

## Памятка для родителей по предотвращению у детей зависимости от наркотических и психотропных средств.

### *Почему наркотики - это плохо?*

#### Биология

- объективно, это - отравка, в конечном итоге, ведущая к гибели
- но в качестве наркотиков используются вещества, своевременно распознать вред которых организм не способен, и они нарушают наши регуляторные механизмы
- на биологическом уровне мы перед ними беззащитны

#### Психология

- объективно, наркотики разрушают личность
- но они могут ассоциироваться с приятными состояниями, либо с избеганием неприятных состояний
- весьма вероятно, формирование мотивации к их пробе и последующему применению

#### Социум

- объективно, наркотики приносят огромный социальный вред
- но подростки и молодежь часто слышат о приемлемости и даже желательности такого поведения
- и что они выберут – абстрактные общественные интересы, или?..

#### Морально-нравственная сфера

- выбор не предопределен от природы, он объясняется условиями социализации, принятыми нормами, сложившейся системой жизненных ценностей

### *Причины проб наркотиков:*

#### Внутренние:

- стремление получить новый, необычный жизненный опыт
- восприятие жизни как скучной и неинтересной
- любопытство
- самоутверждение
- стремление «забыться», уйти от проблем
- протестная реакция

#### Внешние:

- социальное окружение, где распространено потребление наркотиков
- психологическое манипулирование: «А тебе слабо?»
- проблемы в отношениях с родителями и сверстниками
- гиперопекающий или, наоборот, безучастный стиль воспитания
- высокий уровень стресса
- неорганизованность досуга, избыток свободного времени

### *«Личностный портрет» наркомана*

- слабо сформированная система жизненных ценностей
- склонность человека приписывать успех или неудачи в его жизни внешним обстоятельствам
- сложности с самовосприятием себя здесь и сейчас, в данной ситуации или на данном отрезке жизненного пути
- низкая устойчивость к стрессу
- неадекватные защитные механизмы личности и слабый эмоциональный контроль: перепады настроения от обиды, капризов к агрессии, приписывание другим того, что не хочется замечать в себе (проекция), отрицание

### *Так что же делать?...*

- понять, что наркотики – не первопричина проблем молодежи, а их проявление, симптом.
- выявить, какие сложности есть у подростка в отношении с родителями или со сверстниками.
- воспитывать личностные качества, снижающие риск приобщения к наркотикам (целеустремленность, уверенность, ответственность, самостоятельность, умение сопереживать другим и т.п.)
- моделировать социальную среду, в которой подобное поведение неуместно (осознавать степень своей взрослой ответственности, видеть «себя со стороны»)
- предложить эмоционально привлекательные альтернативы: совместный труд, творчество, беседы на интересующие обе стороны темы)
- обратиться к психологу