

достойное место в группе сверстников подростку помогут знания и умения, которыми он отличается от других. Расскажите ему, что делает человека особенным, уникальным. Важно, чтобы подросток знал свои сильные и слабые стороны, чтобы у него было увлечение, которое доставляло радость и помогало бы ему развивать свои лучшие качества, способности и таланты. Это могут быть: игра на музыкальных инструментах, рисование, пение, занятия танцами, спортом и другие виды деятельности, способствующие развитию личности.

6. Научите ребенка быть твердым и уметь отказывать

В потребление наркотиков в первую очередь втягиваются подростки, которые не умеют противостоять влиянию. Не стремитесь всегда и во всем настоять на своем. Давайте ребенку возможность действовать так, как он считает нужным. Не ломайте характер ребенка. Иначе он станет ведомым. В умении отстоять свою позицию закаляется его характер и проявляется сила воли. Однако это не означает, что вы должны все позволять своему ребенку, что бы он ни потребовал. Просто объясните ему свой отказ.

7. Развивайте чувство ответственности у ребенка

Люди, склонные к зависимости, не способны заботиться ни о себе, ни о

других и не могут учитывать интересы другого человека. Распределите обязанности в семье. Регулярно давайте ребенку задание, которое соответствует его возрасту.

9. Будьте внимательны, но не подозрительны

Если у вас есть подозрения о том, что кто-то из друзей вашего ребенка употребляет наркотики, поговорите с ним об этом. Расскажите, чем может быть опасна дружба с наркоманом. Обсудите, почему люди становятся наркоманами, хотя знают о вреде наркотиков.

Обязательно обратитесь к специалисту за помощью!

Уважаемые родители!

Помните, что любовь к ребенку, духовная близость и взаимопонимание помогут воспитать гармонично развитого и устойчивого к стрессам человека.

Никогда не поздно стать другом для своего ребенка! Это нужно для того, чтобы он не нашел друга в лице наркотика.

Заботьтесь о своем здоровье и здоровье Ваших детей!

Наркотики и здоровье - несовместимы!

Будьте здоровы и благоразумны!

Кабинет профилактики ГБУЗ «Суоярвская ЦРБ»

Чтобы беда обошла стороной



Информация для родителей

2013 год

Многие родители уверены, что их ребенок не употребляет наркотики. Но, к сожалению, употребление наркотиков стало частью жизни нашего общества. И эта беда может коснуться любого. Наркотики входят в жизнь ребенка постепенно, долго остаются тайной для семьи, и когда проявляют себя в полную силу, то предпринять что-либо родители часто уже не в силах. Наркотическая зависимость – это не только сломанная жизнь самого подростка, это трагедия для всей семьи. Никто и никогда не пожелал бы своему ребенку такой судьбы.

Ведь все родители мечтают о том, чтобы их дети были здоровыми, счастливыми, успешными.

Исключительно важную роль в предупреждении этой зависимости играет семья.

Что нужно делать родителям, чтобы защитить своего ребенка от наркотиков?

1. Любите его! Уважайте своего ребенка!

Чаще всего проба наркотика подростком – это его попытка обратить на себя внимание, крик о помощи, месть

родителям за неуважение к его чувствам. *Проявляйте уважение к своему ребенку и его мнению. Уважение к другому человеку начинается с самоуважения. Ребенок должен знать, что его мнение для вас важно.*

2. Создайте в семье теплую эмоциональную атмосферу



Старайтесь проводить со своим ребенком как можно больше времени и как можно активнее участвуйте в его жизни. Обсуждайте вместе его проблемы, выслушивайте его. Покажите ему, что вы его понимаете и готовы стать его защитником. Старайтесь избегать упреков и нравоучений. Разговаривайте доброжелательным тоном. Позволяйте ребенку выразить свои чувства.

Никогда не обманывайте своего ребенка. Одобряйте и хвалите ребенка за успехи и достижения.

Станьте вашему ребенку добрым другом и советчиком. Пусть ваш ребенок знает: что бы с ним ни случилось, вы всегда выслушаете его и придете к нему на помощь.

3. Организуйте совместную деятельность

совместную

Одним из способов поддержать здоровый образ жизни и творческую активность – делать все вместе со своим ребенком. Это может быть разнообразная деятельность: приготовление обедов, уборка и ремонт в квартире, ремонт автомобиля или работа на дачном участке. Совместный труд позволяет достичь тесной духовной близости. Дети очень ценят время, проведенное со своими родителями, и те дела, которые сделали вместе.

4. Оградите ребенка от семейных конфликтов

Нередко семейные проблемы, ссоры между родителями становятся для ребенка невыносимой ситуацией, из которой он находит выход в наркотиках. Если в семье есть проблемы, не втягивайте ребенка в выяснение отношений («Не кричи на меня, видишь – ребенок страдает!»).

5. Помогите ребенку проявить свою индивидуальность

На подростков большое влияние оказывают их сверстники. Чтобы доказать свою взрослость, быть в чем-то лучше, оригинальнее, «круче» других, подросток готов на многое, в том числе может пойти на риск потребления наркотиков. Занять