

# Prevenca drogy a alkohol

Nezanedbate n úlohu v prevencii detí a mládeže má rodina a škola. Rodina je v našej spoločnosti považovaná za základnú bunku našej spoločnosti, a preto by mala prevencia vychádzať aj odtiaľto. Výchova detí je jedným zo spôsobov naplnenia života človeka. V rodinnom prostredí sa formuje charakter, postoje k údom, práci, spoločnosti. Je to miesto, kde dieťa trávi väčšinu svojho času. Prvé informácie o alkohole, drogách a závislostiach získava dieťa od svojich rodičov.

*J. Melgosa uvádza niekoho podnetov, ako postupne pripraví deti na možný kontakt s alkoholom a vystríha ich pred jeho následkami:*

- 1.** Dôležité je hovoriť s deťmi o alkohole už od útleho veku. Deti a mladiství by mali mať určité informácie o alkoholických nápojoch a ich vplyve na ľudský organizmus. Mali by poznať následky, ktoré pitie alkoholu prináša nielen tým, ktorí ho konzumujú, ale aj ich najbližším. Dôležité je hovoriť s deťmi o tejto téme reálne a nezastrašovať ich.
- 2.** Je podstatné venovať deťom čas a pozornosť. To je najlepší a najjednoduchší spôsob, ako predchádzať nielen konzumácii alkoholu, ale aj mnohým ďalším problémom. Rodičia by mali so svojimi deťmi pravidelne komunikovať, organizovať s nimi rôzne akcie ponúkajúce alternatívne vzrušujúce zážitky.
- 3.** Rodičia sú pre deti osobným príkladom a vzorom. Preto je vhodné, aby sa príklad neobmedzil len na nekonzumáciu návykových látok, ale veľa dôležitejšie je aj vytváranie rodinnej pohody. Často rodinná kríza priviedla dieťa k tomu, že siaha po alkohole, alebo inej droge.
- 4.** Výchovné metódy je nutné prispôbiť vývinovým osobitostiam detí v puberte. Je oveľa jednoduchšie založiť vzťah na priateľstve a dôvere a doterajšiu autoritu nahradiť priateľským dialógom, v ktorom si rodič skôr môže s deťmi pohovoriť a najmä vypočuť si ich.

Rodičia by sa mali zaujímať o dôvody, ktoré dieťa nabádajú, aby siahlo po alkohole.

- 6.** Je vhodné, aby rodičia boli priateľmi nielen vlastných detí, ale aj ich kamarátov.
- 7.** Rodičia by sa mali snažiť o posilovanie sebadôvery detí. Niektorí adolescenti konzumujú alkohol preto, aby vyzerali dospelé, alebo sa chcú vyrovnáť ostatným, ktorí upútať na seba pozornosť. V rámci pedagogickej osvetly je možné vykonať prevenciu a to tým, že pri odovzdávaní vedomostí by mala u detí vytvárať pozitívne spoločenské normy ako prekážky asociálneho správania. Mala by posilovať normy ako prekážky asociálneho správania.

Predstavte si bežný deň vo svojom meste: Skupinky detí sa bezstarostne hrajú na detských ihriskách a parkoch bez toho, aby sa rodičia obávali drogových dilerov, ženy sa voľne prechádzajú bez strachu z prepadu alebo znásilnenia, mládež ide do školy bez strachu zo šikanovania, gangov alebo lúpeží, ich starí rodičia na sídlisku žijú bez obáv z prepadu, nedajú sa nachytať rôznymi podvodníkmi, policajtom, ktorý ide okolo školy, mávajú z okien deti a zdravia ho, členovia rodín riešia svoje spory slovami a nie päsami alebo zbraňami, občania si navzájom pomáhajú pri strážení detí alebo majetku...

Zdá sa Vám to celé ako utópia? Ako sci-fi? Alebo je to prinajmenej značne naivné? Možno máte pravdu. Ale keď budete sami a v kľude, opýtajte sa v duchu sami seba: „... naozaj sa mi z toho nedá dosiahnuť? Aspoň nie o z toho?“

Prevenca je silná zbraň proti zlu. A stále nabitá. Záleží len na nás, čo o nej vieme, ako jej budeme rozumieť a ako sa naučíme s tou zbraňou narábať tak, aby nám všetkým pomohla.

A keby chcel niekto oponovať, či je výsledok viacero dní práce iba jedno zachránené dieťa adekvátne,

odpoviem každému: „Milý priate . Ak sa Vám zdá iba jedno zachránené die a málo, tak si predstavte, že to iba jedno zachránené die a bude práve to Vaše...“