VALİDEYNLƏR NƏ ETSİNLƏR Kİ, ONLARIN ÖVLADLARI NARKOMAN OLMASINLAR?

- Bədbəxtçiliyin qapınızı döyməsini gözləməyin. Müvafiq ədəbiyyat tapıb narkomaniya mövzusunda övladınızla söhbət etməyə vaxt ayırın;
- Ailənizdə məhəbbət, inam və təhlükəsizlik atmosferi yaradın. Verdiyiniz sozlərə əməl edin, övladınızın qayğısı və problemləri, onun daxili aləmi ilə maraqlanın;
- Yeniyetmədə sərbəst qərar verə bilmə vərdişlərini, şəxsi təşəbbüsü, baş verənlərə fərdi münasibəti inkişaf etdirin;
- Yeniyetməyə çətinliklərin və uğursuzluqların öhdəsindən gəlməyi öyrədin və mənfi təcrübənin də gərəkli olduğunu ona bildirin;
- Yeniyetməyə ətraf aləmin gözəlliklərini görməyi və anlamağı, gündəlik həyatdan zövq almağı (təbiətdən, kitablardan, maraqlı insanlarla ünsiyyətdən və s.) öyrədin;
- Narkotikdən heç zaman istifadə etməmək qərarını övladınızın öz öhdəsinə verin. Sizin rolunuz qadağanedici deyil, məsləhətverici, istiqamətləndirici və məlumatlandırıcı olmalıdır.

ÖVLADINIZA BİLDİRİN Kİ:

- Narkotiklərdən alınan "həzz"in ardınca ağır fiziki əzablar başlayır;
- Fiziki sağlamlıq ciddi şəkildə pozulur;
- Zehni qabiliyyət kəskin surətdə azalır;
- QİÇS və başqa infeksion xəstəliklərə yoluxma riski artır;
- Cinsi potensiya azalır və yox dərəcəsinə enir;
- Yeniyetmə gələcəkdən məhrum olur.

VALİDEYNLƏR!

Özünüzə bu sualı verin:

"Övladımın narkoman olmaması üçün mən nə etmişəm?"

və elə indicə hərəkət etməyə başlayın!

Buklet "Narkotik vasitələrin, psixotrop maddələrin və onların prekursorlarının qanunsuz dövriyyəsinə və narkomanlığa qarşı mübarizəyə dair 2013-2018-ci illər üçün Dövlət Proqramı"nın həyata keçirilməsi üzrə Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Tədbirlər Planına uyğun olaraq Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi tərəfindən hazırlanmış və çap olunmuşdur.

ÖVLADLARINIZI NARKOTİKLƏRİN OYUNCAĞINA ÇEVRİLMƏKDƏN QORUYUN!

HÖRMƏTLİ VALİDEYNLƏR!

NARKOMANİYA -

sonu **ölümlə** nəticələnən **xəstəlikdir.**

Narkomanın **həyatının davametmə müddəti** narkotik istifadə etməyə başladığı vaxtdan orta hesabla **5-7 il təşkil edir.**

NARKOMANİYA -

narkotiklərdən **psixi** və **fiziki** asılılıqdır.

Narkoman narkotiklərsiz **yaşaya bilmir.**

Narkotiklər onun orqanizmində maddələr mübadiləsinin bir hissəsinə çevrilir.

Çoxları iradələrinin möhkəmliyinə arxalanıb belə zənn edirlər ki, narkotik dadıb sonra da ondan əl çəkə bilərlər. Lakin narkotik insandan daha güclüdür və onu tam ələ alır.

UŞAQLARDA NARKOMANİYANIN ƏLAMƏTLƏRİNİ NECƏ MÜƏYYƏN EDƏ BİLƏRSİNİZ?

Yeniyetmənin davranışında yaranmış gözlənilməz dəyişikliklərə diqqət yetirin:

- aktivliyinin kəskin şəkildə artması və ya azalması;
- təhsilə və başqa maraqlara həvəsinin itməsi, dərs buraxmaları;
- izahedilməz əsəbiliyi, yalan danışması, fikir dağınıqlığı;
- şübhəli tanışlarının peyda olması, ətrafındakı dostların qısa müddətdə dəyişməsi;
- davranışında gizlilik, harada olduğu barədə məlumat verməməsi;
- qeyri-adi vəziyyətdə evə gec dönməsi;
- səhərlər yuxudan çətin oyanması, anlaşılmaz danışığı;
- iştahasının itməsi, çəkisinin azalması, yuxululuğu.

Yadda saxlayın ki, narkotiklərdən istifadə etmənin bu əlamətlərindən bəziləri yeniyetmələrin davranışlarında olan xarakterik xüsusiyyətlərə uyğun gəlir.

BUNLARA DİQQƏT VERMƏLİSİNİZ:

- evdən pul və ya qiymətli əşyaların itməsi;
- cib xərcliyi üçün tələb olunan pulun miqdarının artması;
- yeniyetmədə dərman maddələrinin, şprislərin, ampulaların, yapışkan tübiklərinin olması;
- yeniyetmənin qeyri-adi qoxusu, paltarlarında ləkələr, bədənində izlərin olması.

MƏNFİ AİLƏ MÜNASİBƏTLƏRİ YENİYETMƏNİ NARKOTİKLƏRDƏN İSTİFADƏ ETMƏYƏ GƏTİRİB ÇIXARAN ƏSAS SƏBƏBLƏRDƏNDİR:

- özünə qiymətvermənin aşağı düşməsi və ya həddən artıq olması;
- həyatda aydın məqsədin olmaması, özünə və öz sağlamlığına qayğının olmaması;
- ailədə məhəbbət və dəstəyin çatışmaması;
- uşaq vaxtı aldığı psixi travma nəticəsində yaranan ümidsizlik, emosional ağrı;
- valideynlər tərəfindən həddən artıq himayəçilik, uşaqlarda sərbəst qərar vermə imkanının olmaması;
- təsir altına düşməyə meyilli olması;
- streslərə davamlılıq qabiliyyətinin aşağı olması, çətinliklərin öhdəsindən gələ bilməməsi;
- gündəlik həyatdan zövq ala bilməməsi;
- mənəvi dəyərlərin olmaması.