

## Рекомендации родителям по профилактике опасного поведения подростков

### **Общайтесь с ребёнком.**

Отсутствие общения с вами заставит сына или дочь обратиться к другим людям. Старайтесь выступать инициатором открытого общения со своим ребёнком.

**Умейте слушать!** Изначально стройте диалог с ребёнком в позиции «Я мало говорю, я слушаю». Постарайтесь максимально узнать о проблемах и трудностях своего ребёнка.

**Уделяйте внимание взглядам, чувствам и эмоциям ребёнка.** Не спорьте с ним! Примите его реакцию такой, какой она является.

**Не сравнивайте его с собой, или другими подростками.** Не осуждайте. Ваш ребёнок поступил так, как посчитал нужным в тот момент. Помогите ему найти другие пути решения подобной ситуации, раскройте в нём возможность размышлять, оценивать.

**Знайте его друзей.** Вы должны быть в курсе, с кем общается ваш ребёнок, интересы его компании, увлечения, манеру общения.

Будьте настоящим другом своему ребёнку.

Если вы предполагаете, что ребёнок употребляет алкоголь, токсины, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к специалистам.

# ОПАСНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

---

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
О ПРЕДОТВРАЩЕНИИ ЗАВИСИМОГО  
ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

**Снюс** (или, как его называют в подростковой среде, «загубный табак») — бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах (пакетиках, леденцах и др.) и применяется как сосательный табак.

В самой распространённой среди потребителей порции снюса содержится в 20-30 раз больше никотина, чем в сигарете. Именно поэтому зависимость от сосательного табака развивается быстрее и проявляется сильнее.

**Внешние признаки употребления:**

ухудшение дыхательных функций;

раздражение слизистой оболочки глаз;

головные боли;

учащённое сердцебиение;

заложенность носа;

першение в горле, кашель;

раздражительность;

потеря аппетита;

головокружение и тошнота;

ухудшение мыслительных процессов, памяти;

снижение внимания.

**Последствия от употребления:**

сахарный диабет;

тяжёлые патологии сердца и сосудов (в том числе гипертония, инсульт, инфаркт);

язвенные поражения дёсен;

поражение органов желудочно-кишечного тракта и рак;

бесплодие.

**Спайс** — разновидность травяной смеси, в состав которой входят синтетические вещества и обыкновенные травы.

**Сопровождается:**

кашлем (обжигает слизистую);  
сухостью во рту (требуется постоянное употребление жидкости);

помутнением либо покраснением белка глаз (поэтому наркоманы носят с собой глазные капли);

нарушением координации;  
дефектом речи (эффект вытянутой магнитофонной плёнки);

заторможенностью мышления;  
неподвижностью, застыванием в одной позе при полном молчании);

бледностью;

учащённым пульсом;

приступами смеха.

**Влияние на организм подростка:**

замедление психического развития;

возникновение трудностей с обучением;

спазмы сосудов головного мозга, а в дальнейшем и отмирание клеток;

поражение практически всех органов и систем, в первую очередь, печень и почки;

отравление всего организма;

угасание либидо и снижение потенции, бесплодие.

**Сниффинг** — вдыхание газа из баллончиков для заправки зажигалок.

От вдыхания газа может произойти паралич дыхательных путей, отёк лёгких и мозга, остановка сердца.

При злоупотреблении в первую очередь страдает мозг, что ведёт за собой ухудшение памяти и интеллекта. Ребёнку всё труднее учиться, он менее вынослив в физическом плане. Поведение становится агрессивным и неуправляемым.

Смерть наступает от острой кислородной недостаточности, гипоксии.

**Основные признаки употребления газа ребёнком:**

верхняя часть тела, голова обычно горячие на ощупь (прилив крови), лицо отёчное;

раздражение слизистых верхних дыхательных путей (нос — красный);

вокруг губ, особенно в уголках рта, отмечается кайма раздражения кожи;

охриплость голоса;

слабость, тошнота и рвота;

слезящиеся и красные глаза, расширенные зрачки;

«пьяное» состояние, но при этом отсутствие запаха алкоголя;

грубые расстройства поведения: агрессия, скрытность, обман.