Октябрь 2010 год

Выпуск 2

МОУ СОШ № 2 г.Дальнереченск

*В помощь классному руководителю*

## О наркотиках

## (для беседы с родителями)

Ежегодная, почти традиционная эпидемия гриппа сопровождается массовым интересом к средствам его профилактики и лечения, а эпидемия, о которой говорят специалисты " эпидемия наркомании - не вызывает у родителей даже десятой доли должного внимания. А ведь наркомания подобна инфекционному заболеванию, только в роли вируса выступает информация, провоцирующая интерес к наркотикам, а источник инфекции - те, кто употребляет наркотические вещества, и те кто заинтересован в их распространении. Опасность заразиться есть у каждого, если отсутствует иммунитет.

Странно то, что в такой обстановке родители по прежнему остаются в неведении: ребенок может употреблять наркотики, а родители и не подозревают об этом. И упускают время ...

Родители стараются, по возможности, не думать о том, что с их ребенком может случиться что-то плохое. Это психологическая защита: говорят, что, предчувствуя дурное, можно накликать беду. Родители не имеют права не знать того, что знают сегодня их дети. Взрослым положено знать и понимать больше, они должны быть способны вовремя прийти на помощь ребенку, предупредить его об опасности.

КТО? КАК? ПОЧЕМУ?

Сегодня вашему ребенку могут предложить наркотики в школе, во дворе, в подростковом клубе на дискотеке. Вы не в силах исключить возможность этого, и всегда должны быть готовы к такому развитию событий.

Почему это происходит? Почему они решают попробовать наркотик?

возможно, это выражение-внутреннего протеста;

может, это знак принадлежности к определенной  
группе;

это риск, а потому интересно;

это приносит приятные ощущения;

так принято на любой вечеринке;

это помогает чувствовать себя взрослым;

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

От чего зависит, станет ли ваш ребенок пробовать наркотики и станет ли он наркоманом?

Если ребенок комфортно чувствует себя в семье, то он либо не станет пробовать наркотики, либо это будет досадной случайностью. Но если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может стать для него тем, чего ему не хватает в жизни. В отдельных случаях даже однократное употребление наркотика может привести к зависимости от него.

В общении с ребенком есть важные правила, которые становятся простыми, если входят в привычку. Они помогают родителям устанавливать с детьми отношения взаимного уважения и доверия. И тогда в семье о ребенке знают все, не следя за ним специально, отпускают подростка в компанию, не допрашивая о тех, кто с ним будет, замечают, что с ребенком не все в порядке раньше, чем он пожалуется сам ...

## Мои поступки - не смертельный грех

## (для беседы с родителями)

## 

В помощь классному руководителю

Стр.

.

**Памятка родителю от ребенка.**

Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.

Не защищайте меня от последствий моих ошибок. Я учусь на собственном опыте.

Не обращайте слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне так много внимания.

Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне.

Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вы вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.

Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

Не забывайте, что Я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения, но похвала, даже честно заслуженная, иногда все же забывается. А, нагоняй, кажется, никогда.

Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.

Кроме того, я вас так сильно люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью…

Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что необязательно предоставлять мне все, что я прошу. Я просто испытываю вас.

Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход.

Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.

Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорно пытаться во всех случаях оставлять последнее слово за собой.

Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить; это поколеблет мою веру в вас.

Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле.

Не делайте за меня того, что я в состоянии сделать сам.

Не позволяйте моим «дурным привычкам» привлекать ко мне чрезмерное ваше внимание. Это только вдохновляет меня на продолжение их.

Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращу гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.

Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами отсутствует. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги, но давайте поговорим об этом несколько позднее.

Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки - смертельный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынуж ден защищаться, притворяясь глухим.

