



РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ



МОНИТОРИНГ НАРКОСИТУАЦИИ В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

Критерии мониторинга	Оценка состояния
Распространенность потребления наркотиков	тяжелое
Криминальная пораженность (лиц на 100 тыс.)	тяжелое
Первичная обращаемость наркозависимых	удовлетворительное
Удельный вес наркопреступлений	тяжелое
Количество осужденных за наркопреступления	предкризисное
Удельный вес молодежи среди осужденных	тяжелое
Первичная заболеваемость наркоманией	тяжелое
Смертность, связанная с наркотиками	кризисное
Распространенность противоправных деяний	предкризисное
Общая заболеваемость наркоманией	кризисное
ОБЩАЯ ОЦЕНКА: ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ	напряженное

Психостимуляторы - вещества, стимулирующие центральную нервную систему - кокаин, эфедрин и другие. Сюда же относятся и марихуана, высушенные и измельченные листья конопли, гашиш, смола конопли.



ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ НАРКОТИКОВ

Галлюциногены

- вещества, способные вызывать глубокие изменения психики, что ведет к галлюцинациям.

Опиаты - вещества, выделяемые из мака и их производные: морфин и кодеин, из морфина синтетически получают героин.



Ингалянты - вещества, которые вводят в организм через дыхательные пути. Это клей, бензин, ацетон и другие, токсические вещества.



Снотворные - безобидные на первый взгляд лекарства могут развивать привыкание, как настоящие наркотики.

Ингалянты



- ✘ Химикаты в форме газа или летучих жидкостей, которые вдыхают в рекреационных целях
- ✘ Ацетон, клей КМЦ, клей «Момент», минеральные спирты, фреон, хлороформ, эфир, нитрокраски, средства для очищения пятен, средство от комаров, различные химические очистители и т.д.

Синтетические наркотики – это вызывающие зависимость вещества, обладающие наркотическим действием, которые производятся в лабораториях из различных химических веществ. От наркотиков, производимых из растительного сырья, их отличает относительная дешевизна, зачастую более сильное действие и повышенная опасность для здоровья.

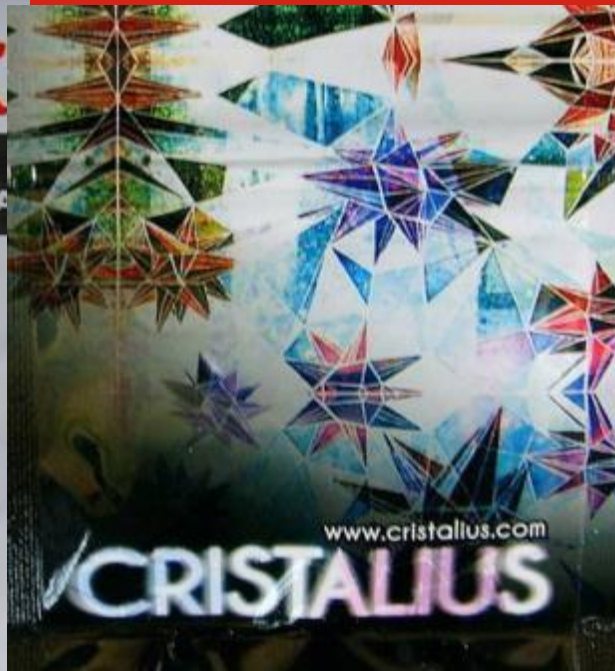
АНТИТАБАК

ПОЛЕЗНАЯ ВЕЩЬ
ДЛЯ ВАШЕГО ДОМА И ОФИСА



УСТРАНЯЕТ
НЕПРИЯТНЫЙ ЗАПАХ
ТАБАЧНОГО ДЫМА

265-00-65



www.cristalius.com

CRISTALIUS

Suprer Charged



0.25г.



Mephedrone

plant food

0.25 0.5г 1г

Внимание!

Не предназначено для
употребления человеком.

Super Charged



0,25 г.



