



# РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

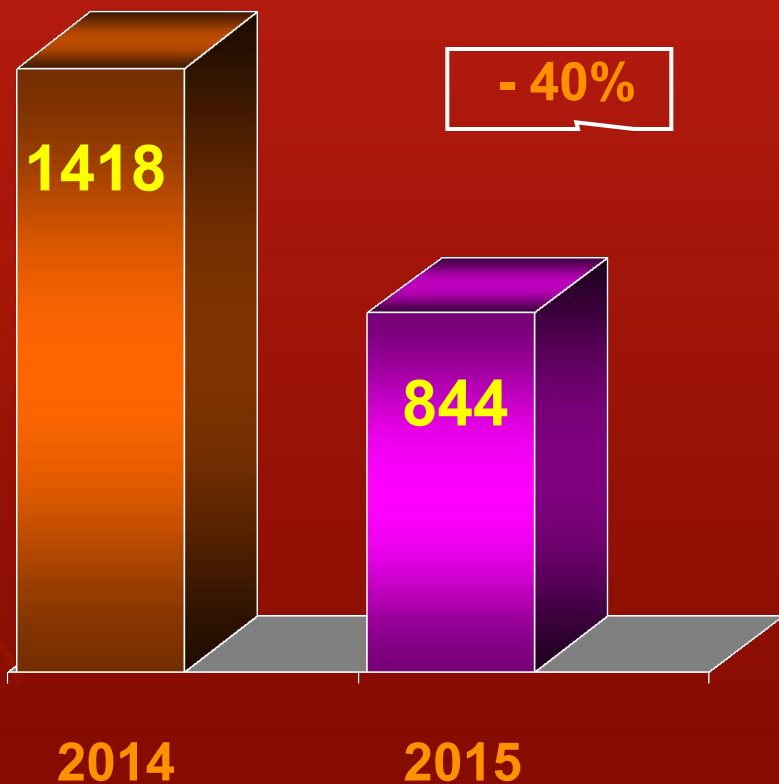


# МОНИТОРИНГ НАРКОСИТУАЦИИ В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

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
<b>Смертность, связанная с наркотиками</b>	<b>кризисное</b>
Распространенность противоправных деяний	предкризисное
<b>Общая заболеваемость наркоманией</b>	<b>кризисное</b>
<b>ОБЩАЯ ОЦЕНКА: ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ</b>	<b>напряженное</b>

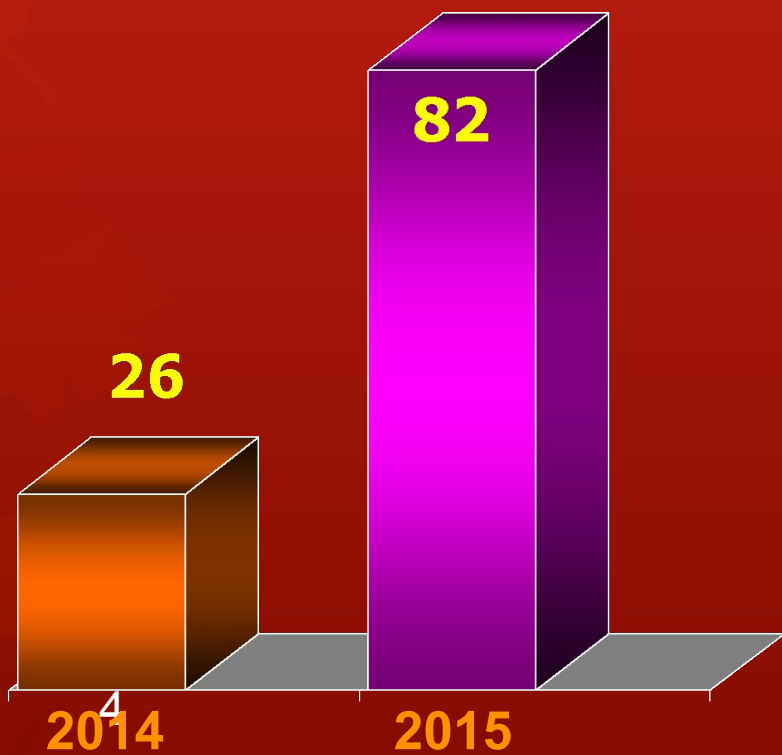
# Количество смертельных случаев в Иркутской области, связанных с отравлениями наркотиками

