# ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Дети растут, меняются, вступают в полосу взросления, и часто под маской

«проблем переходного возраста» родители не могут разглядеть настоящей беды, которая постучалась в их дом. Особенностями современной подростковой субкультуры являются крайне опасные эксперименты молодёжи с различными психоактивными веществами.

## Изменения поведения подростков на этапе первых проб имеют общие признаки потребления наркотиков (иногда их принимают за типичное



* + явно проявляющаяся скрытность ребёнка, увеличение



* + снижение учебной мотивации (падает интерес к учёбе, к прежним



* + изменение ритма сна (в течение дня может быть вялым, медлительным,а ночью без устали слушает музыку, смотрит фильмы, играет на гитаре и т.д.,на следующий день всё повторяется);
	+ щевого поведения (подросток может целыми днями ничего не есть, не страдая от голода, и вдруг, придя с улицы, съедает все

«запасы» из холодильника;

-

удовлетворения возросших материальных потребностей (пропажа денег из дома, вещей и т.д. – 

* + появляются новые подозрительные друзья, или поведение старых приятелей изменяется, разговоры ведутся шёпотом, используются непонятные



* + настроение меняется очень быстро и часто не соответствует ситуации и реальной действительности, от полной апатии до безудержной энергичности. Эти циклы не связаны с конкретными событиями, они как бы сами по себе.

Правильная родительская позиция, адекватная реакция на сложившуюся ситуацию, позитивная направленность на своего ребёнка позволит вашим подросткам избежать опасных экспериментов и с наименьшими потерями преодолеть весьма сложный подростковый период.

## Правила, которые могут помочь родителям и детям в сложных жизненных ситуациях:

* + Не впадайте в панику или истерику при возникновении беды, демонстрируйте конструктивный подход к решению проблемы и умение



* + Не кричите и не воздействуйте физически на подростка. Уважайте его личность и не переступайте границы.

-



* + Не делайте, не решайте за ребёнка то, что решить должен он сам. Подростку необходимо столкнуться с неприятными последствиями своих поступков, чтобы научиться отвечать за принятое им самим решение.

-

* + Не критикуйте понапрасну. Если вы не согласны, выскажите своё мнение ненавязчиво, 
	+ Многочасовые разговоры о наркотиках, нравоучительные беседы бесполезны и могут дать только обратный эффект.

## Правила, которые позволят родителям не потерять контакт с подростком и удержать его от опасных экспериментов:

* + Чаще беседуйте со своим ребёнком на самые разные темы. Поощряйте его инициативу.

-

* + Помните, что забота — это не только создание материального благополучия, а любовь – не сиюминутное выполнение всех требований



* + Для ребёнка самым главным является время, проведённое вместе с



* + Организуйте досуг ребёнка так, чтобы у него оставалось, как можно меньше свободного времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.).

-

взрослеющих детей, внимательно относитесь к любому возникающему у них



* + Поддерживайте своих детей на пути к взрослой жизни. В повседневных хлопотах не забывайте о бесценном даре, который у вас есть – о вашем ребёнке.  - Любите своего подростка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что у вас есть и сейчас рядом
	+ Будьте примером здорового образа жизни.

-

своим ребёнком. Это позволит вам на долгие годы сохранить тёплые,



* + Помните, что замеченные Вами изменения поведения, отношений с друзьями, перепады настроения и т.д. указывают на то, что в жизни Вашего ребенка не все благополучно.