

## Это надо знать!

(памятка для населения)

**Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы организма, но особенно центральную нервную систему, печень и почки.**

Как правило, люди даже с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не больше десяти лет. Большинство умирает раньше.

Поскольку наркоманы пользуются нестерильными шприцами, среди них распространены многие заболевания, передаваемые через кровь - СПИД, гепатит В,С и другие.

От этих заболеваний они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

Человек, употребляющий наркотики, утрачивает контроль над своей жизнью, меняется его личность. Появляются такие черты как черствость, грубость, жестокость, эгоизм, лживость. Постепенно снижается интеллект. Человек становится не критичным к себе, не видит своих недостатков. Вскоре происходит сужение круга общения и круга интересов. Все интересы жертвы наркомании вращаются вокруг наркотиков, о которых они могут говорить часами. Из-за грубости и эгоизма человек теряет своих друзей. Наркоман деградирует и полностью теряет личную свободу.

Чаще всего наркоманы - люди, которые не нашли в мире ничего интересного, не смогли реализовать себя, поэтому они уходят в другой мир - мир иллюзий, где им нравится, где «хорошо и светло», но только эта иллюзия долго длиться не может.

**Родителям для того, чтобы уберечь своих детей от наркотиков необходимо содействовать укреплению чувства собственного достоинства ребенка:**

▲ создать в семье атмосферу доверия и безопасности /ребенок должен чувствовать, что, чтобы с ним не произошло, он сможет откровенно поговорить с родителями/;

- ▲ выработать ясные и справедливые правила, быть последовательными при договоренностях;
- ▲ искренне заботиться о внутренних чувствах ребенка /интересоваться его желаниями и проблемами в школе и на улице, среди ровесников/.

**Систематические придирки и наказания менее результативны, чем поддержка, похвала и конструктивная критика.**

**Поступайте со своими детьми так, потому что :**

- ▲ низко оценивая себя, они в первую очередь становятся жертвами наркомании;
- ▲ без доверия к близким, ребенок не обратится к ним в кризисной ситуации;
- ▲ противоречивые и несправедливые требования способны привести к болезненным ситуациям и подтолкнуть к поискам «обезболивающего».

