

Как поговорить с ребёнком о наркотиках

Важно знать, как можно предостеречь ребёнка, а чем привлечь к наркотикам, как говорить о наркомании и лечении, и что способно защитить от этой болезни. Будем чутки к нашим детям! За трагедию несем ответственность мы, взрослые, если недоглядели, недолюбили, недослушали, недорассказали.

Детям и подросткам важно услышать информацию о наркотиках от главных людей в его жизни — родных и близких. Но, сначала, проанализируйте своё повседневное общение с ребёнком. Как показали многолетние исследования людей, страдающих от различных зависимостей, вся семья влияет на болезнь у одного ее члена.

Там, где ребёнок убегает в наркотики, часто можно наблюдать:

1. Застывшие семейные роли («тиран»-«жертва», «спасатель»-«отстраненный», «преследователь»- «убегающий»).
2. Связи семьи с другими людьми либо беспорядочны, либо резко ограничены.
3. Индивидуальные границы членов семьи не признаются и не уважаются (например, папа может не стучаться в дверь, когда заходит в комнату к дочери-подростку).
4. Отсутствует интимность, близость.
5. Нарушены осознание и проявление подлинных чувств.
6. Запутаны коммуникации (например, мама может подговаривать ребенка забрать у папы деньги, чтобы он их не пропил).
7. Ребенок воспринимается не отдельной личностью, а частью взрослого, который сплошь обязан, должен, но своих желаний не имеет.

Пересмотрите Ваши способы общения в семье. Доброжелательность и открытость — залог здорового будущего Вашего дитя!

В каком же возрасте стоит начинать говорить с ребенком о наркотиках?

Возраст не имеет решающего значения. Нельзя (вернее, очень сложно) сразу взять и донести свою мысль как озарение (а если уж это произошло - то при этом не навредить психически). Это как культура - она прививается с детства, на протяжении многих лет.

Ребенок растет и познает мир, узнает, что грязные пальцы в рот совать нельзя, также нельзя совать в рот сигареты и всякие наркотики. Но сами согласитесь, бессмысленно объяснять это 3-летнему ребенку, который всегда под присмотром взрослых и о всяких там наркотиках даже понятия не имеет и взять их нигде не сможет и вообще мыслить о последствиях не способен (лет до 5). В более взрослом возрасте, начиная от 6 лет, когда появится просто любопытство - а что есть такое? Можно рассказывать. Ведь рано или поздно это слово прозвучит, по телевизору, на улице... Нужно адекватно объяснять в чем плюсы и минусы данных веществ, и объяснять на доступном уровне понимания ребенка. Еще раз подчеркиваю: адекватно. Если вы будете говорить только о вреде, что-то скрывать, резонно встанет вопрос - а зачем тогда употребляют, как бы хотелось узнать это *самому*... К родителю имеется доверие, но оно далеко не безгранично и с возрастом тем более теряется.

Чего нельзя делать ни в коем случае, это запрещать без объяснения причин, т.к. запретный плод сладок.

Нужно объяснять какие последствия от того или иного. Понимает - хорошо, а нет - да и не важно, объясните позже (в случае, если не спохватились слишком поздно). Появится у ребенка дальнейший интерес - объясняйте еще больше деталей (заметьте - если он просит объяснить, а не вы - разница есть, не так ли? Заинтересованность принять ваш ответ), еще больше описывайте негативные ситуации, как сказку рассказывают - чтобы воображение работало, аж мурашки по коже. Если возраст не очень большой и в сказки верит, попытайтесь как хороший сказочник и артист, задействовать воображением все органы чувств чтобы наиболее полно ребенок мог окунуться в то, о чем вы рассказываете (не можете сами - найдите хорошего рассказчика, ведь это уже не шутки, не игры, и относитесь соответственно). А дальше всё просто: если человек (ребенок) адекватный, понимая, что это вред, себе вреда наносить не будет. А если уже не совсем адекватный, если собственное здоровье ставится на последнее место - где-то были какие ошибки в развитии и помощи ребенку (ваша совместная в том числе проблема, недоглядели), тогда нужно работать именно с этим, с первоисточником. А не с темой наркотиков даже. Как правило, потребности в наркотиках - это лишь следствие, замена чего-то другого. Имейте это в виду. Ну не наркотики, так опасные игры или что-то еще - всегда найдется альтернатива, если состояние душевное требует этого. Но это уже скорее психология и изучение отклонений в развитии - тема большая и желательная к изучению из практики мирового опыта.

Имеется очень действенное средство, которое скорее всего навсегда определит правильное отношение к наркотикам. Только с этим нужно не опоздать, в 18 лет - будет слишком поздно (ну и 5-6 лет рановато, а дальше уж сами смотрите к чему ребенок готов). Показывайте ребенку людей (реальных живых, а видео/фото материалы так не работают - категорический запрет), которые принимают наркотики. Тяжело больных, естественно. Поговорите с ними. Да, это сложно - найти такого человека, тем более вступать в контакт (солидному человеку это порой кажется вообще ненормальным, но ради важного дела пересильте себя). Поверьте, это лучше самых ярких слов, и всего пару-тройку раз (в разные возрастные периоды, а впечатлительному может и одного раза хватить) невзначай показать ребенку (не против его воли, естественно, а ради интереса) таких людей - запомнит на всю жизнь, какая может быть жизнь, и что те люди выбрали ее себе сами. После этого вам не придется даже ничего более объяснять и возвращаться к этому вопросу. Наглядные жизненные примеры всегда на первом месте, что бы вы вообще ни говорили (и вопрос доверия тоже не стоит: сам же всё видел). Или возьмем даже такой элементарный самый обыденный пример: как правило если ребенок видит пьющего человека, которому реально плохо, который валяется потом под забором - никогда ребенок пить не будет, он знает, что его в этом случае ждет. Или наоборот: родители пьют "умеренно", веселятся после - значит это вполне нормально, несмотря на самые строгие запреты (родители ж не всегда контролируют и не будут контролировать взрослого ребенка, а задача хорошего родителя: постепенно полностью исключить необходимость родительского контроля, возложив его на плечи самого ребенка).

Но в любом случае, не забывайте прописную истину: даже жесткий вышеописанный метод - всё должно работать на интерес ребенка. А не против его интересов - это главное правило. Попробуйте вызвать в нем интерес, чтобы была почва для объяснений. В противном случае (ровно, как и какие-либо запреты) лишь вызовет отторжение вас как авторитета и доверителя в данных вопросах. А то что сломано - исправить потом бывает очень сложно. Родитель - он как сапёр, грубая ошибка может очень дорого стоить. А возраст, отвечая на ваш вопрос, исходит из этой же истины - хочет знать, значит время пришло. Возраст, развитие и семейные обстоятельства - вещи очень индивидуальные и не позволяют приводить конкретные цифры, но уж в 10 лет точно никаких умственных и психологических ограничений на эту тему нет, попробуйте

подвести его к этой мысли (что сделать в общем-то совсем не сложно), заинтересовать, как ни парадоксально это звучит. Но говорить о проблеме надо и именно в таком ключе. *А не говорить, ровно, как и строго запрещать - значит пустить дело на самотёк, бросить ребенка одного на произвол судьбы.*



Круглосуточно ● Конфиденциально ● Бесплатно

8-800-2000-122



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