

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Ваш ребенок вырастет, перед ним много соблазнов, ему могут предложить сигарету, алкоголь, и даже наркотик во дворе, на дискотеке, в гостях у друга и т.п. Вы не в силах исключить возможность этого и всегда должны быть готовы к такому развитию событий. Быть готовым – значит, в случае возникновения таких проблем, спокойно ее проанализировать и грамотно спланировать свои действия.

**Помните! Если отношение к алкоголю, табуку и наркотикам не сформируете вы, то это обязательно сделают сверстники.**

Готовясь к разговору с вашим ребенком на эти темы, очень важно выбрать фундамент, на котором следует построить вашу беседу:

👉 Объясните, что приближаясь к наркотикам, человек утрачивает свою самостоятельность. С этого момента то, что он будет делать, когда и как, - уже в большей степени зависит не от него самого. Он становится заложником и превращается в товар.

👉 Не стоит основывать свою аргументацию на «вреде физическому и психическому здоровью». Подросток не услышит вас, потому что здоровье для большинства из них просто данность.

👉 Бесперспективным будет и ваш тезис «Ну что хорошего в этом, подумаешь удовольствие, тоже мне!» Он очень доступно сможет объяснить, что это такое, но скорее промолчит, чтобы не повергнуть вас в полуобморочное состояние.



## ЧЕГО НЕ ДОЛЖНЫ ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ:

🚫 Считать нормой пьянство, курение или употребление наркотиков.

🚫 Предлагать алкоголь и табак самим.

🚫 Финансировать или давать разрешение на употребление алкоголя и наркотиков.

🚫 Уговаривать, ругать, угрожать.

🚫 Ждать принудительных действий представителей закона, учебного заведения, с места работы которые помогут употребляющему вернуться к нормальной жизни.

🚫 Впадать в уныние, если ваши попытки исправить положение не удались.

🚫 Отчаиваться, решив, что все кончено, помнить, что безнадёжных случаев не бывает.

## КОГДА ПОДРОСТОК ВЫХОДИТ ИЗ ДОМА, РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ:

👉 Знать, куда он пошел.

👉 Сообщить ему, где в это время будете находиться вы, или к кому из близких он может обратиться за помощью.

👉 Назначить время его возвращения домой и требовать отчета, если он опоздал.

👉 Не спать, встретить ребенка, если он вовремя не вернулся домой.

👉 Убедить подростка, что он при необходимости может попросить родителей заехать за ним без лишних вопросов с их стороны.

👉 Быть в контакте с родителями, с детьми которых общается ваш ребенок.

## РОДИТЕЛИ ОБЯЗАНЫ:

- ✓ Узнать о наркотиках как можно больше, изучить сигналы опасности, чтобы знать, какие изменения вызывает употребление наркотиков у человека.
- ✓ Определить свою четкую позицию по отношению к употреблению алкоголя и наркотиков.
- ✓ Стать образцом правильного поведения.
- ✓ Построить доверительные семейные отношения. Установить правила, которым все должны следовать.
- ✓ Воспитывать и формировать в себе и детях ответственность, уважение.

## КАК УСТАНОВИТЬ УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ:

- Исчезновение денег и ценностей из дома.
- Увеличение требуемой суммы денег.
- Необычные, неизвестные Вам и ранее не встречавшиеся порошки, капсулы, таблетки.
- Смятая фольга, иглы, шприцы, закопчённые ложки.
- Неожиданные перемены настроения от активности к пассивности, от радости к унынию, от оживлённого состояния к вялому.
- Необычные реакции: раздражение, агрессивность, вспыльчивость, чрезмерная раскованность.
- Потеря аппетита, снижение веса.
- Потеря интереса к вещам, которые раньше были важны: к хобби, к спорту, к друзьям.
- Резкое изменение круга друзей.
- Некорректные приступы сонливости.
- Проявление скрытности в поведении.
- Лживость, отказ сообщать о своем местонахождении.



## Памятка для родителей

## ЗАЩИТИМ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ

