

## Советы родителям по снижению риска употребления наркотиков ребенком (подростком)

Есть много способов влиять на своего ребенка. Не все эти способы легко применимы на практике, но все они помогут:

- *будьте внимательны к своим детям, находите хотя бы немного времени, чтобы послушать своих детей, пусть они чувствуют ваше внимание;*

- *не настаивайте на своей точке зрения, а вдруг она может быть ошибочна или не соответствовать представлениям ребенка о той или иной проблеме, ищите компромисс;*

- *как можно больше общайтесь со своим ребенком, рассказывайте ему о себе, ведь вы тоже были подростком и тоже сталкивались с теми или иными проблемами: непониманием друзей, неприятностями в школе, неудачной любовью;*

- *расположите ребенка к себе, чтобы он доверял вам, хотел обсудить свои проблемы именно с вами. Если не знаете, как это сделать, посоветуйтесь с психологом;*

- *помните, что проблема обсужденная - это проблема наполовину решенная;*

- *попытайтесь взглянуть на мир глазами своего ребенка;*

- *ваш ребенок должен знать и быть уверен, что он вам небезразличен;*

- *подружитесь с его друзьями. Друзья имеют огромное влияние на ребенка, приглашайте их домой, держите их в поле зрения.*



Адрес школы: 347540  
г. Пролетарск  
Ростовская обл.  
Ул. Ленина, 55



Тел. 9-98-05

Е-mail: [prol\\_school\\_4@mail.ru](mailto:prol_school_4@mail.ru)



Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное  
учреждение Пролетарская средняя  
общеобразовательная школа №4 им.  
Нисанова.Х.Д. города Пролетарска  
Пролетарского района Ростовской области

## Памятка для родителей

**СПАСЕМ ЖИЗНЬ ВМЕСТЕ!!!**

**Профилактика  
зависимости подростков  
от психоактивных  
веществ (ПАВ)**



2022-2023 учебный год

*Помните, что ваш ребенок уникален. Все дети нуждаются в том, чтобы их ценили и считали хорошими. Иногда трудно найти, чем же хорош ребенок, но найти нужно обязательно.*

**Профилактика наркомании должна начинаться с семьи.** Как профилактика наркомании может быть осуществлена в семье? Важнейшим моментом по-прежнему остается пример родителей, в особенности в том, что касается трезвого образа жизни. Важно, чтобы родители понимали, что профилактика наркомании может уберечь их ребенка от наркомании.

**Профилактика наркомании возможна при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье.** Сегодня в России средний возраст, в котором дети уже пробуют наркотики 14 лет. Значит, к этому возрасту подростки должны иметь четкую позицию отказа от наркотиков и профилактика наркомании должна начинаться намного раньше. Опросы среди наркоманов выявили безрадостную картину: на вопрос, почему вы не поговорили с родителями о том, что вам предлагают попробовать наркотики, 100% ребят отвечали, что будет скандал, запретят гулять, запретят дружить и т.п. На вопрос с кем бы вы посоветовались относительно приема наркотиков, 99% назвали друзей. Из этого можно сделать вывод, что запретительная, диктаторская тактика в общении и воспитании детей делает для них невозможным получить помощь в семье. Соответственно, профилактика наркомании невозможна. Такая тактика делает ребенка не защищенным перед соблазнами. И профилактика наркомании сводится на нет. Сегодняшний подросток скорее поверит друзьям, чем родителям. Почему? Друзья не осудят, друзья не накажут, друзья не лишат прогулок и т.д.

Профилактика наркомании в семье в виде бесед с ребенком не всегда дает результат. Взрослые часто совершают ошибку, не уважая мнение ребенка, не прислушиваясь к нему. Если ребенок оступился, что-то сделал не правильно, обычно его накажут, а не помогут разобраться и исправить ошибку. К подростковому возрасту, ребенок уже сформулировал для себя принцип общения с родителями: говорить о своих проблемах можно меньше, дабы избежать нотаций и наказаний. Но проблемы ребенка от этого не решаются и он идет с ними к друзьям. И благо если они хорошие, а если нет? Поэтому профилактика наркомании должна начинаться с уважения к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания в семье.

Тогда профилактика наркомании даст результат. Сегодня, к счастью, большинство российских детей еще не наркозависимы. Но ситуация сейчас такова, что так или иначе им придется быть в опасной близости с такой проблемой. Это могут быть и рассказы друзей об общем знакомом, который, как выяснилось, употребляет наркотики, и разговоры дома на эту тему, и не дай бог, предложения попробовать самому...

Дети узнают о наркотиках гораздо раньше, чем многие могут себе представить. И будет лучше, если они узнают об этой проблеме от близких людей и, прежде всего, от родителей. Почему подростки начинают потреблять наркотики? Если спросите самих детей и подростков, они ответят, что употребляют наркотики, чтобы:

- произвести впечатление на окружающих;
- доказать принадлежность к группе друзей;
- чтобы испытать чувство риска;
- испробовать что-то новое /запретный плод/;
- чтобы казаться взрослее;
- для забавы;

- от скуки;
- чтобы избежать давления взрослых;
- потому что легко достать, всюду предлагают, почему бы не попробовать...

Многие причины взрослым могут показаться неправдоподобными, несущественными или устаревшими, но это так. **Когда вы молоды, для вас завтра не существует...подростки живут и мыслят «здесь и сейчас».**

***Наркоманию можно победить только тогда, когда с каждым подростком в каждой школе, в каждой семье будет проводиться регулярная работа по формированию правильного отношения к наркотикам!***

***Родители еще здоровых детей, каждый задайте себе вопрос: «Что я САМ сделал, чтобы мой ребенок не стал наркоманом?» И начинайте действовать уже сейчас!***

### **5 советов родителям подростков:**

1. Создайте атмосфера добра дома, чтобы ребенок хотел возвращаться.
2. Будьте на стороне подростка. Вы можете дать понять, что не одобряете какие-то поступки ребенка.
3. Поддерживайте формирование адекватной самооценки у ребенка. Для этого ваша тоже должна быть в порядке! Все достойны уважения.
4. Помогайте подростку искать себя. Разрешите принимать ему важные решения, ошибаться и будьте рядом, чтобы помочь и поддержать.
5. Верьте в своего ребёнка! Каждый из нас способен на многое, нужно верить и действовать!