

ОБРАЗОВАНИЕ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

«Республиканский реабилитационный центр для детей
и подростков с ограниченными возможностями»

ПОБЕДИТЕЛЬ
«НАЦПРОЕКТА ОБРАЗОВАНИЕ»



**Бесплатные консультации
для родителей:**

Очно и дистанционно

**Со специалистами
(врачи, психологи, педагоги)**

Встречи, мастер-классы, беседы

Записаться тут



МЫ НАХОДИМСЯ: УР, г.Ижевск, ул.Ленина, 108а
УР, г.Глазов, ул.Советская, 50 УР, г.Можга, ул.Октябрьская, 10

**Запись по телефону: 8-939-813-45-12
или на сайте: www.rrcdi.ru**

Формирование зависимостей от психоактивных веществ у детей и подростков

Чеснокова Людмила Валерьевна,
Реабилитационный центр «Адели»

Зависимость – это острая потребность человека совершать определенные действия.

Любой из видов зависимости мешает человеку жить, работать, учиться, отдыхать.

Все мысли зависимого направлены на удовлетворение своих потребностей.

Курение

СТРАНЫ-ЛИДЕРЫ ПО ЧИСЛУ КУРИЛЬЩИКОВ (МЛН ЧЕЛ.)

ИСТОЧНИК: ВОЗ.

