

# Izlazak, zabave, alkohol

Orijentacija za roditelje i staratelje

djece školskog uzrasta i omladine ispod 16. godine



## Pratiti i pružiti zaštitu

Mladi u starosnoj dobi odvajanja od roditeljske kuće traže svoj vlastiti identitet. Vi kao roditelji trebate pružiti podršku u traženju identiteta, u tom smislu da im dopustite i slobodan prostor, ali istovremeno da im date oslonac i skrovitost. Mladima je potreban sagovornik koji za njih ima vremena.

## Imati uticaja

Aktivno raspravljajte sa svojom djecom, pridržavajte se dogovorenog i budite spremni s vremena na vrijeme na nove pregovore. Kao roditelji morate omogućiti Vašoj djeci da osjete Vaše povjerenje, ali i oni moraju znati i osjetiti njihove granice. U zajedničkom životu sa Vašom djecom potrebno je da posjedujete određenu dozu smirenosti. Sljedeće stavke Vam mogu koristiti na tom putu i mogu Vam poslužiti kao pomoć.

Bliže informacije i pomoćna orijentacija na stranim jezicima možete da skinete sa stranice: [www.familienfragen.lu.ch](http://www.familienfragen.lu.ch)



KANTON LUZERN



Luzerner  
Lehrerinnen- und  
Lehrerverband



Fachstelle für Suchtprävention  
DROGEN FORUM TESSERSCHEWIZ



JaRL  
Jugendarbeit Region Luzern

Kampagne «Stark durch Erziehung» – Ein Projekt des Schweizerischen Bundes für Elternbildung SBE

## Izlazak

Kao roditelji/staratelji imate odgovornost, ali i obavezu i pravo da regulišete pravila izlaska kod Vašeg djeteta. Kod uspostavljanja dogovora pratite razvoj Vašeg djeteta, ne zaboravite na lično povjerenje prema Vašem djetetu. Moguća pitanja Vašem djetetu:

- Gdje ideš?
- Kako ideš tamo i kako se vraćaš?
- S kim se sastaješ?
- Kad se vraćaš kući?

## Zabave (parti)/priredbe

Parti i priredbe nude djeci i mladima značajnu priliku, da se sastaju sa djecom iste starosne dobi, da izgradjuju kontakte izvan kruga porodice i na taj način sami sebe kontrolišu. Pokažite interes za životni stil i svakodnevnicu Vašeg djeteta. To je mogućnost da i prilikom odvajanja djeteta ostanete u dobrom kontaktu s njim. Moguća dodatna pitanja:

- Ko organizuje priredbu?
- Gdje se održava priredba?
- Koliko dugo traje?
- Jesu li i odrasli s vama?
- Za koga je predviđena priredba?
- Kako i kad dolaziš kući?

### Preporuke:

- Dogovarjte se sa djecom i zahtijevajte od djece da se pridržavaju dogovorenog.
- Pokažite im na moguće posljedice ukoliko se ne ponašaju dolično.
- Kod ne pridržavanja dogovora ukažite im na posljedice.
- Pokažite interes za krug prijatelja Vašeg djeteta.
- Budite dostupni za Vaše dijete.
- U dogovoru predvidite i posebne situacije i dogovorite se za slučaj posebnih situacija.

## Vrijeme za izlazak

Kad bi trebali mladi poslije izlaska odnosno poslije zabave da se vrate kući? Dovoljno spavanja za

djecu i mlade je preduslov za njihov fizički i duhovni razvoj. Izmedju ostalog dovoljno spavanja je veoma važno za zdravlje djeteta kao i za rast i učenje djeteta. Uz to je važno za napomenuti da potreba za spavanjem nije ista kod svih mladih. Prosječna potreba za spavanjem kod mladih u starosti od 12 do 13 godina iznosi izmedju 9-10 sati, od 14. godine života 8-9 sati. Dnevni program (vrijeme ustajanja, put od kuće do škole, početak škole, put od škole do kuće i/ili poslijepodnevne porodične aktivnosti) su dalje značajni faktori na koje moramo imati obzira, prilikom dogovora o vremenu za izlazak.

### Preporuke:

- Dogovori moraju biti obvezujući.
- Prilagodite dogovor shodno zabavi/izlasku.
- Imajte obzira za ritam spavanja Vašeg djeteta.

## Sredstva užitka- i opojna sredstva

Iz zdravstvenih razloga je važno pravilno ophodjenje sa sredstvima užitka i opojnim sredstvima. Upravo u fazi mladosti ovo pripada procesu učenja a i razvoju djeteta. Konzumiranje opojnih sredstava u doba djetinjstva i u mladosti je štetno za razvoj, i Vi kao roditelj/staratelj morate imati uticaja na ponašanje djece u pogledu konzumiranja ovih sredstava, jer mladi kod kojih se roditelji brinu i imaju uticaja na ponašanje svoje djece kod izlaska, konzumiraju znatno manje legalna i nelegalna opojna sredstva.

### Preporuke:

- Informišite se sami ili zajedno sa Vašom djecom o opojnim i sredstvima užitka.
- Informišite Vaše dijete o dejstvu konzumiranja alkohola.
- Dogovorite se sa Vašim djetetom o konzumiranju alkohola i uzimanju drugih opojnih i sredstava užitka.
- Uputite Vaše dijete da nikada ne sjeda u automobil pijanog vozača/vozačice.

## Vrijeme koje Vam može poslužiti za orijentaciju

Dolazak kući u toku nedjelje, za vrijeme dok traje škola



Kod nas važi:

:

:

Dolazak kući u toku vikenda i za vrijeme raspusta



Kod nas važi:

:

: