

«Не пустите в свой дом наркоманию!»

(памятка для населения)

В чем опасность наркомании?

- Наркомания по своей природе – тяжелейшее заболевание, формирование психической и физической зависимости, когда именно наркотики манипулируют всем в жизни человека, а порой и самой жизнью...тяжелые медицинские и социальные последствия употребления наркотиков с психозами, выраженным поражением внутренних органов, изменением личности;
- Высокая смертность среди больных наркоманией в связи с общей наркотизацией организма, тяжелой депрессией, ВИЧ/СПИД среди потребляющих наркотики;
- Преступное поведение наркоманов;
- «Заразительность» наркомании, способность быстро распространяться, поражая, прежде всего, молодежь.

Что должны знать родители?

Мнения разделились: родители говорят, что ребенок стал употреблять наркотики под воздействием сверстников или торговцев; по мнению детей - чтобы избавиться от скуки, забыть о проблемах и расслабиться, почувствовать себя взрослым, показать свою независимость. Все чаще молодежь считает, что использование наркотиков не приносит особого вреда.

Родителям важно понять ценности ребенка и воздействовать на них, включая личный пример!

Важно Ваше мнение: 4-5 лет - «Что такое хорошо и что такое плохо»

- приучайте ребенка задавать вопросы;
- прививайте умение общаться, установите честные правила игры;
- рассказывайте о здоровой пище, как она поддерживает силы;
- учите преодолевать трудности для укрепления уверенности ребенка в собственных силах;

Пищи и яды: 5-8 лет - интерес к миру

- расскажите детям о вреде алкоголя, сигарет, наркотиков, что употребление их может стать вредной привычкой;
- расскажите, чем отличаются продукты питания, яды, лекарства и наркотики;
- расскажите: почему дети не могут употреблять их даже в небольших количествах.

Приводим факты: 9 -11 лет - есть опасные вещества

- учите детей твердо произносить: «Это очень вредно!», «Не хочу расстраивать родителей»;

- доведите до сведения детей о воздействии алкоголя, табака, наркотиков на организм, об опасности комы или смерти, как возникает привыкание, приводящее к потере наркоманами контроля над своей жизнью;
- разъясните: почему наркотики особенно опасны для растущего организма;
- осветите о возможных проблемах для употребляющего наркотики и для его семьи в целом;
- обсудите рекламу, телепередачу на указанную тему, убедитесь, что дети умеют отделять мифы от реалий и похвалите детей за умение мыслить самостоятельно;
- познакомьтесь с друзьями Ваших детей, подружитесь с родителями друзей.

Нужна Ваша поддержка: 12 - 14 лет – время «конфликта поколений»

- поддерживайте детей, проявляйте участие;
- обратите внимание детей на последствия употребления табака и наркотиков, неприятный запах изо рта и пр.;
- обсудите последствия употребления наркотиков, формирования тяжелых заболеваний, транспортные происшествия, сильное пьянство, привыкание и смерть.

Хвалите правильные поступки: 15 – 17 лет

- расскажите о связи употребления наркотиков, табака, алкоголя и появления дефектов у новорожденных;
- хвалите и поощряйте детей за хорошие поступки, правильные решения, которые они принимают – понимание того, что их замечают и ценят оказывает мощное стимулирующее действие на подростков.

Что должны знать дети и подростки?

Самое правильное решение - это никогда не пробовать наркотики!

Вот несколько правил достойного отказа от предложения попробовать наркотик:

1. Свое «нет» говори очень твердо – именно «нет», а не двусмысленное «посмотрим», «может быть», «я не могу»...
2. Соглашайся с аргументами уговаривающих людей, но все равно говори «нет» также твердо и непоколебимо.
3. Если тебя не оставили в покое, переходи в наступление: «Что вы на меня давите? У меня своя голова на плечах».
4. Поставь точку: «Я вижу, мы не понимаем друг друга. Я больше не хочу говорить на эту тему». Все также доброжелательно, твердо и спокойно.
5. Пойди на компромисс: «Зачем мы спорим?» и предложи другой способ провести время.

В жизни есть много прекрасного!

Каким будет Ваш завтрашний день – выбирать Вам!