

FITXA 5 COM PARLAR DE LES DROGUES AMB ELS FILLS PODEM PARLAR DE DROGUES AMB ELS FILLS?

Es clar que sí!

Només cal que busquem la manera i el moment adequat per fer-ho, aquestes fitxes poden ser una bona eina.

Perquè en família puguem parlar de drogues cal que:

- Creem un clima en la nostra família que faciliti la comunicació oberta, sincera i tranquil·la
- Dialoguem respectant les opinions i els raonaments dels nostres fills.
- Mantinguem la capacitat d'influència cap als fills.
- Coneguem el fenomen de les drogues sense perjudicis, ni dramatitzacions exagerades
- Tinguem unes nocions bàsiques i coneguem on adreçar-nos per ampliar les informacions, si cal.

DE QUNA MANERA HO PODEM FER?

- A través de comentaris o preguntes espontànies (aprofitant un programa de televisió, els missatges publicitaris o algun cas proper o conegut d'ús o abús).
- A través de converses més formals.
- La informació que donem als nostres fills ha d'estar adaptada a la seva edat, personalitat, experiències i grau d'informació prèvia.
- És important que no els despertem curiositat per aquelles drogues desconegudes. De vegades és molt útil preguntar-li què és el que coneix.
- Parlar de drogues amb els nostres fills no s'ha de convertir en un sermó.

És molt útil escoltar les seves opinions amb atenció i respecte, si ho aconseguim, provocarem:

- Una millora del clima de comunicació de la família
- Un augment de l'autoestima per part dels fills pel fet de ser tractats com a persones que tenen opinions que són considerades pels altres.
- Conèixer les idees i actituds dels nostres fills respecte el tema.
- Augmentar les possibilitats que els acords es compleixin, en sentir-se més implicats en la decisió.

-És important no censurar pensaments, ni que hi hagin temes tabú. Els pares i les mares hem d'estar disposats a escoltar opinions que no ens agradin. Això no vol dir que les acceptem, sinó que permetem que s'expressin sense "muntar un drama", ni adoptar actituds repressives (prohibicions, càstigs...)

QUAN S'HA DE PARLAR DE DROGUES AMB ELS NOSTRES FILLS?

Es pot afirmar, en general, que abans dels 10 anys no és convenient parlar de drogues ; el que cal sempre és potenciar l'autoestima i l'educació en valors; dels 10 als 14 anys es pot parlar de drogues legals (tabac i alcohol) i dels 14 endavant es pot abordar el tema de les drogues il·legals.