

Роль родителей в профилактике вредных зависимостей

Климат собственной семьи в вашей власти. Вы воздействуете на него ежеминутно, и вам по силам изменить его и сделать благоприятным. Благоприятным не вообще, а для своего ребенка; для такого, какой он есть, далее если он далек от идеала и совсем не похож на вас.

Вспомните, пожалуйста, сколько раз за последние две-три недели вы приходили домой и искренне говорили со своими детьми о том, как прекрасна жизнь, какое наслаждение быть живым и здоровым, любить, смеяться, плакать...

Среди всеобщих разговоров о плохих жилищных условиях, плохой погоде помогаем ли мы своим собственным детям верить в то, что жизнь, несмотря на все проблемы и трудности, - великий и бесценный дар?...

Ведь, если мы сами не считаем, что жизнь прекрасна и удивительна и не доказываем это детям на своем примере, что же мы можем противопоставить наркокультуре, утверждающей: кроме табака, алкоголя, наркотиков, разврата, в этой жизни радоваться совершенно нечему, да и жить-то без этого практически не имеет смысла. Употребление наркотических веществ ребенком нередко начинается в условиях, которые создаем мы сами. Разумеется, не сознательно, но разве от этого легче, если в итоге получается, что за наши ошибки в воспитании расплачиваются наши собственные дети?

Типичная ошибка - дефицит внимания к ребенку в семье. Ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может оказаться внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому дела.

Другая ошибка - гиперопека.

Мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, как по сути дела не даем им жить. Чем опасна гиперопека? У ребенка не формируются и не закрепляются навыки самоконтроля и саморегуляции. При ослаблении контроля старших он оказывается дезориентированным в своем поведении. Этим можно объяснить, когда отличник, послушный сын заботливых родителей, вдруг оказался вовлечен в противоправные действия, включая употребление наркотических веществ.

Гиперопека у некоторых детей подавляет инициативу, других, более активных, ведет к импульсивным, немотивированным действиям, третьих подталкивает к скрытности, стремлению обмануть взрослых. И тогда важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие.

Импульсивные, немотивированные поступки особенно часто наблюдаются в подростковом возрасте. Чем же это обусловлено?

Во-первых, процесс полового созревания на определенных стадиях сопровождается повышением возбудимости подкорки, и кора головного мозга временно не справляется с функцией контроля.

Во-вторых, возрастающее стремление ребенка к самостоятельности, которое для родителей оказывается неожиданным, встречает с их стороны наиболее активное противодействие именно в подростковом возрасте. Так как это желание проявляется время от времени, старшие не всегда осознают необходимость предоставления своему сыну или дочери большей самостоятельности, даже если внутренне почти готовы к этому непростому решению.

Как избежать искушения авторитарностью? Поймите, что безусловное подчинение от ребенка, которого вы добиваетесь, подавляет способность человека к самостоятельному анализу жизненных ситуаций, возможность самому разобраться в поведении и личностных качествах других людей, программирует ситуативность поведения и подчиняет случайным мнениям. Что в итоге - препятствует выработке собственной позиции, выбору, умению сказать «НЕТ!», в том числе и на предложение попробовать наркотик.

А теперь время исправлять ошибки. Необходимо научиться доверять ребенку, предоставив ему пространство для жизни, для его ошибок, для его собственного опыта, проявления самостоятельности. Попробуйте сделать шаг в этом направлении и увидите: ваш ребенок не растеряется от неожиданного предложения попробовать наркотик и сможет достойно ответить на него. Утвердительный ответ даже не придет ему в голову, так как он уже внутренне сделал самостоятельный (без нажима с вашей стороны) альтернативный выбор.