

# CO KDYŽ MOJE DÍTĚ (ASI) BERE DROGY?

Tipy pro ty, kteří chtějí pomoci



## NESTYDĚTE SE

Nehleďte, kdo za to může. Je potřeba si přiznat, že se to děje a řešit to. Neodváhejte si automaticky vinu. **ZÁVISLOST JE NEMOC.**

1



## VYHLEDEJTE POMOC

Nebuďte v tom sami! Vyhledejte pomoc odborníků, kteří vám poradí, co můžete udělat.

4

## INFORMUJTE SE

Vyhleďte si informace o daném problému. Porozhlédněte se ve svém okolí, zda zde není poradna, kde by vám mohl pomoci.

5

## NEPANIKÁŘTE

Vie si pořádně promyslet. Tento problém nevznikl ze dne na den a ze dne na den ho také nevyřešíte.

2

## PROMLUVTE SI

**KOMUNIKACE!** Buďte otevření, pohovořte se svým dítětem, zjistíte, co se děje. Hovořte o tom, z čeho máte obavy. Nemařte, neodsuzujte.

6

## SVĚŘTE SE

Promluvíte si o situaci s někým, komu důvěřujete. Proberte pit vaci se svým partnerem nebo kamarádkou.

3



## POZOR NA KOUZLA

Neotrávte. Je to vše vyřech základy nebo rozhovorem. Buďte opatrní k rychlým a zarádčným řešením. Mlékody se vás vyřech rychle a jednoduše.

7



## BUĎTE DŮSLEDNÍ

Dopředu se domluvíte na postupu, pravidlech a hranicích. Bezpodmínečně buďte důslední v jejich dodržování.

8

## RESPEKTUJTE

Pokud se vaše dítě rozhodne problem řešit samo, vyhledejte, do začátku odbornou pomoc alespoň pro sebe.

9



## NEZAPOMEŇTE

... na sebe, ostatní členy rodiny a další blízké.



SEMIRAMIS

LSA.partners

Laxus

# BERE MOJE DÍTĚ DROGY?

## Možné signály



Ztráta chuti k jídlu, výrazné a nevyvítlitelné hubnutí, změna stravovacích návyků.

Velká únava, nevyvítlitelná ospalost, netypicky dlouhý a hluboký spánek.

Nezájem o koníčky, záliby, které dítě dříve bavily.

Zhoršení prospěchu ve škole, neomluvené absence ve škole.

Neopavest, nevyvítlitelné přívaly energie, absence únavy.

Změna hodnot. To, co dříve bylo důležité je nyní "nezájem". Naopak se vyodrňují nové (dřívešed secedené) hodnoty.

Zanedbaný zevnějšek, nezájem o péči o tělo, obličej. Kažní problémy (např. výrazně ranicené akné, oděry, modřiny...).

Střídání nálad, afektivita, podrážděnost, agresivita.

Domu mívá peníze, ztrácí se věci, potřeba vyšších výdajů.


Ztráta přátel, noví parta kamarádů, nezájem o tu původní.

Vždy při vyhodnocování signálů vycházejte z toho, jak své dítě znáte. Může se stát, že některé signály přirozeně vycházejí z období puberty, což nejlépe poznáte vy sami. Někdy se se svojí dítěmi komunikovat. Popište své obavy, hovořte o tom, co vidíte. Buďte dítěti operou a buďte pro dítě důvěrní, jedně tak se vám svěří a využije vaší pomocné ruky. Buďte vždy důslední v dodržování hranic a pravidel.

**NEBUŽTE V TOM SAMI A POKHOVŔTE S ODBORNÍKY!**

 [prevence@os-semiramka.cz](mailto:prevence@os-semiramka.cz) (Středočeský kraj)

[taxus@taxus.cz](mailto:taxus@taxus.cz) (Královéhradecký a Pardubický kraj)

 776 184 289 (Středočeský kraj)

733 531 878 (Královéhradecký a Pardubický kraj)



**Spolu pomáháme najít správný směr!**