

Дети и алкоголь

Возможно, родителям не нравится думать об этом, но правда – то, что много детей и подростков пробуют алкоголь в течение обучения в школе. Исследования показали, что почти 80% детей средней школы пробовали алкоголь.

Хотя экспериментирование с алкоголем и распространено среди детей, но важно понять, что это очень опасно. Таким образом, важно начинать обсуждать проблему употребления алкоголя с Вашими детьми с раннего возраста и продолжать говорить об этом постоянно.

Как говорить с детьми об алкоголе

Задолго до того, как Вашим детям предложат попробовать алкоголь, Вы можете увеличить вероятность, что они скажут «нет». Детство – время изучения и открытия, таким образом, важно поощрять детей, задавать вопросы, даже, на которые Вам было бы трудно ответить. Открытое, честное, соответствующее возрасту общение подготовит почву для Ваших детей, чтобы в дальнейшем обсуждать более трудные темы и вопросы.

Подавайте хороший пример поведения. Это особенно важно в дошкольных годах, когда дети склонны подражать взрослым. Поэтому, если Вы ответственно относитесь к здоровой еде и питью, Вы преподаете важный урок для своего ребенка.

Дети интересуются тем, как устроены их тела, и это хорошее время, чтобы поговорить о поддержании здоровья и избегании веществ, которые могут навредить. Можно объяснить детям о вредном действии алкоголя и о последствиях его употребления.

В годы начальной школы – решающее время, когда Вы еще можете повлиять на решение своего ребенка об употреблении алкоголя. Дети в этом возрасте очень любознательны и стремятся изучить, как устроены и как работают органы. В это время дети также могут быть в большой степени подвержены влиянию друзей. Так что важно научить своего ребенка говорить «нет», обсудить с ним важность размышления перед принятием решения.

У подростков в возрасте 11-17 лет увеличивается потребность в независимости, и они могут бросить вызов пожеланиям своих родителей. Но если Ваш ребенок чувствует себя уважаемым, как человек, Вы увеличиваете возможность, что Ваш ребенок будет с Вами открытым. Избегайте чрезмерного проповедования и угроз, вместо этого, подчеркните свою любовь и беспокойство.

Факторы риска

Начало половой зрелости или развод родителей, может быть причиной употребления алкоголя детьми.

Дети, у которых есть проблемы с самообладанием или низким чувством собственного достоинства, чаще всего, злоупотребляют алкоголем.

Отсутствие связи ребенка с семьей. Дети в первую очередь нуждаются в любви и поддержке родителей или других членов семьи.