**Тема: РОЛЬ СЕМЬИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ**

*Информационный блок*

**Что вы можете сделать, если у вас появились подозрения, что ваш ребенок употребляет наркотики**

Если у вас появились подозрения, не старайтесь от них отмахнуться, не убеждайте себя в том, что вам просто показалось**, не говорите себе, что с вами этого произойти не может.**

Но и не бросайтесь, в другую крайность - не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили след укола, это еще не означает, что теперь ваш ребенок неминуемо станет наркоманом и погибнет. Зависимость от наркотика, хотя и формируется быстро, все же на это требуется время. Найдите в себе силы во всем спокойно разобраться. Постарайтесь стать для своего ребенка не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой.

**Сохраните доверие.** Угрозы, крик, запугивания оттолкнут подростка и он замкнется. Поговорите со своим ребенком на равных, как со взрослым. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор о вашем собственном опыте, расскажите о первом опыте употребления алкоголя. Было ли тогда важным для вас почувствовать себя взрослым, испытать новые ощущения. Может быть, подобные проблемы стоят сейчас перед вашим ребенком.

**Оказывайте поддержку.** Подросток должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он может с вами откровенно поговорить об этом, получить понимание и поддержку. Найдите больше времени для общения, поощряйте его интересы, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой.

Естественно, что вам потребуется и помощь специалистов. Получите консультации нарколога, сдайте анализы на наличие наркотиков. Помните, все это можно сделать анонимно. Не бегите от проблемы, она не разрешится сама собой.

**Лучше не скрывайте от родственников и друзей, что ваш ребёнок употребляет наркотики.** Один из первых порывов — скрыть от всех пагубное пристрастие ребёнка. Ребёнок, замечая ваши старания сделать вид перед родственниками, что ничего не изменилось, и сам начинает считать, что незачем что-то в себе менять. Кроме того, принимающий наркотики, как правило, умело пользуется незнанием родственников для того, чтобы выманить или украсть у них деньги н ценности для приобретения наркотиков. Не стоит давать деньги на наркотики, не поддавайтесь на попытки вызвать жалость. Никаких денег на наркотики не хватит. Поддерживая его в этом пристрастии, вы оттягиваете осознание ребёнком проблемы, «облегчаете ему жизнь», и у него будет меньше желания бросить наркотики.

**Не вините себя в том, что ребёнок - наркоман.** Никто не знает точной причины возникновения этой болезни в каждом конкретном случае. Вы в этом не виноваты. И чувство вины в сложившейся ситуации вам не помощник.

**Не забывайте про других членов семьи, особенно детей.** Естественно, что ребёнок-наркоман требует гораздо больше времени и внимания, чем раньше. Но другие дети не должны чувствовать себя брошенными и никому не нужными. Они тоже нуждаются в вашей любви и заботе не меньше, чем раньше. Невнимание к другим детям может усугубить проблему. Чувствуя себя забытым, другой ребёнок может замкнуться, уйти в себя, и вы, потеряв контакт, вовремя не заметите проблем с ним. А может произойти и другой вариант, когда ребёнок, чтобы привлечь ваше внимание, начнёт искусственно создавать проблемы и, как худший вариант, тоже начнёт принимать наркотики. Постарайтесь распределить своё время так, чтобы каждый из детей ощутил вашу любовь и внимание.

**Не сдавайтесь! Не отчаивайтесь!** Да, наркомания тяжёлое и коварное заболевание, но ваша настойчивость и любовь к ребенку поможет вам спасти его. Если не помогла одна программа, пробуйте другую. Верьте в успех, потому что многие сумели такого успеха добиться.

***ПРИЗНАКИ ВОЗМОЖНОЙ НАРКОТИЗАЦИИ ПОДРОСТКА***

- неожиданные перемены настроения от радости к унынию;

- проявление необычных реакций: взвинченное состояние, раздражение, агрессивность, чрезмерная болтливость, нехарактерные приступы сонливости;

- изменения в поведении: подросток начинает избегать родителей; теряет интерес к вещам, которые раньше были важными – хобби, спорт, школа, друзья;

- приступы «волчьего аппетита»;

- исчезновение из дома денег, ценных вещей; скрытое поведение, лживость; появление среди вещей подростка новых предметов (шприцов, игл, таблеток, и т. д.);

- появление на одежде необычных пятен или пятен крови; стремление подростка в теплое время носить одежду с длинными рукавами.

***ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ***

Разберитесь в ситуации. Не паникуйте. Зависимость от наркотика хотя и формируется достаточно быстро, все же на это требуется время. Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы сами справиться с ситуацией или вам нужно обратиться за помощью.

Сохраните доверие. Не поднимайте голос, не угрожайте – это скорее всего оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Будет лучше, если вы сможете на равных поговорить со своим ребенком, обратиться ко взрослой его части личности. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор с подростком о вашем собственном опыте (о первом опыте употребления алкоголя).

Оказывайте поддержку. «Мне не нравится то, что ты делаешь, но я все же люблю тебя и хочу тебе помочь» - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка.

Подумайте о своем собственном отношении к некоторым сомнительным вещам (табак, алкоголь).

Ведь вы являетесь примером в поведении ребенка.

Обратитесь к специалисту. Специалист сможет более точно и объективно оценить ситуацию и вместе с вами и вашим ребенком попробовать найти выход из трудного положения.

Отношения в семье, стиль воспитания, который выбирают взрослые, во многом определяют то, насколько гармоничной будет личность подростка, насколько успешно он будет справляться с жизненными проблемами и искушениями.

Возможно этот, материал, поданный в форме обращения ребенка к родителям, поможет вам по-новому взглянуть на ваши отношения с детьми.