

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.

Десять заповедей для родителей.

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуйте от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот – третьему, и это необратимый закон благодарности.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.

4. Не относись к его проблемам с высоко. Жизнь дана каждому по силам, и будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может и больше, поскольку у него нет опыта.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека – это его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них – мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.
7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь, но не сделано все.
8. Ребенок – это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, но не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.
10. Люби своего ребенка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым.
11. Общаясь с ним – радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой.

Будьте здоровы!

Материалы взяты с сайта:

<http://www.rndtuva.ru/prophylaxis/parents/rekomendacii-dlya-roditeley-po-profilaktike-narkomanii.html>