**НУЖНО ЛИ ОБСУЖДАТЬ С РЕБЕНКОМ ТЕМУ НАРКОТИКОВ?**

Да, нужно. Многие родители неохотно обсуждают эту тему со своим ребенком. Одни считают, что их детям это не грозит, другие откладывают разговор, потому что не знают, как об этом говорить.

**О чем необходимо помнить:**

1. Возраст для начала разговора на эту тему должны выбрать сами родители. Лучше, если разговор состоится до подросткового кризисного периода.

2. Не бойтесь признать, что у вас нет ответов на все вопросы. Главное – это то, что ваш ребенок знает, что вы серьезно относитесь к этой проблеме и вместе с ним можете найти недостающие ответы и способы противостояния давлению со стороны потребителей и распространителей наркотиков.

3. Объясните ребенку, что запрет на наркотики – это правило без исключений, которое действует всегда и везде: дома, у друга, в любом месте. Ребенку нужно объяснить – почему нельзя.

4. Не запугивайте ребенка рассказами о страшных последствиях употребления наркотиков. Делайте акценты на аспектах здоровья и вашей любви к нему.

**ВЫ НАДОЛГО СОХРАНИТЕ ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С РЕБЕНКОМ, ЕСЛИ:**

***Вы разговариваете с ребенком.***Если общения не происходит, нарастает непонимание, вы отдаляетесь друг от друга. У ваших детей появляется возможность найти понимание вне дома.

***Умеете слушать.***Слушая ребенка внимательно, вы узнаете о его чувствах и взглядах. Во время разговора старайтесь не перебивать его, не давать оценок. Проявляйте искренность и интерес к его делам.

***Стараетесь понять ребенка.***Он должен знать, что для вас его проблемы – не пустяк, и вы всегда готовы прийти к нему на помощь для решения этих проблем.

***Находитесь рядом.***Важно, чтобы ребенок знал, что «дверь» к вам всегда открыта, что у него всегда есть возможность поговорить или просто побыть с вами.

***Вы тверды и последовательны в своих поступках.***В семье должны существовать правила, соблюдение которых требуется от всех членов семьи. Если вы сами следуете этим правилам, то ребенок не может вас упрекнуть, что вы поступаете нечестно.

***Стараетесь все делать вместе.*** Планируете общие интересные дела – походы, спортивные соревнования, поход в театр или кафе. Когда дети вырастают, в семье уже существуют хорошие традиции общения и времяпрепровождения и они принесут их в свои семьи.

***Общаетесь с его друзьями.*** Пусть они приходят к вам в дом, или вам должно быть известно, где они собираются.

***Вы являетесь примером правильного поведения.*** Дети учатся не только по учебникам, но и на жизненных примерах. Ведите себя так, чтобы ваши собственные поступки отвечали тем нормам честности, духовной целостности и справедливости, которые вы хотите привить вашему ребенку.

***Не скупитесь на похвалу.*** Когда родители охотнее хвалят, чем критикуют, у детей вырабатывается самоуважение и не развивается комплекс неполноценности.

**ГУО «Комсомольская средняя школа» Речицкого района**

***НЕТ НАРКОТИКАМ!***

***(*ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ*)***



**Комсомольск, 2022**

***Наркомания***– это поражение личности, затрагивающее все стороны внутреннего мира, отношений с другими людьми и способов существования, которое сопровождается в большинстве случаев осложнениями со стороны физического здоровья.



**Как же узнать, что ваш ребенок употребляет наркотики?**

1.Резкие перепады настроения, которые быстро сменяются апатией, безразличием, нежеланием что-либо делать.

2.Изменение ритма сна: ребенок в течение дня может быть сонлив, вял, медлителен, а к вечеру, придя с прогулки, проявляет энергичность, желание что-либо делать.

3.Изменение аппетита и манеры употребления пищи, у ребенка меняется ритм еды: он может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, придя с прогулки, он может съесть полкастрюли борща, батон хлеба, попросить добавки.

4.Раздражительность, нетерпимость, иногда плаксивость, очень часто – агрессивность.

5.Неряшливость в одежде.

6.Следы от уколов. Если ваш ребенок в жаркий летний день ходит в одежде с длинными рукавами и стремится не попадаться вам на глаза в то время, когда руки не прикрыты, есть причина задуматься. Можно подойти и посмотреть локтевые сгибы ребенка.

7.Изменение размера зрачков, бледный цвет кожи, посторонние запахи.

8.Наличие упаковок от известных или не известных вам лекарств, игл, шприцов или коробка с зеленой травой со специфическим запахом.

9.Домашние атрибуты химической лаборатории. Иногда в ваше отсутствие дети могут собирать компании и сами готовить для себя наркотики. Об этом вы можете предположить, если, придя с работы, например, почувствуете запах ацетона.

Психологи утверждают, что большинство глупостей человек совершает из-за непонимания. Взрослые не слышат детей, дети – взрослых. Каждый живет в своем мире, а когда эти миры пересекаются – скандала не миновать.

Это самый простой способ толкнуть своего ребенка в мир «волшебства» и «дымка». Там подросток будет искать понимание и любовь, которых недополучил в родном доме от родных людей.

Общайтесь со своими сыновьями и дочерями, говорите им о том, как сильно их любите, гордитесь ими, желаете им только добра и счастья. Общайтесь искренно и без масок. Объясните подростку, что мир прекрасен без наркотика и его минутного «кайфа», мир красив без дополнительных «стимуляторов», а иллюзия, созданная зельем – не что иное, как обман, который рано или поздно развеется, оставив по себе только горечь, боль и сломанную жизнь…

***ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ СТАНОВЯТСЯ НАРКОМАНАМИ?***

***Взросление.***  Дети мечтают как можно быстрее повзрослеть, и наркотик, в их понимании, это часть взрослой жизни. Но подростки не в состоянии понять одного, самого главного – такое «взросление» способно погубить всю жизнь.

***Личные проблемы.*** Наркотик создает иллюзию, мир без проблем, которого нет на самом деле.

***Поиски удовольствия.*** Подросток, попробовавший раз психотропное вещество, испытав первый «кайф», желает продлить эти ощущения, повторить их как можно быстрее. И это самая большая опасность – психическая зависимость от наркотиков развивается очень быстро, а лечится труднее всего.

***Дружба с плохими парнями.***Подростковый возраст – это тот этап, когда одним из главных авторитетом для детей являются их друзья. Не исключено, что кто-то из них может предложить подростку заглушить душевный боль, чувство обиды и непонимания с помощью синтетического средства

Ребенок может быть из примерной семьи и дружить с хорошими ребятами, но в какой-то день ему захочется стать уважаемым лидером, обрести качества, которых нет ни у кого с его сверстников, и он пробует наркотик, алкоголь, табак… Еще вчера примерный ребенок становится «плохим парнем», но «взрослым» и «уважаемым» в компании тинэйджеров.