**Тема: «Факторы, приобщающие детей к вредным привычкам»**

На доске:

1. «Пьянство есть упражнение в безумии» (Пифагор)
2. «Алкоголь бросает людей в объятия ужаса, нищеты, бесчестия» (А.Франс)
3. «Не пейте вина, не огорчайте сердце табачищем – и вы проживете столько лет, сколько жил Тициан (99 лет)» (И. П. Павлов)

Приветствие:

Здравствуйте дорогие участники собрания, сегодня мы собрались поговорить с вами о проблеме, волнующей всех: и семью и школу.

Подростковый возраст и рискованное поведение – это почти синонимы.  В этом возрасте становятся актуальными потребности в признании, общении, самоутверждении, новых ощущениях. Подросток живет ими, они составляют основной смысл его жизни и заставляют его действовать. Нередко самым простым и быстрым способом удовлетворения этих потребностей подростку представляется употребление различных вредных привычек.

Привычка - вторая натура, Как часто мы слышим эти слова. Каждый человек имеет большое количество привычек, как вредных, так и полезных. Привычки - это автоматизированные действия, которые проявляются независимо от желания человека. Полезные привычки помогают нам почувствовать себя собранным, организованным, готовым к преодолению трудностей. Они помогают человеку при стрессе в условиях дефицита времени. К сожалению, у людей - и у взрослых, и у детей - сами собой возникают не только полезные, но и вредные привычки. Всякая причина появляется не случайно.

Можно выделить следующие группы основных социально-педагогических причин приобщения молодежи к вредным привычкам:

* **Отсутствие внутренней дисциплины и чувства ответственности.** Из-за этого молодые люди часто вступают в конфликт с теми, от кого они находятся в определенной зависимости. Но при этом они имеют достаточно высокие запросы, хотя сами не в состоянии их удовлетворить, потому что не обладают для этого ни соответствующей подготовкой, ни социальными, ни материальными возможностями. В этом случае вредные привычка становятся своеобразным бунтарством, протестом против исповедуемых взрослыми или обществом ценностей.
* **Отсутствие мотивации, четко определенной жизненной цели**. Поэтому такие люди живут сегодняшним днем, сиюминутными удовольствиями и не заботятся о своем будущем, не задумываются о последствиях своего нездорового поведения.
* **Ощущение неудовлетворенности, несчастья, тревога и скука**. Эта причина особенно сказывается у людей неуверенных, с низкой самооценкой, которым жизнь кажется беспросветной, а окружающие их не понимают.
* **Трудности общения**, свойственные людям, которые не имеют прочных дружеских связей, трудно вступают в тесные отношения с родителями, учителями, окружающими, не редко подпадают под дурное влияние. Поэтому если среди ровесников есть употребляющие вредные вещества, они легче поддаются их нажиму («попробуй, и не обращай внимания на то, что это плохо»). Почувствовав под влиянием этих веществ закрепощенность и легкость, они пытаются расширить круг знакомств и повысить свою популярность.
* **Экспериментирование**. Когда человек слышит от окружающих о приятных ощущениях от употребления вредных веществ, он, хотя и знает об их пагубных влияниях на организм, хочет сам испытать эти ощущения. К счастью, большинство экспериментирующих этим этапом знакомства с вредными веществами и ограничивается. Но если человеку свойственны и еще какие-либо из указанных провоцирующих причин, то этот этап становится первым шагом к формированию вредных привычек.
* **Желание уйти от проблем**, видимо, основная причина употребления вредных веществ подростками. Дело в том, что все вредные вещества вызывают торможение в ЦНС, в результате которого человек «отключается» и как бы уходит от имеющихся у него проблем. Но это не выход из создавшегося положения — проблемы не разрешаются, а усугубляются, а время уходит.

Необходимо еще раз отметить особую опасность действия вредных веществ на подростков. Это связано не только с происходящими у них процессами роста и развития, а прежде всего с очень высоким содержанием в их организме половых гормонов. Как раз **взаимодействие этих гормонов с вредными веществами** и делает подростка чрезвычайно чувствительным к их действию.

Более подробно о воздействии табака, алкоголя и наркотиков нам расскажет врач нарколог ГБУЗ ОНД Белов Игорь Николаевич (выступление нарколога)

“Почему же человеком овладевают вредные привычки?

