

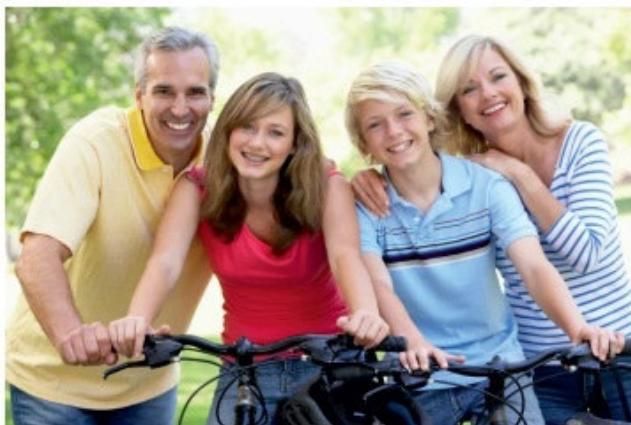
## Как уберечь ребенка от наркотиков?

В любой семье родители рано или поздно начинают задумываться о том, как уберечь ребенка от возможных бед, в том числе от употребления наркотиков.

Интерес к наркотикам может появиться у ребенка, когда он видит пример употребления психоактивных веществ близкими людьми (родители, родственники, друзья).

### РЕБЕНКА ОТ ПАГУБНОГО ПРИСТРАСТИЯ МОГУТ УДЕРЖАТЬ ТРИ УСЛОВИЯ:

**1** РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ВИДЕТЬ РЯДОМ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА И ЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ;



**2** РЕБЕНОК ДОЛЖЕН НРАВИТЬСЯ САМОМУ СЕБЕ И БЫТЬ УВЕРЕННЫМ В СЕБЕ;

**3** РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ИМЕТЬ ПОЛЕЗНОЕ УВЛЕЧЕНИЕ.



### ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО НАДЕЖНЫХ ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ ВАМ НЕ ПОТЕРЯТЬ КОНТАКТ С РЕБЕНКОМ И УДЕРЖАТЬ ЕГО ОТ ОПАСНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ:

**1** чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы;

**2** поощряйте его инициативу, цените его мнение;

**3** относитесь с уважением к его личностно-духовным потребностям;

**4** помогайте ребенку организовать досуг так, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.);

**5** интересуйтесь делами ваших детей, их увлечениями, внимательно относитесь к любому возникающему у них вопросу;

**6** любите своего ребенка не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что он у вас есть и сейчас рядом с вами: это и есть безусловная любовь;

**7** воспитывайте его самостоятельным, ответственным человеком, который способен предвидеть последствия своих поступков и нести за них ответственность; не делайте, не решайте за ребенка то, что решить и сделать должен он сам.

## Как обсудить с детьми тему наркотиков?

### Давайте разберемся!

**1** Для разговора о наркотиках используйте возможности, которые возникают сами собой (например, прошел сюжет по телевидению, прочитали новость, статью в интернете, в социальных сетях). Спросите детей, что они думают о наркотиках. Но говорить следует без описания свойств наркотиков, без конкретных названий.

**2** Не читайте наставлений, а расскажите детям о своей позиции по отношению к наркотикам. Дайте им точную информацию. Не скрывайте от подростков ничего, что вам известно о наркомании. Знание всегда является силой. Только делайте это ненавязчиво и не пытайтесь их запугивать, потому что результат ваших усилий может оказаться обратным – «запретный плод сладок».

**3** Обсуждайте здоровую альтернативу наркотикам: спорт, хобби, книги, путешествия. Поддерживайте здоровые увлечения ваших детей, чаще организовывайте совместный семейный досуг (совместные занятия спортом, путешествия и т.п.).

**4** Вы должны быть для них примером, так что не ждите, что они воспримут вас всерьез, если будут видеть, что вы употребляете наркотики или выпиваете каждый вечер.

**5** Поговорите с ними о давлении со стороны сверстников и разработайте тактику, как этому противостоять.

