

## **Памятка для родителей «Как предотвратить надвигающуюся беду?»**

*Прежде всего, вооружитесь знаниями. Старайтесь как можно больше узнать об алкогольной и наркотической зависимости, последствиях и методах лечения. Не зря же говорят, что “знание - сила”. Если ребенок попадает в беду, то даже слабые родители становятся сильными.*

*Не замалчивайте тему курения, алкоголя и наркотиков, как будто таких проблем не существует или они никогда не смогут коснуться ваших близких.*

*Говорите с подростками обо всем, убеждайте, обосновывайте свои выводы, приводите факты. Не ждите беды. Предупреждайте ее появление.*

*Предоставьте подростку высказать свою точку зрения по любому из интересующих его вопросов, выслушайте его, терпеливо все разъясните.*

*Интересуйтесь друзьями своего ребёнка, той компанией, в которую он зачастил. Поинтересуйтесь, по какой причине его так тянет проводить там свое время. Постарайтесь получить информацию об этой компании не только из уст самого подростка.*

*Конечно, нельзя оскорблять чувства детей постоянной подозрительностью и контролем. Это может вылиться в ответное недоверие.*

*Стоит предварительно согласовать позицию обоих родителей по отношению к ребёнку и его поведению. Ваши разногласия не придадут силы и уверенности ни вам, ни вашим словам или действиям. К тому же ваш сын (дочь) может использовать их, чтобы манипулировать вами. Скорее всего, что вы встретите отпор и отрицание его причастности к алкоголю или наркотикам. Уже не раз говорилось о великой силе родительского примера. Если вы действительно хотите помочь своему ребенку, избавляйтесь и от своих пороков. Не надейтесь на то, что только правильными словами вы сможете исправить положение.*

*На ранней стадии употребления алкоголя или наркотиков с проблемой справляться проще. Разговаривайте с подростком по-дружески. Самое главное,*

чтобы ваш ребенок понял, в чем причина вашего сопротивления и запрета - в вашей искренней заинтересованности его здоровьем и жизнью. Не надо думать, что “попить пивка” в компании друзей или покурить “травку” - это почти безобидно. Потому что большинство алкоголиков и наркоманов начинают именно так. Ведь со временем организм начинает запрашивать все большие дозы. И вследствие привыкания человек переходит к сильнодействующим средствам.

Если зависимость от употребления наркотиков не еще сформирована, то удастся прекратить их употребление. Те люди, которые уже полностью зависят от наркотической дозы, теряют обычно контроль над употреблением. На этой стадии лечить очень трудно. Нужны деньги, время, ваша энергия и огромное терпение. Если вы сами не в силах справиться с проблемой, обращайтесь в анонимное общество наркоманов и членов их семей. Существуют лечебные и реабилитационные центры, где проводится стационарное лечение.