

Рекомендации для
родителей **по**
профилактике
табакокурения и
употребления ПАВ,
агрессивного поведения
детей и подростков.

Психоактивное вещество(ПАВ) –
это любое вещество, которое
может изменять у человека его
восприятие, настроение,
способность к познанию, поведение
и двигательные функции

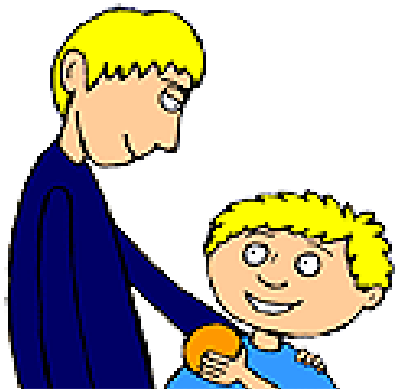


Причины употребления ПАВ детьми и подростками. Внутренние причины.

1. Желание не отстать от компании, стать «своим» среди сверстников, быть принятыми, понятыми.
2. Стремление к удовольствию. Желание обрести хорошее настроение и душевный комфорт.
3. Чтобы забыть о своих проблемах, отключиться от неприятностей.
4. Любопытство и скука, интерес к «запретному плоду», желание испытать неизведанное. Любопытство.
5. Желание выглядеть взрослым.

Внешние обстоятельства, способные подтолкнуть детей и подростков к употреблению ПАВ:

1. Жестокое обращение в семье.
2. Алкоголизм родителей.
3. Эмоциональное отвержение со стороны родителей (чувство, что мама его не понимает, отвергает).
4. Постоянные конфликты между родителями.
5. Бунт против чрезмерной опеки со стороны родителей.
6. Реклама в средствах массовой информации, призывающая хорошо провести время и навязывающая мнение, что алкоголь, сигареты – это неотъемлемые атрибуты современного успешного человека.

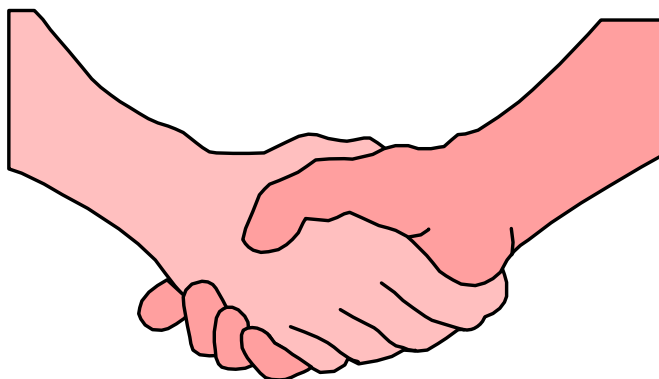


- **Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания.**
- **Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.**
- **Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.**

- **Не запрещайте категорично. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.**
- **Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.**
- **Семейные ценности – здоровый образ жизни. Совместный досуг.**

- **Поощряйте участие ребенка в кружках, спортивных секциях.**
- **Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право.**

Сотрудничество со школой



Что такое агрессивность?



Агрессия – это разрушающее поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический и моральный ущерб людям, вызывающее отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.





Критерии агрессивности

Ребенок:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается со взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребенок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из 8 перечисленных признаков.



Как предупредить агрессивное поведение детей и подростков?

- Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
- Исключите агрессию из окружающего мира ребенка (физические наказания, сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.)
- Говорите о своих ощущениях, чувствах («Я огорчена...», «Я расстроен...»)
- Демонстрировать модель неагрессивного поведения.

- Нужно научиться самим и научить детей выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами.
- Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
- Наказания не должны унижать ребенка.
- Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после вспышки.
- Шутка. Доброжелательный тон.

***Дорогие
родители,
успехов вам
воспитании
детей!***