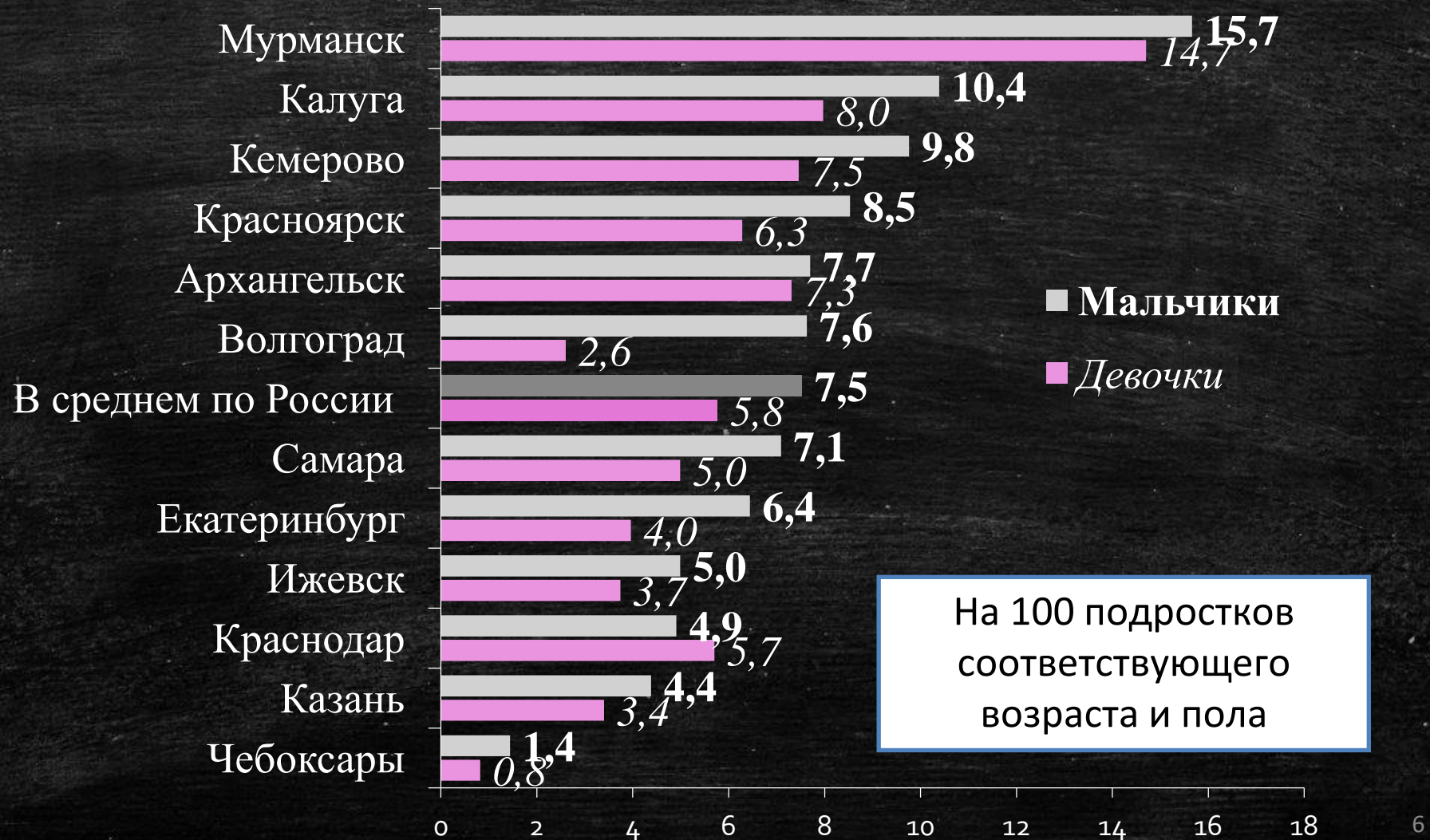


Распространенность табакокурения среди городских подростков-школьников 15-17 лет в РФ, в 2019-2020 гг.

По данным ЦНИИОИЗ



Распространенность ежедневного среди табакокурения городских подростков-школьников 15-17 лет в РФ, в 2019-2020 гг.

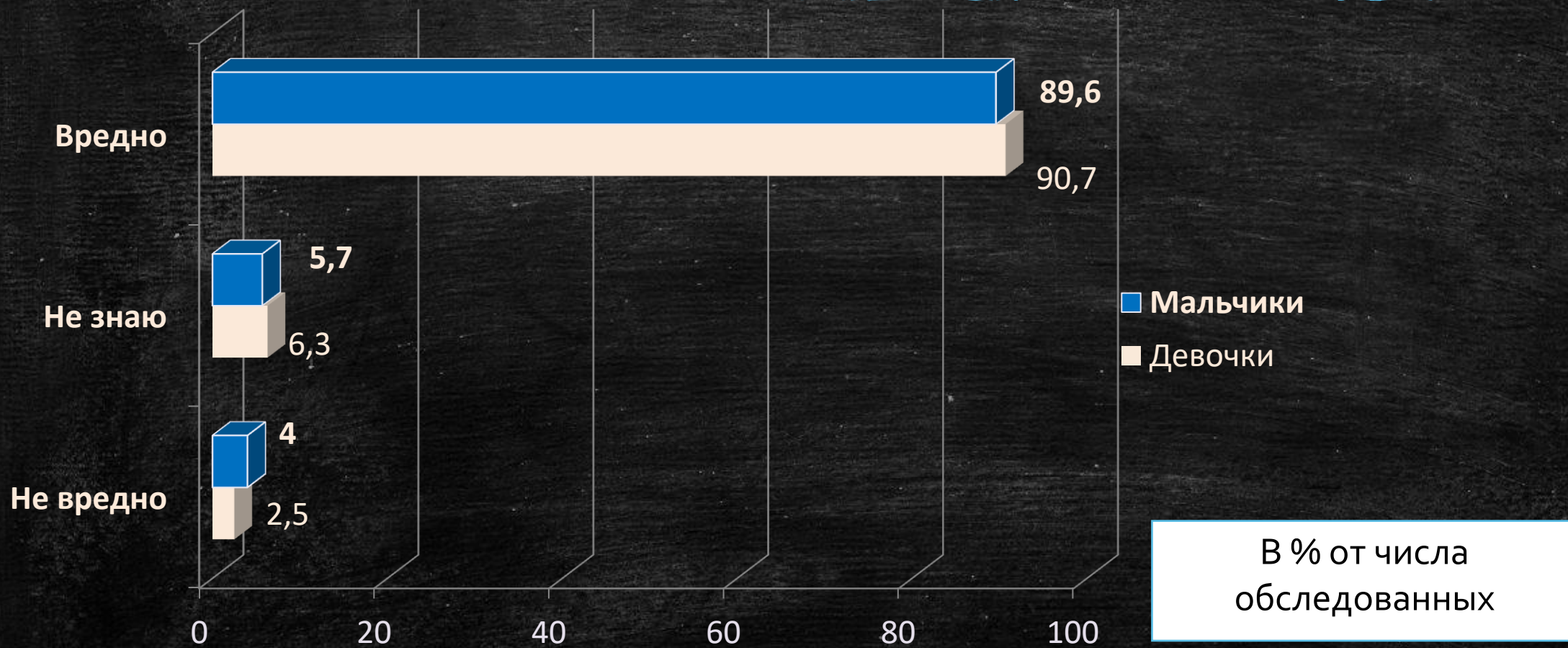


Что способствует распространению курения?

