

Советы родителям

Как уберечь наших детей от пагубного воздействия вредных привычек



В жизни человека привычки играют важную роль, вполне оправдывая своё название, полезные – благоприятную, вредные – неблагоприятную. Поэтому родителям нужно активно способствовать формированию полезных привычек, предупреждая формирование вредных.

К сожалению, как правило, формирование вредных привычек происходит куда быстрее, чем формирование хороших. Однако особую группу вредных привычек представляют злоупотребление алкоголем, курением и наркоманией.

Навыки противостояния давлению сверстников – это такие поступки или

действия, которые родители могут воспитать в своем ребенке в целях отказа от употребления табака, алкоголя, наркотиков.

Для воспитания противостояния давлению используйте следующие пять правил:

ПРАВИЛО 1. Научите своего ребенка ценить индивидуальность в людях и в самом себе.

ПРАВИЛО 2. Обсудите вместе с ребенком понятие дружбы. Попросите его составить описание настоящего друга. Пока он работает, составьте своё описание друга, Поговорите, сравнивая, сколько одинаковых характеристик в ваших описаниях и выясните, кто же такой настоящий друг.

ПРАВИЛО 3. Научите ребенка говорить людям «нет». Большинство родителей учат своих детей быть вежливыми, уважать других, и быть послушными. Детям нужна поддержка родителей, чтобы сказать «НЕТ» давлению посторонних. Объясните детям, что в некоторых ситуациях необходимо настаивать на уважении к себе.

ПРАВИЛО 4. Ознакомьтесь с фактической информацией об употреблении алкоголя и наркотиков молодёжью. Бывают ситуации, провоцирующие давление со стороны сверстников. Подростки настойчиво предлагают друг другу выпить алкоголь, попробовать наркотики. Вы можете помочь своему ребенку избежать попадания в такие

ситуации, введя специальные правила. (Ты не будешь ходить на день рождения, если там нет взрослых).

ПРАВИЛО 5. Используйте давление сверстников в свою пользу. Ведь давление сверстников может быть не только «-», но и «+».

В борьбе с вредными привычками первое и главное – любой ценой наладить контакт с дочерью или сыном, попробовать быть с ним на равных; не запугивать, а совершенно спокойно и нейтрально общаться. Не потеряйте своих детей! Терпеливо находите подходы к ним.



Всего доброго!