

# На что нужно обращать внимание при общении?

Спасибо, что посмотрели наше видео. Что вы заметили в этом разговоре?

Ниже мы приводим советы о том, как можно говорить с детьми на такие деликатные темы, не обостряя ситуацию и не заставляя вас или вашего ребенка чувствовать себя неловко.

На последнем слайде вы также найдете информацию о том, где можно получить дополнительную информацию.



# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



Не начинайте разговор с упреков в сторону вашего ребенка. Наоборот, выскажите все, что вас беспокоит или волнует.

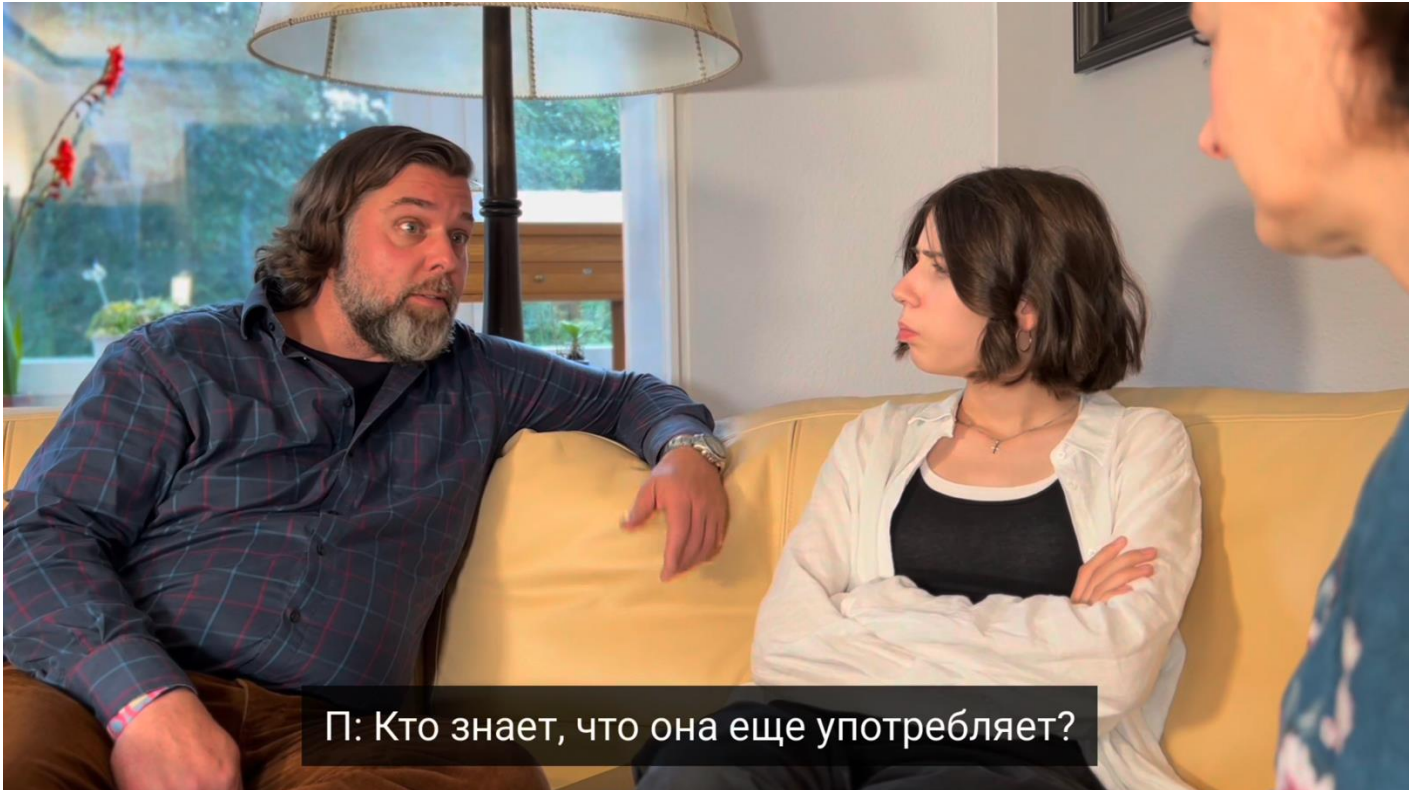
# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



М: Басти, оставь свою сестру в покое. Тебе лучше заняться математикой, а?

