

## **Памятка родителям по профилактике и предупреждению употребления несовершеннолетними наркотических и других психоактивных веществ.**

Основными причинами потребления несовершеннолетними наркотиков могут являться:

- употребление их ради так называемого любопытства;
- желание казаться более взрослыми или быть похожими на них;
- одним из способов обратить на себя внимание родителей. Кроме того, поводом для вовлечения подростков в незаконный оборот наркотических средств и психотропных веществ может послужить и отсутствие занятости, неорганизованность досуга несовершеннолетнего (кружки, секции и т.д.). Ниже приведены некоторые рекомендации, при соблюдении которых возможно уберечь подростка не только от употребления наркотиков, но и спиртных напитков.

### Рекомендации

- В первую очередь между родителями и подростком должны выстроиться доверительные отношения, несмотря на занятость и усталость после работы, необходимо ежедневно общаться с ребёнком, так как общение – это основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребёнку?
- Постарайтесь выслушивать друг друга, а именно точку зрения ребёнка, не подвергать её жёсткой критике. Старайтесь в том или ином случае поставить себя на его место с целью понять его позицию, так как подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не понимал. Важно дать понять ребёнку, что он может обратиться к Вам в любой момент, когда это действительно необходимо. Данное поведение с Вашей стороны позволит почувствовать подростку Вашу заинтересованность в его судьбе.
- По возможности старайтесь как можно больше проводить времени с ребёнком. Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, иным способом устраивать с ребёнком совместный досуг. Для ребёнка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от наркотиков и спиртных напитков.
- Помните, что Ваш ребёнок уникален. При этом, он хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Помогайте своему ребёнку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. В случае возникновения конфликтной ситуации не кричите, постарайтесь

разговаривать с ним в спокойном тоне, объяснить неправоту его действий (поступков) их последствия (можно привести примеры из жизненного опыта). Избегайте насмешливого или снисходительного тона.

- **ПОМНИТЕ**, наркотики не помогают решить проблемы, наркомания – болезнь, разрушающая душу и тело! Употребление наркотиков - один из путей заражения ВИЧ-инфекцией. Наиболее частые причины смерти наркоманов – передозировка, СПИД, убийство, самоубийство, гепатит В и С.

**ОТКАЗЫВАЯСЬ ОТ НАРКОТИКОВ, ВЫ ВЫБИРАЕТЕ ЖИЗНЬ!**