



Centrul de Prevenire,
Evaluare și Consiliere
Antidrog Cluj este alături
de tine de fiecare dată
când ai nevoie!

Centrul de Prevenire, Evaluare și Consiliere
Antidrog Cluj oferă servicii **GRATUITE** și
CONFIDENTIALE de *prevenire* a consumului
de droguri, respectiv de *asistență*:

- psihologică,
- socială și
- medicală

pentru consumatorii de droguri.

Apelează:
tel/fax 0264/432.899

Tel. Verde:
0 800 8 700 700

E-mail:
cpeca.cluj@ana.gov.ro



PREVENIREA începe
în familie





Generalități

- ✓ Părinții sunt primele modele ale copiilor
- ✓ De la 12 ani influența grupului de prieteni este din ce în ce mai mare
- ✓ Pe măsură ce se apropie de adolescență, copiii se simt tot mai apropiați de prieteni și țin cont mai mult de opiniile acestora
- ✓ Acceptarea într-un grup de prieteni poate determina copilul să respecte regulile acelui grup
- ✓ **Adolescența este vârsta la care se înregistrează cele mai multe debuturi în consumul de droguri ilicite**

Cum se simte copilul la vârsta preadolescenței

Dispoziții schimbătoare

Vesel	Furios	Instabil
Trist	Anxios	



Cum se comportă cu părinții



- ✓ Închis în el
- ✓ Necomunicativ
- ✓ Nemulțumit
- ✓ Suportă greu autoritatea părinților
- ✓ Irascibil, greu de controlat, agresiv
- ✓ Vorbește mult la telefon cu prietenii
- ✓ Curios de tot ce îl înconjoară
- ✓ Independent (vrea să ia singur hotărâri)



Vulnerabilități

- ✓ Lipsa de supraveghere a copiilor
- ✓ Comunicarea neadecvată între părinți și copii
- ✓ Lipsa timpului de calitate petrecut cu copilul
- ✓ O insuficientă stabilire a normelor și așteptărilor cu privire la comportamentul copiilor
- ✓ Stilul educativ inconsecvent
- ✓ Conflictele familiale
- ✓ Atitudinile și comportamente familiale favorabile consumului de tutun, alcool și/sau inclusiv droguri

Protecția începe cu educația din familie

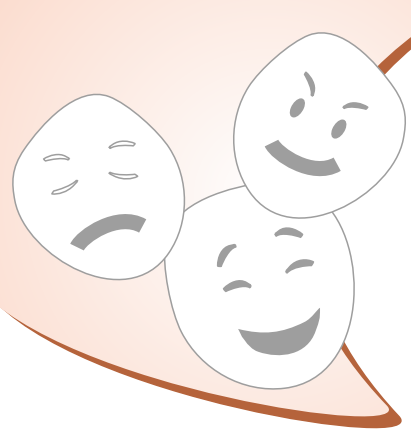
✓ În cultura noastră socială drogurile au devenit o realitate, iar majoritatea adolescenților se vor confrunta cu întrebarea:

„Să încerc sau să nu încerc?”

✓ Nu vă puteți proteja îndeajuns copiii de tentația drogurilor prin măsuri restrictive, însă ceea ce puteți face este să-i pregătiți pentru viață în așa fel încât să spună:

„Nu mă interesează și nu vreau!”





Cum dezvoltăm abilitățile emoționale

- ✓ Utilizează mesajele formulate la persoana I, pentru exprimarea propriilor păreri, emoții, dorințe (ex.: în loc de „m-ai supărat” puteți spune „mă supăra faptul că nu îmi răspunzi atunci când te strig”)
- ✓ Oferă copiilor contexte în care să ia singuri decizii
- ✓ Rezolvă probleme împreună cu copilul, cu atenție la ceea ce simte și gândește; găsește împreună cu copilul alternative de rezolvare a problemelor
- ✓ Aplică regulile consecvent
- ✓ Încurajează copilul să analizeze critic o situație și să anticipeze consecințele propriilor sale comportamente
- ✓ Vorbește deschis cu adolescentul
- ✓ Întărește permanent comportamentele dezirabile ale adolescentului

- ✓ Oferă copilului sprijinul necesar pentru învățarea abilităților sociale
- ✓ Ghidează verbal comportamentul copilului, în anumite situații sociale și oferă timp copilului să exerseze până la achiziționarea abilității respective
- ✓ Întărește permanent și constant comportamentele pozitive ale copilului
- ✓ Oferă copilului un model de comportament pe care să-l poată observa și apoi imita
- ✓ Păstrează în permanență contact vizual cu copilul atunci când discuți cu el cerându-i și lui să facă acest lucru.





Ce este dependența și cum poate fi abordată?

✓ **DEPENDENȚA** este o dorință puternică de a consuma un drog în ciuda consecințelor adverse pe care le produce.

✓ „Dependența este o problemă, dar nu este, de fapt, **PROBLEMA**”.

✓ Ceea ce trebuie să știm dacă vrem să înțelegem dependența copilului este **<de ce?>**

✓ Pentru a afla răspunsul la întrebarea care este problema și de ce a apărut, trebuie apelat la specialiști:

- medici,
- psihologi,
- asistenți sociali.

Testimonial - importanța comunicării

“ Prima dată când am aflat că fiul meu se droghează am fost șocat, pentru că aveam o relație bună, eram apropiați.

Am fost îngrijorat și am privit situația ca pe o ocazie de a începe o discuție...sau mai bine zis să nu mă opresc să discut, pentru că noi obișnuiam să vorbim despre multe lucruri înainte.”





