

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

ПРОБЛЕМА КУРЕНИЯ
ПОДРОСТКОВ

ВРЕДНУЮ ПРИВЫЧКУ МОЖНО ОПИСАТЬ КАК:

- Вы не контролируете ЭТО, скорее ЭТО контролирует вас;
 - Привычка становится незаменимой для вас;
 - Вы начинаете регулярно делать ЭТО, когда чувствуете неприятные ощущения;
 - Вы уже не можете справиться со своими жизненными проблемами без помощи ЭТОГО;
 - На ЭТО уходит часть ваших денег;
 - Вы теряете самоуважение, душевные силы, возникает угроза разрушения вашего жизненного уклада – семья, карьера, здоровье, друзья.
-

СМИ слишком
часто создают
привлекательные
образы людей,
которые
употребляют
алкоголь и курят



Алкоголь и
наркотики
притупляют разум
и могут нарушить
координацию
движений



Ни алкоголь, ни
наркотики не
способны
превратить
ребенка или
подростка во
взрослого
человека



Отсутствие
наркотической
зависимости в
будущем
поможет
приобрести
хороших
друзей и
занять лучшее
положение в
обществе



Как повысить самоуважение подростка?

1. Одобрять, хвалить ребенка за небольшие успехи и достижения
 2. Помогать ребенку поставить перед собой правильную цель
 3. Оценивать поступок или действие, а не личность ребенка
 4. Дайте ребенку реальную ответственность за какую-нибудь работу
 5. Показывайте ребенку, как вы его любите
-

ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ АНТИНАРКОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ

1. Учите подростка иметь свою индивидуальность
2. Вместе изучите значение слова «дружба»
3. Объясните, что существуют предложения, на которые нужно отвечать отказом



4. Изучайте особенности употребления наркотических средств в молодежной среде

5. Стимулируйте участие подростка в школьной и общественной деятельности

6. Находите больше времени для совместного отдыха



ЧЕМ БОЛЬШЕ ПОДРОСТКОВ, ОКРУЖАЮЩИХ ВАШЕГО РЕБЕНКА,
УПОТРЕБЛЯЮТ ОТРАВЛЯЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА, ТЕМ С БОЛЬШЕЙ
ВЕРОЯТНОСТЬЮ ОН НАЧНЕТ ПОСТУПАТЬ ТАК ЖЕ



ПРОФИЛАКТИКА КУРЕНИЯ

1. Начинать профилактику лучше с раннего возраста
2. По мере взросления ребенка приводите все новые и новые аргументы в пользу здорового образа жизни
3. Постарайтесь заинтересовать ребенка каким-либо видом спорта



ЕСЛИ ВСЕ ЖЕ ЗАКУРИЛ...

1. Скандальить и ругаться уже не имеет смысла
2. Дети начинают курить, не справившись со своими проблемами. Какие проблемы мучают вашего ребенка?
3. Попробуйте по-дружески поговорить с ребенком
4. Убедитесь, знает ли подросток о том, какой вред наносит здоровью курение
5. Вместе подсчитайте, какую сумму подросток тратит на сигареты в день или в неделю. И что он мог бы приобрести на эти деньги

ПОМНИТЕ!

Курение – это не повод делать пребывание
ребенка дома невыносимым из-за постоянных
скандалов и нотаций

**ЛЮБВИ И ТЕРПЕНИЯ
ВАШЕЙ СЕМЬЕ**

