

«КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА ОТ НАРКОМАНИИ»

Многие из нас уверены, что наркотики и опустившиеся наркоманы находятся где-то далеко и не имеют никакого отношения конкретно к нашему ребенку, но реальность говорит о другом...

По разным источникам у нас в стране от 3,5 до 4 млн. наркоманов, из них 2 млн. – подростки до 19 лет. Рынок сбыта – это наши дети. И распространители наркотиков – не заокеанские темные мафиози, а подростки, которые работают за дозу или за плату, полученную от перепродажи наркотиков одноклассникам и друзьям.

Поэтому единственная возможность оградить СВОЕГО РЕБЕНКА от употребления наркотических средств и психоактивных веществ – воспитать его таким образом, чтобы у него не было потребности прибегать к «воображаемому» счастью, чтобы РЕАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ делала его СЧАСТЛИВЫМ.

Многие психологи считают, что правдивая и полная информация о последствиях употребления наркотиков и умение противостоять искушению могут стать своеобразной прививкой для ребенка – мощнейшей защитой от опасности. И сделать такую прививку должны РОДИТЕЛИ. Родители, как никто другой, должны защищать своих детей от пристрастия к алкоголю и наркотикам. Вед всем известно, что болезнь проще предотвратить, чем лечить ее.

Таким образом, **первая задача родителей** – создать приятную атмосферу в семье. Если ребенку с родителями плохо, он, как существо, которое не может находиться вне группы, начнет искать, к кому бы ему эмоционально «прикрепиться». Скорее всего, это будет подростковая компания. А так как употребление ПАВ, наркомания среди подростков сейчас распространены, существует вероятность того, что компания окажется зараженной наркотическим «вирусом». Попав в такую группу, подросток будет следовать ее нормам: одеваться, как одеваются в этой группе, говорить на ее жаргоне, и он будет эмоционально готов принимать ПАВ или наркотики, если их принимают ребята в группе. Это называется социальной зависимостью.

Поэтому **вторая задача родителей**, пока ребенок еще маленький, – тщательно отбирать ему друзей, приглашать их в дом, общаться с ними, знать не только имена и фамилии друзей, но и их домашний адрес... Только тогда у вас будет возможность хоть как-то влиять на компанию, когда друзья ребенка подрастут.

Поддерживайте с ребенком эмоциональный контакт: вникайте в его интересы, сопереживайте его увлечениям, показывайте ему свою любовь. Как легко отмахнуться от маленького: «Потом пойдем в зоопарк, не видишь, я устала.», «Сейчас не могу тебя слушать, я занята»... А ведь дети так любят что-либо делать вместе с родителями. И время, проведенное с ними, – лучший способ достичь духовной близости.

Между прочим, сами юные наркоманы среди причин, которые их подтолкнули к употреблению наркотиков, чаще всего называют неблагоприятный климат в семье.

Воспитывайте у ребенка жизнелюбие. Не надо, чтобы ребенок каждый день от нас слышал, как тяжела жизнь, сколько вокруг плохих людей, какие ужасные дороги, какая гадкая погода... Не лучше ли говорить о том, как хорошо быть здоровым, сколько интереснейших занятий и замечательнейших мест есть на свете, и какое счастливое будущее ждет вашего ребенка? Ведь если мы сами не верим, что жизнь прекрасна и удивительна, что же мы можем противопоставить «наркокультуре», утверждающей, что без наркотиков в этой жизни и радоваться нечему?

Учите детей самоуважению. Предрасположенность к употреблению алкоголя, ПАВ, наркотиков непосредственно связана с тем, насколько человек себя уважает. Психологи утверждают, что дети, имеющие высокий уровень самоуважения, чаще отвечают «нет», когда им предлагают попробовать спиртное или наркотики. Сформировать самоуважение у ребенка можно, если часто хвалить его даже за незначительные успехи, если помогать ему ставить перед собой реальные цели, если привлекать его к совместной с вами работе, чтобы он чувствовал себя частью команды и получал удовлетворение от выполненных обязанностей.

Помогите своему ребенку сформировать собственное отношение к наркотикам. В 12–14 лет дети знают о наркотиках многое, они говорят о них друг с другом. Дайте ребенку понять, что с вами тоже можно об этом говорить. Если вы избегаете этой темы, ребенок будет искать информацию у других людей, в том числе и у тех, кто употребляет или продает

наркотики. Только сначала подготовьтесь к разговору, чтобы не оказалось, что ребенок знает о психоактивных веществах больше, чем вы. Поводом для разговора может послужить фильм, статья, конкретная жизненная история. При разговоре не читайте лекций, не напирайте на вредность наркотиков для здоровья. Цирроз печени, гепатит В, СПИД – все это для ребенка пустые слова, здоровье для большинства молодых людей – вещь безусловная и само собой разумеющаяся, поэтому никакой ценности в их глазах оно не имеет. А сыграйте на том, что заложено в самой природе подростка, – стремлении к независимости.

Объясните ему, что, как только ребенок приблизится к наркотикам, он утратит всякую самостоятельность. Он превратится в заложника или в товар. На нем будут зарабатывать большие деньги, а он, как дурак, расплатится своей жизнью.

Научите, как себя вести, когда наркоман появляется среди знакомых. Любой подросток может оказаться в ситуации, когда наркотики начал употреблять кто-то из его друзей или знакомых. В этом случае очень важно сразу повести себя правильно. Не вызываться на роль спасителя: не надеяться, что можно самому вылечить друга. Наркомана должны лечить врачи. Единственное, что подросток может сделать, – это объяснить своему другу, что, если он не прекратит принимать наркотики, ваш ребенок вынужден будет с ним расстаться. Внушите подростку, что своим уходом он может подтолкнуть «падшего» к лечению, в то время как, оставаясь рядом, будет выступать в роли сообщника. Нельзя покрывать наркомана перед его родственниками. Наоборот, надо постараться его убедить «раскрыться» перед родителями, родители ему помогут. Никогда нельзя давать наркоману денег, устраивать ему ночевки...