- Влияние сверстников, друзей, родителей, старших братьев и сестер, более старших подростков
- Средства массовой информации, прежде всего телевидение и кино
- Попытка ухода от трудностей реальной жизни
- Фактор независимости и престижа



Информированность городских подростков-школьников 15-17 лет о вреде табакокурения в РФ, в 2019-2020 гг.



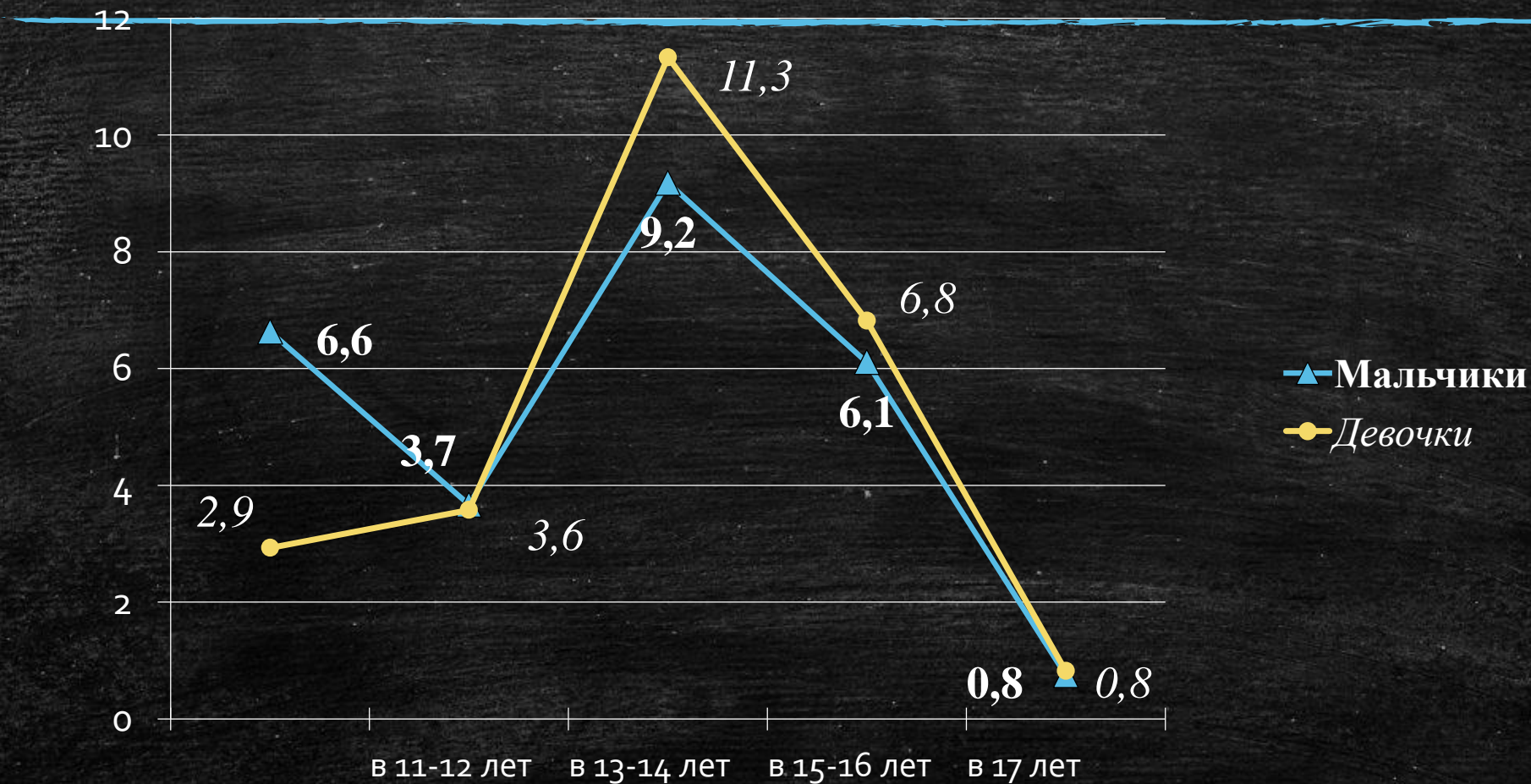


Электронная сигарета



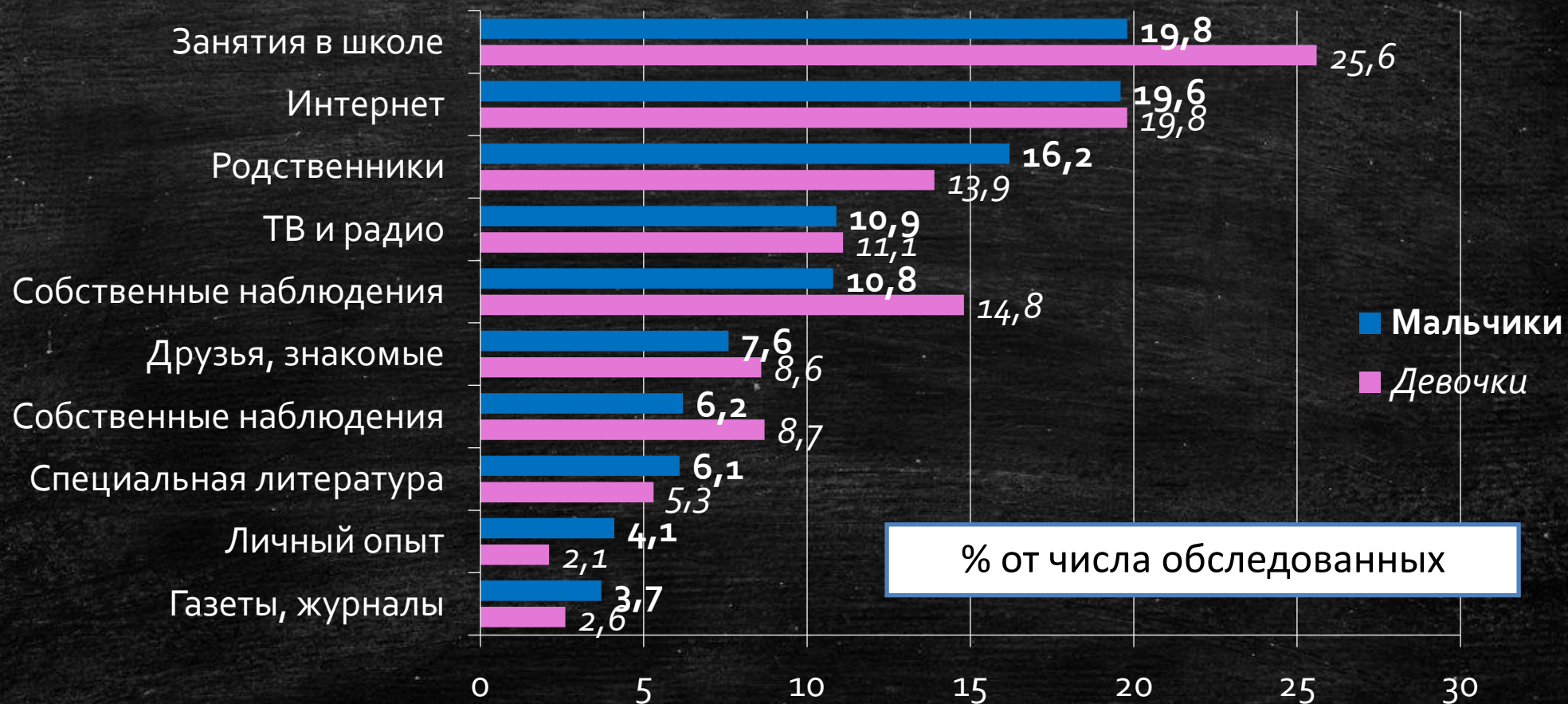
Кальян

Возраст первой пробы курения среди городских подростков-школьников 15-17 лет в РФ, в 2019-2020 гг.



В % от числа
обследованных

Источники информации городских подростков-школьников 15-17 лет о вреде табакокурения в РФ, в 2019-2020 гг.



ТЫ МОЖЕШЬ ИЗМЕНИТЬ СЕБЯ И СВОЮ СТРАНУ

Тысячи людей по всей стране
уже участвуют в
ОБЩЕМ ДЕЛЕ

[Прими участие!](#)

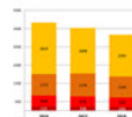
ЗДОРОВАЯ РОССИЯ. ОБЩЕЕ ДЕЛО

Укрепим нравственные ценности и здоровый образ жизни в обществе!



ТЫ МОЖЕШЬ! ИЗМЕНИ СЕБЯ И СВОЮ СТРАНУ!

Тысячи людей по всей стране уже участвуют в ОБЩЕМ ДЕЛЕ



НАША СТАТЬЯ: АНТИАЛКОГОЛЬНАЯ ПОЛИТИКА ЯКУТИИ 2010-2018

Результаты антиалкогольной политики в Республике Саха (Якутия) с 2010 по 2018 годы



НАШ ПРОЕКТ: ДИСК В ШКОЛУ!

