

Co robić jak dziecko pije

Całość oddziaływania wychowawczego, które podejmiecie, warto podzielić na trzy części: rozpoznanie i diagnoza sytuacji, interwencja oraz monitorowanie

Rozpoznawanie i diagnoza sytuacji

- 1. W niektórych sytuacjach podejrzewasz, że Twoje dziecko pije, choć nie posiadasz na to bezspornych dowodów.**
- 2. Rozpocznij rozmowę od powiedzenia o swoich podejrzaniach i równoczesnego zapewnienia, że nie chcesz dziecka karać, tylko chcesz poznać prawdę, ponieważ je kochasz i się niepokoisz, np. Nie jestem tego pewien, ale wydaje mi się, że zdarza Ci się pić alkohol. Jeśli to prawda, to proszę Cię, żebyś mnie nie oszukiwał. Celem tej rozmowy nie jest ukaranie Cię, ale uniknięcie poważniejszych kłopotów.**
- 3. W niektórych sytuacjach nie masz wątpliwości, że dziecko piło i dysponujesz niezbitymi dowodami. Wtedy należy zacząć od spokojnego powiedzenia o tych faktach i określenia celów dalszej rozmowy.**
- 4. Zanim podejmiesz interwencję postaraj się ustalić rzeczywisty stan rzeczy, jeśli chodzi o kontakty Twego dziecka z alkoholem.**
- 5. Ustalcie wspólnie fakty dotyczące picia Twego dziecka:**
 - Jak często pije napoje alkoholowe**
 - Jakie są rodzaje tych napojów i ile ich wypija**
 - Z kim to robi i w jakich sytuacjach**
 - Jak się czuje w trakcie picia i później**

- **Jak się zachowuje on/ona oraz inne osoby, które w tym uczestniczą**
 - **Jak te doświadczenia wpływają na inne sytuacje życiowe (w szkole, w kontaktach z Tobą, rodzeństwem, przyjaciółmi itd.)**
 - **Czy dziecko doznało przykrości lub kłopotów w związku ze swoim pićem**
 - **Czy jego koledzy doznali jakiś szkód w związku z pićem.**
- 6. W rozmowie rzeczą najważniejszą jest przestrzeganie pewnych zasad:**
- **W danym momencie mówi tylko jedna osoba**
 - **Nie można podnosić głosu, używać lekceważących lub obraźliwych słów i wyzwisk.**
- 7. W trakcie rozpoznawania i diagnozowania nie można straszyć karami.**
- 8. Staraj się przestrzegać zasad rozmowy. Jeśli nie nawiążecie kontaktu w tej sprawie nie masz szans na zbudowanie fundamentów do przyszłych zmian na lepsze.**
- 9. Powstrzymaj się z oceną i krytyką postępowania dziecka**

Interwencja w sytuacji, gdy dziecko wypilo alkohol

Interwencja to część oddziaływania, która po rozpoznaniu sytuacji zmierza do bezpośredniego wprowadzenia zmian w postępowaniu dziecka.

- 1. Nie zaczynaj rozmowy, kiedy dziecko jest pod wpływem alkoholu - nie ma wtedy trzeźwego osądu sytuacji, jest nadpobudliwe i może być agresywne.**
- 2. Nie zaczynaj rozmowy, kiedy dziecko ma kaca - jest rozdrażnione, źle się czuje.**

