Лекторий для родителей

Автор: Меркулова Н.И.

Лекторий для родителей

«Алкоголь и табак»

Проблема? А существует ли она?

Проблема? А существует ли она?

По данным статистики:

31,8% детей в возрасте 10-11 лет, 69,4% 12-13 летних и 91,2% 14-15 летних детей употребляли алкоголь.

22,1%, 49,3 % и 71,1% детей соответственно пробовали курить табак.

Ингалянты (аэрозоли, клеи) пробовали 6,6% пятиклассников, 8,3% семиклассников и 12,8% девятиклассников.

Динамика употребления марихуаны: от 2,1% (5 класс) – до 17,3% (9 класс).

По данным мониторинга напивались допьяна 54,1% девятиклассников.

Как предотвратить употребление табака и алкоголя?

Вы можете предотвратить употребление табака и алкоголя вашими детьми в дальнейшем потому, что:

Вы - самые главные и самые авторитетные для ребенка люди.

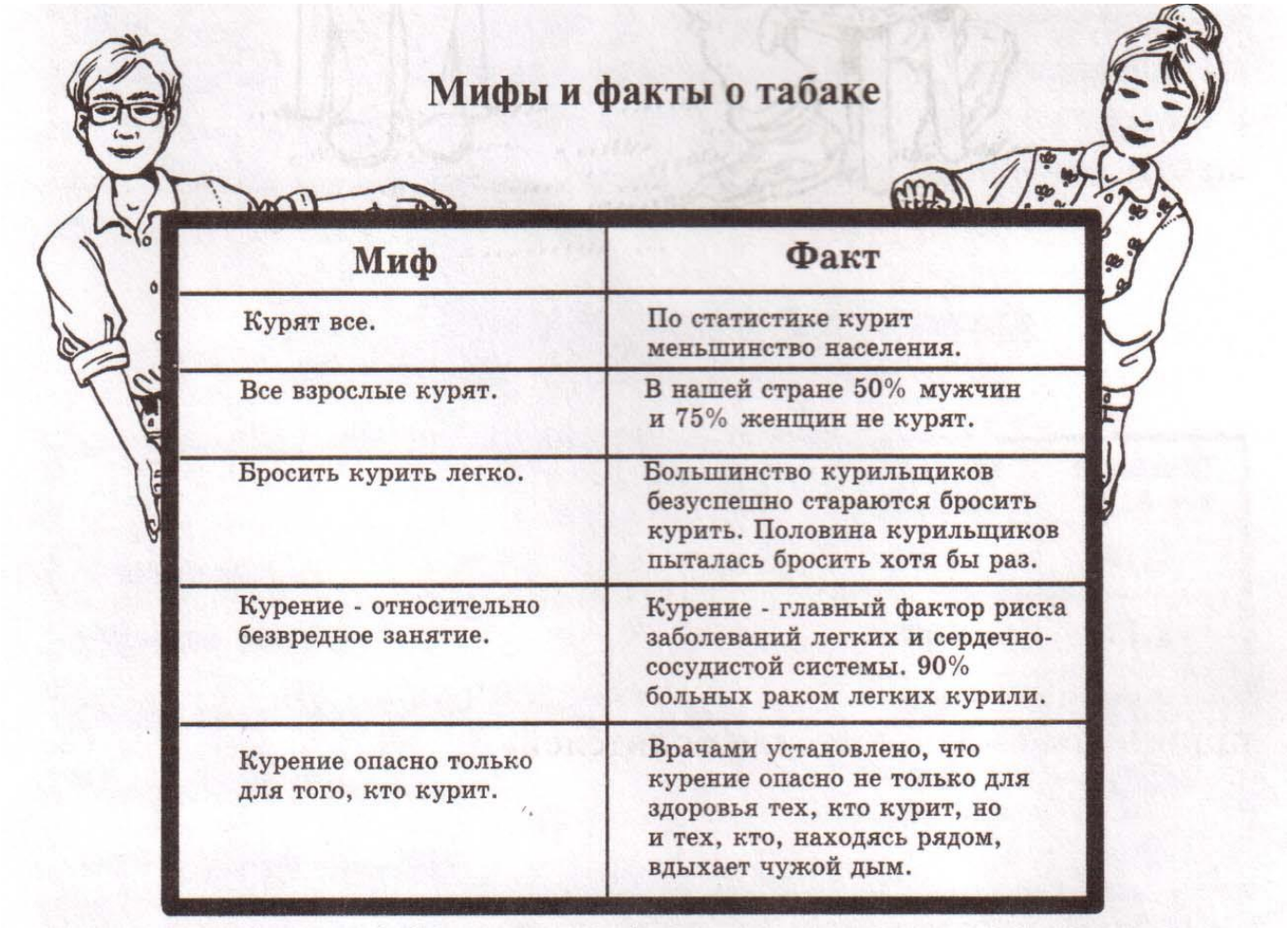
успешно сформировать установку на сопротивление внешнему давлению проще, пока оно не сильное или его нет.

вы сможете открыто обсудить все связанные с подобным поведением опасности.

Как предотвратить употребление табака и алкоголя?

