

☞ Что важно формировать в 5–7 лет?

□ Навыки отказа — умение вежливо, но твёрдо сказать «нет».

☞ Уверенность в себе — ребёнку легче отказаться, если он не боится потерять друзей.

👨👩👦 Доверие в семье — ребёнок делится с родителями любой странной ситуацией.

☞ На что обратить внимание?

Признаки, что ребёнок может нуждаться в поддержке:

- ✓ резкая смена настроения;
- ✓ замкнутость или раздражительность;
- ✓ необычные разговоры, «взрослые» слова.

⚠ *Это не значит, что ребёнок уже столкнулся с ПАВ. Это повод мягко поговорить и выяснить, что его тревожит.*

☞ Что делать родителям?

✓ Быть примером здорового образа жизни.

✓ Отвечать на вопросы честно и доступно.

✓ Создавать условия для интересного досуга: спорт, игры, творчество.

✓ Развивать критическое мышление: учить ребёнка думать, прежде чем что-то попробовать.

⚠ *Профилактика — это не разовый разговор, а постоянная, спокойная работа в семье.*

Чем раньше ребёнок поймёт, что здоровье — это ценность, тем меньше риск опасных экспериментов в будущем.

📖 Буклет для родителей старших дошкольников

Наркотики и психоактивные вещества



что должны знать родители

☞ Почему важно говорить об этом уже сейчас?



✓ В 5–7 лет формируется ценностная база: ребёнок учится отличать полезное от вредного.

✓ У дошкольника растёт интерес к миру взрослых — он замечает привычки родителей, задаёт вопросы.

✓ Закладывается доверие: ребёнок учится обращаться к родителям, а не к интернету или сверстникам.



☞ Что такое психоактивные вещества (ПАВ) простыми словами?

Это вещества, которые влияют на настроение, сознание и поведение человека:

- ✓ наркотики (запрещённые законом);
- ✓ алкоголь;
- ✓ никотин (сигареты, вейпы);
- ✓ лекарства при неправильном применении.



⚠ Для дошкольника важно понимать не названия, а сам факт: есть продукты и предметы, которые опасны для здоровья и жизни.

☞ Как говорить с ребёнком?

✓ Просто и честно:

«Есть такие вещества, от которых человек чувствует себя плохо и может потерять здоровье. Поэтому их нельзя пробовать».

✓ Через примеры:

вспомнить пищевое отравление; объяснить, что лекарства помогают только по назначению врача.

✓ Через сказки и истории:

злые зелья, волшебные напитки, которые могут быть опасны без разрешения мудрого лекаря.

