

**» НЕКОТОРЫЕ ПРАВИЛА, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ
ВАШИМ РЕБЕНКОМ:**

1. Общайтесь друг с другом.
2. Выслушивайте друг друга.
3. Ставьте себя на место ребенка.
4. Проводите время вместе.
5. Дружите с его друзьями.
6. Помните, что ваш ребенок уникален.
7. Подавайте положительный пример во всем.
8. Найдите ребенку занятие, которое ему будет интересно.
9. Не допускайте у ребенка пустого времяпровождения.

В случае возникновения вопросов по данной проблеме наши специалисты всегда готовы проконсультировать вас и оказать коррекционно-профилактическую помощь ребенку.

**ПОМНИТЕ!
МЫ ВМЕСТЕ!**



ГБУ "Центр "ПРИЗМА"

адрес: 180017, г. Псков,
ул. Кузнецкая, д. 13а

тел.: 8 (8112) 72-71-41,
75-11-81

e-mail: org575@pskovedu.ru

web: o575.pskovedu.ru

vk: vk.com/prizma.pskov

Консультации Псковской области

Государственное бюджетное учреждение
для детей, испытывающих трудности
в освоении основных общеобразовательных
программ, развития и социальной адаптации
Псковской области
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«ПРИЗМА»

**КАК
УБЕРЕЧЬ
РЕБЕНКА
ОТ НАРКОТИКОВ**



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Проблема наркотизации подростков и молодежи в современных условиях становится все более актуальной.

» Для того, чтобы эта беда не пришла в ваш дом, ЗАДУМАЙТЕСЬ:

- ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела;
- ограниченный в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие нет; что можно делать, а чего следует избегать, не умеет сказать «НЕТ» в ответ на деструктивные предложения окружения.

СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПОДРОСТКАМИ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕЙ

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно, если он сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. И всё же стоит насторожиться, если проявляются:

» ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше был близок;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянная просьба дать денег;
- пропажа в доме ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- частое вранье, изворотливость, лживость;
- уход от ответа на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятность внешнего вида.

» ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязанная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движения (пошатывание или спотыканье);
- резкие скачки артериального давления.

» ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ:

- любопытство;
- желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей;
- желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей, что может быть способом привлечения внимания;
- безделье, отсутствие каких-либо занятий, скучна.



**ЗАЩИТИТЕ
СВОИХ
ДЕТЕЙ!**



Кто поможет в трудной ситуации:

По вопросам консультации,
в том числе анонимной,
обращайтесь по адресу:

ГБУ «Центр «ПРИЗМА»
Отдел по профилактике употребления
психоактивных веществ детьми,
подростками и молодежью

8 (8112) 75-11-81



180017, г. Псков,
ул. Кузнецкая, д. 13а



**8 (8112)72-71-41,
75-11-81**



org575@pskovedu.ru



o575.pskovedu.ru



vk.com/prizma.pskov

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное учреждение для детей,
испытывающих трудности в освоении основных
общеобразовательных программ, развитии
и социальной адаптации, Псковской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи «ПРИЗМА»

Памятка для родителей

КОМПЕТЕНТНЫЙ РОДИТЕЛЬ

Как правильно
говорить с детьми
о ПАВ?



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Мир, окружающий нас, прекрасен и разнообразен! Он представляет Вашему ребёнку огромный выбор возможностей прежде всего для личностного роста. Но в то же время современный мир полон сомнительных соблазнов и реальных опасностей. Подростку могут предложить сигарету, алкоголь, наркотики и различные психотропные вещества во дворе, на дискотеке, в гостях у друга и т.п.

Оценить и учесть опасность употребления психоактивных веществ (ПАВ), возможность возникновения последствий пагубных экспериментов над собственным здоровьем и даже жизнью ребенок не может. Поэтому так важно своевременно обсудить с подростком проблемы употребления психоактивных веществ (ПАВ). Но при этом важно соблюдать ряд условий, которые помогут установить контакт с ребенком, сделать эффект беседы максимальным.

КАК ОБСУДИТЬ С ДЕТЬМИ ТЕМУ ПАВ¹?

– Найдите подходящий момент для беседы. Лобовая атака: «А ну-ка давай я расскажу тебе о вреде ПАВ» – не будет иметь успеха. Лучше это сделать, просмотрев фильм, передачу, в которой затрагивалась бы эта тема, или обсудить статью в журнале.

– Разговаривайте с ребенком на равных. Внимательно выслушивайте его мнение и аргументы.

¹ ПАВ (психоактивные вещества) - средства, способные изменить психическое состояние человека и вызвать эйфорию (повышенное эмоциональное состояние), галлюцинации, психическую стимулацию и другие феномены.

К психоактивным веществам относятся: табак (все виды табачных изделий), алкоголь (все виды алкогольных напитков, включая и слабоалкогольные (ливо, джин-тоник и т.п.), наркотики (наркотические средства при немедицинском употреблении, наркотические вещества), лекарственные препараты при употреблении без назначения врача, летучие токсические вещества, токсичные средства бытовой и промышленной химии.

НЕ КРИТИКУЙТЕ!

– Дайте понять ребенку, что вы прежде всего заботитесь о его здоровье, безопасности и самочувствии.

– Выясните степень информированности ребенка в отношении опасности потребления ПАВ. Постарайтесь донести нужную информацию до сознания ребенка в непринужденной беседе.

– Не превращайте беседу в скучную лекцию, разбавленную нравоучениями, где ребенок выступает в роли пассивного слушателя. Лучше, если это будет обмен мнениями, в котором родители уважительно и тактично могут повлиять на взгляды подростка.

– Обсудите здоровую альтернативу ПАВ: спорт, хобби, книги, путешествия. Поддержите здоровые увлечения ваших детей.

– Не критикуйте в грубой форме друзей ребенка. Дети склонны защищать своих друзей. Поэтому, если вы говорите: «Твой друг плохой», не рассчитывайте на конструктивный диалог.

– Поговорите с ребенком о давлении со стороны сверстников и разработайте тактику, как этому противостоять.

СТАНЬТЕ ДРУГОМ ДЛЯ СВОЕГО РЕБЕНКА!

– Акцентируйте внимание ребенка на том, что приобщение к алкоголю или наркотикам может помешать в реализации значимых для него жизненных планов.

– Не разбрасывайтесь угрозами и обещаниями наказаний, т.к. сама угроза может стать провокацией: «Интересно, выполнит или нет взрослый свои обещания?». Для подростка, стремящегося показать свою взрослость, большее значение будет иметь высказанное доверие: «Меня очень огорчит, если ты решишься на столь неразумный поступок, но я верю, что ты в состоянии сам принять правильное решение».

– Предупредите ребенка об опасности общения с людьми, употребляющими ПАВ.

– Дайте понять ребенку: что бы ни случилось, он может прийти к вам за спокойной, мудрой помощью и советом. **Станьте другом для своего ребенка!**

– Если же вы считаете, что ребенок не доверяет вашим словам, не можете установить с ним контакт и объяснить, чем опасно употребление ПАВ, вы всегда можете обратиться за бесплатной консультацией (в том числе анонимной) к специалисту, который в доступной форме сможет донести до вашего ребенка достоверную информацию о ПАВ.

ПОМНИТЕ!

Не вся информация о наркотиках и токсических веществах может быть передана детям! Не следует давать ребенку описание свойств наркотиков или их названия!

Задача бесед с ребенком будет считаться выполненной, если он поймет, что БЕЗОПАСНЫХ ПАВ НЕ СУЩЕСТВУЕТ! Алкоголь и наркотики НЕ СПОСОБ РЕШЕНИЯ возникающих проблем!