

АЛКОХОЛЪТ – ПОМОГНЕТЕ НА ДЕТЕТО ДА КАЖЕ НЕ!

Много родители си мислят: „Моето дете все още не пие“!, „Не е ли рано да се притеснявам от употребата на алкохол?“ Проблемът не трябва да се подценява. Когато децата приближат юношеската възраст, приятелите започват да оказват все по-голямо влияние. Възможно е да започне експериментална употреба на алкохол. Алкохолът е психоактивно вещество, както са например кокаина и марихуаната. Децата, които пият рискуват да станат жертви на насилие, да имат проблеми в училище, да пострадат при пътнотранспортни произшествия или битови инциденти.

Някои превантивни мерки могат да помогнат на родителите да се справят с проблема. Необходимо е **да се контролира употребата на алкохол в дома**. **Свързване с други родители** би подпомогнало получаването на по-пълна информация за детето. Трябва да се знае **какви са заниманията** на ученика, но така че да не се загуби доверието му. От особено значение е **въвеждането на правила** в семейството, които да се отнасят до употребата на алкохол – например „алкохол не трябва да се употребява преди да се навършат 18 години“ или „не трябва да се остава на партита, на които се предлага алкохол“. Много важен превантивен фактор е **личният пример** на родителите, които, ако употребяват алкохол трябва да го правят умерено. Не по-малко значение има насочването на детето към **здравословен начин на живот**, като начин на осмисляне на свободното му време. Спортът и туризмът са алтернативи не само на употребата на алкохол, но и на други негативни явления, като агресията и противообществените прояви.

Необходимо е да се преодолее инерцията на отминалите празнични дни и възможно най-бързо да се върнат правилата характерни за делничния живот. Искрената, но не-натрапчива загриженост на родителите и не на последно място смелостта да се потърси специалист при нужда, е предпоставка за предпазване от употребата на алкохол.

Димитър ЛАЗАРОВ,

Консултант в Центъра за социална превенция – „Люлин“,
Секретар на РСНВ”Люлин” към Столична община