

# Разговор о наркотиках, алкоголе, деньгах и друзьях.

Советы и рекомендации  
родителям и подросткам.

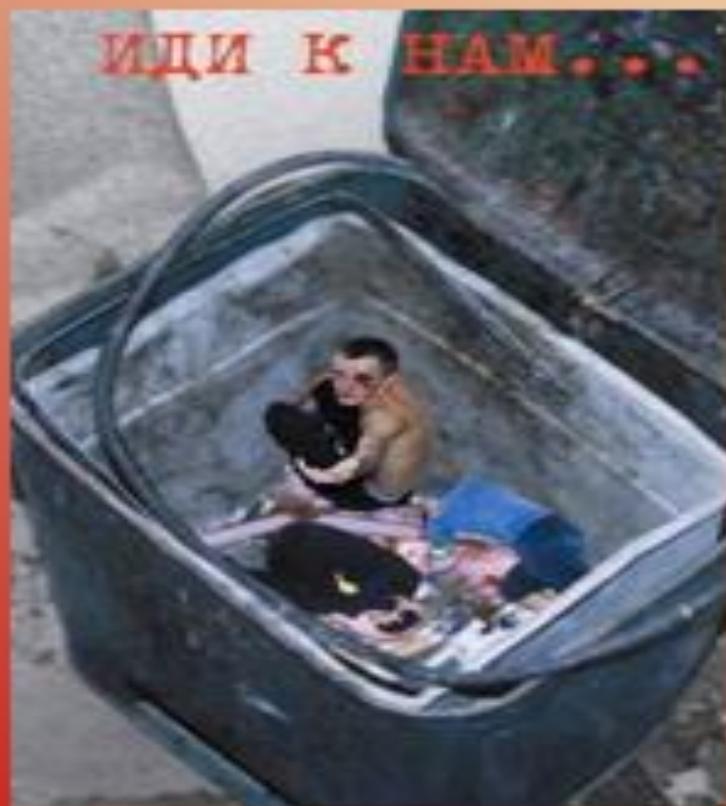
**Наркомания** –  
привыкание и  
болезненное  
пристрастие к  
наркотическим,  
токсическим и  
лекарственным  
веществам.

# 1 признаки личности, склонной к употреблению наркотиков



- Депрессивные состояния, пассивность;
- Беспокойство;
- Отсутствие чувства собственной значимости, т.е. низкая самооценка;
- Агрессивность и гиперактивность;
- Нетерпимость;
- Незрелость к личности, склонность к детскому поведению;
- Эгоцентризм, стремление к легкому достижению удовольствия.

# Мотивы употребления наркотиков



- Скука;
- Любопытство;
- Подражание сверстникам;
- Желание сблизиться с представителями противоположного пола, употребляющим наркотики;
- Желание уйти от проблем;
- Конфликты с родителями;
- Конфликты с учителями.

# Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы!

Для того чтобы избежать проблем, связанных с употреблением наркотиков вашими детьми, помните:

1. Вы должны быть своему ребенку самым близким человеком, независимо от тех трудных ситуаций, в которые он может попадать.
2. Если ребенок выходит из под вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к людям и специалистам, чтобы ее решить.
3. Если ваш ребенок курит, пьет спиртные напитки, вы не застрахованы оттого, что он может начать принимать наркотики.
4. Если вашему ребенку дома плохо, если он живет в мире ссор и скандалов, то он может оказаться в компании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью наркотиков.
5. Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья вашего ребенка.
6. Если ваш ребенок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, вам необходимо срочно обратиться к специалистам.
7. Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребенка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.
8. Помните! Если ребенок принимает наркотики, значит, в его воспитании вы допустили серьезные просчеты. Не усугубляйте их!

**Алкоголизм –  
тяжелая  
хроническая  
болезнь, в  
большинстве  
своем  
трудноизлечи  
мая.**



# Алкоголь – причина смерти

- Средняя продолжительность жизни человека пьющего на 10-20 лет ( по разным статистическим данным) короче жизни трезвенника. Алкоголь нередко называют третьей причиной смертности у мужчин (после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний);
- 65% смертных случаев от травм и всевозможных происшествий связаны с потреблением алкоголя.

