

Рекомендации родителям по раннему предупреждению употребления ПАВ детьми

Многие родители стремятся создать вокруг своего ребенка настоящий безопасный вакуум, не всегда понимая, что его следует научить жить и выходить из сложных ситуаций самостоятельно.

Как разговаривать с ребенком о проблеме употребления ПАВ

- Не занимайтесь воспитанием в плохом настроении (как у вас, так и у ребёнка) – эффекта не будет, возникнет лишь недопонимание и раздражение.
- Воспитатель должен быть строгим, но добрым (поддерживать эмоционально ребёнка, но твёрдо стоять на своих позициях). Если ребенка подбадривать, то он учиться верить в себя и свои силы (например, я уверен, что ты справишься с трудной ситуацией и сможешь выбрать верное решение, даже если тебе это будет трудно сделать).
- Не откладывать разговор с ребенком о наркотиках, алкоголе, рискованном поведении на потом. Приобретение ребенком собственного опыта в данных вопросах может привести к непоправимым последствиям.
- Не уходите от ответа и не переводите разговор на другие темы (могут найтись другие люди, кто расскажет и покажет, но не то, что нужно).
- Расскажите, что знаете сами, избегая сложной терминологии, которая может стать причиной страха и тревоги у ребенка. Если своим вопросом ребёнок поставил вас в тупик, т.к. вы обладаете только обрывочной информацией, стоит выразить свое отношение к проблеме, свою позицию. Как раз это и будет именно то, что нужно ребенку в данный момент. Не стоит выдумывать небылицы по данному вопросу, т.к. ложь рано или поздно откроется и это может в будущем лишь подорвать авторитет родителя и доверие к нему со стороны ребенка.
- Разъясните непонятные моменты и узнайте у ребенка о его отношении к проблеме, и как он бы ее решил, создав тем самым доверительную атмосферу.
- Наиболее простой способ поговорить на сложную тему – обсудить просмотренный фильм, передачу, статью и т.д.

В каком возрасте и как нужно начинать «серьезно» разговаривать с ребенком по проблеме ПАВ?

Если ребенок достиг подросткового возраста, а родители ограждали его от этих тем. Они опоздали!!! Подросток многое все уже узнал сам и его позиция зачастую может быть иной, нежели у родителей. Родителям не стоит ждать момента, когда они напрямую столкнутся с проблемой. Им необходимо с раннего возраста создавать атмосферу доверия и открытого обсуждения «волнующих» тем до наступления сложного подросткового возраста.

Дошкольный возраст - лучшее время для закладки фундамента доверия между ребенком и родителями, основных жизненных ценностей, в т.ч. и основ ведения ЗОЖ.

При обсуждении с ребенком дошкольного возраста серьезных вопросов важно учитывать, что у них развито конкретно образное мышление и поэтому бессмысленно «взрослыми» словами объяснять последствия употребления алкоголя и табака, симптомах различных заболеваний.

Необходимо дозировать информацию и предоставлять ее в простой и наглядной форме, например, расскажите, используя анатомический атлас, как устроен организм человека, для чего нужно питание, дыхание, выделение, что может повлиять на организм негативно.