

! Следует убедить подростка, что есть альтернативные методы получения состояния эйфории — это и занятие спортом, и экстремальные виды отдыха.

! Почаще проводите с ним время, разнообразьте ваш досуг. Одним из этапов лечения является создание новой системы ценностей вместо наркотических.

! Если есть возможность уехать в другое место пожить — используйте его.

! Обратитесь за профессиональной помощью в наркологические клиники, частные клиники, анонимные. Самое эффективное лечение при сочетании индивидуальной терапии и групповой.

! Если в вашем городе есть группа взаимопомощи «Анонимные наркоманы», возможно следует обратиться за помощью к ним.

! **Помните! Проблема «подросток-наркотики» является проблемой семейной.** Поэтому родителям тоже необходима помощь специалиста.

Будьте готовы меняться и подстраиваться, даже если ребёнок Вас не понимает, даже если он принимает наркотики.

Будьте готовы видеть свою ответственность за разговор, ситуацию.

Постарайтесь, как следует, потому что может быть в опасности Ваше дитя — ради кого же Вам в этой жизни стараться, как ни ради него.

Стадии развития наркотической зависимости

- 1 стадия — первые опыты
- 2 стадия — формируется зависимость
- 3 стадия — возникают проблемы
- 4 стадия — употребление становится целью

Службы помощи и поддержки по г. Набережные Челны

Психологическая помощь **58-36-78**

Телефон доверия (рус) **52-96-96;**
(тат) **52-55-52**

Наркологический диспансер **39-68-39**

Спид центр **59-45-47**

Наркоконтроль **56-29-50;**
8-927-040-1000

Сообщество АН **8-904-673-17-90**

© МБУ ЦППП «Диалог»

Управление образования и по делам молодежи

Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической помощи «Диалог»

Мой ребенок — подросток!
ЕСЛИ В ДОМ ПРИШЛА БЕДА

НАРКОТИКИ

- это самообман
- это заведомая обреченность
- это обязательная болезнь
- это преступность
- это преждевременная смерть!

их употребление

- затрагивает самые разные слои населения
- вызывает зависимость
- связано с риском для жизни
- связано с риском заражения ВИЧ



Что должно насторожить родителей в поведении подростка:

- ☹ Нарастающая скрытность
- ☹ Снижение интереса к учебе или прежним увлечениям
- ☹ Ухудшение памяти и внимания
- ☹ Учащение требований денег, долги, кражи в школе и в доме
- ☹ Внезапные перепады настроения, болезненная реакция на критику
- ☹ Пренебрежение или отказ от ранее важных, дружеских связей, перемены в отношении к людям
- ☹ Изворотливость, лживость
- ☹ Необъяснимые проблемы со здоровьем (нарушения сна, аппетита, простуды, озноб, рвота)
- ☹ Неопрятность во внешнем виде, гигиеническая запущенность
- ☹ Появление новых подозрительных друзей или подозрительное поведение старых приятелей
- ☹ Использование непонятных слов в разговоре с приятелями (сленг)



Такое поведение не всегда связано с употреблением наркотиков. Причиной может быть переутомление, любовная неудача, депрессия или другая проблема.

Если Вы подозреваете или убеждены, что подросток принимает наркотики, то серьёзного разговора не избежать

Сначала придите в себя после шока. Не пытайтесь что-либо объяснять подростку в пылу агрессии и отчаяния. Разгорячённый разговор имеет шансы сорваться. Потом поговорите о своих сомнениях с ребёнком, скажите, что любите его, опасаетесь за него. Если Ваши опасения подтвердятся — готовьтесь к длительной борьбе за его здоровье. Именно борьбе, долгой и серьёзной.

Начните внимательно следить за ребёнком, хладнокровно записывая все его нелепые поступки, чтобы потом по факту предоставить доказательства и основания, в силу которых ему нужно

обратиться за квалифицированной медицинской помощью. Как правило, люди потребляющие наркотики считают себя абсолютно здоровыми и способными бросить наркотики в любой момент. Апеллируя своими наблюдениями, возможно, вы достигнете до его сознания.

Очередным шагом к исцелению может стать беседа с «бывшим» наркоманом. Он может рассказать вашему ребенку, как ужасно жить в состоянии наркотической зависимости, и насколько прекрасен мир без наркотиков.

Объясните ребенку, что вы не бросите его в трудную минуту, что пройдете, этот тернистый путь бок о бок, будете изменяться и совершенствоваться вместе с ним. Каждый раз нужно напирать на то, что последствия наркотической зависимости губительны и необратимы, что вы думаете исключительно о нем, хотите помочь искренне.

Беседы с другим человеком, которого подросток уважает и ценит также могут оказать на него положительное воздействие.