

## Как уберечь ребенка от наркотиков?

В настоящее время все еще остается острой проблема детской наркомании. Самое страшное является то, что порой дети не понимая последствий принятия наркотиков осознанно идут на данный шаг, порой ради праздного любопытства, порой чтобы самоутвердиться в глазах сверстников, не понимая всех страшных последствий которые могут за этим последовать.

К сожалению, универсальных рецептов не существует, но есть ряд профилактических мер, соблюдение которых поможет избежать неверных решений и необдуманных поступков. И суть их в первую очередь заключается в здоровом образе жизни семьи.

Внутренний климат в семье является основополагающим фактором формирования мировоззрения и поведения ребенка.

Интерес к наркотикам может появиться у ребенка, когда он видит пример употребления наркотических веществ близкими людьми (родители, родственники, друзья), тем не менее, от пагубного пристрастия его могут удержать наличие положительного примера взрослого человека и здоровые отношения в семье, ребенок должен иметь здоровое увлечение, заниматься спортом. Однако навязать ему данное поведение будет затруднительно, если родители ведут диаметрально противоположный образ жизни, для ребенка это будет своего рода вызов, стимул вести себя не так как ему говорят родители.

Для того, чтобы не потерять контакт с ребенком, необходимо беседовать, находить темы которые ему будут интересны и подталкивать его для ведения здорового и гармоничного образа жизни.

Ни в коем случае не допускается унижение ребенка, кричать и пытаться повышением силы голоса воздействовать на него. Данное поведение может привести к обратному эффекту и наоборот отдалить ребенка и закрыться от восприятия окружающего мира.

Помогите организовать досуг ребенка так, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.), интересуйтесь делами ваших детей, их увлечениями, внимательно относитесь к любому возникающему у них вопросу.

Одной из наиболее сложных проблем является то, Как обсудить с ребенком тему о наркотиках?

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

Не читайте наставлений, но расскажите детям о своей позиции по отношению к наркотикам. Дайте им точную информацию. Не скрывайте от подростков ничего, что вам известно о наркомании.

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.).

Помощник прокурора



И.В. Котасонов