## Количество вызовов скорой помощи на отравления наркотиками - всего

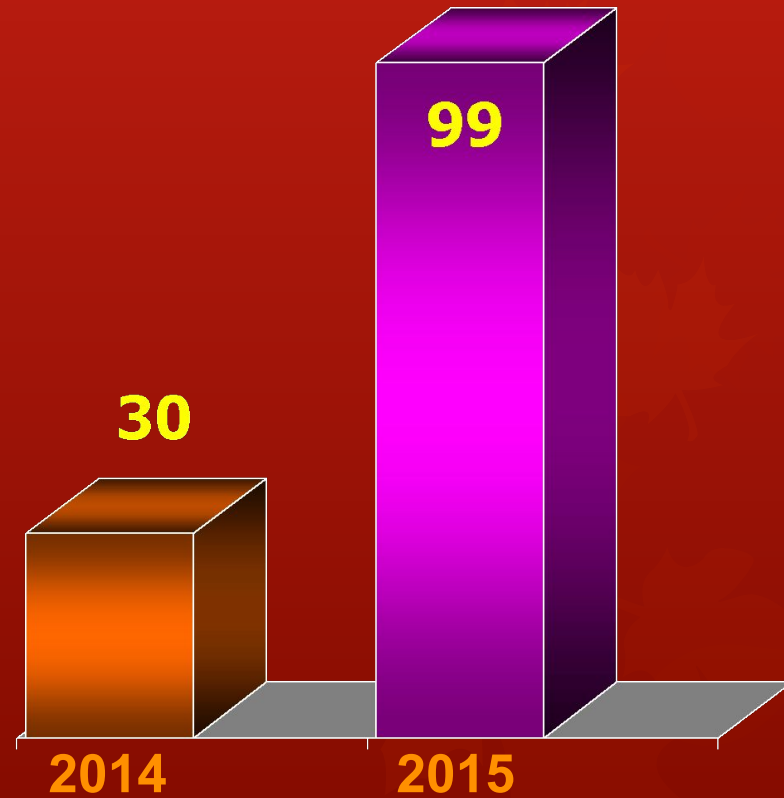


# Количество экстренных ситуаций, связанных с отравлениями молодых лиц наркотиками, в