**Как оградить ребенка от употребления вредных веществ**

**Цель**: повышение компетентности родителей по вопросам ранней профилактике ПАВ у детей.

**Целевая аудитория**: родители учащихся 4 класса.

**Ход беседы**:

Психоактивное вещество (ПАВ) – это любое вещество, после употребления, которого изменяется восприятие, настроение, познавательная способность, поведение или двигательные функции человека и в результате употребления которого развивается зависимость.

Существует определенная тенденция человека - стремление к удовлетворению своих врождённых потребностей. По мнению психолога А.Маслоу, все человеческие потребности организованы в систему, с учётом доминирования мотиваций. Сам А.Маслоу выделяет следующие потребности:

1. Уровень – физиологические (органические) потребности: голод, жажда, половое влечение и т.д.
2. Уровень - потребность безопасности и защиты: безопасность существования, комфорт, постоянство условий жизни, чувство уверенности, избавление от страха и неудач.
3. Уровень - потребность в принадлежности и любви: социальные связи, общение, привязанность, забота о другом; внимание к себе, совместная деятельность.
4. Уровень - потребность в уважении (почитании): самоуважение, одобрение, уважение со стороны других, признание, достижение успеха и высокой оценки, служебный рост.
5. Уровень - познавательные потребности: знать, уметь, исследовать.
6. Уровень - эстетические потребности: гармония, порядок, красота.
7. Уровень - вершина всей пирамиды - это потребность в самоактуализации: реализация своих целей, способностей, развитие собственной личности.

По мере удовлетворения низлежащих потребностей, всё более актуальными становятся потребности более высокого уровня. Базовыми являются потребности 1-3 уровня.

Откуда у детей берутся ценности?

- пример родителей (семья была, есть и остается наиболее важным фактором, влияющим на его развитие, на формирование личности и мировоззрения).

- общение со сверстниками.

- телевизор, СМИ, интернет.

Соответственно, чем более сформированы ценности и доверительнее отношения между родителями и детьми, тем меньше у детей риск попасть в «дурную компанию».

Как родители могут повлиять на выбор детей?

*Притча.*

«Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел тонущих в реке детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать на помощь. Тот стал помогать тем, кто ещё держался на плаву. Увидев третьего путника, они позвали его на помощь. Но тот, не обращая внимания на призывы, ускорил шаги. «Разве тебе безразлична судьба детей?» - спросили спасатели. А путник ответил: «Я вижу, что вы вдвоём пока справляетесь. А я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в воду и постараюсь это предотвратить.»

Эта притча говорит о том, что к решению проблемы «тонущих» детей существует 2 подхода:

предотвратить,

спасать.

**Задача родителей и педагогов - «добежать до поворота реки и не дать детям упасть в воду», т.е. заниматься профилактикой.**

В любом случае родителям, со своей стороны, необходимо выполнять следующие функции:

* Прививать ребенку самостоятельность в поступках
* Формировать убеждение о вреде наркотиков, алкоголя, сигарет, опасности их употребления и фатальной закономерности расплаты.
* Осуществлять текущий контроль
* И самое главное, нужно рассказать и показать детям альтернативу этим веществам. Такой альтернативой может быть ваша любовь к ребёнку, добрые отношения в семье.

Отсутствие внимания, поддержки и одобрения ведёт к формированию у ребёнка таких черт личности, как незащищённость, отсутствие ощущения безопасности, неуверенность и тревожность. А это, в свою очередь, может толкнуть его к поиску способов обретения уверенности в себе, снятия стресса путём употребления ПАВ за компанию и в одиночку. Да, мы не можем, оберегая детей от невзгод жизни, поместить их под стеклянный купол. Но мы можем и должны позаботиться о том, что их окружает. Мы можем создать свою маленькую и очень добрую вселенную в семье, в своём доме. И пусть хотя бы здесь их окружает любовь! Ваше влияние на детей огромно, дети являются зеркалом ваших действий и мыслей. Будьте примером для своих детей во всём, и тогда нам не нужно будет их «спасать из реки дурных привычек»!

Несмотря на усилия родителей, ребенок может попробовать. Что может сделать родитель в такой ситуации?

- высказывать собственное отношение. Родитель может говорить с ребенком о своем отношении употреблению ПАВ открыто.

- показывать пример. Если сам родитель курит, достаточно сложно вести разъяснительные беседы на эту тему. Возможно, родителю стоит ответить честно: «Я очень жалею о том, что начал курить. Я теперь не могу бросить. Я буду огорчен, расстроен, если узнаю, что ты тоже начал курить».

- предоставлять альтернативу. Важно показать ребенку, что есть еще хорошего в мире, кроме курения. Говорить и показывать на собственном примере, как важен здоровый образ жизни, формировать его ценности. Делать что-то вместе с ребенком. Показывать ребенку те сферы, где он может быть успешен, давать ему признание и поддержку.

Как предотвратить ситуацию?

- Быть в курсе того, чем занимается ваш ребенок.

- Интересоваться, искренне, его делами, заботами, трудностями и успехами.