

**От чего зависит, станет ли ваш ребёнок пробовать наркотики и станет ли он наркоманом?**

*Если ребёнок комфортно чувствует себя в семье, то он, скорее всего, не станет пробовать наркотики.*

*Если же в трудную минуту ребенку не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может для него стать тем, чего ему не хватает в жизни.*

**В общении с ребёнком есть важные правила, которые помогают родителям устанавливать с детьми отношения взаимного уважения и доверия.**

· **Разговаривайте друг с другом:** если общения не происходит, вы отдаляетесь друг от друга.

· **Умейте выслушать** внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своём.

· **Рассказывайте им о себе.** Пусть ваши дети знают, что вы готовы поделиться с ними, а не уходите в себя.

· **Будьте тверды и последовательны:** не выставляйте условия, которые не можете выполнить. Ребёнок должен знать, чего от вас ожидать.

· **Будьте рядом:** важно, чтобы дети понимали, что дверь к вам открыта и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.

· **Старайтесь всё делать вместе,** планировать общие интересные дела: нужно как можно активнее развивать интересы ребёнка, чтобы дать ему альтернативу, если ему вдруг предстоит делать выбор, где одним из предложенных вариантов будет наркотик.

· **Общайтесь с его друзьями:** подросток часто ведёт себя тем или иным образом, находясь под влиянием окружения.

· **Показывайте пример.** Алкоголь, табак, медикаменты – их употребление привычно, хотя может вызвать проблемы (например, алкоголизм). Все эти вещества легальны. Но то, как вы их употребляете, какое место они занимают в вашей жизни, пример для ваших детей.

· **Помните,** что ребёнок нуждается в вашей поддержке: помогите ему поверить в свои силы.

· **Не запугивайте:** они могут перестать вам верить.

#### **ВОТ ГЛАВНОЕ, ЧТО СЛЕДУЕТ ПОНЯТЬ ДЕТЯМ:**

ⓂДля детей наркотики гораздо опаснее, чем для взрослых.

ⓂФизическое привыкание к наркотику у взрослого может развиваться долго, а у ребёнка – в считанные недели.

Ⓜ25% закуривших в детском возрасте сохраняют эту привычку и 20 лет спустя. А от 85% до 95% наркозависимых – страстные курильщики.

ⓂЛюди, не начавшие курить в раннем возрасте, могут не закурить никогда.

ⓂЕсть люди, наркотическая зависимость у которых проявляется быстро и в особо тяжёлых формах.

ⓂЕсть один способ не попасть в зависимость от наркотиков – это никогда их не пробовать.

*Что должен знать ребенок о наркомании в каждом возрасте?*

#### **От детского сада до третьего класса**

**Ребёнок в этом возрасте должен знать:**

\* что существуют наркотики и какой вред они могут принести;

\* правила, существующие дома и в школе по отношению к наркотикам;

\* почему так важна осторожность при виде незнакомых (и, возможно, опасных) лекарств и других препаратов.

#### **4-6 классы**

**К концу шестого класса дети должны:**

\* знать, что существуют наркотики короткого и длительного действия и понимать, к каким последствиям ведёт их употребление;

\* уметь объяснить, почему они не хотят употреблять наркотики;

\* уметь предлагать друзьям другую форму общения, избегать компаний, в которых «балуются» наркотиками.

#### **7-9 классы**

**К концу девятого класса ребёнок должен знать:**

\* стадии наркотической зависимости;

\* влияние наркотиков на двигательные реакции человека, его координацию, в связи с чем становятся возможными занятия спортом, вождение машины.

#### **Выпускные классы.**

**К концу школы дети должны:**

\* знать о возможности трагического исхода от приёма комбинированных наркотиков;

\* понимать, что многие тяжёлые заболевания напрямую связаны с наркоманией;

\* знать о пагубном влиянии наркотиков на развитие плода и течение беременности;

\* понимать, что наркотическое состояние ведёт к совершению преступлений, к дорожно-транспортным происшествиям и т.п.;

--	--	--

## **Как узнать употребляет ли ребёнок наркотики**

### **Скрытность.**

Самоизоляция в семье: ребёнок избегает родителей, по телефону отвечает уткой.

### **Учёба и увлечения.**

Резкое снижение успеваемости и интереса к учёбе, прогулы занятий, потеря интереса к привычным увлечениям.

### **Изменения в поведении.**

Нарастающая хитрость, изворотливость и лживость, потеря энтузиазма, безразличие к делам.

### **Деньги.**

Увеличиваются финансовые запросы, пропажа из дома денег, ценностей одежды и т.д.

### **Настроение.**

Настроение ребёнка – очень важный признак – часто меняется по непонятным причинам.

### **Внешность.**

Резкое снижение или увеличение аппетита, заметное снижение веса ребёнка, неряшливость, посторонние запахи от волос и одежды, внешний вид нездорового человека: бледность, отёчность кистей рук, покраснение глазных яблок, коричневый налёт на языке. Наконец вы можете заметить следы инъекций по ходу вен на руках.

### **Общение**

Подросток изменяет круг своего общения, разговоры с друзьями ведутся шепотом, не понятными фразами.

### **Личная комната**

Комната часто проветривается, использование освежителей воздуха, духов и т.д. Старается никого не впускать к себе в комнату.

### **Другие признаки.**

Ухудшение памяти и способности к логическому мышлению, чрезмерно расширенные или суженные зрачки

Если у вас возникли подозрения, воспользуйтесь методом экспресс-тестов. Это поможет анонимно выяснить факт употребления наркотиков или снять необоснованные подозрения. О наличии ЭКСПРЕСС-ТЕСТОВ в аптеках можно узнать по телефону справочной аптечной сети  
(0842) 56-31-05

**телефоны,  
которые могут пригодиться**

**Детский нарколог, г.Калуга  
Бул.Шахтеров,8-4842-51-58-79**

**Областной центр медицинской профилактики  
8-4842-55-51-50**

**Телефон доверия управления  
федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков  
8-4842-50-48-00**

**Служба доверия подростков  
8-4842-55-70-57 (работает круглосуточно)**

**МКОУ ДО «Мещовский центр диагностики и консультирования»**

**Мы обращаемся к тем, кого называют великим словом РОДИТЕЛИ.**

*Вы дали жизнь вашему ребёнку.  
А сегодня, возможно, в недоумении стоите перед вопросами:  
«Почему мы с сыном (дочерью) чужие?  
«Что с ним (с ней) происходит?»  
«Почему мы не понимаем друг друга?»  
И самый мучительный вопрос: «Что делать?»*



г.Мещовск ул.Чернышевского 19  
Сайт: [meschovsk\\_mcdk.kaluga.ru](http://meschovsk_mcdk.kaluga.ru)  
e-mail: [mcdk\\_meschovsk@mail.ru](mailto:mcdk_meschovsk@mail.ru)