



Как уберечь подростков от употребления наркотиков и табака? Как ненавязчиво рассказать об их пагубном влиянии на молодой организм? Как научить отказываться тем, кто предлагает закурить?

Все в наших руках!

Как бы мы ни ограждали ребенка, но однажды это может случиться. К вашему ребенку подойдут — и предложат попробовать наркотик. Аргументация может быть различной: это безвредно, но от этого «словить кайф», «у нас в компании все употребляют это», «попробуй — и все проблемы снимет как рукой» или «докажи, что ты уже взрослый». К такой встрече ребенка надо готовить заранее. Воспользуйтесь несколькими простыми рекомендациями, которые многократно испробованы педагогами и родителями во всем мире и доказали свою эффективность.

Разговаривайте с ребенком о наркотиках и алкоголе!

Эксперты утверждают, что разговор о наркотиках — первая ступень помощи детям. Использование информации, в том числе и нашего школьного сайта, поможет вам в разговоре с ребенком. Помните, что нет возраста, когда ребенок не нуждался бы в объективной информации о наркотиках и объективных последствиях злоупотребления ими. Задача таких бесед не только в доведении до ребенка всей информации о наркотической опасности, но и в установлении отношений доверия, открытости по вопросам о наркотиках.

Учитесь слушать!

Ребенок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его переживания и тревоги. Постарайтесь понять, что его беспокоит, какие проблемы он решает в настоящее время. Попытайтесь найти вместе с ним выход из проблемы, отрицающий возможность применения наркотика. Никогда не используйте информацию, полученную от ребенка, во вред ему. Оговорите с ребенком те случаи, которые дают вам право поступить вопреки его желанию (например: очевидный вред здоровью его собственному или его друзей, информация о готовящемся преступлении и т.д.).

Дайте советы, но не давите советами!

Как показывают житейские наблюдения, мы все не очень любим прислушиваться к чужому мнению. Очевидно, что совет может быть эффективен только в отдельных случаях: наиболее рациональной может выступать форма, предполагающая свободный выбор ребенка.

Подумайте о своем примере!

Трудно предположить, что кто-то поверит советам родителя, который сам злоупотребляет курением, алкогольными напитками и так далее. Не забудьте, что даже такие «невинные» пороки требуют объяснения ребенку.

Уважаемые родители! Помните, курение вредит и вашему здоровью!

Поддерживайте в ребенке самоуважение и думайте о его самореализации!

Пожалуй, это самое важное и трудное.

Все наши советы в большей степени относятся к предупреждению развития наркомании. Проблема преодоления множественных кризисов взросления во многом обусловлена насущной потребностью — быть, состояться как личность, самореализоваться. Наверное, если бы не было в человеке этой жажды, то не был бы возможен никакой прогресс. Наркотик чаще всего находит свои жертвы среди тех, кто не сумел добиться уважения и самоуважения, в чьей жизни оказался вакуум: дел, любви, интересов, доверия, заботы, ответственности. Чем более сформировано у ребенка чувство самоуважения, тем более вероятности, что он сможет сказать «нет» в ответ на предложения испытать новые ощущения, стать взрослее или быть таким, как все.