

Чтобы не случилось беда...

(памятка для родных и близких)

Общие признаки употребления наркотиков

Внешние признаки:

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



Поведенческие признаки:

- увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
- уходы из дома и прогулы в школе;
- трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;
- неадекватная реакция на критику;
- частая и неожиданная смена настроения;
- необычные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей, одежды и др. вещей;
- частые необъяснимые телефонные звонки;
- появление новых подозрительных друзей;
- потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное потребление пищи;
- хронический кашель.

Признаки – улики:

- следы от уколов, порезы,
- синяки;
- свёрнутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки.

Что необходимо делать родителям:

1. Содействовать укреплению чувства собственного достоинства своего ребенка, для этого нужно:
 - создать в семье атмосферу доверия и безопасности;
 - выработать ясные и справедливые правила, быть последовательными при договоренностях;
 - способствовать инициативе и самостоятельности;
 - искренне заботиться о внутренних чувствах своего ребенка, то есть интересоваться его желаниями и проблемами в школе и на улице, среди ровесников и в компании.
2. Запомнить, что систематические придирки и наказания менее результативны, чем поддержка, похвала и конструктивная критика.

Поступайте со своими детьми так, потому что:

- Низко оценивая себя, они в первую очередь становятся жертвами наркомании.
- Без доверия к близким ребенок не обратится к ним в кризисной ситуации.
- Противоречивые и несправедливые требования способны привести к болезненным ситуациям и подтолкнуть к поискам «обезболивающего».

Полезные ссылки:

www.narkotiki.ru/ty_1945.html - *Детская наркомания (ответы специалиста).*

www.narkotiki.ru/rup.html - *Бесплатная анонимная онлайн - консультация психолога, нарколога. Как лечить наркозависимость. Подростковая наркомания. Основы возрастной психологии.*

www.netnarkoticov.ru/video-materialy.html - *Видеоматериалы о наркомании.*