

## Deda i nana imaju ključnu ulogu u odgajanju dece koja ne koriste drogu

Današnje dede i nane čine mnogo više od pečenja kolača. Četrdesetčetiri (44%) posto deda i nana vidi unuče jednom sedmično i četrdesetpet posto (45%) deda i nana razgovara jednom ili više puta sedmično sa svojim unučetom.

Dok je generalno priznato da roditelji imaju najvažniji dugotrajni uticaj na decu, dede i nane imaju blisku i posebnu vezu sa svojim unucima. Jedinstven odnos između dede i nane i njihovog unučeta omogućava idealnu priliku za razgovor o opasnostima droga.

Istraživanja pokazuju da dede i nane traže smernice o tome kako da razgovaraju sa svojim unucima o teškim temama.

Mi nudimo sledeće savete za dede i nane koji će im pomoći da pomognu unucima da žive život bez droga:

1. **POČNITE:** Nikad nije prerano da počnete sprečavati svog unuka da proba drogu. Izgrađivanje zaštitnih faktora, kao što je pokazivanje unuku da se brinete za njega, ima važnu ulogu u odvratanju od droge. Iskazujte svoj stav jasno i često. Jedan od razloga zbog kojeg tinejdžeri odlučuju da ne probaju drogu jeste strah da ih njihovi roditelji ili drugi članovi porodice neće više poštovati. Tinejdžeri ne žele izneveriti svoju porodicu.

2. **USPOSTAVITE KONTAKT:** Iskoristite priliku i izgradite komunikaciju i provodite neke aktivnosti redovno sa svojom unučadi. Provodite vreme zajedno – večerajte s njima, čitajte zajedno, igrajte igrice, idite u kupovinu, idite u boskop, idite na košarkašku utakmicu ili u šetnju po gradu. Iskoristite prilike kao što su porodična okupljanja ili pozovite unuke da prespavaju kod vas kako biste im pokazali da dobra zabava ne podrazumeva upotrebu droga.

3. **SLUŠAJTE:** Aktivno se interesujte o tome šta se dešava u životu vašeg unuka. Slušajte njihove brige zainteresovano i otvoreno. Tako će se tinejdžeri otvoriti prema vama kada zatrebaju savet.

4. **EDUKUJTE:** Postavite cilj da ovaj mesec provedete 15-30 minuta razgovarajući o opasnostima od droga sa vašom unukom. Nastavite redovno razgovarati o toj temi.

5. **POKAŽITE BRIGU:** Budite sigurni da ste pokazali da se brinete da vaš unuk ne proba drogu.

6. **PRUŽITE PODRŠKU:** Objasnite svom unučetu da ćete uvijek biti tu za njega – bez obzira šta se desi. Budite sigurni da on zna da može doći k vama ako mu zatreba pomoć ili informacija.

7. **UČITE:** Današnja deca su profinjena. Kako biste mogli edukovati svoju unučad o drogama, prvo morate edukovati sebe. Razgovarajte sa drugim ljudima u zajednici kako biste saznali kakvim porukama decu svakodnevno zasipaju vršnjaci, škola i mediji. Na dedama i nanama je da pomognu tinejdžerima da naprave otklon od tih poruka i da nauče razlikovati dobro od lošeg. Dedo i nana moraju biti svesni svih rizika koje droge nose sa sobom.

8. **VODITE:** Mladi ljudi su svesni onoga šta radite u jednakoj meri kao i onog što govorite. Nemojte samo govoriti šta je ispravno, nego radite šta je ispravno. Budite dobar primer. Ako i sami imate problem sa upotrebom alkohola ili drugih psihoaktivnih supstanci, potražite pomoć.