

*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…*

# «Умей сказать: нет!»

1. Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.
2. Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями.
3. Спасибо, нет. Если выпью (приму наркотик), то потеряю власть над собой.
4. Спасибо, нет. Мне не нравится вкус алкоголя (наркотика).
5. Спасибо, нет. Это не в моѐм стиле.
6. Спасибо, нет. Мне нужно рано вставать.
7. Спасибо, нет. У тебя нет ничего другого?
8. Спасибо, нет. Я за здоровый образ жизни!

# Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков

* 1. Вызвать «Скорую помощь» 2.Повернуть на бок.

Очистить дыхательные пути от слизи и рвотных масс.

3.Следить за

характером дыхания до прибытия врачей. 4.При частоте

дыхательных движений меньше 8-10 в минуту –

искусственное дыхание

«изо рта в рот».

Разговор будет легче, если:

 вы дадите понять, что прежде всего заботитесь о здоровье, безопасности и самочувствии ребенка;

 внимательно выслушаете их мнения и аргументы. Молодые не всегда видят проблемы в употреблении наркотиков.

Прежде, чем сделать выводы, следует выяснить, что для них значат наркотики;

 вы постараетесь спокойно описать свои чувства - это поможет разъяснить вашу позицию;

 вы говорите с ними, а не о них.

Не читайте лекции.

Из письма 16-ти летнего наркомана:

« …С каждой минутой все труднее писать. Руки дрожат. Я жду очередной порции наркотиков. Я ухожу из жизни. Никто не в силах мне помочь.

Но я прошу: будьте внимательны к тем, кто рядом с вами… »

Отделение социальной адаптации и реабилитации

ГУ «Вилейский ТЦСОН»



## Приведенные здесь советы только общие, потому что каждая семья особенная, и отношения между родителями и детьми индивидуальны.

Если вы хотите, чтобы в поведении молодых что-то изменилось, то прежде всего придется подумать о своем поведении. Сердясь или теряя самообладание во время беседы, вы не достигнете желаемой цели. Важно до начала разговора продумать, в чем проблема, чья это проблема, и какого изменения поведения вы желаете.



**Телефон психолога:**

 **3-63-17**