

Адрес:

г. Симферополь, ул. Карла  
Маркса, д.6, офис 27

- Консультации психологов;
- Восстановление семейных отношений;
- Бесплатные семинары для родственников зависимого;



**Телефон горячей  
линии**

**Скажи  
наркотикам  
НЕТ!**

**+7 978 135 15 35**

При поддержке:



**Скажи  
наркотикам  
НЕТ!**

Памятка для  
родителей

**ЗА**  **ТРЕЗВЫЙ  
КРЫМ**



### Какие факторы психологического плана влияют на употребление наркотиков среди подростков?

Взрослые решают, что должен делать подросток, а не он сам. (Жесткие рамки)

Подавление взрослыми мнений и прав подростков. Взрослые часто навязывают свое мнение детям.

Постоянные упреки взрослых в совершении подростками каких-либо действий.

### Действия взрослых, провоцируют подростков к употреблению наркотиков?

Знакомо: «Ты будешь делать так, как я тебе скажу» или: «Вечно ты все хочешь сделать по-своему; нужно прислушиваться к тому, что говорят старшие», или : «Снова ты натворил дел! Когда ты будешь слушаться?!» Примерно так происходит подавление взрослыми мнений и прав подростков.

Постоянные упреки старших в совершении подростками каких-либо действий.

## Родителям о наркомании

### Признаки употребления:

-Резкая смена друзей, прежние увлечения больше не интересуют, подросток становится более замкнут, скрытен;

-Частое проявление агрессии, раздражительность;

-Проявление беспокойства без видимых причин. Постоянное желание вырваться на улицу к друзьям;

-Проявление чрезмерной веселости, болтливости, повышенной жажды, аппетита. Либо вялость, сонливость, безразличие ко всему;

-Покраснение, либо бледность кожных покровов. Зуд кожи лица либо кончика носа и за ушами;

-Очень узкие, точечные, либо расширенные зрачки;

-Остекленелый, «туманный» взгляд;

-Подросток меньше внимания уделяет своей внешности;

-От одежды подростка пахнет травой, ацетоном, среди вещей можно встретить шприцы, иглы, незнакомые пакетики и т.д.

-Карманные расходы возрастают, а из дома начинают пропадать вещи и деньги.

### Что делать, если наркотики пришли в ваш дом?

-Действуйте решительно, но ни в коем случае не угрожайте ребенку и не шантажируйте его;

-Постарайтесь понять проблемы, которые тревожат ребенка, и помогите в их решении;

-Оградите его от общения с людьми, в кругу которых он попробовал наркотики;

-Выработайте единую стратегию поведения с другими членами семьи;

-Не позволяйте ребенку играть на ваших разногласиях;

-Помогите найти ребенку интересное занятие, увлечение;

-Не предоставляйте его самому себе;

-А также помощь специалистов.

### Как помочь ребенку сказать «НЕТ»

-Общайтесь со своим ребенком, а не обращайтесь к нему.

-Говорите с ним о проблемах алкоголя и наркотиков, как и о других житейских проблемах на живых примерах.

-Будьте образцом для своих детей. Дети быстро распознают фальшь и потом трудно завоевать их доверие.

-Ценность семьи. Подростки должны быть уверены в себе.

-В семье должны быть четкие правила в отношении наркотиков.

-Помогите найти детям увлечение или занятие.

-Хвалите своих детей. Они должны чувствовать поддержку и любовь родителей.

-Ребенок должен знать, что Вы верите ему, тогда он поверит Вам.