**Если ребенок употребляет наркотики**

**Причины начала употребления психоактивных веществ подростками.**

* Доказать принадлежность к группе, не отставать от друзей
* Из любопытства, чтобы узнать, что это такое
* Испытать чувство риска
* Желание избавиться от внутреннего напряжения и беспокойства, уйти от проблем или наоборот обрести способность противостоять им.
* Казаться взрослее
* Для забавы, от скуки
* Избежать давления взрослых
* Испытать чувство расслабления, удовольствия

**Как уберечь ребенка от употребления психоактивных веществ.**

* Проводите больше времени со своим ребенком. Вместе обедайте, гуляйте, отдыхайте, слушайте музыку и ходите на футбол. Уважайте интересы Вашего ребенка. Будьте внимательны к своим детям, находите хотя бы немного времени, чтобы выслушать их, пусть они чувствуют Ваше внимание.
* Участвуйте в жизни Вашего ребенка. Постоянно интересуйтесь: кто? что? когда? и где?. Знайте: КТО друзья Вашего ребенка, ЧТО они делают, КОГДА они приходят домой и ГДЕ они проводят время.
* Не настаивайте на своей точке зрения, а вдруг она может быть ошибочна или не соответствовать представлениям ребенка о той или иной проблеме, ищите компромисс.
* Объясняйте ему, почему в Вашей семье не употребляют алкоголь и наркотики.
* Как можно больше общайтесь со своим ребенком, рассказывайте ему о себе, ведь вы тоже были подростком и тоже сталкивались с теми или иными проблемами.
* Станьте ребенку больше, чем отцом или матерью - станьте его лучшим другом и доверенным лицом. Помните, что для вашего ребенка именно Вы   пример для подражания. Ребенок всегда замечает, что Вы делаете. Будьте для него примером.
* Обращайте внимание на ребенка, когда он поздно возвращается с дискотеки или от друзей. Что он делает, что говорит, нет ли странностей в его поведении, какой запах исходит от его одежды.
* Узнайте сами больше о вредных привычках, чтобы аргументировано объяснять ребенку, почему нельзя употреблять алкоголь и наркотики.
* Ваш ребенок должен знать и быть уверен, что он вам небезразличен.
* Не стесняйтесь обратиться за помощью. Если Вы заметили, что Ваш ребенок ведет себя странно и неадекватно (например, если природы неестественно бурной активности сменяются глубокой депрессией) немедленно бейте тревогу.

**Что делать если вы узнали, что ребенок употребляет наркотические вещества.**

* не поддавайтесь панике, внимательно понаблюдайте, не демонстрируя чрезмерного подозрения за поведением ребенка.
* не будьте агрессивными, не применяйте физического наказания, это может привести к обратному эффекту.
* обсудите свои подозрения с ребенком, стараясь не кричать на него, не обвинять и не называть его наркоманом, не читайте моралей, не угрожайте.
* поддержите ребенка, проявите внимание и заботу.
* дайте понять ребенку, что не одобряете его поступок, но по-прежнему любите и уважаете его.
* никогда не верьте его уверениям, что он может справиться сам, без помощи.
* постарайтесь уговорить его обратиться для консультации к врачу-наркологу, психологу.
* в любом случае свяжитесь с врачом сами и посоветуйтесь.