

## Как правильно разговаривать с ребенком о наркотиках?



Профилактика наркомании в семье.

Дети, постоянно контактирующие с родителями, реже ошибаются. Если Вы будете интересоваться проблемами своего ребенка, то он поймет озабоченность и пустит Вас в свою "подростковую" жизнь, и если вдруг у него возникнут проблемы, он доверится именно Вам.

Старайтесь проводить время вместе. Планируйте, чем будете заниматься с ребенком. Чем больше вы проводите свое время с ребенком, тем меньше риск оставшегося время для дурных занятий оказывающих вредное влияние.

Интересуйтесь школьной жизнью, главное его друзьями (угроза наркомании идет именно от них) и вообще следите за его жизнью. Спрашивайте у него, куда он идет и с кем. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка. Постарайтесь выявить угрозу наркотической зависимости или алкоголизма в ее корне, если такова имеется в его окружении.

Покажите ему свою любовь. Скажите об этом: «Мы тебя любим. Мы хотим, чтобы ты был здоров и счастлив».

Так же вам нужно научить ребенка отвечать твердо «Нет», при общении в его окружении, со своими друзьями и ни в коем случае не сомневаться в своем ответе. Как говорить нет своим друзьям подросткам на странице: "Скажи НЕТ наркотикам".

Как строить беседу, Как правильно разговаривать о наркотиках?

Нужно выбрать подходящий момент для разговора. Предварительно подготовьтесь, почитайте литературу о наркомании, благо интернет полон таких статей. Информацию о спиртном и опасных наркотиках дети чаще всего получают из телевизора. Поэтому разговор лучше всего начать после просмотра кино, в котором затрагивается тема наркомании.

Нужно, чтобы подросток из разговора усвоил, что Вы и соответственно он сам, должны сформировать установку на формирование здорового образа жизни, с полным отсутствием вредных привычек. Не оставляйте возможности неправильно Вас понять. Говорите и общайтесь о вредном влиянии наркотиков на жизнь и здоровье человека при каждом удобном случае.

Говорите по-деловому, все поясняя. Будьте внимательным слушателем! Задайте подростку вопросы и попросите, чтобы он задавал Вам. Поймите суть того, что сказал Вам ребенок. Просите его совета в делах, касающихся семьи. Если ребенок увидит Ваше желание и готовность слушать, ему будет легче довериться и обращаться с Вами.

Если подросток сообщил Вам что-то непредсказуемое и неприятное (может быть у него есть друг, который употребляет наркотики, или ребенок признается, что сам пробовал употребить), то очень важно сохранить выдержанность, спокойствие и реагировать так, чтобы дальнейшее общение не было прервано.

Расскажите ребенку о сущности наркобизнеса. О том, что вначале наркотики предлагаются бесплатно (чтобы «подсадить» человека), а потом уже за огромные деньги. За тем наркотики употребляют уже не для того, чтобы получить кайф или наслаждение, а как средство, чтобы избавиться от физических болей, чтобы снять ломку и хоть немного почувствовать себя нормально.

Еще раз дайте понять ребенку, в своем разговоре, что вы не хотите и не допустите, чтобы он принимал наркотики.

Расскажите, что такое наркотическая ломка, что привело к ней, как тяжело лечить такой диагноз, какой наносит вред здоровью длительный прием наркотиков.

Дайте понять, что вы не хотите, чтобы он употреблял марихуану (как правило с нее все начинается). Если ребенок даст себе волю попробовать травку, значит высок процент того что в будущем он попробует тяжёлые наркотики, например героин.

Это требование нужно четко объяснить и сформулировать - «Я буду сильно огорчен и зол, если ты будешь курить *марихуану*». Вам нужно объяснить, что травка оказывает очень вредное воздействие на способность концентрироваться, на физическую силу, координацию, память, желание что-либо делать, из-за этого начнутся проблемы в школе и что этим всем подросток огорчит любящих его родителей (статистика показывает, 95% наркоманов начинали с «травки»). Это все Вы можете сказать доброжелательно с пониманием не ругаясь и не повышая тон.

Расскажите случай, когда ребенок в наркотическом опьянении пересекал дорогу, и неадекватно оценив ситуацию, вызвал ДТП, навсегда изменив свою жизнь, став инвалидом. В разговоре обсудите, стоит ли наркотики такого риска и что об этом думает он сам.