

## Памятка для родителей несовершеннолетних детей

### Не пропустите сигналы опасности:

- Резкие перепады настроения в короткий промежуток времени.
- Нарастание конфликтов с родителями, уход от общения, изоляция от них.
- Охлаждение к прежним друзьям, появление новых, с которыми не хочет знакомить.
- Регулярные опоздания в школу, частые короткие отлучки из дома, потеря чувства времени.
- Неожиданный рост или снижение аппетита.
- Общая пассивность, появление равнодушия к учебе, прежним увлечениям.

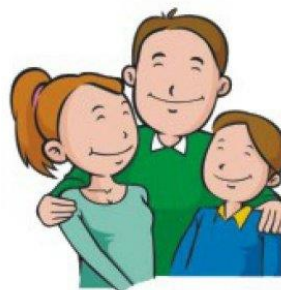


**НЕ БУДЬТЕ НАИВНЫ – С ВОЗРАСТОМ НЕ ПРОЙДЁТ!**

### В благополучной семье ребенок должен сказать «ДА» на следующие утверждения:

1. Я чувствую любовь и поддержку семьи.
2. Я всегда могу серьезно поговорить с родителями.
3. Я могу обратиться за помощью не только к родителям, но и другим взрослым.
4. Родители интересуются моей учебой, иногда помогают делать домашние задания и посещают школьные мероприятия.
5. Родители четко формулируют свои требования к моему поведению.
6. Родители ругают меня, когда я нарушаю принятые в семье правила.
7. Когда я куда-то иду, родители спрашивают, куда я иду, с кем и когда вернусь домой.
8. Мои друзья хорошо учатся и не употребляют наркотики.
9. Я занимаюсь в спортивной секции (кружках).
10. Я стараюсь хорошо учиться.
11. После окончания школы я собираюсь учиться дальше.
12. Мне нравится помогать людям.
13. Мне безразличны чувства окружающих.
14. Я умею принимать решения.
15. Я умею планировать будущее.
16. Я доволен собой.
17. У меня будет счастливая жизнь.

### Это позволит уберечь детей от приобщения к употреблению психоактивных веществ



- Крепкая связь с родителями (семьей).
- Интерес к учебе, хобби, личностному росту.
- Интерес к религии и духовному росту.
- Уважение к общественным нормам, законам, ценностям, авторитетам (законопослушность).

# **Памятка родителям “как спасти ребенка от одиночества”**

**Обязательно скажите:**

**«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»**

**«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»**

**«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»**

**«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»**

**«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»**

**«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»**