Пять ароматов

Пакет двойным сроком годности, не боится влаги

АЭЛИТА



Антимуравей

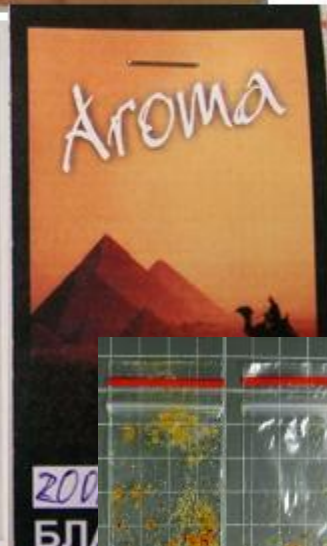
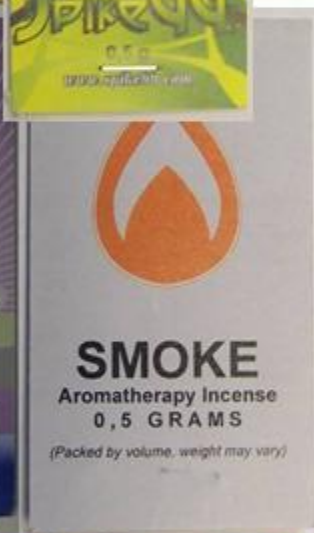
для уничтожения муравьев
Муравьям не хватает в течение 2-х дней

защиту
гарантируем

0,5 г.







Блокировка сайтов через Роскомнадзор как мера первичной профилактики

<http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Блокировка сайтов через Роскомнадзор как мера первичной профилактики

<http://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Подать сообщение о ресурсе, содержащем запрещенную информацию

** - поля, обязательные для заполнения*

Указатель страницы сайта в сети "Интернет" *	<input type="text"/>
(с обязательным указанием протокола)	
Источник информации	веб-сайт <input type="text"/>
Тип информации *	<input type="text"/>
Скриншот (png, jpeg, bmp не более 1Мб)	<input type="button" value="Выберите файл"/> Файл не выбран
Вид информации *	<input type="checkbox"/> видео изображения <input type="checkbox"/> фото изображения <input type="checkbox"/> текст <input type="checkbox"/> online-трансляция <input type="checkbox"/> другая информация
Доступ к информации	свободный <input type="text"/>
Дополнительная информация в том числе логин/пароль и/или иные сведения для доступа к информации	<input type="text"/>
Заявитель	
Фамилия	<input type="text"/>
Имя	<input type="text"/>
Отчество	<input type="text"/>
Год рождения	<input type="text"/>
Место работы	<input type="text"/>
Страна	<input type="text"/>
Регион	<input type="text"/>
Email	<input type="text"/>
	<input type="checkbox"/> направлять ответ по эл. почте

Блокировка сайтов через Роскомнадзор как мера первичной профилактики

The screenshot shows the mail.ru interface. The main content is an email from "РОСКОМНАДЗОР информирует". The email text reads: "Благодарим Вас за активную гражданскую позицию, одновременно сообщаем, что уполномоченный Правительством Российской Федерации федеральный орган исполнительной власти, по указанному в Вашем обращении адресу <http://legalart.biz/otzyvy-o-rabote-magazina-i-rekomendaci-dja-nas-20019> подтвердил наличие материалов с противоправным контентом, в связи с чем, доступ к данной информации был заблокирован. С уважением, ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ, ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ."

Below the email text is a response field with the text: "Нажмите, чтобы Ответить, Ответить всем или Переслать".

At the bottom of the page, there is a small logo for "Экспресс-АвиаВозврат" and "АвиаСлужба" with the text "Надежного".

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

☉ 8-800-350-00-95

Для молодежи:

Блоги

Стань добровольцем

Здоровый образ жизни

Досуг

Для родителей:

Куда обратиться за помощью?

Специалисты советуют

Откровенный разговор

www.narkostop.irkutsk.ru



Для специалистов:

Антинаркотическая комиссия

Территории

Кабинеты профилактики

Организации

Конкурсы

Нормативно-правовая база

Научно-методические разработки

Контакты

Новости

Круглосуточный телефон доверия по проблемам наркозависимости: 8-800-350-0095



2

Вы работаете в сфере профилактики наркомании и вам нужны образцы тренингов?

1

Вы хотите знать, как уберечь вашего ребенка от наркомании?

Вам нужны видеоматериалы?

