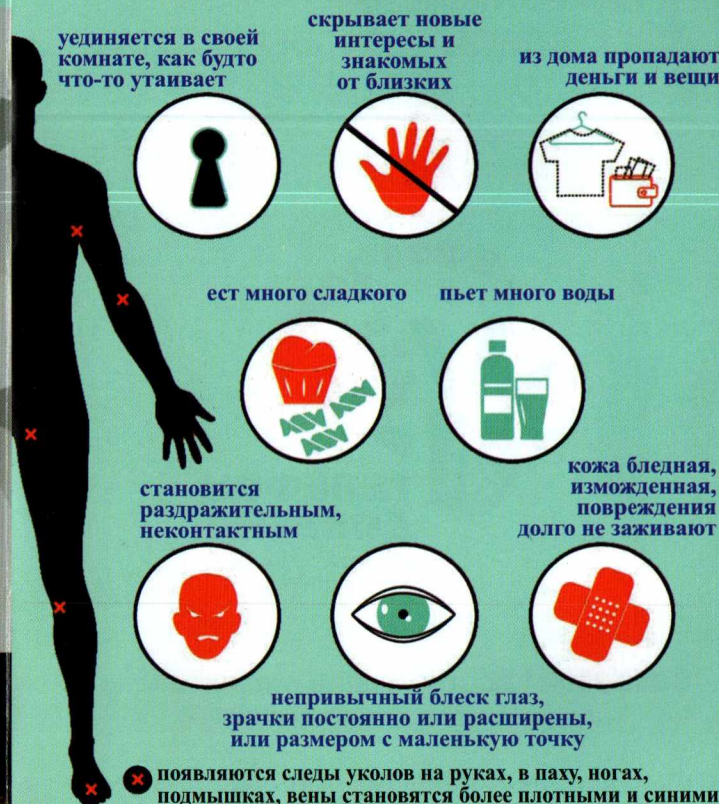


- любопытство, желание войти в группу сверстников, показать свою значимость;
- «за компанию»;
- «на слабо»;
- отсутствие взаимопонимания с родителями;
- уход от реальности;
- способ ухода от проблем;
- низкая самооценка;
- одиночество, скука;
- родители-наркоманы;
- доступность наркотиков;
- привлечение внимания;
- отсутствие здоровых увлечений.



ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ ПОДРОСТКАМИ



- резкое изменение образа жизни;
- отстранение от близких;
- новый круг общения;
- отсутствие хобби, интереса к спорту;
- плохая успеваемость в школе;
- увеличение потребности в деньгах;
- использование ароматических средств в огромных количествах (ладан, благовония, освежители воздуха) или ополаскиватели для ротовой полости, чтобы скрыть запах;
- использование глазных капель;
- внезапные изменения настроения (паранойя, агрессия);
- депрессия или гиперактивность
- на лице постоянная бледность;
- покраснение или мутность белка глаз;
- частый пульс, систематический кашель.

ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ ПОМОЧЬ ЗАВИСИМОМУ СЫНУ (ДОЧЕРИ):

1. Не надо слушать тех, кто говорит: не спеши, все обойдется!
2. Принимайте экстренные меры, времени очень мало. Полумерами не обойтись.
3. Перед вами сейчас совсем другой человек, а не тот прежний, Сережа (Маша...). У него есть болезнь, из-за которой он сейчас способен переступить через многие нормы и правила: обмануть, предать. Помните всегда, что перед вами наркоман - человек больной и не способный на самооценку, самопомощь.
4. Узнайте как можно больше о наркомании и поведении наркоманов.
5. Получите максимум информации по программам реабилитации - оцените результат, а не обещания.
6. Успех зависит от вашей уверенности в себе.
7. Помощь ребенку - это не разовая акция, а большая ежедневная работа на длительный срок.
8. Ответственность за происходящее ложится в первую очередь на родителей - уровень ответственности ребенка пока очень низок, как и у любого зависимого человека.
9. Не все будет гладко, будут подъемы и спады.



КАКИЕ ДЕТИ ПРЕДРАСПОЛОЖЕНЫ К УПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИКОВ?

Любой ребенок может подвергнуться соблазну попробовать наркотик независимо от того, в каком районе он живет, в какой школе учится, в какой семье воспитывается.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СКАЗАТЬ «НЕТ»

Объясните ребенку, что отказывая, важно смотреть собеседнику в глаза. Его голос должен быть твердым и уверенным. Он имеет право принимать решения, говорить «нет» и не чувствовать себя виноватым – просто помогите ему это осознать.

**СКАЖИ
НЕТ**



ПОМНИ: ТЕБЕ ВСЕГДА ГОТОВЫ ПОМОЧЬ



8-800-2000-122 – бесплатный телефон доверия
для детей и подростков, родителей;

[HTTP://TELEFON-DOVERIA.RU](http://TELEFON-DOVERIA.RU) – сайт телефона доверия
Свердловской области;

[HTTPS://VK.COM/TEL88002000122](https://vk.com/TEL88002000122) – группа в контакте;

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/TELEFONDOVERIA88002000122](https://www.facebook.com/TELEFONDOVERIA88002000122) –
группа в фейсбуке;

АНО «Центр социальной адаптации и
реабилитации «Альтернатива»

8-800-333-5-228 – (звонок бесплатный)
8(343)3-228-228; 8-922-188-82-28;

Город Лесной, ФГБУЗ ЦМСЧ № 91 ФМБА России
8(34342) 9-92-16 (добавочный 6) –
кабинет врача-нарколога;

112 – единый номер экстренных служб.

Изготовлено по заказу администрации городского округа «Город Лесной»

SOS: НАРКОМАНИЯ!

Памятка для родителей

ОСОЗНАННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО

