

НАРКОМАНИЯ

Преступность

Буллинг

КИБЕРБУЛЛИНГ

АЛКОГОЛИЗМ

ЭКСТРЕМИЗМ

КУРЕНИЕ

ТЕРРОРИЗМ

Скулшутинг

ВИЧ/СПИД

О чём должен
знать каждый

Родитель
Педагог
Гражданин

Время прочтения ~ 7 минут

Спасённых жизней ∞

Алкоголизм — хроническое психическое заболевание, характеризующееся пристрастием к алкоголю

(любому напитку, содержащему этиловый спирт, в том числе пиво, вино, водка и др.)

Алкоголь — наиболее распространённое наркотическое средство среди всех прочих.

В результате постоянного опьянения у человека сильно ухудшается здоровье, падает трудоспособность, благосостояние и нравственные ценности.

Курение – одна из самых значительных угроз здоровью человека, вдыхание дыма препаратов, преимущественно растительного происхождения, с целью насыщения организма содержащимися в них психоактивными веществами.

Применяется для употребления курительных смесей, обладающих наркотическими свойствами (табак, гашиш, марихуана, крэк и т.п.).

Формы зависимости:

Психологическая

При психологической зависимости люди тянутся к алкоголю или за сигаретой в состоянии нервного напряжения, стресса, для стимуляции умственной деятельности или просто «за компанию». Вырабатывается определённая привычка, ритуал, без которого человек не может спокойно жить.

Физическая

При физической зависимости требование организмом никотиновой или алкогольной дозы так сильно, что все внимание сосредоточивается на поиске сигареты или алкоголя, идея становится очень навязчивой.

Важно!

Большая часть правонарушений совершается в состоянии алкогольного и наркотического опьянения. Если вы выявили потенциальную угрозу, не бойтесь сообщать об этом в соответствующие органы – лучше предотвратить, чем расследовать!

На что необходимо обращать внимание



Поведение

- изменение привычек
- раздражительность, нервозность
- отдаление от семьи и старых друзей
- частые уходы из дома
- плохое самочувствие
- провалы в памяти
- наличие сигарет или заменяющих их «приспособлений»
- увеличение финансовых затрат



Внешний вид

- запах сигарет или алкоголя
- покраснение лица, отёчность, круги под глазами
- ухудшение состояния кожи
- небрежность в одежде.







Речь

- резкие высказывания
- грубые ответы на замечания
- появление в речи ненормативной либо жаргонной лексики

Важно!

Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях, увлечениях, о том, чем они заняты. Делайте это непринуждённо, допросы только отталкивают. Объясните детям, что они будут в безопасности, если сами расскажут вам о своих проблемах, тревогах и угрозах.

Если вы выявили проблему

-  Постарайтесь найти причину, вызвавшую пристрастие к курению или употреблению алкоголя.
-  Желание славы, легкой и быстрой популярности у подростков всегда выше страха наказания, осуждения. Необходимо объяснить ребенку, что он личность и не нужно делать что-то помимо своей воли, «на слабо». Подчеркните, что такое поведение стало не модным, в тренде принципы здорового, активного образа жизни.
-  Обратите внимание на организацию быта и досуга ребёнка, его интересы, его окружение. Ведь употребление алкоголя и курение тесно связаны с бессодержательным времяпрепровождением. Предложите ему интересные занятия, в том числе совместные.
-  Подростки достаточно информированы о вреде курения и употребления алкоголя, но уверены, что конкретно их здоровью вред нанесён не будет, в любой момент они могут остановиться. Объясните, что может возникнуть алкогольная или никотиновая зависимость, от которой не так-то просто избавиться. Каждый ребенок внушаем – если он поддастся дурному влиянию, то может прислушаться и к вам.

Важно!

Если Вы узнали, что ребёнок курит или употребляет алкоголь, не надо применять грубую силу. Никогда не поздно заняться профилактикой и избежать проблем.

Если не можете справиться сами, у вас всегда есть возможность посоветоваться со специалистами.

Куда обращаться за помощью

Единая служба спасения **112**

Телефон доверия **8 800 200 01 22**
(круглосуточно, анонимно, бесплатно)

Служба безопасности **8 3452 68 14 89**
Тюменского индустриального
университета

Психологи-консультанты **8 3452 28 37 30**
Тюменского индустриального
университета