## ТЕСТ

**Если вы начали замечать, что ваш ребенок:**

* Потерял интерес к старым увлечениям – спорту, музыке и т.д.
* Стал хуже учиться
* Часто прогуливает занятия
* Возвращается с вечеринки / дискотеки в «странном» состоянии
* Часто выпрашивает деньги
* Стал резок и непредсказуем в проявлении эмоций
* Раздражается, проявляет агрессию в обычных ситуациях
* Избегает общения с родителями, участия в семейных делах
* Скрытен, лжив, хитрит и изворачивается
* Располагает значительными денежными суммами, не объясняя причины их появления
* Стал безразличным, безынициативным в школе
* Проявляет интерес к разговорам о наркотиках
* Убежденно отстаивает свободу употребления алкоголя, наркотиков
* Часто не ночует дома
* Перестал следить за собой
* Завел новые знакомства. «Новые друзья» не приходят к вам в дом, у них «нет имен», они ничего не передают через вас по телефону

**Кроме этого, могут быть не менее тревожные проявления:**

* Следы уколов
* Странные «посторонние» запахи от волос / одежды или запах алкоголя
* Чрезмерно расширенные / суженые зрачки
* Частые синяки, царапины, ожог от сигарет в районе вен
* Бледность или покраснение лица, отечность
* Бессонница / необычная сонливость, повышенная утомляемость
* Похудание, потеря аппетита
* Общие психические изменения, ухудшение памяти, способности мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины
* Высказывания о бессмысленности жизни

Если вы отметили 10 и более пунктов, возможно, вам пора всерьез задуматься, не связаны ли проблемы ребенка с наркотиками.

Для родителей

**Любой человек мечтает о преданной дружбе, о взаимной любви, о хорошей работе, о достатке и славе, о жизни, насыщенной интересными впечатлениями и событиями…**

**Не всегда наши мечты сбываются.**

**Иногда это происходит под влиянием обстоятельств, но чаще, из-за собственного поведения.**

**ПАВ – психоактивные вещества.**

*Это токсические вещества, способные изменять настроение, поведение и сознание человека, и вызывающие зависимость.*

*Самые известные ПАВ: алкоголь, табак и наркотики.*

#### Т Е С Т

**Ты уверен в своих суждениях?**

**Знаешь ли ты все о ПАВ?**

*В тесте лишь два верных ответа.*

*Сделай правильный выбор!*

1. Выписываемые врачами наркотические вещества безопасны.
2. Можно стать алкоголиком, употребляя лишь одно пиво.
3. Табак в сигаретах не является наркотиком.
4. Табачный дым не опаснее курения.
5. Люди, употребляющие ПАВ, вредят лишь себе.
6. Наркотики разрешают личные проблемы.
7. В жизни обязательно нужно попробовать все, можно и легкие ПАВ.
8. Зависимость от ПАВ формируется только после их многократного употребления.
9. Человек, употребляющий наркотические вещества и алкоголь всегда нарушает закон
10. Прекратить употреблять ПАВ можно в любой момент.
11. Пиво не приносит вреда.
12. Алкогольную зависимость лечить легко.

## Как помочь другу:

## НЕ

* *Ищи причину в нем самом. Их много.*
* *Стыди. Это бесполезно.*
* *Упрекай. Это может быть стимулом дальнейшего употребления ПАВ.*
* *Вини его в несчастьях близких. Чувство вины ему не поможет.*
* *Опекай слишком.*
* *Давай денег, жалея его. Они ему будут помогать только при лечении.*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

**ДА:**

* *Найди веские причины для «завязки».*
* *Косвенно веди речь о лечении.*
* *Спасай его не в одиночку.*

## ПРЕИМУЩЕСТВА ОТКАЗА

## от ПАВ

**\***сохраню **здоровье**

**\***сохраню **красоту**

**\***сохраню **друзей**

**\*** сохраню **семью**

***буду свободным***

**\***сделаю **карьеру**

**КАК СКАЗАТЬ**



**«НЕТ»** -

- просто сказать **«Нет»** без объяснений;  
- отказаться и объяснить **причины** отказа;  
- предложить **«здоровую» альтернативу;**

- отказаться и **уйти;**

- превратиться в **ПОЧЕМУчку;**

- продемонстрировать вариант поведения  
 под названием «заезженная **пластинка»** -  
 на все уговоры отвечать «Нет», «Не буду»;

**-«Холодный душ»** - игнорировать предложение