Отправь комплект материалов ОБЩЕЕ ДЕЛО в свою школу.

Подписаться на новости :

[Подписаться!](#)[Видео события](#)[Наши дела](#)

ОБЩЕЕ ДЕЛО



КОМАНДА

Познавала

Как выглядит курильщик изнутри?
Раз понял сам, с друзьями посмотри!
И чтобы не делить проблемы с ним,
Запомни: не вдыхай табачный дым!

Смотри на www.общее-дело.рф
фильмы, ролики, мультфильмы

ТАЙНА ЕДКОГО ДЫМА

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
**ОБЩЕЕ
ДЕЛО**



КУРЕНИЕ ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ



Когда речь заходит о курении, можно услышать — ну, все знают, что это вредно. Но это лишь поверхностный взгляд, и если посмотреть на этот вопрос изнутри, мы увидим множество сфабрикованных мифов, заказных утверждений и просто откровенной лжи. В фильме «Курение. Взгляд изнутри» Общероссийской общественной организации «Общее дело» вместе со зрителем проводятся исследования, для того чтобы подтвердить или опровергнуть распространённые убеждения, показываются мало известные факты и разбираются самые популярные мифы.



ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
**ОБЩЕЕ
ДЕЛО**

Каждая сигарета – это выстрел в себя без промаха!

Что Вас ждет, если не бросить курить?

1. Хроническая одышка, мучительный кашель из-за хронического бронхита, хронической обструктивной болезни легких, бронхиальной астмы.

2. Риск ранней смерти из-за артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца, инфаркта миокарда, инсульта; онкологических заболеваний, таких как рак легкого, рак ротовой полости, гортани, глотки, рак желудка, рак пищевода, рак печени.

3. Затяжное и осложненное течение язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

4. Бесплодие, импотенция, патология течения беременности и родов, вероятность рождения ребенка с врожденными аномалиями.

5. Ослабление иммунитета, хроническая слабость, снижение работоспособности.

6. Преждевременное старение, появление морщин.

Правда о табаке

Табакокурение – это не вредная привычка, а зависимость от компонентов дыма тлеющего табака, то есть одна из форм токсикомании. Табак содержит более 4000 тысяч токсических веществ.

**Если Вы отказываетесь
от курения:**

- через 20 минут уменьшается пульс и снижается артериальное давление,

за 12 часов угарный газ в крови снижается до нормального уровня,

через 7-9 недель восстанавливаются вкус и обоняние,

в течение 2-12 недель улучшается кровообращение и функция легких,

в течение 1-9 месяцев уменьшаются кашель и одышка,

за 1 год риск развития ишемической болезни сердца уменьшается в два раза,

через 5-15 лет риск развития инсульта снижается до уровня риска у некурящего человека,

через 10 лет риск развития рака легких снижается в два раза,

через 15 лет риск развития ишемической болезни сердца снижается до уровня риска у некурящего человека.

«Я могу»

составить список доводов в пользу отказа от курения и повесить его на видном месте,

наметить дату отказа от курения,

рассказать близким и окружению о своём намерении бросить курить и попросить у них поддержки,

быть постоянно чем-то занятым, физически активным,

не курить «за компанию» на работе,

обратиться за помощью к врачу, который подберёт индивидуальный план выхода из зависимости от табака, при необходимости назначит лекарства, облегчающие отказ от курения (в случае, если самому отказаться от курения не получается).

ЕСЛИ ПРОИЗОШЁЛ СРЫВ ПРИ ОТКАЗЕ ОТ
КУРЕНИЯ,
НЕ ОТЧАИВАЙТЕСЬ И СНОВА ПЛАНИРУЙТЕ
БРОСАТЬ КУРИТЬ!

ПОВЕРЬТЕ В СЕБЯ! Вы сможете бросить
курить!

Отказаться от курения смогли миллионы
людей во всем мире!