**Памятка для родителей как не «просмотреть подростка».**

**(для беседы с родителями)**

Чрезвычайно важно не «проспать» периода начала употребления подростком наркотиков. Можно выделить некоторые признаки, проявление которых должно стать поводом для более внимательного отношения к подростку и его проблемам:

Исчезновение денег или ценностей из дома;

Увеличение требуемой подростком суммы денег на карманные расходы;

Необычные, неизвестные Вам и ранее не встречавшиеся порошки, капсулы, таблетки;

Смятая фольга, иглы и шприцы;

Неожиданные перемены настроения от активности к пассивности, от радости к унынию, от оживленного состояния к вялому инертному;

Необычные реакции: например, раздражение, агрессивность, вспыльчивость или чрезмерная раскованность и болтливость;

Потеря аппетита, снижение веса;

Потеря интереса к вещам, которые раньше были для подростка важным, хобби, учебе, спорту, друзьям;

Резкое изменение круга друзей;

Немотивированность и нехарактерные приступы сонливости;

Необычные пятна, запахи или следы на теле и одежде подростка;

Проявление скрытности в поведении;

Лживость, отказ сообщать о своем местонахождении;

Невнятная речь;

Пропуск занятий или неожиданное и беспричинное снижение успеваемости в школе.

Многие из перечисленных здесь признаков употребления наркотиков совпадают с типичными особенностями подросткового поведения. Поэтому не делайте слишком поспешных выводов. Но – бережного Бог бережет.

***Что должны родители.***

Прочитать и узнать о наркотиках все, что можно.

Изучить сигналы опасности, чтобы знать, как определять стадию наркозависимости.

Определить четкую позицию против любого вида наркомании.

Попытаться стать для детей образца поведения, сделать так, чтобы слово взрослых в доме не расходилось с делом.

Построить семейные отношения таким образом, чтобы с детьми можно было обсуждать любые проблемы.

Установить правила, которым все в доме должны следовать.

Поощрять участие детей в интересных конструктивных начинаниях и делах.

Поддерживать в ребенке независимость и самоуважение.

Нести ответственность за ребенка, но всегда быть готовым помочь и чужим детям.

Поддерживать своих детей в их *желании* приглашать в дом друзей.

Познакомиться с родителями друзей своего ребенка.

Научиться слушать и слышать своих детей.

## Памятки для родителей

МОУ СОШ № 2 г.Дальнереченск

Не запугивайте, они могут перестать вам верить.

***«Чего не должны родители.***

Считать нормой пьянство или употребление наркотиков.

Предлагать алкоголь и *табак детям,* не достигшим совершеннолетия.

Финансировать или давать детям разрешения на действия, которые нельзя проконтролировать.

Ругать или наказывать ребенка, когда он пьян или находится в наркотическом дурмане.

Угрожать ребенку.

Ждать принудительных мер школы или представителей закона, которые помогут вашим детям вернуться к нормальной жизни.

Впадать в уныние, если ваша первая попытка исправить положение не удалась. Ребенок должен знать, что вы не опустили руки и обязательно пойдете дальше.

Отчаиваться, «решив», что все кончено; помнить, что безнадежных случаев не бывает.

Разговаривайте друг с другом:

если общения не происходит, вы отдаляетесь друг от друга.

Умейте выслушать -

внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своем.

Рассказывайте им о себе.

Пусть ваши дети знают, что вы готовы поделиться с

ними, а не уходить в себя.

Будьте рядом:

важно, чтобы дети понимали, что дверь к вам открыта, и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.

Будьте тверды и последовательны:

не выставляйте .условия, которые не можете выполнить.

Ребенок должен~знать, чего от вас ожидать.

Старайтесь все делать вместе,

планировать общие интересные дела:

нужно как можно активнее развивать интересы ребенка, чтобы дать ему альтернативу, если ему вдруг предстоит делать выбор, где одним из предложенных вариантов будет наркотик.

Общайтесь с его друзьями:

подросток часто ведет себя тем или иным образом.

находясь под влиянием окружения.

Помните, что ребенок нуждается в вашей поддержке: помогите ему поверить в свои силы.

Показывайте пример.

Алкоголь, табак, медикаменты - их употребление привычно, хотя может вызвать проблемы (например, алкоголизм). Все эти вещества легальны, но то, как вы их употребляете, какое место они занимают в вашей жизни - пример для ваших детей.

**Простые правила**