

Perusviestejä huumeista lapsille

Päivitetty 1.11.2011

Meitä aikuisia askarruttaa kysymys siitä, miten voimme estää lapsia tulemasta riippuvaisiksi päihteistä tai huumeista. Ongelmana pienten lasten kanssa eivät ole vielä niinkään huumeet vaan tupakka ja alkoholi. Huumeet tulevat usein vasta niiden jälkeen.

Tärkeintä on saada lapset asennoitumaan siten että päihteiden käyttöön ei liity mitään hienoa tai tavoiteltavaa. Tulisi pyrkiä siihen, että lapset omaksuvat luonnollisen suhtautumisen päihteisiin.

Mitä pienempi lapsi on, sitä vähemmän tulee puhua aineista tai niiden ominaisuuksista. Lapsen kasvaessa häntä tulee informoida päihteisiin liittyvistä riskeistä ja vaaroista. Kun lapsi joutuu tilanteeseen, jossa hän kohtaa päihteidenkäyttöön liittyvää uhkaa tai pelkoa, häntä rohkaistaan puhumaan kokemuksistaan. Lapsen kanssa puhutaan siitä, miten päihteet voivat vaikuttaa ihmiseen erilaisten seurausten - hyvien ja pahojen - muodossa sekä miten ihminen muuttuu ollessaan päihtyneenä. Lapsen kanssa voi puhua siitä, miten päihteidenkäyttö voi aiheuttaa muille perheenjäsenille häpeää, pelkoa tai vihaa laiminlyönnin, hylkäämisen tai pettymyksen takia.

Jo pienelle lapselle on tärkeää painottaa sitä, että hän ei saa lähteä vieraan mukaan eikä ottaa vastaan mitään vieraalta ihmiseltä. Lasta rohkaistaan suojelemaan itseään myös siten, että kavereiden tehdessä jotain hölmöä hän voi toimia toisin eli opetella vastustamaan ryhmäpainetta. Lasta kannustetaan harkitsemaan asioita itsenäisesti.

Omat vanhemmat tai muut lapselle läheiset ihmiset, kuten opettaja, terveydenhoitaja tai päivähoitaja ovat sopivia henkilöitä puhumaan lapselle päihteisiin liittyvistä asioista. Lasten kanssa puhutaan ja hänen kyselyihinsä vastataan luottamuksellisessa ja turvallisessa ilmapiirissä sekä mahdollisimman luonnollisissa tilanteissa. Puhutaan rehellisesti ja avoimesti lapsen kehitystaso huomioiden. Oma opettaja voi keskustella päihteistä opetustilanteen luonnollisena osana, jolloin opetus on jatkuvaa. Jos lapsi puhuu esimerkiksi koulussa kodin päihdeongelmista, keskustelut on tärkeä hoitaa kahden kesken. Lasta rohkaistaan puhumaan luotettavaksi kokemalleen aikuiselle.

Välitettäessä lapsille perusviestejä huumeista korostuvat mallit, jotka lapsi saa aikuisilta päihteiden käyttämisestä. Myös vanhemmuuden taidot korostuvat. Lapsen on tärkeä tuntee, että aikuinen huolehtii hänen hyvinvoinnistaan ja turvallisuudestaan. Vanhempien tulee tietää, missä ja kenen seurassa lapsi on. Lasta ei myöskään tarvitse laskea illalla ulos, vaikka muut menisivätkin. Lapsesta tulee välittää myös asettamalla selkeät rajat oikealle ja väärälle mutta myös antamalla hänelle vastuuta ja mahdollisuuksia tehdä omia valintoja. Korostetaan, että tupakka, alkoholi ym. eivät kuulu lapsen elämään.

Yhteiset säännöt ja yhteisvastuu luovat turvallisuutta. Vanhemmat voivat keskenään muodostaa päiväkotiryhmien tai luokkien sääntöjä lasten kotiintuloajoista, läksyjen tekemisestä, säännöllisistä ruoka-ajoista, kotibileiden valvonnasta ym. Vanhemmat voivat myös sopia ilmoittavansa toisilleen lastensa tekemisistä ja siten tukea toisiaan kasvatusasioissa.

Ehkä tärkein asia, miten voimme tukea lasta päihteettömään elämään, on lapsen itsetunnon vahvistaminen. Kun lapsi hyväksyytään omana itsenään, kun häntä tuetaan hyvin ihmissuhteisiin, harrastuksiin ja yksilöllisyyteen ja kun hän tuntee kuuluvansa johonkin, hänellä on hyvät mahdollisuudet selvitä ilman päihde- ja huumekeiluja.

VTM Annikka Taitto

lapsi- ja perhekonsultti

Päivittänyt:

Tuija Vilkkö

TtM, psyksh., kehittämiskoordinaattori

Kettutien erityispoliklinikka/Järvenpään sosiaalisairaala

Alkuperäinen julkaisu 20.12.2005

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/laheiset-ja-paihteiden-kaytto/perusviesteja-huumeista-lapsille>