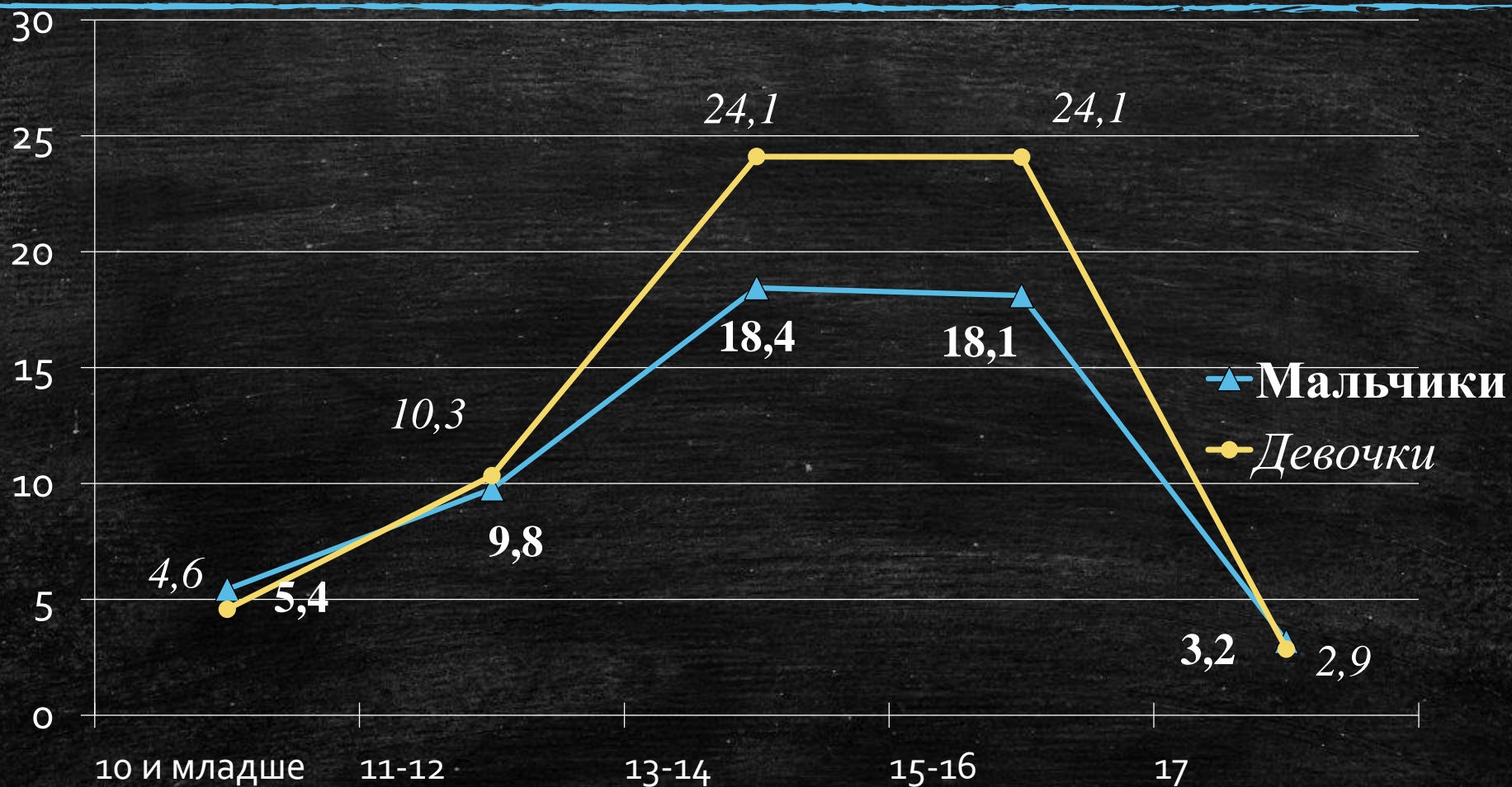


26 ИЮНЯ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ
БОРЬБЫ С НАРКОМАНИЕЙ

Распространенность алкоголизации среди городских подростков-школьников 15-17 лет в РФ, в 2019-2020 гг.

