

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Здоровье ребенка – самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, в последнее время все больше и больше подростков начинают употреблять табак, алкоголь и наркотики.

В обыденном понимании наркомагия – это употребление наркотиков без назначения врача при условии, что употребление становится невольной постоянной потребностью человека.

Одно из самых опасных действий наркотика на организм заключается том, что он способен в самые короткие сроки сформировать жесткую зависимость состояния человека, его физического и психического самочувствия от употребления препарата и изменить всю его жизнь.



ГДЕ, КАК, ПОЧЕМУ?

Ответы на эти вопросы помогут понять родителям где, как и почему наши дети приобщаются к наркотикам.

Предложить наркотики могут в компаниях, во дворе, в клубах, на дискотеках, в школе.

По данным социологических опросов, подростки решаются попробовать наркотики из следующих основных побуждений:

- так принято среди сверстников на дискотеке, вечеринке и т.д.;
- из интереса, поиска новых приятных ощущений;

- уход от возникших проблем, неприятностей стрессовых ситуаций;
- приобщение к взрослой жизни и т.д.

КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ

Отношение детей к проблеме наркотиков в немалой степени зависит от ваших с ними взаимоотношений.

Для чтобы избежать проблем, связанных с употреблением наркотиков, **ПОМНИТЕ:**

- Если в Вашей семье нет взаимного уважения, доверия и Ваш ребенок постоянно испытывает чувство одиночества, а в трудные минуты не находит в Вас необходимой поддержки, то именно наркотик может стать для него тем, что ему так не хватает в жизни.



- Будьте для ребенка не только родителем, но и друзьями, которых он пускает в свой внутренний мир, которым полностью доверяет.

- Расположите ребенка к себе. Вы должны быть ему самым близким человеком, независимо от тех ситуаций, в которые он может попадать. Если не знаете, как это сделать посоветуйтесь с психологом.

- Как бы Вы не были заняты, будьте внимательны к детям, старайтесь, как можно чаще общаться со своим ребенком, потому что без общения вы отдаляетесь друг от друга.



- Умейте внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своем, выслушать ребенка. Дети очень часто страдают от одиночества и невозможности излить перед кем-то свою душу.

- Будьте требовательны и последовательны, но не требуйте от ребенка того, чего он не смог выполнить.

- Не запугивайте детей, иначе они перестанут Вам верить.

- Познакомьтесь с друзьями своего ребенка. Друзья имеют огромное влияние на него, приглашайте их домой.

- Будьте для ребенка примером. Ваш отказ от курения, употребления алкоголя, правильное питание, занятия физкультурой будут формировать у детей навыки здорового образа жизни.



▪ Если ребенок выходит из-под вашего контроля, не замалчивайте проблему, обращайтесь к специалистам, чтобы ее решить.

▪ Если случилось так, что у ребенка возникли проблемы с наркотиками, то ни в коем случае не кричите на него, не бейте и не ругайте – это не поможет. Наркоманию нельзя преодолеть запугиванием и разъяснительными беседами. Используйте свой авторитет и свою любовь, твердость для того, чтобы ребенок согласился обратиться за помощью к специалисту.

**ПОМНИТЕ!
ВЫ В ОТВЕТЕ ЗА ВАШИХ ДЕТЕЙ!**



**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ
БЕЗ ВНИМАНИЯ!**

*Любите своих детей,
будьте искренны и честны
в своем отношении к ним и
к самим себе!*

АДРЕСА ПОМОЩИ:

Общероссийский детский телефон доверия
(экстренной психологической помощи) для
детей, подростков и их родителей –

8-800-2000-122

(круглосуточно, бесплатно)

ГБУЗ АО «Архангельский областной пси-
хоневрологический диспансер»

(детское отделение) –

(8182) 202-101

(круглосуточно)

Телефон доверия АРОО «Кризисный центр
«Надежда» (г. Архангельск) –

(8182) 695-000

(рабочие дни, 10.00-18.00)

Телефон доверия АРОО «Выбираем
жизнь» для людей с различными зависи-
мостью (г. Архангельск) –

8-921-086-37-93; (8182) 47-95-99

(круглосуточно)

Телефон доверия для семей, где есть дети с
зависимостью (г. Архангельск) –

(8182) 68-51-04

(рабочие дни, 9.00-17.00)

Телефон доверия Федеральной службы
наркоконтроля в г. Котласе -

(81837) 3-16-99

**ПОМНИТЕ! ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ
ВАШЕГО РЕБЕНКА КАК НИКОГДА
ЗАВИСЯТ ОТ ВАС,
СПЕШИТЕ ПОМОЧЬ ЕМУ!**



МУ «Коряжемская централизованная
библиотечная система»
Центральная библиотека



**От этой беды
страховки нет...**

Памятка для родителей

Коряжма
2023