Иркутской области

Количество детских и  
подростковых отравлений  
наркотиками



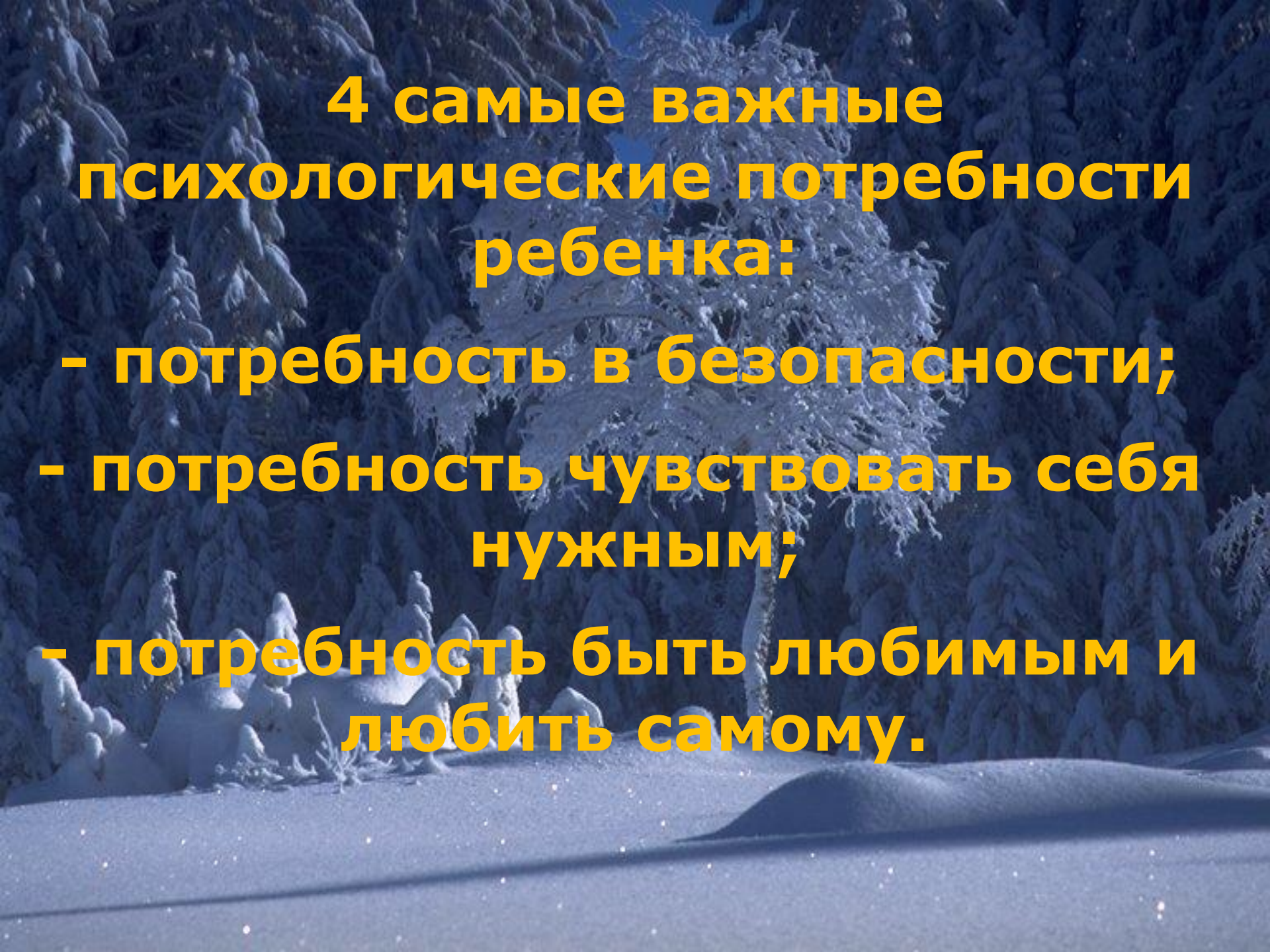
Количество вызовов скорой  
помощи на отравления  
наркотиками молодых лиц



