

## 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 получают 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!

Зайдите на сайт Фонд поддержки детей <http://fond-detyam.ru/detskiy-telefon-doveriya/>

Там вы найдете советы для родителей, интересную информацию обо всех мероприятиях, проводимых Центром, о дворовых клубах по месту жительства, волонтерском движении, мероприятиях для семей, трудоустройстве для подростков и т.д. В нашем маленьком городе у детей большие возможности!

**Жизнь прекрасна,  
пусть Ваши дети это знают!**

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**

(бесплатно, анонимно, круглосуточно)

**Общероссийский детский телефон доверия**



**если вам нужна помощь, звоните —  
бесплатно и анонимно:**

8 (800) 100-49-94  
кризисная линия доверия  
круглосуточно

**Жизнь прекрасна!**



**Помогите вашим детям  
это понять.**