

ДРОГА - ЗАПОЗНАЈТЕ СЕ СО ФАКТИТЕ

Вовед

Доселувањето во нова земја може да биде тешко за сите членови на семејството. За родителите, постојат многу тешкотии и пречки со кои треба да се соочат без да ја добијат вообичаената поддршка од поширокото семејство и пријателите. За децата, исто така има проблеми, затоа што барањата што ги поставуваат нивните родители се поголеми.

Државната влада на Викторија им нуди на родителите на тинејџерите информации и стратегии за да можат подобро да се подготват како да реагираат на проблемите во врска со дрогата. Владата сака да им помогне на сите родители, вклучувајќи ги и родителите доселеници, да ги спречат проблемите со дрогата.

Совети за спречување

Да се експериментира е природен дел од растењето. Скоро сите тинејџери експериментираат со алкохол и тутун. Некои ќе експериментираат со недозволена дрога. Најефикасните мерки што можете да ги преземете за да го спречите тоа е да воспоставите добра комуникација со вашите деца и да изградите цврсти односи. Следуваат неколку други совети.

ДАДЕТЕ ИМ ДОБАР ПРИМЕР

Децата се изложени на дрогата што е законски дозволена, како што се алкохолот и тутунот уште од рано детство и тие учат од однесувањето на нивните родители. За децата, чии родители пушат или пијат алкохол, постои поголема веројатност дека и самите ќе пушат или пијат алкохол.

БИДЕТЕ ИНФОРМИРАНИ

Бидете подготвени отворено и искрено да разговарате за проблеми во врска со дрогата. Вашето дете може да знае повеќе од вас за дрогата и нејзиното влијание, па затоа треба однапред да се запознаете со фактите. Немојте да ги преувеличувате опасните ефекти на дрогата или да се обидувате да ги уплашите децата, затоа што тие може да престанат да ве слушаат.

СЛУШАЈТЕ

Сослушајте ги децата кога ви кажуваат за нивните проблеми или работите што ги загрижуваат. Не претерувајте со реакциите. Ако вашите деца можат да разговараат со вас, тогаш помала ќе биде веројатноста дека ќе имаат проблеми или дека ќе донесуваат глупави одлуки.

РАЗГОВАРАЈТЕ

Разговарајте со вашите деца за секојдневните работи како тие да се возрасни. Ако редовно разговарате со вашите деца за школото, пријателите, спортот, или музиката што ја сакаат, тогаш нема да ви биде толку тешко да разговарате за осетливи работи како што е дрогата.

ИЗГРАДЕТЕ ДОВЕРБА

Вие мора да имате доверба во вашите деца. Не се сомневајте во нивната способност за просудување. Често децата сакаат да им докажат на родителите дека може да им се верува во врска со изборот што го прават. Ако разговарате со вашите деца за дрогата, не значи дека ќе ги поттикнете да појават интерес.

ВАШЕТО ДЕТЕ НЕКА ЗНАЕ ДЕКА СЕ ГРИЖИТЕ ЗА НЕГО

Покажете им на децата дека се грижите за нив. Обидете се да одвоите време за забава со вашите деца како семејство.

ДОГОВОРЕТЕ СЕ ЗА НЕКОИ РАБОТИ

Однапред планирајте како ќе се однесувате во потенцијално тешки ситуации и воспоставите некаков договор во врска со пиењето и дрогата. Договорете се вие да ги земете децата, а не да им дозволите да возат откако ќе пијат алкохол, или да се возат со некој друг кој пиел. Дел од договорот е дека родителот ќе дојде без да прави проблеми. Оставете ги сите разговори за следниот ден.

It's **our** drug problem



Видови на дрога

Иако пиењето на алкохолот и пушењето се дозволени со закон, и според тоа "поприфатливи", тие можат да бидат опасни и човек може да се навикне на нив исто како и на недозволената дрога.

Пет видови на дрога за кои родителите се загрижени се:

ХЕРОИН - средство за смирување кое влијае на концентрацијата и усогласувањето на движењето. Поради хероинот луѓето побавно реагираат во неочекувани ситуации.

ЕКСТАЗА - ('дрога за забава') се зема во вид на таблети. Екстазата ја забрзува работата на централниот нервен систем и предизвикува привидувања.

