

# ПРОСТЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ РАЗВИТИЯ НАРКОМАНИИ

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

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, от этого ты можешь "ловить кайф", "у нас в компании все употребляют это, попробуй – и ты!

«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.



1. Разговаривайте с ребенком о наркотиках и алкоголе. Эксперты утверждают, что разговор о наркотиках - первая ступень помощи детям. 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.

2. Учись 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. Попробуйте 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, информации о готовящемся преступлении и т.д.).



3. 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 случаях наиболее рациональной может выступать форма, предполагающая свободный выбор ребенка.

4. 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.

5. 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.**

