

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут подростки и от которой их невозможно изолировать, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и молодежные тусовки

КАК УБЕРЕЧЬ ПОДРОСТКОВ ОТ ЭТОГО ЗЛА?

ЛУЧШИЙ ПУТЬ – сотрудничество с Вами взрослеющими детьми, учениками.

Вы можете дать им не только знания, но и **ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ**, которые помогут подросткам в опасных стрессовых ситуациях сделать **ВЕРНЫЙ ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР!**

ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМЫ:

- Ваша личная заинтересованность в воспитании подростка как личности;
- Знания и опыт проведения профилактических занятий в школе.

- ✓ Учитесь видеть мир глазами ребенка.
- ✓ Умейте слушать. Поймите – чем живет ребенок, каковы его мысли, чувства.
- ✓ Задавайте вопросы. Дети сами расскажут то, что вы не знаете о них.
- ✓ Представьте ученикам информацию о наркотиках и последствиях их употребления.
- ✓ Учите ребят говорить – «НЕТ». Это поможет противостоять сверстникам, предлагающим наркотик.
- ✓ Учите подростка решать проблемы, а не убегать от них.
- ✓ Повышайте у подростков самооценку.
- ✓ Научите подростков преодолевать стресс.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

- Не отрицайте Ваши подозрения.
- Поговорите с ребенком честно и доверительно.
- Предложите помочь. Будьте откровенны, говорите о Ваших опасениях и переживаниях.
- Важно, чтобы вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как вы сами справляетесь с Вашими зависимостями, пусть даже не такими опасными, как наркотик.
- Учителя должны спокойно и тактично выразить подозрения родителям. Обосновать их, предложить обратиться к специалистам.
- Взрослые должны сами обратиться к специалисту, если необходимы дополнительные консультации.

ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ:

ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ:

- Бледность кожи;
- Расширенные или суженные зрачки;
- Покрасневшие или мутные глаза;
- Замедленная речь;
- Плохая координация движений.

ОЧЕВИДНЫЕ ПРИЗНАКИ:

- Следы от уколов;
- Свернутые в трубочку бумажки, фольга;
- Мелкие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки, неизвестные таблетки, порошки.

ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ:

- Нарастающее безразличие, высказывания о бессмыслицности жизни;
- Уход из дома и прогулы в школе;
- Ухудшение памяти;
- Невозможность сосредоточиться;
- Сонливость на уроках;
- Болезненная реакция на критику, агрессивность;
- Частая и резкая смена настроения;
- Нарастающая скрытность и лживость;
- Неряшливость.

Если Ваши подозрения оправдались, то используйте свой авторитет и всю твердость для того, чтобы подросток согласился пройти обследование на выявление наркотика методом ЭКСПРЕСС-ТЕСТОв, которые позволяет:

АНОНИМНО выявить факт употребления наркотиков или снять необоснованные подозрения;

ДОСТОВЕРНО разрешить неясную ситуацию и ответить на вопрос «Пришла ли беда в ВАШ дом?»;

ПРОСТО и УДОБНО получить результат дома без специальных навыков; начать успешное лечение;

СВОЕВРЕМЕННО осуществить контроль в период реабилитации; ввести в обиход семьи понятия о неизбежности тест-проверки и невозможности скрыть от родителей и близких факт употребления наркотиков

После ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ обратись за консультацией к специалистам: врачу-наркологу, психологу. Расскажи им о своих подозрениях.

АНОНИМНО, БЕСПЛАТНО!