

МОЙ РЕБЕНОК И АЛКОГОЛЬ

Стоит ли ждать проблему или лучше действовать, чтобы избежать ее?

Пожалуй, каждый родитель мечтает, чтобы их чадо было здоровым и выросло успешным, счастливым человеком. Но, к большому сожалению, немногие понимают, что просто так подомные чудеса не происходят. Дети вырастают, «плохо» себя ведут, не слушаются, а потом, вдруг, начинают злоупотреблять алкоголем, пробовать наркотики и, в конце концов, становятся алкоголиками и наркоманами.

Причины развития этих заболеваний крайне сложны и, как правило, их несколько. Одной из наиболее значимых является родительское воспитание или, точнее сказать, отсутствие такового. Именно эта причина является управляемой, т.е. ее влияние на развитие зависимости можно минимизировать либо исключить вообще. Для этого необходимо выполнять правильно свои родительские функции. Воспитание ребенка – непростое и достаточно ответственное дело, которое начинается с самого рождения ребенка. Теплые, нежные эмоциональные контакты с ребенком обоих родителей, телесный контакт являются крайне важным для нормального развития психики новорожденного. Разговоры, приятная музыка в этот период также оказывает свое благоприятное действие на малыша, а советы «умных» бабушек в роде «Не берите его на руки, не приучайте, разбалуете...» являются, мягко говоря, вредными.

Ребенок в этот период должен купаться в родительской любви, а если нет, то эту любовь, эти приятные эмоции он с успехом найдет во взрослой жизни в алкоголе и другой химии (по крайней мере, это самый легкий путь). Поведение родителей для ребенка - это эталон на основании которого он будет формировать стереотипы своего поведения, отношения с другими людьми, отношения к разным событиям, реакцией на них и т.д.. Если с маленьких лет вы научите ребенка выкидывать фантики от конфет в мусорное ведро, а не кидать их где попало и при этом сами будете именно так поступать, то для ребенка именно это поведение будет считаться правильным, нормальным и естественным. Если вы будете демонстрировать ребенку, что хорошее настроение, чувство радости, удовольствие можно испытывать во время игры дома, чтения книг, рисования, просто общения, прогулок, походов в театр и т.д., то это также отпечатается в эмоциональной памяти ребенка, которая остается на всю жизнь. Ну и, понятное дело, что, если ребенок видит своего родителя в хорошем радостном состоянии, только, когда он (родитель) за праздничным столом поднимает рюмку, то и это он тоже прочно откладывает в своей памяти.

Очень важно помнить и о духовном воспитании ребенка, о формировании моральных, духовных ценностей у маленького человека (это очень мощный защитный фактор от развития алкоголизма и наркомании), а чтобы это делать вы сами должны учиться этому, развиваться, самосовершенствоваться. Смешно и грустно смотреть на то, что, не успев родить ребенка, все бегут в церковь крестить его, а так называемые крестные родители представления не имеют, что такое христианство, христианские традиции, в лучшем случае знают молитву «Отче наш», которую когда-то бездумно вызубрили с бабушкой в детстве, а ведь именно они, крестные родители, должны выполнять эту важную и не легкую работу – знакомить ребенка с христианскими ценностями. Помните, что вкладывая свои усилия в процесс воспитания ребенка, вы формируете то самое его и ваше счастливое будущее, в котором вы будете гордиться своим продолжением рода! Понятно, что кому-то это все может быть не понятно и ново, кто-то не разбирается в этих

тонких механизмах воспитания, но сегодня для того, чтобы вам помочь, работают детские и семейные психологи, психотерапевты, к которым всегда можно обратиться за помощью.

Главное – было бы желание и понимание важности быть грамотным родителем.

Дополнительную информацию Вы можете найти на сайте Спецпроекта «Белорусского женского портала Velvet.by» по первичной профилактике алкогольной зависимости среди несовершеннолетних через обучение и вовлечение их родителей <http://kids.velvet.by/>.

Информацию о влиянии потребления алкоголя на здоровье Вы можете найти на сайте "Алкоголь и здоровье" <https://www.infoalcohol.net/>

Этот сайт был разработан и запущен при технической поддержке Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в рамках проекта e-Health сотрудниками Научно-образовательного центра Белорусской психиатрической ассоциации.

Основной целью проекта было обеспечение мер для сокращения употребления алкоголя и минимизации его последствий. В качестве наиболее перспективного подхода была избрана разработка, адаптация и внедрение размещенной в интернете программы самопомощи для желающих эффективно контролировать собственное употребление алкоголя. На портале она называется Пейте меньше. Кроме этого на сайте собрана информация, касающуюся различных аспектов алкоголя, которая может быть интересна и полезна максимально широкому кругу пользователей. Эта часть на портале называется Алкоголь и Здоровье.