**[Памятка для родителей.](http://sosh22.mogilev.by/pamyatka-dlya-roditelej-kak-uberech-detej-ot-upotrebleniya-alkogolya/)**

[**Как уберечь детей от употребления алкоголя**](http://sosh22.mogilev.by/pamyatka-dlya-roditelej-kak-uberech-detej-ot-upotrebleniya-alkogolya/)

**Ни для кого не секрет, что в настоящее время подростку совсем не сложно купить спиртные напитки, ровно, как и сигареты. В каждом районе каждого города страны есть небольшие магазины, продавцы которых не обращают внимания на возраст покупателя. Да и сами подростки, предпочитающие употреблять алкоголь в компании, отправляют в магазин того, кто выглядит старше других, и потому административными мерами решить вопрос потребления алкоголя подростками сложно.**

**И потому следует смотреть, каким образом можно изменить эту ситуацию, воздействуя на детей социальными методами в семье или учебном заведении.**

**Почему подросток покупает пиво? Родителям, которые сами регулярно употребляют дома спиртное, и делают это на глазах у ребенка, вообще не стоит задавать такой вопрос. Возможно, в первый раз он попробовал спиртное даже дома. Такой случай можно назвать одним из самых сложных, поскольку избавить подростка от пагубного пристрастия будет крайне сложно. В первую очередь, работать над собой здесь придется его родителям. Им придется раз и навсегда отказаться от привычки употреблять спиртное дома, при ребенке. Для ребенка поведение родителей является примером, и все их пагубные привычки будут приниматься им как должное. Одним словом: не желаете проблем с ребенком — не показывайте ему дурной пример.**

**Как показывает практика, дурные привычки становятся отрадными и ряду вполне благополучных ребят. Происходит это в том случае, если родители имели неосторожность слишком настойчиво оберегать детей, и в итоге все их наставления стали восприниматься ребенком от обратного. Чтобы не спровоцировать своего ребенка на нездоровый интерес к спиртному, не стоит настойчиво и ежедневно объяснять ему о вреде таких увлечений. Ребенок не глуп: ему достаточно объяснить всего один-два раза, чтобы он понял вашу точку зрения. Ежедневные же нравоучения станут насилием над мозгом подростка и будут провоцировать его на нарушение норм, о которых шла речь.**

**Если ребенок попадает в компанию такого рода, где употребление спиртного считается нормой, оградить его от этого становится весьма сложно. Единственный выход здесь заключается в смене компании ребенка за счет привития ему новых интересов. Можно предложить ему заняться спортом, теми же боевыми искусствами, и в ходе тренировок он найдет себе новых друзей. Можно направить его в один из патриотических клубов или лагерей, где он так же найдет для себя новые жизненные принципы и откажется от старой компании. Но все же главная работа по предупреждению раннего употребления алкоголя подростком должна проводиться дома. С детских лет сын или дочь должны знать о вреде употребления алкоголя, а равно и о том, что такие действия считаются аморальными и антиобщественные.**

**Как распознать, что подросток начал употреблять алкоголь?**

**Необходимо обратить внимание на резкое изменение в поведении ребенка.**

**• Если появились такие черты как грубость, агрессия, раздражительность.**

**• Ребенок стал замкнутым, скрытным.**

**• В доме пропадают деньги, вещи.**

**• У ребенка резко снизилась успеваемость.**

**• Приходит поздно домой с запахом алкоголя.**

**Что делать, если подросток пришел домой пьяным?**

**С подростком необходимо поговорить. Но разговор лучше отложить до утра, в состоянии алкогольного опьянения подросток не станет слушать никакие доводы.**

**В разговоре с подростком необходимо выяснить причины, по которым он решил попробовать алкоголь и найти способ достигнуть тех же целей, но без спиртного. Научить подростка отстаивать свое мнение, говорить «Нет». Это поможет подростку завоевать авторитет среди сверстников, без выпивки.**

**Если ребенок всерьез интересуется спиртным, необходимо обратиться за помощью к врачу или психологу, специалисты дадут соответствующие рекомендации и при необходимости проведут анонимное лечение алкоголизма.**

**Как уберечь детей и подростков от алкоголизма?**

**Подросток должен чувствовать себя комфортно в своей семье, чувствовать, что его понимают. Воспринимать своих родителей в качестве самых умных наставников в жизненных вопросах.**

**• Проявляйте уважение к подростку. Не манипулируйте своим опытом и возрастом. Не показывайте свое превосходство.**

**• Найдите общее увлечение. Оно позволит с большим удовольствием проводить совместно свободное время.**

**• Помогите подростку стать личностью, достойным взрослым человеком.**

**• Будьте всегда авторитетны, а для этого всегда ведите себе достойно в любых ситуациях.**