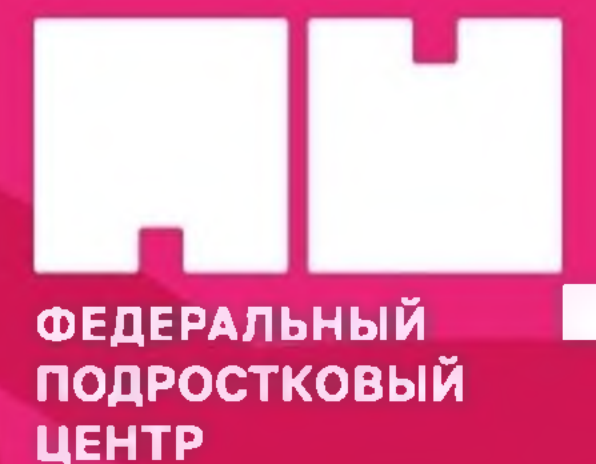


РОДИТЕЛЬСКАЯ ГОСТИНАЯ



КАК УБЕРЕЧЬ ПОДРОСТКА ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ

ССЫЛКА НА НАШУ
ГРУППУ В ВКОНТАКТЕ



ССЫЛКА НА НАШУ
ГРУППУ В TELEGRAM



ССЫЛКА
НА НАШ САЙТ



Главной целью воспитания и профилактики зависимости от психоактивных веществ является поддержка подростка в принятии ответственности за собственную жизнь, а также в способности эффективно справляться с жизненными трудностями. Профилактические меры следует применять задолго до того, как ребенок достигнет подросткового возраста, но это не означает, что в этом возрасте уже ничего нельзя сделать.

НЕСКОЛЬКО НЕЭФФЕКТИВНЫХ И ДАЖЕ ВРЕДНЫХ ПОДХОДОВ:

- Запугивание подростка.
- Нудные лекции и проповеди о вреде наркотиков.
- Общение в формате монолога, где вы лишь рассказываете свои мысли без диалога.
- Показывать пугающие материалы, фильмы и книги о жизни зависимых — это может вызвать интерес к запретному.
- Применение двойных стандартов, когда родители оправдывают свое поведение, но запрещают это детям.

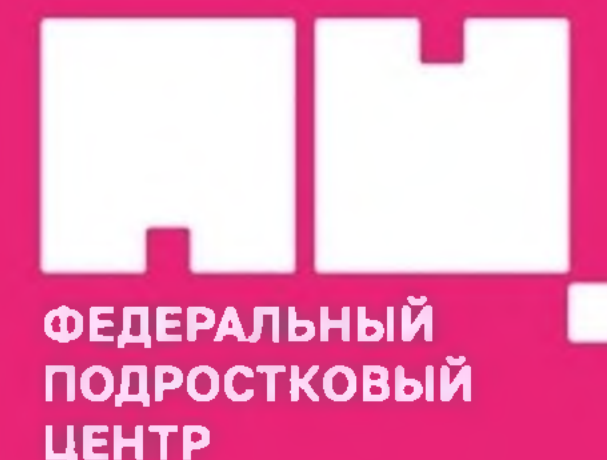
ЭФФЕКТИВНЫЕ И ПОЛЕЗНЫЕ ПОДХОДЫ:

- Создайте для ребенка творческое и интеллектуальное окружение, где рядом будут люди с похожими ценностями.
- Будьте активны в своей жизни и привлекайте детей к совместной деятельности.
- Познакомьтесь с друзьями ребенка и их родителями.
- Научите ребенка ставить цели, достигать их и эффективно решать возникающие проблемы.
- Обучите ребенка отстаивать свои интересы и уметь говорить «нет».

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СНИЖЕНИЮ РИСКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ И ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЕЙ:

- Сильные семейные связи, основанные на привязанности между детьми и родителями, без излишней опеки.
- Активное и стабильное участие родителей в жизни детей, включая их воспитание и образование.
- Применение позитивной дисциплины, соответствующей возрасту детей, обучение их целеполаганию, достижению целей, а также навыкам принятия решений и решению проблем.
- Удовлетворение основных потребностей детей в стабильности и безопасности, а также в свободе и развитии.
- Способность родителей быть положительным примером для своих детей.

ЭФФЕКТИВНЫЕ И ПОЛЕЗНЫЕ ПОДХОДЫ:



- Регулярно демонстрируйте подростку свою любовь, выражая её словами и поступками — даже если он иногда отказывается от физического контакта или реагирует на комплименты недовольно.
- Будьте искренне открыты для общения и обсуждайте различные темы, начиная это задолго до подросткового возраста.
- Проявляйте интерес к жизни своего ребенка и стремитесь понять его.
- Устанавливайте разумные ограничения и правила, ориентируясь на возраст, и вовлекайте ребенка в обсуждение этих правил до их принятия.
- Проводите время всей семьей за общими приемами пищи, организовывайте совместные походы и поездки.

НЕСКОЛЬКО НЕЭФФЕКТИВНЫХ И ДАЖЕ ВРЕДНЫХ ПОДХОДОВ:

- Обвинение себя или других родственников в проблемах подростка.
- Согласие с тем, что эксперименты с ПАВ неизбежны, и умаление ответственности подростка за свои действия.
- Предложение подростку пить алкоголь под присмотром родителей.