# Алкоголь – причина болезней

- Потребление спиртных напитков создает благоприятный фон для возникновения и развития многих болезней: каждый третий случай кардиологического и каждый четвертый случай онкологического заболевания у мужчин связаны с алкоголем; кроме того, в прямой зависимости от потребления спиртных напитков находятся такие заболевания, как цирроз печени, язва желудка, нарушения психики...

# Алкоголизм – путь к преступлению

Алкогольное  
опьянение

Потеря социального  
контроля

Преступление

Именно эта формула и находит свое отражение в уголовной статистике. Вместе с тем 35% корыстных преступлений совершаются подростками в трезвом состоянии, но для добычи средств для приобретения алкоголя.

Потребность в  
алкоголе

Корыстное  
преступление

Алкогольное  
опьянение

Например, потребность во взрослом самоутверждении побуждает к участию в групповых алкогольных эксцессах, которые могут заканчиваться преступлением.

Потребность в  
самоутверждении

Групповой  
алкогольный эксцесс

Групповое  
преступление

## Рекомендации родителям

- Присматривайтесь к друзьям своего ребёнка, проявляйте к ним интерес, старайтесь, чтобы ребёнок стремился познакомить Вас со своими друзьями.
- Разделяйте проблемы ребёнка и оказывайте ему помощь и поддержку.
- Учите ребёнка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается решить их самостоятельно, помогите ему.



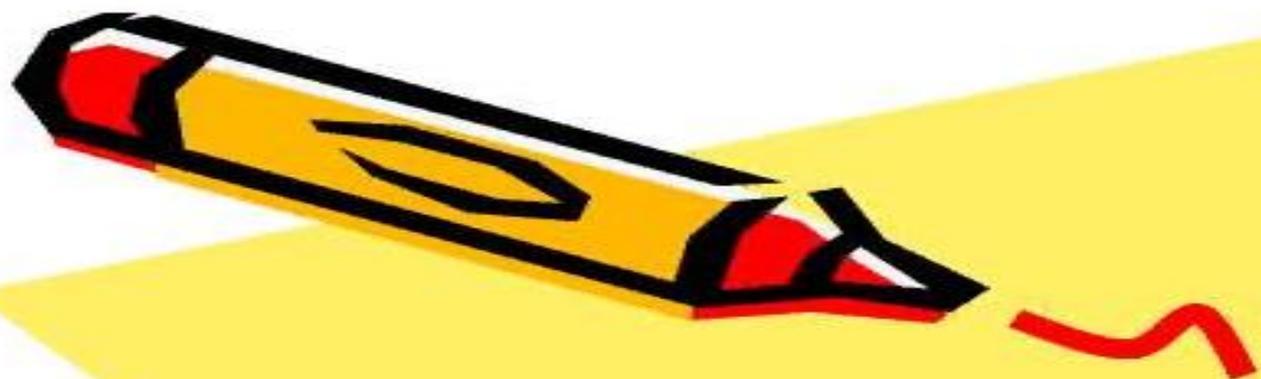
## Легкие деньги

«В век интернета организаторы незаконного бизнеса чаще всего вербуют подручных-закладчиков через интернет, – рассказывает юрист Андрей Лисов. – Очень часто в молодежных группах и сообществах в социальных сетях появляются предложения подработать с очень высокими зарплатами, например, по 5 тысяч рублей в день. Где старшеклассник или студент может заработать такие деньги? Естественно, кто-то ведется».

Интересно, что часто сообщения рассылаются наобум. «Например, сообщение с предложением подработать на закладках пришло ни с того ни с сего взрослой и интеллигентной женщине 43 лет, не имевшей никогда никакого отношения ни к наркотикам, ни к другим формам криминала.