3

ЗАХОДИ НА НАШ САЙТ

www.narkostop.irkutsk.ru



Мотивы-желания употребления подростком психоактивных веществ:

- способ защититься от мира, от семейной, школьной «напряженной ситуации»
- возможность украсить свою жизнь
- стать «крутым» в кругу сверстников
- отомстить кому-либо
- найти решение своих личностных проблем
- способ получить удовольствие или новые переживания
- чувствовать себя свободно и уверенно среди сверстников
- стать особенным, обладать опытом, знаниями, недоступными другим

Основные симптомы употребления наркотических веществ:

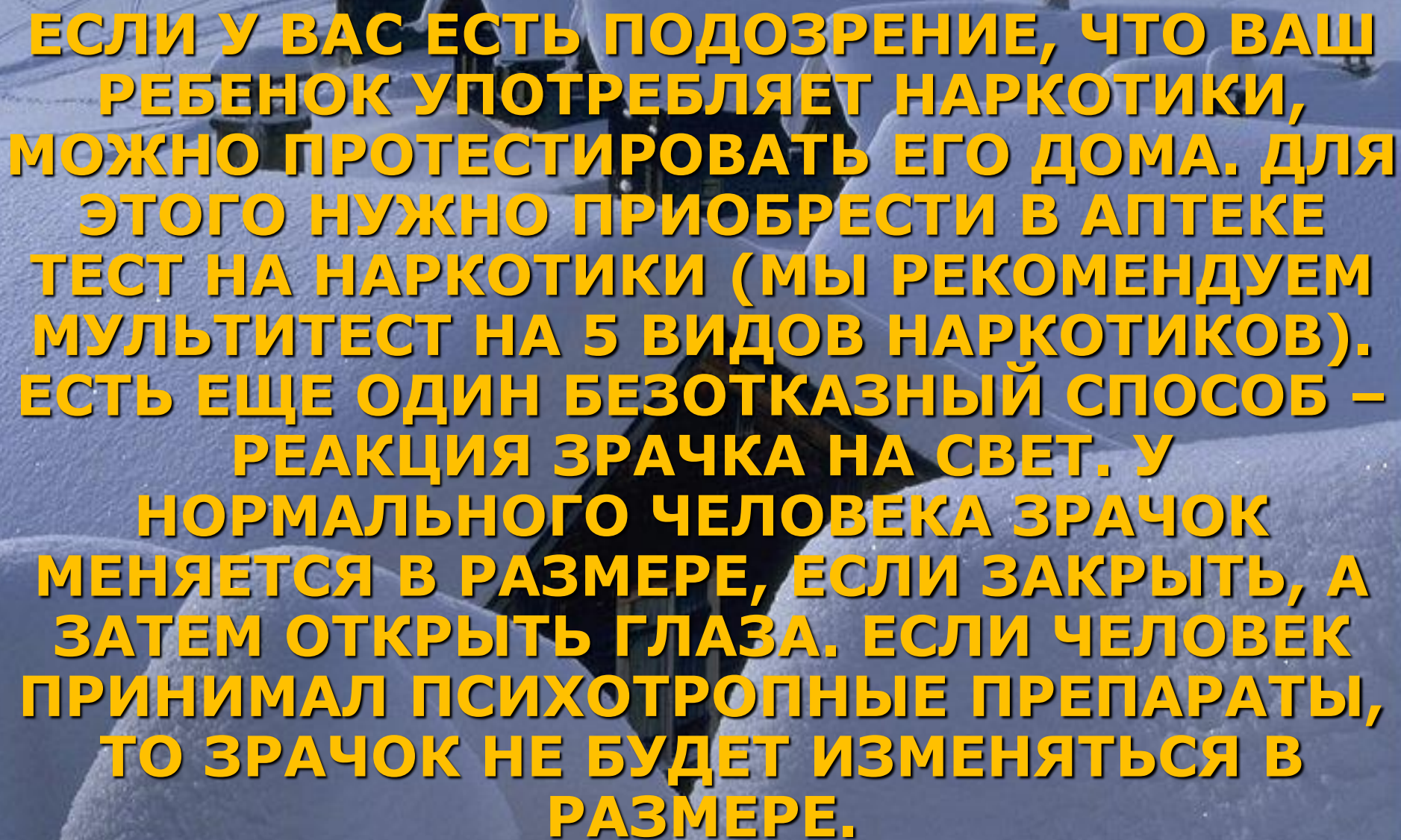
- состояние опьянения, но спиртным изо рта не пахнет
- систематическое нарушение координации движений
- нарушение сна
- резкие перемены в характере, колебание настроения
- замкнутость ребенка
- ребенок потерял старых друзей, а с новыми не знакомит
- увеличение количества прогулов в школе, плохое поведение
- стремление к уединению
- употребление зашифрованных слов по телефону
- стремление все закрыть на ключ

Внешние СИМПТОМЫ наркотического опьянения спайсами

- - краснота глаз;
- - размашистость или заторможенность движений;
- - неестественность поз;
- - расслабление речевой мускулатуры (невнятность речи).
- При легкой степени опьянения: беспричинный смех, болтливость, перепады настроения.
- При тяжелой степени: неподвижность мимической мускулатуры, фиксированный взгляд, бред, неадекватная оценка происходящего.

