

## **Родителям о профилактике зависимого поведения у подростков**

Все, чем может помочь один человек другому, - это раскрыть перед ним правдиво и с любовью существование альтернативы.

### *Легенда*

*Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел в реке тонущих детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать его на помощь. Тот стал помогать тем, кто еще держался на плаву. Увидев третьего путника, они позвали на помощь... Но он, не обращая внимание на призывы, ускорил шаги... "Разве тебе безразлична судьба детей?" - спросили спасатели. Третий путник им ответил: "Я вижу, что вы вдвоем пока справляетесь. Я добежу до поворота, узнаю, почему дети попадают в реку, и постараюсь это предотвратить".*

Эта притча иллюстрирует возможные подходы к решению проблемы наркомании. Можно спасать тонущих детей, строя лечебницы и реабилитационные центры, воевать с наркодельцами. Заниматься этим должны профессионалы.

Главную роль в деле профилактики наркомании играют родители и педагоги. Их задача - "добежать до поворота реки и не дать детям упасть в воду", то есть показать подросткам, что жизнь прекрасна, многогранна, интересна, увлекательна только тогда, когда главная цель каждого - ориентир на здоровый образ жизни.

### **Простые правила на каждый день для взрослых:**

- как можно больше проявляйте компетентности в вопросах, интересующих молодежь;
- не забывайте о чувстве юмора, не бойтесь шуток, смеха, розыгрышей - они не мешают, а помогают во взаимодействии с детьми;
- гоните из жизни скуку, иначе она выгонит детей из дома;
- не срывайте на детях плохое настроение, свои служебные и прочие неприятности;
- не забывайте, что праздники украшают жизнь, веселые затеи сделают ваши отношения с ребенком еще ближе;
- организуйте семейные походы в лес, в театр, кино, просто прогулки по городу и т.д., улыбайтесь;

- попытайтесь обратить внимание ребенка на свои увлечения и проявите интерес к его занятиям;
- естественно, поиск доверительных отношений не предполагает насаждения атмосферы попустительства, вседозволенности и панибратства.

*«Никогда не показывайте, что вы умнее ребенка: почувствовав ваше превосходство, он, конечно, будет уважать вас за глубину мысли, но сам сейчас же молниеносно уйдет в себя, спрячется, как улитка в раковину».*

*А.Аверченко*

### **Вы заинтересованы во взаимодействии, поэтому:**

- признаете сложность проблем, с которыми сталкивается ребенок;
- уделяете большое внимание его достижениям, а не промахам;
- помогаете ему сформировать позитивное представление о себе, для этого чаще говорите ему о том, что вам нравится в его характере, например, смелость, общительность, скромность и т.д.;
- говоря об ошибке, стараетесь показать ее ценность, как попытки;
- говоря о результатах, избегаете сравнений с другими;
- способны откровенно говорить с ребенком о жизни и смерти, дружбе и предательстве, об отношениях мужчины и женщины;
- готовы поделиться собственным опытом взросления, рассказать о своих тогдашних чувствах, мечтах, идеалах, даже если сегодня они кажутся вам смешными и ошибочными;
- Вы разносторонний человек, у Вас есть друзья, хобби, иные интересы, помимо заботы о хлебе насущном, у Вас есть иная школа ценности растущей личности, чем отметки ученика в дневнике.

*«Воспитание имеет приоритет перед образованием. Создает человека воспитание».*

*Антуан де Сент-Экзюпери*

### **Задумайтесь над этим:**

Мы не можем, оберегая детей от невзгод жизни, поместить их под стеклянный купол. Но мы можем и должны позаботиться о том, что их окружает. Можем создать свою маленькую и очень добрую вселенную в семье, в своем доме. Пусть хотя бы здесь их окружает любовь.