

10 načina da roditelji interвениšu

Intervencija ne mora biti formalna konfrontacija osobe koja ima problem sa grupom ljudi. Intervenciju mogu predstavljati brojni okidači koji će podstaknuti osobu da se pokrene i potraži pomoć. Razgovor može predstavljati moćno sredstvo prilikom intervencije.

1. Roditelji bi prvo trebali između sebe razgovarati kako bi se dogovorili o tome kako će se obratiti detetu. Možete odgovoriti na pitanja u našem testu procene stanja kako biste saznali kolike je razmera problem uzeo.
2. Trebate odrediti vreme kada ćete razgovarati sa svojim detetom kada nije pod uticajem alkohola ili droga i kada nije iznervirano ili ljuto.
3. Na početku trebate izraziti svoju ljubav i zabrinutost za detetovu sigurnost i dobrobit što predstavlja osnovu za razgovor, bez obzira da li to dete prihvatalo ili ne.
4. Trebate istaći da je Vaša roditeljska dužnost i obaveza da svom detetu osigurate da odrasta u što bezbednijim uslovima.
5. Trebate reći svom detetu koje ste upozoravajuće znakove zapazili u njegovom ili njenom ponašanju zbog kojih ste zabrinuti. Pri tome upotrebite saznanja do kojih ste došli i istaknite da problem koji se pojavio zahteva ozbiljnu pažnju i podršku porodice, kao i profesionalnu pomoć, jer može izmaći kontroli ili završiti fatalno. Međutim, veoma je važno da ostanete neutralni i da ne osuđujete, kao spiker dok čita vesti. Kako biste sumirali upozoravajuće znakove, možete istaći da nastavak uzimanja psihoaktivnih supstanci uprkos saznanju o štetnim posledicama po osobu koja ih koristi i njenu okolinu predstavlja definiciju "zavisnosti o drogama". Nemojte insistirati da se dete složi sa ovom procenom problema.
6. Zatim, trebate saslušati sve ono što dete ima reći. Ako ono istakne probleme koji nisu u vezi sa upotrebom psihoaktivnih supstanci, potrebno je i to saslušati uz obećanje da će se o tim problemima razgovarati kasnije. Ali trebate ponovo istaći da vi ovde razgovarate o zloupotrebi psihoaktivnih supstanci, što je veoma ozbiljno i može biti osnov za niz drugih problema do kojih može doći.
7. Onda biste trebali isprobati "motivacioni intervju" koji se koristi u kliničkoj praksi kako biste ohrabрили svoje dete i naveli ga da razmišlja drugačije o svojoj upotrebi psihoaktivnih supstanci. Pitajte svoje dete kakav život želi imati sada kada su upitanju – škola, odnosi s prijateljima,

odnosi s roditeljima, bratom/sestrom, različite aktivnosti itd. Zatim pitajte kakav život Vaše dijete ima u navedenim područjima i slušajte. Sada držite ogledalo u kojem se ogleda detetov život, a ono to posmatra iz novog ugla.

8. **Slušanje** je presudno kako biste iskazali suosjećanje i pokazali da zaista čujete i razumijete svoje dete. Navedite svoje dete da razmisli o vezi između upotrebe supstanci i činjenice da njegov ili njen život ne odgovara onome što želi za sebe. Naša djeca obično nisu samo-destruktivna; ona žele da rade ono što će im koristiti u životu. Ne žele da im neko naređuje, žele da verujete da oni mogu i žele uraditi ono što je u najboljem interesu za njihovo vlastito i zdravlje njihove porodice.

9. Pitajte dete – šta ono zaključuje iz ovog razgovora o tome kakve efekte upotreba droga ima na njegov ili njen život – da ponovo proceni problem. Postavite cilj kako bi se stanje popravilo. Zajedno planirajte naredne konkretne korake da pronađete više informacija o zavisnosti, oporavku i resursima, te identifikujte koja vrsta stručne pomoći bi bila najprikladnija.

10. Vi i **Vaše** dete trebate znati da je razgovor koji ste imali zapravo bio uspješna "intervencija", prvi konkretan korak prema okončanju problema i ozdravljenju. Bilo bi dobro da još jednom iskažete ljubav i brigu svom detetu. Odajte sebi priznanje, jer trebate i zaslužujete ohrabrenje i podršku kako biste imali snage da zajedno rešite ovaj problem.