

**Обеспечение взаимодействия школы с родителями в работе по
профилактике вредных привычек»
Как уберечь детей от беды. Предупреждение вредных привычек.**

**Педагог-психолог
Домникова А.С.
20.12.2023 г.**

Уважаемые родители! Вспомните, пожалуйста. Сколько раз за последние 2-3 недели вы приходили домой и искренне, без какой-то особой воспитательной задачи, говорили своему ребёнку о том, что прекрасна жизнь, какое наслаждение быть живым и здоровым, любить и смеяться.

Среди всеобщего нытья о плохих людях, растущих ценах, неважных жилищных условиях, плохой погоде, об ухудшении экологической обстановки, о "таких-сяких" политиках 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 своём примере, то, что же мы можем противопоставить наркокультуре, утверждающей, что, кроме табака, алкоголя, наркотиков, психоделического рока, разврата в этой жизни радоваться совершенно нечему, да и жить-то без этого практически не имеет смысла. Мы не имеем права забывать, что для ребёнка самый действенный образец жизнелюбия или смертной скуки - это его родители.

Исследования убедительно показали, что табакокурение наследуется в семьях из поколения в поколение. В 8 из 10 случаев курящая девочка - это как бы слепок поведения курящей матери, а курящий мальчик - курящего отца.

Привычка - вторая натура, Как часто мы слышим эти слова. Каждый человек имеет большое количество привычек, как вредных, так и полезных. Полезные привычки помогают нам почувствовать себя собранным, организованным, готовым к преодолению трудностей. Они помогают человеку при стрессе в условиях дефицита времени. К сожалению, у людей - и у взрослых, и у детей - возникают не только полезные, но и вредные привычки. Всякая причина появляется не случайно. Каковы же причины появления вредных привычек?

Большую роль в жизни подростка играет его окружение, в первую очередь друзья. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма высока тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют пить, курить.

Становление характера и личностных свойств неразрывно связано со стремлением к самостоятельности, отсюда попытки освободиться от опеки родителей и старших, определить своё отношение к окружающему. Отсутствие жизненного опыта и ещё нечёткая направленность стремлений и убеждений нередко создают для подростка целый ряд трудностей.

Наиболее характерными для раннего подросткового возраста являются реакции протеста или оппозиции. Эти реакции периодически возникают в кругу семьи или школьном микроколлективе (классе) в связи с неблагоприятно сложившейся для подростка ситуацией, имеют чёткую направленность против тех лиц, которые, по его мнению, повинны в её возникновении.

Самое важное в этот период - воспитать в детях независимость. Способность отстаивать своё мнение, не идти на поводу у других.

Нужно формировать у ребёнка критическое отношение к заманчивым предложениям рекламы и к соблазнительным предложениям сверстников (что-то попробовать, с чем-то поэкспериментировать).

Реклама табака и алкогольной продукции действует, в основном, на детей и подростков. Это происходит в силу отсутствия у них критического осмысления красиво оформленных, соблазнительных предложений. Приманкой служат яркие краски, красивые люди и престижные вещи. Ребёнок может спросить: "Почему рекламируют табак и алкоголь, если это опасные вещества?". Ответить можно так: "Реклама не запрещена. И люди сами должны научиться видеть ловушки, чтобы в них не попадать".

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 попадание в такие ситуации, введя специальные правила. (Ты не будешь ходить на д/рожд., если там нет взрослых)

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

Что делать родителям, чтобы помочь ребенку не попасть в беду:

— Чаще завтракайте, обедайте, ужинайте всей семьей.

— Организовывайте семейные поездки, которых дети ждали бы с нетерпением.

- Поощряйте детей к выражению своих чувств (злость, грусть, радость и др.) и не заставляйте их скрывать.
- Больше доверяйте своим детям.
- Не заставляйте детей чувствовать, что их ошибки неисправимы.
- Никогда не угрожайте детям: «Если ты когда-нибудь попробуешь курить, то я не буду тебя любить и откажусь от тебя!»
- Чаще давайте возможность детям принимать самостоятельные решения. — Внимательно слушайте то, что говорят ваши дети.
- Никогда не наказывайте детей в присутствии других и чаще хвалите их, чтобы укрепить хорошее поведение.