



**Социально-психологическая служба при управлении  
образования администрации города Коврова**

**Памятка для родителей  
«Как уберечь детей от беды»**



**Учите ребенка сопротивляться давлению!**

Давление – это когда заставляют делать что-то такое, чего не хочется. Давление может быть разным: Лесть, угроза, попытка вызвать чувство вины, ссылка на дружеские отношения. Важно научить ребенка в ситуациях, опасных для здоровья твердо говорить «нет»!

**Признаки употребления наркотиков**

**Физиологические признаки:**

- бледность или покраснение кожи
- расширение или сужение зрачков
- замедленная или ускоренная речь
- потеря аппетита или чрезмерное употребление пищи
- хронический кашель
- плохая координация движения
- резкое снижение артериального давления
- расстройство кишечного-желудочного тракта

**Поведенческие признаки:**

- беспричинное возбуждение или вялость
- нарастающее безразличие
- уходы из дома, прогулы в школе
- бессонница или сонливость
- повышенная утомляемость

- частая и резкая смена настроения
- избегание общения с близкими, ложь
- постоянная просьба денег
- пропажа из дома ценностей

### **Очевидные признаки:**

- следы от уколов, порезы, синяки
- бумажки или денежные купюры, свернутые в трубочки
- закопченные ложки, фольга, капсулы.
- пузырьки, лекарства снотворного или успокоительного действия
- папиросы в пачках из-под сигарет

## **Будьте внимательны к своим детям!**

### **Что делать родителям?**

- Получите как можно больше достоверной информации по проблеме и выработайте объективный взгляд на нее.
- Поймите причины и степень вовлеченности ребенка в данную проблему.
- Будьте готовы встретить сопротивление вашего ребенка.
- Подумайте, что можно изменить в условиях жизни ребенка и семьи.
- Поддерживайте любые позитивные проявления ребенка!
- Доброе отношение, терпение и любовь могут помочь ребенку в трудный момент.
- Не стесняйтесь, обратитесь за помощью к специалистам!

### **Помните! Вы не одиноки.**

**Социально-психологическая служба при управлении образования  
г. Ковров, ул. Первомайская, д. 32  
тел. 2-32-18**