружению.
- Требования денег, исчезновение ценных предметов из дома.
- Частые конфликты с окружающими.
- Изменение режима (бодрствуют ночью).
- Снижение успеваемости: прогуливает уроки, сидит на занятиях с отсутствующим видом, конфликтует с учителями.
- Лживость, как черта характера.

## 5

Как вести себя в ситуации, если вы подозреваете, что ребенок употребляет наркотики?

**Разберитесь в ситуации и сохраняйте доверие ребенка к себе.**

Поговорите со своим ребёнком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет Вас и ребёнка друг от друга. Нормальное общение всегда включает в себя способность не только слушать, но и слышать. Оно поможет Вам лучше понять своего ребёнка, узнать его взгляды и чувства. У подростков достаточно сильно желание к общению, стремление быть выслушанным. Очень ценным для сохранения доверия может быть разговор-воспоминание о Вашем детстве, юности.

## 6

Где получить достоверные сведения о наркомании?  
Где можно получить квалифицированную психологическую  
медико-социальную помощь?

- ▶ Не стесняйтесь обращаться за консультацией к специалистам: психологам, наркологам, психотерапевтам.
- ▶ Филиал автономного бюджетного учреждения здравоохранения Оренбургский областной клинический наркологический диспансер» – «Новотроицкий наркологический диспансер» (Филиал ГАУЗ «ООКНД» – «ННД»)  
Адрес: 462356 Оренбургская область, г.Новотроицк, ул. Черемных, д.13