

Kako se boriti protiv narkomanije?

ZNANJEM! ANGAŽOVANJEM! VEŽBANJEM!

Šta mladi navode kao razloge za uzimanje nezakonitih droga i kako im vi možete odgovoriti – namenjeno roditeljima

“Neko je probao, pa sam pomislio/la da bih mogao/la i ja”

Pokažite vašu zabrinutost i preispitajte njihovu odluku. Pitajte ih da li su droge ispunile njihova očekivanja, i razgovarajte sa njima o riziku kojem se izlažu daljom upotrebom. Pokušajte da saznate da li su na to bili prisiljeni i objasnite im šta u toj situaciji mogu da urade, kome da se obrate - što može ubuduće da im pomogne da se adekvatnije suoče sa sličnom situacijom.

“Uvek sam želio/la da probam tu drogu”

Pitajte ih zašto im se baš ta droga učinila privlačnom, i šta su očekivali da postignu upotrebom te vrste droge. Pitanja kao: “Kako si mislio/la da će biti?” i “Zašto baš ta droga?” mogu uroditi plodom. Možda ćete moći da porazgovarate o tome da li su probali druge vrste droga, a u slučaju da jesu zašto. Kažite da ste zabrinuti zbog njihovog ponašanja, i pokušajte da ustanovite osnovna pravila ponašanja.

“Svi moji prijatelji su to radili pa sam pomislio/la... zašto da ne?”

Jasno im stavite do znanja kakav je vaš stav prema narkomaniji, i objasnite im zašto ne želite da oni budu u to upetljani. Pitajte ih da li su mislili da je bezbedno koristiti droge samo zato što su ih njihovi drugovi koristili. Objasnite im individualne razlike koje postoje u reagovanju na drogu.

Pitajte ih zašto su, po njihovom mišljenju, njihovi drugovi koristili droge i da li su upoznati sa razlozima zbog kojih se obično uzima droga. Razgovarajte o opasnostima prouzrokovanim eksperimentisanjem sa drogama. Možda je korisno da razgovarate o tome da je važno da je svako u stanju da odgovorno donosi sopstvene odluke, a ne da se povodi za društvom.

“Osjećao/la sam se dobro nakon upotrebe”

Pokušajte da saznate razlog radi kojeg je mlada osoba koristila droge. Saznajte kako su se osećali. Ovo je dobar trenutak da ponudite pomoć i testirate situaciju kako bi utvrdili da li možete za njih nešto da učinite, ili saznate da li žele da razgovaraju o nekom drugom problemu koji ih muči. Razgovarajte o tome da se neko može osećati dobro i sa manje izlaganja riziku. Ponudite im konstruktivna alternativna rešenja.

“Svi moji školski, porodični i životni problemi su nestali”

Ova izjava je šansa da se suoče sa drugim problemima koji muče vaše dete. Stavite im do znanja da i ako imaju problema, vi biste želeli o njima da razgovarate. Pitajte šta možete da uradite da bi se stvari poboljšale. Razgovarajte o tome da li su se problemi vratili kada su droge prestale da deluju. Jasno ispoljite svoja osećanja povezana sa opasnostima koje prate upotrebu droga. Izričito im stavite do znanja da želite zajedno sa njima da radite na pronalaženju boljeg načina rešavanja problema koji ih muče.

“Dalo mi je više pouzdanja”

Stavite im do znanja da ste zabrinuti i objasnite im da im nisu potrebne droge da bi se dobro osećali. Podelite sa njima svoja iskustva kada vam je bilo teško da se uklopite u društvo, i objasnite im šta je vama pomoglo da steknete više pouzdanja. To mogu biti i pozitivna i negativna iskustva. Time što govorite o vašim ličnim iskustvima, steći ćete veći kredibilitet kod mlade osobe. Razmotrite načine na koje možete da pomognete da se poboljša samopouzdanje vašeg deteta.

“Pa i vi ste koristili droge”

Na ovakvu izjavu treba da budete pripremljeni ako se ovo na vas odnosi. Treba da budete poštteni i otvoreni sa svojim detetom. Priznajte im da su nezakonite droge opasne, da bi vi sada doneli drugačiju odluku, i da ne želite da oni naprave istu grešku. Vi ste važan uzor ponašanja.

Zašto mladi ljudi probaju droge?

Često se misli da mladi ljudi koriste droge kada imaju problema kod kuće ili u školi. Međutim, postoje i mnogi drugi razlozi: pristupačnost droga i tolerantan stav ili stav ignorisanja prema njima; radoznalost, zabava, zelja da se bude prihvaćen od vršnjaka; bunt, depresija; potreba za relaksacijom; potreba da se savlada stres; dosada ili bol i patnja; potreba da se doživi vrhunac uzbuđenja ili naglo uzbuđenje;

Kada mladi ljudi probaju droge?

