

Cum vorbiți copilului dumneavoastră despre droguri?

Studiile au arătat că adolescenții și copiii care simt că pot discuta despre droguri cu părinții lor evită mai mult consumul de droguri decât cei care simt că nu au cu cine vorbi.

Care sunt riscurile?

Există riscuri și cu siguranță copilul tău nu s-a gândit la toate. Dacă ai o discuție liniștită cu fiul sau fiica ta îi poți explica calm pericolele și să evidențiezi problemele care ar putea surveni din cauza consumului de droguri.

Discuția voastră s-ar putea baza pe:

- consumatorul nu poate fi sigur niciodată de ceea ce ia
- ceea ce se vinde nu va fi niciodată pur, iar consumatorul nu va ști niciodată ce amestec poate fi
- dacă nu știi exact puterea a ceea ce ai cumpărat, poți muri dintr-o supradoză accidentală
- copilul nu poate fii sigur niciodată ce efect vor avea drogurile asupra lui, chiar dacă a mai consumat și înainte
- este foarte periculos să amesteci droguri diferite și asta include și amestecul de alcool și droguri
- dacă acele, seringile și alte echipamente de injectat sunt folosite de mai mulți consumatori există un risc foarte mare de infectare cu virusul HIV, hepatită, etc

Cum să discutați despre subiectul droguri:

Dacă unul dintre copii dumneavoastră aduce în discuție acest subiect, tratați totul cu mult calm și întrebați-l ce știe despre droguri. Spuneți-i că oricând va avea întrebări sau nedumeriri legate de droguri, poate veni să vă întrebe pentru că le veți răspunde.

Spuneți-le copiilor că este foarte important să vă anunțe dacă cineva le oferă droguri vreodată.

În momentul în care copilul va ajunge la gimnaziu, părerea prietenilor, ceea ce ei cred sau fac devine brusc mai important. Nu încerca să pari “cool” atunci când discutați despre acest lucru pentru că își va pierde încrederea în tine.

Consumul de droguri – adolescentul și anturajul său

Consumul de droguri este o problemă pe care cei mai mulți părinți nu vor să o întâmpine. Dar dacă descoperi ca în anturajul copilului tău există consumatori de droguri sau copilul tău este în această situație atunci cea mai bună soluție ar fi să iei lucrurile în serios. Există părinți care descoperă că prietenii copiilor lor consuma droguri și din motive de îngrijorare pentru sănătatea lor recurg la modalități nenumărate pentru a-i despartii de grup. Sunt puțini cei care încearcă să comunice cu ceilalți părinți și să găsească o metoda comună de rezolvare a problemelor. Cel mai greu este să păstrezi concomitent o relație de prietenie cu respectivul copil și o atitudine impunătoare. Iată câteva sfaturi pentru a rezolva problema consumului de droguri în cazul în care copilul își petrece timpul într-un anturaj care obișnuiește să facă asta.

Este foarte greu să păstrezi o prietenie dacă nu te implici în ceea ce fac prietenii tăi. Chiar și acțiunile riscante sau greșite pot să aparțină la grupul respectiv. Copilul este cel mai greu de controlat atunci când nu este acasă. Sunt nenumărate cazurile în care copiii au început să se drogheze în urma convingerilor grupului de prieteni și nu din proprie curiozitate. O primă încercare a fost punctul de pornire spre o dependență greu de controlat.

Părinții pot să sugereze copiilor ce prieteni să își aleagă dar aceștia din urmă sunt cei care iau decizia finală. Trebuie de asemenea să îi sprijini prietenii dar să nu le tolerezi comportamentul. Nu trebuie să accepți consumul de alcool, țigări sau droguri la tine în casă. Ajuta-ți cât poți de mult copilul, are nevoie de suport fizic și moral. Este într-o situație oricum dificilă așa că o atitudine severă vă înrăutățește lucrurile.

Sunt situații în care adolescenții sunt perfect conștienți de faptul că prietenii lor fac un lucru rău și încearcă să îi ajute. Dacă nu reușesc aceștia renunță la orice contact cu ei. Părinții îi pot încuraja să își ajute prietenii să ceară ajutorul unor specialiști sau să renunțe la acest obicei care le afectează grav sănătatea.

