

## OBSAH

	<b>PŘEDMLUVA.....</b>	<b>5</b>
	<b>ÚVODEM.....</b>	<b>7</b>
	<b>NÁVYKOVÉ LÁTKY, MYSL A DĚTI.....</b>	<b>8</b>
	Výchozí body příručky	8
	Návykové látky a mysl	10
	Rodina a vývoj dítěte	11
<b>2</b>	Obtížné formy chování spojeného s užíváním návykových látek	12
	Faktory podporující děti a rodinu	16
	<b>OD POCHOPENÍ DRUHÝCH K AKČNÍMU PLÁNU.....</b>	<b>18</b>
	Obtížnost domluvy	14
	Rozpoznejte své silné stránky	20
	Rozpoznejte své potíže	23
	„To, že beru drogy, není problém“	24
	Počátek domluvy	23
	Lhaní	27
	Nedodržování slibů	30
	Jak dětem vysvětlit závislost	32
	Můj příběh	35
	Co dělat v období nekontrolovaného užívání návykových látek – osobní akční plán	36
	Rodinný akční plán	38

<b>DŮLEŽITÁ TÉMATA.....</b>	<b>40</b>
Učte se vnímat dětské prožitky	40
Odbourejte v dítěti pocit viny	43
Dopřejte dítěti pocit, že je dobré a uznávané	45
Rozvrhněte péči o domácnost	46
Podporujte dítě i mimo domov	47
Přemýšlejte, jak v rodině řešíte spory	49
Postarejte se dítěti o duševní i tělesné bezpečí	50
Když rodič nebo oba rodiče užívají návykové látky	53
Spolupráce s odbornými institucemi	53
<b>HLEDISKO DRUHÉHO RODIČE.....</b>	<b>54</b>
Nárůst odpovědnosti za rodinu	54
Jak s dítětem mluvit o rodiči se závislostí	56
<b>HLEDÁNÍ POMOCI PRO DÍTĚ A RODINU.....</b>	<b>57</b>
Potřebuje naše rodina pomoc?	57
Potřebuje naše dítě odbornou pomoc?	58
Bude mít problém s návykovými látkami i naše dítě?	60
<b>ZÁVĚREM.....</b>	<b>62</b>
Poděkování autorky	63