

Как уберечь детей от наркотиков?

Прежде всего зададимся вопросом: «Могут ли родители предупредить распространение наркомании среди детей?».

Мы считаем возможным ответить на этот вопрос утвердительно. Именно они наилучшим образом могут защитить своих детей от приобщения к наркотикам.

Но для того, чтобы эффективно противостоять этому злу, нужно отдавать себе отчет в том, что немедицинское употребление наркотиков не только опасно для здоровья и жизни, оно противоправно и ведет человека вниз по социальной лестнице к преступлениям. Известно, что зависимому от наркотика человеку для удовлетворения своего пагубного пристрастия необходимы деньги и не малые. Где же их взять молодому человеку? Он берет эти деньги у родителей либо добывает преступным путем: ворует и совершает другие преступления. Третьего, как говорится, не дано.

Если ребенок вышел из того возраста, когда на многие его вопросы можно было ответить: «Подожди, вот подрастешь...», то перед ним открывается дверь во взрослую жизнь и прежние формы общения с ним уже не годятся. Однако шаг из детства во взрослую жизнь связан с преодолением очевидных и скрытых препятствий. Естественно, их легче преодолеть, опираясь на поддержку близкого человека.

Главное - по мере взросления детей не отдаляться от них, интересоваться их проблемами, вникать в их интересы и, конечно, внимательно относиться к любому возникающему у них вопросу.

Родителям следует учитывать, что постепенное взросление детей проходит через два основных этапа.

На первом этапе - в возрасте 12-15 лет молодые люди начинают обретать прочные связи в своей среде, меньше бывают дома и реже обращаются к родителям. Они начинают сталкиваться с реалиями действительности, пытаются найти основные жизненные ориентиры.

На втором этапе - в возрасте 15-18 лет наступают первые признаки взросления. Это период самоутверждения и обретения уверенности. Но и в этом возрасте молодые люди нуждаются в родителях, в их поддержке, помощи, понимании.

Помните, что отношение детей к проблеме наркотиков в немалой степени зависит от Ваших с ними взаимоотношений. В конечном счете, принимаемое ими решение в отношении наркотиков напрямую связано с характером Ваших повседневных взаимоотношений и во многом определяется степенью уважения к Вам. Даже у маленького ребенка бывают свои детские проблемы, а у взрослеющего человека тем более. Постарайтесь понять эти проблемы и помочь в их решении.

Помогите ребенку посмотреть на его проблемы конструктивно. Ведь употребление наркотиков не поможет сбежать от них, а только создаст новые трудности.

Молодые люди нуждаются в том, чтобы им обстоятельно и доходчиво объяснили, что представляют собой наркотики в действительности, и как они могут повлиять на состояние человеческого организма.

Нельзя не учитывать, что мы живем в такое время, когда очень многие люди употребляют (зачастую не обоснованно) различные лекарства, в том числе и наркотические. В то же время недостаточно внимания уделяется воспитанию осторожности обращения с лекарственными препаратами. Беда в том, что мы не всегда доходчиво разъясняем молодежи общее назначение всех лекарств и необходимость осторожного отношения к ним.

Многочисленные факты свидетельствуют, что голословные заявления, типа: «Не употребляйте наркотики, иначе погибнете!» - неэффективны. Переубедить подростков такими призывами практически невозможно. Что же в таком случае можно сделать?

В разговоре с детьми и подростками взрослый человек должен быть способен честно высказать свое мнение о наркотиках и наркомании, выразив свои собственные чувства в отношении этой проблемы. Заметьте, именно чувства, а не рассудочные и часто холодные суждения. Эмоциональное отношение к проблеме наркомании оказывает на молодые души более эффективное воздействие.

Быть родителями юного человека, значит быть его справедливыми защитниками, мудрыми советчиками и интересными экскурсоводами по дорогам жизни, которые только-только открываются перед ним. Доброжелательность и поддержка семьи помогают воспитать в детях чувство собственного достоинства, уверенности в себе и способность отстаивать свое мнение. Эти качества необходимы, чтобы противостоять давлению употребляющих наркотики сверстников, их стремлению навязать другим свою волю.

Лучшим иммунитетом к наркотикам является оптимистическая, активная, целеустремленная и конструктивная жизненная позиция. Постарайтесь помочь своим детям выработать такую позицию. Большое значение в воспитании негативного отношения Ваших детей к наркотикам имеет точная, подробная информация о воздействии наркотиков на человека. Постарайтесь, чтобы Ваши дети смотрели телевизионные передачи, посвященные этой проблеме. Наглядные кадры и живые примеры могут оказать на молодых людей сильное эмоциональное воздействие и привести к положительным результатам. Используйте в беседах с детьми на эту тему наиболее яркие и впечатляющие факты.