Cel mai important este să construiești o relație bazată pe sinceritate. Află care este părerea copilului tău cu privire la comportamentul prietenilor lui. Este imposibil ca acesta să nu fie afectat. Sunt vulnerabili la această vârstă și sunt ușor de influențat. În plus, ei nu recunosc greșelile pe care le fac și se ascund de teamă să nu fie pedepsiți. Cel mai bine e să te asiguri că fiul/fiica este conștientă de ceea ce simți și crezi. Adolescenții își ascultă părinții chiar dacă pretind că nu fac asta. Ei au nevoie de sprijin și de sfaturi care să le consolideze încrederea în sine și să-i motiveze. Atunci când sunt scăpați de sub control copiii sunt în stare să pună la cale planuri complexe prin care să se ascundă și să facă lucruri interzise. Aceștia trebuie să știe că viața lor este în pericol și să conștientizeze gravitatea situației.

Ca părinte ai dreptul să stabilești cu cine își petrece timpul fiica ta. Dacă are un prieten care consumă droguri atunci este foarte periculos pentru ea. Acesta poate să o determine să consume la rândul ei droguri sau poate să o implice într-un accident. Prietenii au tendința să se influențeze reciproc și să facă lucruri asemănătoare. O influență negativă nu poate decât să îi cauzeze probleme. Gândește-te obiectiv la situația fiicei tale, încearcă să o ajuți fără să o judeci sau să o pedepsești. Încearcă să îți înțelegi fiul și fără eforturi pentru a-i cunoaște prietenii. În modul acesta îți va fi mult mai ușor să descoperi dacă vreunul din ei consumă droguri sau îl influențează negativ.

Ce ar trebui să știe părintele pentru a-și proteja copilul de droguri.

Cel mai important lucru pe care îl poate face un părinte este să fie un model pentru copilul sau.

Discuțiile sincere și deschise pot da o mare lovitură drogurilor: acestea își vor pierde atracția de lucru secret și misterios.

- O imagine „catastrofală” a consumului de droguri nu ajută la nimic; e mai bine să arăți copiilor atât părțile bune (calmarea durerilor, buna dispoziție, etc.), cât și pe cele negative ale utilizării unor astfel de substanțe; dacă li se spune că sunt deosebit de nocive și ei observă că, totuși, unele persoane le folosesc (ex.: medicul prescrie morfina unui bolnav, părinții sau alți cunoscuți fumează sau beau alcool), ei vor considera că au fost păcăliți și că interdicția este doar un exces de severitate din partea dumneavoastră. Dacă

vă confrunțați cu problema consumului de droguri de către copiii dumneavoastră nu treceți direct la concluzii; e bine să ascultați, mai întâi, explicațiile copiilor pentru a cunoaște cauzele care i-au determinat la acest gest și apoi să încercați să le înlăturați sau să-i ajutați pe copii să le înlătore ei înșiși.

Încercați să cunoașteți, pe cât posibil, întregul cerc de prieteni al copiilor dumneavoastră și familiile acestora; discutați atât cu copiii, cât și cu părinții lor asupra problemelor comune.

- Atrageți atenția copiilor asupra eventualelor persoane dubioase din anturajul lor; evitați interdicția brutală și fără explicații de a mai vorbi cu cineva.
- Observați comportamentul copiilor și sesizați eventualele schimbări negative intervenite în modul lor de viață (nepăsare, irascibilitate, răspunsuri obraznice, agresivitate, absenta nejustificată de acasă sau de la școală, cheltuieli mari, deținerea unor sume de bani, obiecte de valoare, etc.). Identificați cauzele acestor schimbări de comportament și a provenienței bunurilor respective și discutați cu ei pentru a-i determina să se îndrepte și să renunțe la aceste bunuri.
- Mențineți legătura în permanență cu unitățile de învățământ; în caz de nevoie apălați la instituțiile specializate care pot oferi consultanță și ajutor (poliție, cabinete medicale, organizații neguvernamentale).