**Наркомания – что это такое?**

Одной из наиболее острых проблем, вызывающих большую тревогу как в России, так и во всем мире является распространение наркомании. Это явление представляет собой непосредственную угрозу здоровью не только отдельной личности, но и нации в целом.

**Что такое наркотики?**

Наркотики – это химические вещества растительного или синтетического происхождения, способные вызывать изменение психического состояния, систематическое применение которых приводит к зависимости.

**Что такое наркомания?**

Наркомания – заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества.

В результате употребления наркотиков формируется психическая и физическая зависимость. Скорость формирования зависимости и ее тяжесть могут быть разными: влияет возраст, частота употребления, особенности организма.

**Почему молодежь решает попробовать наркотик?**

·      Давление группы, в которой находишься;

·      Это риск, а потому это интересно;

·      Это приносит «приятные» ощущения;

·      Так принято на любой «вечеринке»;

·      Это помогает чувствовать себя взрослым;

·      Это помогает забыть о проблемах;

·      Бытует мнение, у некоторых, что в жизни надо попробовать все.

**ЧТО НЕОБХОДИМО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ,**

**ЧТОБЫ УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ НАРКОТИКОВ**

**1. Учите вашего ребенка иметь свою индивидуальность***:*

- расскажите ему, что делает человека особенным и уникальным. Поговорите с ним о людях, которых он уважает, спросите, что на его взгляд делает их особенными, заслуживающими уважения. Попросите ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забудьте напомнить ему те положительные качества, которые он может упустить;

- одобряйте, хвалите ребенка за небольшие успехи и достижения. Поощряйте даже маленькие достижения и делайте это чаще;

- объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказать свое собственное мнение.

**2. Помогайте выявлять и развивать способности и таланты:**

- смотрите на ребенка как на личность;

- давайте ребенку именно то, что необходимо именно ему, а не то, чего вы недополучили в детстве;

- показывайте ему, что можно делать, а не то, чего делать нельзя.

- помогайте ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

**3. Создавайте условия для развития ребенка:**

- показывайте ребенку, как вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему;

- устанавливайте четкие, обоснованные границы дозволенного;

- давайте ребенку свободу в той степени, в которой он проявляет ответственность;

- избегайте прямых столкновений (ссор и скандалов);

- исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребенка;

- не оставляйте без внимания попытки исправиться.

**4. Прививайте ребенку семейные идеалы и жизненные ценности на личном примере:**

- рассказывайте о своих личных убеждениях, касающихся потребления наркотиков;

- имейте собственные оригинальные суждения, принимайте решения самостоятельно, а не потому, что «так делают все»;

- относитесь с уважением к сохранению своего здоровья и ведите здоровый образ жизни;

- стремитесь к самосовершенствованию;

- поступайте так, как учите поступать ребенка.

**5. Изучайте особенности потребления алкоголя и наркотиков в молодежной среде:**

- постарайтесь следить за увлечениями своих детей и представлять, где и с кем они проводят свое время;

- обсуждайте с ребенком проблемы наркомании, рассказывайте о воздействии наркотиков на организм, о решающей роли первой пробы наркотика на пути к наркозависимости, об опасности общения с людьми, употребляющими наркотики, о том, где, кто и как может предложить наркотики, о том, как отказаться от предложений «присоединиться».