цветных таблеток с нанесенными изображениями. Потребление амфетаминов приводит к необратимым изменениям в структуре головного мозга, поражению сердечно-сосудистой системы.

Внешние признаки потребления психоактивных веществ:

— снижение способности к рассуждению;
— нарушения координации и четкости движений, неустойчивость равновесия;
— чрезмерные покраснение либо бледность кожных покровов, помутнение глаз, резко расширенные или суженные зрачки;
— чрезмерно быстрая либо замедленная, невнятная речь;
— разнообразие и неустойчивость эмоциональных реакций (агрессия, безудержная радость, раздражительность, безмятежность крайне неустойчивы и быстро переходят друг в друга).

МБОУ ООШ № 8

с.Останино

Если Вы узнали, что Ваш ребенок потребляет ПАВ, помните, что самостоятельно справиться с наркозависимостью не под силу ни подростку, ни его родителям. Не бойтесь просить помощи. Специалисты помогут Вам разобраться в ситуации и составить план действий.

Единый общероссийский
детский телефон доверия ***8 800 2000 122***
(круглосуточно, бесплатно)



2026 год

ЗАЩИТИТЬ СЕРДЦЕМ

ДУМАТЬ
ВИДЕТЬ
ГОВОРИТЬ
ДЕЙСТВОВАТЬ
ШКОЛА БЕЗ НАРКОТИКОВ
ЗАЩИТИТЬ СЕРДЦЕМ

Быть родителем — одна из самых ответственных задач в нашей жизни. У каждого из родителей есть мечта, чтобы жизнь наших детей сложилась как можно лучше.

Сегодня мы столкнулись с таким размахом потребления наркотиков среди детей и подростков, которое невозможно было представить себе несколько десятков лет назад. Каждому ребенку могут предложить попробовать психоактивные вещества (ПАВ).

Вот почему крайне важно поговорить с детьми о возможных последствиях наркопотребления.

Как начать разговор?

Темы, связанные с употреблением ПАВ, можно обсудить, когда Вы с детьми:

— смотрите вместе фильмы, сериал, телепередачу;
— видите рекламу пива, табака или алкоголя;
— проходите мимо кальянной;
— видите молодых людей с бутылками пива и т. д.

О чем можно говорить со своим ребенком?

Используйте любую подходящую ситуацию, чтобы обсудить с Вашим ребенком:

— кто заинтересован в том, чтобы люди начинали употреблять ПАВ;
— примеры знакомых, которые имели проблемы с наркопотреблением;
— причины того, почему люди обращаются к наркопотреблению, зная о вредных последствиях.

Ясно выражайте Вашу собственную позицию по вопросу, который обсуждаете с ребенком.

Если высказывания ребенка идут вразрез с Вашими убеждениями, используйте Я-высказывания (я огорчена, я обеспокоена, слыша это, я волнуюсь и т. д.), позволяющие сохранять уважительный тон в разговоре с ребенком в любых ситуациях.

УЧИТЕ РЕБЕНКА ГОВОРИТЬ «НЕТ»

Если ребенок привык делать только то, что ему говорят старшие, ему может быть очень сложно ответить отказом на предложение попробовать что-то.

Можно научить его отказывать членам семьи, при этом обсуждая причины, которые стоят за ответом «Нет» в семейных ситуациях.

Подскажите ребенку, что «Нет» можно сказать по-разному:

— просто: «Спасибо, нет», «Нет, я не буду»;
— «Нет» с позицией: «Нет, я не пью», «Нет, наркотики не для меня»;
— «Нет» с причиной: «Нет, у меня сегодня тренировка», «Нет, мне нужно готовиться к контрольной»;
— «Нет» с контрпредложением: «Нет, а сока у тебя не найдется?», «Нет, давайте лучше поиграем в футбол».

В настоящее время наиболее распространенными среди подростков ПАВ являются:





Курительные смеси, спайсы — травяные смеси, пропитанные синтетическим психоактивным веществом (это может быть даже ромашка и т. д.). Спайсы быстро вызывают психологическую зависимость, необратимые изменения психики. Психозы, слуховые и зрительные галлюцинации могут привести к агрессии в отношении близких, суициду. Нередки случаи смертельного отравления спайсами.



Каннабиноиды (марихуана / конопля, гашиш) — растительные наркотики, трава со специфическим запахом. Оказывают негативное влияние на умственные способности, замедляют половое развитие и созревание.



Амфетамины — синтетические наркотики, распространяемые в местах массового досуга молодёжи в виде