

Важно знать! Родителям о наркотиках

В 1987 году Генеральная Ассамблея ООН провозгласила 1 марта Международным днем борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков.

Число наркопотребителей во всем мире превышает 200 миллионов человек. По данным Всемирной организации здравоохранения, от последствий употребления наркотиков в мире ежегодно умирает около 450 тысяч человек.

Проблема наркомании становится более острой в Беларуси. Все чаще дети подросткового возраста начинают употреблять и распространять психоактивные вещества, в том числе наркотики.

"Наркоманы и распространители наркотических средств и психоактивных веществ встречаются среди всех слоев общества, в любых семьях, независимо от их социального положения. Поэтому родителям важно обращать внимание на привычки своих детей уже с раннего подросткового возраста (11-12 лет)

Причины, по которым подростки начинают употреблять наркотики:

1. любопытство (возникает от незнания последствий употребления и распространения, а также неумения устанавливать причинно-следственные связи);
2. низкая самооценка (желание самоутвердиться, проявить самостоятельность и «взрослость» разными методами, желание не отставать от сверстников и стать «своим» в компании);
3. отсутствие цели (отсутствие интересов, ценностных ориентаций, позитивных установок, неумение и нежелание познавать себя и окружающий мир, непонимание своих потребностей, желаний, то есть подросток не осознает, чего он хочет и чем любит заниматься);
4. одиночество (недостаток умения устанавливать дружеские отношения, а также недостаток доверия к своему окружению и др.);
5. недостаток внимания родителей, теплых и доверительных взаимоотношений в семье и с близкими людьми.

Одной из причин, по которой несовершеннолетние начинают распространять наркотики, является желание иметь собственные деньги. Для одних это способ самоутвердиться, доказать себе и другим, что они взрослые и самостоятельные. Другие пытаются подобными действиями решить семейно-бытовые проблемы.

Что важно знать родителям

Обращайте внимание на поведение детей, на их переписку в социальных сетях, СМС-сообщения, а также на телефонные и Интернет-переговоры. Таким путем несовершеннолетних активно вовлекают не только в потребление наркотических средств и психоактивных веществ, но и в их распространение путем «закладок» в общедоступных местах.

Помните, взрослые могут предупредить риск вышеуказанных негативных ситуаций в жизни своего ребенка:

1. старайтесь не упускать из виду ребенка и всегда быть в курсе того, где он находится, где проводит свободное время, какие у него друзья, при этом не стремитесь установить сверхконтроль над ним;

2. подавайте положительный пример, прежде всего, своим поведением, отношением, вниманием и заботой. Вы можете служить не только примером отсутствия вредных привычек, но и образцом того, какой должна быть счастливая и благополучная семья. Своим положительным отношением к окружающим, здоровым образом жизни, заботой и любовью к ребенку вы прививаете ему необходимую культуру поведения, которую он транслирует в свою будущую семью. Мало кто хотел бы, чтобы их дети вели асоциальный образ жизни, такой же, как и их родители или в последующем создавали неблагополучную, асоциальную семью;

3. устанавливайте доверительные отношения с ребенком, беседуйте с ним, интересуйтесь его жизнью, окружением, проблемами, чаще проводите вместе свободное время. Если вы создадите атмосферу доверия при общении с ребенком, ему будет легче открыться вам и рассказать о своих проблемах;

4. способствуйте формированию у ребенка устойчивой позитивной самооценки и чувства уверенности в себе. Верьте в успехи своего ребенка и помогайте ему в любых начинаниях, даже если у него не будет получаться достигать высоких результатов. Поддерживайте его, используя ободряющие слова, например, фразами: «Ты справишься», «Ты обязательно должен(а) попытаться», «Ты лучший(ая)» и т. д. Также поощряйте высказывание собственной точки зрения, но при этом учите и осознавать свои ошибки в случае необходимости;

5. если вы наказываете ребенка, выражайте свое недовольство его поступками, а не личностью в целом. По возможности объясняйте, что именно вам не нравится в его действиях, не переходите на личность. Например, если ребенок вам начал врать, нужно отметить это: «Мне не нравится, что ты начал часто врать, так как я люблю тебя и хочу тебе верить», а не словами: «Ты лгун», «Ты плохой», «У тебя совсем мозгов нет» и др.;

6. если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему;

7. если вы не знаете, как ребенку помочь, обратитесь за помощью к специалистам.