

**Постановление № 2**  
**комиссии по делам несовершеннолетних**  
**и защите их прав администрации г.Коврова**

г.Ковров, ул.Фурманова, д.37

29.01.2020 г.

Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации г.Коврова на заседании в составе:  
председательствующий – Ульянова Е.А., зам.председателя,  
секретарь – Кустова И.И.,  
присутствующие члены КДНиЗП: Торопов С.В., Ольхович Н.Н., Тренина Е.Н.,  
Зайцева О.В., Апыхтина С.Г., Саблина Ю.А., Дремова Д.С.,  
отсутствовали члены КДНиЗП: Никитанов А.Б., Гусева С.В., Арлашина С.А.,  
Кузьминова О.А., Чесноков С.В.,  
заслушав и обсудив внеочередную информацию ответственного секретаря  
КДНиЗП администрации г. Коврова Кустовой И.И. по проекту «Памятки для  
родителей «Как уберечь своего ребенка от наркотиков»,

**Постановила:**

В целях методического обеспечения деятельности по профилактике потребления несовершеннолетними психоактивных веществ, активизации правового, психолого-педагогического и санитарно-гигиенического воспитания несовершеннолетних и их родителей:

1. Утвердить «Памятку для родителей «Как уберечь своего ребенка от наркотиков»» (приложение).
2. Органам и учреждениям системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних г.Коврова использовать данный материал в своей деятельности.
3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя председателя КДНиЗП администрации г.Коврова Ульянову Е.А..

Зам.председателя КДНиЗП  
администрации г.Коврова

Е.А. Ульянова

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**  
«Как уберечь своего ребенка от наркотиков»  
(«Воспитание наркологической настороженности»)

Особенностями современной подростковой субкультуры являются опасные эксперименты молодежи с различными психоактивными веществами. Изменения поведения подростков на этапе первых проб наркотиков имеют **общие признаки**:

- явно проявляющаяся у ребенка скрытность, увеличение времени его пребывания вне дома, на улице;
- снижение у ребенка учебной мотивации (пропадает интерес к учебе, падает успеваемость, частые пропуски занятий, исчезает интерес к прежним увлечениям);
- изменение у ребенка ритма сна (в течение дня может быть вялым, медлительным, а ночью без усталости слушает музыку, смотрит фильмы и т.п.);
- изменение у ребенка пищевого поведения (подросток может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, придя с улицы, съедает все, что находит в холодильнике);
- рост у ребенка финансовых запросов и попытки удовлетворить возросшие материальные потребности (пропажа из дома денег, ценных вещей);
- появление у подростка новых сомнительных друзей или изменения в поведении старых приятелей (разговоры ведутся шепотом, употребляются специфические жаргонные слова);
- быстрая смена настроения у ребенка, не адекватная складывающейся ситуации – от полной апатии до проявления безудержной энергии. Эти циклы спонтанны и не связаны с конкретными событиями.

Некоторые из этих признаков могут восприниматься родителями как типичные для подросткового возраста. Не обманывайтесь! Резкие перемены в поведении, образе жизни вашего ребенка могут быть ранними признаками его возможной наркотизации. Чтобы уловить эти изменения, необходимо хорошо знать своего ребенка, чувствовать и понимать его переживания.

**Специфические признаки** употребления ребенком наркотиков:

- расширены зрачки, или же, напротив, – зрачок необычно узкий, не реагирует на свет (не расширяется);
- торопливая речь, ребенок что-то все время говорит, не удерживая темы разговора, либо, наоборот, речь у ребенка медленная, невнятная, фразы повторяются;
- двигательное перевозбуждение: подросток не может сидеть на месте или заниматься одним видом деятельности сколь-нибудь продолжительное время, у него нарушена координация движений;
- ребенок может испытывать галлюцинации (зрительные, слуховые);
- у ребенка нарушен режим сна (поздно ложится и поздно встает), проявляется сонливость в самые неподходящие моменты;
- у ребенка снижена болевая чувствительность;
- у ребенка наблюдается повышенный аппетит (обычно на исходе наркотического опьянения);
- от ребенка исходят необычные новые запахи (клей «Момент», лаки, ацетон, бензин);

- у ребенка наблюдаются психозы, депрессии (при невозможности потребить новую дозу либо при длительном приеме психоактивных веществ).

Когда оправдываются самые страшные подозрения родителей, их охватывает ужас, они испытывают чувство беспомощности, у них возникает чувство вины. Правильная родительская позиция, адекватная реакция на сложившуюся ситуацию, любовь к ребенку, забота о его настоящем и будущем позволят родителям найти оптимальные решения по выходу из такой непростой ситуации с наименьшими потерями.

**Восемь «нельзя»**, которые помогут вам и вашим детям в сложных жизненных ситуациях:

- Не впадайте в панику или истерику при возникновении беды, демонстрируйте конструктивный подход к решению проблемы и умение владеть собственным эмоциональным состоянием.
- Не кричите и не воздействуйте физически на подростка. Уважайте его личность и не переступайте границы. Благодаря такой форме научения (через наблюдение за поведенческими реакциями значимых взрослых) в потенциально опасной ситуации у вашего ребенка будет возможность противостоять групповому давлению.
- Не давайте ребенку денег больше необходимого минимума.
- Не поддавайтесь на шантаж («Не дадите денег – уйду из дома!» и т.п.). Придерживайтесь избранной линии поведения.
- Не откладывайте визит к врачу психиатру-наркологу (медицинскому психологу наркологического диспансера). Даже если не удастся доставить ребенка к специалистам – получите консультативную помощь сами.
- Не делайте, не решайте за ребенка то, что решить и сделать должен он сам. Подростку необходимо столкнуться с неприятными последствиями своих поступков, чтобы научиться отвечать за принятое им самим решение (воспитание личной ответственности).
- Не критикуйте понапрасну ребенка. Если вы не согласны с ним, выскажите свое мнение ненавязчиво, аргументированно и твердо.
- Не будьте занудой, многочасовые разговоры с ребенком о наркотиках, нравоучительные беседы бесполезны и могут дать только обратный эффект.

Уважаемые родители! Старайтесь использовать каждую свободную минуту для общения со своим ребенком. Это позволит вам на долгие годы сохранить с ним теплые, доверительные отношения, основанные на искренности, взаимном уважении и доверии. Есть несколько несложных, но **важных правил** для вас, которые позволят вам не потерять контакт с ребенком и удержать его от опасных экспериментов:

- чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы;
- поощряйте его инициативу;
- цените его мнение;
- относитесь с уважением к его личностно-духовным интересам и потребностям;
- помните, что забота о ребенке – это не только создание для него ситуации материального благополучия, а любовь – не сиюминутное выполнение всех требований вашего ребенка. Не подменяйте эти понятия! Для вашего ребенка самым главным является время, проведенное вместе с вами;
- попытайтесь так организовать досуг вашего ребенка, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени;
- вникайте в дела и заботы ваших детей, в их увлечения. Не отдаляйтесь от ваших взрослеющих детей, внимательно относитесь к любому возникающему у них вопросу;
- поддерживайте своих детей на всем их пути к взрослой жизни;
- в повседневных хлопотах не забывайте о бесценном даре, который у вас есть, - о вашем ребенке;

- любите своего ребенка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что он у вас есть и сейчас рядом с вами;
- будьте для своего ребенка примером здорового образа жизни, но помните: «Путь поучения долгов, путь примера краток».