

Будьте твердыми,  
будьте последовательными,  
будьте заботливыми,  
но не создавайте впечатления,  
что вам нравится все, что он делает.

## ТАК ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ

Есть несколько вещей, которых следует избегать в воспитании ребенка:

1. **НЕ ИЗДЕВАЙТЕСЬ** над своим ребенком – унижение не нравится никому;
2. **НЕ ЧИТАЙТЕ НОТАЦИИ** – вспомните, как вы сами их воспринимаете;
3. **НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ЗАПУГАТЬ** ребенка страшными историями, это не помогает, а тот, кто уже попробовал наркотики и знает их действие, вам не поверит.



НАУЧИТЕ РЕБЕНКА ГОВОРИТЬ «**НЕТ**»  
ПАГУБНЫМ СОБЛАЗНАМ!

Вам надо набраться терпения  
и быть более реалистичными.  
Важно, не кто виноват,  
а как вы можете помочь.



## Здесь вам помогут:

**ГБУЗ «Краевой  
наркологический диспансер»**

г. Владивосток, ул. Станюковича, 53  
тел.: 8 (423) 241-46-29, 241-47-61  
[www.pkknknd.ru](http://www.pkknknd.ru)

**Отделение неотложной  
наркологической помощи**

г. Владивосток, ул. Гоголя, 35  
тел. 8 (423) 245-58-65

**Отделение  
по профилактике наркомании  
среди несовершеннолетних  
детско-подростковой наркологии**  
г. Владивосток, ул. Нерчинская, 42  
тел. 8 (423) 242-84-79

**Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних  
«Парус Надежды»**

г. Владивосток, ул. Маковского, 61  
тел.: 8 (423) 238-76-75, 238-79-81

**РОО «Душепопечительский центр  
реабилитации граждан в честь святого  
праведного Иоанна Кронштадтского  
Приморского края»**

г. Владивосток, Океанский пр-т, 44  
тел. 8 (908) 45-73-182



# Будьте уверены!

- В ваших детях
- Вы не одни
- Вам помогут



## ПОГОВОРИМ С РЕБЕНКОМ О НАРКОТИКАХ

Информационно-методическое пособие  
для родителей по ранней диагностике  
и профилактике наркомании



## ОБЕСПЕЧЬТЕ ПОДДЕРЖКУ

Постарайтесь убедить ребенка в том, что вы хотите помочь ему. Часто молодой человек сам понимает, что попал в беду, но не находит в себе силы попросить о помощи. Покажите, что вы относитесь к нему по-прежнему и готовы во всем ему помочь.

«Мне может не нравиться то, что ты сделал, но я все равно тебя люблю», – вот что хочет услышать ваш ребенок и во что он хочет поверить. Но не пытайтесь скрасить последствия его действий.

## ОБЕСПЕЧЬТЕ ПОМОЩЬ СЕБЕ И РЕБЕНКУ

Ребенок может нуждаться в большем, чем вы можете ему предложить. Вспомните о тех людях, которые могут помочь. Сегодня существуют различные организации и группы, которые смогут помочь вам и вашему ребенку. Координаты некоторых из них вы сможете найти в конце этого издания.

Не забывайте и о себе: вам тоже будет нужна поддержка. Не стесняйтесь обратиться за помощью к семье, к друзьям. При необходимости вспомните и о профессионалах: психологах, психотерапевтах, медиках.



**Участвуйте в жизни вашего ребенка.  
Знайте, КТО его друзья,  
ЧТО они делают  
и где ОНИ проводят время.**

## ОЖИДАЙТЕ ПОСТЕПЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Если ваш ребенок употребляет наркотики регулярно, в один момент он этого не прекратит. Любые изменения будут идти постепенно и, скорее всего, с затруднениями.

## ЭТО НЕ ВАША ВИНА

Подростки начинают употреблять наркотики по различным причинам, не всегда только из-за проблем в семье. Не вините во всем себя. Ваша задача помочь ребенку справиться с проблемой, а не заниматься самобичеванием!

## КАК УЗНАТЬ, УПОТРЕБЛЯЕТ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК НАРКОТИКИ?

Сделать это трудно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Многие признаки совпадают с теми, которые сопровождают процесс взросления.

**Важно сделать правильные выводы, если вы заметите, что ваш ребенок:**

- потерял интерес к старым увлечениям: спорту, коллекционированию, чтению, музыке и т.д.;
- у него снижается успеваемость;
- стал часто прогуливать занятия или рабочие дни;
- возвращается с дискотеки, вечеринки или с прогулки в странном состоянии;
- был замечен в различного рода противоправных действиях;
- часто выпрашивает деньги;
- часто резок и непредсказуем (без видимых причин) в проявлении эмоций;
- раздражителен, агрессивен в обычных ситуациях;
- избегает родителей, участия в семейных делах;
- стал скрытным, например, даже телефонные разговоры ведет так, чтобы его никто не слышал;
- стал располагать значительными денежными суммами, не объясняя причины их появления;
- стал постоянно лгать, хитрить и изворачиваться;
- стал безразличным, безынициативным;
- стал неряшливым;
- избегает новых знакомств;
- периодически не ночует дома;
- проявляет интерес к разговорам о наркотиках;
- убежденно отстаивает свободу употребления наркотиков.