

КЪМ РОДИТЕЛИТЕ: „КАК ДА ГОВОРИМ ЗА НАРКОТИЦИТЕ?“

Обществото като цяло плаща висока цена за подцененото внимание към отглеждането и възпитанието на децата.

Превантивната работа с родителите, макар и много трудна, е от огромно значение, за да се избегнат педагогически грешки и отрицателен пример. Материалът, който сме подготвили, е насочен именно към това - да се окуражат бащите и майките и стъпка по стъпка, тухличка по тухличка да изградят собствената си домашна крепост, която ще защити децата им от наркотиците.

Разговорът с децата за наркотиците трябва да започне още преди реалната опасност от тях. Както ги ваксинирате от някои болести, докато са още малки, така трябва да ги “имунизирате” и срещу употребата на наркотиците, като им изложите фактите и изпреварите реалността. Родителите трябва да поемат отговорността да разясняват на децата си различните проблеми, които пораждат наркотици, но без митове и преувеличения.

Много често поради липса на достатъчно информация децата се влияят от поведението на другите и опитвайки се да се нагодят към дадена среда, просто експериментират, но без да знаят какво всъщност правят.

Започнете разговорите отрано (още от 3–4 годишна възраст), когато повечето деца са готови да разберат, че алкохолът и цигарите, както и кафето и дори кока-колата са вредни за тях. Съвсем простичко им обяснете какво представляват наркотиците. Приучете ги да не приемат абсолютно нищо (включително дъвки или бонбони) от непознати, а ако все пак им се случи, да споделят за станалото. Може да разиграте подобни ситуации и под формата на игра, така че детето да се научи да отказва. При всеки удобен случай му обяснявайте вредата от психоактивните вещества, рисковете от тях и уврежданията, които могат да причинят. Винаги говорете спокойно и уверено и дайте на малкия човек да изкаже своето мнение.

Когато детето навлезе във възрастта между 8 и 12 г. проведете разговор за наркотиците и го попитайте какво мисли за тях, какво знае за вредата, дали в училище се говори за това, дали познава хора, които ги употребяват, и т. н. Винаги разговаряйте открито, равностойно, като с приятел. Не бъдете прекалено строги и не действайте със заповеди или забрани. С тях няма да постигнете нищо. След като приключите разговора, дайте време на детето да го обмисли. Разговаряйте и за безопасното използване на различните лекарства и химически вещества като лака за нокти, маркерите, разтворителите за бои, лепилото, почистващите препарати.

От изключително голямо значение е личният пример. Не е твърде убедително да наставлявате подрастващия, че не трябва да пуши или пие, когато той ви вижда често с цигара и чаша алкохол.

Много вероятно е подрастващите да имат познати, които употребяват наркотици или да са попаднали в такава компания. Убедете детето си, че винаги може да разчита на вас, че може да има приятел във ваше лице. Уверете го, че където и да се намира, по което и да е време на денонощието, ако ви се обади за помощ, ще се отзовете, без да се вбесявате, заплашвате или дискредитирате провинилия се син или дъщеря. На следващия ден може съвсем спокойно да поговорите и да постигнете успехи по пътя на убеждението и взаимното разбиращелство. Така ще спечелите тийнейджъра на своя страна и ще съумеете да го предпазите от много неща. Не бъдете обаче прекалено либерални, сключете един вид “договор” с детето си за спазване на определените от вас правила, като същевременно уважавате и зачитате личността му, запазвайки и собствения си авторитет. Не е лесно да се установи точния баланс между демократичност и взискателност.

И не забравяйте: никой не е имунизиран срещу наркотиците!

Може да сте идеалният родител и да имате прекрасни взаимоотношения с детето си, но то да попадне на неподходящото място в неподходящото време. Въпреки това някои деца са по-склонни към употребата на наркотични вещества, а именно:

- децата, склонни към мрачни мисли и настроения, които имат затруднения в общуването с връстниците и трудно създават приятелства;
- подрастващите, които се чувстват пренебрегнати от единия или от двамата си родители, както и децата в риск;
- тези, които имат приятели, използващи наркотични вещества.

Наблюдавайте постоянно детето си, разберете какво преживява то и се опитайте да му помогнете, преди да се е обърнало за помощ към наркотиците. Създайте топла и приятелска домашна атмосфера, която да го окуражи и подтикне да говори за себе си, за чувствата, желанията, страховете и приятелите си. Винаги поощрявайте постиженията му и поддържайте самочувствието му. Обяснете му, че при всички обстоятелства сте готови да го подкрепите и да го изслушате, да му помогнете и да бъдете негови приятели. Само така ще накарате “малкия голям човек” да бъде напълно откровен, а това е най-добрата превенция.

Развийте у себе си “антени” за всякакъв вид промени, които настъпват у подрастващите. Много често симптомите на ранни експерименти с дроги преминават незабелязано под знаменателя “пубертетна възраст”. Дълги периоди на усамотение, унесеност, тайнственост, промяната на приятелския кръг или на отношението към учебните задължения, както и харченето или изчезването на големи суми могат да са показателни за занимания с наркотици. От друга страна именно тези занимания в някои случаи са опит за привличане на родителското внимание или негласен вик за помощ. Ако не го чуete днес, утре може да е късно.

В заключение - наблюдавайте тийнейджъра, който търси себе си и своето място в обществото. Общувайте с него и с приятелите му. Както прекалената подозрителност, разпити и прибързани обвинения, така и предоверяването и самоприспиването са неуместни.