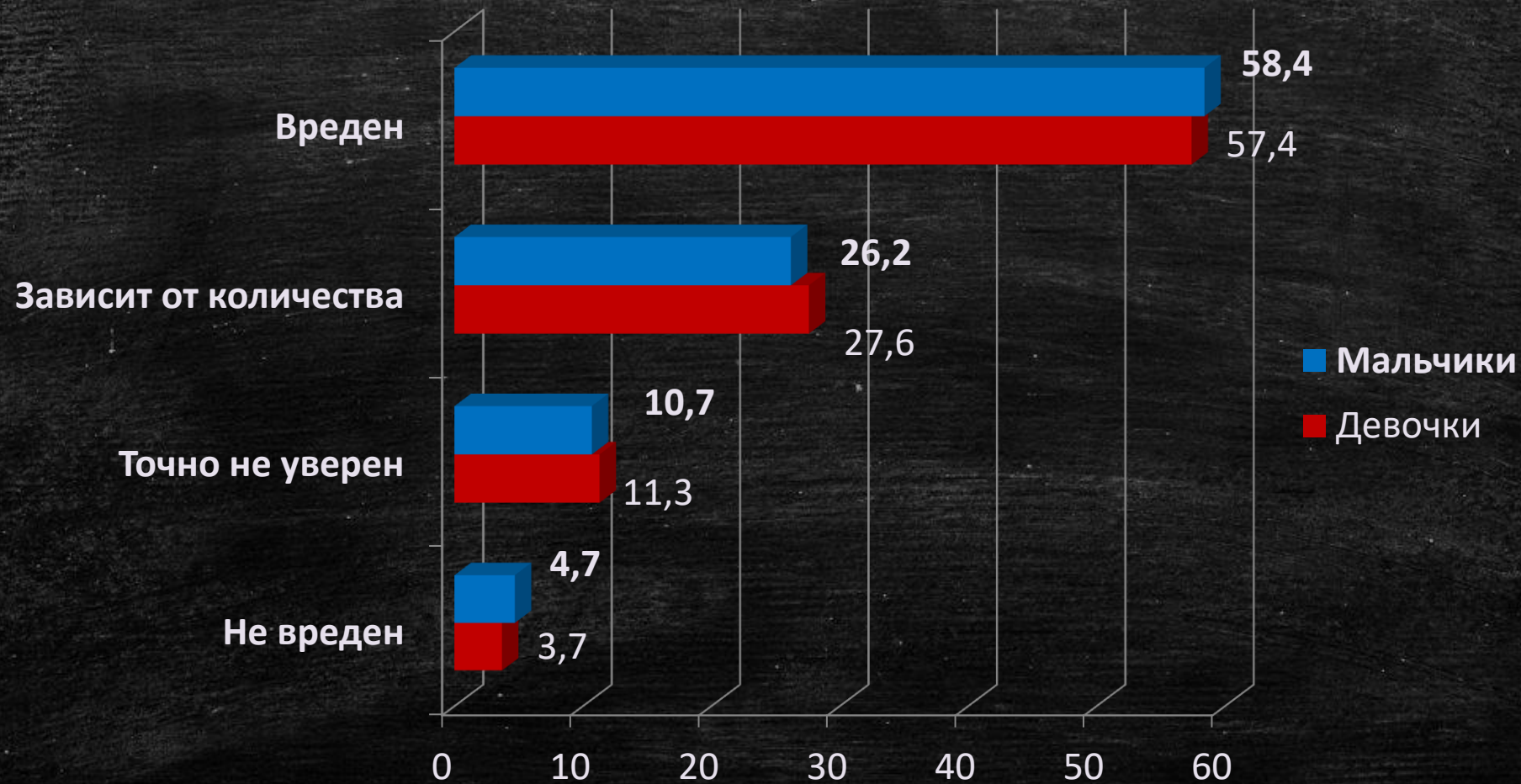


Повозрастная структура приобщения городских подростков-школьников к алкоголю в РФ, в 2019-2020 гг.



в % от числа обследованных

Информированность городских подростков-школьников 15-17 лет о вреде алкоголя в РФ, в 2019-2020 гг.



Причины распространения алкоголизма и наркомании среди подростков



Дефицит любви
и внимания



Неустойчивость
психики



Гормональные изменения в
организме



Возрастные особенности
в психике подростка



Статус «белой вороны»



Гиперопека со стороны
взрослых



Авторитетом для подростка
являются не взрослые –
родители и учителя, а
компании сверстников

Как
определить,
что Ваш
ребенок
принимает
наркотики?

**СТОП!
НАРКОТИК!**



*В сложной ситуации Вы
всегда можете обратиться
за советом*

к специалистам!

*Не пытайтесь справиться с
бедой сами.*

*Ваши настойчивость и
любовь к ребенку
преодолеют всё!!!*

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО ВАШ РЕБЁНОК ПРИНИМАЕТ НАРКОТИКИ

ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ

■ Ребёнок не хочет знакомить вас с появившимися у него новыми друзьями, при этом резко перестаёт общаться со старыми.

ШКОЛА

■ Подросток теряет интерес к учёбе и к своим прежним увлечениям, его успеваемость падает.

