Уважаемые родители, обратите внимание на следующие изменения в поведении вашего ребенка:

Любая особенность в поведении вашего ребенка - сигнал тревоги!

- внезапные изменения в поведении;
- в режиме питания, сна;
- в отношении к посещению школы;
- изменения во внешнем виде, пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- потеря интереса к тому, что раньше интересовало;
- стремление к уединению, уход от контактов с друзьями, с семьёй;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении;
- постоянное чувство бесполезности, одиночества, вины или грусти;
- раздача ценных для себя вещей;
- приведение дел в порядок;
- неожиданные проявления агрессии, бунт, неповиновение, вспышки агрессии из-за мелочей;
- саморазрушение и рискованное поведение,
- опрометчивые поступки;
- потеря самоуважения;
- избегание общения со сверстниками;
- проявление признаков беспомощности, безнадёжности и отчаяния;
- появление общей двигательной заторможенности или, наоборот, двигательное возбуждение;
- потеря аппетита или обжорство;
- частые жалобы на недомогания.

Будьте внимательны! Важно насторожиться, если в поведении ребенка без видимых причин проявляются:

- необоснованное снижение посещаемости школы, безразличное отношение к отметкам; сужение круга интересов, частое общение с новыми друзьями,
- неспособность мыслить логически, объяснять свои поступки и их причины, неадекватные реакции на замечания или вопросы, грубость;
- ослабление связей с родителями и другими членами семьи, непослушание родителям и учителям, постоянный поиск денег;
- малопонятные разговоры по телефону с использованием жаргона и обрывков;
- изменение внешнего облика - запущенность в одежде, общее похудание, бледность, землистый цвет или покраснение, красные или мутные глаза, чрезмерно широкие или узкие (до точки) и не реагирующие на свет зрачки, дряблость кожи, повышенное слюноотделение; шатающаяся, неустойчивая походка, замедленные или неточные, порывистые, размашистые движения, повышенная жестикуляция, множество лишних движений, покачивание в положении стоя или сидя, характерный запах табака;

- внезапное проявление интереса к содержимому домашней аптечки, действию различных лекарств;
- обнаружение у подростка предметов или следов, сопутствующих употреблению наркотиков: следов от инъекций на теле, порошка, капсул или таблеток в его вещах; шприцев, игл, марлевых и ватных тампонов, резиновых жгутов, ампул и пузырьков из-под жидких медицинских препаратов, самокруток, сухих частиц растений, сигарет.

Перечисленные признаки указывают на то, что возможно ваш ребенок курит, употребляет алкоголь или другие наркотические вещества.

Рекомендации

- Всегда помните, что дети еще только учатся быть взрослыми. Часто из-за отсутствия жизненного опыта и неумения определить главное в том или ином явлении, они принимают за эталон в поведении взрослых поверхностные, чисто внешние признаки и пытаются их копировать. Поэтому важно знать, кому они стараются подражать. Помните, что Вы очень много значите для Вашего ребенка. Он замечает все, что Вы делаете, как говорите и поступаете. Ваш личный пример, своевременное и уместно сказанное слово играют огромную роль.

- Помогите детям разобраться в информации о наркотиках и наркомании. Подберите соответствующую литературу, ознакомьтесь с доступной информацией и постарайтесь довести ее до сознания ребенка в непринужденной беседе, при просмотре телепередач или во время совместного чтения газет, журналов, книг.

- Сделайте Ваш дом открытым и радушным для друзей Ваших детей. Поддерживайте, и участвуйте в их увлечениях (спорт, коллекционирование, творчество и т.п.). Это укрепит Ваш авторитет, позволит поддерживать с детьми доверительные отношения.

- Обсуждайте с детьми различные случаи и происшествия, касающиеся наркотиков. Предложите им решить, как бы они поступили в той или иной ситуации. Обсудите возможные и наиболее правильные варианты поведения.

- Беседуйте со своим ребенком о проблемах, связанных с наркотиками. Предостерегайте его, обосновывая свою позицию. Не ждите, когда у него появятся явные признаки употребления наркотиков.

- Оставаясь твердым в своих установках, никогда не отказывайте ребенку в возможности что-либо высказать или обсудить. Ваша излишняя жесткость может вызвать «молчаливый бойкот» со стороны ребенка.