Она, конечно, сообщила в полицию, да только никто всерьез к заявлению не отнесся, – замечает Андрей Лисов. – Также обстоят дела и с подростками, молодежью, только из них многие соглашаются, особенно те, кто и сами не прочь попробовать наркотики».

А вот что рассказал корреспонденту «Милосердия» оперативный сотрудник, как раз работающий с таким «контингентом». «Чаще всего те ребята, которые сами не наркоманят, влезают истории с закладками в поиске работы, – говорит Н. – Ведь чем ниже возраст, тем, как известно, у нас меньше возможность заработать».



**КАК НЕ ПОПАСТЬ  
ПОД ДУРНОЕ  
ВЛИЯНИЕ ?**



# Как подростку не поддаться плохому влиянию?

## Признать что влияние существует.

Да, интересно, что многие подростки вообще не понимают этого термина и думают что так просто складываются отношения. Конечно, и те кто оказывает плохое влияние тоже подростки и тоже не понимают всего до конца. Вот и получается, что подростки без особого жизненного опыта и знаний начинают делать не то что надо и принимают это почти за норму.

Влияние существует в любом случае- только или хорошее или плохое. Если подросток находится в культурной, нравственной обстановке, то и мыслей о проступке не будет, а если и будут, то реализовать их будет сложнее. А если подросток находится в среде не побуждающей ни к чему хорошему, то тут все наоборот.

Поэтому первым делом нужно признать, что подросток находится под влиянием не того чего надо. Это можно доказать, если вспомнить его поведение и речь до того, как он стал дружить с определенными людьми и после. Если разница налицо, то вопрос о негативном влиянии доказан.

Если **на примере**, то это еще проще. Если в банку с солеными огурцами и рассолом положить свежий огурец, то он тоже засолится. При чем не важно где будет находиться огурец- с краю банки или в середине огурцов. Так и с влиянием- он о везде и неважно с какой стороны оно идет- каждый человек и особенно подросток подвержен влиянию окружающих.

Также о влиянии легко судить, если подросток **начинает вести двойную жизнь**. Дома он ведет себя так, что бы угодить родителям.

## Почему они поддаются плохому влиянию?

### Нет друзей в семье.

К сожалению, опять нужно начинать с семьи. Если у ребенка- подростка нет дружеских отношений с членами семьи, то он будет искать это общение на улице. Подростку нужно чувствовать что он нужен своей семье. Если у него есть домашние обязанности и его хвалят за его послушание, с ним регулярно проводят время и организуют ему интересные по возможности выходные и каникулы, то ребенок из семьи никуда не потянется. Однако если подросток предоставлен сам себе и родители заняты своими делами, то быстро найдется тот кто будет ближе вашему ребенку, чем вы. Такое случается и не благополучных (как принято говорить), так и в благополучных семьях.

**Причина не в количестве денег и возможностях семьи, а в эмоциональной атмосфере дома.**



## Практические советы.

О некоторых уже упоминалось.

### Не ходи туда.

не ходи в места заведомо известные плохими компаниями. Если у тебя есть другой путь домой, иди по нему.

Если нет другой дороги, то **старайся ходить не один**— иди или со взрослыми или с хорошим другом.

Если ты идешь по опасному месту и чувствуешь, что что-то не так, то **скорее убегай**.

Убежать- это не признак трусости, а признак мудрости.



**Лучше убежать и быть целым (и физически и эмоционально), чем остаться и пострадать.**



## Научиться говорить «нет».

Это уже больше зависит от подростка и его настроения. Если подросток сам понимает наличие плохого влияния и хочет его прекратить или снизить, то это половина дела.

**Например,** прорепетируй дома как ты будешь говорить «нет» одноклассникам, когда они будут склонять тебя к чему-то плохому.

**Одноклассник:** «пойдем покурим! Ты что еще ни разу не курил?! Ну ты даешь! Пойдем мы тебе покажем все!». Что здесь можно сказать и сделать?

