

КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ



Почему дети и подростки начинают употреблять наркотики?

Если вы разберетесь в причинах, по которым начинают употреблять наркотики, вам будет гораздо легче разговаривать с вашим ребенком на эту тему.

Вот что чаще всего говорят сами дети и подростки по этому поводу: "Начал употреблять..."

- чтобы выразить свое сопротивление чему-либо или чтобы шокировать учителей, родителей, приятелей;
- чтобы почувствовать себя своим среди друзей;
- потому что мне нравится рисковать;
- потому что это увлекательно;
- потому что я этого просто хочу;
- это часть времяпрепровождения (употреблять наркотики можно на дискотеке или на вечеринке);
- потому что при этом я чувствую себя совсем взрослым;
- это способ уйти от проблем в школе, с подружкой, с родителями;
- потому что мне просто скучно;
- потому что это делают все, с кем я общаюсь;
- за один раз ведь ничего не случится!

Согласно многим исследованиям, вероятность начала употребления наркотиков выше, если подросток недоволен своим окружением, любит приключения, любопытен, недооценивает опасность возникновения зависимости, считает себя в безвыходном положении. Многие из указанных причин употребления наркотиков нам, взрослым, возможно, покажутся смешными. И, тем не менее, для детей они вполне убедительны.

Какие дети подвержены употреблению наркотиков?

Самый простой ответ - ВСЕ. Любой ребенок может попасть под соблазн попробовать наркотики независимо от того, в каком районе он живет, в какой класс ходит, насколько он умен. Предложение "попробовать это" может произойти где угодно - на вечеринке или школьном дворе - и исходить от кого угодно - незнакомца подозрительной внешности или лучшей подруги. Не всегда можно найти объяснение, почему ребенок потянулся к наркотикам, но важно помнить, что еще до этого вы можете повлиять на его решение.

Как вы можете помочь ребенку?

Существуют различные пути влияния на отношение детей к наркотикам. Конечно, не все представленные ниже способы легко воплощаются, но все они дают реальный результат.

Расскажите ему о своем опыте

Очень часто ребенку трудно представить, что вы тоже были молоды. Расскажите ему, что и перед вами стояли проблемы выбора и принятия решения, хотя не следует пересказывать длинные истории из вашего детства, начинающиеся словами: "Когда я был в твоём возрасте...". Объясните ребенку, что в детстве вы тоже были не подарок и тоже делали ошибки. В сложных ситуациях очень помогает совместное обсуждение проблемных вопросов. Вспомните пословицу "Одна голова хорошо, а две лучше". Также, пусть ваш ребенок знает, что и вы хотели бы делиться с ним своими проблемами и заботами. Покажите ему, что вы тоже человек и ничто человеческое вам не чуждо.

Будьте рядом

Вы не можете всегда быть рядом со своим ребенком. Вам нужно работать, да и отдыхать когда-то тоже надо. Ребенок должен это понимать. Вы можете установить определенное время, когда можно собраться вместе и обсудить любые проблемы и заботы. Или договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

Действуйте твердо, но последовательно

Быть твердым - это не значит быть агрессивным. Это значит быть уверенным, что ваши взгляды и чувства известны, и вы хотите, чтобы ребенок их уважал. Будьте последовательны! Не меняйте своих решений, не угрожайте тем, что вы никогда не сделаете, - это может подорвать доверие к вам.

Чего нельзя делать

Есть несколько вещей, которых следует избегать в воспитании ребенка:

- не издевайтесь над своим ребенком - унижение не нравится никому;
- не читайте нотаций - вспомните, как вы сами их воспринимаете;
- не пытайтесь запугать ребенка страшными историями, это не помогает, а тот, кто уже попробовал наркотики и знает их действие, вам не поверит.