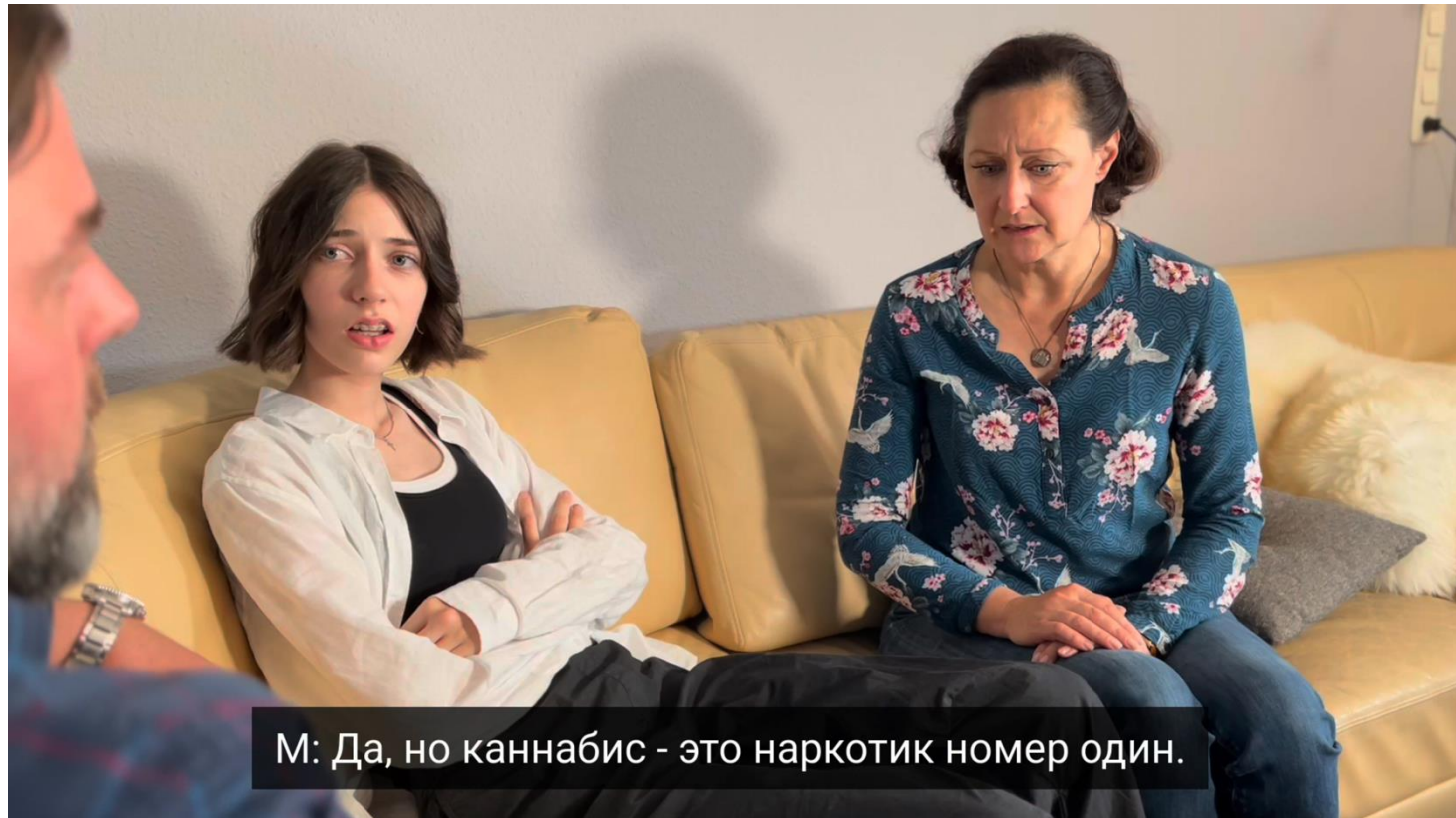
Для успешного общения важно создать ситуацию, в которой вы сможете спокойно и наедине поговорить с ребенком. Отошлите посторонних, чтобы показать ребенку, что вы уважаете его личное пространство.

# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



Не драматизируйте ситуацию. Даже если у вас есть ощущение, что ребенок говорит вам неправду, не стоит сразу же предполагать, что он употребляет или даже зависим. Помните также, что для подавляющего большинства молодых людей употребление каннабиса - временное состояние.

