

Как защитить ребёнка от наркотиков.

Современные родители всё чаще беспокоятся о том, что бы их дети, не столкнулись с проблемой детской и подростковой наркоманией. Для многих эта проблема кажется далёкой и нереальной, но, к сожалению, для некоторых семей, эта проблема актуальна.

Возраст, когда дети наиболее подвержены развитию наркотической зависимости, составляет от 12 до 19 лет. Если родительский контроль перестаёт распространяться на взрослеющего ребёнка то он, попросту говоря, «уходит в собственное плавание». Так как же его уберечь от наркомании? Почему одни становятся наркоманами, а другие нет? Попробуем рассмотреть, как же всё-таки может повлиять на данную проблему семья. Для профилактики детской наркомании родители должны давать ребёнку достаточное количество внимания с самого раннего возраста. Общение с ребёнком, которое должно быть ежедневное, регулярное - это и есть залог правильного и гармоничного развития, а так же эффективная профилактика детской наркомании. Если не хватает внимания со стороны родителей, ребёнок старается найти ему замену, что бы создать вокруг себя комфортную обстановку. И если мама и папа готовы пойти на такой обмен, то допускают большую вероятность развития всевозможных зависимостей, в том числе и наркотической.

Существует несколько простых советов, как уберечь ребёнка от употребления наркотиков.

1. Ищите повод поговорить с ним об этой проблеме. Если смотрите по телевизору сюжет о смерти от наркотиков, то следует обсудить, какие действия ведут к таким последствиям.

2. Объясните ребёнку, что спорт, физическая сила, хорошая фигура и наркотики - это вещи несовместимые. Довод для девочки - их красота, привлекательность, которые растают, если употреблять наркотики.

3. Развивайте своего ребёнка духовно, посещайте с ним храмы, если есть в семье такая практика, то благословляйте его на добрые дела.

4. Поддерживайте здоровые увлечения ребёнка: борьба, футбол, плавание, занятие в кружках самодеятельности.

5. Развивайте хорошие отношения с детьми, что бы видеть, чем они занимаются, чем интересуются, что чувствуют, о чём переживают. Проводите больше времени вместе. Совместные походы, путешествия, работа на приусадебном участке будут настраивать ребёнка на то, что жизнь увлекательна, интересна и разнообразна и без одурманивающих средств.

Если же время упущено и проблема уже имеет место быть, то Вы можете обратиться за помощью в УЗ «Поставская ЦРБ» и получить профессиональную квалифицированную помощь врача нарколога, психиатра, психолога.

*Психолог УЗ «Поставская ЦРБ»
Елена Хмельницкая*