- 3. Przed rozmową z dzieckiem porozmawiaj ze współmałżonkiem, przyjacielem, kimś z rodziny, kimś bliskim - pomoże to odreagować pierwsze, gwałtowne emocje, nabrać dystansu, określić Twoje stanowisko wobec picia i sprecyzować co naprawdę chcesz dziecku powiedzieć**
- 4. Postaraj się, aby w rozmowie uczestniczył współmałżonek - rozmowa ma dotyczyć spraw całej rodziny, a umowy mają być respektowane przez wszystkich.**
- 5. Znajdź spokojne miejsce i odpowiedni czas, aby nie przeszkadzało wam nic z zewnątrz (wyłącz telefon i telewizor).**
- 6. Pamiętaj, że dokonujesz interwencji, bo zależy Ci na szczęściu i bezpieczeństwie Twego dziecka, a nie po to, żeby udowodnić mu, że jest złe, niegodne zaufania i krzywdzi Cię swoim postępowaniem.**
- 7. Niech dziecko wyraźnie usłyszy, że Ci na nim zależy, że je kochasz, że troszczysz się o jego los i szczęście, że jesteś gotów je wesprzeć w każdej sytuacji.**
- 8. Ustalcie powtórnie (lub pierwszy raz jeśli dotychczas tego nie učiniliście) zasady, jakie obowiązują w Waszej rodzinie w związku z piciem alkoholu przez Twoje dziecko.**
- 9. Jeżeli na decyzję Twojego dziecka o piciu alkoholu wywierają wpływ określone sytuacje zewnętrzne lub wpływy innych osób zastanówcie się wspólnie co dziecko powinno zrobić lub powiedzieć, bo zabezpieczyć się przed tymi wpływami.**
- 10. Powiedz jasno jakie przywileje i przyjemności będą dziecku odebrane do czasu rozwiązania problemu, jaki będzie sposób kontrolowania tego czy dziecko wywiązuje się z umowy i jaki będzie tryb przywracania utraconych przywilejów.**

- 11. Ustalcie co będzie się działo w razie złamania warunków umowy.**
- 12. Na zakończenie tej rozmowy pożądane byłoby ustalenie i podpisanie kontraktu zobowiązującego dziecko do powstrzymywania się od picia, określającego konsekwencje związane z naruszeniem tych zobowiązań oraz wskazanie nagród i wzmocnień za utrzymywanie abstynencji przez dziecko.**

Monitorowanie i udzielanie wsparcia

- Umowa zawarta z dzieckiem o zasadach picia (niepicia) alkoholu musi być monitorowana - czy dziecko jej przestrzega.**
- Ustal wspólnie z dzieckiem jak będziecie to sprawdzać. Kontrolowanie nie jest przyjemne dla obydwu stron. Wymaga: konsekwencji, taktu, zdecydowania, wysiłku, uporu i delikatności. Nie rezygnuj ze sprawdzania zasad zbyt wcześnie. Po pierwsze dziecko narażone jest na pokusy cały czas. Po drugie - Twoja konsekwencja nie musi mówić dziecku: "Wciąż ci nie ufam", lecz "Ciągle tak samo mi na Tobie zależy", "Jesteś dla mnie cały czas najważniejszy".**
- Sprawdź czy dziecko potrzebuje w jakiejś sprawie Twojej pomocy (np. nie umie odmówić, gdy nacisk kolegów jest zbyt duży, nie wie jak się zachować w pewnych sytuacjach) i zaoferuj mu swoją pomoc.**
- Sprawdź czy na pewno wyraziłeś swoją życzliwość, chęć pomocy, miłość, gotowość wsparcia, zainteresowanie. Sprawdź czy dla Twego dziecka to jest oczywiste.**
- Intencje rodzica nie zawsze są dla dziecka czytelne, zwłaszcza w sytuacjach pełnych napięcia, poczucia**

**winy, lęku. Ty myślisz: "Mówię to, bo ją kocham",
a twoja córka myśli: "Mówi to, bo chce mi pokazać,
że ją zawiodłam lub jestem niedobra"**

**Pamiętaj, że interwencja związana z piciem alkoholu przez
Twoje dziecko jest ściśle związana z całością waszych
kontaktów i życia w rodzinie, Waszych konfliktów,
oczekiwań i nadziei. Być może zaangażowanie się w próbę
poradzenia sobie z krytyczną i bolesną sytuacją stworzy
okazję do zastanowienia się jak ulepszyć wzajemne
stosunki w całej waszej rodzinie, jak poszukiwać drogi
umocnienia więzów i zwiększenia satysfakcji z życia dla
całej rodziny.**

**Może się jednak okazać, że poradzenie sobie z tą sytuacją
jest zbyt trudne i doznacie niepowodzenia. Należy wtedy
bez skrępowania poszukać pomocy na zewnątrz rodziny.
Mogą to być przyjaciele lub inni rodzice, którzy mają
doświadczenie radzenia sobie w podobnych sytuacjach
lub specjaliści - psycholodzy lub pedagodzy.**

Materiały pochodzą z:
www.parpa.pl
[Literatura](#)