

Doporučení pro rodiče

Vážení rodiče

nabízíme Vám rady a náměty, jak lze řešit některé problémové a rizikové situace, do kterých se vaše dítě může dostat. Jednáme zde hlavně o těchto oblastech 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?

Problémy ve vztazích, šikana

Projevovat se může 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 Boskovice
- PPP Blansko, Nad Čertovkou 17, 516 418 779
- Prevcentrum Blansko, Sadová 2, tel. 410 621
- Poradna pro rodinu Blansko, Sladkovského 4, tel. 516 413 524
- Linka Bezpečí, bezplatná, 800 155 555
- Krizové centrum Brno, Jihlavská 20, 547 212 333

Experimentování s drogami

1. Jak předejít problémům

- Mluvte s dětmi o drogách
- Pomozte dítěti nalézt sebedůvěru, chvalte je
- 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, spání 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

4. Kontakty, adresy odborných zařízení

- PPP Blansko, Nad Čertovkou 17, tel. 516 418 779
- Prevcentrum Blansko, Sadová 2, tel. 410 621
- Charita Blansko, Komenského 15, tel. 516 411 583
- K centrum Brno, Sládkova 45, tel. 548 526 802
- Sdružení Podané ruce Brno, Vídeňská 3, tel. 543 249 343
- Krizové centrum Brno, Jihlavská 20, tel. 547 212 333
- Linka Bezpečí 800 155 555