УЧАЩИЕСЯ 10-11 КЛАССОВ

У старшеклассников уже произошел переход от конкретного мышления к абстрактному, сформирована ориентация на будущее. У них уже присутствует реалистичное понимание взрослости. Однако, молодые люди готовы обсуждать с родителями и другими взрослыми проблемы и пути выхода из них, делая это на равных. Это дополнительная возможность для родителей помочь подростку в этом возрасте.

В то же время подросток ориентирован на группу. И принадлежность к той или иной группе оказывает влияние на систему верований

и убеждений, что, в свою очередь, формирует его поведение и действия.

К ОКОНЧАНИЮ ШКОЛЫ СТАРШИЕ ПОДРОСТКИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ

 Как долгосрочно или краткосрочно действуют разные наркотики.

 Возможность фатального исхода.

 Взаимосвязь между употреблениями наркотиков и различными заболеваниями СПИД, ЗППП и т.д.

 Употребление наркотиков не является преступлением без жертвы – жертвой оказывается человек, который употребляет наркотики, а также его близкие.

 Возможный эффект и последствия управления автомобилем или механическими инструментами при употреблении ПАВ.

 Воздействие, которое оказывает наркотик и

как реагирует общество на употребление наркотиков и алкоголя.

В этом возрасте нужно обсудить вероятность того, что среди его друзей или знакомых могут быть те, кто употребляют наркотики и алкоголь. Говорите о том, как алкоголь и наркотики угрожают жизни, и как они могут ограничить возможности вашего ребенка в будущем. Послушайте, что говорит ребенок о тех, кто употребляет ПАВ, постарайтесь узнать его отношение к незаконным употреблениям опасных веществ.

Постарайтесь выработать стратегию по ограничению бесконтрольного пребывания дома, пока вы находитесь на работе. Исследования показывают, что именно в промежуток с 14 до 18 часов подростки пытаются экспериментировать с алкоголем и наркотиками.

Пусть ребенок посещает секцию, кружок, танцевальную студию. Предложите поработать в свободное от учебы время. Чем больше времени занято у вашего ребенка, тем меньше вероятность пробы наркотиков и алкоголя.

Планируйте безалкогольные и безникотиновые мероприятия во время каникул. Взаимодействуя с другими родителями, контролируйте вечеринки и другие «тусовки», на которых присутствует ваш ребенок.

Постарайтесь обеспечить доступ к современной информации об употреблении наркотиков и алкоголя, и об их влиянии на организм.

Планируйте совместные «вылазки» в ВУЗЫ и другие учебные заведения. Говорите с вашим ребенком о будущем, о его ожиданиях и планах, о выборе будущей профессии.

Помните, что люди, живущие в прочных эмоциональных связях с близкими, меньше предрасположены к зависимостям. Постарайтесь укрепить отношения взаимного уважения с вашим взрослым сыном или дочерью, сохранить атмосферу доверия в семье.

ДЛЯ ЗАБОТЛИВЫХ РОДИТЕЛЕЙ

**ПРИНЦИПЫ РАЗГОВОРА**

с подростком об

алкоголе и наркотиках

# Уважаемые родители!

В данной брошюре мы предлагаем информацию об эффективном взаимодействии в системе

«родитель-подросток» по формированию активной позиции для защиты здоровья вашего ребенка.

# УЧАЩИЕСЯ 7-9 КЛАССОВ

В подростковом возрасте взаимодействие родителей с детьми сводится к контролирующему влиянию родителей.

Это период проявления у подростков признаков соревнования и его можно приравнять ко второму рождению. Дети хотят расстаться со своим прошлым, желая найти свое "новое лицо". А это может привести к разрыву со старыми друзьями, некоторыми учителями и близкими взрослыми.

В этом возрасте для подростков важна сильная эмоциональная поддержка со стороны родителей.

А правильная модель вашего поведения будет тем примером, который послужит основой для формирования характера вашего ребенка.

Первые пробы табака, алкоголя или психоактивных веществ обычно приходятся на 7-8 класс.

