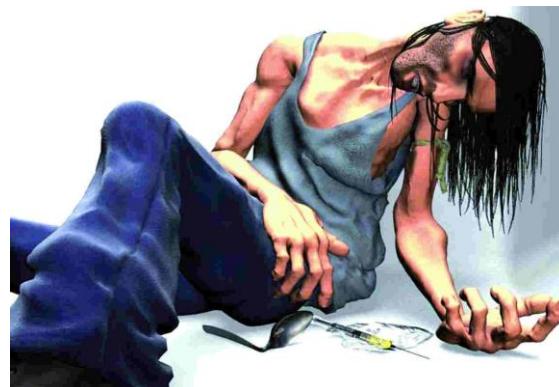


**Государственное учреждение образования  
«Средняя школа №26 г. Могилёва»**

«У КОГО ЕСТЬ ЗДОРОВЬЕ,  
У ТОГО ЕСТЬ НАДЕЖДА.  
У КОГО ЕСТЬ НАДЕЖДА,  
У ТОГО ЕСТЬ ВСЁ».

ВОСТОЧНАЯ МУДРОСТЬ

# **НАРКОТИК!**



**СТОИТ ЛИ  
ЕМУ  
ДОВЕРЯТЬ?**

**ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Наркомания** – это заболевание, возникающее в результате применения наркотиков. Оно характеризуется формированием зависимости от наркотика, что проявляется в необходимости его постоянного приема, стремлении к постоянному увеличению дозы, приводит к постепенной психической и физической деградации личности.

### **КАК УЗНАТЬ, УПОТРЕБЛЯЕТ ЛИ РЕБЕНОК НАРКОТИКИ**

*Как правило, о том, что дети начали употреблять наркотики, родители узнают последними. Можно ли своевременно распознать возникшую проблему?*

Насторожить должны бледность кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, частые простуды, плохая координация движений, отечность кистей рук, коричневый налет на языке, расширение кровеносных сосудов под ноздрями.

В дальнейшем развиваются так называемые **поведенческие признаки**:

- **внезапные беспричинные перемены настроения**, заметное изменение характера: немотивированная раздражительность, вспышки гнева, нарастающая хитрость, изворотливость и лживость;
- **изменение режима дня** (ребенок может спать целыми днями, а затем наступают длительные периоды бодрствования);
- **появление скрытности в поведении**. Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье;
- **потеря интереса к учебе, семейным делам**, прежним интересам и увлечениям;
- **выпадение из семейной жизни** – отказ есть со всей семьей, участвовать в празднествах или как-то приспособливаться к семейной жизни;
- **пропуски занятий в школе**, резкое снижение успеваемости и интереса к учебе;
- **возвращение домой в состоянии легкого опьянения без запаха алкоголя** (координация движений нарушена, подросток старается не попадаться родителям на глаза и быстро лечь спать);
- **исчезновение из дома денег** или ценностей, участившееся выпрашивание денег у родственников; наличие значительных денежных сумм без объяснения причины их появления;
- **изменение круга друзей**, стиля одежды, появление специфических жаргонных слов;
- **чрезмерная концентрация на себе** – пытается все делать по-своему.
- **отсутствие самодисциплины** – неспособность следовать правилам, выполнять обязанности по дому и домашние задания, соблюдать договоренности и обязательства;
- **внезапная потеря или прибавка в весе**;
- **хроническое состояние утомления** или усталости;
- **“Пляшущий” почерк, заикание, трепет рук**;

- **появление высказываний о бессмыслиности и тягости жизни;**
- **общие психические изменения:** ухудшение памяти и способности к логическому мышлению, неправдоподобные и нелепые объяснения своих поступков и их причин.

Достоверными признаками употребления наркотиков являются следы от уколов, порезы, синяки; наличие у ребенка свернутых в трубочку бумажек и фольги; маленьких ложечек, капсул, бутылочек, игл и шприцев, таблеток, порошков.

**Стоит ли напрямую говорить с ребенком о ваших сомнениях или подозрениях?**

#### **МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА:**

Спрашивайте напрямую и досконально о всех непонятных и беспокоящих вас поступках и словах вашего ребенка. Сегодня наркотики распространены слишком широко, чтобы успокаивать себя соображениями вроде «у всех так бывает» и «могут же быть тайны у человека». Наркотики продаются и даже раздаются бесплатно в школах, и полностью исключить, что ребенок не вступит в контакт с ними, невозможно.

