Каждый родитель должен знать!

Это должен сделать каждый родитель

Психологи, педагоги, медики советуют: «Неважно, сколько лет вашим детям, неважно, заметили вы что-то странное в их поведении и физическом состоянии или нет – вам следует поговорить с ними о наркотиках». Этот разговор не может быть преждевременным, так же, как его никогда не поздно начать. Любым способом вы должны довести до сознания ребенка (и чем раньше, тем лучше) мысль о вреде наркотиков. Начать можно с доступных их возрасту понятий, а затем расширить их представление об этом страшном зле.

Чтобы определить, не увлекся ли их ребенок наркотиками, родителям вовсе не нужно ждать от него каких-то эксцентричных поступков. Наркотики обычно изменяют самые главные проявления жизнедеятельности ребенка его сон, аппетит, манеру одеваться, разговаривать, делая их более беспорядочными, изменчивыми и все далее отодвигая их от прежней нормы.

Никогда не будет преждевременным ваш обстоятельный разговор с ребенком о наркотиках, и более того, чем раньше он состоится, тем будет лучше. Даже если детям по 8-9 лет, они уже в состоянии заметить присутствие наркотиков (табака, алкоголя и др.) в своем доме, и первое знакомство с ними - это всего лишь удовлетворение детского любопытства. Если вы умеете разговаривать со своими детьми, вы сумеете во время подробной беседы познакомить их с наркотическими веществами, с их воздействием на организм. И так же, как дети приучаются к осторожности на улице, они смогут понять необходимость сторониться наркотических средств.

Вот главное, что следует понимать подросткам:

1. Для детей наркотики гораздо опаснее, чем для взрослых.
2. Физическое привыкание к наркотику у взрослого может развиваться долго, а у ребенка это произойдет в считанные недели.
3. 25 % закуривших в детском возрасте, сохраняют эту привычку и 20 лет спустя. А 85–95% наркоманов – это страстные курильщики.
4. Люди, не начавшие курить в раннем возрасте, могут не закурить никогда.
5. Есть люди, наркотическая зависимость у которых проявляется быстро и в особо тяжелых формах, и заранее предугадать этого нельзя.
6. Есть один способ не попасть в зависимость от наркотиков – это никогда их не пробовать.

Дети не всегда будут внимательны к вашим предупреждениям, но и вы себя в детстве вели так же. И все же, если вам удастся удержать ребенка от искушения попробовать наркотик, он может никогда, даже во взрослом состоянии, не встать на путь подобного эксперимента. Первое знакомство с наркотиком не всегда бывает приятным. Украденная где-то сигарета обжигает рот, вызывает тяжелый кашель. Вкус спиртного кажется ужасным, оно расстраивает кишечник.

Никакого блаженства не приносит и затяжка сигаретой с марихуаной. Отнюдь не стремление к состоянию кайфа побуждает ребят снова и снова обращаться к наркотику, а лишь любопытство и желание приобщится к опыту взрослых в этой области. Примерно одну треть подростков наркотики привлекают своей способностью изменить настроение, возбудить до состояния эйфории. И вот наступает такой момент, когда вечеринка без них уже кажется неудавшейся, и наркотики становятся уже просто необходимы, чтобы получить ощущение расслабления. Это значит, что подросток сделал первый шаг к наркозависимости.

Что должны родители:

7. Прочитать и узнать о наркотиках как можно больше.
8. Изучить сигналы опасности, чтобы знать, какие изменения вызывает употребление наркотиков у подростка.
9. Определить свою четкую позицию по отношению к употреблению табака, алкоголя и наркотиков.
10. Стать для детей образцом поведения, сделать так, чтобы слово взрослых в доме не расходилось с делом.
11. Построить семейные отношения таким образом, чтобы с детьми можно было обсуждать любые проблемы.
12. Установить правила, которым в доме все должны следовать.
13. Поощрять участие детей в интересных конструктивных начинаниях и делах.
14. Воспитывать своего ребенка, формировать в нем независимость, самоуважение, ответственность.
15. Нести ответственность за своего ребенка, но всегда быть готовым помочь и чужим детям.
16. Поддерживать своих детей в их желании приглашать в дом друзей.
17. Познакомиться с родителями друзей своего ребенка.
18. Научиться слушать и слышать своих детей.

Чего не должны родители:

19. Считать нормой пьянство, курение или употребление наркотиков.
20. Предлагать алкоголь и табак детям, не достигшим совершеннолетия.
21. Финансировать или давать детям разрешение на действия, которые нельзя проконтролировать.
22. Ругать или наказывать, когда он пьян или находится в наркотическом дурмане.
23. Угрожать ребенку.
24. Ждать принудительных действий школы или представителей закона, которые помогут вашим детям вернутся к нормальной жизни.
25. Впадать в уныние, если ваша первая попытка исправить положение не удалась. Ребенок должен знать, что вы не опустили рук и обязательно пойдете дальше.
26. Отчаиваться, решив, что все кончено, помнить, что безнадежных случаев не бывает.