# **«донаркотическая» личность наркомана:**

**эмоциональная незрелость,  
неполноценная психосексуальная  
организация, садистские и  
мазохистские проявления,  
агрессивность и нетерпимость,  
слабые адаптационные  
способности, склонность к  
регрессивному поведению,  
неспособность к эффективному  
межличностному общению.**

**«Быть нужным – это  
условие полноценной  
жизни. Когда я нужен, со  
мною ум, сила и обаяние.  
Тогда я тверд и уверен в  
своей правоте»**



**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.



"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...

## **«Семейные ловушки»**

- 1) Никогда не сидеть за одним столом всей семьей**
- 2) Никогда не организовывать семейные поездки, которых дети ждали бы с нетерпением**
- 3) Обращаться к детям, а не говорить с ними, никогда не слушать**
- 4) Никогда не давать ребенку ошибаться, решать за него**

**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**

## ***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 a range of mountains in the distance under a clear blue sky. The 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!**

**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**

# 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?...

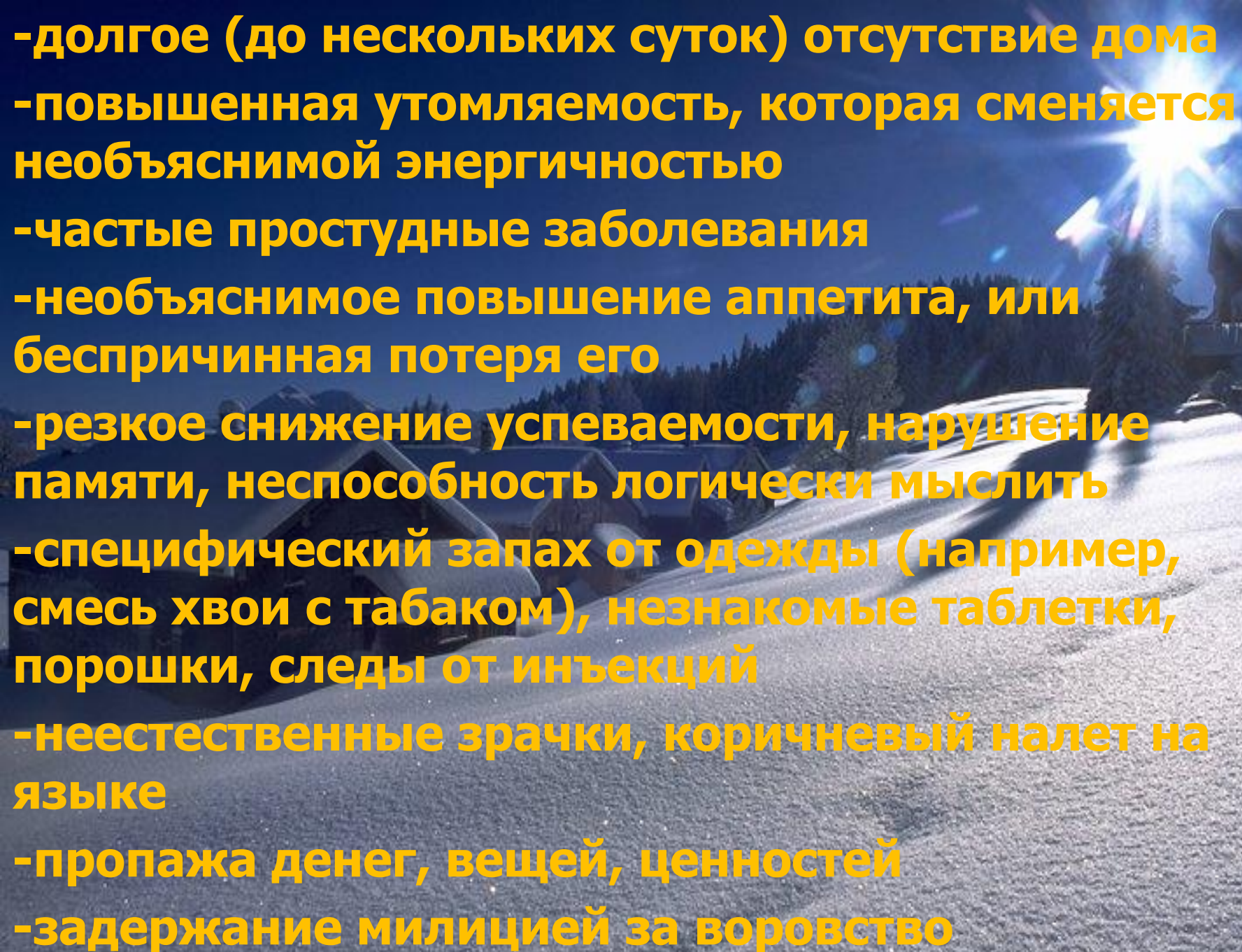
- Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний.

