Самое страшное зло — наркотики.

Детям о вреде наркотиков

Надеемся, что ты знаешь: курение и алкоголизм очень опасны для человека. Но ещё более сильно действуют на организм человека наркотические вещества.

В дом, где появляются наркоманы, всегда приходит страшная беда. Здесь уже никогда не будет веселья и доброты — только горе и слёзы.

Как же проникает в дом эта беда?

Иногда очень простым способом. Возле школ, во дворах наших домов, на дискотеках появляются «доброжелательные люди», которые предлагают ребятам попробовать те или иные наркотические снадобья. Они обязательно расскажут тебе, какие замечательные ощущения ты при этом испытаешь. Это распространители наркотиков — люди, которые специально ищут малолетних глупцов, чтобы приучить их к наркотическим средствам.

Ни в коем случае не соглашайся испытать на себе действие наркотиков!

А ещё ты обязательно должен запомнить, как вести себя, если во дворе школы тебе кто-то предложит что-нибудь «вкусное, от чего можно получить несказанное удовольствие»:

• не бери из рук незнакомых людей даже угощение: в нём могут быть наркотики;

• если ты знаешь о том, что кто-то продаёт или распространяет наркотики, обязательно сообщи об этом взрослым;

• к любому наркотику организм человека привыкает очень быстро, а вот избавиться от наркотической зависимости чрезвычайно трудно, иногда — просто невозможно.

Запомни!

• Наркомания — смертельно опасная болезнь.

• Жизнь наркомана очень коротка.

• Наркоманы часто заражаются друг от друга опасными и неизлечимыми болезнями: СПИДом, гепатитом и др.

• Наркотики сильно действуют на головной мозг и делают человека слабоумным.

•Наркоман уносит из семьи не только деньги, но и все сколько-нибудь ценные вещи, чтобы купить наркотики, без которых не может жить.

Наркотики – это вещества, способные вызывать состояние радостного опьянения, привыкание и зависимость.

Уважаемые родители и дети!

**КАКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА ОКАЗЫВАЕТ НАРКОТИК?**

Человек в состоянии наркотического опьянения перестает испытывать душевную и физическую боль, появляется ощущение легкости, комфорта. Ощущение легкости приводит к потере над собой и утрате чувства реальности. Состояние наркотического опьянения продолжается только в то время, когда наркотическое вещество содержится в крови.

**КАК РАЗВИВАЕТСЯ НАРКОМАНИЯ У ЛЮДЕЙ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИКИ?**

У того, кто постоянно употребляет наркотики, постепенно снижается чувствительность к ним. Через некоторое время для достижения радости обычных доз уже не хватает. Жертва наркомании вынуждена увеличить дозу. Впоследствии не хватает и этого, тогда происходит переход к более сильному наркотическому веществу. Так, постепенно, человек приобщается к сильным наркотикам, избавления от которых почти нет.

**КАКОЙ ВРЕД ПРИНОСЯТ НАРКОТИКИ?**

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более десяти лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются не стерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

**КАК ВЛИЯЕТ НАРКОМАНИЯ НА ДУШЕВНЫЙ ОБЛИК ЧЕЛОВЕКА?**

Нарастает эмоциональное опустошение, возникает раздражительность, апатия, расслабление воли, а при употреблении отдельных наркотиков появляется слабоумие. Внешне все это проявляется вялостью, черствостью, грубостью, эгоизмом, лживостью. Человек, употребляющий наркотики, утрачивает контроль над своей жизнью, глубоко перерождается, становится совсем другим. Постепенно снижается интеллект.

**ОТ ЧЕГО УМИРАЮТ ЛЮДИ, СТРАДАЮЩИЕ НАРКОМАНИЕЙ?**

В большинстве случаев от передозировки. Наркомана через несколько лет ждет полное разрушение печени и всего организма. Но многие не доживают до этого момента и умирают от аллергии, инфекционных и сопутствующих заболеваний, например, СПИДА или гепатита.

Многие заканчивают жизнь самоубийством или погибают насильственной смертью, так как наркоманы зачастую связаны с организованной преступностью. Наркоман теряет инстинкт самосохранения и легко может замерзнуть, стать жертвой преступления, попасть в аварию, погибнуть от несчастного случая и многих других причин.

ПОМНИ, КАКОЙ ВРЕД ПРИНОСЯТ ЧЕЛОВЕКУ НАРКОТИКИ!

БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН И ОСТОРОЖЕН!

**Уважаемые родители!**

**Как сказать наркотикам "нет"**

Для того, что бы уберечь своего ребенка от употребления наркотиков и алкоголя, проводите с ним побольше времени, устраивайте семейные вечера. Проводите вместе с ребенком, по меньшей мере, один день в неделю, ходите в кино, играйте в игры.

**Ролевая игра, как сказать "нет"**

Ролевая игра развивает способность вашего ребёнка, отказаться идти со своими друзьями, не становясь изгоем. Попробуйте что то вроде этого: «Давайте играть в игру. Предположим, что вы и ваши друзья в доме Ивана после школы, и они нашли в холодильнике пиво и просят вас присоединиться к ним и выпить. Правило в нашей семье гласят, что детям не разрешено пить алкоголь. Так, что бы вы могли сказать?

