

Памятка родителям

Что делать родителям, чтобы уберечь детей от зависимостей?	Почему нужно поступать именно так?
Содействуйте укреплению чувства самооценности у своего ребенка.	Дети и подростки, низко оценивающие себя, в первую очередь становятся жертвами наркомании.
Создайте в своей семье атмосферу доверия и безопасности для самооценности ребенка.	Без доверия к близким, матери, отцу.. вряд ли ребенок обратится к ним в кризисной ситуации.
Вырабатывайте ясные и справедливые правила в совместной жизни, будьте последовательны в договоренностях.	Противоречивые несправедливые требования родителей часто ведут к болезненным кризисам у детей и подталкивают их к поискам «обезболивания».
Хвалите и конструктивно критикуйте- это дает значительно больше, чем наказание или постоянные придирки.	Наказания, несправедливые обвинения, упреки, оскорбления все это отталкивает от вас ребенка, направляет его на поиск поддержки и небезопасной компании.
Поддерживайте инициативу и самостоятельность вашего ребенка.	Если вы заберете всю ответственность у ребенка, он никогда не будет сам чувствовать ответственность за свою жизнь и свое здоровье.
Поощряйте разнообразие контактов и интересов у ребенка (друзья, спортивная секция, общественные молодежные организации, хобби).	Пустая, скучная, одинокая жизнь ОПАСНА, она вынуждает детей и подростков убежать в мир наркотических грез.
Участвуйте в мире ребенка, в его интересах, хобби, заботах, проблемах, компаниях.	Отвергая интересы к проблемам своей дочери, своего сына, оставаясь равнодушным к ним, вы лишаетесь их доверия.