

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

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

Если ребенок комфортно чувствует себя в семье, то он либо не станет пробовать наркотики, либо это будет досадной случайностью. 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. И тогда в семье о ребенке знают все, не следя за ним специально, отпускают подростка в компанию, не допрашивая о тех, кто с ним будет, замечают, что с ребенком не все в порядке раньше, чем он пожалуется сам ...

Разговаривайте друг с другом:

если общения не происходит, 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 уходить в себя.

Будьте рядом:

важно, чтобы дети понимали, что дверь к вам открыта, и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.

Будьте тверды и последовательны:

не выставляйте условия, которые не можете выполнить. Ребенок должен знать, чего от вас ожидать.

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.

Помните,

что ребенок нуждается в вашей поддержке: помогите ему поверить в свои силы.

Показывайте пример.

Алкоголь, табак, медикаменты - их употребление привычно, хотя может вызвать проблемы (например, алкоголизм). Все эти вещества легальны, но то, как вы их употребляете, какое место они занимают в вашей жизни - пример для ваших детей.

Не запугивайте,

они могут перестать вам верить.

**Никто из нас не хочет видеть своего
ребенка наркоманом.**

Все мы надеемся, что чаша сия минет нас.

Но все же будьте начеку.

**Помните, что чем раньше вы
заметите неладное, тем легче будет
справиться с бедой.**