

На что нужно обращать внимание при общении?

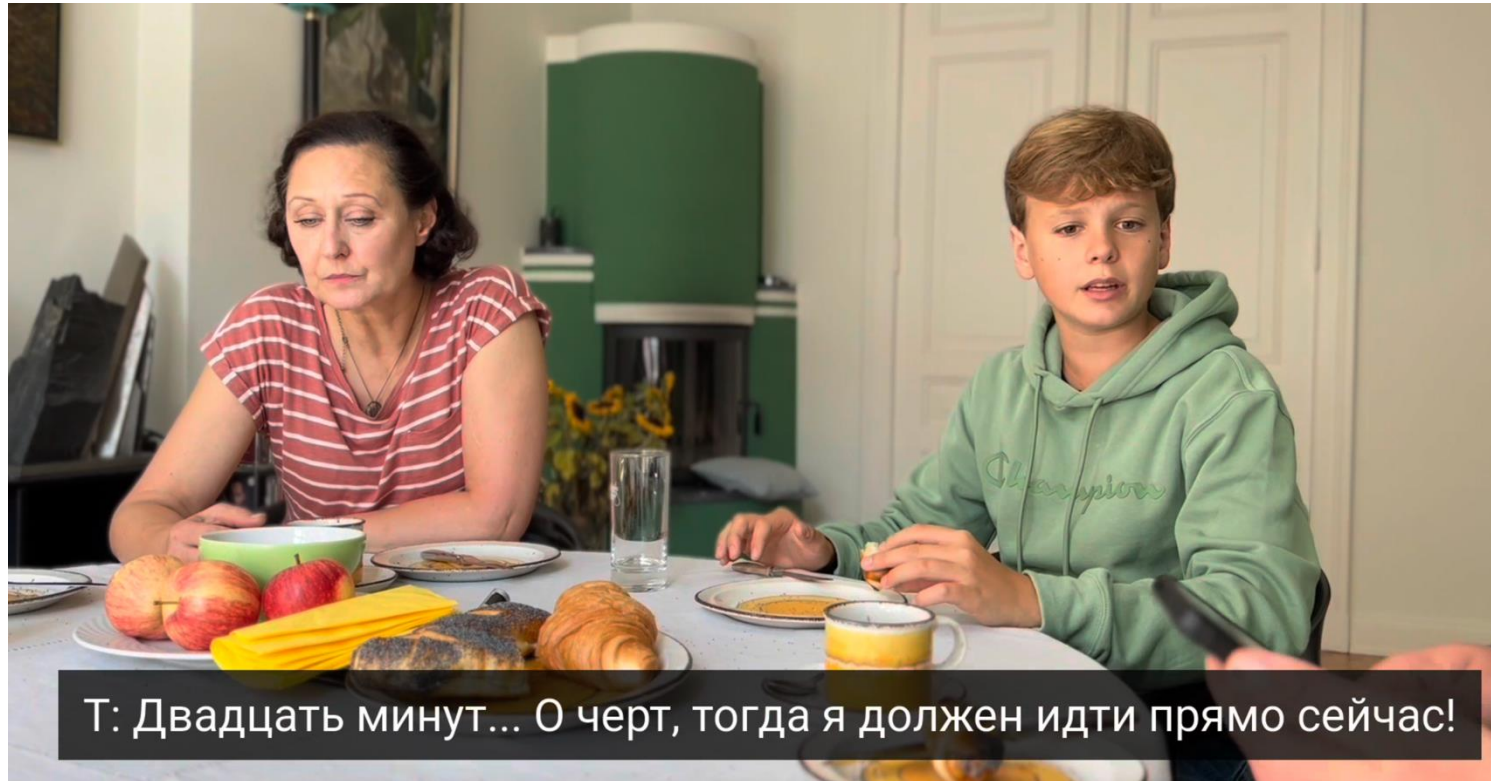
Спасибо, что до сих пор смотрели наше видео. Какие негативные моменты вы заметили в разговоре?

Ниже мы приводим советы о том, как поговорить 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 вы можете получить дополнительную информацию.



Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

- ✓ Начните разговор в спокойную минуту, а не тогда, когда ребенок уже собирается уходить. Если вы и ваш ребенок не торопитесь и не спешите, вам обоим будет легче провести хороший разговор.



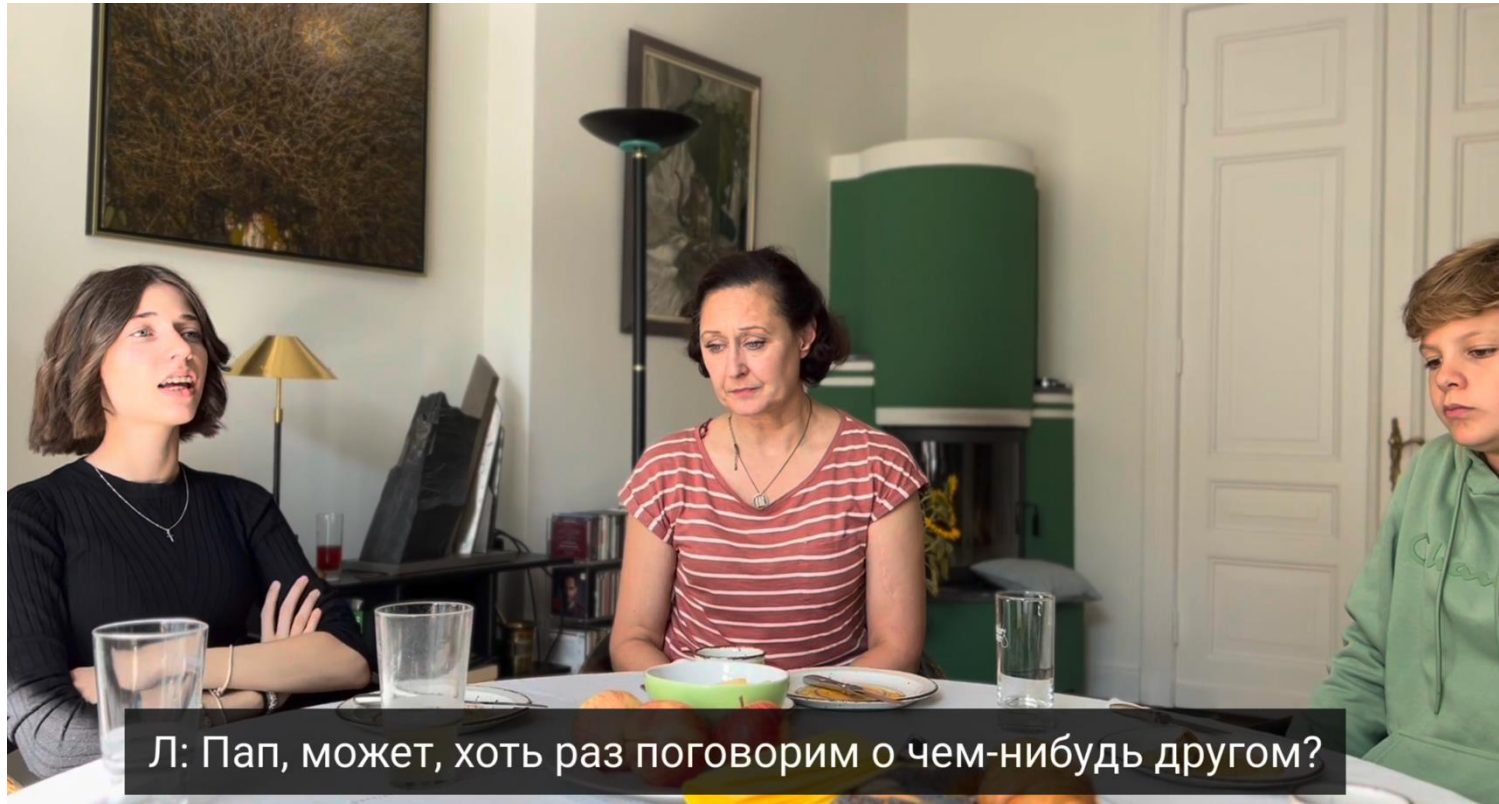
Т: Двадцать минут... О черт, тогда я должен идти прямо сейчас!

