

Sygnaly, które powinny nas niepokoić.

Drodzy Rodzice!

Mimo naszych starań dzieci - a szczególnie te dorastające - nie zawsze zachowują się tak, jak byśmy chcieli. Pojawiają się problemy związane z okresem dorastania i są one naturalnym elementem rozwoju. Zdarza się, że nastolatki nie uczą się tyle, ile naszym zdaniem powinny, stwarzają sytuacje, które nas niepokoją, spotykają się z osobami, których nie znamy, a czasami nawet nie akceptujemy i sprawiają wiele innych problemów. Nie wszystkie z tych sytuacji są niepokojące, ale są i takie, których nie należy bagatelizować.

Macie prawo sądzić, że z dzieckiem dzieje się coś niedobrego, gdy zauważycie kilka z wymienionych niżej objawów równocześnie:



- **oddala się od Ciebie**, staje się obce, mimo, że wcześniej byliście blisko;
- **wyraża niechęć do rozmów**, unika kontaktów, kręci w rozmowie, **klamie**;
- **ma kłopoty z nauką**, choć wcześniej dobrze sobie radziło, **wagaruje**, jest w konflikcie z nauczycielami;
- **zmieniło styl życia** (np. długo przesiaduje w nocy, choć wcześniej tego nie robiło), **zmieniło styl ubierania**;
- **jest niecierpliwe, rozdrażnione**;
- jest na zmianę **pobudzone lub ospale**, zasypia o dziwnych porach;
- **znika często w ciągu dnia z domu pod dowolnym pretekstem** i stara się unikać kontaktu po

powrocie;

- **wraca bardzo późno** lub bez uzgodnienia nocuje poza domem;
- **ma nowych znajomych**, których nie chce zapraszać do domu;
- **kwestionuje szkodliwość narkotyków**, wypowiada się o nich pozytywnie;
- **ma nadmierny apetyt lub nie ma apetytu**;
- **ma przekrwione oczy, zwężone lub rozszerzone źrenice, przewlekły katar**;
- mówi w sposób bełkotliwy, niewyraźny, **śmieje się bez przyczyny**;
- w jego pokoju unosi się specyficzny **słodkawy zapach**, posiada fifki i fajki różnych kształtów, bibułki do skrętów, małe foliowe torebeczki z proszkiem, tabletkami, kryształkami lub suszem, pastylki nieznanego pochodzenia, opalone folie aluminiowe, leki bez recept, nieznanne chemikalia;
- na ciele ma zasinienia i ślady po nakłuciach nakłucia (przeguby dłoni, łokci, pachwiny i okolice kostki)
- **z domu znikają pieniądze** i wartościowe przedmioty

Narkotyki??? Co zrobić, jeśli nabieramy coraz większych obaw, że nasze dziecko bierze narkotyki?

1. Przede wszystkim – **zaczynij działać!** Problem sam się nie rozwiąże i wymaga Twojej interwencji.
2. **Nie działaj jednak pod wpływem emocji** i nie rozpoczynaj rozmowy, gdy Twoje dziecko jest odurzone. Wysłuchaj co ma do powiedzenia, ale nie daj się zwieść łatwym tłumaczeniom.

3. **Nie ufaj zapewnieniom**, że znaleziony w jego pokoju narkotyk należy do kolegi.
4. Nie daj się przekonać, że teraz taka moda i wszyscy biorą narkotyki. **Nie słuchaj argumentów, że od marihuany nie można się uzależnić** – to właśnie od niej niebezpieczna przygoda z narkotykami zaczyna się najczęściej.
5. Jeśli podejrzewasz, że dziecko zażywa narkotyki, a wyczerpałeś już inne sposoby, by zdiagnozować sytuację, **możesz sprawdzić to za pomocą testu**. Są one dostępne w aptekach bez recepty, w cenie od 10-50 zł. Jest parę rodzajów testów wykrywających różne gatunki narkotyków. W większości opierają się one na badaniu pobranej próbki moczu lub śliny. Testy mają jednak pewne ograniczenia – dobrze byłoby wiedzieć jaki narkotyk może wchodzić w grę i kupić test wykrywając dany narkotyk.
6. **Jeżeli stwierdzisz, że dziecko ma już problem z powodu narkotyków, korzystaj z pomocy specjalistów.** (<http://www.narkomania.org.pl/czytelnia/nasze-dzieci-narkotyki>)

**Ogólnopolski Telefon Zaufania
dla dzieci i młodzieży**

poniedziałek-piątek , godz. 12.00- 20.00
tel.116111 (połączenie bezpłatne)

Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania
tel. 80119 99 90 (koszt połączenia: 35 gr)
codziennie, godz. 16.00-21.00

Zajrzyj tu: <http://www.narkomania.org.pl/czytelnia/nasze-dzieci-narkotyki>

Pedagog szkolny