

Co możesz zrobić, aby Twoje dziecko nie sięgało po narkotyki ?

Wchodzenie w uzależnienie

Wskazówki dla rodziców nastolatka

Co możesz zrobić, aby Twoje dziecko nie sięgało po narkotyki?

Znajdź wolny czas dla swojego dziecka. Wykorzystaj te chwile, aby jak najczęściej:

- okazywać dziecku ciepło i czułość,
- rozmawiać, nie unikać trudnych tematów,
- słuchać uważnie i nie lekceważyć jego problemów,
- służyć radą i być, kiedy Cię potrzebuje,
- nie oceniać i nie porównywać z innymi,
- nie wyśmiewać, nie krytykować,
- nie stawiać zbyt wysokich wymagań i pomagać uwierzyć w siebie,
- doceniać starania i chwalić postępy,
- być przykładem i autorytetem,
- uczyć podstawowych wartości, pamiętając, że ważniejsze jest co robisz, a nie co mówisz,
- poznawać przyjaciół swojego dziecka,
- zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko,

Sięganie nastolatków po środki uzależniające jest procesem. Proces ten składa się z poszczególnych faz. W każdej z opisanych poniżej faz warto zwrócić uwagę na symptomy mogące świadczyć o problemie dziecka.

I FAZA - eksperymentowanie W tej fazie uzależnienia pojawiają się drobne kłamstwa najczęściej dotyczące:

- spóźnień
- towarzystwa w którym przebywa dziecko
- miejsc gdzie wychodzi
- Zmiany w wyglądzie i zachowaniu:
- dziwny zapach włosów i ubrań
- nadmierne używanie środków zapachowych
- zaczerwienione oczy
- rozszerzone źrenice
- utrzymujący się katar

- wyraźna nadpobudliwość lub ospałość
- po powrotach do domu przemykanie niezauważonym do swojego pokoju

II FAZA - częstsze używanie - przyjemność ze stanu odurzenia

- znaczna zmiana środowiska - nowi koledzy
- złe nastroje dziecka - dziwne smutki, zamykanie się w sobie
- izolowanie się od rodzinnych spotkań, zamykanie się w pokoju
- zaniedbanie podstawowych czynności
- początki: agresywności oraz częste wyszukane kłamstwa
- porzucanie hobby i dotychczasowych zainteresowań
- podejmowanie pracy zarobkowej z jednoczesnym brakiem pieniędzy
- pogarszanie się ocen w szkole - wagiary
- posługiwanie się slangiem - szczególnie przez telefon
- agresja słowna
- pożyczanie pieniędzy, pierwsze kradzieże
- dziwny strój lub inne młodzieżowe symbole buntu
- częstsze przebywanie w łazience - zamykanie łazienki,
- zaniedbanie nawyków higienicznych

III FAZA – regularne zażywanie

- coraz gorsze zachowanie
- codzienne lub bardzo częste odurzanie się
- odurzanie się z kolegami lub samemu
- pojawienie się pierwszych przedawkowań
- zerwanie kontaktów z nie biorącymi kolegami
- jawne identyfikowanie się z narkomanami
- kłamstwo staje się patologiczne
- kradzieże lub handel narkotykami dla zdobycia pieniędzy
- porzucenie szkoły
- utrata stałej pracy - prace dorywcze
- konflikty z prawem
- kłótnie, bijatyki z domownikami
- początki przewlekłego kaszlu
- ogólne pogorszenie zdrowia
- objawy po odstawieniu narkotyku

IV FAZA zaawansowanie - biorę narkotyki żeby czuć się normalnie

- całkowite wyniszczenie organizmu (psychozy narkotyczne)
- chroniczny kaszel
- częste kłopoty z policją
- utrata pracy
- wybuchy wściekłości, agresja wobec najbliższych
- chroniczne depresje, wymuszające przyjmowanie narkotyku
- normalne samopoczucie tylko po wzięciu narkotyku
- paranoje narkotyczne
- zerowe poczucie własnej wartości
- myśli samobójcze