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

- ✓ Прежде чем начать разговор, возьмите себя в руки. Если вы расстроены, отложите разговор на потом. Если вы хотите поговорить из-за текущей ситуации - например, потому что подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики, или из-за изменений в законодательстве, - убедитесь, что вы знаете важные факты и хорошо информированы перед разговором.

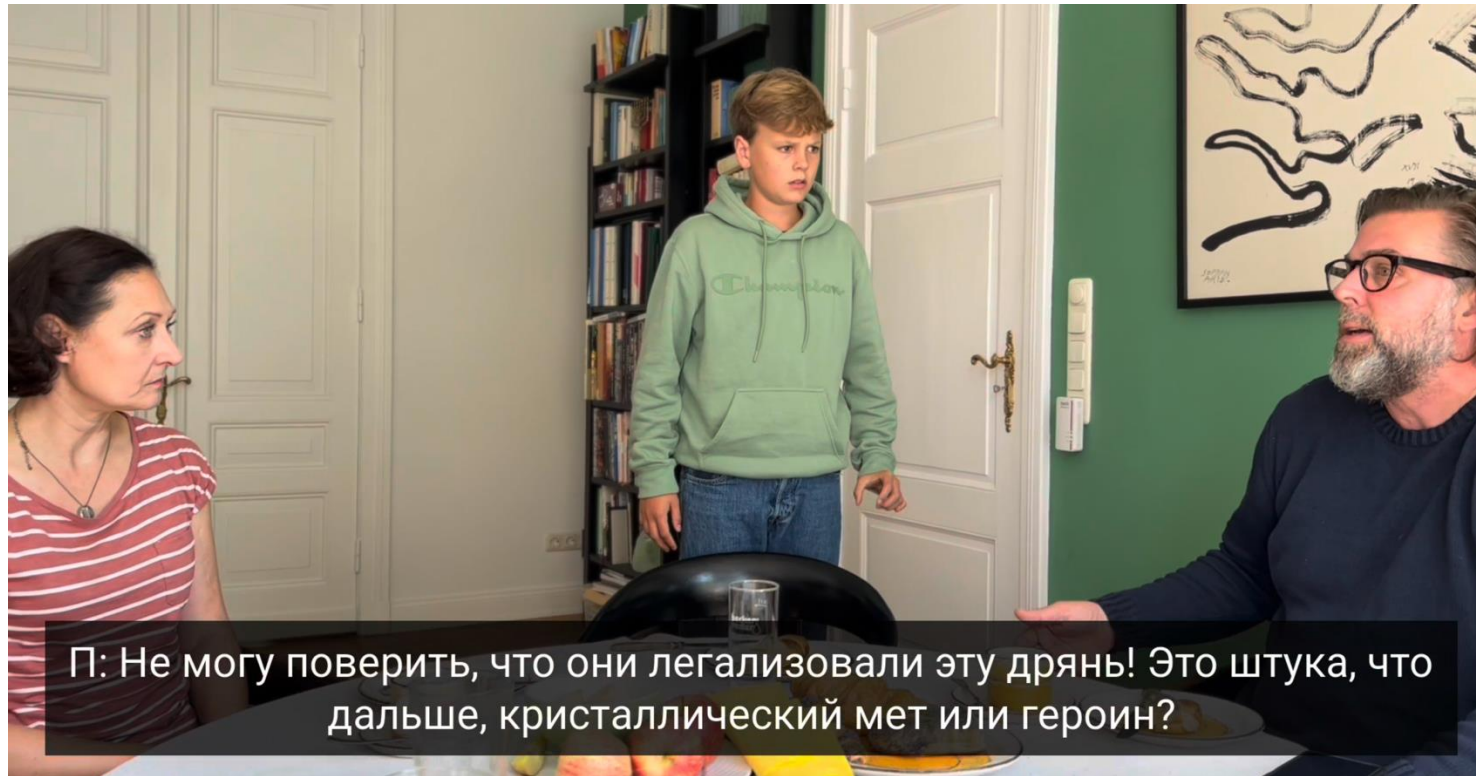


Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



- ✓ Даже если тема каннабиса не выходит у вас из головы, говорите с детьми и в семье о других вещах. Хвалите своих детей и подчеркивайте положительные моменты.

