

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ:

Учите ребенка ценить свою индивидуальность. Расскажите ему о том, что делает его особенным и уникальным. Объясните, что есть ситуации, в которых лучше не быть «как все».

Помогите сделать верный выбор друзей. Узнайте, как он понимает значение «дружба». Объясните, что настоящий друг всегда будет уважать его мнение и индивидуальность, не будет просить делать то, что противоречит его желаниям.

Объясните, что существуют предложения, на которые нужно отвечать твердым отказом. В определенных жизненных ситуациях, каждый имеет право высказать собственное мнение и сказать «нет».

Говорите с ребенком, что хорошо проводить время можно без алкоголя. Существуют ситуации, в которых подростки считают необходимым употребление алкоголя. Например, день рождения, вечеринка, и просто прогулка.

Относитесь серьезно к проблемам ребенка, даже если Вам они кажутся смешными. У него меньше жизненного опыта, помогите ему, поделитесь своими знаниями.



Краевое государственное казенное учреждение
"Центр по развитию семейных форм
устройства детей, оставшихся без попечения
родителей, и постинтернатному
сопровождению"

г. Хабаровск
ул. Ленинградская, д. 11,
телефон: 8 (4212) 70-46-13
e-mail: info.a-csu@mail.ru
vk.com/csu27

Приемные дни центра:
Понедельник-пятница
С 9:00 до 18:00
Обед: с 13:00 до 14:00

ПОМНИТЕ, ВЫ НЕ ОДИНОКИ!
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ:
8-800-2000-112

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ



ПОДРОСТКИ И АЛКОГОЛЬ

КАК УБЕРЕЧЬ?



Уважаемые родители!

Вам необходимо проявить особую внимательность и чуткость, чтобы уберечь своего ребенка-подростка от пагубной привычки – употребления алкоголя. Желание подростков пить алкогольные напитки является следствием соединения нескольких физических, психологических и социальных изменений. Подростки проверяют границы дозволенного и пытаются стать взрослыми. Они полагают, что алкоголь поможет войти во взрослую жизнь, но не понимают риска алкогольной зависимости.



КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА-ПОДРОСТКА ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ?

Опрос в детских садах России показал, что 97% детей правдоподобно описывают алкогольное опьянение. К 11-12 годам у подростков формируются стабильные стереотипы употребления алкогольных напитков. В этом они копируют своих родителей и близких людей.

Для того чтобы уберечь вашего подростка от употребления алкоголя, придерживайтесь некоторых правил:

1 Начните с себя, откажитесь от употребления алкоголя

Если ребенок будет видеть Вас выпивающими, то бесполезно ему рассказывать о вреде алкоголя. Ваш личный пример – лучшая пропаганда.

2 Информируйте ребенка о здоровом образе жизни

В 60% случаев подростки узнают именно от родителей о том, как укрепить свое здоровье.

3 Узнайте, с кем дружит ребенок

Важно знать тех, с кем он общается и дружит. Пригласите домой его друзей, так Вы сможете составить о них какое-то мнение.

4 Поддерживайте ребенка в его положительных увлечениях

Если ребенок в свободное от учебы время занят в различных видах деятельности, которые приносят ему удовольствие, то у него будет меньше поводов начать употреблять алкоголь.

5 Объясните, как важно иметь свою точку зрения

Продумайте с ребенком причины отказа от алкоголя, которые помогут противостоять предложениям выпить и не стать при этом «белой вороной».

6 Проводите время вместе

Уделяйте внимание своему ребенку, интересуйтесь чем он увлекается, выслушивайте его.

7 Уважайте своего ребенка

Не смотрите на него как на маленького. Научитесь прислушиваться и уважать его мнение.