

ПАМЯТКА 3

Вниманию родителей!

Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком:

1. Общайтесь друг с другом. Отсутствие общения с вами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.
2. Выслушивайте друг друга. Умение слушать означает быть внимательным к ребенку. Умейте выслушивать его точку зрения, уделять внимание взглядам и чувствам ребенка.
3. Ставьте себя на место подростка. Ему часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Станьте ему другом.
4. Проводите время вместе. Поддерживая увлечения ребенка, вы делаете очень важный шаг в сторону предупреждения от употребления им ПАВ.
5. Познакомьтесь с друзьями ребенка. Именно от окружения во многом зависит поведение ребенка, его отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее.
6. Помните, что ваш ребенок уникален. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них.
7. Подавайте пример. Употребление алкоголя, табака, медицинских препаратов законно, но здесь очень важен родительский пример. Помните, что ваше употребление так называемых разрешенных психоактивных веществ открывает дверь детям и для запрещенных.