

Рекомендации для родителей по профилактике наркомании

Как уберечь ребенка от возможной беды?

Есть круг профилактических мер, следование которым поможет избежать беды. И суть их заключается в здоровом образе жизни семьи.

Ответственность за происходящее в ней ложится в первую очередь на родителей.

Как показывает практика, часто обеспечить надежную защиту детей от наркоопасности мешают заблуждения родителей. Многие думают, что:

- Если мы в свое время, когда были подростками, не пристрастились к чему-то плохому, значит, и наши дети не пойдут на это;
- Мы хорошо знаем внутренний мир своего ребенка
- Провести беседу о вреде наркотиков или предложить ребенку что-то почитать на эту тему – вполне достаточная воспитательная мера в формировании негативного отношения к наркотикам.
- Чем меньше информации на тему наркотиков, тем лучше.
- Благополучие ребенка зависит только от того, сколько мы вложили в него сегодня (основными вложениями считаются деньги и знания).
- Следует пустить все на самотек – ребенок настолько разумен, что инстинкт самосохранения его вовремя остановит.

Это непростая задача – показать ребенку-подростку, что мир прекрасен во всех его проявлениях. Для этого необходимо не терять с ним внутренней связи, интересоваться, чем он живет, относиться к его личности с уважением.

Только от взрослых зависит, будет ли сохранен добрый дух семьи, который впоследствии станет для ребенка «охранной грамотой» в любых жизненных испытаниях. Доброжелательность и общительность – главные условия существования гармонии внутри семьи.

Только бдительность родителей позволит вовремя обнаружить опасные отклонения в поведении ребенка.

Помощь ребенку – это не разовая акция, а большая ежедневная работа на длительный срок. Будьте другом своему ребенку.

Общение – основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют? Старайтесь быть инициатором, открытого доверительного общения со своим ребенком. Наиболее эффективно общение протекает с позиции «взрослый-взрослому». И тогда вы сможете достичь самого главного – откровенности своего ребенка. Даже если он попробовал наркотик, есть большая вероятность, что он честно расскажет вам об этом, - а это уже половина успеха. Далее вы сможете незамедлительно начать совместную борьбу с возникшей проблемой.

Не менее важным является умение слушать – основа эффективности общения.

Умение слушать означает:

- Быть внимательным к ребенку
- Уважительно относиться к его точке зрения
- Уделять внимание взглядам и чувствам ребенка.

Важно знать, чем занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или "Что ты об этом думаешь?".

Ставьте себя на его место. Молодому человеку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы не плохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Главное, он должен знать, что вам интересно все, что с ним происходит.

Проводите время вместе. Очень важно, когда родители умеют вместе с ребенком заниматься спортом, музыкой, рисованием или иными способами устраивать совместный досуг. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет простой поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или даже совместный просмотр телевизионных передач.

Дружите с его друзьями. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей, поддаваться чувству единения с толпой. Поэтому здесь необходим ненавязчивый контроль со стороны родителей.

Будьте здоровы!