

Прививайте ребенку семейные идеалы и жизненные ценности на личном примере:

- рассказывайте о своих личных убеждениях, касающихся потребления наркотиков;

-имейте собственные оригинальные суждения, принимайте решения самостоятельно, а не потому, что «так делают все»;

-относитесь с уважением к сохранению своего здоровья и ведите здоровый образ жизни;

- поступайте так, как учите поступать ребенка.

- постарайтесь следить за увлечениями своих детей, где и с кем они проводят свое время;

- обсуждайте с ребенком проблемы наркомании, рассказывайте о видах наркотиков и их воздействии на организм, о решающей роли первой пробы наркотика на пути к наркозависимости, о том, где, кто и как может предложить наркотики, о том, как отказаться от предложений «присоединиться».

Помните!

-Низко оценивая себя, подростки в первую очередь становятся жертвами наркомании.

- Без доверия к близким, ребенок не обратится к ним в кризисной ситуации.

- Противоречивые и несправедливые требования способны привести к болезненным ситуациям и подтолкнуть к поискам «обезболивающего».

ЗАДУМАЙСЯ

✚ *Первая доза наркотика доставляет 3-4 минутное удовольствие. Спустя месяц для достижения «кайфа» доза многократно возрастает.*

✚ *Организм наркомана без новой дозы не может обходиться более 9-10 часов. Начинается ломка, причиняющая неопишуемые страдания.*

✚ *Редкий наркоман доживает до 30—35 лет. Продолжительность его жизни при постоянном потреблении наркотика от первой до последней дозы — от 7 до 10 лет.*

✚ *В настоящее время наркодельцы, чтобы втянуть подростка или молодого человека в наркозависимость и сделать его постоянным покупателем зелья, часто предлагают один-два раза попробовать его бесплатно.*



Подумай:

надо ли тебе это делать?
Ведь бесплатным бывает только сыр в мышеловке.

г. Демидов ул. Советская, 5
Телефон: 4-11-89, 2-20-65
e-mail: bibldem@rambler.ru

Тираж: 10 экз.

МБУК ЦБС Демидовского района
Центральная детская библиотека

12+

**НАРКОТИКИ:
ЗЛОВЕЩАЯ ТЕНЬ
НАД МИРОМ**



**Информационное пособие
для детей и родителей**

**Демидов
2020г.**

Многовековой опыт человечества доказал, что ни запреты, ни свобода потребления наркотиков не спасают от заболевания наркоманией. Только сам человек не допустит его, если найдет в себе мужество сказать наркотику «Нет!»

Информация к размышлению:

НАРКОТИКИ — ЭТО ЛОВУШКА.

Стоит попасть в нее, завязнешь, как в трясине, и обратный ход очень затруднен. Вначале ты сможешь выбраться сам, но очень скоро — только с помощью профессионалов.

НАРКОТИКИ — ЭТО САМООБМАН.

Наркотики никогда не решат ни одной твоей проблемы. Ты уйдешь в себя, а проблемы останутся неразрешенными. Правда, со временем проблемы исчезнут, но... вместе с тобой!

Лучше отказаться от наркотика один раз, чем пытаться это делать всю свою короткую жизнь.

НАРКОТИКИ — ЭТО МЕДЛЕННОЕ САМОУБИЙСТВО.

Старых наркоманов не бывает, почти никто из них не доживает до 30 лет, чаще всего умирают через 5—7 лет. Смерть наркомана уродлива и мучительна!

НАРКОТИК — ЭТО ТЮРЬМА.

Наркоман готов на все ради дозы, в том числе и на преступление, многие занимаются распространением наркотиков — это суровая статья уголовного кодекса...И неминуемое наказание! *Начиная потреблять наркотики, не думай, что ты пользуешься свободой.*

Наоборот, ты начал ее терять, предавая себя в рабство.

НАРКОТИК — ЭТО ТЯЖЕЛЫЕ БОЛЕЗНИ.

Это СПИД и все виды гепатитов, это гипертония, инфаркт в юном возрасте. Это общее ослабление организма, опасное для любой болезни.

НАРКОТИК — ЭТО БОЛЬНОЙ МОЗГ.

Неустойчивое, опасное для окружающих поведение, смятение и депрессию, зрительные, слуховые и осязательные галлюцинации. Это наркотический психоз – потеря связи с реальностью.

НАРКОТИКИ—ЭТО ПРЕДАТЕЛЬСТВО.

Наркоман способен предать всех и все за дозу. Друзей, родителей, любимого человека. Предательство — самое позорное дело для человека. Не стоит считать: я сильный и честный, я не предаю... Наркотик окажется сильнее.

НАРКОТИК — ЭТО ПОТЕРЯ ВСЕГО.

Мы назвали главные последствия. Можно было и не перечислять. На самом деле наркоман теряет все: семью (кроме несчастных родителей), друзей, работу, имущество, здоровье. Остается жизнь, да и то ненадолго.

У наркомана жизнь настолько «хороша», что ему очень быстро уже и жить надоедает.

ИТАК, где бы, в какой бы ситуации ты ни оказался – скажи сам себе твердо и решительно:

НАРКОТИКУ – НЕТ!

Что необходимо делать родителям, чтобы уберечь детей от наркотиков

Учите вашего ребенка иметь свою индивидуальность:

- расскажите ему, что делает человека особенным и уникальным. Поговорите с ним о людях, которых он уважает, спросите, что на его взгляд делает их особенными, заслуживающими уважения. Попросите ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забудьте напомнить ему те положительные качества, которые он может упустить;

- одобряйте, хвалите ребенка за небольшие успехи и достижения. Поощряйте даже маленькие достижения и делайте это чаще;

- объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказать свое собственное мнение.

Помогайте выявлять и развивать способности и таланты:

- смотрите на ребенка как на личность;

- давайте ребенку именно то, что необходимо именно ему, а не то, чего вы недополучили в детстве;

- показывайте ему, что можно делать, а не то, чего делать нельзя.

- помогайте Вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

Создавайте условия для развития ребенка:

- показывайте ребенку, как вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему;

- устанавливайте четкие, обоснованные границы дозволенного;

- давайте ребенку свободу в той степени, в которой он проявляет ответственность;

- избегайте прямых столкновений (ссор и скандалов);

- исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребенка;