



Когда и как говорить с детьми о наркотиках?

(памятка для родителей)



Если вы думаете, что чем позже ваш ребенок узнает о том, что такое наркотики, тем лучше, то к тому времени, как вы решитесь на такой разговор, он уже может узнать об этом из других источников. Но вы можете не терять драгоценное время и уже с ранних лет воспитывать у ребенка правильное отношение к теме наркотиков. Конечно, вести беседы с ребенком на эту тему в каждом возрастном периоде нужно по-разному, ориентируясь на уровень его понимания и психологические возрастные особенности.

4-5 лет

*На этом этапе дети еще не готовы к восприятию сложной информации об алкоголе, табаке или наркотиках. Дети этого возраста стремятся узнавать и запоминать **правила поведения**, стараются, глядя на родителей и других людей понять, **что такое хорошо и что такое плохо**.*

- ▲ Объясните ребенку, почему одни продукты и напитки полезные, а другие вредные.
- ▲ Расскажите ребенку о хранящихся в доме ядовитых и опасных веществах, прочтите вслух предупреждающие этикетки на продуктах. Поясните, что не на всех плохих продуктах имеются предупреждения об опасности попадания их в организм человека, поэтому можно есть или нюхать только ту пищу или лекарство, которое дают родители.
- ▲ Прививайте ребенку понимание принципов честности и доверия — учите его делиться, говорить правду, не жульничать в игре. Поощряйте такое поведение ребенка, тогда он будет знать, какого поведения вы от него ждете.
- ▲ Учите ребенка преодолевать трудности и искать решения проблем во время игр и развивающих занятий с ребенком. Опыт самостоятельного решения трудной задачи дает ребенку уверенность в собственных силах, вырабатывает в нем инициативность и самостоятельность.



5-8 лет

*Беседы в этом возрасте могут быть уже более серьезными. Дети демонстрируют растущий **интерес к миру**, находящемуся за пределами семьи и дома.*

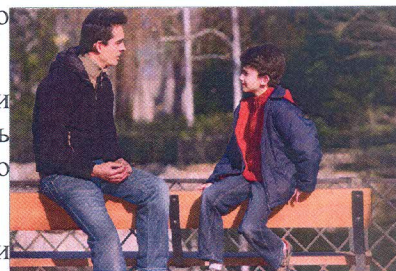
- ▲ Объясните ребенку, что любое вещество, кроме пищи, которое человек принимает внутрь, может быть крайне вредным и даже смертельно опасным.
- ▲ Расскажите о том, что существуют вещества, наркотики, которые мешают работе организма и могут привести к серьезным проблемам со здоровьем и даже к смерти. Объясните ребенку, что употребление таких веществ вызывает привыкание — может стать вредной привычкой, от которой трудно избавиться.
- ▲ Поощряйте полезные привычки своих детей: хвалите их за правильный самостоятельный уход за своим телом, несоблюдение которого может навредить здоровью.
- ▲ Помогайте ребенку понять, что употребление лекарств в большем количестве, чем назначил врач во время болезни, может навредить его здоровью.

▲

9-11 лет

В этом возрасте дети могут интересоваться тем, как наркотики действуют на мозг или организм человека, с ними можно обсуждать тему, почему наркотики привлекают некоторых людей.

- ▲ Воспользуйтесь любопытством ребенка по поводу серьезных травмирующих событий в жизни других людей (автомобильной аварии или развода), чтобы объяснить, что наркотики могут причиной такого рода событий.
- ▲ Разьяните своему ребенку механизм действия табака, алкоголя и наркотиков на организм. Расскажите ему о том, что существует опасность наступления комы или смерти от поступления в организм избыточного количества таких веществ.
- ▲ Расскажите как и почему может возникать привыкание к наркотикам и алкоголю, как их употребление приводит к потере контроля над своими поступками. Приведите ребенку примеры того, как алкоголь и наркотики разрушают жизнь не только самих наркоманов, но и членов их семей, друзей.
- ▲ Подробно остановитесь на причинах особенной опасности этих веществ для растущего организма — как они влияют на внешность, рост, развитие.
- ▲ Обсуждайте с ребенком тему рекламы, в которой употребление алкоголя приподносится с привлекательной стороны. Научите его распознавать искажение реальных фактов в СМИ, хвалите его за умение делать самостоятельные умозаключения.
- ▲ Подготовьте своего ребенка к возможным провокациям со стороны сверстников, которые могут предложить ему попробовать закурить или выпить алкоголь. Отрепетируйте с ним поведение в такой ситуации.



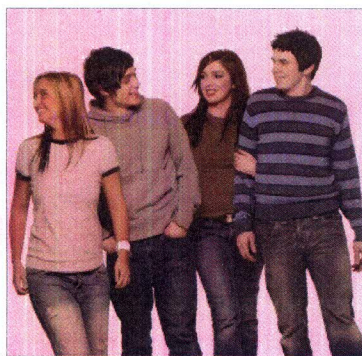
12-14 лет

Начало подросткового периода это время, когда ваши дети больше не чувствуют себя детьми, они руководствуются мнением ровесников и почти не воспринимают воспитательные беседы родителей. Их привлекает опасность и риск, они стремятся доказать свою независимость. И все же они очень нуждаются в вашей поддержке.

- ▲ Подчеркните в беседе, что употребление алкоголя, табака и наркотиков вызывает неприятные изменения во внешности.
- ▲ Обратите внимание подростка на то, что употребление алкоголя и наркотиков заставляет людей замыкаться на общении с группой алкоголиков и наркоманов, терять ориентиры на будущее, обедняет и ограничивает его дальнейшую взрослую жизнь.

15-17 лет

Этот возраст — последний период, в котором вы еще можете оказать влияние на формирование негативного отношения к наркотикам у ваших детей. В последующие возрастные периоды изменить установки в отношении наркотиков будет сложно, так как воспринимать ваши слова будет уже самостоятельный взрослый человек.



- ▲ Целесообразно рассказать в этом возрасте подросткам о том, как курение, употребление алкоголя и наркотиков во время беременности связано с появлением различных дефектов в развитии новорожденных.
- ▲ Важно дать понять подростку, что любой человек может стать наркоманом, если станет систематически употреблять наркотики.
- ▲ Убедите своих детей, что употребление наркотиков ведет к гибели цивилизации, лучших ее представителей, вырождению человечества. В подростках велико стремление изменить мир к лучшему, поддерживайте это стремление верой в то,

что ваши дети смогут осуществить свои благородные мечты и планы, если смогут оградить себя и свой круг общения от алкоголя и наркотиков.

Уважаемые родители, гордитесь своими детьми, говорите им об этом, вселяйте в них веру в их лучшие качества, ведь для подрастающего человека очень важно, что взрослые высоко ценят его. Ваша вера в своих детей всегда будет стимулом для них быть такими, какими вы их видите.