

Vážení rodiče,

nabízíme Vám rady a náměty, jak lze řešit některé problémové a rizikové situace, do kterých se Vaše dítě může dostat.

Jedná se zde hlavně o tyto oblasti problémů:

Problémy ve vztazích, šikana

Užívání alkoholu, nikotinu

Experimentování s drogami /marihuana, těkavé látky,.../

Máte pocit, že vašemu dítěti nerozumíte?

Máte pocit, že vaše dítě má problémy?

Máte pocit, že se vaše dítě bojí?

Máte pocit, že se s vaším dítětem něco děje?

Pozor na problémy ve vztazích, šikanu:

Může se projevovat následujícími způsoby:

Dítě nemá kamarády

Je smutné, depresivní, nemluví o škole

Špatně usíná, má zlé sny

Zhoršení prospěchu, nesoustředěnost

Časté návštěvy lékaře, bolesti hlavy, břicha

Poškozené oblečení, školní pomůcky, ztráty peněz

Drobná zranění /modřiny, odřeniny../

Šikanované děti jsou v nouzi, potřebují pomoc, často si o ni nedokážou ale říci. Pokud máte jistotu, dítě se Vám svěří, doporučujeme využít následující postup:

Poskytněte dítěti oporu - povídejte si s ním.

Navštivte školu - ředitele, třídního učitele, výchovného poradce či školního preventistu.

Informujte pedagogy o situaci, domluvte se na řešení.

Spolupracujte s odborníky - kontakty získáte na těchto stránkách nebo přímo ve škole.

Kontakty, adresy:

Pedagogicko-psychologická poradna Opava 553 625 736

Linka Bezpečí - bezplatná 116 111

Modrá linka – nebezpečí na internetu 608 902 410

Klub Magnet - poskytování podpory v situacích, které jsou pro děti a mládež obtížné
553 653 239

Experimentování s drogami

1. Jak předejít problémům

Mluvte s dětmi o drogách

Pomozte dítěti nalézt sebedůvěru, chvalte jej

Pomozte dítěti vytvořit si pevný hodnotový systém

Buďte pozitivním příkladem

Podporujte individualitu dítěte

Podporujte aktivity Vašeho dítěte / investovat čas i peníze se vyplatí!/

2. Jak poznat problém

To, že dítě experimentuje s drogami, nemusí být, alespoň zpočátku, vůbec nápadné. Přesto existují signály, které napovídají, že něco nemusí být v pořádku.

Problémy ve škole /absence, zhoršení prospěchu/

Ztráta zájmů /hlavně těch časově a fyzicky náročnějších - sport, umělecká činnost,../

Změna přátel /vzhled, způsob vyjadřování, pravidelné návštěvy diskoték, restaurací/

Změna chování /neodůvodněné nápadné stavy veselosti, noční nespavost, stavy skleslosti, únavy/

Slabost, spaní přes den /klesající výkonnost, zhoršená koncentrace/

Ztráta chuti k jídlu, hubnutí

Kožní defekty /škrábnutí, zejména na obličeji a hřbetech rukou/

Mizení peněz /často i prodej vlastních věcí/

Nález cigaret, stříkaček, jehel, drog

Stopy po injekčním vpichu

3. Co si počít s problémem

Nepanikařit - situaci nelze řešit za den, za týden, budou nutná dlouhodobá opatření, vše je nutné promyslet

Sehnat si dostupné informace - odbornou literaturu, odborná zařízení

Být důsledný

Kontakty, adresy odborných zařízení:

PPP Opava

553 625 736

Opava, Místní protidrogový koordinátor

553 756 725

Opava, Krizové a kontaktní centrum Pod slunečником

553 718 487

Linka Bezpečí - bezplatná 116 111

Klub Magnet - poskytování podpory v situacích, které jsou pro děti a mládež obtížné

553 653 239

Linka pomoci Střediska prevence a léčby drogových závislostí s celorepublikovou působností

222 221 431