В последнее время наблюдается тенденция роста таких вредных привычек как алкоголизм, наркомания и табакокурение не только среди взрослого населения страны, но и у несовершеннолетних. Одной из причин этого роста является вседозволенность средств массовой информации: засилье американских фильмов самого низкого уровня и агрессивных «мультиков» на телеэкране, реклама алкогольных напитков и сигарет.

Современные дети в благополучных семьях, имеющих определённый достаток, отличаются ранней сообразительностью и скорым развитием. Они осваивают компьютер с дошкольного возраста. Порой у родителей попросту не хватает времени следить за тем, чем занимается их малыш. А ребенок, предоставленный сам себе и лишенный родительского внимания, начинает искать себе развлечения самостоятельно. Особенное влияние на неокрепшие умы имеет пример взрослых, которые, не считая нужным скрываться, курят и пьют при детях.

К сожалению, беда принимает серьезные масштабы, и если мы не посмотрим правде в глаза и не встанем всем миром на защиту будущего, мы рискуем его лишиться. Как же остановить тенденцию роста вредных привычек у несовершеннолетних?

Необходимы, прежде всего, профилактические меры. Эта работа эффективна уже в дошкольном возрасте.

Усвоенные в период детства ценности, установки, модели поведения во многом определяют поступки взрослого человека. Именно в дошкольном и младшем школьном возрасте ребенок может успешно овладеть средствами и способами анализа своего состояния и поведения, а также состояния и поведения других людей. Ребенок впервые становится способен к поведению, подчиненному определенным, однозначным правилам и нормам.

При проведении профилактической работы следует учитывать, что приобщению дошкольников к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ способствуют специфические психологические факторы. Это восприимчивость, внушаемость, которые, в сочетании с пристальным интересом к миру взрослых, могут в неблагоприятных условиях составить основу установки на употребление психоактивных веществ.

Профилактические меры  должны быть нацелены на формирование потребности в здоровом образе жизни не только у детей, но и у родителей, а так же на формирование необходимых навыков сопротивления социальному давлению.

Огромную роль в формировании положительных привычек ребенка играет семья. Основное в профилактике многих вредных привычек у детей - установление дружелюбной атмосферы в семье. Поэтому самое главное:

* Необходимо с раннего детства научить ребенка выбирать нужное из огромной массы предметов потребления (в том числе и культурного).
* Необходимо с раннего детства не только побуждать ребенка к усвоению знаний, но и вырабатывать у него организованное мышление, способность приводить в систему обрушивающейся на него поток информации и предложений в зависимости от их ценности.
* Необходимо с раннего детства развивать умение и желание творчески подходить к жизни, с тем, чтобы каждый человек находил в самовыражении неиссякаемый источник радости и мог избежать скуки коммерческих развлечений.

Если у ребенка в семье воспитана самостоятельность и чувство ответственности, то мысль «делать, как и другие»  даже не придет ему в голову.

Задумайтесь над высказыванием известного писателя Н.И. Новикова: «Ничто не действует в младых душах детских сильнее всеобщей власти примера, а между всеми другими примерами ничей другой из них не впечатляется глубже и твёрже примера родителей».

**Уважаемые родители!**

Предлагаем вам рекомендации по профилактике вредных привычек:

* Уделяйте детям больше внимания и ласки, ведь здоровье вашего ребёнка в ваших руках!
* Не злоупотребляйте алкоголем, наркотиками, курением сами!
* Отношения с ребенком необходимо строить на твердых правилах, не подверженных изменениям. Он должен точно знать, как вы отнесетесь к тому или иному его поступку и что предпримите в ответ.
* Вы должны быть исключительно правдивы с ребенком. Если он знает, чувствует, что ему могут солгать, он не будет ни доверять вам, ни выполнять ваши условия.
* Постарайтесь научить ребёнка тому, что не все его желания должны быть немедленно удовлетворены, он обязан понимать, что осуществление его желаний происходит не сразу и не всегда, что для этого необходимо приложить труд, что в обмен на выполнение желания он должен нести какую-то ответственность в семье или перед друзьями.
* Не отмахивайтесь от ребёнка, а объясняйте проблему на примерах других, отвечайте на вопросы в корректной форме.
* Гуляйте с ребёнком  вместе и контролируйте, если отпускаете его одного.
* Ведите здоровый образ жизни: чаще гуляйте с ребенком, занимайтесь спортом, выезжайте на природу.
* Активно участвуйте в жизни ребенка, соблюдайте семейные традиции.
* Объясните ребёнку, как вести себя, если его остановили сотрудники правоохранительных органов для проверки: сохранять спокойствие, не сопротивляться, быть вежливым, выполнять действия сотрудника. Если ребёнок несовершеннолетний, то ему нужно вежливо попросить связаться с родителями.
* Будьте внимательными, Вы можете увидеть изменения в поведении своего ребёнка.

В условиях, когда велико влияние различных негативных факторов –основная роль в воспитании детей, формировании здорового образа жизни и профилактики вредных привычек принадлежит вам!

Сочетание внимательного, заботливого отношения к своему ребенку без излишней навязчивости, с любовью и готовностью помочь, поддержать, воодушевить в трудных ситуациях становится залогом формирования полноценного, душевно здорового, готового и способного помочь окружающим человека.