МАРИХУАНА - тоа се суви листови од хашиш кои обично се мешаат со тутун и се пушат. Иако оваа дрога е забранета, некои млади луѓе сметаат дека е прилично безопасна.

АЛКОХОЛ - вклучува пиво, вино, жестоки пијалоци, до кои лицата под 18 години лесно можат да дојдат. Младите луѓе се изложени на алкохол и може да го пијат иако според законот, алкохол може да се купи само ако лицето има најмалку 18 години.

ТУТУН - Иако пушењето има штетни последици за здравјето, многу млади луѓе сметаат дека тоа е 'модерно' да се прави.

Некои знаци што ќе ве предупредат дека детето зема дрога.

Може да ви биде тешко да одредите дали вашето дете има проблем со земањето на дрога затоа што последиците варираат во голема мера. Понекогаш однесувањето што е поврзано со земањето дрога може да изгледа како проблематично однесување на тинејџери.

Треба да обрнете внимание на овие работи:

- бурно менување на расположението
- излегување по цела ноќ
- попуштање во оценките на школо
- проблеми со полицијата или на школо
- неочекувано менување на пријателите
- необјаснета потреба за пари.

Што треба да правам ако откријам дека моето дете зема дрога?

НЕ ПАНИЧЕТЕ: Седнете и разговарајте со вашето дете за проблемот и обидете се да го разберете и да му помогнете. Ако детето пробало дрога, тоа не значи дека неизбежно ќе продолжи да зема или злоупотребува дрога и понатаму.

ПОКАЖЕТЕ ДЕКА СТЕ ЗАГРИЖЕНИ: Покажете му јасно на вашето дете дека го сакате и дека земањето дрога може да биде штетно.

ИЗБЕРЕТЕ ГО ПРАВИОТ МОМЕНТ: Не се обидувајте да разговарате за тие работи кога детето е пијано или под влијание на дрога. За тоа разговарајте следниот ден кога сите ќе бидете трезвени.

ПРЕПОЗНАЈТЕ ГИ ПРОБЛЕМИТЕ: Децата може да експериментираат со дрога затоа што имаат ненакви проблеми, или затоа што им треба помош и поддршка. Обидете се да обрнете внимание на вистинскиот проблем и ако има потреба, побарајте помош од професионални лица.

НЕ СЕ ОБВИНУВАЈТЕ САМИТЕ СЕБЕ: Ако вашето дете зема дрога, тоа не значи дена не сте успеале како родител. Многу млади луѓе поминуваат низ тешкотии, без обзир на тоа колку нивните родители се грижат за нив и им даваат поддршка.

ПОБАРАЈТЕ ПОМОШ: Не можете навистина соодветно да се справите со проблемите во врска со дрогата како изолирана семејна група - многу е важно да побарате помош од професионални лица. Колку побргу ќе добиете помош, толку подобро.

Служби

Државната влада на Викторија финансира различни служби наменети да им помогнат на луѓето кои имаат проблеми затоа што земаат дрога или пијат алкохол, како и на нивните семејства и старатели. Услугите што ги нудат се различни - од советодавни услуги за корисниците на дрога и нивните родители (кои ги нудат социјалните работници, специјализираните здравствени работници, психолозите и општите доктори) за кои не е потребно да се има упат, па се до специјализирани услуги за кои мора да се земе упат од доктор (на пр. Специјализирани служби за користење на метадон).

Различните услуги што постојат се наменети да ги задоволат различните потреби на клиентите. Некои од услугите луѓето може да ги добиваат во нивните домови (на пр. откажување од дрога во домашна средина, откажување од дрога како надворешен пациент). Кога луѓето живеат во некоја заедница каде што се под терапија, тие можат да ги користат услугите што им се нудат интерно и се наменети да им помогнат во нивната рехабилитација (на пр. интерно откажување од дрога, интерна рехабилитација, сместување со поддршка).

Постојат многу повеќе информации во врска со проблемите околу дрогата кои можете да ги добиете ако телефонираате на **1800 888 236**, или ако ги посетите нашите Интернет страни на: **www.drugs.vic.gov.au**

Ако сакате да зборувате со неког на македонски јазик, можете да телефонираате во Macedonian Community Welfare Association of Western Region Inc. (Здружение за информации и помош за македонската заедница во западниот регион) на **9367 6044**.

"Дрогата е наш проблем"

