*Алкоголь – это внутриклеточный яд, который разрушает жизненно важные органы человека – печень, сердце, мозг. 100 граммов водки убивают 7.5 тысяч клеток головного мозга. 30% всех преступлений совершаются в состоянии алкогольного опьянения. Пьяница в семье – это горе, особенно детям. Дети алкоголиков в 4 раза чаще других заболевают алкоголизмом и наркоманией. Алкоголь особенно вреден для растущего организма и «взрослые» дозы для детей могут стать смертельными или привести к инвалидности.*

***КАКИМ ОБРАЗОМ МОЖНО УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ РАННЕГО ПРИОБЩЕНИЯ К АЛКОГОЛЮ И РАЗВИТИЯ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ?***

* **ОБЩЕНИЕ.**

Отсутствие общения с мудрыми родителями и педагогами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что советуют ребенку?

* **ВНИМАНИЕ.**

Умение слушать означает: быть внимательным к ребенку, выслушивать его точку зрения, уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним.

Не надо настаивать, что бы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно ваш ребенок занят. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, он вам рассказывает.

* **СПОСОБНОСТЬ ПОСТАВИТЬ СЕБЯ НА МЕСТО РЕБЕНКА.**

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

* **ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГА.**

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, наркотиков и алкоголя.

* **ЗНАНИЕ КРУГА ОБЩЕНИЯ.**

Очень часто ребенок впервые пробует алкоголь в кругу друзей. Он может испытать сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к страшим, к свои обязанностям, к школе и так далее. Кроме того, в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Поэтому важно в этот период – постараться принять участи е в организации досуга ребенка.

* **ПОМНИТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК УНИКАЛЕН.**

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениями, повышается уровень самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление ПАВ.

* **РОДИТЕЛЬСКИЙ ПРИМЕР.**

Употребление взрослыми алкоголя и декларируемый запрет на него для детей дает повод к обвинению в неискренности, в «двойной морали». Употребление, так называемых, «разрешенных» психоактивных веществ открывает дверь детям и для «запрещенных».

***НЕЛЬЗЯ СТРЕМИТСЯ К ИДЕАЛУ В РЕБЕНКЕ, НЕ ВОСПИТЫВАЯ ИДЕАЛ В СЕБЕ!***

*Необходимо помнить, что есть обстоятельства, способствующие употребления алкоголя – факторы риска. Обстоятельства, снижающие риск употребления алкоголя – факторы защиты.*

***ФАКТОРЫ РИСКА:***

* Проблемы с психическим или физическим здоровьем индивида.
* Деть рожденные и воспитанные родителями алкоголиками.
* Общение с людьми, регулярно употребляющими алкоголь и отсутствие устойчивости к давлению сверстников.
* Личностные качества (низкий интеллект, низкая самооценка, переменчивости настроения, неуверенность в себе, нежелание придерживаться социальных норм, ценностей и поведения и т.д.)
* Раннее начало половой жизни.
* Частые конфликты в семье, низкий уровень доходов в семье.
* Плохая успеваемость в школе, нежелание учиться.
* Проблемы при общении с родственниками, сверстниками.



***ФАКТОРЫ ЗАЩИТЫ:***

* Благополучие в семье, сплоченность членом семьи, хорошее воспитание.
* Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам.
* Хороший уровень достатка, обеспеченностью жильём.
* Регулярное медицинское обследование.
* Низкий уровень криминализации в населенном пункте.
* Высокая самооценка, способность эффективно решать возникшие проблемы, устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и свое поведение.

**Республиканский телефон доверия**

8 (801) 100-16-11 (круглосуточно, бесплатно)

**Телефон доверия "Для детей и подростков"**

8 (017) 246-03-03 (круглосуточно, бесплатно)

**Телефон доверия Центр Дружественный Подросткам «Откровение»**

42-76-55 (8.00-17.00, ПН-ПТ)

**Телефон доверия ГУО «Социально-педагогический центр полоцкого района»**

49-35-49 (8.00-16.30; ВТ,ПТ 8.00-18.30)

ГУО «Социально-педагогический центр Полоцкого района»

*Отдел комплексной реабилитации и профилактики*

**«Алкоголь в семье подростка»**

****

*Памятка для родителей по профилактике правонарушений*

Полоцк, 2019г.