

## **Наркотический дебют подростка**

Воспитание в семье определяет большую часть особенностей личности ребенка, которые влияют на качество его жизни в будущем. Отношения родителей и ребенка, начиная с момента его рождения – это первый опыт отношений, который в будущем переносится на отношения с другими людьми в различных сферах жизни.

Если обратиться к мотивам, которые толкают попробовать наркотик, то наиболее распространенные из них:

**-любопытство, желание испытать новые яркие ощущения;**

— **желание быть и казаться взрослым, протест;**

— **попытка справиться с переживаниями, не имея другой возможности пережить сложную ситуацию;**

— **почувствовать «общность» с другими, быть «своим» в компании.**

**В этих мотивах есть подсказка, чего в семье может не хватать подросткам, начавшим употреблять наркотические вещества:**

— **новых впечатлений, возможности испытывать радость, удовольствие, здоровый азарт, вместе с близкими людьми;**

— **самостоятельности, возможности самому принимать решения;**

— **доверия, возможности поделиться с близкими людьми переживаниями;**

— **принятия своими родными.**

**Отталкиваясь от этого, нужно стремиться строить гармоничные отношения с ребенком.**

**Если Вы хотите создать в своей семье атмосферу любви, доверия и безопасности, начните с изменения своего поведения.**

1. Выработывайте ясные и справедливые правила совместной жизни, так, что бы и Вы сами их соблюдали. Выполняйте данные ребенку обещания.
2. Наравне с радостью или нежностью важно проявлять и свою злость, и печаль. Ребенку важно знать, что эти чувства не игнорируются и не находятся «под запретом» в семье. Собственным примером показывайте, что делиться своими переживаниями – это нормально и не стыдно. Учитесь сами адекватно проявлять как положительные, так и отрицательные эмоции.
3. Развивайте в ребенке навыки самостоятельного принятия решений, инициативу, ответственность. **Давайте понять, что принимаете сделанный им выбор.** Не решайте все проблемы ваших детей сами.
4. Бунт подросткового возраста, состоит в том, что мнение ребенка начинает не совпадать с мнением самых близких людей – родителей. А в будущем, оно будет не совпадать с мнением других людей, которые встретятся ему на пути. Учите ребенка отстаивать свою позицию, а не подавляйте. Принимайте его убеждения, его взгляд на мир, искренне интересуйтесь и старайтесь понять.
5. Учите справляться с трудностями и неудачами, говорите, что отрицательный опыт, это тоже опыт. Но не забывайте о поддержке. **Для ребенка важно чувствовать безопасность и уверенность в том, что его поддержат при любом исходе.**
6. Учите ребенка получать удовольствие в повседневной жизни (от природы, хорошей книги, общения с интересными людьми, занятия спортом и т.д.). Но не забывайте получать удовольствие и сами, вместе с ним. Проводите досуг вместе, организуйте совместные выходы в театр, кино, разделяйте с ребенком радость от жизни!