**Алкоголизм у подростков** - довольно часто встречающееся явление, которое обычно начинает развиваться в 13-15 лет, реже - в более раннем возрасте (детский алкоголизм).

**Каким образом можно уберечь ребенка от раннего приобщения к алкоголю и развития алкогольной зависимости?**

**1. Общение.**

Отсутствие общения с мудрыми родителями и педагогами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. **Но кто они и что посоветуют ребенку?**

**2. Внимание.**

Умение слушать означает:

- быть внимательным к ребенку;

- выслушивать его точку зрения;

- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;

Не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом…»

**3. Способность поставить себя на место ребенка.**

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

**4. Организация досуга.**

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков.

**5. Знание круга общения.**

Очень часто ребенок впервые пробует алкоголь в кругу друзей. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Поэтому важно в этот период – постараться принять участие в организации досуга друзей ребенка.

**6. Помните, что ваш ребенок уникален.**

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление ПАВ.

**7. Родительский пример**.

Употребление взрослыми алкоголя и декларируемый запрет на него для детей дает повод к обвинению в неискренности, в "двойной морали".

Употребление, так называемых, «разрешенных» психоактивных веществ открывает дверь детям и для «запрещенных». **Нельзя стремиться к идеалу в ребенке, не воспитывая идеал в себе!**

**Родители, помните!**

**«Дети учатся жизни, которой они живут»**

**Если детей критиковать, они учатся обвинять.**

**Если дети видят враждебность, они учатся драться.**

**Если дети живут в страхе, они учатся бояться.**

**Если детей высмеивать, они учатся быть застенчивыми.**

**Если дети видят ревность, они узнают что такое зависть.**

**Если детей стыдить, они учатся чувствовать себя виноватыми.**

**Если детей подбадривать, они вырастают  уверенными в себе.**

**Если детей хвалить, они учатся нравиться себе.**

**Если детей принимать такими, какие они есть, они учатся видеть в мире любовь.**

**Если дети видят честность и справедливость, они знают, что  такое правда и справедливость.**

**Если дети растут в безопасности, они учатся верить в себя и в тех, кто их окружает.**

**Если дети живут в атмосфере дружелюбия, они учатся тому, что мир прекрасен.**

****

 ****

МУ «КЦСОН Красноперекопского района

 г. Ярославля»

ул. Гагарина, д. 32А

телефон: 38-90-34

2018