ОБЩЕНИЕ В СЕМЬЕ

■ Ребёнок часто лжёт, при этом даже не старается, чтобы ложь звучала правдоподобно.
■ У него резко меняется настроение, он начинает относиться к вам с неприязнью, может проявлять немотивированную агрессию.

АКТИВНОСТЬ

■ Ребёнок спит днём и бодрствует ночью, к вечеру старается уйти из дома, может подолгу пропадать.
■ Подросток чрезмерно подвижен и быстро говорит либо, наоборот, кажется заторможенным, а его речь становится медленной.

АППЕТИТ И ВЕС

■ Подросток ничего не ест целыми днями, потом у него вдруг просыпается зверский аппетит.
■ Он резко худеет или, наоборот, набирает вес.

ДОМАШНИЙ ОБИХОД

■ Из вашего дома пропадают деньги, вещи и ценности.
■ Вы находите дома закопчённую посуду, кусочки фольги, таблетки, шприцы.

ВНЕШНИЙ ВИД

■ У ребёнка странный стеклянный взгляд или красные глаза.
■ Зрачки либо постоянно сужены, либо постоянно расширены, не реагируют на освещение.
■ Лицо подростка становится очень бледным, портятся волосы и зубы.
■ В одежде появляется небрежность.
■ Подросток начинает носить кофты с длинными рукавами и прячет руки, чтобы скрыть синяки и следы от уколов.



Что делать?

Прежде всего – не поддаваться панике!

- Беседа с ребенком
- Согласие ребенка пойти к наркологу

Разберитесь в ситуации.

- Как давно, при каких обстоятельствах произошел первый раз
- Что происходит сейчас, как часто ребенок принимает наркотики

Сохраните доверие ребёнка к себе.

- Общайтесь, не осуждайте

- **Измените свое отношение к ребёнку.**
- **Не позволяйте собой манипулировать.**
- **Не исправляйте за ребёнка его ошибки.**
- **Меньше говорите, больше делайте.**
- **Привлечь ребёнка к лечению.**

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.
2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
3. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

4. Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

5. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить; это поколеблет мою веру в вас.

6. Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то, затем я попытаюсь достичь еще больших «побед».

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

7. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю «Я вас ненавижу». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

8. Не заставляйте меня чувствовать младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

9. Не делайте для меня и за меня того, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

10. Не позволяйте моим «дурным привычкам» привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновляет меня на продолжение их.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

11. Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо большее внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.

12. Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится намного хуже. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги, но давайте поговорим об этом несколько позднее.

13. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

14. Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки – смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

15. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

16. Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так и не иначе.

17. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

18. Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом, я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.

19. Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

20. Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне столько много внимания.

21. Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще, и буду искать информацию где-то на стороне.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

22. Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вы вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.

23. Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

24. Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

25. Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе, я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ОТ РЕБЁНКА...

26. Не забывайте то, что я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.

27. Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом. Запомните, что я учусь больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.

28. Требуя от меня трезвости, будьте трезвы сами.

29. И, кроме того, я вас так сильно люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью.

Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Застенчивость мешает жить: «Хорошо быть тихоней» (2012)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Никто в меня не верит: «Маленькая мисс Счастье» (2006)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

С одноклассниками не ладится: «Клуб «Завтрак» (1985)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Родители разводятся: «Развод в большом городе» (2012)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Родители не понимают: «Билли Эллиот» (2000)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Я ни на что не гожусь: «Невероятная жизнь Уолтера Митти» (2013)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Любая проблема вообще: «Отрочество» (2015)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Холодное сердце (2013)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Вверх (2009)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Головоломка (2015)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Бесподобный мистер Фокс (2009)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту



Мирный воин (2006)

Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту



Уходя в отрыв (1979)

Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Королевство полной луны (2012)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту



Общество мертвых поэтов (1989)

Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

Джуно (2008)



Начинайте смотреть и обсуждать с ребенком мультфильмы и фильмы по возрасту

«Красивый мальчик» (2018)



Правило «Трёх П»



Будьте, активными, не игнорируйте социальные проблемы, проблемы других родителей, включайтесь

Чтобы не было, как у них

«Не стыдись, что употребляешь. Но зато ты это делаешь с соблюдением всех мер предосторожности!»



Благодарю за внимание!

Автономное учреждение социального обслуживания Удмуртской Республики
«Республиканский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями»

426009, Удмуртская Республика, г. Ижевск, ул. Ленина, д. 108А

Телефон: +7 (3412) 27-16-64

E-mail: adeli@msp-org.udmr.ru

Сайт: <https://rrcdi.ru>

Чеснокова Людмила Валерьевна

