

Советы родителям

«Как уберечь детей и подростков от алкоголизма и наркомании»

1. Разговаривать друг с другом. У каждого человека есть потребность говорить с окружающими, слушать их. Это необходимо и детям. Если нет общения, нарастает непонимание, вы отдаляетесь друг от друга. У ваших детей остается только возможность найти отклик у кого-то другого, кто способен повлиять на них.
2. Выслушивать, Ребенку это необходимо. Способность слушать - ключ к нормальному общению. Важно понять чувства, взгляды ребенка без споров и конфликтов.
3. Рассказать о себе, Не бойтесь говорить о своем детстве, об ошибках, которые совершили сами. Поделитесь своими неудачами, проблемами. Ребенок увидит в вас не только родителя, но и друга. Разделенная беда *то*, как говорят, победа!
4. Поставить себя на его место. Пусть ребенок почувствует, что вы его понимаете.
5. Быть рядом. Важно, чтобы ребенок понимал, что дверь к вам всегда открыта.
6. Быть твердым и последовательным. Это ваши правила в семье.
7. Стараться все делать вместе.
8. Дружить с друзьями своих детей.
9. Помнить, что каждый ребенок особенный.
10. Показывать пример. Очень трудное правило. То, что именно Вы употребляете алкоголь или наркотики - пример для вашего ребенка.

Ни один подросток, впервые принявший спиртное или затянувшийся сигаретой с наркотическим «дурманом», никогда не допускает мысли о том, что когда-то может приобрести болезненную зависимость от спиртного и наркотиков. Он воспринимает все это как "баловство", не отдавая себе отчета в том, что развитие зависимости начинается уже с самого первого момента употребления

