

**Доверие в семье
как основа
профилактики
употребления
детьми психоак-
тивных
веществ (ПАВ)**



**Почему контроль не работает
и как стать опорой для
подростка.**

Иллюзия контроля

- **Ключевые тезисы:**
- **Страх → Желание усилить контроль (проверки, запреты).**
- **Результат: подросток учится искусно лгать и скрывать.**
- **Вывод: закрытость ребенка = главная зона риска.**



Биология подростка (реакции мозга)

Ключевые тезисы:

Конфликт в голове:

Эмоции (Хочу сейчас!)

против Контроля

(Надо потерпеть).

📌 Лимбическая система
(эмоции) работает на 100%.

📌 Префронтальная кора
(тормоза, оценка рисков)
дозреет к 21–23 годам.



Почему они это делают?

Ключевые тезисы:

- 📄 Поиск сепарации (отделения от родителей).
- 📄 Страх отвержения сверстниками (биологическая угроза).
- 📄 Попытка снять стресс и тревожность.



Доверие как броня

Ключевые тезисы:

- Самооценка подростка = иммунитет против Психологических проблем

- Доверие — это Предсказуемость реакции родителя.

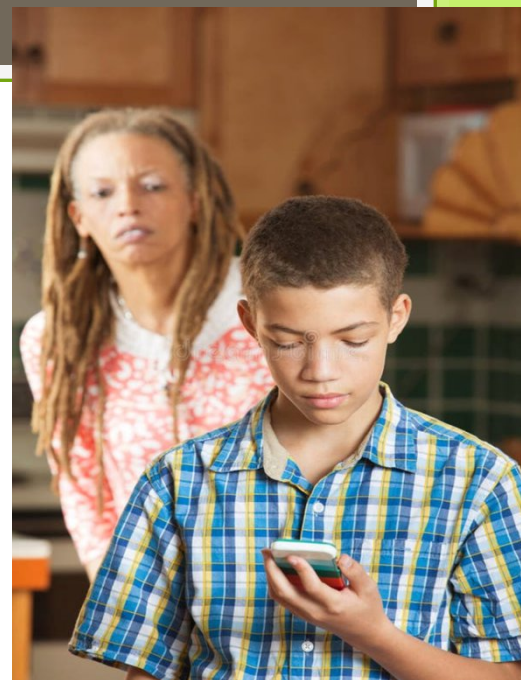
- Формула безопасности: «Дом — место, где не уничтожат за ошибку».



Убийцы доверия (Чего избегать)

Ключевые тезисы:

- ❏ Вторжение в личные границы (чтение переписок)
- ❏ Обесценивание («Это ерунда»).
- ❏ Несоответствие слов и дел (личный пример).



Инструменты доверия (Практика)

Ключевые тезисы:

☞ Правило «Не лезь в телефон» (лучше спросить напрямую).

☞ «Я-сообщения»

вместо «Ты-обвинений».



Я-СООБЩЕНИЯ

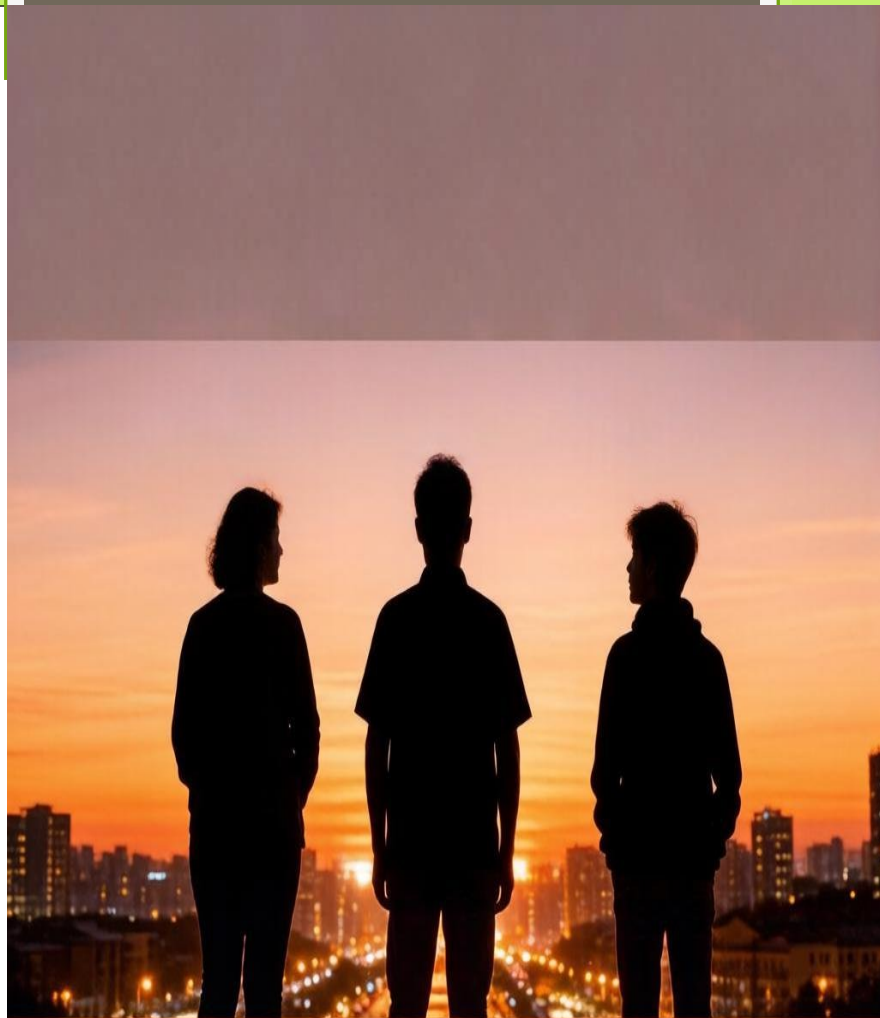


Заключение

Ключевые тезисы:

☐ Лучшая профилактика
— это желание ребенка
возвращаться домой.

☐ Инвестиция в
безопасность
= уверенность ребенка,
что его любят любым.





Телефон доверия

8 800 2000 122

для детей, подростков
и их родителей