**Помогите своему ребенку предотвратить потребление наркотиков**

Многие дети еще не вовлечены в эту проблему, но так или иначе им  придется с ней столкнуться.

 Сегодня дети узнают о наркотиках гораздо раньше, чем вы можете себе представить.

 Лучше пусть они узнают это от вас.

**Почему они это делают?**

 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 оказаться взрослее;

      -для забавы;

      -от скуки;

      -чтобы избежать давление взрослых;

      -потому что легко достать, всюду предлагают, почему бы не   попробовать…

     Многие причины взрослым родителям могут показаться неправдоподобными, несущественными или устаревшими, но это так. Когда вы молоды, для вас завтра не существует…

     Вы должны показать ребенку, что наркотики в будущем окажут вред в его жизни.

**Чьи дети вовлекаются чаще всего?**

       Ответ:  все дети одинаково подвластны, этому нет объяснения.

       Важно: **Вы должны помочь своему ребенку.** Как вы можете помочь детям?

       Есть много способов влиять на своего ребенка и не все эти способы легко применимы в практике, но все они помогут:

       -любите своего ребенка;

       -слушайте, учитесь слушать своих детей, пусть они чувствуют ваше внимание;

       -не настаивайте на своей точке зрения, а вдруг она ошибочна;

       -как можно больше общайтесь со своим ребенком, если не хотите потерять его;

       -рассказывайте ему о себе, ведь вы тоже были подростком и тоже сталкивались такими же проблемами;

       -расположите его к себе, чтобы он хотел обсудить свои проблемы с вами.

       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.

       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. На этом хорошем нужно обязательно. На этом хорошем нужно сосредоточиться и подчеркнуть, что он сможет достичь успехов в жизни, поможет выработать самоуважение.

**Что не говорить, чего избегать?**

      -не будьте агрессивными;

      -не читайте моралей;

      -не представляйтесь идеальным святым, не делающим ошибок;

      -не запугивайте и не угрожайте;

      Будьте тверды и последовательны. Если вы последовательны, то ребенок не скажет вам ‘Это несправедливо’

      **Как узнать, что ваш ребенок начал употреблять наркотики ?**

      Практически очень сложно узнать когда ребенок начал употреблять те или иные  наркотические вещества, но общие признаки таковы:

      -резкие перемены настроения

      -непривычная раздражительность и агрессия

      -потеря аппетита

      -сонливость и вялость

      -потеря интереса к бывшим увлечениям

      -повышенная лживость и неестественность поведения

      -необъяснимые ‘потери’ денег и пропажа вещей из дома

      -непривычные запахи в доме

      -следы уколов на теле

      -наличие в доме медикаментов, одноразовых не из домашней аптечки

      Если вы заметили, что ребенок уже употребляет наркотики

**ОСТАНОВИТЕСЬ И ПОДУМАЙТЕ:**

     -чем вы можете помочь ребенку?

     -уверены ли вы, что помочь ему – в ваших силах?

     -подумайте, может есть кто-то, кто может помочь вашей семье,

      ведь вам тоже понадобиться помощь

     -подумайте, как вам сохранить общение с ребенком, как не потерять    его.

      Если это первая проба, то просто поговорите с ним твердо, последовательно, заботливо,   не высказывая неодобрения.

     Но он должен узнать от ваc:

     -это повредит его здоровью сейчас и в будущем

     -это может повлечь за собой юридическую ответственность

     Как бы далеко это не зашло, покажите ребенку, что вы все равно его любите и заботитесь о нем.

**Предложите ему свою помощь, она нужна всегда!**