

Как деликатно и тактично привить малышу правильное отношение к алкоголю? Что советуют психологи?

Казалось бы, понятия «детство» и «алкоголь» совершенно не должны пересекаться. Но в жизни, к сожалению, частенько бывает по-другому. Детишки наблюдательны, они изучают мир, копируя поведение взрослых. Поэтому цель родителей - с малых лет заложить у ребят правильные понятия. Сделать это можно только на собственном примере. А когда малыш видит другое в жизни, давайте крохе объяснения, адекватные его возрасту. Вы наверняка сталкивались с чем-то подобным.

- *Обычная детская площадка в вашем городе. Несколько мальчиков лет пяти играют на горке, вольготно рассевшись на ступеньках. У них в руках... пустые бутылки из-под пива. Слышны их громкие, «пьяные» голоса: «Мы курим и пьем пи-и-и-во...» Затем они, демонстративно покачиваясь, спускаются со ступенек и, поддерживая друг друга, принимаются гулять по площадке.*

Сцена настолько меня поразила, что я решила выяснить, где их мамы, почему они никак не реагируют на эту игру. Оказалось, что их мамы и папы расположились в беседке... с бутылками пива. К сожалению, таких ситуаций встречается немало. Работая с детьми, наблюдая за их сюжетными играми, я сталкиваюсь с ребятами, которые часто видят, как их родные употребляют алкоголь.

Вот один малыш затевает игру «Я пью пиво» (как хорошо они копируют поведение взрослых!). И обязательно найдется еще несколько детей, которые поддержат эту игру. Почему? Потому что тоже знают, как ведут себя люди, употребившие алкоголь. Ребенок привыкает думать, что это - норма, что алкоголь - это хорошо, безопасно. К тому же мама и папа становятся такими веселыми, когда опустеет эта стеклянная бутылка! Значит, это еще и ужасно смешно и забавно...

Первое правило:

«Если хотите, чтобы у ребенка было здоровое отношение к алкоголю, прививайте эти нормы на своем примере».

- *4-летний Вася шел с мамой из детского сада. Вдруг он увидел человека, который еле волочил ноги. Держа в руках бутылку водки, он выкрикивал на всю улицу что-то оскорбительное. Мама крепче взяла Васю за руку. Ребенок посмотрел с тревогой на мужчину, затем на маму и спросил: «Мама, а кто этот страшный человек?»*

Даже если в семье приняты правильные нормы употребления алкоголя, все равно ребенок будет наблюдать неприятные сцены на улице. Порой они производят на детей сильное впечатление, малыш может испугаться. Но

искусственно ограждать от таких встреч с реальностью не стоит. Это хорошая возможность показать ребенку, «что такое плохо». Стоит рассказать малышу, что этот человек много выпил и сейчас он пьяный, поэтому на него и смотреть противно, и ведет он себя отвратительно.

Объясняя это ребенку, можно и нужно вводить понятия «алкоголь», «пьяный» (для обозначения особенностей поведения и внешнего вида), а также достаточно яркие определения своего отношения к происходящему. Хорошо, если вы будете говорить, не скрывая собственных эмоций. Для ребенка важны не только объяснения, но и ваше эмоциональное отношение к происходящему.

Сразу или немного погодя малыш обязательно задаст вам вопрос, что такое алкоголь. Конечно, в этот момент вы должны ему объяснить, не смущаясь и уж тем, более не ругая за то, что он спрашивает. Расскажите, что алкоголь - это то, что пьют, что он горький и довольно неприятный на вкус, особенно для детей. Назовите напитки, покажите в магазине, как они выглядят. В этих знаниях нет ничего дурного, как и в любых других.

Если же вы не ответите на его вопросы, ребенок будет стремиться найти ответы на них в другом месте, и кто знает, какую информацию он получит.

В течение нескольких недель после «столкновения» с темой алкоголя, на улицах обращайте внимание ребенка на явных алкоголиков с заплывшими лицами и в грязной одежде. Конечно, ситуация должна быть безопасной, чтобы эти люди не вступили с вами в общение. Но важно подкрепить отрицательное отношение ребенка к алкоголю.

Второе правило:

«Формируйте отрицательное отношение к алкоголю, используя чужие примеры».

