



Государственная программа Приморского края
«безопасный край» на 2015-2020 годы

Ру́дьте уверены!

- В ваших детях
- Вы не одни
- Вам помогут

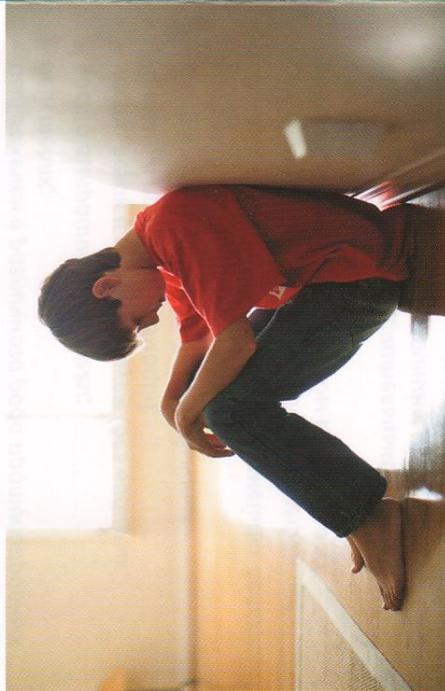


**Будьте твердыми,
будьте последовательными,
будьте заботливыми,
но не создавайте впечатления,
что вам нравится все, что он делает.**

ТАК ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ

Есть несколько вещей, которых следует избегать в воспитании ребенка:

1. **НЕ ИЗДЕВАЙТЕСЬ** над своим ребенком – унижение не нравится никому;
2. **НЕ ЧИТАЙТЕ НОТАЦИИ** – вспомните, как вы сами их воспринимаете;
3. **НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ЗАПУГАТЬ** ребенка страшными историями, это не помогает, а тот, кто уже попробовал наркотики и знает их действие, вам не поверит.



**НАУЧИТЕ РЕБЕНКА ГОВОРИТЬ «НЕТ»
ПАГУБНЫМ СОБЛАЗНАМ!**

**Вам надо набраться терпения
и быть более реалистичными.
Важно, не кто виноват,
а как вы можете помочь.**

ПОГОВОРИМ С РЕБЕНКОМ О НАРКОТИКАХ

Информационно-методическое пособие
для родителей по ранней диагностике
и профилактике наркомании

Изготовлено в ООО «Литография «Африка». Тираж 110 000 экз. Заказ № 06026/1 от 19.06.2018 г.

ЗАЩИТИМ НАШИХ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ

ОБЕСПЕЧЬТЕ ПОДДЕРЖКУ

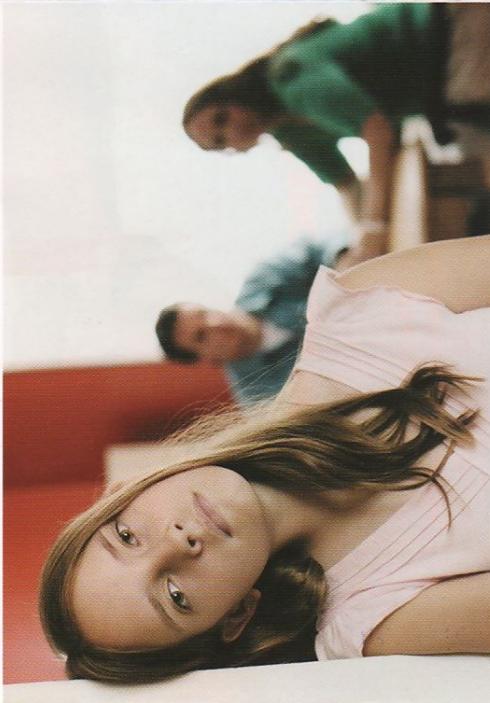
Постарайтесь убедить ребенка в том, что вы хотите помочь ему. Часто молодой человек сам понимает, что попал в беду, но не находит в себе силы попросить о помощи. Покажите, что вы относитесь к нему по-прежнему и готовы во всем ему помочь.

«Мне может не нравиться то, что ты сделал, но я все равно тебя люблю», – вот что хочет услышать ваш ребенок и во что он хочет поверить. Но не пытайтесь скрасить последствия его действий.

ОБЕСПЕЧЬТЕ ПОМОЩЬ СЕБЕ И РЕБЕНКУ

Ребенок может нуждаться в большем, чем вы можете ему предложить. Вспомните о тех людях, которые могут помочь. Сегодня существуют различные организации и группы, которые смогут помочь вам и вашему ребенку. Координаты некоторых из них вы сможете найти в конце этого издания.

Не забывайте и о себе: вам тоже будет нужна поддержка. Не стесняйтесь обратиться за помощью к семье, к друзьям. При необходимости вспомните и о профессионалах: психологах, психотерапевтах, медиках.



КАК УЗНАТЬ, УПОТРЕБЛЯЕТ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК НАРКОТИКИ?

Сделать это трудно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Многие признаки совпадают с теми, которые сопровождают процесс взросления.

Важно сделать правильные выводы, если вы заметите, что ваш ребенок:

- потерял интерес к старым увлечениям: спорту, коллекционированию, чтению, музыке и т.д.;
- у него снижается успеваемость;
- стал часто прогуливать занятия или рабочие дни;
- возвращается с дискотеки, вечеринки или с прогулки в странном состоянии;
- был замечен в различного рода противоправных действиях;
- часто выпрашивает деньги;
- часто резок и непредсказуем (без видимых причин) в проявлении эмоций;
- раздражителен, агрессивен в обычных ситуациях;
- избегает родителей, участия в семейных делах;
- стал скрытым, например, даже телефонные разговоры ведет так, чтобы его никто не слышал;
- стал расплагаться значительными денежными суммами, не объясняя причины их появления;
- стал постоянно лгать, хитрить и изворачиваться;
- стал безразличным, безынициативным;
- избегает новых знакомств;
- периодически не научет дома;
- проявляет интерес к разговорам о наркотиках;
- убежденно отстаивает свободу употребления наркотиков.

**Участвуйте в жизни вашего ребенка.
Знайте, кто его друзья,
что они делают
и где они проводят время.**

ОЖИДАЙТЕ ПОСТЕПЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Если ваш ребенок употребляет наркотики регулярно, в один момент он этого не прекратит. Любые изменения будут идти постепенно и, скорее всего, с затруднениями.

ЭТО НЕ ВАША ВИНА

Подростки начинают употреблять наркотики по различным причинам, не всегда только из-за проблем в семье. Не вините во всем себя. Ваша задача помочь ребенку справиться с проблемой, а не заниматься самобичеванием!