Начинайте обсуждать тему наркотиков, не дожидаясь первых признаков неблагополучного положения или возникновения, такой проблемы, так как может оказаться, что уже слишком поздно.

Родителям следует всегда помнить, что юноши и девушки еще только учатся быть взрослыми. Часто из-за отсутствия жизненного опыта и неумения определить главное в том или ином явлении, они принимают за эталон в поведении взрослых поверхностные, чисто внешние признаки

и пытаются их копировать. Поэтому важно знать, кому стараются подражать Ваши дети.

А вот еще несколько советов родителям детей младшего возраста.

Помните, что Вы очень много значите для Вашего ребенка. Он замечает все, что Вы делаете, как говорите и поступаете. Ваш личный пример, своевременное и уместно сказанное слово играют огромную роль. Помогите Вашим детям разобраться в информации о наркотиках и наркомании. Подберите соответствующую литературу, ознакомьтесь с доступной информацией и постарайтесь довести ее до сознания ребенка в непринужденной беседе, при просмотре телепередач или во время совместного чтения газет, журналов, книг.

Всегда старайтесь выслушать ребенка, стимулируйте его стремление задавать вопросы. Отвечайте на вопросы заинтересованно, размышляйте вслух, не опасаясь признать своих сомнений и даже непонимания тех или иных моментов. Учите детей вести диалог, ибо именно он поможет Вам поддержать с ними контакт в течение всего периода взросления.

Сделайте Ваш дом открытым и радушным для друзей Ваших детей. Участвуйте, когда это возможно в обсуждении интересующих их вопросов. Поддерживайте, а по возможности и участвуйте в их увлечениях (спорт, коллекционирование, творчество и т.п.). Это укрепит Ваш авторитет, позволит поддерживать с детьми доверительные отношения.

Обсуждайте с детьми различные случаи и происшествия, касающиеся наркотиков. Предложите им решить, как бы они поступили в той или иной ситуации. Обсудите возможные и наиболее правильные варианты поведения. Учите детей оценивать каждый свой поступок критически. Это поможет им преодолеть беспечность, которая может толкнуть их на поиски легких решений, в том числе с помощью наркотиков.

Не забывайте, что юноши и девушки могут прибегнуть к наркотику в крайне эмоциональном состоянии, например, в состоянии расстройства или депрессии. В случаях, когда они находятся в таком состоянии, особенно важно быть внимательными к ним, сочувственно отнестись к их трудностям и попытаться отвлечь от неприятных размышлений.

Показывайте свое уважение к мнению детей, их видению мира. Если Вы не согласны с ними, попытайтесь объяснить свое понимание проблемы ненавязчиво, но аргументировано и твердо. Похвалите, покажите свое удовлетворение и гордость за их правильные и хорошие поступки. Не увлекайтесь критикой понапрасну. Пересматривайте свою тактику и характер общения с детьми по мере их взросления.

Как бы хороши и многочисленны ни были советы и рекомендации, существует универсальная и самая лучшая защита от наркотиков. Эта защита - вера в себя, здравый смысл, собственные суждения, независимый взгляд на жизнь самого юноши или девушки. Роль родителей в данном случае заключается в поддержке своих детей на пути ко взрослой жизни. Будьте внимательны к своим детям. Это поможет Вам вовремя обратить внимание на первые признаки беды.

Если Вы уверены, что Ваш ребенок употребляет наркотики!

Скажи ему прямо о Вашем беспокойстве и его причинах. Твердо заявите ему, что Вы против употребления наркотиков и намерены вмешаться в ситуацию.

Если Вы не встречаете понимания или сталкиваетесь с негативной реакцией, необходимо прибегнуть к помощи специалиста - нарколога.

Не откладывайте решительных действий. Если имеются явные признаки потребления наркотиков ребенком, обращайтесь за профессиональной помощью.

В Минской области имеется эффективная система оказания наркологической помощи как взрослому, так и детскому населению, созданы все условия для оказания качественной наркологической помощи как лицам, страдающим наркоманией, так и лицам, допускающим потребление наркотиков, у которых наркомания еще не сформировалась.

За консультативной помощью и лечением граждане, потребляющие наркотики, алкоголь или другие психоактивные вещества, могут обращаться **(в том числе анонимно)** в наркологические кабинеты учреждений здравоохранения по месту жительства или в учреждение здравоохранения «Минский областной клинический центр «Психиатрия-наркология» (г. Минск, ул. П. Бровки, 7; сайт: www.mokc.by; запись на прием проводится по телефонам: 8 017-311-00-99, +375 29 101-73-73, +375 29 899-04-01).

*Учреждение здравоохранения
Минский областной
клинический центр
«Психиатрия-наркология»*