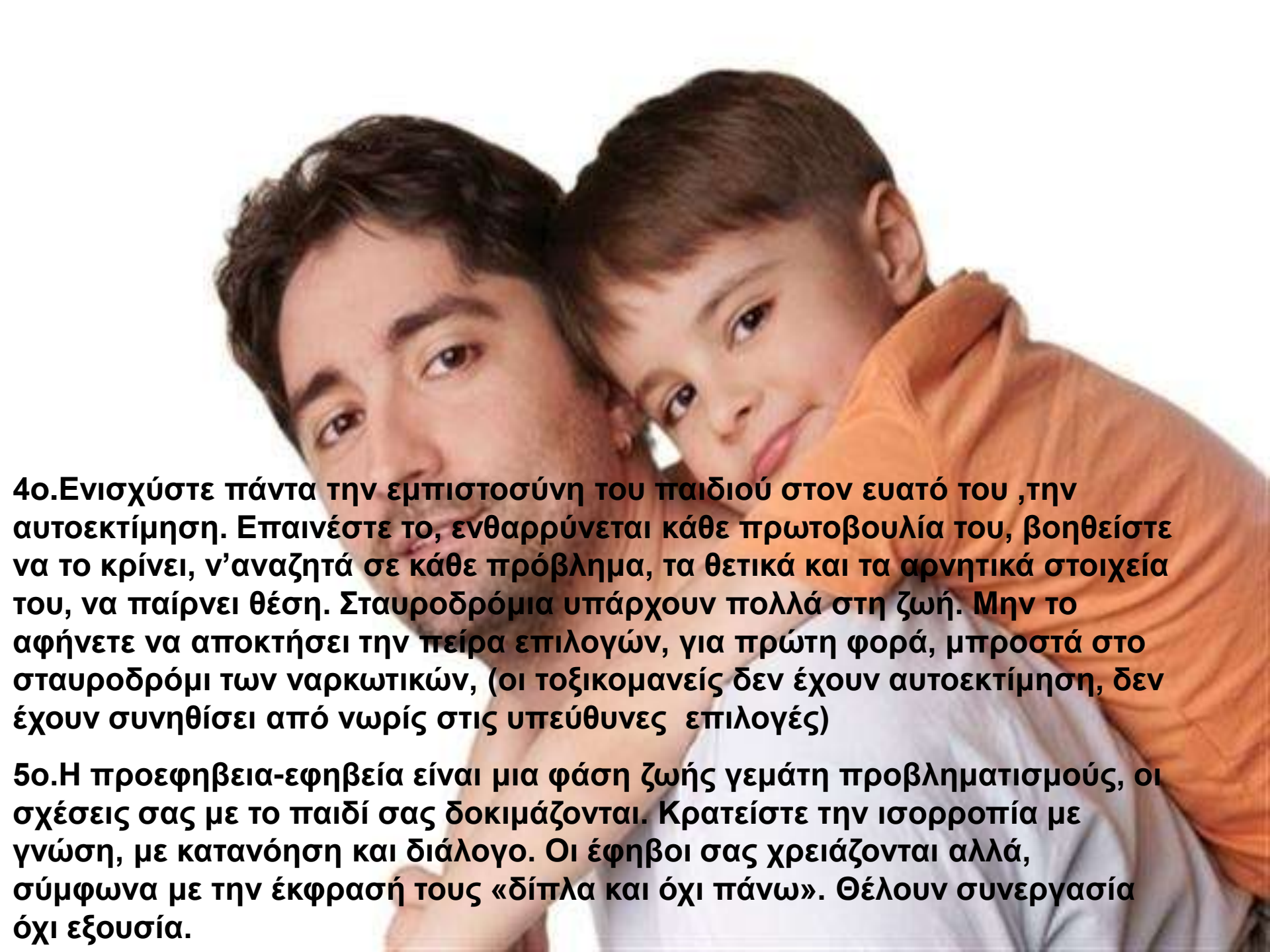


Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ στην πρόληψη

Πιστεύω ότι τον κυριότερο ρόλο και ίσως τον πιο δύσκολο στην αντιμετώπιση του προβλήματος των ναρκωτικών καλείται να παίξει η οικογενεια. Μονο αυτή μπορεί να προσφέρει στους νέους ισχυρές βασεις, σιδερενια θέληση και τόλμη να αντιμετωπίσει ο κάθε νέος και νέα τους κινδύνους που καθημερινά εγκυμονούν.


ΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

- 1ο. Το παιδί πρέπει να έρχεται στη ζωή όταν είναι επιθυμητό, όταν σαν γονείς είστε έτοιμοι να δημιουργήσετε ζεστή ατμόσφαιρα και θετικές σχέσεις μαζί του. Διαφορετικά αισθάνεται ανασφάλεια, εγκατάλειψη και τα πρώτα στοιχεία ψυχικών διαταραχών αρχίζουν να διαμορφώνονται.
- 2ο. Συνηθείστε το παιδί σας από νωρίς στις μικρές ευθύνες του, αργότερα στις μεγαλύτερες. Μην το υπερπροστατεύετε ,μην το δικαιολογείται πάντα. Δίνετε του όμως τις ευκαιρίες για συζήτηση, μάθετε να το ακούτε, διατηρείται το διάλογο μαζί του (οι τοξικομανείς έχουν κόψει από καιρό τον διάλογο με τους γονείς και τους άλλους.)
- 3ο. Παραδεχθείτε το παιδί σας όπως είναι: περισσότερο ή λιγότερο έξυπνο, δραστήριο ή όχι, καλοφτιαγμένο ή άσχημο, κοντό, παχύ, ψηλό, αγόρι ,κορίτσι κ.α. Μην το ταπεινώνετε, μην κάνετε μόνιμα συγκρίσεις με αλλά παιδιά ή με τον εαυτό σας. Καθένας έχει την αξία του, βοηθείστε το να τη βρει.

A photograph of a man and a young boy. The man is on the left, looking towards the camera with a slight smile. The boy is on the right, leaning his head against the man's shoulder and looking towards the camera. They are both wearing light-colored shirts. The background is plain white.

4ο.Ενισχύστε πάντα την εμπιστοσύνη του παιδιού στον εαυτό του ,την αυτοεκτίμηση. Επαινέστε το, ενθαρρύνεται κάθε πρωτοβουλία του, βοηθείστε να το κρίνει, ν'αναζητά σε κάθε πρόβλημα, τα θετικά και τα αρνητικά στοιχεία του, να παίρνει θέση. Σταυροδρόμια υπάρχουν πολλά στη ζωή. Μην το αφήνετε να αποκτήσει την πείρα επιλογών, για πρώτη φορά, μπροστά στο σταυροδρόμι των ναρκωτικών, (οι τοξικομανείς δεν έχουν αυτοεκτίμηση, δεν έχουν συνηθίσει από νωρίς στις υπεύθυνες επιλογές)

5ο.Η προεφηβεια-εφηβεία είναι μια φάση ζωής γεμάτη προβληματισμούς, οι σχέσεις σας με το παιδί σας δοκιμάζονται. Κρατείστε την ισορροπία με γνώση, με κατανόηση και διάλογο. Οι έφηβοι σας χρειάζονται αλλά, σύμφωνα με την έκφρασή τους «δίπλα και όχι πάνω». Θέλουν συνεργασία όχι εξουσία.



6ο. Διαμορφώνετε τα σχέδιά σας για το παιδί με βάση αυτό που είναι και όχι αυτό που θα «θέλατε» να είναι. Μην υπερτιμάτε τις δυνάμεις του, την νοημοσύνη του στις σπουδές του, στην εκλογή επαγγέλματος. Καλύτερα επιτυχημένος στο δημιουργικό επάγγελμα παρά δυστυχής στο «βάθρο» των φιλοδοξιών σας(πολλοί τοξικομανείς έχουν άριστους τίτλους σπουδών)

7ο. Μην αποξενώνετε το παιδί σας από τους φίλους του , από τις διάφορες ομάδες πολιτιστικές, αθλητικές, πολιτικές κλπ. Μην το καθηλώνετε στην ακινησία της καρέκλας και των πολλών μαθημάτων, που δεν αφήνουν ελεύθερο χρόνο (οι τοξικομανείς είναι συνήθως απομονωμένα παιδιά). Η ομαδική ευθύνη είναι κίνητρο για δράση, για δημιουργία. Εξάλλου στην ομάδα μπορεί ο έφηβος να βρει ό,τι δεν βρήκε κοντά σας: αυτοεκτίμηση, αναγνώριση, παραδοχή. Κι αν κάποια φορά το παιδί σας δεν βρει αμέσως το σωστό δρόμο του, μην το αποξενώνετε. Κρατάτε ανοιχτές τις πόρτες του σπιτιού και της καρδιάς.

8ο. Μην κρύβετε από το παιδί σας τις δυσκολίες σας, οικονομικές, κοινωνικές, επαγγελματικές, ψυχολογικές, χωρίς όμως να τις δραματοποιείτε. Το παιδί εκτιμά περισσότερο τον γονέα που παλεύει από εκείνον που του προσφέρει έτοιμη, άνετη ζωή.

9ο.Ανάγκη να υπάρχει συνεννόηση στην οικογένεια, παραδοχή ανάμεσα στους συζύγους. Αν δεν γίνεται, το διαζύγιο δεν είναι τραυματικό για το παιδί όταν οι χειρισμοί είναι πολιτισμένοι και αξιοπρεπείς.

10ο.Περάστε στα παιδιά σας ιδανικά, όσο κι αν αυτά ταλαιπωρούνται στην εποχή μας. Μην τα συνηθίζετε μόνο στην έγνοια του «εαυτού», είναι βαρύ φορτίο που τελικά καταρρέει. Τα πλατύτερα ιδανικά ανοίγουν ορίζοντες και θεμελιώνουν την αισιοδοξία, την αγωνιστική διάθεση για την ζωή.



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!!!

