

Памятка для родителей от психолога
«Защитим наших детей от беды»

Наркомания - это болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотиков и проявляющаяся психической и физической зависимостью от этих веществ.

**ПОЧЕМУ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ НАЧИНАЮТ УПОТРЕБЛЯТЬ
НАРКОТИКИ?**

Если вы разберетесь в причинах, по которым начинают употреблять наркотики, вам будет гораздо легче разговаривать с вашим ребенком на эту тему. Вот что чаще всего говорят сами дети и подростки по этому поводу:

«Я начал употреблять:

- ✓ чтобы выразить свое сопротивление чему-либо или чтобы шокировать учителей, родителей, приятелей;
- ✓ чтобы почувствовать себя своим среди друзей;
- ✓ потому что мне нравится рисковать;
- ✓ потому что это увлекательно;
- ✓ потому что я этого просто хочу;
- ✓ это часть времяпрепровождения (употреблять наркотики можно на дискотеке или на вечеринке);
- ✓ потому что при этом я чувствую себя совсем взрослым;
- ✓ это способ уйти от проблем в школе, с друзьями, с родителями;
- ✓ потому что мне просто скучно;
- ✓ потому что это делают все, с кем я общаюсь;
- ✓ за один раз ведь ничего не случится!»

Какие дети подвержены употреблению наркотиков?

Самый простой ответ - ВСЕ. Любой ребенок может попасть под соблазн попробовать наркотики, независимо от того, в каком районе он живет, в какой класс ходит, насколько он умен.

Предложение «попробовать это» может произойти где угодно - на вечеринке или школьном дворе - и исходить от кого угодно - незнакомца подозрительной внешности или лучшей подруги.

**Если ЭТО произошло... ЕСЛИ ВЫ ПОДОЗРЕВАЕТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК
УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ:**

- ✓ разберитесь в ситуации, не паникуйте;
- ✓ не угрожайте и не наказывайте его;
- ✓ проявите внимание и заботу!

**Семь возможных симптомов,
позволяющих думать о злоупотреблении наркотиками
или токсическими веществами:**

1. Прогулы в школе, снижение успеваемости.
2. Изменение внешнего облика: неряшливость, неопрятность, бледность, похудание, землистый цвет лица, гнойничковые поражения кожи.
3. Внезапные колебания настроения, изменение отношения к окружающим, раздражительность, замкнутость, агрессивность.
4. Избегание контактов в семье, уход в себя.
5. Стремление уйти от дел, требующих ответственности, умственного напряжения.
6. Несвойственное ранее для человека поведение, цинизм.
7. Снижение реакции на внешние стимулы; поверхностность и сужение круга интересов, переоценка социальных ценностей.

Помогите уберечь Вашего ребенка от употребления наркотиков!

Если Вы не поговорите со своим ребенком о наркотиках, это сделает кто-то другой...

Существуют различные пути влияния на отношение детей к наркотикам.

Главное, ребенок должен знать, что Вы всегда открыты для разговора с ним, Вы всегда готовы его выслушать и утешить.

Будьте тверды и убедительны, заботливы, но не одобрительны!

Не теряйте головы! Сделать можно многое! Очень многое!

Не стоит разбираться кто виноват! Подумайте лучше, как Вы можете помочь Вашему ребенку!