



**Вы узнали, что Ваш ребёнок употребляет наркотики.
Первая мысль – что предпринять?
Прежде всего – не поддаваться панике.**

Найдите смелость признаться себе в том, что Ваш ребёнок болен, и скажите ему о своих подозрениях: «Мне кажется, что ты принимаешь наркотики...» только в тот момент, когда Ваш ребёнок находится не под воздействием наркотика.

Не настраивайтесь на лёгкую победу. Скорее всего, Вы не дождётесь честного признания. Наркоманию (как и алкоголизм) называют «болезнью отрицания», потому что заболевшему человеку даже самому себе всегда кажется, что стоит только захотеть, и он сможет отказаться от привычки.

Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные нервы, они Вам ещё пригодятся. Тем более, что криком Вы ничего не добьётесь. Представьте себе, как бы Вы себя вели, заболел Ваш ребёнок другой тяжёлой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придёт в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже.

Наберитесь терпения и постарайтесь понять, что ребёнок повзрослел, и он вовсе не Ваша собственность, поэтому вправе жить так, как хочет, и самостоятельно выбирать, употреблять ему наркотики или нет. Другое дело, что Вы можете, да просто обязаны, сказать ему, что не одобряете этот выбор, и сделать всё, чтобы он имел полную информацию о том, что его ждёт в будущем, какие необратимые процессы будут происходить в организме, если отказаться от лечения.

Постарайтесь понять, что не в Ваших силах сию минуту всё изменить. Самое сложное – признать, что Ваш ребёнок всё равно будет делать то, что считает нужным, но при этом он должен знать, что ответственность за свой образ жизни (и за последствия своей болезни) он несёт самостоятельно.

Не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам: психиатрам, наркологам.

Это очень трудная задача – показать подростку, что мир прекрасен и без наркотиков. Для этого необходимо не терять с ним внутренней связи, интересоваться, чем он живёт, относиться к его личности с уважением. В данном случае только от взрослых зависит, смогут ли они сохранить добрый дух семьи, который впоследствии станет для ребёнка «охранной грамотой» в любых испытаниях. Доброжелательность – главное условие общения внутри семьи. Быть может, память о собственной юности, Ваше внутреннее «Я» далёких детских лет безошибочно подскажет верный тон при общении с повзрослевшими детьми.

Не скрывайте от подростка ничего, что Вам известно о наркомании! Знание всегда было силой! Только делайте это ненавязчиво и не пытайтесь его запугивать, потому что результат Ваших усилий может оказаться обратным: запретный плод сладок.

Детей учит то, что их окружает:

- Если ребёнка часто критикуют, он учится осуждать.
- Если ребёнку часто демонстрируют враждебность, он учится драться.
- Если ребёнка часто высмеивают, он учится быть робким.
- Если ребёнка часто позорят, он учится чувствовать себя виноватым.
- Если к ребёнку часто бывают снисходительны, он учится быть терпеливым.
- Если ребёнка часто подбадривают, он учится уверенности в себе.
- Если ребёнка часто хвалят, он учится оценивать.
- Если с ребёнком честны, он учится справедливости.
- Если ребёнок живёт с чувством безопасности, он учится верить.
- Если ребёнка часто одобряют, он учится хорошо к себе относиться.
- Если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным, он учится

находить в этом мире любовь.