10 SAVJETA RODITELJIMA KAKO PREVENIRATI PROBLEME OVISNOSTI DJECE I MLADIH

1.RAZGOVARAJTE SA SVOJIM DJETETOM O ALKOHOLU I DRUGIM OVISNOSTIMA(PUŠENJE, DROGA, KOCKANJE)

Tako možete provjeriti krive stavove kod svog djeteta kao „Ionako svi puše, piju i drogiraju se!“

2.NAUČITE ZAISTA SLUŠATI SVOJE DIJETE

Dijete će rado s Vama razgovarati kad mu riječima i ponašanjem date do znanja da ga slušate.

3.POMOZITE SVOM DJETETU DA STEKNE POZITIVNO MIŠLJENJE O SEBI

Vaše dijete će se osjećati uvažavano kad pohvalite njegove napore te kad ste korektni u vrednovanju njegovih aktivnosti.

4.POMOZITE SVOM DJETETU DA IZGRADI ČVRSTE VRIJEDNOSTI

Samo čvrste vrijednosti ohrabrit će Vaše dijete da kaže „NE!“ nego da podlegne pritisku svojih vršnjaka.

5.BUDITE DOBAR PRIMJER SVOJEM DJETETU

Vaše navike i ponašanje mogu dosta utjecati na predodžbe koje Vaše dijete može imati o duhanu, alkoholu i ostalim drogama.

6.POMOZITE SVOJEM DJETETU DA SE SUOČAVA S PRITISKOM VRŠNJAKA

Dijete koje ima iskustvo da je voljeno trebat će Vašu podršku da kaže „NE“ nagovaranju vršnjaka na prvu cigaretu, alkohol ili nešto drugo.

7.POSTAVITE OBITELJSKA PRAVILA

Unaprijed utvrđena pravila u obitelji utjecat će na neuzimanje alkohola ili pušenje jer će Vaše dijete ZNATI koje su posljedice kršenja pravila.

8.PODRŽITE ZDRAVE I KREATIVNE AKTIVNOSTI KOD SVOJEG DJETETA

Hobiji, školske aktivnosti i sportske aktivnosti mogu pomoći Vašem djetetu da ne počne uzimati alkohol, duhan i ostale droge iz dosade.

9.UDRUŽITE SE S DRUGIM RODITELJIMA

Možete se udružiti s drugim roditeljima u grupu. Ona će davati podršku Vašim naporima u odgoju koji provodite u obitelji.

10.ŠTO UČINITI AKO SUMNJATE DA PROBLEM VEĆ POSTOJI?

Možete naučiti prepoznati znakove uzimanja alkohola, duhana i ostalih droga te potražiti stručnu pomoć. Nikako ne zatvarati oči pred uočenim problemom.