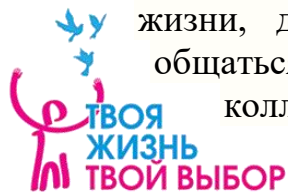


ЧТО Я ДОЛЖЕН РАССКАЗЫВАТЬ РЕБЕНКУ?

В первую очередь. Вы должны выбрать подходящий момент. Возможно, он случится во время отдыха, и Вам удастся провести воспитательную беседу, носящую более живой характер, чем просто "формальное обсуждение".

Дети часто получают информацию об алкоголе или наркотиках через кино и ТВ. Многие из этих представлений могут быть ошибочными, и у Вас есть возможность разрушить некоторые представления и скорректировать неправильные суждения Ваших детей. Попробуйте помочь им понять, что средства массовой информации часто создают привлекательные образы, которые в реальной жизни являются ошибочными.

Отсутствие зависимости в будущем поможет приобрести хороших друзей и занять лучшее положение в обществе. Для того чтобы стать успешным в жизни, дети должны научиться общаться, уметь действовать в коллективе и выбирать друзей, не имеющих зависимости.



МОГУТ ЛИ СЕМЕЙНЫЕ ИДЕАЛЫ И ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ, ПРИВЫТЫЕ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ, ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ?

Вероятнее всего, что Ваш ребенок будет перенимать Вашу точку зрения и суждения, наблюдая, как семейные ценности влияют на Ваше поведение. Вот несколько принципов, которые могут помочь приобщения ребенка к здоровому образу жизни:

Принцип № 1: Рассказывайте о своих личных или религиозных установках и убеждениях.

Принцип № 2: Имейте собственные оригинальные суждения, принимайте решения самостоятельно, а не потому, что "так делают все".

Принцип № 3: Относитесь с уважением к сохранению своего здоровья и ведите здоровый образ жизни.

Принцип № 4: Выработайте у себя убеждения и привычки, - и это очень важно! - которые помогали бы Вам контролировать свое поведение. Несомненно, что Ваши жизненные принципы являются ключом к здоровью Ваших детей. Ваш ребенок сможет руководствоваться полученными в детстве, важными и предпочтительными с его точки зрения стандартами, когда окажется в сложной ситуации.

ЧТО ЕЩЕ ДОЛЖНЫ ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ?

Уважаемые мамы и папы!

Для того чтобы избежать проблем во взаимоотношениях с детьми, помните:

1. Вы должны быть своему ребёнку самым близким человеком, независимо от тех трудных ситуаций, в которые он может попасть.
2. Если ребёнок выходит из-под Вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к специалистам, чтобы её решить.
3. Если Вашему ребёнку дома плохо, если он живёт в атмосфере ссор и скандалов, то он может оказаться в компании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью зависимости.
4. Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья Вашего ребёнка.
5. Если Ваш ребёнок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, Вам необходимо срочно обратиться к специалистам.
6. Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребёнка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.



МБОУ-СОШ № 10



ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ

Уважаемые родители!

Чтобы уберечь своих детей от страшной беды, необходимо как можно больше знать о «враге», уметь правильно реагировать и своевременно протянуть руку помощи своему ребёнку. Вот Вам несколько советов по этому поводу:

Январь 2019 г.



Берегите своих детей! Чья, как не наша поддержка и мудрость, поможет им стать счастливыми людьми.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ВЫБРАТЬ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ?

Предрасположенность к зависимости непосредственно связана с уровнем самоуважения. Дети, имеющие высокий уровень самоуважения, чаще выбирают здоровый образ жизни. Существует 5 принципов формирования самоуважения ребенка.

Принцип № 1: Одобряйте, хвалите ребенка за небольшие успехи и достижения. Поощряйте даже маленькие достижения и делайте это чаще. Его упорство и попытки сделать что-либо важнее полученных результатов.

Принцип № 2: Помогите Вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

Принцип №3: Исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребенка. Например, лучше сказать: "Лазить по заборам опасно, ты можешь ногу сломать", чем: "Ты не должен лазить по заборам - это глупо (или: "так делают только дураки)".

Принцип № 4: Дайте Вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Ребенок, который имеет постоянное поручение по домашним делам, ощущает себя частью команды, и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

Принцип № 5: Показывайте ребенку, как Вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему. Объятия, улыбка и слова: "Я люблю тебя" помогут ребенку ощущать Ваше хорошее отношение к нему.

