

выяснить, что для них значат наркотики;

- вы постараетесь спокойно описать свои чувства - это поможет разъяснить вашу позицию;
- вы говорите с ними, а не о них. Не читайте лекции.

**Вы знаете, что любую болезнь легче предупредить, чем лечить. Ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.**

**Ограниченный в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие нет; что можно делать, а чего следует избегать.**

**Помните, что Ваш ребенок уникален.**

**Общайтесь друг с другом.**

**Выслушивайте друг друга.**

**Ставьте себя на его место.**

**Проводите время вместе.**

**Дружите с его друзьями.**

**Подавайте положительный пример во всём.**

**Найдите своему ребенку занятие по душе как можно раньше! Займите его музыкой, танцами, спортом. У ребенка сформируется свой, правильный круг общения. Это поможет избежать многих проблем.**

**Не ругайте ребенка, если он часто меняет занятие – он просто ищет себя!**

## **Жизнь прекрасна, пусть Ваши дети это знают!**

Приведенные здесь советы только общие, потому что каждая семья особенная, и отношения между родителями и детьми индивидуальны.

Если беда уже пришла в ваш дом - не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам, они обязаны помочь Вам.

**Достоверная информация, полученная от специалиста, поможет развеять сомнения и избежать ненужных страхов.**

Запишите

номер детского телефона доверия  
в свой телефон и телефон ребенка:

**8-800-2000-122**

(бесплатно, анонимно, круглосуточно)

**Общероссийский детский телефон доверия**



## **Жизнь прекрасна!**



**Помогите вашим детям  
это понять.**



## Уважаемые мамы и папы!

Задумывались ли вы когда-нибудь над тем, что видят вокруг себя наши дети, на каких примерах они воспитываются? Как правило, родители всеми силами стараются оградить своих детей от проблем, существующих в современном обществе. Но сделать это становится все сложнее. Многие "болезни" современного общества, к сожалению, стали привычными явлениями нашей жизни. Ежедневно сталкиваясь с этими негативными проявлениями на улице, в общественных местах, а также на экранах телевизоров, наши дети перестают видеть в них нечто из ряда вон выходящее.

### Когда начать говорить о наркотиках с детьми?

Родителям может показаться, что в 7-8 лет дети слишком малы для таких тем. И все же от подобных бесед есть польза, поскольку:

- вы можете быть уверены, что дети получат верную информацию (при условии, что вы сами в курсе темы!);
- дети узнают, что вы думаете о наркотиках и почему;
- если возникнет возможность попробовать какой-то наркотик, то вероятнее всего дети вам об этом расскажут;
- если у детей возникнут проблемы, то вероятнее всего они вам о них расскажут.

В этом возрасте дети уже кое-что слышали о наркотиках благодаря масс-медиа. Как правило, они еще не оспаривают авторитет родителей и готовы поделиться с вами своими мыслями.

Несколько советов,  
как начать беседу с детьми:

- дав ребенку какое-то лекарство или принимая его сами, объясните, что лекарство можно брать только у достойного доверия взрослого, например, своего учителя или семейного врача;
- видя по телевизору или в газете историю о наркотиках, воспользуйтесь случаем и начните беседу. Спросите, что ваш ребенок знает о наркотиках, и объясните просто и понятно, почему наркотики могут быть опасны.

### Дети должны знать, что употребление наркотиков всегда рискованно!

Зачастую родители предпочитают пропустить эту тему, доверяя собственному разуму ребенка или же слепо надеясь, что "в нашей семье этого не случится".

Беседа с подростком, родителям важно знать, что:

- для большинства молодежи наркотики не являются частью жизни;
- большинство молодежи, попробовав запрещенные наркотики, не начинает употреблять их постоянно.

Почему молодые вообще начинают употреблять наркотики? Часто причины те же, что и в распивания алкоголя:

- им нравится быть "под кайфом";
- их друзья или родители употребляют;
- любопытство;
- наркотики легкодоступны;
- наркотики символизируют для молодых самостоятельность, независимость, нарушение каждодневных правил;
- безделье, отсутствие каких-либо занятий, скука;
- желание привлечь внимание.

Некоторые родители избегают любых тем, связанных с наркотиками, или же рассказывают своим детям исключительно шокирующие истории. Но спокойная беседа приносит пользу обеим сторонам. Также важно выслушать мнение и позицию молодых, как бы наивны или глупы они ни казались на первый взгляд.

Если вы хотите, чтобы в поведении детей что-то изменилось, то прежде всего придется подумать о своем поведении. Сердясь или теряя самообладание во время беседы, вы не достигнете желаемой цели. Важно до начала разговора продумать, в чем проблема, **чья это проблема**, и **какого изменения поведения вы желаете**.

Разговор будет легче, если:

- вы дадите понять, что прежде всего заботитесь о здоровье, безопасности и самочувствии ребенка;
- внимательно выслушаете их мнения и аргументы. Молодые не всегда видят проблемы в употреблении наркотиков. Прежде,