## ***Правила в общении с ребенком:***

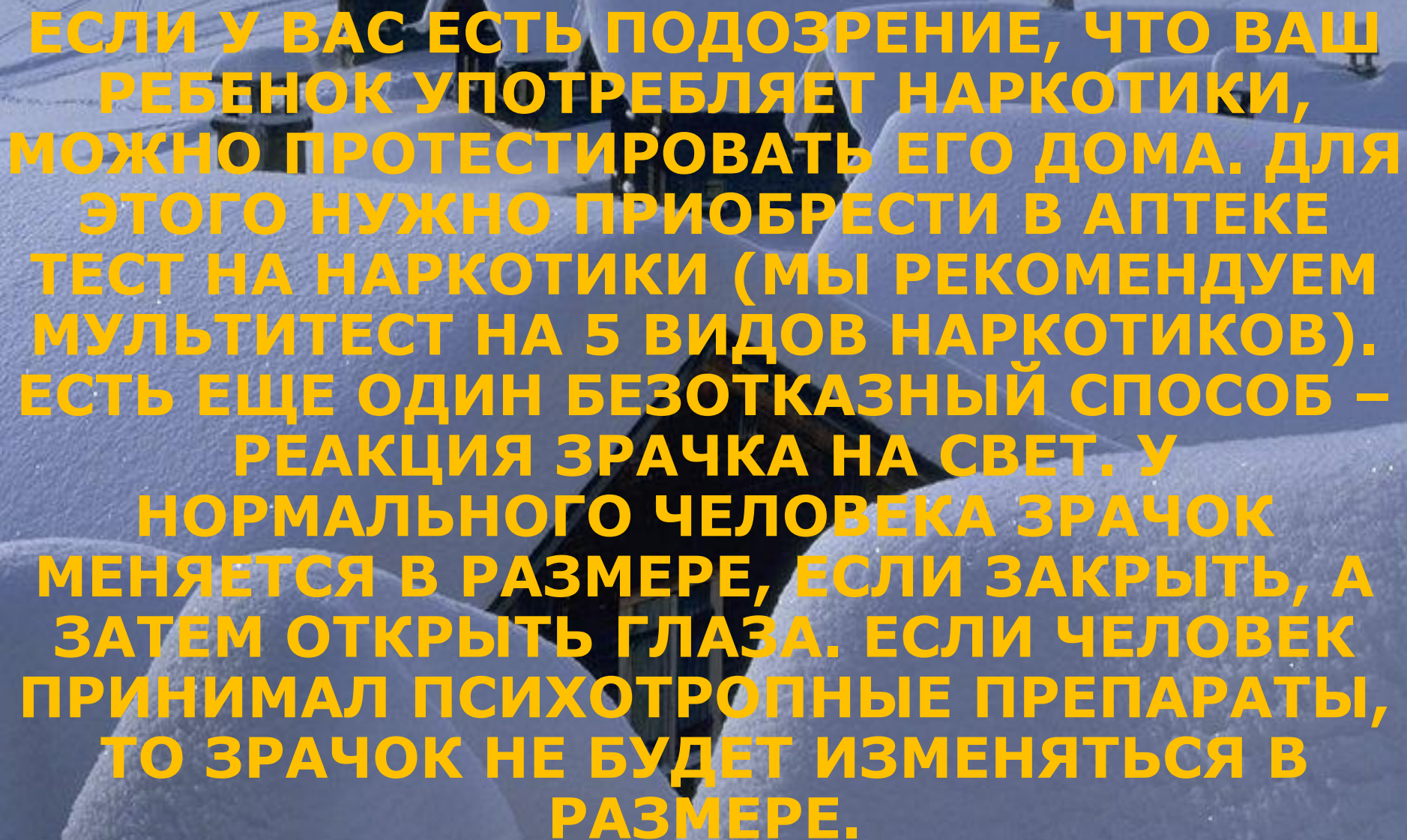
- 1. Разговаривайте друг с другом**
- 2. Выслушивайте**
- 3. Рассказывайте им о себе**
- 4. Умейте поставить себя на их место**
- 5. Будьте рядом**
- 6. Будьте тверды и последовательны**
- 7. Старайтесь все делать вместе**
- 8. Дружите с его друзьями**
- 9. Помните, что каждый ребенок особенный**
- 10.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

## ***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**

- 
- долгое (до нескольких суток) отсутствие дома
  - повышенная утомляемость, которая сменяется необъяснимой энергичностью
  - частые простудные заболевания
  - необъяснимое повышение аппетита, или беспричинная потеря его
  - резкое снижение успеваемости, нарушение памяти, неспособность логически мыслить
  - специфический запах от одежды (например, смесь хвои с табаком), незнакомые таблетки, порошки, следы от инъекций
  - неестественные зрачки, коричневый налет на языке
  - пропажа денег, вещей, ценностей
  - задержание милицией за воровство





**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.**

## *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

**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!**

# 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

# Выделяют три группы факторов риска: биологические, социальные и индивидуально-психологические

1. *Биологические:* наследственная отягощенность психическими или наркологическими заболеваниями...
2. *Социальные:* неблагополучная семья, неполная семья, неорганизованность досуга...
3. *Индивидуально-психологические:* подражание старшим или авторитетным сверстникам, стремление соответствовать канонам значимой для подростков группы, подчинение давлению и угрозам, попытка снять стресс и негативные эмоции, аномальные черты личности (авантюризм, возбудимость, завышенная или заниженная самооценка, неустойчивость характера), любопытство и т. д.

## 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!»

# 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.

□ 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.

□ 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



**«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!»»**

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...).

# Блокировка сайтов через Роскомнадзор как мера первичной профилактики

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

РОСКОМНАДЗОР ЕДИНЫЙ РЕЕСТР

доменных имен, указателей страниц сайтов в сети «Интернет» и сетевых адресов, позволяющих идентифицировать сайты в сети «Интернет», содержащие информацию, распространение которой в Российской Федерации запрещено

Просмотр реестра Прием сообщений Провайдерам хостинга Операторам связи FAQ

Федеральный закон от 27 июля 2006 года № 149-ФЗ  
"Об информации, информационных технологиях и защите информации" (PDF; DOC)