**Ты:** «Я не курил и не буду курить, потому что я дорожу своим здоровьем. И вам я бы советовал не делать этого». После этих слов ты остаешься в классе или если это после уроков, то идешь в противоположную сторону, чтобы ребятам было неудобно идти за тобой и кричать что в след. Понимаешь? То что ты так поступишь будет говорить, что ты не идешь на поводу у всех, кто только тебя куда ни зовет, а имеешь свое мнение и можешь за него постоять.

Так же если ты знаешь место где курят ребята, то **не ходи туда, а если другой дороги нет, то иди не один** а в компании взрослых или других хороших друзей. Даже можешь не смотреть в их сторону, чтобы они смогли начать



## Будь твердым всегда.

Если ты будешь иногда поддаваться их влиянию, то это ничем хорошим не кончится. Они так и будут приставать к тебе и прогибать тебя под свои желания. Поэтому не поддавайся ни одного разу. Если ты поддавался не делай больше этого, пока не зашло далеко.

Да, влияние окружающих- это серьезно. Если взрослые люди просто смотря рекламу ,которая длится 4минуты, потом покупают товары им не нужные, то подростки находясь постоянно под прессингом (давлением), тем более идут на поводу у своих «друзей».

Родители, будьте внимательны к поведению своих детей. Вы знаете их очень хорошо, поэтому анализируйте их слова, поступки. Родителям полезно знать друзей своих детей, для этого можно приглашать их в гости или сходить к ним в гости.

Родители, вы имеете право быть в курсе всех событий происходящих в жизни ребенка, пока он несовершеннолетний. Скорее всего, если вы увидите что ваш ребенок заслуживает большего доверия и степени свободы, вы ему это предоставите. Но если вы видите, что ваш ребенок- подросток еще слишком податлив, то учите его быть тверже и не давайте ему сбиться с правильного пути.

**Если вы сами подростки понимаете что вам не нужна такая кампания, то не связывайтесь с ней.** Не думайте, что потом можно будет легко порвать с плохим влиянием. Не думайте что на вас это так сильно не подействует. Будьте мудрыми и подумайте о будущем, которое вас ждет!



## Прояви чувство юмора, где уместно.

Если над тобой начинают смеяться и подталкивают к чему-то плохому, то переведи это на шутку. Конечно это непросто и ты можешь почувствовать себя немного униженно, но это лучше чем пострадать из-за глупости. Например, если тебя зовут курить, а ты невысокого роста, то можно пошутить «если я буду курить, то больше не вырасту, а я хочу быть большим!». Кстати это даже отчасти правда, поэтому ничего обидного ты не сказал, но а парни могут продолжать смеяться если им это надо, но ты избежишь их кампании.

Этот же принцип применим в других ситуациях.

## Организуй свое свободное время.

Если тебе нечем заняться после школы, то искушение пойти с плохими друзьями, которые еще так настойчиво тебя зовут, очень большое. Если они тебя спросят, чем ты будешь занят вечером, а тебе нечего будет ответить, то они поймут, что ты просто боишься их и будут продолжать давить. Поэтому будь занят. Если тебя спросят про твои планы на вечер или после школы, то так и скажи «Я занят, мы сегодня пойдем в гости к родственникам. Но я все равно не хотел бы идти туда куда вы меня зовете.» понимаешь в чем суть?! То есть ты сказал, что ты и сегодня занят и дал им понять вообще о твоём отношении к их предложению. Если они позовут тебя в следующий раз, то ты просто уже можешь напомнить свои слова, что ты не хочешь идти туда с ними. Это будет звучать уже в твою пользу.