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



- ✓ Не драматизируйте ситуацию.
Придерживайтесь фактов, даже если вы волнуетесь.
Также помните, что для подавляющего большинства молодых людей употребление каннабиса - временное явление.

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

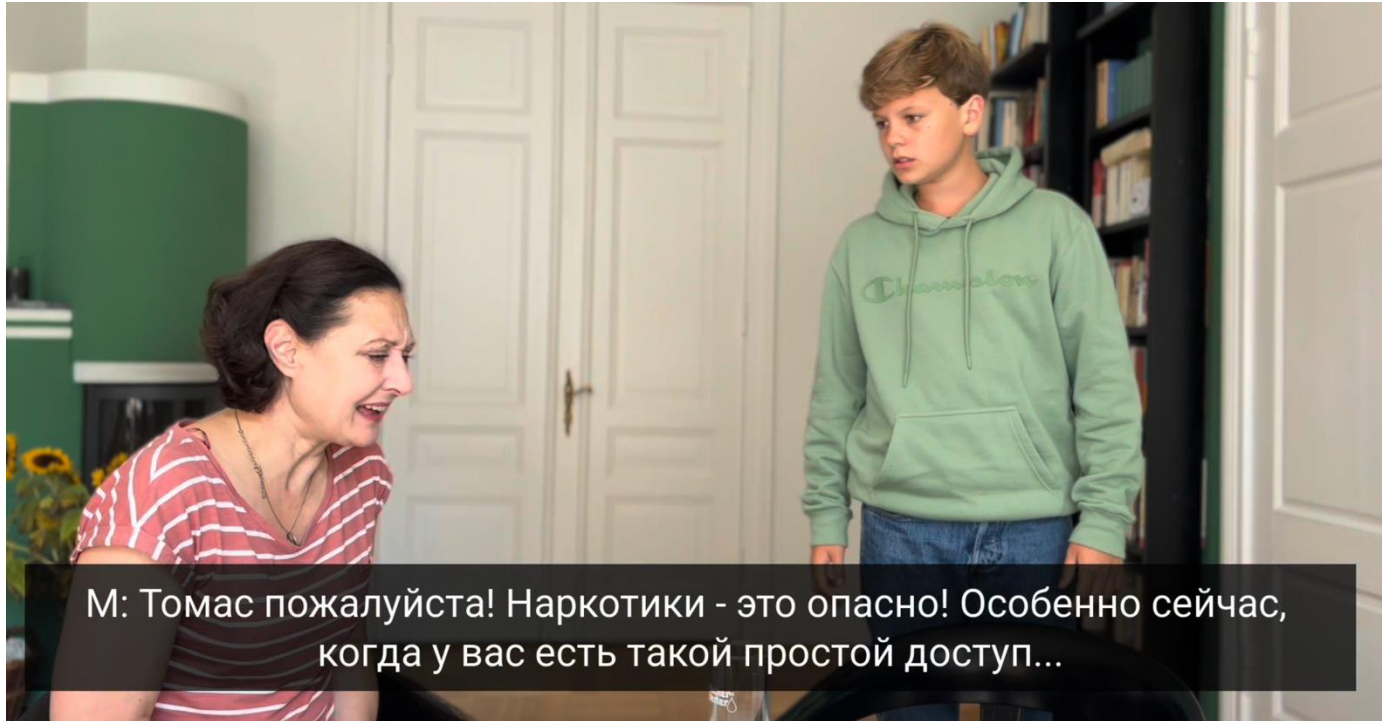


П: По крайней мере, один из двух наших детей встал на правильный путь.

