

**Уважаемые родители!** Наличие вышеуказанных признаков должно привлечь ваше внимание, избегайте необоснованных обвинений. Если вы заметили, что ребенок уже употребляет психоактивные вещества, подумайте, чем можно помочь ребенку. Подумайте, как вам сохранить общение с ребенком, как не потерять его.

Ребенок должен узнать от вас, что:

- это вредит его здоровью сейчас и в будущем,
- это может повлечь за собой юридическую ответственность.

Как бы далеко это не зашло, покажите ребенку, что вы все равно его любите и заботитесь о нем. Предложите свою помощь, она нужна ему всегда.

Вы можете обратиться за помощью в ГБУ «Курганский областной наркологический диспансер».

Специалисты наркологического диспансера имеют высокий уровень квалификации, проводят работу как со взрослыми, так и с детьми. Если у Вас есть подозрения, что Ваш ребенок употребляет наркотики или алкоголь, обратитесь за помощью в подростковый наркологический кабинет и обсудите со специалистом дальнейший план действий.

Г. Курган, ул. Кирова, 78  
Подростковый наркологический кабинет  
Т.: 8(3522) 46-64-54  
Шадринский филиал,  
г. Шадринск, ул. Герцена 30-А,  
т.: 8(35253) 3-77-18.  
<http://www.kond45.ru>



Департамент здравоохранения  
Курганской области  
Государственное бюджетное учреждение  
«Курганский областной наркологический  
диспансер»

**ШПАРГАЛКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.**



**АНОНИМНЫЙ, БЕСПЛАТНЫЙ**  
телефон медико-  
психологической помощи

**46-64-54**

## Пройдите тест.

### Мой ребенок - Риск вовлечения в употребление ПАВ. (да\нет)

1. Есть ли зависимость у кого-либо из членов семьи?
2. Неполная семья (развод, смерть, долгие командировки одного из родителей)?
3. Есть ли в семье тяжелобольной, с хронической болезнью, требующей ухода?
4. Есть ли внутри семьи «секреты», семейные тайны, так называемые «скелеты в шкафу», запретные для обсуждения темы?
5. Одна или несколько таких привычек в семье, как: «делай, как я говорю, а не как я делаю», «не говорить открыто о своих проблемах, не выражать открыто своих чувств»?
6. Изменения в поведении ребенка : замкнутость, сужение круга интересов, потеря интереса к увлечениям, хобби; сокрытие от вас мест, которые он посещает, того, с кем и чем планирует заниматься; телефонные разговоры с незнакомыми лицами; нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя изо рта.

7. Изменение настроения ребенка - необъяснимое повышение или исчезновение аппетита; бессонница или «беспробудный» крепкий сон; чрезмерная эмоциональность – от безразличия или депрессии с плаксивостью до постоянной дурашливости или агрессивности, гневливости;
8. Изменение в отношениях с друзьями - утрата старых друзей, отказ познакомить Вас с новыми;
9. Необъяснимые «потери» денег и пропажа вещей из дома.
10. Долгое (вплоть до нескольких суток) отсутствие дома;
11. «Новое – незнакомое»: специфический запах от одежды (например, смесь хвои с табаком); незнакомые таблетки, порошки и пр. (не из домашней аптечки) в комнате, среди личных вещей;
12. Резкое (в течение 1-3 месяцев) снижение успеваемости.

Ответ «Да» на 2 или более утверждения, высокий риск вовлечения в употребления ПАВ, необходима консультация специалиста (врача-нарколога, психолога).

## «ПДД» для родителей.

**П** – пример. Каждый родитель должен личным примером показывать свою свободу от любой зависимости, высказывать своей жизнью негативное отношение к наркотикам, алкоголю, сигаретам. Лучший способ показать ребенку ваше отношение – бросьте курить, например, если вы курите. Научите ребенка дорожить свободой, уметь говорить «нет» **своим примером**. Ведь способ воспитания - «не делай как я» - не работает.

**Д** – друзья. Знайте друзей своего ребенка. Кто они, как их зовут (не только по прозвищам), чем они увлекаются, как и где учатся, кто их родители, насколько благополучна их семья в (не в материальном, а в психологическом и морально-нравственном смысле). Приглашайте их к себе домой (чаю попить), пусть общаются у вас на глазах. Знайте друзей своего ребенка.

**Д** – доверие. Всегда поддерживайте доверительные отношения с вашим ребенком. Если он доверяет вам, то придет к Вам в трудную минуту за советом и помощью. Если доверия между вами нет – ребенок пойдет его искать в другом месте. Сделайте всё, чтобы его восстановить и сохранить.