



«Как можно уберечь детей от наркотиков»



Памятка для родителей

Наркоманию без преувеличения можно назвать самым страшным явлением нашего времени. К сожалению, это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять алкоголь, наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ ЭТОГО ЗЛА?

- Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.
- В семье строго придерживайтесь принципов ЗОЖ (исключите из употребления алкоголь, не курите, занимайтесь физической активностью, правильно питайтесь).
- Любите своего ребенка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что он у вас есть и сейчас рядом с вами.
- Чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы.
- Поощряйте его инициативу, цените мнение подростка.
- Относитесь с уважением к личностно-духовным потребностям ребенка.
- Помогите организовать досуг ребенка так, чтобы у него оставалось как можно меньше свободного времени (запишите ребенка на кружки, секции).
- Воспитывайте ребенка самостоятельным, ответственным человеком, который способен предвидеть последствия своих поступков и нести за них ответственность. Не делайте, не решайте за ребенка то, что решить и сделать должен он сам.
- Убедите ребенка в важности умения отказываться сверстникам, говорить в нужный момент слово «нет» уверенно и твердо.
- Научите ребенка ценить свое здоровье, радоваться жизни, получать удовольствие от каждого дня и от собственных достижений.
- Благополучная и счастливая семья является надежным барьером между ребенком и агрессивной внешней средой. Родители должны приложить усилия к воспитанию у ребенка таких качеств, как самостоятельность, уверенность в себе, независимость, способность противостоять негативным факторам.