



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**КАК РЕАГИРОВАТЬ НА
УПОТРЕБЛЕНИЕ РЕБЁНКОМ
НАРКОТИКОВ И АЛКОГОЛЯ?**

ИДЕАЛЬНЫЕ ВАРИАНТЫ, КОТОРЫЕ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЭТАЛОНОМ И ЕДИНСТВЕННО ПРАВИЛЬНЫМИ

- НАШИ СОВЕТЫ, НАЧАЛЬНЫЙ ТОЛЧЁК ДЛЯ ВАС В ОКАЗАНИИ ДЕЙСТВЕННОЙ ПОМОЩИ ВАШИМ ДЕТЯМ. МЫ НЕ МОЖЕМ ДАТЬ ВАМ УНИВЕРСАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ, ТАК КАК ВСЕ ДЕТИ И СЕМЬИ СЛИШКОМ РАЗЛИЧНЫ, В КАЖДОМ СЛУЧАЕ ТРЕБУЕТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД.
- ГЛАВНЫЙ ДЕВИЗ: "ПОМОЩЬ ПРИ ОТСУТСТВИИ ПОМОЩИ !"
- ВЫ ДОЛЖНЫ ДАТЬ ПОНЯТЬ ВАШИМ ДЕТЯМ, ЧТО ГОТОВЫ ПОМОЧЬ ИМ В ЛЮБОЙ МОМЕНТ, ЕСЛИ ОН ЗАХОЧЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЗАВИСИМОСТИ. ЭТО НЕ ОЗНАЧАЕТ, ЧТО НУЖНО СИДЕТЬ "СЛОЖА РУКИ"

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЭТО СЛУЧИЛОСЬ?



- Соберите как можно больше сведений о злоупотреблении алкоголем и другими наркотиками. Поговорите с друзьями ребёнка., тогда многое прояснится.
- Займите твердую позицию, однозначно дав понять, что вы не позволите своему ребёнку употреблять алкоголь и наркотики. Доводите до него эту мысль регулярно.
- Подкрепите своё твёрдое решение "Нет алкоголю и наркотикам" чётким и последовательным набором норм и правил поведения в семье. Добивайтесь и проявляйте решимость достичь их соблюдения.

Изучайте признаки употребления алкоголя и других наркотиков

- Внимательно следите, не обнаружатся ли таковые у Вашего ребёнка. Не позволяйте ему обмануть себя, Будьте в меру недоверчивы.
- Если Вы подозреваете, что Ваш ребёнок употребляет наркотики, не притворяйтесь, что всё в порядке. Изучайте ситуацию более подробно. Пристально и внимательно наблюдайте за Вашим ребенком. Отмечайте факты характерных поступков с указанием дат и времени.
- Не посылайте своего ребёнка за алкоголем, не выпивайте в его присутствии. Не устраивайте алкогольных праздников.



Прежде, чем начать серьёзный разговор с ним, составьте перечень причин, почему Вы это делаете.



- Будьте готовы к тому, что Ваш ребёнок попытается вами манипулировать. Но помните, что введение ограничений, Ваша последовательная помощь, в конце концов убедят ребёнка в том, что он вам не безразличен.

Приготовьтесь выслушать сердитые заявления-сопротивления:
*«Ты мне не доверяешь... Я не колюсь (не курю, не пью алкоголь)...
Вам на меня наплевать...»*

- Если Вы установили, что Ваш подросток нарушил принятые в вашей семье нормы поведения в отношении алкоголя и других наркотиков, не колеблясь принимайте положенные санкции.
- Подчеркните, что Ваши действия продиктованы любовью и тревогой за него и Вы поступаете так в его же интересах.



Не принимайте радикальных мер типа домашнего ареста, не давайте денег, если уверены, что покупает наркотики, не выставляйте из дома.



- Если в разговоре участвуют оба родителя, то очень важно, чтобы Вы были едины и последовательны в своём подходе. Будьте заодно. Не позволяйте ребёнку играть на ваших разногласиях.
- Ополчайтесь **только** против неправильного поведения: не ополчайтесь на своего ребёнка как личность. Выразите свою безусловную любовь к нему (*Я люблю тебя и твой поступок огорчил меня, вызвал у меня раздражение, мне неприятно твоё поведение*).

Не поступаясь жестокостью требований, старайтесь сохранить открытость в общении



никаких затруднений

- Подросток может наказать Вас молчанием, но ваша задача - держать дверь общения всегда открытой.
- В случаях повторения употребления наркотиков предложите заключить с ребенком контракт по поведению.
- Если Ваш подросток утверждает, что проблемы не существует, тогда выполнение этого контракта не вызовет никаких затруднений.

Если ваш ребёнок упорно нарушает правила и продолжает употреблять наркотики, обратитесь за профессиональной помощью к специалистам: врачу - наркологу, медицинскому психологу.

- НЕ ОТЧАИВАЙТЕСЬ!
- ЗАБОЛЕВАНИЕ СЛОЖНОЕ И ВАМ НУЖНЫ СИЛЫ, ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ, ТЕРПЕНИЕ, ЛЮБОВЬ, НАСТОЙЧИВОСТЬ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ, ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Нижневартовская психоневрологическая больница»

- Если у вас нет возможности прийти на личный прием, вы можете направить письменное обращение по указанным ниже почтовым или электронным адресам:
- **Тел.: 8 (3466) 26-00-40, 29-00-53, факс: 46-40-99**
- Главный врач
- Жевелик Ольга Давыдовна
- Запись на прием по телефону: 26-11-00
- Приём осуществляется по вторникам с 14 до 16 часов
- Адрес: 628615 г. Нижневартовск, ул. Интернациональная, 39 «В»
- Электронная почта: priemnaya@npnd.ru

Наркологическое отделение

- Заведующий наркологическим отделением – Платонов Евгений Викторович

- Телефон: 26-01-40
- Адрес: 628615
- г. Нижневартовск, ул. Интернациональная,
- 39 «В»

- БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СОСТОЯНИЮ, ВНЕШНЕМУ ВИДУ, ПОВЕДЕНИЮ ВАШИХ ДЕТЕЙ,
- НЕ ПРЕВРАЩАЙТЕСЬ В ДОМАШНИХ ДЕТЕКТИВОВ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ РЕЗКИХ ИЗМЕНЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ
- ПРИ СОМНЕНИЯХ ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ!