

Памятка для родителей "Опасности подросткового возраста"

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 ПАВ-вещества, посещать дискотеки и гулять с друзьями. Наркомание – это заболевание, возникающее в результате злоупотребления наркотическими, психоактивными веществами. Наркотик становится частью обмена веществ организма и бросить его употреблять очень тяжело.

Как Вы можете распознать признаки наркомании у Ваших детей? Обратите внимание на неожиданные изменения в поведении подростка: потеря интереса к учебе, увлечениям, пропуски занятий, просьбы дать денег; необъяснимая раздражительность, рассеянность, лживость; появление подозрительных приятелей, резкое изменение круга друзей, пропажа вещей; появление скрытности в поведении, отказ сообщать о своем местонахождении; потеря аппетита, снижение веса, сонливость, неряшливость; бледность кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза; замедленная речь, плохая координация движений, ухудшение памяти. Эти симптомы являются косвенными и могут совпадать с типичными особенностями подросткового поведения.

Что делать родителям, чтобы ребенок не стал наркоманом? Выберите позицию личной ответственности за своего ребенка, свою семью. Не ждите, когда беда постучится к Вам в дом. Найдите время, чтобы говорить с Вашим ребенком на темы наркомании.

Создайте в своей семье атмосферу любви, доверия и безопасности, вырабатывайте ясные и справедливые правила совместной жизни, выполняйте взятые обещания, интересуйтесь заботами и проблемами ребенка, его внутренним миром. Развивайте в ребенке навыки самостоятельного приема решений, инициативу, собственный взгляд на происходящее. Лучше, чтобы Ваш ребенок был ведущим, а не ведомым.

Учите подростка справляться с трудностями и неудачами, говорите, что отрицательный опыт, это тоже опыт. Научите ребенка говорить «нет». Учите ребенка видеть и понимать красоту окружающего мира, учите получать удовольствие в повседневной жизни (от природы, хорошей книги, общения с интересными людьми и т.д.)

Вашему ребенку необходимо предоставить выбор самому решить никогда не прикасаться к наркотикам. Ваша роль должна быть не запрещающей, не наставляющей, а поддерживающей, принимающей, информирующей.

Обратиться за помощью или просто поговорить Вы можете по телефону горячей линии 8-800-2000-122 (анонимно)



ЕДИНЫЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

8-800-2000-122

АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО | КРУГЛОСУТОЧНО

Антинаркотическая акция
«Родительский урок»