✉ *4-летней Катя однажды стала обеспокоено расспрашивать маму, чем опасен алкоголь: «От него можно умереть? Какой напиток самый опасный? А в соке нет алкоголя? А ты, мама, не пьешь водку?» - вопросы так и сыпались, было видно, что девочка взволнована.*

Около 4-4,5 лет у детей активизируется интерес к теме смерти. В этот период ребенок уже накопил достаточно опыта, чтобы начать задумываться над тем, что все смертно. Он обдумывает эту тему, задает взрослым вопросы о болезнях и опасностях. В общем, малыш серьезно обеспокоен тем, что такое смерть, можно ли ее избежать ему и его родным, а если нет, то, как прожить дольше.

На фоне этого ребенок рано или поздно задаст вопросы, связанные с употреблением алкоголя. К этому моменту он накопил мнения взрослых о том, что алкоголь - это плохо, и теперь ему нужно узнать, насколько это плохо и опасно. Малыш должен получить ответы на все свои вопросы. Порой взрослые настолько смущаются разговаривать с ребенком на эту «щекотливую» тему,

что блокируют прекрасную воспитательную возможность сформировать нормы трезвости. Поэтому - долой ложное смущение!

Как построить разговор?

Отвечая на вопрос, ориентируйтесь на возраст ребенка, не говорите слишком много и длинно. Фразы произносите четко и медленно, поскольку информация, которую вы даете, чрезвычайно важна для ребенка, и в размеренном темпе лучше усваивается. Давайте ребенку верную информацию. Уже 4-летнему малышу можно сказать, что есть безопасное количество алкоголя, а есть опасное: «Знаешь, если выпивать редко бокал вина или пива, вреда не будет. А если пить много и часто - это опасно». Можно сравнить употребление алкоголя с лекарствами или, например, конфетами: «Если ты съешь три конфеты, все будет в порядке, а если очень много, то у тебя заболят зубы. Если выпить одну таблетку, она поможет выздороветь. Если же выпить много, то будет отравление». Не проявляйте в этом вопросе излишний максимализм. Ведь рано или поздно вы будете праздновать какое-нибудь событие, и на столе появится алкоголь. И если до этого вы убедили ребенка, что алкоголь - это яд в любых количествах, ваш малыш может получить серьезную травму, наблюдая, как вы этот «яд» употребляете.

Третье правило:

«Дайте детям достоверную информацию об алкоголе, когда их заинтересует эта тема».

☒ *Самая тяжелая ситуация для ребенка, когда кто-то из его родных страдает алкоголизмом. Еще тяжелее, если этот человек живет вместе с крохой. И самое скверное, если это мама или папа. Малыш, наблюдающий день за днем развитие болезни (а алкоголизм — это болезнь), пребывает в состоянии хронического стресса. Представьте дерево, растущее рядом с бетонным забором. Его ветки и ствол изначально деформированы в одну сторону. Такова жизнь рядом с алкоголиком. Вырастая и становясь взрослым, такие люди входят в группу риска по употреблению алкоголя, и лишь часть из них занимает непримиримую позицию, не позволяя себе употреблять ни капли. К сожалению, около половины «непримиримых» все же срываются и начинают неумеренно употреблять алкоголь.*

Основная рекомендация заключается в том, чтобы оградить малыша от дневного лицезрения того, как ведет себя пьющий человек.

Если алкоголик дедушка, дядя или другие родственники, живущие вместе с вами, постарайтесь использовать все возможности, чтобы поселиться отдельно. Да, квартирный вопрос в стране не решен, но не стоит опускать руки. Следуйте цели и ищите возможности ее достижения.

Я не призываю бросать родственников на произвол судьбы. Однако обычное развитие ситуации таково. Родные годами стараются убедить алкоголика начать лечение, дают ему «последние шансы», но все напрасно:

зависимый не желает признать своего состояния либо обещает, но обещаний не выполняет. А ведь контроль над зависимостью возможен лишь при условии признания человеком собственной проблемы и при желании бороться.

Поняв, что зависимый человек не желает предпринимать активных шагов к избавлению от зависимости, нужно спасать себя и детей.

Четвертое правило:

«Используйте любую возможность, чтобы жить отдельно от страдающего алкоголизмом».

**Только вы родители,
способны сформировать у своих детей
здоровое отношение к алкоголю,
дать ответы на беспокоящие ребенка вопросы.
Но как бы правильно и красиво мы ни говорили,
если реальное поведение расходится со словами,
малыш поверит тому, что видит,
а вовсе не тому, что декларируется.
Поэтому давайте следить за своим поведением.
Сила примера взрослого для малыша неоценима!**