**ПАМЯТКА**

**для родителей (законных представителей) обучающихся**

**в общеобразовательных учреждениях Артемовского городского округа**

Уважаемые родители (законные представители) участвуйте в жизни ребенка. Знайте КТО друзья вашего ребенка, что они делают и ГДЕ проводят время.

Проводите больше времени со своим ребенком. Уважайте его интересы.

Объясняйте ему, почему нельзя употреблять наркотики.

Станьте ребенку лучшим другом и доверенным лицом.

Заполните его свободное время спортом, музыкой, работой – не позволяйте ему маяться от безделья и скуки.

Не стесняйтесь обратиться за помощью, если заметили, что ребенок ведет себя неадекватно.

Не перекладывайте ответственность за воспитание ребенка на других членов семьи или образовательные учреждения.

**Что делать, если ребенок все же попробовал наркотики?**

Действуйте решительно, но ни в коем случае не угрожайте ребенку и не шантажируйте его.

Постарайтесь понять проблемы, которые тревожат ребенка и помогите в их решении.

Оградите его от общения с людьми, в кругу которых он попробовал наркотики.

Выработайте единую стратегию поведения с другими членами семьи. Не позволяйте ребенку играть на ваших разногласиях.

Помогите найти ребенку интересное занятие, увлечение.

Не предоставляйте его самому себе.

**Признаки употребления наркотиков**

**К сожалению, большинство родителей обнаруживают наркотическую зависимость своих детей слишком поздно - спустя 1,5 - 2 года после того, как ребенок впервые попробовал наркотики.**

**Основные признаки употребления наркотиков**

1. Следы от уколов, порезы, синяки (особенно на руках, ногах);
2. Наличие у подростка: свернутых в трубочку бумажек, маленьких ложечек, трубочек, мундштуков, шприцев, пакетиков, капсул, таблеток, порошков, пластиковых бутылок, пипеток, пузырьков;
3. Суженый или расширенный размер зрачка или разные зрачки, которые плохо реагируют на свет;
4. Нарушение речи, походки, координации при отсутствии запаха алкоголя, галлюцинации, депрессии, нарушение сна, чрезмерная активность, озлобленность;
5. Неадекватное поведение (сонливость, заторможенность или наоборот возбуждение, двигательная активность, суетливость).

**Дополнительные признаки употребления наркотиков (любой возраст)**

1. Пропажа из дома ценных вещей (деньги, золото);
2. Постоянные просьбы дать денег (кредиты, долги);
3. Лживость, изворотливость, уход из дома, агрессия;
4. Телефонные разговоры с уходом от близких, родных людей, настороженность;
5. Проведение времени в компаниях асоциального типа и стремление к ним;
6. Изменение круга «друзей» или появление «товарищей», которые употребляют наркотики, алкоголь;
7. Снижение успеваемости, увеличение количество прогулов (работа, школа), плохое поведение, снижение интереса к обычным развлечениям, изменения в привычном образе жизни, обвинение окружающих и поиск виноватых, проблемы с законом;
8. Увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
9. Изменение аппетита, потеря в весе, полное отсутствие аппетита сменяется настоящими приступами голода;
10. Нарушение сна (ребенок в течение дня сонливый, вялый, медлительный, а ночью засыпает с трудом);
11. Утомляемость, погружённость в себя;
12. Резкие перепады настроения: беспечная веселость без видимых причин сменяется полной апатией;
13. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки. Скорость реакции зрачков на свет существенно замедлена.
14. Невнимательность, ухудшение памяти, внешняя неопрятность.