Памятка для родителей

«Как уберечь своего сына или дочь от употребления НПП, снюсов»

Учитесь слушать своего ребенка. Ребенок должен знать, что вам интересен его внутренний мир, его проблемы и переживания.

Говорите с ребенком на равных, не унижайте, не оскорбляйте, будьте вежливы и корректны. Давайте советы, но не давите советами. Доверяйте ребенку и старайтесь сохранить его доверие к себе.

Подумайте о своём примере. Никто не поверит родителям, которые курят, употребляют алкоголь и наркотики.

Поддерживайте в ребенке самоуважение и думайте о его самореализации. Научите ребенка мыслить самостоятельно, уметь говорить «Нет!». Предполагается, что вы этим навыком обладаете.

Помогите ребенку научиться понимать последствия своих действий.

Помогите ребенку научиться бороться со скукой и бездельем, получать удовольствие от полезной деятельности, находить себе увлечения.

Есть два способа поддерживать здоровый образ жизни творческую активность:

1. Стимулируйте участие Вашего ребенка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим и всегда побеждать. Специальные меры обычно не нужны, когда ребенок имеет позитивные увлечения. У него менее вероятно появление интереса к табаку, наркотикам или алкоголю, и его, вероятнее всего не будет привлекать что-то подобное.

2. Делайте все совместно. Этот способ позволяет достичь тесной духовной близости. Опыт свидетельствует, что дети чрезвычайно ценят время, проведенное со своими родителями, и те дела. Которые сделали вместе.

И самый главный способ профилактики – любите своих детей, любите очень сильно, любите очень сильно каждый день! Любите детей, потому что они – самое дорогое, что может быть у каждого человека в жизни!

УОДУУП и ПДН УМВД