К ОКОНЧАНИЮ 9 КЛАССА ПОДРОСТКИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ

 Стадии химической зависимости, непредсказуемость влияния наркотиков на

людей с различными физиологическими особенностями.

 Влияние наркотиков на все функции организма.

 Воздействие наркотиков и алкоголя на людей, чья деятельность требует концентрации внимания (например: водитель автомобиля, участник

спортивных соревнований, рабочий автоматизированных машин).

Большая часть родительских усилий в эти годы должна быть направлена на усиление у вашего ребенка мотивации избегания алкоголя, табака и других психоактивных веществ.

Если вы обсуждаете в семье алкоголь и наркотики, то концентрируйте внимание на их быстром, неприятном эффекте.

Информация о том, что у старшеклассника, который курит, может быть рак легких и неприятности с сердцем через несколько лет, как правило, не достигает своей цели и не имеет на него никакого влияния. В этом возрасте с подростком лучше говорить о том, что у

Него будет неприятный запах изо рта, потемневшие зубы и неприятно пахнущая, прожженная одежда. А так же, возможно, и трудности в близком общении с любимой девушкой (юношей), если ей (ему) неприятен запах табака.

Родителям необходимо помнить, что многие молодые люди начинают употреблять наркотики, потому что их употребляют друзья. Поэтому постарайтесь нейтрализовать влияние сверстников своим влиянием. Организуйте совместные семейные праздники, походы в кино, прогулки.

Усильте введенные ранее в вашей семье позиции противоалкогольных и противонарко-тических правил. Акцентируйте внимание на том, насколько непредсказуемый эффект могут оказывать алкоголь и другие психоактивные вещества, убеждайте вашего ребенка, что употребление наркотиков очень рискованно, и это - плохой опыт, приводящий к изменению

характера, личности, отношений с окружающими.

Познакомьтесь с друзьями ребенка и их родителями. Во время встреч обсудите с родителями друзей ожидаемую модель поведения ваших детей. Выработайте совместные правила о времени возвращения их домой, о проведении вечеринок на территории друзей.

Говорите с ребенком о понятии «дружба», отмечайте то, что настоящие друзья не будут предлагать и заставлять делать то, что принесет вред себе, друзьям и семьям друзей.

Планируйте совместные (или «контро-лируемые») вечеринки для постановки акцента на

антиалкогольных правилах.

Приглашайте друзей своего ребенка в гости попить чаю, обсудить события или фильмы.

Постарайтесь контролировать местонахождение вашего ребенка: если ребенок в доме друга, будьте уверены, что вы знаете друга и его родителей; если пошел в кино, необходимо знать, что это за фильм и в каком месте идет просмотр.

Внезапное изменение планов – посещение другого друга или поход в другой киноцентр - если только это не согласованно лично с вами - не должно остаться незамеченным.

Если в семье были или есть родственники с алкогольной (наркотической) зависимостью, расскажите подростку историю семьи, уделив особое внимание генетической предрасположен-ностик данным заболеваниям, так как ребенок находится в

«группе риска», и даже разовое употребление наркотиков может спровоцировать возникновение зависимости.

Тренируйтесь с ребенком говорить «НЕТ». Учите его узнавать проблемные ситуации. Например, попадание в дом, где нет взрослых, а молодые люди пьют пиво или курят.

Определите круг ситуаций, в которых вашему ребенку могут быть предложены алкоголь или другие наркотики, и попробуйте попрактиковать ребенка в умении отказаться от употребления ПАВ. Проговаривайте разные ситуации до тех пор, пока не будете уверены, что ребенок знает, как отказаться от наркотика и алкоголя и обосновать свой отказ.

Периодически просматривайте и обновляйте с ребенком домашние правила и его обязанности по

дому. Ограничивайте его пребывание у компьютера и телевизора и регулируйте «комендантский час».

Объясняйте, почему вводится то или иное правило, соблюдения которого вы ждете от подростка. Иначе ему будет не ясно, откуда эти правила берутся. Чрезвычайно полезно послушать, что сами подростки думают о вводимых правилах и последствиях, которые могут появиться в случае их нарушений.

Дети в этом возрасте озабочены тем, как их воспринимают другие. Вы можете помочь своему