

Рекомендации для родителей

«Как уберечь детей от беды?»

Здоровье ребенка – самое большое счастье для родителей. Однако в настоящее время алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Вокруг нас слишком много наркотиков, чтобы успокаивать себя соображениями «С моим ребенком такого случиться не может». Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки, гулять в определенных местах, посещать сеть Интернет.

Лучший путь уберечь детей от беды – это сотрудничество с вашим взрослеющим ребенком.

- ❖ Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы в семье он имел это право, тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.
- ❖ Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте свой первый контакт с алкоголем, табаком.
- ❖ Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- ❖ Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли и чувства.
- ❖ Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе..
- ❖ Учите ребенка решать проблемы ,а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы вместе с ним.

Признаки и симптомы употребления наркотических средств

- ✓ Расширенные или суженные зрачки
- ✓ Покрасневшие или мутные глаза
- ✓ Бледность кожи
- ✓ Плохая координация движений
- ✓ Замедленная речь
- ✓ Свернутые в трубочку бумажки, шприцы, капсулы, маленькие ложечки, бутылочки
- ✓ Уходы из дома. Прогоулы в школе
- ✓ Нарастающее безразличие
- ✓ Невозможность сосредоточиться
- ✓ Ухудшение памяти
- ✓ Частая и резкая смена настроения
- ✓ Нарастающая скрытность и лживость

Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения употребления наркотических средств и зависимости от них необходима консультация врача – нарколога.

Помните: чем раньше Вы заметите неладное, тем легче будет справиться с проблемой. Проблему легче предотвратить, чем справиться с ней!

