**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 ваc, 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.