Если ваш ребёнок предлагает хороший ответ, хвалите его. Если ребенок не знает, что ответить, то даем несколько вариантов, как: «Нет, спасибо. Давайте играть в игру». Или «Нет, спасибо. Я не пью пиво. Мне нужно поддерживать форму для баскетбола».

**Семейные встречи**

Семейные встречи должны проводиться минимум один раз в неделю, и являются очень ценными. Эти встречи должны быть спланированы заранее, четко обговорено место и время и уверенность вашего ребенка в том, что, что бы он не сказал, он не подвергнется критике и не будет наказан.

**Воспитание в себе самоуважения**

Дети, которые хорошо себя чувствуют, в гораздо меньшей степени, чем другие, склонны попробовать незаконные вещества, что бы получить удовольствие.

Как родители, мы можем сделать многое для укрепления самооценки наших детей. Вот некоторые советы:

Хвалить за любую хорошо проделанную работу.

Если ваш ребенок делает что- то не правильно, не критикуйте его, укажите на решение проблемы.

Назначайте ребенку задания. Например, 6-летний, может отнести в раковину тарелку после обеда, а 12-летний может покормить и погулять с собакой после школы. За выполнение таких дел хвалите ребенка, это повысит его самооценку.

Проводите с ребенком тет-а-тет. Гуляйте вместе, играйте, покажите ему вашу заботу.

Скажите: «Я тебя люблю». Ничто не заставит вашего ребенка, чем это, чувствовать себя хорошо.

Другой способ поговорить с детьми о наркотиках, что бы воспользоваться повседневными примерами.

Если вы с ребенком идете по улице, и видите группу подростков, которые употребляют алкоголь, расскажите ребенку о негативных последствиях употребления алкоголя.

Смотреть телевизор со своими детьми и периодически спрашивать, что они думают по тому или иному поводу.

Всякий раз, когда вы видите рекламу по ТВ о вреде наркотиков, используйте её для начала разговора, спросите, что он думает по этому поводу.

Самое главное, вы можете предпринимать несколько простых повседневных действий, которые могут иметь большое значение в жизни детей: слушайте, что они говорят.

Смотрите им в глаза, когда слушаете их

Узнайте, как прошел их день, в школе и с друзьями

Узнайте кто их друзья

Будьте в курсе, где ваш ребенок

Покажите, что их мнение важно для вас

Поговорите с ними о вреде употребления психоактивных веществ

Что Ваш ребенок должен знать о наркотиках

Наркотики являются незаконным фактом жизни. Осведомлённость родителей о проблеме наркомании, имеет большое значение в жизни Ваших детей без наркотиков.

**С 1 класса до 3-го класса**

Теперь самое время объяснить, что такое алкоголь, табак и наркотики. Вы должны сказать им, что некоторые люди употребляют их, даже зная, что они вредны, и объяснить последствия их употребления.

Скажите им, что наркотики мешают работать нашим органам, могут сделать человека очень больным, или даже привести к смерти.

Объясните идею наркомании, что употребление наркотиков станет очень плохой привычкой, которую трудно бросить.

К тому времени, когда дети покидают школу, они должны знать:

Непосредственное воздействие алкоголя, табака и наркотиков на различные органы тела. Это включает в себя риск комы или смертельной передозировки

Наркоманы испытывают потерю контроля над своей жизнью

Причины, почему наркотики особенно опасны для растущего организма

Алкоголь и наркотики вызывают проблемы не только у употребляющего, но и в его семье

**12-14 лет**

Для подростков этот возраст является напряженным временем, характеризуется изменениями в настроении и глубокой неуверенности. Почти 9 из 10 подростков согласны, что «в наши дни, марихуана везде». Родители считают, что их ребенок не употребляет наркотики, хотя вдвое увеличилось число употребления марихуаны.

Родители должны помочь своим детям сделать правильные выводы о наркотиках.

Подростки должны знать, немедленные и неприятные последствия употребления табака и марихуаны. Например, они должны знать, что курение является причиной неприятного запаха изо рта, от одежды и волос.

Как родитель, вы должны объяснить долговременные эффекты препарата:

Риск развития рака легких и эмфиземы от курения

Повреждения печени от пьянства

Наркомания приводит к повреждениям мозга, потере памяти, коме и смерти

**15-17 лет**

Что бы противостоять давлению со стороны сверстников, подростков нужно тщательнее информировать о вреде наркотиков. Они должны услышать от родителей, что каждый может стать наркоманом и что даже независимый человек, может иметь серьезные последствия употребления.

Большинство учащихся средней школы, являются перспективными детьми, поэтому они чаще прислушиваются к тому, как наркотики могут разрушить шансы попасть в хороший колледж или на работу.

Кроме того, многие дети и подростки находятся под впечатлением, что существует разница между незаконным оборотом наркотиков и отпускаемыми по рецепту лекарствами. Перед употреблением лекарства, необходимо получить одобрение врача. Незаконные наркотические вещества не имеют медицинского применения, и они наносят непоправимый вред здоровью и вызывают привыкание.

С уважением, социальный педагог Вачаева Т.Ю.