ПАМЯТКА

СУЩЕСТВУЕТ ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ НЕ ПОПАСТЬ В ЗАВИСИМОСТЬ ОТ НАРКОТИКОВ — НИКОГДА НЕ ПРОБОВАТЬ ИХ!

**ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ**

Внешние признаки:

* бледность кожи;
* расширенные или суженные зрачки;
* покрасневшие или мутные глаза;
* замедленная речь;
* плохая координация движений;
* нарушение сна;
* потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное потребление пищи;
* хронический кашель.

Поведенческие признаки:

* увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
* уходы из дома и прогулы в школе;
* трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;
* неадекватная реакция на критику;
* частая и неожиданная смена настроения;
* необычные просьбы дать денег;
* пропажа из дома ценностей, одежды и др. вещей;
* частые необъяснимые телефонные звонки;
* появление новых подозрительных друзей;
* изменение речи («сленг»).

Признаки - улики:

* следы от уколов, порезы, синяки;
* свернутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки, пипетки;
* употребление табачных изделий в виде папирос, курительные трубочки;

пластиковые бутылки и жестяные банки с дырками, фольга; упаковка от медикаментов.

При наличии совокупности признаков из числа перечисленных, с большой уверенностью можно предположить об употреблении Вашим близким наркотиков. Если вы предполагаете, что Ваш близкий человек употребляет наркотики, не теряя времени обратитесь за консультацией к специалисту-наркологу. Не усугубляйте ситуацию криками и угрозами. Представьте себе, как бы Вы себя повели, заболей он другой тяжелой болезнью. В такой ситуации никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен.

**СПОСОБЫ И МЕХАНИЗМЫ ВОВЛЕЧЕНИЯ ПОДРОСТКА В НЕЗАКОННОЕ НАРКОПОТРЕБЛЕНИЕ И ОБОРОТ НАРКОТИКОВ**

Выделяют две основные группы механизмов вовлечения несовершеннолетних в незаконный оборот наркотиков:

- первая группа – формирование у несовершеннолетних наркотической зависимости, с целью их дальнейшего привлечения в совершение преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков;

Рассматривая первое направление, следует отметить, что оно является наиболее распространенным механизмом вовлечения. Вовлекатель целенаправленно и постепенно формирует у подростка наркотическую зависимость, и в дальнейшем использует его в качестве исполнителя преступления. Вовлечь несовершеннолетних в потребление наркотиков очень легко, так как они в этом возрасте: податливы, послушны и, как правило, беспрекословно выполняют указания взрослых.

Способы, которые чаще всего используют вовлекатели для приобщения несовершеннолетних к потреблению наркотиков:

* предложение попробовать - 68%
* восхваление ощущений от приема наркотиков - 59%
* уговоры - 42%
* доведение до состояния алкогольного опьянения, потом предложение попробовать - 38%
* а также обман - 36%, угрозы - 21%, физическое насилие - 7%

В сети интернета опытные наркоманы в процессе общения восхваляют ощущения от приема наркотиков, дают рекомендации по дозировке и способам употребления, кроме того детально описывают процесс приготовления наркотических средств, а также возможные места приобретения наркотиков.

- вторая группа представляет собой такую систему, при которой подросток не является потребителем наркотиков, но при этом непосредственно включен в систему незаконного наркооборота.

Способы вовлечения: обещание, обман, угрозы, а также иные способы.

Следует иметь в виду, что под обещанием понимается уверение несовершеннолетнего в выполнении в его интересах какого-либо действия (бездействия), которое может быть связано непосредственно с ним или представлять для него ценность, а именно оказание материальной помощи, предоставление работы.

Родителям  немаловажно понимать, чем заняты дети в интернете. Специалисты советуют изучать переписку в социальных сетях, обращать внимание на установленные приложения, программы на компьютере или телефоне сына, дочери. Еще один важный фактор – ребенок перестал просить карманные деньги или хочет узнать реквизиты вашей банковской карты для пере­числения денег под благим предлогом. Он может не нуждаться в пополнении баланса мобильного телефона (в таком случае целесообразно заказать детализацию звонков и интернет-трафика).
     Все это должно подтолкнуть родителей к открытому разговору с сыном или дочерью.

ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО НЕСЛОЖНЫХ, НО НАДЕЖНЫХ ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ ИМ НЕ ПОТЕРЯТЬ КОНТАКТ С ПОДРОСТКОМ И УДЕРЖАТЬ ЕГО ОТ ОПАСНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ

1. Чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы. Поощряйте его инициативу.
2. Относитесь с уважением к его личностно-духовным потребностям.
3. Помните, что забота это - не только создание материального благополучия, а любовь - не сиюминутное выполнение всех требований вашего ребенка. Не подменяйте эти понятия!
4. Для вашего ребенка самым главным является время, проведенное вместе с Вами.
5. Попытайтесь так организовать досуг ребенка, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.).
6. Вникайте в дела ваших детей, в их увлечения, не отдаляйтесь от ваших взрослеющих детей, внимательно относитесь к любому возникающему у них вопросу.
7. Поддерживайте своих детей на пути к взрослой жизни. В повседневных хлопотах не забывайте о бесценном даре, который у вас есть - о вашем ребенке.
8. Любите своего подростка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что у вас есть и сейчас рядом с Вами.
9. Будьте примером здорового образа жизни.