Ce să faci pentru a preveni consumul de droguri?

- ✓ Informează-te și vorbește cu copilului tău despre consumul de droguri.
- ✓ Află preocupările și activitățile de interes ale copilului.
- ✓ Cunoaște prietenii copilului tău. Ține legătura cu părinții acestora. Fii atent la schimbările de stare și comportament.
- ✓ Interesează-te de rezultatele și comportamentul copilului tău la școală și Ține legătura în permanență cu profesorul diriginte.
- ✓ Stimulează implicarea copilului în activități de petrecere sănătoasă a timpului liber (sport, artă, voluntariat etc).
- ✓ Stabilește un climat familial de apreciere și securitate afectivă.
- ✓ Sprijină copilul să dezvolte competențe de comunicare și relaționare cu alte persoane, în special cu cei de vârsta lui.
- ✓ Învăță copilul cum să ia decizii și cum să facă față presiunii grupului.

Cum poți să știi dacă copilul consumă droguri?

Fii atent la anumite ”semnale”!

- ✓ Schimbări bruște ale comportamentului și a cercului de prieteni;
- ✓ Modificări ale rezultatelor școlare/abandon școlar;
- ✓ Scăderea interesului pentru activitățile favorite;
- ✓ Probleme de sănătate, alimentație și de somn;
- ✓ Deteriorarea relației cu membrii familiei;
- ✓ Lipsa de sinceritate și tendința de izolare, ostilitate;
- ✓ Disparația de obiecte din casă sau nevoia continuă de bani suplimentari;
- ✓ Ochi roșii, pupile dilatate sau îngustate;
- ✓ Miros de alcool sau tutun sau miros strident a parfum sau deodorant;
- ✓ Are multe secrete, își încuie dulapurile, biroul, ușa;
- ✓ Are în camera lui: foițe de țigară, pipete, ace, linguri cu coada întoarsă, brichete, pipe etc.



Testimonial - acceptarea

“Ce aş vrea să le spun părinţilor care suspectează sau au descoperit că au un copil care consumă droguri este **SĂ ACCEPTE** acest lucru.

*Cel mai rău lucru pe care îl pot face este **SĂ NEGE** sau să înceapă **SĂ SPUNĂ**:*

- ✓ “Of, prietenii l-au adus în starea asta!”
- ✓ “Of, ăsta nu este copilul meu!”

Acesta este cel mai rău lucru pe care îl poţi face ca părinte.”

Testimonial - importanţa acţiunii

“Când am aflat că fiul meu este dependent, primul meu gând a fost „Ce vor crede ceilalţi despre mine dacă vor afla?”

Mi-a fost ruşine, aşa că am refuzat să consider că există o problemă şi nu am căutat sprijin. Iar când fiul meu a devenit major, nu am mai putut face nimic.

Dacă aş fi ştiut atunci ceea ce ştiu acum, aş fi apelat la specialişti de la bun început.”





Ce să faci în cazul în care copilul consumă droguri

- ✓ Acționează imediat, nu aștepta să se rezolve de la sine.
- ✓ Începe să comunici calm despre problemele pe care copilul le are.
- ✓ Stabilește limite, reguli, consecințe și un plan comun de urmat.
- ✓ Cere ajutor specializat (asistență medicală, consiliere psihologică, asistență socială și juridică).
- ✓ ***În cazul unor situații de supradoză sau urgență medicală apelați numărul unic de urgență 112.***

Mod prezentare droguri ilegale

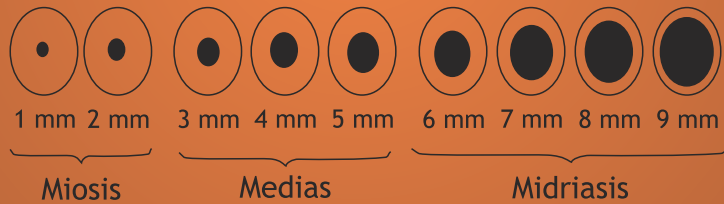
CANABIS



Mod prezentare droguri

ECSTASY (MDMA)

Semne ale consumului

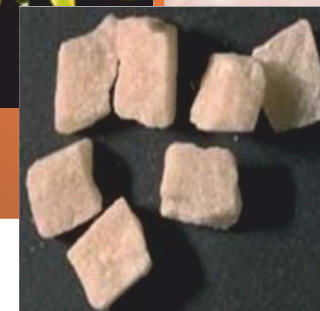


Mod prezentare droguri

LSD



COCAINA



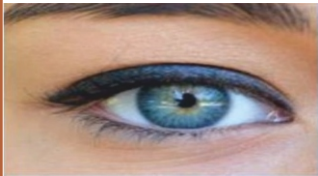
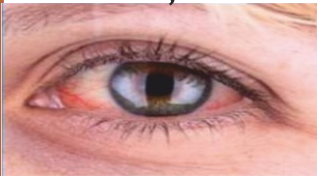
Mod prezentare droguri NOI SUBSTANȚE PSIHOACTIVE (ŊSP)



HEROINA



SEMNELE CONSUMULUI DE DROGURI

Pupile contractate	Ochi roșii	Pupile dilatate
		
Herionă Morfină Oxicodeină Fentanyl Metadonă Codeină Hydrocodone	Marihuana Cocaină sau Crack Benzodiazepină (i.e. Xanax) Depresive (i.e. Alcool sau Sedative)	Amfetamine Metaamfitamine Cocaină sau Crack Halucinogene (i.e. LSD sau ciuperci) Opiacee (analgezice pe bază de rețetă) Herionă Marihuana Speed

