**Рекомендации родителям по раннему выявлению вредных привычек у подростков**

В подростковом возрасте проявляются изъяны предшествующего воспитания. Следовательно, важнейшая задача родителей — это контроль за состоянием ребенка. Необходимо обязательно обращать внимание на то, в каком состоянии он пришел домой, сравнивая с состоянием, в котором он вышел из дома. Это позволяет вовремя выявить, к примеру, случаи, когда ребенок впервые закурил, принял алкоголь или наркотики. Социальный педагог может ознакомить родителей с описанием симптома и внешних признаков в поведении ребенка, принимающего психоактивные вещества (ПАВ) — алкоголь, табак, наркотики. о

* **Алкогольные напитки (пиво, вино, водка и т. д.)**

**Симптомы:** замедленные реакции, сонливость, невнятная речь, изменение личности (появление других ценностей).

**Внешние признаки**: спрятанные бутылки, безвольное обвисание губ, расслабление челюстей, нарочитость движений, провалы в памяти.



* **Табак**

**Симптомы**: снижение физической силы, выносливости, ухудшение координации, быстрая утомляемость, нарастающая слабость, снижение трудоспособности.

**Внешние признаки**: запах табака (дыма), частое и долговременное пребывание в туалете, в ванной, наличие спичек, зажигалок, табака в швах карманов, пожелтение пальцев.



* **Марихуана, травка, «курево», зелье**

**Симптомы**: сонливость, бессвязность мыслей, зрачки глаз расширены, отсутствует координация движений, тяга к сладкому, повышенный аппетит, слабо выраженные галлюцинации.

**Внешние** **признаки**: красные отеки под глазами, сильный запах жженых листьев, мелкие семена в складках одежды и швах карманов, наличие папиросной бумаги, обесцвеченная кожа на пальцах.

* **Кокаин**

**Симптомы**: повышенное артериальное давление, потеря болевых ощущений, чувство превосходства, ощущение неуязвимости, повышенная активность, отсутствие чувства усталости.

**Внешние признаки**: наличие белого кристаллического порошка в маленьких пластиковых пакетиках или алюминиевой фольге, гиперемия слизистой оболочки носа.

* **Героин, морфий, кодеин**

**Симптомы**: ступор, сонливость, следы уколов, водянистые глаза, пятна крови на рукавах рубашки, насморк.

**Внешние признаки**: наличие иглы или шприца для подкожных инъекций, матерчатого жгута, бечевки, веревки, ремня, обожженных крышек от бутылок или ложки, прозрачных пакетов.

* **Крэк**

**Симптомы**: короткий период эйфории, сменяющийся депрессией, гиперактивность в начальных стадиях, апатичность, непрекращающийся насморк.

**Внешние признаки**: наличие небольших камнеподобных кусков в стеклянных пузырьках или полиэтиленовых пакетиках, небольших ширмочек, свечей, бритвенных лезвий.



Изучив симптомы, понаблюдав за внешними признаками и выявив наличие вредной привычки на ранней стадии, необходимо:

— провести мероприятия по профилактике ПАВ − лекции, беседы, тренинги и т. д.;

— использовать интерактивные методы, быть готовыми вместе с детьми исследовать собственный эмоциональный и поведенческий опыт;

— больше внимания уделять формированию навыкам отказа от ПАВ − зависимости, нежели информационной части общения;

— не бороться с негативными явлениями вредной привычки, а вместо этого пропагандировать позитивные стороны ее отсутствия;

— проводить профилактику ПАВ-зависимости ребенка необходимо параллельно с ПАВ-зависимостью взрослых;

— профилактика ПАВ-зависимости должна опираться на ценности подростков, а не на ценности взрослых;

— важно обратить внимание на организацию досуговой деятельности подростка, его занятость в свободное время.

Профилактическую работу целесообразно проводить родителям совместно с социальным педагогом, психологом школы, наркологом.