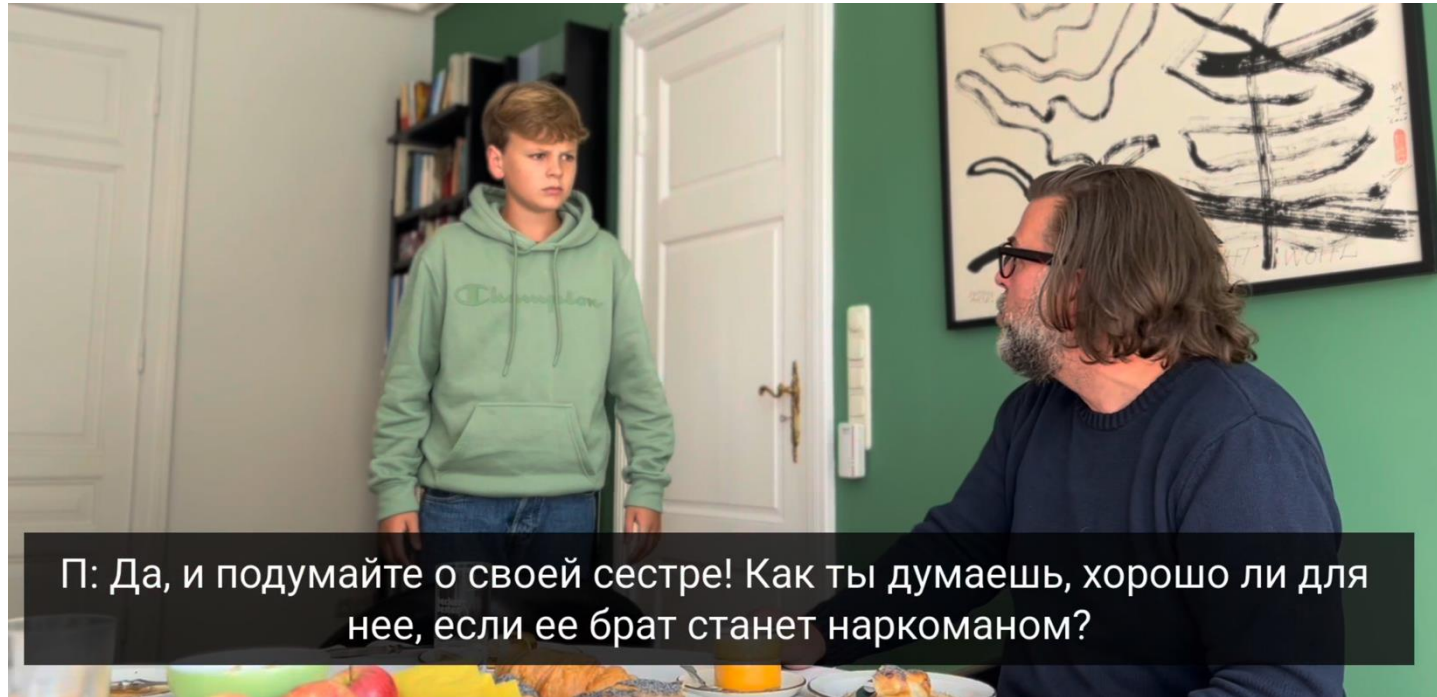
- ✓ Не кричите и не ругайтесь на детей и не позволяйте себя провоцировать - даже если это трудно.

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

- ✓ Не распространяйте полужнания, а приобретите знания о теме до начала разговора. В этом видео примере мать обеспокоена «легким доступом», который якобы получили люди в Германии после легализации каннабиса. Она игнорирует тот факт, что правила легализации предусматривают только контролируемое распространение среди взрослых. Придерживайтесь фактов во время разговора.