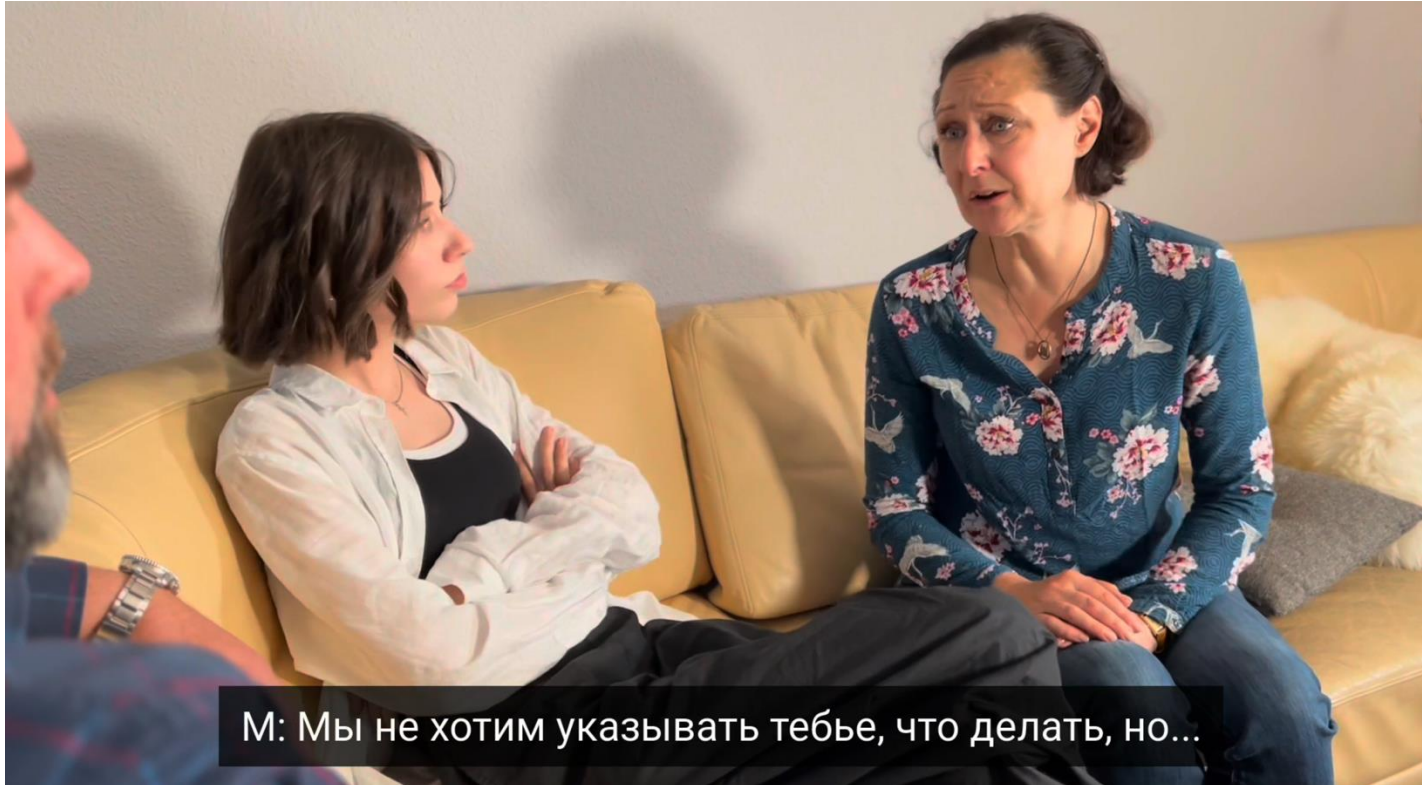
# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



Перед разговором узнайте о многочисленных причинах, по которым молодежи не следует употреблять каннабис. Не используйте в разговоре полужнания или анекдоты от знакомых.

