**Профилактика наркомании у подростков.**

Наркомания в подростковой среде, как правило, обуславливается неправильным воспитанием, пробелами в образовании, семейным неблагополучием и социальной незащищённостью. Согласно статистическим данным, средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15‒ 17 лет, резко увеличивается процент употребления наркотиков детьми 9‒13 лет. Подростковая наркомания имеет тенденцию очень быстро распространяться, дети начинают принимать наркотики, пытаясь тем самым уйти от проблем, избавить себя от неприятных ощущений и внутреннего дискомфорта. Подросток, знающий, как справляться с проблемами, способный хорошо общаться и находящийся в безопасности, менее предрасположен к наркотикам.

По определению Всемирной организации здравоохранения − вещества, воздействующие на нервную систему и изменяющие психику, являются психоактивными. Психоактивные вещества, запрещённые законодательством, считаются наркотиками.

Надёжной преградой на пути распространения наркотиков среди детей и подростков могут стать семья, образовательная организация и досуг (микросоциальное окружение). Семья, безусловно, является первым заслоном на пути наркотического зла, но не всегда может с успехом справиться с этой задачей. Поэтому нередко «спасательным кругом» для подростка, наряду с родителями, может стать педагог. В школе дети подчас проводят больше времени, чем дома. А внимательный учитель нередко осведомлен лучше родителей о сложностях и проблемах подростка.

**Общие признаки употребления наркотиков:**

явно проявляющаяся скрытность ребёнка;

снижение учебной мотивации (падает интерес к учебе, к прежним увлечениям);

частые пропуски занятий, ухудшается успеваемость;

изменение ритма сна (в течение дня подросток может быть вялым, медлительным, буквально засыпать на уроках);

общение с прежними друзьями прекращается или сводится к минимуму, появляются новые подозрительные друзья или поведение старых приятелей изменяются;

внешний вид и поведение в той или иной мере напоминает состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта или при слабом запахе, не соответствующем состоянию;

изменение сознания: сужение, искажение, помрачнение;

изменение настроения: беспричинное веселье, смешливость, болтливость, злобность, агрессивность, явно несоответствующие данной ситуации;

изменение двигательной активности: повышенная жестикуляция, избыточность движений, неусидчивость или обездвиженность, вялость, расслабленность, стремление к покою (независимо от ситуации);

изменение координации движений: страдают их плавность, скорость, соразмерность и появляются размашистость, резкость, неточность; появляются неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя (особенно явное при закрытых глазах), нарушается почерк;

изменение цвета кожных покровов: бледность лица и всей кожи или, наоборот, покраснение лица и верхней части туловища;

блеск глаз, сильно суженные или сильно расширенные зрачки, не реагирующие на свет.

*Дети растут, меняются, вступают в полосу взросления, и часто под маской «проблем переходного возраста» родители не могут разглядеть настоящей беды, которая постучалась в их дом. Особенностями современной подростковой субкультуры являются крайне опасные эксперименты молодёжи с различными психоактивными веществами.*

**Правила, которые могут помочь родителям и 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.

Не поддавайтесь на шантаж. Придерживайтесь избранной линии поведения.

Не откладывайте визит к специалисту (психологу, врачу).

Не делайте, не решайте за ребёнка то, что решить должен он сам. Подростку необходимо столкнуться с неприятными последствиями своих поступков, чтобы научиться отвечать за принятое им самим решение.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Педагог-психолог

МБУ «ЦПП»