**Как узнать, что ребенок употребляет алкоголь.**

Следующие методы помогут Вам определить зависимость ребенка от спиртных напитков.

**Употребляет ли Ваш ребенок алкоголь?**

Если Вы подозреваете, что ребенок употребляет спиртные напитки, внимательно присмотритесь к его поведению. Признаки зависимости от алкоголя:

* Ухудшение внешнего вида подростка.
* Изменение взаимоотношений со сверстниками. Друзья могут сильно повлиять на то, будет ли ребенок принимать алкоголь или нет.
* Изменение поведения по отношению к близким людям, например, агрессивность или нежелание общаться.
* Неуспеваемость в школе: отсутствие интереса и стимула к учебе.

**Пробовал ли ребенок спиртные напитки?**

Если Вы думаете, что ребенок несколько раз употреблял алкоголь:

* Спросите его об этом. Узнайте, какие напитки он употреблял и что при этом испытывал, понравилось ли ему это. Внимательно выслушайте рассказ подростка, а именно, понравилось ли употреблять и почему. Близость Ваших отношений повлияет на откровенность ребенка. Спросите о сверстниках, которые дали ему попробовать алкоголь и о тех, кто употреблял его вместе с ним.
* Поговорите о Ваших опасениях, и не только о злоупотреблении алкоголем, но и других важных вопросах, например, успеваемости в школе.
* Напомните еще раз о нормах поведения в семье, о том, принято ли в семье употреблять эти вещества и о последствиях, если подросток не будет придерживаться семейных ценностей. Если Вы не желаете, чтобы Ваш ребенок употреблял спиртные напитки любого вида, прямо заявите ему об этом. Если Вы не знаете, как это сделать, используйте рекомендации по прекращению алкогольной зависимости.
* Попросите ребенка прекратить употребление алкоголя, особенно, если в семье уже были случаи зависимости. Если ребенок прекратит сейчас, то он, возможно, избежит негативных последствий.
* Ведите разъяснительную политику. Очень важно давать подростку информацию о влиянии и последствиях от употребления алкоголя и курения.
* В**ы теряете контроль над ситуацией?**

У ребенка могут возникнуть проблемы в школе или дома, трудности общения с окружающими людьми и с законом в результате приема спиртных напитков. Если Вы подозреваете, что подросток употребляет алкоголь, примите меры. Это намного серьезнее, чем Вы думаете, и требует немедленного вмешательства. Частое или постоянное употребление алкоголя ведет к физической и психологической зависимости или уже к наличию таковой.

**Чтобы помочь подростку:**

* Наводите справки. Посмотрите, есть ли доказательства того, что ребенок принимает спиртные напитки. Если Вы склоняетесь к мнению, что ребенок употребляет алкоголь, соберите о нем всю необходимую информацию.
* Выберите подходящий момент, а именно, когда ребенок еще не успел принять алкоголь. Говорить с тем, кто находится в состоянии алкогольного опьянения, нет смысла.
* Спросите прямо. Узнайте, какие напитки принимает ребенок, как часто и где их берет. Как правило, подростки об этом умалчивают.
* Оцените ситуацию. Попросите врача обследовать Вашего ребенка. Раннее вмешательство будет способствовать возможному отказу от употребления алкоголя.
* Обратитесь за помощью. Посещайте группу поддержки для родственников алкоголиков. Существуют специальные курсы для родителей, где обсуждаются последствия алкогольной зависимости. Употребление спиртных напитков является семейной проблемой, поскольку все члены семьи ощущают на себе негативные последствия. Родственникам таких подростков следует изменить свое отношение к ним.

**Что делать дальше?**

После прочтения этой информации Вы сами можете понять, когда подросток начинает употреблять алкоголь, и попытаться справиться с этим. Поговорите с врачом, если подозреваете, что ребенок курит, пьет. Попросите доктора помочь.