

**Памятка для родителей
о симптомах и признаках потребления
наркотических средств**

Уважаемые родители!

**Любите своего ребенка безусловной любовью лишь за то,
что он у вас есть и что он с вами. Уважайте и цените своих
детей. Оказывайте им всестороннюю поддержку и
поощряйте инициативу. Будьте терпеливы и
последовательны.**

**И помните, как бы мы не воспитывали
своих детей, они всегда будут похожи на нас!**



Республика Башкортостан
МР Уфимский район
МОБУ лицей с.Булгаково
2020г

Проблема потребления наркотических и психоактивных веществ среди детей и подростков является значимой и представляет серьезную опасность для здоровья подрастающего поколения.



Возраст первого приобщения к наркотику стремительно снижается, вплоть до младшего школьного возраста. Теперь, несовершеннолетние активно втягиваются не только в потребление наркотических средств, но и в распространение их путем «закладок», т.е. оставляя наркотики в общедоступных местах (в подъезде, на клумбах, в водосточных трубах и т.п.). Таким образом, сбыт наркотических средств осуществляется бесконтактным способом, что сложно установить.



Поэтому, уважаемые родители, обратите внимание на переписку Вашего ребенка в социальных сетях, смс — сообщениях, а также на телефонные и Интернет – переговоры.



Если Ваш ребенок:

- стал неряшливым;
- стал скрытным;



- много времени проводит вне дома, при этом не говорит, куда и с кем уходит;
- общается с новыми подозрительными друзьями;



- не ночует дома, несмотря на запрет;
- избегает общения с Вами, грубит;



- без видимых причин агрессивен, раздражителен, враждебно настроен к окружающим



- может сутками не спать, при этом быть в приподнятом настроении;
- потерял аппетит;
- резко похудел;



- говорит на сленге или жаргоне подозрительные слова («марафон», «закинуться», «спайс», «микс», «химия», «соли», «скорость», «порошок», «закладка», «барыга», «фантик», «зип-лок»).
- потерял интерес к учебе и прежним увлечениям;
- с трудом вспоминает или вовсе не помнит, что было накануне;



- теряет чувство реальности, испытывает галлюцинации;



- чрезмерно активен;
- лжет, хитрит, уходит от ответов



- приобретает что-то через Интернет и рассчитывается электронными деньгами;
- просит больше денег на «карманные расходы» или берет их без спроса;
- прячет от Вас необычные вещи (порошки, металлические трубки, сухую траву, пластиковые бутылки с самодельным отверстием и т.п.);
- длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки;

- отрешенный взгляд;



- осанка чаще сутулая;
- невнятная, «растянутая» речь;
- неуклюжие и замедленные движения при отсутствии запаха алкоголя изо рта.

Возможно, смыслом жизни подростка становится поиск и употребление наркотика!

Синтетические наркотики

«Спайсы», «миксы», «скорость» — синтетические, так называемые «дизайнерские наркотики». Это различные курительные смеси, энергетические таблетки, порошки, соли. Данные вещества вызывают сильнейшее привыкание уже после первых проб, разрушительно воздействуют на психику, вызывают чувство тревоги и панического страха, психозы, галлюцинации, агрессию, неврологические расстройства. Все это ведет к необратимым психическим отклонениям и деградации личности.

«Ломка» или абстинентный синдром от синтетических наркотиков проявляется выраженным психофизическим угнетением. Появляется апатия, нервозность, чувство страха, паника, паранойя, немотивированная агрессия, глубокая депрессия, вплоть до попыток суицида.

Помимо этого, возникают боли в груди, затрудненное дыхание, синюшность конечностей, нервные тики, бруксизм (скрежет зубов), тремор конечностей, головные боли, тошнота, рвота, резко возрастает риск возникновения инфаркта миокарда, гипертонического криза.

Смешивание различных синтетических наркотиков между собой, с алкоголем приводит к передозировкам, в т.ч. со смертельным исходом.

Действие синтетических наркотиков способно изменить личность не на время, а навсегда, превратить нормального человека в наркозависимого больного, привести к тяжелой инвалидности.

Если вы подозреваете, что подросток склонен к употреблению наркотиков или употребляет наркотики:

- Не читайте мораль.
- Ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте их.
- Разговаривайте с детьми. Если вы не общаетесь, значит, отдаляетесь друг от друга.



- Умейте слушать – внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своем.



- Рассказывайте им о себе. Пусть ваши дети знают, что вы готовы поделиться с ними, а не уходите в себя.
- неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения;

- Будьте рядом – важно, чтобы подростки понимали, что дверь к вам открыта, и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.



- Будьте тверды и последовательны. Неставляйте условий, которые не можете выполнить. Ребенок должен знать, чего от вас ожидать.
- Старайтесь делать все вместе. Планируйте общие интересные дела. Нужно как можно активнее развивать интересы подростка, чтобы дать им альтернативу, если вдруг им предстоит сделать выбор, где одним из предложенных вариантов будет наркотик.
- Общайтесь с их друзьями. Подросток ведет себя по-другому, находясь под влиянием окружения.
- Не подавляйте волю подростков. Предоставьте им выбор в принятии решения. Давайте им возможность отстаивать свое мнение. Они должны научиться говорить «нет». И вы должны помочь им в этом.
- Помните, что дети нуждаются в вашей поддержке. Помогите поверить им в свои силы.



Факторы, которые удерживают подростков от употребления наркотиков даже в самой неблагоприятной обстановке.

1. Внутренний самоконтроль и целеустремленность подростка.
2. Привязанность к своим близким.



3. Возможность активного участия в значимой деятельности.
4. Успешность в овладении знаниями и умениями



5. Признание и одобрение со стороны окружающих



6. Формирование ценностей, альтернативных наркотику.

Выполнила социальный педагог Баргаева Г.А.