

Советы родителям, как уберечь подростка от употребления наркотиков

1. Общайтесь друг с другом, установите доверительные отношения.

Если подросток близок с родителями, доверяет им, не боится их гнева, у него нет секретов.



А у взрослых нет нужды выпытывать, что с ребенком не так: он сам охотно расскажет о своих проблемах. В такой атмосфере дружелюбия и понимания вероятность того, что подросток начнет принимать наркотики, крайне низка.

2. Поощряйте интересы и увлечения подростка.



Скука, недостаток впечатлений – одна из причин, по которым молодые люди начинают принимать

наркотики. Когда у подростка есть увлечения, жизнь интересна сама по себе, и для того чтобы увидеть мир в ярких красках, не нужно входить в измененное состояние сознания. Поощряйте любимые занятия ребенка, помогите ему самостоятельно найти хобби, предоставьте свободно выбрать дело по душе. Хорошо, когда у всей семьи есть общие интересы. Если подросток проводит время вместе с родителями и получает от этого удовольствие, наркотик ему не нужен.

3. Воспитывайте в подростке уверенность в себе.

Психологические проблемы, столь типичные для переходного возраста, часто толкают подростков на путь наркозависимости. Бытующий в молодежной среде стереотип о том, что принимать наркотики «круто», может привести к попытке победить неуверенность в себе таким простым, но опасным способом.

Сильную личность нужно воспитывать с детства – общаться, объяснять, подавать пример собственным поведением. Успехи в учебе, спорте, интересное хобби, «правильный» круг общения помогают заложить фундамент здоровой психики.

4. Занимайтесь просвещением.

Расскажите подростку честно и открыто, к чему приводит употребление разных психоактивных веществ, приведите убедительные примеры. Не нужно замалчивать проблему наркомании. Налагая табу, вы тем самым невольно поощряете интерес к запретной теме. Не говоря уже о том, что подросток может продолжать принимать наркотики из-за элементарного незнания последствий.



5. Показывайте личный пример.

Бесполезно объяснять подростку вред зависимости, если вы сами подвержены ей. Ваши действия всегда говорят громче любых слов. Если вы хотите лучшего будущего для своих детей – начинайте с себя, преодолите зависимость, которые у вас есть и подавайте правильный пример.

БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ!

Подготовили: заведующая 17 наркологическим отделением Свиридова Е.А., врач-эпидемиолог Василенко Е.В.

Государственное учреждение
«Республиканский научно-практический центр психического здоровья»

SOS:
наркомания!
(памятка для родителей)



Минск, 2018

Наркомания - болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотиков и проявляющаяся психической и физической зависимостью от них. Это тяжелое заболевание, которое начинается со случайного (или под влиянием, давлением) приема наркотика с последующим формированием наркотической зависимости.

Наркотики в состоянии за несколько дней поработить волю человека, за несколько лет «выжечь» человека дотла, превратить его в беспомощную машину, вся жизнь которой посвящена поиску новой «дозы» и страху перед очередной ломкой.

Большое значение, которое придается выявлению и профилактике наркоманий, особенно среди подростков, обусловлено следующими серьезными моментами:

1. Отмечается высокая смертность среди больных наркоманиями, вызванная передозировками препаратов, несчастными случаями в состоянии наркотического опьянения, различными заболеваниями, являющимися результатом употребления наркотиков, частыми самоубийствами среди наркопотребителей.

2. У всех больных в короткие сроки развиваются тяжелые осложнения со стороны внутренних органов и нервной системы, психические расстройства, выраженные изменения личности.

3. Наркомании могут распространяться подобно эпидемии и поражать достаточно широкие

слои населения, особенно молодежь.

Каждый активный наркопотребитель привлекает не менее десяти человек к наркотикам.



4. Большую опасность представляет криминогенное поведение наркопотребителей. Они совершают как преступления с целью приобретения наркотиков, так и правонарушения в связи с психическими расстройствами, развившимися в результате их употребления.

В последние годы идет непрекращающийся поток новых наркотиков – курительных смесей. Названия этих наркотиков на сленге: спайсы и соли. Борьба с ними сложно, потому, что распространение в основном происходит через интернет. Основные потребители спайсов – молодежь. Наркотики эти чрезвычайно опасны, так как доступны, просты в употреблении и действуют, в первую очередь, на психику. Также важен тот факт, что употребление курительных смесей является первой ступенькой к переходу на другие наркотики.

Причины употребления наркотиков?

1. Выражение своего сопротивления чему-либо.
2. Стремление проявить свою взрослость, выделиться.
3. Способ уйти от проблем в школе, с родителями.
4. Снятие эмоционального напряжения и чувства неудовлетворенности.
4. Неосознанное стремление избавиться от плохого настроения.
5. Желание испытать неизведанное наслаждение.
6. Времяпрепровождение (употреблять наркотики можно на дискотеке или на вечеринке).
7. Приобщение по прямому предложению, уговору, настоянию.
8. Мода на употребление.

Влияние наркотиков на организм:

- поражают внутренние органы: сердце печень, почки, легкие;

- разрушают нервную систему, приводят к психическим расстройствам;
- угнетают иммунную систему;
- поражают репродуктивную систему, приводят к бесплодию;
- вызывают физическую и психическую зависимость;
- приводят к заболеваниям, передающимся парентеральным путем (через шприцы): ВИЧ-инфекции, вирусным гепатитам В и С;
- приводят к распаду личности, социальной деградации;
- уменьшают продолжительность жизни, приводят к смертельным исходам.



Профилактика наркомании

Как бы ни старалось государство решить проблему наркомании, главное влияние на поведение ребенка и подростка оказывает семья. Вовремя увидеть проблемы и помочь с ними справиться, не дать преходящим трудностям перерасти в большую беду, воспитать здоровую, сильную личность — программа минимум для каждого родителя. Но важно избегать крайностей. Тотальный контроль обычно провоцирует зависимость. Допросы, запреты общения, встреч с друзьями, принудительные тесты на выявление наркотиков без объективных причин – это меры недоверия. Начинать нужно не с них, а с создания здоровой психологической атмосферы в семье и формирования правильных ценностей.