**НАРКОЗАВИСИМОСТЬ У ПОДРОСТКОВ.**

1 марта – Международный день борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. К сожалению, на сегодняшний день наркомания поразила все страны мира. Число употребляющих наркотики превышает 200 млн. человек.

Особое распространение наркотические вещества получили в молодежной среде, так как период взросления является довольно трудным жизненным этапом. В юном возрасте человек наиболее неустойчив психически: вспыльчивость, раздражительность, эмоциональная лабильность, склонность к конфликтам, ухудшение сна – типичные симптомы, встречающиеся у большинства подростков.

**Основными причинами употребления наркотиков являются:**

- поиск экстремальных удовольствий и острых ощущений;

-любопытство (многие думают, что это модно, или хотя бы раз в жизни нужно все попробовать);

-внутренние проблемы (непонимание в семье, школе, социальное неравенство, непринятие себя, заниженная самооценка);

- пример друзей;

-протест против сложившихся обстоятельств.

**Понять, что подросток употребляет наркотики, можно по следующим признакам:**

-изменения в поведении (частые немотивированные исчезновения из дома, смена круга общения, потеря интереса к семейным делам, заметное изменение характера, сужение круга интересов, пропажа денег и вещей из дома);

- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, круги под глазами;

- бессвязная, нечеткая замедленная или ускоренная речь;

- бледность или покраснение кожи;

-потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;

- неопрятность внешнего вида;

- нарушенная координация движений (пошатывание или спотыкание).

**Как предостеречь подростка от употребления наркотиков?**

Необходимо учить ребенка иметь свою индивидуальность и самостоятельность в принятии решений, уметь противостоять давлению сверстников, говорить «НЕТ»;

-уметь правильно выбирать друзей;

-участвовать в школьной или общественной жизни, заниматься спортом, музыкой или иметь другие позитивные увлечения;

- совместное с родителями времяпрепровождение чрезвычайно ценно и позволяет достичь тесной духовной близости.

**Что же делать, если Вы заподозрили подростка в употреблении наркотиков?**

Сохраняйте спокойствие и не паникуйте. Запаситесь терпением. Если понимаете причину, по которой ребенок начал употреблять наркотики, попытайтесь ее устранить. Жизненно важно оказывать поддержку своему ребенку. Показывайте и говорите, что вы его любите.

Если чувствуете, что не справляетесь, обращайтесь за помощью в медико-психологический либо наркологический кабинеты психоневрологического диспансера, расположенного по адресу:

г. Орша, ул. Владимира Ленина, 38.

Тел. Регистратуры:51-27-03

Телефон доверия:51-00-19

 Психолог ПНД Виктория Михальченко