

ПАМЯТКА 3

Вниманию родителей!

Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком:

1. **Общайтесь друг с другом.** Отсутствие общения с вами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.
2. **Выслушивайте друг друга.** Умение слушать означает быть внимательным к ребенку. Умейте выслушивать его точку зрения, уделять внимание взглядам и чувствам ребенка.
3. **Ставьте себя на место подростка.** Ему часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Станьте ему другом.
4. **Проводите время вместе.** Поддерживая увлечения ребенка, вы делаете очень важный шаг в сторону предупреждения от употребления им ПАВ.
5. **Познакомьтесь с друзьями ребенка.** Именно от окружения во многом зависит поведение ребенка, его отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее.
6. **Помните, что ваш ребенок уникален.** Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них.
7. **Подавайте пример.** Употребление алкоголя, табака, медицинских препаратов законно, но здесь очень важен родительский пример. Помните, что ваше употребление так называемых разрешенных психоактивных веществ открывает дверь детям и для запрещенных.