

## **Уважаемые родители, (законные представители)!**

Сегодня многие молодые люди знают, что такое наркотики, где их можно купить и считают допустимым употребление в небольших дозах. Под влиянием друзей, фильмов, телепередач, журналов некоторые считают употребление наркотиков модными и безопасными. Так ли это?

### *Для чего молодые люди употребляют наркотики?*

- чтобы поймать «кайф»
- из чувства любопытства испытать новые ощущения
- от нечего делать
- под влиянием друзей и знакомых в компании
- под влиянием взрослого наркомана

### *Каковы ощущения от употребления наркотиков?*

После непродолжительных минут «кайфа», галлюцинаций и эйфории появляется жар, слабость, шум в ушах, головная боль, нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы и дыхания, озноб, тошнота, рвота, слабость, сильные боли в мышцах. Чем моложе организм, тем страшнее последствия потребления наркотических и токсических веществ. Никогда не знаешь, после какой дозы станешь наркоманом: одни сразу, другие через месяц, но при употреблении наркотиков больными становятся все.

## **Березовское муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 35 «Теремок» комбинированного вида»**



### **Памятка для родителей (законных представителей) по профилактике наркомании**

**2022 год**

## **Профилактика наркомании должна начинаться с семьи.**

Как профилактика наркомании может быть осуществлена в семье?

Важнейшим моментом по-прежнему остается пример родителей, в особенности в том, что касается здорового образа жизни. Важно, чтобы родители понимали, что профилактика наркомании может уберечь их ребенка от наркомании. Профилактика наркомании возможна при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье.

Поэтому профилактика наркомании должна начинаться с уважения к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания в семье. Тогда профилактика наркомании даст результат.

## **Ваша задача на этапе становления личности ребенка, научить его говорить «НЕТ»**

Что бы ребенок умел говорить «нет, я не буду этого делать» нужно делать две вещи: поощрять эту способность и тренировать её.

Поощрять её нужно потому, что она – признак взрослости и ответственности.

- ✓ На самом деле умение противостоять внешним требованиям и провокациям – это признак зрелости, самостоятельности ребёнка, это признак формирования его личности. «НЕТ!» можно услышать в ответ на предложение пирожного, компота, новой кофточки или похода в цирк, кино и т.п.
- ✓ Первое «НЕТ!» требует от ребёнка мужества. Это – признак взросления и требования большей степени свободы в выборе и поведении.
- ✓ Первое «НЕТ!» обычно пугает родителей, хотя любой психолог поздравил бы их с тем, что у

ребёнка работают защитные механизмы. Ребёнок впервые сам очерчивает границы своего «Я».

- ✓ Трудно представить, что ребёнок, который никогда не говорит «нет» в общении с близкими, которым он доверяет, скажет «нет» незнакомому человеку.
- ✓ Нужно не только с уважением отнестись к «нет» своего ребёнка, но и внимательно выслушать все его аргументы. Не забудьте спросить «почему нет?». Тогда вы можете рассчитывать на то, что его препирательства будут мотивированны и разумны.
- ✓ Есть особый тип психологической конституции, при которой «нет» звучит чаще, чем «да». Это очень трудные в общении люди, упрямые, несговорчивые, монотонные, вдобавок ко всему у них часто напрочь отсутствует чувство юмора. Но у них есть одно безусловное достоинство: в силу своей толстокожести

именно благодаря этому «нет!» они абсолютно защищены.

### **Что ждёт наркомана?**

Разрушение тела и души. Деградация личности - интеллектуальная, моральная и социальная. Отмирают привязанности, чахнут способности, мир сужается и распадается, а больной не осознаёт этого.

### **Из письма 16-ти летнего наркомана:**

**« ...С каждой минутой все труднее писать. Руки дрожат. Я жду очередной порции наркотиков. Я уйду из жизни. Никто не в силах мне помочь. Но я прошу: будьте внимательны к тем, кто рядом с вами... »**