

Если у Вас возникает подозрение, что ребенок начал употреблять алкоголь или наркотические вещества, говорите об этом прямо. Не делайте вид, что не замечаете очевидных перемен.

Одной из причин приема ПАВ является демонстративное привлечение внимания к себе.

Не игнорируйте ребенка.

В общении с ребенком воздержитесь от угроз, истерик и порицаний. *ДОВЕРИЕ* – единственное, что поможет вашему ребенку раскрыться в общении с вами и принять вашу помощь.

- **Привлекайте всю семью к решению этой проблемы.** Подросток должен понимать, что за него волнуются и он небезразличен.
- **Посмотрите на ваши семейные привычки, возможно, употребление ПАВ в вашей семье – норма.** Тогда и подросток может не понять ваше возмущение, ведь «Так ты же сама так делаешь!».
- **Если чувствуете, что не справляетесь с ситуацией, то обратитесь за помощью к психологу.** Вместе вы сможете выработать свое понимание проблемы, оценить ее масштаб, определиться со своими задачами с учетом истории ваших отношений и особенностей ребенка, оценить имеющиеся ресурсы.