- Выберите подходящий момент для разговора.
- Убедитесь, что информация, полученная ребенком, верная.
- Поговорите с ребенком о наиболее распространенных мифах о табаке и алкоголе и развейте их.

Как предотвратить употребление табака и алкоголя?



Мифы и факты о табаке

Миф	Факт
Курят все.	По статистике курит меньшинство населения.
Все взрослые курят.	В нашей стране 50% мужчин и 75% женщин не курят.
Бросить курить легко.	Большинство курильщиков безуспешно стараются бросить курить. Половина курильщиков пыталась бросить хотя бы раз.
Курение - относительно безвредное занятие.	Курение - главный фактор риска заболеваний легких и сердечно-сосудистой системы. 90% больных раком легких курили.
Курение опасно только для того, кто курит.	Врачами установлено, что курение опасно не только для здоровья тех, кто курит, но и тех, кто, находясь рядом, вдыхает чужой дым.

Как предотвратить употребление табака и алкоголя?

Мифы и факты об алкоголе

Миф	Факт
Алкоголь стимулирует, придает силы.	Алкоголь угнетает центральную нервную систему, затормаживает нормальные реакции организма.
Выпившие люди дружелюбны и общительны.	Обычно напившиеся люди теряют над собой контроль, становятся агрессивными и злыми, ввязываются в драки. Половина всех убийств связана со злоупотреблением алкоголя.
Алкоголь не основная причина смертности среди молодежи.	Подростки и молодежь чаще всего погибают в результате несчастных случаев, связанных со злоупотреблением алкоголя или наркотиков.
Алкоголь - пищевой продукт.	Алкоголь не переваривается в желудке, как пища. Он попадает прямо в кровь, а затем в мозг.
Алкоголь может «прочистить мозги».	Алкоголь нарушает нормальную работу головного мозга.
Больше людей умирает от наркотиков, чем от алкоголя.	По статистике от злоупотребления алкоголя умирает в несколько раз больше людей, чем от наркотиков.

«Алкоголь и табак»

Употребление табака и алкоголя детьми и подростками - отклоняющееся поведение.

«Алкоголь и табак»

Семейные правила очень важны в противостоянии употреблению табака и алкоголя.

«Алкоголь и табак»

Исследования психологов показали, что дети в своей жизни хотят упорядоченности и ведут себя более ответственно, когда взрослые накладывают разумные ограничения на их свободу.

«Алкоголь и табак»

Обсудите с ребенком заранее, какого поведения вы от него ждете.

Что ему следует делать и чего не следует делать в рамках ожидаемого вами поведения.

Каковы логические результаты выполнения или невыполнения установленных вами правил.

«Алкоголь и табак»

Убедитесь, что ребенок знает: нет и не может быть таких обстоятельств, при которых он должен курить, употреблять алкоголь или пробовать наркотики.

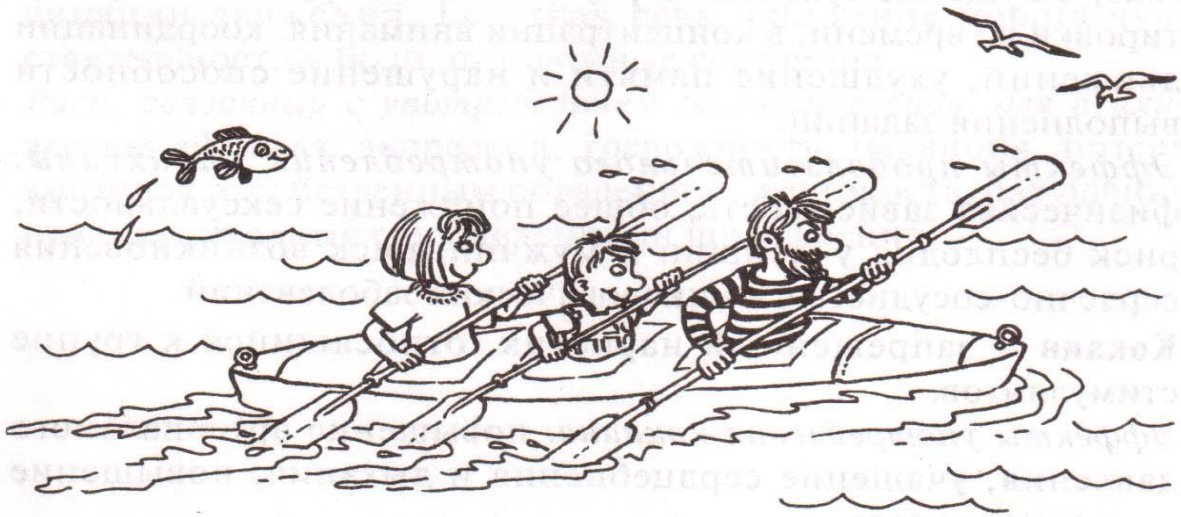
Обсудите серьезные последствия нарушения этого правила.

«Алкоголь и табак»

Подробно обсуждаемые или даже записанные семейные правила помогут ребенку отказаться от предложения попробовать алкоголь или наркотики и будут способствовать развитию ответственного отношения к своему здоровью и поступкам.

«Алкоголь и табак»

Способствует здоровой, творческой деятельности ребенка совместная деятельность



Лекторий для родителей

Спасибо за внимание