Уважаемые родители, старайтесь использовать каждую свободную минуту для общения со своим ребенком. Это позволит Вам на долгие годы сохранить теплые, доверительные отношения.

ВОСЕМЬ «НЕ», КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ
В СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

1. НЕ впадайте в панику или истерику при возникновении беседы, демонстрируйте конструктивный подход к решению проблемы и умение владеть собственным эмоциональным состоянием.
2. НЕ кричите и не воздействуйте физически на подростка. Уважайте

его личность и не переступайте границы.

1. НЕ поддавайтесь на шантаж. Придерживайтесь избранной линии поведения.
2. НЕ откладывайте визит к специалисту (психологу, врачу).
3. НЕ делайте, не решайте за ребенка то, что решить должен он сам. Подростку необходимо столкнуться с неприятными последствиями своих поступков, чтобы научиться отвечать за принятое им самим решение.
4. НЕ давайте денег больше необходимого минимума.
5. НЕ критикуйте понапрасну. Если Вы не согласны, выскажите свое мнение ненавязчиво, аргументировано и твердо.
6. НЕ будьте занудой. Многочасовые разговоры о наркотиках нравоучительны, беседы бесполезны и могут дать только обратный эффект.

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ

1. Отказаться от наркотиков можно, но только в первый раз.

Даже первая доза способна вызвать очень сильный эффект привыкания (зависимости).

1. Наркомания - хроническое заболевание, и оно продолжается до конца жизни.

Возможна лишь приостановка потребления (ремиссия). При этом болезнь как бы дремлет и может возобновиться в любой момент. Наркотик «умеет» ждать.

1. Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Помни: наркотик сильнее тебя, ты всегда проиграешь ему. Даже

если на некоторое время бросишь, он уже не позволит тебе уйти. Лечение наркомании очень редко приводит к полному выздоровлению: психологические и личностные изменения не восстановимы. Наркомания - болезнь не только тела, но и души, духа. Сначала она поражает совесть (свойство души) и волю (свойство духа), и человек уже не может и не хочет выбирать что-либо сам, а управляется наркотиком. Сначала ты пробуешь наркотик, потом наступает зависимость, далее наркомания поражает организм.

1. Наркотики нарушают познавательные способности человека.

Они затрудняют обучение, лишают способности и желания работать. В первую очередь страдает краткосрочная («оперативная») память. Становится трудно соображать и правильно выражать свои мысли.

1. Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

Искусственная «радость» заменяет общение, дружбу, любовь.

1. Наркотики разрушают семью.

Кто сам в плену, тот не может заботиться о близких, воспитывать детей.

1. Наркотики разрушают дружбу.

Тому, кто «дружит» с наркотиками, друзья не нужны, а нужно только использовать людей в собственных интересах. Наркоман, по сути, - предатель, он предает сначала себя, потом близких. Со временем для него уже нет ничего и никого дороже наркотика. Привычка предавать делает характер лживым. Такому человеку нельзя доверять или положиться на него в трудную минуту. И кто же захочет с таким дружить?

1. Наркотики ставят под угрозу будущее.

Наркоману не нужны ни учеба, ни работа, ни достижения, ни любовь, ни семья, ни близкие люди, а нужен только «кайф». Его ждет больница, тюрьма, смерть.

1. Наркотики - причина многих заболеваний.

От разрушения клеток мозга, слабоумия, шизофрении, поражения печени, легких, сердечно-сосудистой, нервной, половой систем до заражения гепатитом, СПИДом и другими смертельными заболеваниями. Причем это не зависит ни от вида наркотиков, ни от способа их употребления. Финал всегда один. Это только вопрос времени.

1. Наркотики - причина уродства у детей.

Даже один прием некоторых наркотиков меняет генетический код человека, не говоря уже о периодическом и, впоследствии, постоянном употреблении.

1. Наркотики приводят к несчастным случаям.

Рассеянность внимания, нарушение координации движения и ориентации в пространстве часто становятся причиной ДТП, бытовых и производственных травм, смертельно опасных авантюр, несут угрозу жизни и здоровья других людей.

1. Наркотики укорачивают жизнь.

Если хронический алкоголик иногда доживает до третьей стадии алкоголизма (по медицинской классификации), то для наркомании стадий вообще не существует. Постоянная потребность повышать «дозу» приводит к необратимым последствиям.