**Как воспитать не наркомана?**

Попробуйте воспитать ребенка закаленным, решительным, мужественным, ответственным, честным, трудолюбивым, образованным, человечным. Вряд ли такой станет наркоманом. Задача, конечно, не из легких. Что делать, чтобы ребенок не заболел наркоманией?

По крайней мере:

1. Не злоупотребляйте алкоголем и не употребляйте наркотики сами;
2. Не забывайте, что главные потребности ребенка (не меньше пищи, сна и одежды) – ваше внимание и участие, а также возможность проявить себя в полезных делах ради вашего одобрения;
3. Постарайтесь внушить ребенку, что не все его желания будут немедленно удовлетворяться, что для их осуществления необходимо приложить труд. Он должен нести определенную ответственность в семье и перед друзьями.

Люди, которые пробуют наркотики из любопытства, но считают для себя невозможным употреблять их, чтобы «расслабиться» или стать более интересными для окружающих, как правило, не становятся наркоманами. Им быстро надоедает состояние опьянения. Если же оно не надоедает, значит, дело было не в любопытстве.

 **Как узнать, употребляет ли ребенок**

 **наркотики?**

Общие для всех наркотиков признаки обращают на себя внимание родителей в первую очередь, хотя часто их расценивают как «вполне нормальные для переходного возраста».

1. Нарастающая скрытность ребенка. Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», когда ребенок уходит из дому в то время, которое раньше проводил в семье и за уроками.
2. Частые просьбы отпустить на ночь из дома либо отсутствие по ночам без объяснения причин.
3. Резкое снижение успеваемости и интереса к учебе.
4. Неспособность внятно ответить на вопрос, что нового было сегодня в школе.
5. Участившиеся прогулы занятий.
6. Потеря интереса к привычным увлечениям – спорту, чтению и т.д.
7. Появление привычки к длительному прослушиванию музыки или внезапная потеря интереса к ней.
8. Нарастающая хитрость, изворотливость и лживость.
9. Повышенная апатия, сменяющаяся необъяснимой активностью.
10. Потеря интереса к противоположному полу.
11. Появление высказываний о бессмысленности и тягости жизни.
12. Серьезное отношение к лозунгам типа «Живи быстро, умри молодым».
13. Интерес к разговорам о наркотиках.
14. Пропажа из дома денег, ценностей, книг, одежды, радиоаппаратуры и т.д.
15. Участившееся выпрашивание денег у родственников.
16. Противоправные действия или кражи вне дома.
17. Наличие у подростка значительных денежных сумм, объяснить появление которых он отказывается.
18. Резкие и непредсказуемые (без видимых причин) смены настроения.
19. Неадекватное поведение: добродушие и вялость в скандале или, наоборот, раздражительность в спокойной ситуации.
20. Нигилизм.
21. Резкое снижение или увеличение аппетита, заметное снижение веса ребенка.
22. Неряшливость. Отказ от утреннего туалета. Отсутствие потребности в смене одежды. Посторонние запахи от волос и одежды.
23. Появление на теле татуировок и рисунков, особенно с изображением паутины, черепов, фантастических монстров и холодного оружия.
24. Частые синяки, порезы, ожоги от сигарет в районе вен на руках, не находящие удовлетворительного объяснения («просто упал», «сам не знаю откуда»). Прожженная сигаретами одежда.
25. Внешний вид нездорового человека, бледность, отечность кистей рук. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке. Расширение кровеносных сосудов под ноздрями.
26. Наконец, следы инъекций по ходу вен на руках.

 *МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»*

 *Региональная межведомственная комплексная*

 *оперативно-профилактическая операция*

 *«ДЕТИ СЕВЕРО-ЗАПАДА»*

 *19-30 ноября 2012 г.*

 **ПРОФИЛАКТИКА**

**НАРКОЗАВИСИМОСТИ У**

 **ШКОЛЬНИКОВ**

***Телефоны доверия:***

***Управление ФСКН России по Псковской области***

***8(8112)79-63-00, 79-63-63***

***ГУЗ «Наркологический диспансер г. Великие Луки»***

***8(81153)5-03-76***

***Великолукский МРО***

***8(81153)3-53-40***

 **Как выглядят подозрительные друзья?**

Вообще, внешний вид употребляющих наркотики не всегда бывает совершенно ужасным, и даже наоборот – при первом знакомстве с ним ребенок обычно попадает в круг еще не потерявших приличный облик наркоманов. Наиболее общие черты наркомана с большим стажем:

1. Длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки.
2. Неестественно узкие или широкие зрачки независимо от освещения.
3. Часто неряшливый вид, сухие волосы, отекшие кисти рук, темные, разрушенные зубы в виде «пеньков».
4. Невнятная, растянутая речь или неуклюжие движения при отсутствии запаха алкоголя.
5. Резкость и непочтительность в ответах на ваши вопросы, желание разговаривать со старшими членами вашей семьи.
6. После его появления в доме пропадают вещи или деньги.

Следует обратить внимание, нет ли у новых знакомых вашего ребенка татуировок вроде цветков мака или черепов, на то, не черные ли у них зубы ( наркотики разрушают костные ткани, причем особенно быстро – зубы, так что черные «пеньки» во рту очень часто бывают у опиатных наркоманов со стажем).

В какие места наркоманы могут делать себе инъекции?

Наркоманы могут делать себе инъекции в руки, в ноги, в живот, в промежность и даже под язык. Не забудьте проверить кожу на голове, скрытую под волосами.

 **Другие признаки.**

1. Общие психические изменения: ухудшение памяти и способности к логическому мышлению, неправдоподобные и нелепые объяснения своих поступков и их причин.
2. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки.
3. Странные находки: шприцы, иглы, закопченные ложки или посуда, флаконы с марганцовкой, уксусной кислотой, ацетоном или растворителями, неизвестные вам таблетки, порошки, соломки, травы, особенно если все это спрятано в укромном месте. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для «уроков химии или биологии» в школе», что «это принадлежит другу» и т.п. Если вы обнаружили у своего ребенка что-то подозрительное, поезжайте к любому наркологу за консультацией.
4. Может наблюдаться бессонница.

 Подросток изменяет круг своего общения:

1. Отказывается от отношений со своими старыми друзьями, если они не интересуются наркотиками.
2. Возможно появление новых подозрительных друзей или поведение старых приятелей становится подозрительным.
3. Разговоры с друзьями ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении.
4. Происходит выяснение, сколько у кого денег и есть ли надежда достать еще.

Попробуйте прислушаться и проанализировать эти разговоры, только незаметно!