**Уважаемые мамы и папы!**

**Задумывались ли вы когда-нибудь над тем, что видят вокруг себя наши дети, на каких примерах они воспитываются? Как правило, родители всеми силами стараются оградить своих детей от проблем, существующих в современном обществе. Но сделать это становится все сложнее. Многие “болезни” современного общества, к сожалению, стали привычными явлениями нашей жизни. Ежедневно сталкиваясь с этими негативными проявлениями на улице, в общественных местах, а также на экранах телевизоров, наши дети перестают видеть в них нечто из ряда вон выходящее.**

## ****Когда начать говорить о наркотиках с детьми?****

**Родителям может показаться, что в 7-8 лет дети слишком малы для таких тем. И все же от подобных бесед есть польза, поскольку:**

* ***вы можете быть уверены, что дети получат верную информацию (при условии, что вы сами в курсе темы!);***
* ***дети узнают, что вы думаете о наркотиках и почему;***
* ***если возникнет возможность попробовать какой-то наркотик, то вероятнее всего дети вам об этом расскажут;***
* ***если у детей возникнут проблемы, то вероятнее всего они вам о них расскажут.***

**В этом возрасте дети уже кое-что слышали о наркотиках благодаря масс-медиа. Как правило, они еще не оспаривают авторитет родителей и готовы поделиться с вами своими мыслями.**

**Несколько советов, как начать беседу с детьми:**

* ***дав ребенку какое-то лекарство или принимая его сами, объясните, что лекарство можно брать только у достойного доверия взрослого, например, своего учителя или семейного врача;***
* ***видя по телевизору или в газете историю о наркотиках, воспользуйтесь случаем и начните беседу. Спросите, что ваш ребенок знает о наркотиках, и объясните просто и понятно, почему наркотики могут быть опасны.***

**Дети должны знать, что употребление наркотиков всегда рискованно!**

**Зачастую родители предпочитают пропустить эту тему, доверяя собственному разуму ребенка или же слепо надеясь, что "в нашей семье этого не случится".**

**Беседуя с подростком, родителям важно знать, что:**

* ***для большинства молодежи наркотики не являются частью жизни;***
* ***большинство молодежи, попробовав запрещенные наркотики, не начинает употреблять их постоянно.***

**Почему молодые вообще начинают употреблять наркотики? Часто причины те же, что и у распивания алкоголя:**

* ***им нравится быть "под кайфом";***
* ***их друзья или родители употребляют;***
* ***любопытство;***
* ***наркотики легкодоступны;***
* ***наркотики символизируют для молодых самостоятельность, независимость, нарушение каждодневных правил;***
* ***безделье, отсутствие  каких-либо  занятий, скука;***
* ***желание привлечь внимание.***

**Некоторые родители избегают любых тем, связанных с наркотиками, или же рассказывают своим детям исключительно шокирующие истории. Но спокойная беседа приносит пользу обеим сторонам. Также важно выслушать мнение и позицию молодых, как бы наивны или глупы они ни казались на первый взгляд.**

**Если вы хотите, чтобы в поведении детей что-то изменилось, то прежде всего придется подумать о своем поведении. Сердясь или теряя самообладание во время беседы, вы не достигнете желаемой цели. Важно до начала разговора продумать, в чем проблема, чья это проблема, и какого изменения поведения вы желаете.**

**Разговор будет легче, если:**

* ***вы дадите понять, что прежде всего заботитесь о здоровье, безопасности и самочувствии ребенка;***
* ***внимательно выслушаете их мнения и аргументы. Молодые не всегда видят проблемы в употреблении наркотиков. Прежде, чем сделать выводы, следует выяснить, что для них значат наркотики;***
* ***вы постараетесь спокойно описать свои чувства - это поможет разъяснить вашу позицию;***
* ***вы говорите с ними, а не о них. Не читайте лекции.***

***Вы знаете, что любую болезнь легче предупредить, чем лечить. Ухоженный, вовремя  накормленный,  заботливо  одетый  ребенок  может  быть  внутренне  одиноким, психологически  безнадзорным, поскольку  до  его  настроения, переживаний, интересов  никому  нет  дела.***

***Ограниченный  в  своей  активности  ребенок  не  приобретает  собственного  жизненного  опыта; не  убеждается  лично  в  том, какие  действия  разумны, а  какие  нет; что  можно  делать, а  чего  следует  избегать.***

***Помните,  что Ваш ребенок уникален.***

***Общайтесь  друг  с  другом.***

***Выслушивайте  друг  друга.***

***Ставьте  себя на его  место.***

***Проводите  время  вместе.***

***Дружите  с  его  друзьями.***

***Подавайте положительный  пример во  всём.***

**Найдите своему ребенку занятие по душе как можно раньше! Займите его музыкой, танцами, спортом. У ребенка сформируется свой, правильный круг общения. Это поможет избежать многих проблем.**

**Не ругайте ребенка, если он часто меняет занятие – он просто ищет себя!**

**Приведенные здесь советы только общие, потому что каждая семья особенная, и отношения между родителями и детьми индивидуальны.**

Если беда уже пришла в ваш дом - не  пытайтесь  бороться  в  одиночку, не делайте  из  этой  болезни  семейной  тайны,  обратитесь  за  помощью  к специалистам, они обязаны  помочь  Вам.

***Достоверная информация, полученная от специалиста, поможет развеять сомнения и избежать ненужных страхов.***

Запишите номер детского телефона доверия в свой телефон и телефон ребенка:

**8-800-2000-122** **Общероссийский детский телефон доверия**

(бесплатно, анонимно, круглосуточно).