Клиника острого отравления спайсами

- **Имеет сходство с отравлением природными каннабиноидами (марихуана, гашиш) и вызывает:**
- **- бледность кожи;**
- **- слабость и головокружение;**
- **- тахикардию (сердце бьется очень быстро);**
- **- сужение зрачка и нистагм глаз;**
- **- оглушение, недоступность контакту;**
- **- инъекцию склер (конъюнктивит глазного яблока «сухой гной»);**
- **- беспокойство и чувство страха;**
- **- дезориентацию и галлюцинации;**
- **- сухость во рту;**
- **- судороги и др.**



ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ПОДОЗРЕНИЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ, МОЖНО ПРОТЕСТИРОВАТЬ ЕГО ДОМА. ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО ПРИОБРЕСТИ В АПТЕКЕ ТЕСТ НА НАРКОТИКИ (МЫ РЕКОМЕНДУЕМ МУЛЬТИТЕСТ НА 5 ВИДОВ НАРКОТИКОВ). ЕСТЬ ЕЩЕ ОДИН БЕЗОТКАЗНЫЙ СПОСОБ – РЕАКЦИЯ ЗРАЧКА НА СВЕТ. У НОРМАЛЬНОГО ЧЕЛОВЕКА ЗРАЧОК МЕНЯЕТСЯ В РАЗМЕРЕ, ЕСЛИ ЗАКРЫТЬ, А ЗАТЕМ ОТКРЫТЬ ГЛАЗА. ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПРИНИМАЛ ПСИХОТРОПНЫЕ ПРЕПАРАТЫ, ТО ЗРАЧОК НЕ БУДЕТ ИЗМЕНЯТЬСЯ В РАЗМЕРЕ.

Отдельно взятый признак (симптом), может еще ни о чем не говорить, но несколько признаков, да еще систематически повторяющихся, достаточно определенно свидетельствуют о том, что Ваш ребенок начал пробовать наркотики. Будьте внимательны и наблюдательны!

Что делать, если это произошло — ваш ребенок употребляет наркотики?

