

С чего начинается  
психологическое  
здоровье,  
или

Поговорим о наших детях

Только семья может  
удовлетворить четыре простые,  
но крайне важные  
психологические потребности  
ребенка: потребность в  
безопасности, потребность  
чувствовать себя нужным,  
потребность быть любимым и  
любить самому

Быть нужным – это условие полноценной жизни. Когда я нужен, со мною ум, сила и обаяние. Тогда я тверд и уверен в своей правоте

В начале пути  
отклонишься на один шаг  
- скоро будешь на другой  
дороге

## **Ловушка 1**

Никогда не сидеть за одним столом всей семьей

## **Ловушка 2**

Никогда не организовывать семейные поездки, которых дети ждали бы с нетерпением

## **Ловушка 3**

Обращаться к детям, а не говорить с ними, никогда не слушать

## **Ловушка 4**

Никогда не давать ребенку ошибаться, все решать за него

## **Ловушка 5**

Дарить подарки только на праздники и за что-то

## **Ловушка 6**

Говорить: «Если я узнаю, что ты употребляешь, я убью тебя» или «Если напьешься, я не знаю, что я с тобой сделаю»

## **Ловушка 7**

Делать за ребенка, а не  
вместе с ним

## **Ловушка 8**

В воспитании ребенка  
руководствоваться  
принципом: «Делай то, что я  
говорю, а не то, что я  
делаю»



## Ловушка 9

Применять насилие  
Обратите внимание на то, как вы общаетесь со своим ребенком, как реагируете на него, каким тоном с ним разговариваете. Если, осознанно или нет, вы навязываете ему негативные правила общения, постарайтесь поменять политику

Посеешь поступок – пожнешь  
привычку, посеешь привычку –  
пожнешь характер, посеешь  
характер – пожнешь судьбу

# Виды зависимостей:

Лудомания – зависимость от азартных игр. Симптомы:

- ✓ Потеря контроля и неспособность прогнозировать последствия
- ✓ Нарушения внимания, сна, координации движений, провалы в памяти

- ✓ Физические страдания (боли в области сердца, нарушение питания)
- ✓ Сосредоточенность мыслей и поступков вокруг игры
- ✓ Игра как средство для улучшения состояния
- ✓ Проблемы в окружении (скандалы в семье, проблемы на работе, в школе и т.д.)

✓ Чувство вины, угрызения совести

✓ Жалость к себе, эмоциональные «качели» - депрессии, резко сменяющиеся эйфорией

### **Этапы лечения:**

- Физиологическое лечение
- Психологическое лечение
- Духовная терапия
- Социальные меры

Наркомания – социально опасное психическое заболевание, в основе которого – неудержимое стремление индивида к искусственной стимуляции «зон комфорта» в центральной нервной системе путем приема тех или иных химических соединений

Алкоголизм – синдром физической зависимости от алкоголя, при котором;

- Внезапное прекращение употребления алкоголя может вызвать абстинентные синдромы: тремор, страх, галлюцинации и бред
- Систематическое употребление алкоголя вызывает алкогольное опьянение, хроническую интоксикацию;

# Некоторые психологические предпосылки к развитию алкоголизма:

- ✓ Низкая, или, наоборот, завышенная самооценка
- ✓ Сложности в общении
- ✓ Психологические комплексы
- ✓ Неумение справляться со своими чувствами
- ✓ Высокий уровень напряжения, длительный стресс
- ✓ Склонность к рискованным ситуациям



# Социальные проявления алкоголизма:

- ✓ Изменение круга общения,
- ✓ Отношения «Ты – мне, я – тебе», манипуляции, обман
- ✓ Изоляция
- ✓ Потеря социальных навыков
- ✓ Окружающий мир воспринимается враждебно
- ✓ Потеря друзей, доверия
- ✓ Разрушение отношений в семье
- ✓ Потеря работы, учебы
- ✓ преступления