Представьте, человек стоит на горе. Эта гора – символическое изображение его жизни. Человек не падает с этой горы, он стоит на ней устойчиво. От падения вниз человека удерживает множество жизненных связей (верёвок)…

Эти жизненные связи - любовь, друзья, семья, работа, творчество, хобби.

Бывает так, что у человека какая-то “связь” истончается или рвётся, т.е. возникают проблемы.

Человеку на помощь сразу приходит канат вредных привычек. Человек считает, что если он ухватится за этот канат, то вредные привычки помогут ему расслабиться, забыть про проблемы, стать более сильным и уверенным в этой жизни.

Человек первый раз берётся за висящий перед ним “канат” - вредные привычки. Он постепенно всё больше и больше употребляет эти привычки и хватается за второй “канат”, т.к. одного “каната” ему уже не хватает.

Тогда возникает зависимость.

Все связи, при помощи которых он держался на этой горе, оборваны. Человек теперь никого не любит. Он потерял друзей, работу, перестал всем интересоваться в этой жизни.

Человек теперь держится только за эти “канаты”. Он зависим от этих вредных привычек.

Человек стал МАРИОНЕТКОЙ.

Им теперь управляют только вредные привычки. Они его держат при помощи “канатов”.

Человек стоит на горе. Он никому не нужен. Только семья готова помочь ему.

Как же предотвратить надвигающуюся беду? Как отреагировать на то, что сын (дочь) стали употреблять алкоголь или наркотики?

Прежде всего вооружитесь знаниями. Старайтесь как можно больше узнать об алкогольной и наркотической зависимости, последствиях и методах лечения. Не зря же говорят, что “знание - сила”. Если ребенок попадает в беду, то даже слабые родители становятся сильными.

Не замалчивайте тему курения, алкоголя и наркотиков, как будто таких проблем не существует или они никогда не смогут коснуться ваших близких.

Говорите с подростками обо всем, убеждайте, обосновывайте свои выводы, приводите факты. Не ждите беды. Предупреждайте ее появление.

Предоставьте подростку высказать свою точку зрения по любому из интересующих его вопросов, выслушайте его, терпеливо все разъясните.

Интересуйтесь друзьями своего ребёнка, той компанией, в которую он зачастил. Поинтересуйтесь, по какой причине его так тянет проводить там свое время. Постарайтесь получить информацию об этой компании не только из уст самого подростка.

Конечно, нельзя оскорблять чувства детей постоянной подозрительностью и контролем. Это может вылиться в ответное недоверие.

Стоит предварительно согласовать позицию обоих родителей по отношению к ребёнку и его поведению. Ваши разногласия не придадут силы и уверенности ни вам, ни вашим словам или действиям. К тому же ваш сын (дочь) может использовать их, чтобы манипулировать вами. Скорее всего, что вы встретите отпор и отрицание его причастности к алкоголю или наркотикам.

Уже не раз говорилось о великой силе родительского примера. Если вы действительно хотите помочь своему ребенку, избавляйтесь и от своих пороков. Не надейтесь на то, что только правильными словами вы сможете исправить положение.

На ранней стадии употребления алкоголя или наркотиков с проблемой справляться проще. Разговаривайте с подростком по-дружески. Самое главное, чтобы ваш ребенок понял, в чем причина вашего сопротивления и запрета - в вашей искренней заинтересованности его здоровьем и жизнью. Не надо думать, что “попить пивка” в компании друзей или покурить “травку” - это почти безобидно. Потому что большинство алкоголиков и наркоманов начинают именно так. Ведь со временем организм начинает запрашивать все большие дозы. И вследствие привыкания человек переходит к сильнодействующим средствам.

Самое главное - это ваше воспитание, поддержка и любовь.

Ваш ребенок, состоявшийся как нравственная и успешная личность, - самая высокая мера оценки вашего жизненного пути.

Если мы вместе: семья и школа – создадим защитные ресурсы для гармоничного развития и становление личности ребёнка, тогда вредные привычки уйдут на задний план. Что мы подразумеваем под защитными ресурсами? Защитные ресурсы – это, конечно же, прежде всего поддержка семьи, единые правила воспитания школы и семьи, контроль со стороны родителей, общение, организация домашнего досуга, дополнительное образование, хорошие друзья, участие родителей в жизни школы, положительный школьный климат, участие в общественной жизни, стремление к успеху, желание учиться, умение сопереживать, реалистичная самооценка, оптимизм!