

Общие признаки употребления наркотиков:

- бледность кожи;
- расширенные или суженные зрачки;
- покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная речь;
- плохая координация движения;

Поведенческие признаки:

- _ увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;*
- _ уходы из дома и трудности в школе;*
- _ трудность сосредоточения, плохая память;*
- _ неадекватная реакция на критику;*
- _ частая и неожиданная смена настроения;*
- _ необычные просьбы дать денег;*
- _ появление новых подозрительных друзей;*
- _ хронический кашель;*
- _ потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное поедание пищи.*

Признаки-улики

- следы от уколов;
- синяки;
- порезы;
- свернутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки, пузырьки

Наркозависимость выражается также:

- в нарушении сна;
- мышечных и суставных болях;
- нестабильном артериальном давлении;
- сухости во рту;

- снижении половой потенции;
- похудении;
- нарушении защитных сил организма.

Что делать если это произошло и Ваш ребенок употребляет наркотики?

-постарайтесь выяснить все о приеме наркотиков Вашим ребенком: что и сколько принимал, как часто, степень тяги, осознание или нет опасности;

-все о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в употребление.

-обратиться в ближайший кризисный центр;

-ни в коем случае не ругайте, не бейте, не угрожайте!

- ❖ Беда, которая стала горем для Вас и Вашей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, если Вы отнесетесь к ней вдумчиво и спокойно, так же как Вы относились раньше к другим опасностям.
- ❖ Меньше говорите- больше делайте. Беседы, которые носят нравоучительный характер быстро становятся для него привычными и вырабатывают безразличие к своему поведению.
- ❖ Не допускайте самолечения! Категорически сопротивляйтесь, если подросток использует для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.
- ❖ Не усугубляйте ситуацию криками и угрозами. Берегите собственные силы, они Вам еще понадобятся. Тем более, что всплеском эмоций добиться что- то будет сложно. Представьте себе, как бы Вы себя вели, если бы ваш ребенок заболел тяжелой болезнью. В этой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его. Не считайте, что дочь или сын стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если состояние ребенка доказывает, что он принимает наркотики постоянно – пришло время решительных действий.

Некоторые правила позволяющие предотвратить употребление наркотических и психоактивных веществ ребенком.

1.Общайтесь друг с другом.

Общение –человеческая потребность. Как и при любой болезни можно предотвратить употребление ребенком табака, алкоголя, наркотиков. Конечно, не все из перечисленных мер, но в совокупности они дают реальный положительный результат.

особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставит обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют ВАШЕМУ ребенку? Помните об этом и старайтесь быть инициатором открытого и откровенного общения со своим ребенком.

2.Выслушивайте друг друга. Умение слушать не так легко, как может показаться со стороны.

Умение слушать означает:

- Быть внимательным к ребенку.
- Уделять внимание взглядам, чувствам ребенка, не споря с ним.
- Выслушивать его точку зрения.

Не надо настаивать, что бы ребенок выслушивал и принимал Ваше представление о чем-то. Важно знать, чем именно занят Ваш ребенок. Иногда, внешнее отсутствие каких – либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие. Например, подросток ведет себя тихо, не грубит, не пропускает уроков. Ну, а чем он занимается? Ведь употребляющие наркотические вещества и являются «тихими», в отличие от тех, кто употребляет алкоголь. Следите за тем, каким тоном Вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем Ваши слова. Он не должен быть насмешливым или снисходительным. Поощряя ребенка – поддерживайте разговор, демонстрируйте заинтересованность в том , что он Вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или « Расскажи мне об этом...» или «А что ты об этом думаешь?»...

3. Ставьте себя на его место.

Подростку кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что Вы осознаете насколько ему сложно. Договоритесь, что он сможет обратиться к Вам в любой момент, когда это необходимо. Главное, что бы ребенок чувствовал, что Вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку другом, Вы будете самым счастливым родителем!

4.Проводите время вместе.

Очень важно, когда родители умеют заниматься спортом, рисованием или иным способом устраивать совместный с ребенком досуг или Вашу совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, поездка на дачу, или просто совместный просмотр телепередач. Для ребенка важно ИМЕТЬ ИНТЕРЕСЫ, которые будут самыми действенными мерами от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, Вы делаете важный шаг в предупреждение их употребления.

5. Дружите с его друзьями.

Очень часто ребенок пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки Вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того в этом возрасте весьма вероятна тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой. Поэтому так важно в этом возрасте принять участие в организации досуга друзей ребенка. То есть привлечь их к занятиям спортом или творчеством, даже путем внесения денежной платы за этих ребят, если они из малообеспеченных семей. Таким образом вы окажете поддержку не только другим детям, но а первую очередь своему ребенку.

6 . Помните, что Ваш ребенок уникален.

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это в свою очередь заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков. Представьте, что будет с вами, если 32 раза в сутки к вам будут обращаться в повелительном тоне, 42 –в увещательном, а 50- в обвинительном? Цифры не преувеличены, таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют шанс стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, указаний, похвал, распоряжений, уговоров, порицаний. Нужен отдых и от каких-либо воздействий и обращений. Нужно время от времени распоряжаться собой полностью, то есть нужна определенная доля свободы. Без нее- задохнется дух.

7. Подавайте пример.

Алкоголь, табак и медицинские препараты используются многими людьми. Конечно, употребление их законно, но здесь важен и родительский пример. Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в «двойной морали». Помните, что ваше употребление разрешенных психоактивных веществ (энергетиков, электронных сигарет и прочего), открывают дверь детям и для употребления запрещенных. «Несовершенные» мы не можем вырастить совершенных детей. Ну, не можем и все! И с вами не будет, если вы стремитесь к идеалу в ребенке, а не в себе.

