

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые, родители! Если Вашему ребенку 12 лет и старше, то необходимо знать:

- **В возрасте 12-15 лет**, молодые люди начинают обретать прочные связи в среде своих сверстников, меньше бывают дома и реже обращаются к родителям. Они начинают сталкиваться с реалиями действительности, пытаются найти основные жизненные ориентиры.
- **В возрасте 15-18 лет**, наступают первые признаки взросления. Это период самоутверждения. В этом возрасте подростки нуждаются в родителях, в их поддержке, помощи, понимании, хотя и не всегда это показывают.
- Отношение подростков к проблеме наркотиков в немалой степени зависит от взаимоотношений в семье и школе.
- Помогите подростку посмотреть на его проблемы конструктивно. В доверительной беседе дайте понять, что употребление наркотиков не поможет решить проблему или уйти от нее, а только создаст новые, еще более серьезные трудности.
- Молодые люди нуждаются в том, чтобы им обстоятельно и доходчиво объяснили, что представляют собой наркотики в действительности и как они могут повлиять на состояние человеческого организма.
- Нельзя не учитывать, что мы живем в такое время, когда очень многие люди употребляют (зачастую необоснованно) различные лекарства, в том числе и с наркотическим или психотропным действием. В то же время недостаточно внимания уделяется воспитанию правильного обращения с лекарственными препаратами. Взрослые не всегда доходчиво разъясняют подросткам общее назначение всех лекарств и необходимость осторожного отношения к ним.
- В разговоре с подростком будьте способным честно высказать свое мнение о наркотиках и наркомании, выразить свое собственное отношение к этой проблеме, часто холодные суждения оказывает на молодых людей более эффективное воздействие.
- **Быть родителями** - значит быть справедливыми защитниками, мудрыми советчиками и интересными экскурсоводами по дорогам жизни. Доброжелательность и поддержка семьи помогают воспитать в подростках чувство собственного достоинства, уверенности в себе и способность отстаивать свое мнение. Эти качества необходимы, чтобы противостоять давлению употребляющих наркотики сверстников, их стремлению навязать другим свою волю.

- Лучшим иммунитетом к наркотикам является оптимистичная, активная, целеустремленная и конструктивная жизненная позиция. Необходимо помочь подросткам выработать ее.
- Начинайте обсуждать тему наркотиков, не дожидаясь первых признаков неблагополучия, уже начиная примерно с 10-летнего возраста.
- Всегда помните, что подростки принимают за эталон поведения взрослых чисто внешние признаки и пытаются их копировать. Поэтому родителям и педагогам важно знать, кому стараются они подражать.
- **Помните, что вы очень много значите для вашего ребенка. Он замечает все, что вы делаете, как говорите и поступаете. Ваш личный пример, своевременное и уместно сказанное слово играют огромную роль.**
- Помогите ребенку разобраться в потоке информации о наркотиках и наркомании. Всегда старайтесь выслушать его, стимулируйте его стремление задавать вопросы. Отвечайте на вопросы заинтересованно, размышляйте вслух, не опасаясь признать своих сомнений и даже непонимания тех или иных моментов. Учите подростка вести диалог, ибо именно беседа поможет вам поддержать с ним контакт в течение всего периода взросления.
- **Сделайте ваш дом открытым и радушным для друзей ваших детей.** Участвуйте в обсуждении интересующих их вопросов. Поддерживайте и участвуйте в их увлечениях. Это укрепит ваш авторитет, позволит поддерживать с детьми доверительные отношения.
- В повседневном общении с ребенком не стоит опасаться и избегать тем, связанных с проблемой наркотиков и последствиями их употребления. Но при этом крайне важно, чтобы разговор был правильно выстроен. Будет лучше, если интересующие его вопросы он обсудит вместе с вами, а не в компании друзей или посторонних людей.
- Обсуждайте с подростком различные случаи и происшествия, касающиеся наркотиков. Предложите ему решить, как бы он поступил в той или иной ситуации. Обсудите возможные и наиболее правильные варианты поведения.
- **Учите его оценивать каждый свой поступок критически. Это поможет ему преодолеть беспечность, которая может толкнуть их на поиски легких решений, в том числе с помощью наркотиков.**

- Не забывайте, что подросток в силу возрастных особенностей и еще недостаточно развитых волевых процессов, низкой стрессоустойчивости, может прибегнуть к наркотику в крайне эмоциональном состоянии. Особенно важно быть внимательными к нему, сочувственно отнестись к их трудностям и попытаться отвлечь от неприятных размышлений.
- Показывайте своё уважение к мнению подростка, его видению мира. Если вы не согласны с ним, пытайтесь объяснить своё понимание проблемы ненавязчиво, но аргументировано и твёрдо. Похвалите, покажите свое удовлетворение и гордость за его правильные и хорошие поступки и решения. Не увлекайтесь критикой понапрасну. Пересматривайте свою тактику и характер общения с ребенком по мере его взросления.

Что необходимо сделать, если вы подозреваете, что подросток употребляет наркотики?

- Если вы обнаружили у подростка наркотические средства, предположите самое худшее – он пристрастился к наркотикам. Присмотритесь к его поведению. Некоторые поступки могут являться своего рода предупреждением об опасности, хотя могут отражать и нормальные проявления пубертатного развития.
- Постоянно наблюдайте за его поведением. Резкие изменения должны вас насторожить. Незаметно проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше перестраховаться.
- Особенно будьте бдительны в отношении друзей подростка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями. В любом случае не стесняйтесь говорить с ним о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики.

Если вы уверены, что подросток употребляет наркотики:

- Скажите ему прямо о вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что вы против употребления наркотиков и намерены вмешаться в ситуацию.
- Обратитесь к помощи специалиста - врача-нарколога.

- Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков подростком, обращайтесь за профессиональной помощью.
- **Особенно внимательно контролируйте любые случаи появления у подростка денег или вещей, происхождение которых вам неизвестно.**
- Сформируйте у подростка уважение к закону и правосознание, основанное на нравственности и здравом смысле. При этом целесообразно использовать положительные примеры из своей жизни, из жизни ваших родственников и друзей, а также авторитетных в молодежной среде людей.
- Разъясните подростку, какие социальные последствия последуют, и какая судьба его ждёт, если он совершит преступление, станет наркоманом