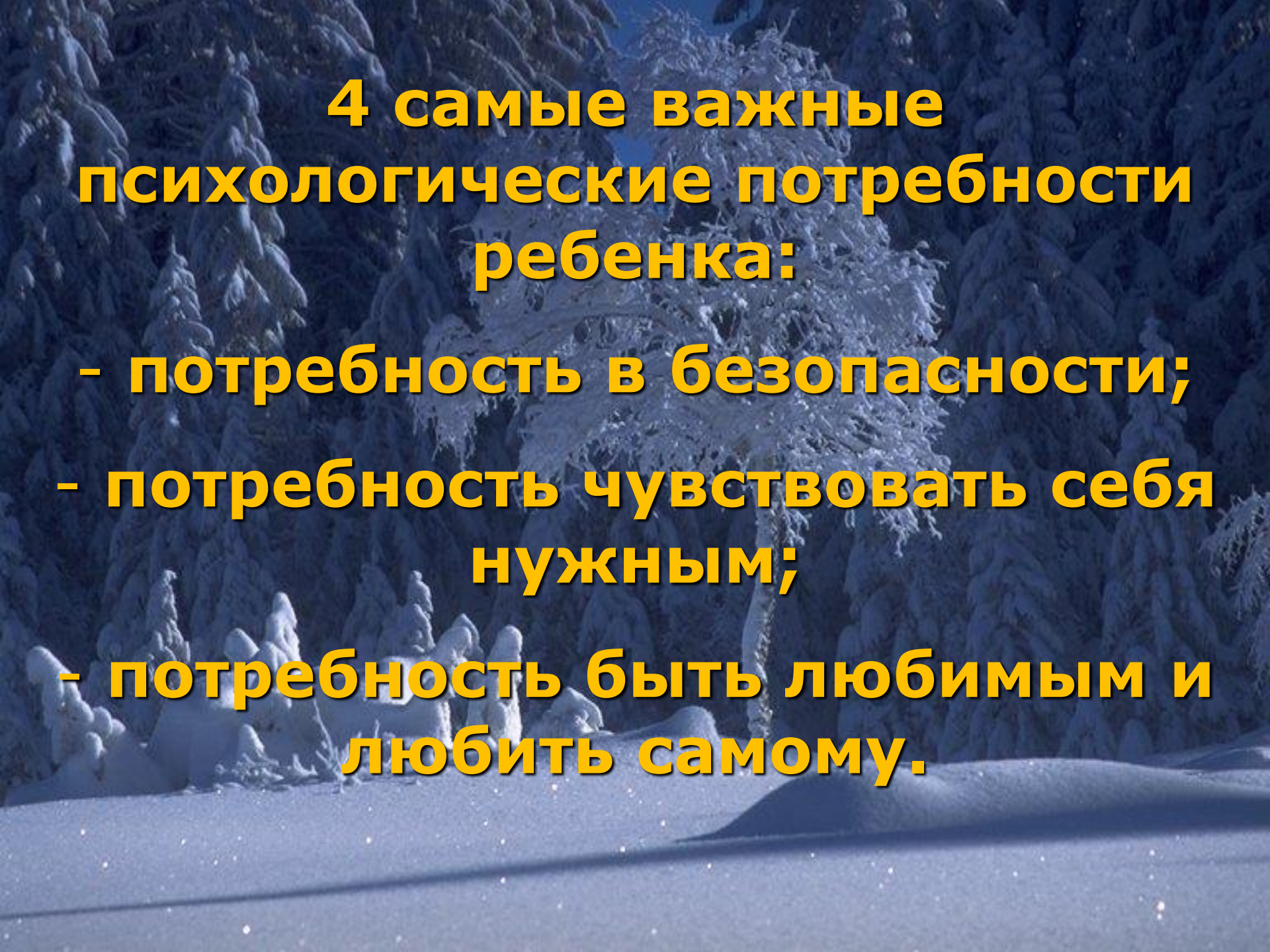
Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

- всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;
- всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;
- всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Обратите внимание на то, как вы общаетесь со своим ребенком, как реагируете на него, каким тоном с ним разговариваете. Если осознанно или нет, вы навязываете ему негативные правила общения, постарайтесь поменять политику



**4 самые важные
психологические потребности
ребенка:**

- потребность в безопасности;**
- потребность чувствовать себя
нужным;**
- потребность быть любимым и
любить самому.**

ЗАДУМАЙТЕСЬ:

- - ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.
- - мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даем им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что страх жизни преобладает у них над страхом смерти.
- - ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет; что можно делать, а чего следует избегать.

1. Общайтесь друг с другом

Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. **Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?** Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.

2. Выслушивайте друг друга

Умение слушать — основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны.

Умение слушать означает: быть внимательным к ребенку; выслушивать его точку зрения; уделять внимание взглядам и чувствам ребенка; не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо не желательных действий скрывает за собой вредное занятие.

3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

4. Проводите время вместе

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

5. Дружите с его друзьями

Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

● Поэтому важно в этот период — постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, то есть их тоже привлечь к занятиям спортом либо творчеством, даже путем внесения денежной платы за таких ребят, если они из неблагополучных семей. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь — своему ребенку.

6. Помните, что ваш ребенок уникален

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков. Представьте, что будет с вами, если 37 раз в сутки к вам будут обращаться в повелительном тоне, 42 раза — в увещательном, 50 — в обвинительном?...

О Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний.

Правила в общении с ребенком:

- 1. Разговаривайте друг с другом**
- 2. Выслушивайте**
- 3. Рассказывайте им о себе**
- 4. Умейте поставить себя на их место**
- 5. Будьте рядом**
- 6. Будьте тверды и последовательны**
- 7. Старайтесь все делать вместе**
- 8. Дружите с его друзьями**
- 9. Помните, что каждый ребенок особенный**
- 10. Показывайте пример**

**«Не забывайте говорить ребенку о своем доверии, о своей любви!
Вместе учитесь таким взаимоотношениям, при которых сын или дочка придут к вам не только с радостями и достижениями, но и поделятся проблемами, заботами, сомнениями!»»**

"Как воздействовать на ребенка?" - спрашивают родители. Как заставить... Как избавить.. Как прекратить... Как остановить... Как воспрепятствовать... Как ликвидировать (зависимость компьютерную, например)... Как довести до сознания, объяснить... Как повлиять... Как внушить... Как вдолбить...

