



Stärkung der Erziehungskompetenz

# Вредные привычки

## Familienzentrum Rietberg

Wiedenbrücker Straße 36  
33397 Rietberg

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr  
Donnerstag auch 14.00 bis 18.00 Uhr

## So erreichen Sie uns

Katharina Kneuper 05244 / 986-316  
[katharina.kneuper@stadt-rietberg.de](mailto:katharina.kneuper@stadt-rietberg.de)

Martin Hillemeier 05244 / 986-308  
[martin.hillemeier@stadt-rietberg.de](mailto:martin.hillemeier@stadt-rietberg.de)

oder: [familienzentrum@stadt-rietberg.de](mailto:familienzentrum@stadt-rietberg.de) FAX 05244 / 986-318

Informationen für Familien finden Sie unter  
[www.familienzentrum.rietberg.de](http://www.familienzentrum.rietberg.de)



Dieser Handzettel wurde erstellt in Anlehnung an einen Flyer im Lokalen Bündnis für Familie Marzahn-Hellersdorf von Berlin (AG Interinstitutionelles Projekt zur Stärkung der Erziehungskompetenz) [www.ipse-mh.blogspot.de](http://www.ipse-mh.blogspot.de) .

**Rietberg**

## Что такое вредные привычки

Вредные привычки – это болезненная и вынужденная зависимость от потребления определенных веществ (например, алкоголь, никотин) или определенных форм поведения (например, азартные игры, страсть к покупкам, страсть к телевизору). Налицо желание постоянно принимать такие вещества или постоянно повторять формы поведения для получения определенного удовольствия или подавления чувства неудовлетворенности.

Мы различаем между душевной (психической) и телесной (физической) зависимостью.

Молодежь находится в поисках своего места в мире.

Типичным для подростков поведением является проверка границ возможного. Как в отношении себя, так и в отношении старших. При этом важную роль играет обхождение как с разрешенными, так и запрещенными наркотическими веществами.

Большинство подростков пробуют наркотики и делают свои собственные выводы. Подавляющее большинство из них перестает принимать наркотики или принимает их только изредка, что можно считать не так опасным для здоровья.

Только крайне малая часть подростков вырабатывает у себя настоящую зависимость!

При формировании собственной идентичности молодые люди сталкиваются с множеством сложных и комплексных вопросов:



## Воспитание как „дружеское сопровождение“

Нет рецепта воспитания, который мог бы надежно защитить детей от опасности наркомании в будущем. Но существует руководство, следуя которому родители могут «дружески сопровождать» детей, что означает несколько иное чем «воспитывать».

Сопровождать значит «оказывать поддержку». Ребенок только тогда получит собственное представление о песке, когда попробует его на вкус, а не тогда, когда ему говорят, что песок не вкусен.

Сопровождать значит «интересоваться на расстоянии». Уважать тайны детей, не вмешиваться во все – это не равнодушие, а заинтересованность в их самостоятельности.

Сопровождать значит любить детей и тогда, когда мы внутри против того, как они себя ведут, например, если они грубы и агрессивны.

Сопровождение включает в себя противоречие. Нужно не «слепо любить», а принимать детей всерьез. А это происходит, например, когда им возражают или определяют границы их поведения.

Сопровождение связано с сочувствием и заботой. Важно давать ребенку возможность самостоятельного досуга, хотя это и бывает чревато неприятностями или разочарованиями. Многие родители хотели бы уберечь детей от вредных влияний. (по брошюре: Herrath/Sielert in „Lisa & Jan - Elterninformation“, Beltz-Verlag)

Характерные признаки возможного принятия наркотиков (Внимание: не забудьте о том, что некоторые признаки могут быть обусловлены переходным возрастом или другими проблемами!)

- Изменение личности
- Быстрая смена настроения
- Потеря чувства реальности
- Импульсивное поведение
- Снижение концентрации
- Огульные обвинения
- Высокая потребность в деньгах
- Обман, шантаж, угрозы
- Пропуски в школе
- Смена компании
- Неопрятность
- Состояния страха
- Повышенная потливость

Критерии медицинской диагностики наркозависимости в зависимости от наркотика (согласно DSM IV = Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition):

1. наличие абстинентных синдромов в периоды без употребления наркотиков
2. часто увеличение количества принятых наркотиков, чем предполагалось
3. желание ограничить или прекратить прием наркотиков
4. большие затраты времени на поиск наркотиков
5. ограничение профессиональной активности и досуга
6. продолжение употребления несмотря на постоянные рецидивы в плане социальных, психических и физических проблем