

Какими мы хотим видеть своих детей?

Задав такой вопрос любому из родителей, наверняка можно услышать в ответ: здоровыми, добрыми, честными, уверенными в себе.

Естественно, мы хотим помочь нашим детям избежать болезней, неприятностей, найти свое место в жизни. Но всегда ли это у нас получается?

В последнее время все большую опасность представляет детская и подростковая наркомания. Трудно вообразить себе родителей, которых бы не ужаснула перспектива видеть своего ребенка наркоманом.

Причем, многие подростки, употребляющие наркотики, живут в семьях, которые принято называть благополучными.

Конечно родителей, чьи дети приближаются к подростковому возрасту, не может не волновать эта проблема: ведь ни один ребенок не застрахован от пагубного пристрастия.

Помочь детям избежать страшной зависимости могут взрослые люди, которые их любят и желают добра. В первую очередь, РОДИТЕЛИ!

Но, если вдруг вы все-таки подозреваете, что ваш сын или дочь начали употреблять наркотики, не пытайтесь убедить себя, что это не так.

Обратите внимание на следующие признаки, которые могут говорить об употреблении наркотиков или других токсических веществ.

1. ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ:

- состояние вялости, заторможенности или возбуждения;
- речь быстрая, смазанная, непонятная;
- маскообразное, одутловатое лицо или, наоборот, оживление мимики;
- резкие смены настроения, вспышки враждебности, раздражительности без понятной причины;
- провалы памяти, неспособность логически мыслить, объяснять свои поступки и их причины;

- бессонница, быстрая утомляемость, сменяемая необычной энергичностью;
 - неуверенная, шатающаяся походка, неточные, порывистые движения;
 - бледный цвет лица, круги под глазами, может быть покраснение лица, сальный налет;
 - чрезмерно суженные или расширенные зрачки;
 - следы уколов на руках;
 - частый насморк (течет из носа);
 - специфический запах изо рта, одежды;
 - неопрятность, неряшливость.
- #### **2. ИЗМЕНЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ:**
- равнодушие, утрата интересов к прежним увлечениям, прогулы в школе;
 - отход от прежних друзей, потеря контакта с родителями;
 - скрытность, уединенность;
 - уход из дома;
 - нарастающая лживость;
 - потеря энтузиазма, безразличие, безынициативность;

- убежденное отстаивание свободы употреблять наркотики;
- постоянный поиск денег, кражи;
- изменение аппетита (его отсутствие, вспышки прожорливости);
- позитивные высказывания о наркотиках;
- специфический жаргон (травка, ширево, приход и т.д.);
- обнаружение у подростка предметов, сопутствующих употреблению наркотиков (самокрутки, таблетки, ампулы, сухие листья, похожие на пластилин, комочки с сильным запахом, клей, шприцы, иглы).

*Каждый из этих признаков по отдельности ничего не значит, но наличие 4-5 признаков может навести на подозрение относительно употребления подростком наркотиков или других психоактивных веществ, но если сходятся 9-10 признаков – **ВЫ ДОЛЖНЫ БИТЬ ТРЕВОГУ!***

ПОМНИТЕ! Даже если ваш ребенок еще не употребляет, наркотики, замеченные вами изменения поведения и т.д. указывают на то, что в жизни вашего ребенка не все благополучно.

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

- Постарайтесь тактично поговорить с сыном или дочерью. Не ругайте, не угрожайте. Узнайте, как ваш ребенок относится к проблеме.
- Постарайтесь выяснить, какую помощь вы сможете ему оказать. Главное – уделяйте больше времени и внимания, старайтесь больше слушать.
- При подозрении на употребление наркотиков принимайте срочные меры. Обращайтесь только к специалистам государственных учреждений – врачам наркологам, психологам. Не считайте, что вы можете испортить жизнь своему ребенку, обратившись к врачу.
- Помните, чем раньше вы обратитесь за помощью, тем больше шансов на то, что помощь будет эффективной.



**"ВНИМАНИЕ -
наркомания!"**

Памятка для родителей

