

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

От чего зависит, начнет ли Ваш ребенок пробовать наркотики и станет ли он наркоманом?

Если ребенок комфортно чувствует себя в семье, то он, скорее всего, не станет пробовать наркотики.

Но если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может стать для него тем, чего ему не хватает в жизни. В отдельных случаях даже однократное употребление наркотика может привести к зависимости от него.

В общении с ребенком есть **ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА**, которые становятся простыми, если входят в привычку. Они помогают родителям устанавливать с детьми отношения взаимного уважения и доверия.

Разговаривайте друг с другом: если общение отсутствует, Вы отдаляетесь друг от друга.

Умейте выслушать внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своем.

Рассказывайте им о себе. Пусть Ваши дети знают, что Вы готовы поделиться с ними, а не уходите в себя.

Будьте тверды и последовательны: не выставляйте условия, которых не можете выполнить. Ребенок должен знать чего от Вас ожидать.

Будьте рядом: важно, чтобы дети понимали, что дверь к Вам открыта и всегда есть возможность побыть и поговорить с Вами.

Старайтесь все делать вместе, планировать общие интересные дела: нужно как можно активнее развивать интересы ребенка, чтобы дать ему альтернативу, если ему вдруг предстоит делать выбор, где одним из предложенных вариантов будет наркотик.

Общайтесь с его друзьями: подросток часто ведет себя тем или иным образом, находясь под влиянием окружения.

Показывайте пример. Алкоголь, табак, медикаменты - их употребление – привычка, хотя может вызвать проблемы. Все эти вещества легальны, но то, как Вы их употребляете, какое место они занимают в Вашей жизни, - пример для Ваших детей.

Помните, что ребенок нуждается в Вашей поддержке, помогите ему поверить в свои силы.

Не запугивайте: ребенок может перестать Вам верить!

МЫ ЖЕЛАЕМ ВАМ СЧАСТЬЯ И ВЗАИМОПОНИМАНИЯ!

ГБУЗ «Наркологический диспансер»

министерства здравоохранения Краснодарского края

Диспансерно-поликлиническое отделение № 2

г. Краснодар, ул. Евдокии Бершанской, д. 17



8 (861) 266-34-90, 8 (861) 266-74-60

Единый консультативный телефон: **8 (861) 245-45-02**

www.narco23.ru