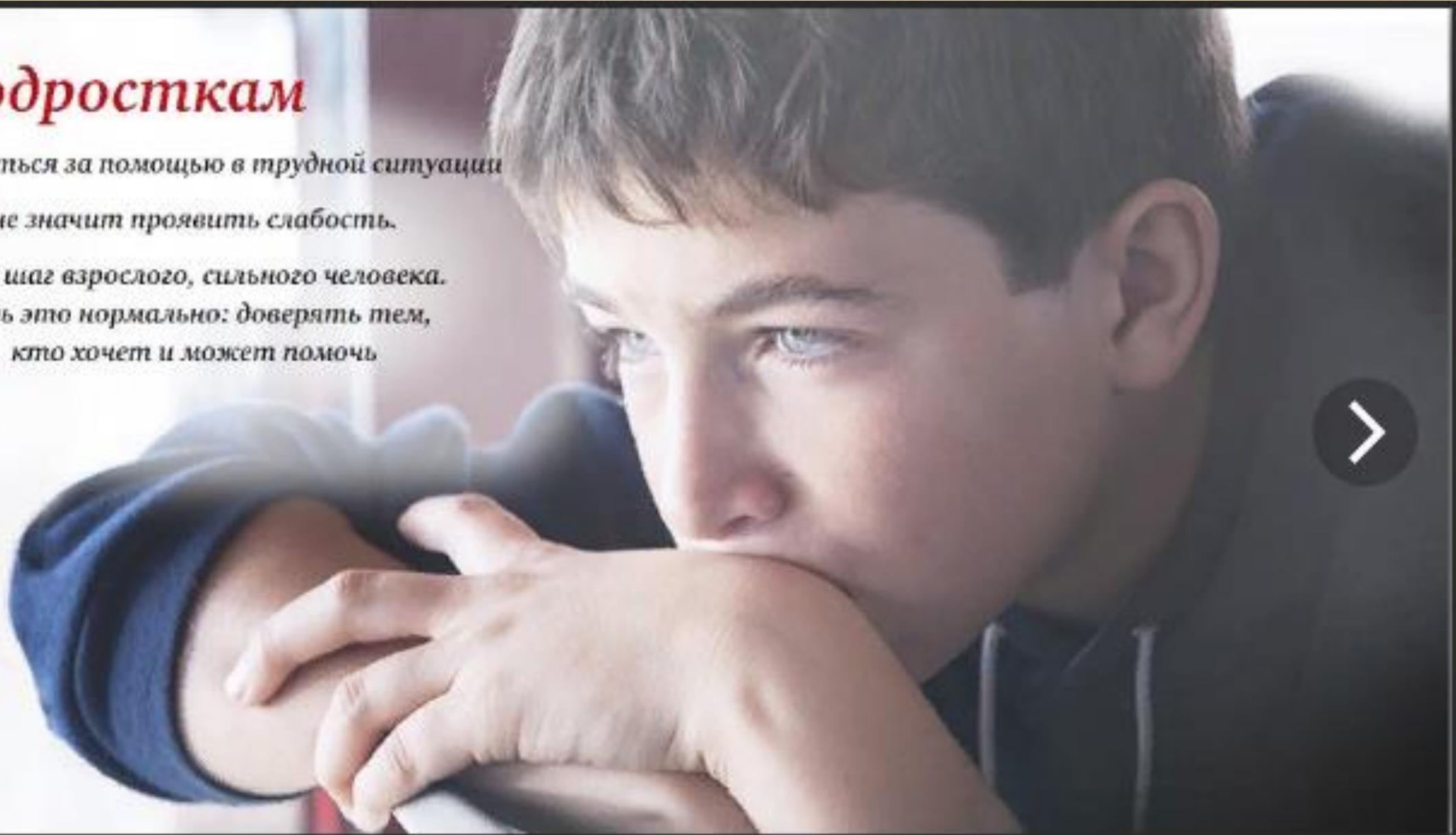
## *подросткам*

*Обратиться за помощью в трудной ситуации*

*не значит проявить слабость.*

*Это шаг взрослого, сильного человека.*

*Ведь это нормально: доверять тем,  
кто хочет и может помочь*



**Подросток должен  
помнить о том, что  
в трудной  
жизненной  
ситуации он может  
обратиться к людям,  
которым доверяет:  
родителям,  
классному  
руководителю,  
психологу.**



**Подготовили практический психолог Немченко Т.А. Школа № 82 г.Донецк.**