И почему-то никто не спрашивает, как не помешать. И как подружиться с ребенком, почти никогда не спрашивают...

Вредные советы:

- Не выражай свои чувства!**
- Не реви!**
- Мне не интересно, что ты думаешь!**
- Ах ты...! (повышенная интонация, доходящая до криков)**
- Делай так, как я говорю!**
- Будь хорошим, приятным...**
- Избегай конфликтов!**
- Не спрашивай почему, просто делай так, как я говорю!**
- Хорошо учись в школе!**
- Не задавай вопросов!**
- Не противоречь мне!**

***Избегайте в общении с ребенком
следующих реплик:***

- Держи себя в руках!**
- Недостаточно хороший!**
- Лучше б тебя никогда не было!**
- Ты слишком много хочешь!**
- Скорей бы ты уже вырос!**
- Большие мальчики не плачут!**
- Веди себя как хорошая девочка!**
- Ты этого не чувствуешь!**

A serene winter landscape featuring snow-covered trees in the foreground and middle ground, with a small house visible in the distance. The background is dominated by a range of mountains under a clear, bright sky. The overall scene is peaceful and cold.

-Тебе не понять...

-Не будь таким!

-Ты такой глупый!

-Ты обязан!

-Я жертвую собой ради тебя!

-Как ты можешь поступать со мной так!

-Мы не будем тебя любить, если ты...

-Ты сводишь меня с ума!

-Ты никогда ничего не достигнешь!

-Я умру из-за тебя!

5) Дарить подарки только на праздники и за что-то

6) Говорить: «Если я узнаю, что ты употребляешь, я убью тебя» или «Если напьешься, не знаю, что я с тобой сделаю...»

7) Делать за него, а не вместе с ним

8) В воспитании ребенка руководствоваться принципом: «Делай то, что я говорю, а не то, что я делаю»

9) Применять насилие

Ты-сообщения нарушают коммуникацию, так как вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что прав всегда родитель («Ты всегда оставляешь грязь в комнате», «Ты никогда не выносишь мусор», «Прекрати это делать»).

Я-сообщения являются более эффективным способом в плане влияния на ребенка с целью изменения его поведения, которое родитель не приемлет.

Модель я-сообщения, которая состоит из трёх основных частей:

- ◆ событие (когда..., если...);
- ◆ ваша реакция (я чувствую...);
- ◆ предпочитаемый вами исход (мне хотелось бы, чтобы...; я предпочел...; я был бы рад...).

О Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно. Представьте себе, как вы бы себя вели, заболел ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.

О Не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам, обязанным помочь Вам: 8-800-350-00-95-телефон доверия

Некоторые примеры или сценарии отказа:

1. «Нет, я не употребляю наркотики!»
2. «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку!»
3. На вопрос: «Тебе слабо?» можно ответить так: «Мне слабо сидеть на игле всю оставшуюся жизнь!»
4. «Спасибо, нет. Это не в моем стиле!»
5. «Отстань!»
6. «Почему ты ПРОДОЛЖАЕШЬ давить на меня, если я уже сказал(а) «НЕТ»?»
7. «Наркотики меня не интересуют!»
8. «Я иду кататься на роликах. Мне это интересней. Пойдем со мной?»
9. «Если ты еще раз предложишь мне наркотики, я перестану с тобой общаться!»

Предметы, которыми пользуются люди употребляющие наркотики:

- бумажки для самостоятельного скручивания сигарет или пачки сигарет, трубки и пинцеты, фильтры и проволочки для чистки трубки: все это применяется при употреблении марихуаны**
- зеркальце или стеклышко, маленькие бутылочки из под лекарств, которые используются при употреблении солей, кокаина**
- носки и тряпочки, пахнувшие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами, которые остаются после употребления химикатов-ингалянтов**
- шприцы, закопченные ложки, старые пластиковые карточки, кусочки ваты, необходимые для внутривенного употребления наркотиков**



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!!!**