

ПРОКУРАТУРА БЕРЕЗОВСКОГО РАЙОНА

**Памятка
для родителей**

ИГРЫ С НАРКОТИКАМИ

п. Березовка, ул. Ленина, 18
Контактные телефоны:
8(391 75) 2 15 09

Последствия от *употребления наркотических средств и психотропных веществ* тяжело сказывается на организме человека, особенно несовершеннолетнего, и поэтому актуальной является задача раннего выявления употребления психоактивных веществ еще на начальной стадии.

Зачастую взрослым, не имеющим медицинского образования, трудно ответить на вопрос: «Употреблял ли человек наркотические вещества?». Для того, чтобы развеять сомнения и подозрения, предлагаем Вам ознакомиться со следующей информацией.

Признаки возможного употребления наркотиков

Обратите внимание на следующие изменения в поведении и внешнем виде подростка. Не делайте выводы на основании одного или двух признаков, но если большинство из них наблюдается, это может быть сигналом для беспокойства:

1. Изменения в поведении и интересах.

- Резкие перепады настроения — от безудержной радости до апатии и раздражительности;
- Утрата интереса к увлечениям и прежним хобби;
- Появление новой тематики в рисунках, которые дети часто рисуют в тетрадях, книгах (изображение шприцов, мака, паутины, черепов и в основном в черно-белых тонах);
- Интерес подростка к медикаментам и содержанию домашней аптечки;
- Частые обманы, изворотливость, лживость;
- Нарушение сна: бодрствование по ночам и сонливость днем.

2. Физиологические симптомы.

- Расширенные или суженные зрачки, которые не реагируют на свет, покрасневшие или мутные глаза;
- Чрезмерная потливость, специфический запах тела;
- Потеря аппетита, похудение или, наоборот, бесконтрольное потребление пищи;
- Бледность кожи;
- Замедленная, несвязная речь;
- Хронический кашель;
- Плохая координация движений, пошатывание или спотыкание;
- Коричневый налет на языке, отечность.
- Прыщи, ломкость волос, кровотечения из носа.

3. Изменения в общении.

- Появление новых, неизвестных друзей;
- Избегание общения с родителями;
- Использование жаргона, непонятных слов («мяу», «скорость», «лед»);
- Секретность в общении: закрытые аккаунты в социальных сетях, смена паролей.

4. Необычные предметы и действия.

- Появление в доме странных вещей: маленьких весов, zip-пакетов, изоляенты, фольги;
- Частые фото местности — скамейки, деревья, детские площадки;
- Исходящий от одежды запах ацетона, растворителя или уксуса;
- Использование браузера TOR или мессенджеров для общения в даркнете.

5. Скрытность и замкнутость.

- Закрытые двери в комнату, стремление все запретить;
- Частные уходы из дома;
- Пропулы в школе по непонятным причинам;
- Частые просьбы о деньгах без объяснения причин или исчезновение вещей из дома.

Как действовать, если есть подозрения?

Если вы замечаете тревожные изменения, важно сохранять спокойствие. Вот план действий:

1. Оцените ситуацию объективно.

- Убедитесь, что изменения в поведении действительно не связаны с обычными подростковыми кризисами;
- Проверьте свои подозрения, но делайте это деликатно, без нарушений личных границ ребенка.

2. Поговорите с ребенком.

- Выберите подходящий момент, когда подросток будет в спокойном состоянии;
- Расскажите о своих наблюдениях без обвинений. Например: *«Я заметил, что ты стал замкнутым и у тебя появились странные друзья. Это меня беспокоит. Давай обсудим, что происходит?»*;
- Постарайтесь выслушать ребенка, даже если он отрицает проблемы.

3. Обратитесь за помощью.

- Консультируйтесь с психологом или наркологом. Они помогут определить, есть ли проблема и как с ней справиться;
- Если ребенок признает употребление, объясните, что лечение может быть анонимным и безопасным.

4. Создайте поддерживающую атмосферу.

- Покажите ребенку, что Вы на его стороне и готовы помочь;
- Исключите крики, угрозы и наказания. Это только усугубит конфликт и оттолкнет подростка.

Как заранее избежать проблем?

Основными причинами употребления наркотиков может быть любопытство и банальная скука, стремление быть «как все», желание попробовать запретное, потребность в снятии напряжения, и поиск развлечений.

Чтобы ваш ребенок не попал в неприятную историю с наркотиками необходимо принять меры заранее:

- Поддерживать открытое общение. Регулярно обсуждайте с ребенком его успехи, интересы, тревоги.
- Обучать ребенка критическому мышлению. Помогайте подростку понимать последствия своих поступков и осознавать опасность наркотиков.
- Следить за окружением. Узнавайте друзей ребенка, интересуйтесь, как он проводит время.
- Быть примером. Демонстрируйте здоровый образ жизни и устойчивость к стрессам.

Если подозрения подтвердились, главное — действовать быстро и слаженно. Не позволяйте чувству вины или стыда тормозить обращение за помощью. Наркомания — это болезнь, которую можно лечить.

Поддержка семьи и профессиональная помощь значительно увеличивают шансы подростка на возвращение к полноценной жизни.