Постановление Правительства Российской Федерации от 26 октября 2012 г. № 1101  
"О единой автоматизированной информационной системе "Единый реестр доменных имен, указателей страниц сайтов в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и сетевых адресов, позволяющих идентифицировать сайты в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», содержащие информацию, распространение которой в Российской Федерации запрещено" (PDF; DOC)

Приказ от 11 сентября 2013 года №1022/368/666  
"Об утверждении критериев оценки материалов и (или) информации, необходимых для принятия решений Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций, Федеральной службой российской федерации по контролю за оборотом наркотиков, Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека о включении доменных имен и (или) указателей страниц сайтов в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"... (PDF)

Роскомнадзор принимает сообщения от граждан, юридических лиц, индивидуальных предпринимателей, органов государственной власти, органов местного самоуправления о наличии на страницах сайтов в сети Интернет противоправной информации.

Уполномоченными Правительством Российской Федерации федеральными органами исполнительной власти, принимающими решения, являющиеся основаниями для включения доменных имен и (или) указателей страниц сайтов в сети Интернет, а также сетевых адресов в Единый реестр в отношении отдельных видов информации и материалов, распространяемых посредством сети "Интернет", распространение которых в Российской Федерации запрещено, являются Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Федеральная налоговая служба и Федеральная служба по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

I. Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков принимает решения, являющиеся основаниями для включения доменных имен и (или) указателей страниц сайтов в сети "Интернет", а также сетевых адресов в Единый реестр, в отношении информации о способах, методах разработки, изготовления и использования наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, местах приобретения таких средств, веществ и их прекурсоров, а также о способах и местах культивирования наркосодержащих растений.

II. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека принимает решения, являющиеся основаниями для включения доменных имен и (или) указателей страниц сайтов в сети "Интернет", а также сетевых адресов в Единый реестр, в отношении информации о способах совершения самоубийства, а также призывов к совершению самоубийства.

III. Федеральная налоговая служба принимает решения, являющиеся основаниями для включения доменных имен и (или) указателей страниц сайтов в сети "Интернет", а также сетевых в Единый реестр, в отношении информации, нарушающей требования Федерального закона "О государственном регулировании деятельности по организации и проведению азартных игр и о внесении изменений в некоторые законодательные акты Российской Федерации" и Федерального закона "О лотереях" о запрете деятельности по организации и проведению азартных игр и лотерей с использованием сети "Интернет" и иных средств связи.

# 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"/>
Источник информации	веб-сайт <input type="button" value="v"/>
Тип информации *	<input type="text"/>
Скриншот (pdf, jpeg, png; 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="button" value="v"/>
Дополнительная информация в том числе логин/пароль и/или иные сведения для доступа к информации	<input type="text"/>
<b>Заявитель</b>	
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 a mail.ru interface. The top navigation bar includes 'Письма', 'Контакты', 'Файлы', 'Темы', 'Ещё', 'Календарь', and 'Облако'. A search bar on the right contains 'Поиск по почте'. The left sidebar shows folders like 'Входящие', 'Нежелательная почта', 'Отправленные', 'Черновики', 'Шаблоны', 'Спам', 'Корзина', 'История общения в Агенте', 'Непрочитанные', and 'Отмеченные флажком'. Below the sidebar are promotional banners for S7 Airlines, taxi services in Bratsk-Irkutsk, and art prints.

The main content area displays an email from 'РОСКОМНАДЗОР информирует'. The sender is 'Роскомнадзор <zapret-info-out@rkn.gov.ru>' with the email address 'Кому: ogu01@mail.ru' and the time 'сегодня, 1:04'. The email body contains the following text:

Здравствуйте

Благодарим Вас за активную гражданскую позицию, одновременно сообщаем, что уполномоченный Правительством Российской Федерации федеральный орган исполнительной власти, по указанному в Вашем обращении адресу <http://legalarc.biz/otzyvy-o-rabote-magazina-i-rekomendacii-dlja-nas-20019> подтвердил наличие материалов с противоправным контентом, в связи с чем, доступ к данной информации был блокирован.

С уважением,  
ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ, ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ.

At the bottom of the email, there is a security warning: 'Защищён АнтиВирусом и АнтиСпамом Касперского'.

Для молодёжи:

## Блоги

Стань добровольцем

Здоровый образ жизни

Досуг

Для родителей:

Куда обратиться за помощью?

Специалисты советуют

Откровенный разговор

[www.narkostop.irkutsk.ru](http://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](http://www.narkostop.irkutsk.ru)





**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!!!**