### **ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?**

На этот вопрос нет однозначного ответа. Однако можно сказать, почему, миновав стадию экспериментирования, ребенок продолжает употреблять наркотики.

За употреблением наркотиков часто скрывается проходящая незамеченной подростковая депрессия. В семье, в которой вырос подросток, возможно, были проблемы во взаимоотношениях родителей или проблемы, связанные с употреблением наркотиков или алкоголя. Может быть, ребенок переживает глубокое горе после развода или смерти в семье. Возможно, у родителей существуют нереалистические ожидания или завышенные требования, которым ребенок не может соответствовать. Иногда, как бывает и со взрослыми, из-за неспособности вынести атмосферу, царящую в семье, и справиться со стрессом подросток с низкой самооценкой может начать употреблять наркотики.

### **ЧТО ДЕЛАТЬ?**

Во-первых, **научитесь распознавать симптомы употребления наркотиков.**

Во-вторых, **руководствуйтесь своей интуицией.** Если у вас возникло чувство, что ребенок время от времени пробует наркотики, это может оказаться правдой. Проверьте, нет ли наркотиков в его комнате. Не бойтесь того, что вы внедряетесь в его личную жизнь. Вы делаете это из желания спасти своего ребенка от горя, болезни, а возможно, и смерти.

#### **На ранних стадиях:**

**Поговорите с ребенком о своем отношении к наркотикам** по-дружески. Не обвиняйте его. Спокойно объясните, почему вы против

наркотиков. Скажите также, что в вашей семье употребление наркотиков запрещено и что вы намерены строго следить за соблюдением этого правила.

**Убедитесь в том, что ребенок понимает, что главная причина вашего сопротивления наркотикам – его безопасность и здоровье.** Скажите ребенку, что в вашей семье каждого ценят и любят. Не читайте нотаций. Не говорите, что употребление наркотиков греховно, неприлично или стыдно. Простая беседа, в которой вы ясно скажете ребенку, чего вы от него ожидаете, может оказаться очень полезной и эффективной, если отношения в семье теплые.

### **Если вы уверены в том, что ребенок употребляет наркотики:**

**Серьезно побеседуйте с ним.** Дождитесь того момента, когда ребенок будет трезвым. **Избегайте крика, бурного реагирования, морализаторства.** **Не извиняйтесь** за то, что вы обыскали его комнату или за то, что вы его обвиняете. Не торгуйтесь с ним и не старайтесь его подкупить. Будьте конкретны в своих обвинениях. Сообщите обо всех имеющихся у вас доказательствах.

Затем следует установить “комендантский час”, рассказать ребенку все, что вам известно о наркотиках, и отменить прежние привилегии. **Ограничите сумму наличных денег у ребенка.**

Помните, что вы, родители, должны поддерживать друг друга во всех дисциплинарных вопросах, не позволяя ребенку манипулировать ситуацией, натравливать вас друг на друга.

### **Обратитесь за медицинской помощью!**

### **КАК ВОСПИТАТЬ НЕНАРКОМАНА**

Что делать, чтобы ребенок не заболел наркоманией? На самом деле, вряд ли можно предложить готовый ответ.

По крайней мере,

- 1) не злоупотребляйте алкоголем и не употребляйте наркотики сами;
- 2) не забывайте, что его главные потребности (не менее пищи, сна и одежды) – ваше внимание и участие, а также возможность проявить себя в полезных делах ради вашего одобрения;
- 3) постараитесь внушить ребенку, что не все его желания будут немедленно удовлетворяться, что для их осуществления необходимо приложить труд. Он должен нести определенную ответственность в семье и перед друзьями.

### **РОДИТЕЛИ!**

Попробуйте воспитать ребенка закаленным, решительным, мужественным, ответственным, честным, трудолюбивым, образованным, человечным. Вряд ли такой станет наркоманом. Задача, конечно, не из легких, но...

**Помните!** Вы можете уберечь своих детей от употребления наркотиков, включившись в решение проблемы на ранней стадии. Ни школа, ни милиция, ни врачи не имеют такого влияния на ребенка, какое имеют родители.