**КОГДА В СЕМЬЕ ПРОПИСАЛСЯ АЛКОГОЛЬ**

**(памятка для родителей)**

***Важнейшее и необходимое условие нормального развития каждого ребенка – семья.***

Для этого она должна быть во всех отношениях благополучная, а если же в ней царят пьянство или алкоголизм родителей, то семья сама способствует возникновению у детей различных расстройств здоровья и поведения.

 Дети в алкогольных семьях часто страдают от чувства собственной ненужности, безысходности, тоски по лучшей жизни, они нередко или заброшены, или без меры наказуемы и даже биты. Эпизодические проявления неустойчивой родительской любви не формируют у ребенка ощущение защищенности и безопасности. Они гораздо чаще, чем другие дети, страдают заниженной самооценкой, имеют проблемы с учебой и поведением, подвержены депрессиям, нарушениям сна, ночным кошмарам, пребывают в состоянии страха и горя.

 В школе такие дети отличаются пассивностью, безразличием к происходящему. Они достаточно часто вступают в конфликты, так как у них мало опыта в общении, взаимодействии с другими людьми, нет умения и навыков регулировать дистанцию в отношениях со сверстниками и взрослыми.

 В коллективе такие дети ведут себя по-разному. Одни из них выбирают вызывающий, бунтарский тип поведения, пытаясь таким способом обратить на себя внимание окружающих, так недостающего им в семье; другие – путем высмеивания и оскорбления окружающих пытаются снять накопленные в семье стрессовые нагрузки; третьи – наоборот, стараются не привлекать к себе внимания, уйти из поля зрения.

 В дальнейшем такое развитие ситуации в семье и школе приводит к пропускам уроков без уважительных причин, побегам из дома. Оказавшись без родительского контроля и присмотра, дети легко попадают в асоциальные компании, где и получают недоданные им семьей положительные эмоции.

 Отмечено, что у детей пьющих родителей быстрее и чаще возникает алкогольная зависимость. Бывают случаи, когда родители ведут непристойный образ жизни, но по-своему любят ребенка и эмоциональная связь между ними очень сильная, поэтому ребенок, идентифицируя себя с ними, полностью принимает их образ жизни.

 Каждый родитель, когда берет в руки рюмку или сигарету, должен серьезно задуматься о силе и результатах своего собственного примера.

**Уважаемые родители!**

Если Вы не желаете своему ребенку плохого будущего и всячески хотите оградить его от пагубных пристрастий, то вы должны:

-всегда быть достойным примером для своего ребенка;

-исключить употребление спиртных напитков и табака в присутствии детей, а также участие детей в праздничных застольях;

-несмотря на свою занятость, не оставлять детей наедине с их проблемами, больше общаться с ними, вместе проводить свободное время;

-слушать ребенка, стараться понимать его и, безусловно, любить;

-научить его с детства преодолевать трудности, проявлять волю в ситуациях группового давления, уметь уверенно сказать «нет»;

-обеспечить ребенку широкий спектр положительных эмоций.

***Счастье и здоровье детей в семье***

***не совместимы с пьянством и алкоголизмом!***