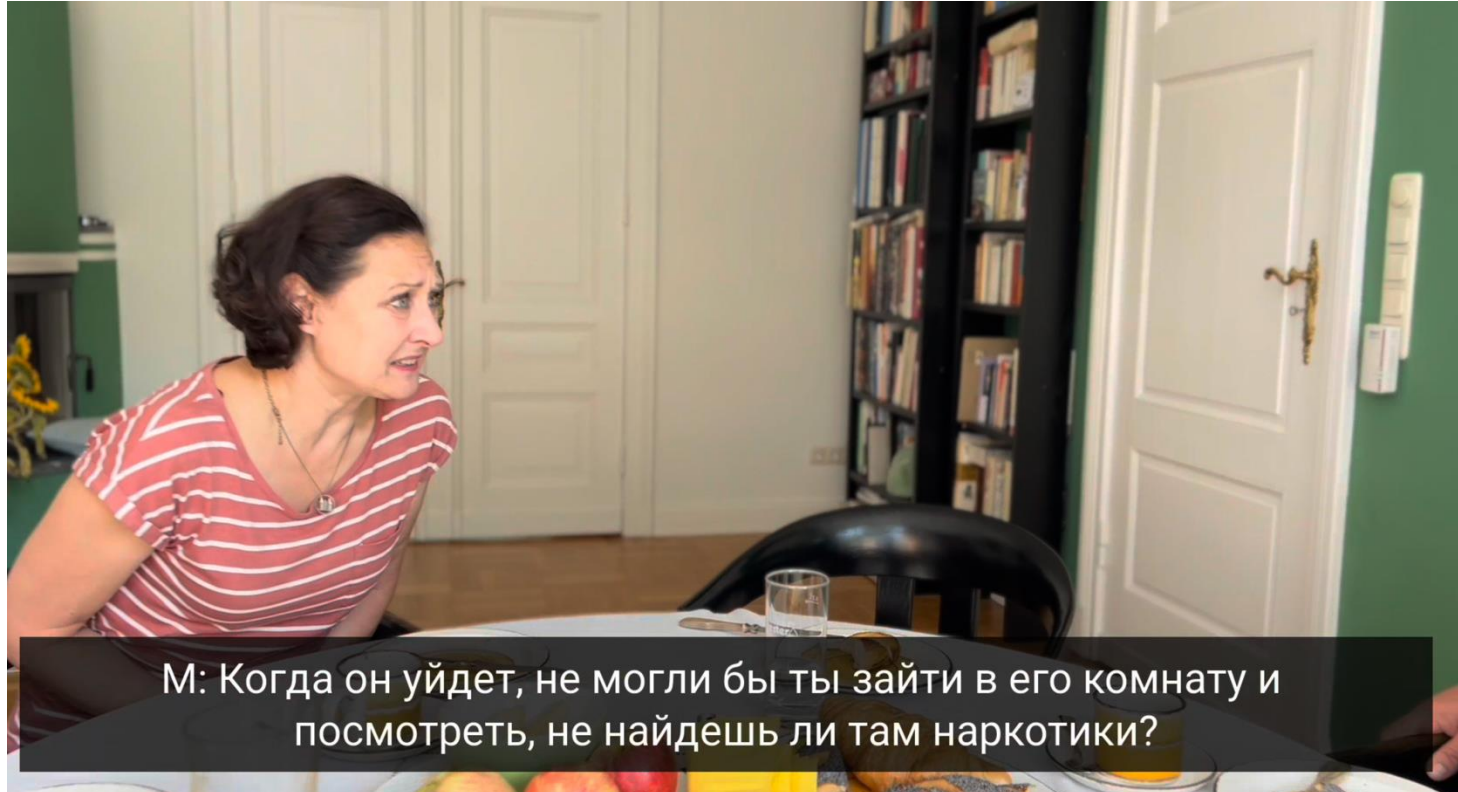


Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?



- ✓ Не драматизируйте ситуацию. В этом видео примере отец обвиняет сына в зависимости, хотя тот курил травку всего один раз. Примите ситуацию, если ваш ребенок отрицает употребление, и не пытайтесь добиться признания.

