*Что делать*

*если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики*

не впадайте в панику

понаблюдайте внимательно за ним, не демонстрируя чрезмерного подозрения

обсудите свои подозрения с вашим ребенком

во время разговора будьте спокойны, подчеркните, что ваши действия продиктованы любовью и тревогой за него

говорите о его поведении, используя конкретные примеры

разговаривайте только в том случае, если он не находится под влиянием наркотиков

объясните всю опасность пути, на который он встал

не верьте его уверениям, что он сможет справиться с этим без специальной помощи

попытайтесь уговорить его обратиться к специалисту

Если Вы хотите сохранить тепло семейного очага, уберечь ваших детей от наркотической зависимости, но понимаете, что в одиночку Вам не справиться с этой проблемой, обращайтесь к специалистам.

**Руководство для родителей**

**«Спасем детей от наркомании»**

![C:\Documents and Settings\Secretary\Desktop\Картинки Здоровый образ жизни\1aaf359f0b2db8b44854d526b20a53df[1].jpg]()

Любовь к детям и забота о них – первейшая добродетель и главный путь спасения ребенка от наркомании

Реалии времени вынуждают признать – распространение наркотиков становиться угрожающим:

* Официальная статистика регистрирует рост наркомании среди детей и подростков в 5,5 раза за 3 года
* Наркомания помолодела на 3-4 года
* Среди употребляющих наркотики – 13% дети 12-13 лет: 60% - подростки
* Один наркоман за год вовлекает 15-17 человек
* Средняя продолжительность жизни наркомана – 7 лет

 

Жертвами наркомании

могут стать и ваши дети

**Мамы и папы,**

**бабушки и дедушки!**

**Процесс взросления у вашего ребенка может протекать очень болезненно**

Если Вы заметили в его поведении хотя бы 5 из этих признаков, необходима помощь специалиста.

1. Резкие и частые изменения настроения вне зависимости от ситуации.
2. Заторможенность (до сонливого состояния или излишняя бодрость).
3. Нарушение ритма сна и бодрствования (позднее засыпание, позднее пробуждение).
4. Всевозрастающая скрытность.
5. Заметное падение интереса к учебе и прежним увлечениям.
6. Стремление к уединению.
7. Нарастающая потребность в деньгах, исчезновение денег или вещей из дома.
8. Появление новых подозрительных друзей.
9. Нарушение координации и расширенные зрачки.
10. Повышенная агрессивность.

Вы хотите уберечь вашего ребенка от наркотиков?

**Примите во внимание факторы защиты в семье**

1. Родители проводят много времени с детьми.
2. Родители устанавливают доверительные отношения с детьми, умеренно критикуя их, вместо того, чтобы баловать детей или строить отношения авторитарно.
3. Родители поощряют приобретение знания и ценят принципы.
4. Члены семьи заботятся и защищают друг друга, помогают выйти из стрессовых ситуаций.
5. Члены семьи четко видят свое будущее.
6. Семья поддерживает связь с педагогами.
7. Обязанности в семье распределены посильно.