**Наблюдайте за поведением своего ребенка**

Ребенок, впервые попробовавший анашу или какие – либо таблетки, нельзя сразу же записывать в наркоманы. Наркомания развивается в течение некоторого времени (для каждого – разного) – месяца, полугода, года. Пока ребенок не начал регулярно употреблять наркотики, он еще не болен – пока он просто экспериментирует. В этот момент еще можно оградить ребенка от зависимости – иногда достаточно всего лишь проявить заинтересованность, поговорить с ним, о наркотиках, о том, что они могут сделать с жизнью. Если же Вы упустите время, то экспериментальный период может быстро превратиться в болезнь. Весь вопрос в том, как на этом, этапе понять, что ребенок начал принимать наркотики .

Сейчас во многих средствах массовой информации можно найти список «признаков наркотической зависимости». Однако большинство этих методов относятся к довольно поздней фазе зависимости. И такие симптомы как, например, неадекватное возбуждение или заторможенность, широкий или узкий зрачок независимо от освещения, нарушения речи и движений, снижение болевой чувствительности и т.п. говорят, как правило, о что проблема уже сильно запущена.

Более надежный ранний признак возможной наркомании – любое кардинальное изменение образа жизни вашего ребенка. Например, он ел много, стал есть мало, или наоборот; был общительным – стал замкнутым; ложился спать поздно – теперь ложится рано и т.п. Если у него изменились интересы, увлечения, пристрастия, характер… Конечно, для этого надо хорошо знать, как и чем живет ваш ребенок. Наблюдайте за поведение своего ребенка!

**Признаки употребления наркотиков на ранних стадиях**

- **резкие перепады настроения**, никак не связанные с реальной действительностью, которая окружает вашего ребенка. Например, веселость и энергичность быстро сменяются апатией, безразличием, нежеланием ничего делать. И эти циклы не связаны с успехами или неуспехами в школе, с друзьями, они как бы сами по себе.

- **Изменение ритма сна:** ребенок в течение дня может быть сонлив, вял, медлителен, а к вечеру, придя с прогулки, проявляет энергичность, желание что- либо делать, не засыпает вовремя. Вы можете видеть, что он ночь напролет занимается компьютером, играет на гитаре, прослушивает музыкальные записи, а на следующий день вновь сонлив, заторможен.

- **Изменение аппетита манеры употребления пищи,** у ребенка меняется ритм еды: он может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, придя с прогулки, съедает полкастрюли борща.

Это физиологические изменения в организме ребенка, которые Вы легко можете обнаружить. Конечно, каждый отдельно взятый признак сам по себе может ничего не значит и может встречаться у любого ребенка в силу каких-то обстоятельств. Но если Вы не находите в этих обстоятельствах ничего такого, что могло бы изменить поведение или самочувствие вашего ребенка, и если этих признаков несколько, то нужно бить тревогу.

Кроме того, внимательных родителей должно беспокоить и другие признаки. Правда, иногда их считают «вполне нормальным для подростка поведением». Вот они:

1. **Нарастающая скрытность ребенка** (возможно, без ухудшения с родителями). Часто она сопровождается учащением и увеличением времени «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.
2. **Падает интерес к учебе или для привычных увлечений и хобби**, может быть, родители узнают о прогулах школьных занятий
3. **Снижается успеваемость**
4. **Увеличиваются финансовые запросы,** и молодой человек активно ищет пути их преодоления, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах (если начинают пропадать деньги из родительских кошельков или ценные вещи из дома - это очень тревожный признак).
5. **Появляются подозрительные друзья** (но вначале молодой человек обычно встречается с весьма приличными на вид наркоманами) или поведение старых приятелей становится подозрительным. Разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или уединение.
6. **Настроение ребенка –** это очень важный признак - меняется по непонятным причинам, очень быстро и часто не соответствует ситуации: добродушие и вялость в скандале или, наоборот, раздражительность в спокойной ситуации.
7. **Следы уколов по ходу вен на руках.** Советую Вам, не стесняясь, спрашивать напрямую и досконально обо всех непонятных и беспокоящих Вас поступках и словах Вашего ребенка. Сейчас вокруг слишком много наркотиков, чтобы успокаивать себя соображениями вроде «у всех так бывает» и «могут же быть тайны у человека». Наркотики продаются в школах, и полностью исключить, что ребенок не вступит в контакт с ними, невозможно.

**Важно,** Вам случайно доведется заметить у подростка шприц, какую-нибудь сушеную траву, непонятный порошок, разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками или марки, которые не очень похожи на почтовые. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это «для уроков химии или биологии в школе», что «это принадлежит другу» и т.п.

Центр социально-психологической помощи семье, детям, молодежи.

**ГРАФИК РАБОТЫ**

8.00 – 17.00

**ОБЕД**

13.00- 14.00

8 961 040 86 05

Материал для буклета взят с книги

«Честно о наркотиках или о том, как уберечь ребенка»

Юсупова О.Н.

МАУ Комитет по молодежной политике

Центр социально-психологической помощи семье, детям, молодежи.