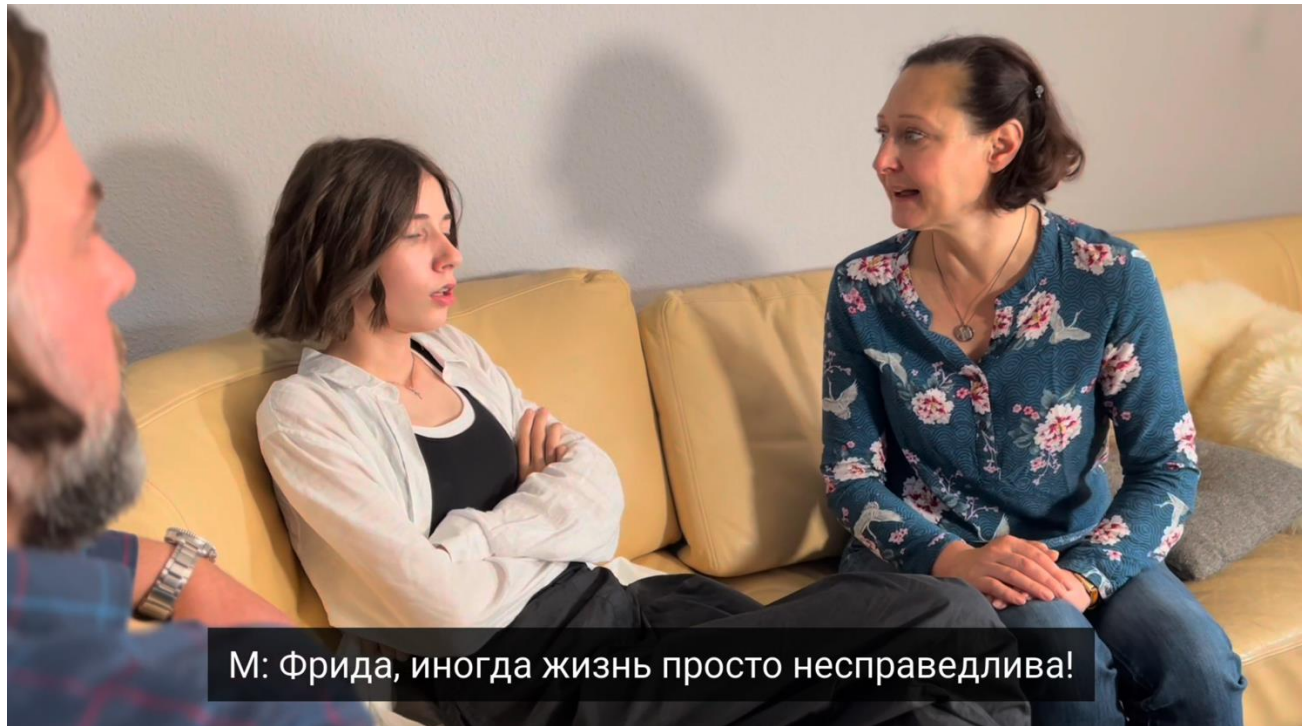
Оставайтесь объективными и обосновывайте свою позицию, опираясь на факты.

# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



С детьми постарше особенно важно признавать их независимость. Не опекайте ребенка, а разговаривайте с ним на равне.

# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



Будьте готовы к тому, что в случае необходимости ребенок может рассказать вам о том, что вы сами употребляете табак или алкоголь. Не отрицайте этого и поймите, что ваш ребенок чувствует себя несправедливо обойденным.

Не позволяйте себя провоцировать, но оставайтесь объективными и объясните ребенку, почему ему не следует употреблять каннабис по состоянию здоровья. Также укажите на разницу в возрасте между вами и вашим ребенком - и на связанные с этим повышенные риски, которым подвергается ваш ребенок при употреблении каннабиса.

# Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



М: Посмотри на это с другой стороны: мы с папой волнуемся.

Будьте откровенны с ребенком и расскажите о своих переживаниях. Дайте ребенку понять, что вы всегда рядом с ним, и предложите поддержку.

# Где можно получить дополнительную информацию?

## Основная информация о каннабисе



<https://www.drugcom.de/haeufig-gestellte-fragen/fragen-zu-cannabis/>



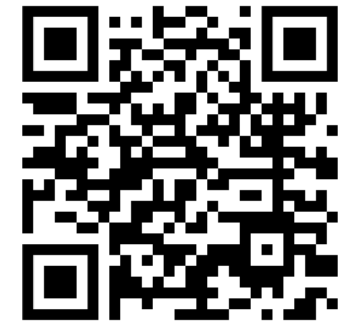
<https://shop.bzga.de/pdf/33230100.pdf>  
(Бесплатная брошюра от Федерального центра медицинского образования)

## Особые риски употребления каннабиса для молодежи



<https://www.cannabispraevention.de/jugendliche/gesundheitsliche-aspekte/gefahren-fuer-jugendliche/>

## Список адресов наркологической помощи в вашем регионе



[www.suchthilfeverzeichnis.de](http://www.suchthilfeverzeichnis.de)