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

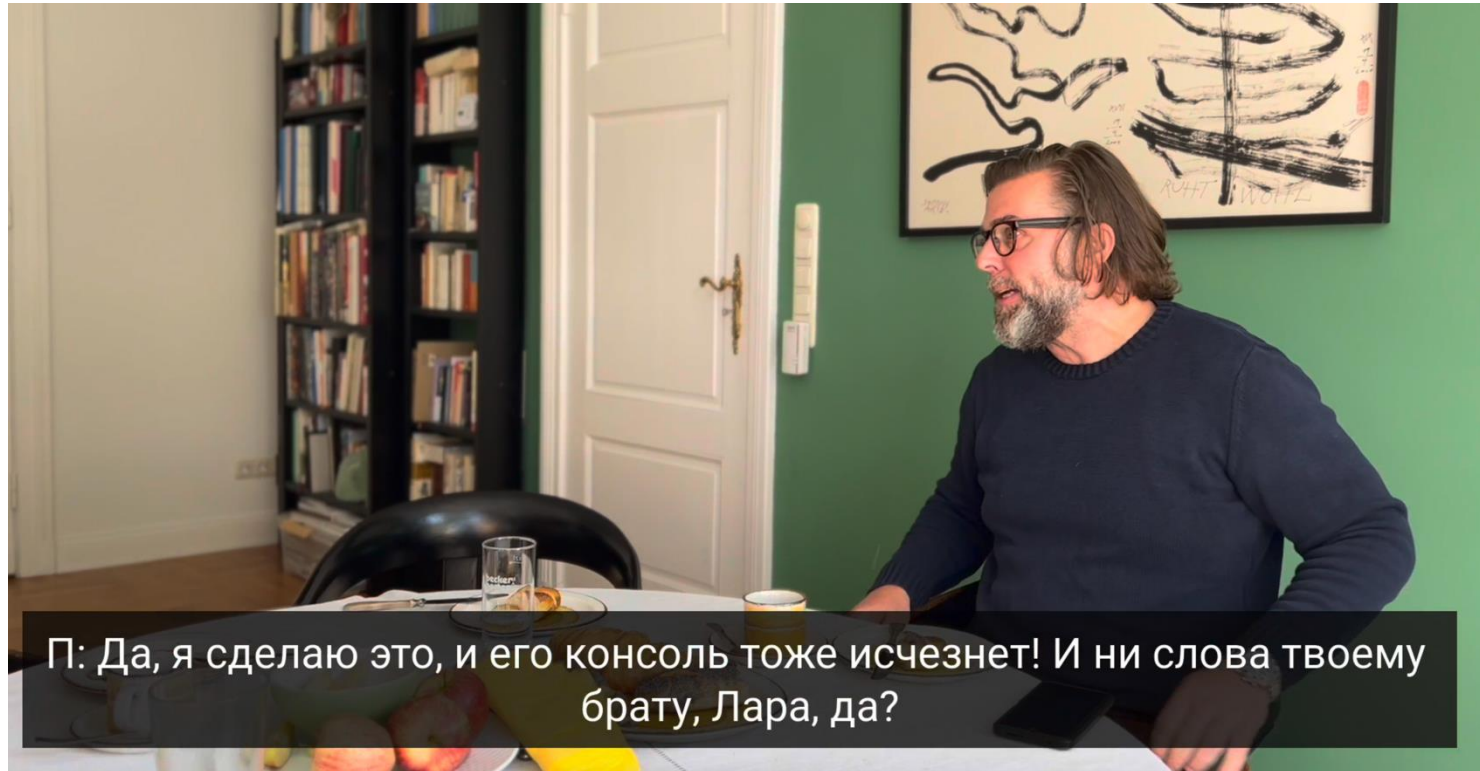


- ✓ Не следует обыскивать комнату ребенка, так как это может быстро привести к потере доверия. Уважайте и принимайте своего ребенка и то, что он вам говорит.

Как поговорить со своим ребенком о каннабисе?

- ✓ Жестокие и несоразмерные наказания в долгосрочной перспективе испортят ваши отношения с ребенком, поэтому старайтесь избегать их.

Если у вас несколько детей, также старайтесь не настраивать их друг против друга.



П: Да, я сделаю это, и его консоль тоже исчезнет! И ни слова твоему брату, Лара, да?

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