- Всегда интересуйтесь тем, что делают ваши дети, в каких компаниях проводят время. Родители должны знать, где бывают дети и кто их друзья.

- Если вы заподозрили, что ваш ребенок употребляет наркотики, внимательно приглядывайтесь к нему. Заведите дневник, в который

записывайте все особенности поведения вашего ребенка, отмечая дату и время.

- Перед тем, как провести с ребенком серьезный разговор, составьте для себя список доводов чтобы разъяснить, почему возникла потребность в таком разговоре. Проводите его только, если ребенок в нормальном трезвом состоянии и если вы держите себя в руках. Будьте готовы, что разговор вызовет у вашего ребенка раздражение. Нужно ожидать, что ребенок попытается «надавить на» ваши чувства. Но ваша твердая позиция будет для него наилучшей заботой.

Должны насторожить и следующие ситуации в жизни:

- стремление к уединению, уход от контактов с друзьями, с семьёй, превращение в человека-одиночку;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении;
- постоянное чувство бесполезности, одиночества, вины или грусти;
- раздача ценных для себя вещей;
- приведение дел в порядок;
- неожиданные проявления агрессии, бунт, неповиновение, вспышки агрессии из-за мелочей;
- саморазрушение и рискованное поведение,
- опрометчивые поступки;
- потеря самоуважения;
- избегание общения со сверстниками;
- проявление признаков беспомощности, безнадёжности и отчаяния;
- склонность к нытью;
- частые жалобы на недомогания;
- отсутствие планов на будущее;
- склонность к неоправданно рискованным поступкам.
- нестабильное семейное окружение: конфликт с родителями, семья на грани развода и др.;
- пережитое насилие, физическое, сексуальное или моральное; в качестве последнего могут воспринимать обиды, унижения со стороны учителей, родителей;
- ощущение собственной отвергнутости;
- слишком критическое отношение к себе, частые самообвинения; ощущение неполноценности по сравнению с другими;
- случаи увлечения неформальными, религиозными течениями, оккультизмом и другими молодежными субкультурами («эмо» и др.).

Перечисленные признаки указывают на возможную склонность вашего ребенка к аутоагрессивному поведению.

Рекомендации

- Дорожите любовью своего ребенка. Помните, от любви до ненависти только один шаг, не делайте необдуманных шагов!
- Не унижайте своего ребенка. Унижая его, вы формируете у него умение и

навык унижения, которые он сможет использовать по отношению к другим людям. Не исключено, что ими будете вы.

- Не угрожайте своему ребенку. Угрозы взрослого порождают ложь ребенка, приводят к боязни и ненависти.

- Не налагайте запретов. В природе ребенка - дух бунтарства. То, что категорически запрещено, очень хочется попробовать, не забывайте об этом.

- Не опекайте своего ребенка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно СТАТЬ БОЛЬШИМ.

- Не идите на поводу у своего ребенка, умеете соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности.

- Развивайте в себе чувство юмора. Учитесь смеяться над своими слабостями, разрешайте своему ребенку смеяться вместе с вами. УЧИТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА СМЕЯТЬСЯ НАД СОБОЙ! Это лучше, чем если над ним будут смеяться другие.

- Не читайте своему ребенку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

- Будьте всегда последовательны в своих требованиях, хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет».

- Развивайте чувство ответственности перед своими родителями, друзьями и другими близкими людьми.

- Не лишайте своего ребенка права быть ребенком. Дайте ему возможность побыть озорником и непоседой, бунтарем и буяном. Период детства весьма скоротечен, а так много нужно попробовать, прежде чем станешь взрослым! Дайте возможность своему ребенку быть ребенком во время детства, иначе период детства продолжится и в его взрослой жизни. Это может обернуться серьезными последствиями и для вашего ребенка, и для вас, родители!

- Помните, что самое большое родительское счастье - видеть состоявшихся, умных и благодарных детей!

За поддержкой вы можете обратиться:

Всероссийский телефон доверия

8 – 800 – 2000 – 122

По интересующим вопросам и за консультацией можете обратиться:

Заместитель директора по воспитательной работе-

Савда Мустафиевна Гайнуллина,

24-93-96, 8-905-007-75-27

Педагог-психолог – Набиева Лена Зинуровна

24-93-96, 8-960-393-24-65

Воспитатели

24-93-96