Ne postoje tačno utvrđena pravila o tome kada mladi ljudi počinju da isprobavaju razne vrste droga. Međutim, opšti trendovi ukazuju da konzumiranje konoplje počinje od ranog do srednjeg tinejdžerskog uzrasta, dok eksperimentisanje sa drogama kao što su ekstazi i amfetamini (spid) obično počinje od srednjeg do kasnog tinejdžerskog uzrasta. Adolescentni uzrast je, dakle, kritičan, ali...

Ne zaboravite da mnogi mladi ljudi nikada neće koristiti droge, ali i da će jedan deo njih da ih proba i na mnogo mlađem uzrastu.

Šta treba znati o drogama? Koja droga je najopasnija?

Najopasnija je prva droga.

Od čega zavisi kakvo će dejstvo na osobu droga imati?

Različite osobe donekle različito reaguju na istu drogu, ali i ista osoba može različito da reaguje na istu drogu pri svakoj upotrebi. Na reakcije utiču:

1. Vrsta droge
2. Količina i jačina droge
3. Način upotrebe
4. Telesna masa osobe koja koristi drogu
5. Da li je osoba ranije koristila tu vrstu droge
6. Stanje i raspoloženje osobe u vreme upotrebe
7. Okruženje u kojem se koristi (na zabavi s prijateljima ili sam)
8. Druge konzumirane droge (mešanje je vrlo opasno)

Šta je uvek isto?

Bez obzira na individualne razlike, za sve korisnike droga važi:

- **Brzo se postaje zavisnik.** Droga je podmukli prevarant. Najprije je izvor spokojsva, opuštenosti, zadovoljstva, osećanja moći i samopouzdanja da bi uskoro pokazala svoje pravo lice čudovišta koje je izvor telesnih i duševnih muka i od kojeg se više ne može pobeći. Sa drogom nema nazad. Svako ko krene u njen zavodljivi, varljivi zagraljaj ruši za sobom sve mostove. Narkomane čeka Midasova kazna (Midas je, prema mitu, kralj koji je poželeo da mu čitavo tijelo bude prekriveno zlatom da bi kad mu je želja ispunjena - umro).
- Zavisnici od droga su bolesnici od skoro neizlečive bolesti sa kojom se često povezuju i druge teške bolesti kakve su: rak, hepatitis, tetanus, SIDA.
- **Zavisnici od droga umiru mladi.** Droga je najmučniji način za maksimalno skraćanje života (najmučniji i najkraći put do smrti). Prema podacima kriminalističkih službi prosečan vek narkomana je 26 godina. Neki umiru sa 19, a veterani skoro nikad ne dožive četrdesetu.
- **Postaju nesrećni, prazni nesposbni da dožive zadovoljstvo.** Ko sa drogom kreće u pohod ka 'nebeskim zadovoljstvima' vrlo brzo ostaje jadan, prazan i napušten. Posle 'nebeskog zadovoljstva' vrlo brzo dolazi stanje kada se više nikakvo zadovoljstvo ne može da oseti, osoba postaje prazna i bezvoljna, a uzimanje droge postaje neophodno zbog pukog vegetiranja. Iluzija slobode se prebrzo topi i osoba se sudara sa nemilosrdnom istinom da je potpuni zatočenik nemilosrdnog vladara.
- **Postaju bezlični slabici.** Kod svih zavisnika, bez obzira na to koliko su jake ličnosti bili, dolazi do fizickog, duhovnog i moralnog propadanja, do raspada ličnosti. Romantični heroji odreda postaju bezlična, bezvoljna, bezkarakterna stvorenja spremna na sve: da lažu svoje najbliže i najdraže, da izdaju prijatelje, da se ponižavaju pred svakim. Droga je jedina vrednost u njihovom životu i čitav njihov život se svodi na razmišljanje o njoj, na potragu za njom i na njeno korišćenje.
- **Društveno su nepoželjni.** Nemaju društveni život osim druženja sa drugim korisnicima droga koji su nepouzdana prijatelji. Ljudi koji teže uspehu ne žele da budu povezani sa narkomanima, a i većina žena i muškaraca ne želi da izlazi sa korisnicima droga.
- **Imaju finansijske probleme.** Droga je skupa i da bi je kupili korisnici potroše sav novac koji imaju, čak i onaj potreban za hranu njihove porodice, a zatim dolazi na red i sve ostalo iz kuće što može da se unovči.
- **Narkomani često postaju i kriminalci - rasturači droga.** Da bi došli do novca koji im u našim uslovima brzo ponestane, zavisnici od droga počinju i sami da rasturaju drogu, da krađu i time stupaju u red kriminalaca.

Dodatne opasnosti pri nabavci i upotrebi droga?

Sve navedene droge su nezakonite. Njihovom kupovinom i prodajom dolazi se u sukob sa zakonom, odnosno, postaje se učesnik u kriminalnim radnjama i izlaze se opasnosti od dospevanja u zatvor.

Ni jedan korisnik nikada ne može biti siguran u to šta koristi jer se promet drogama odvija ilegalnim kanalima tako da čistoća i jačina droge nikada nije zagarantovana, odnosno, nikad nije poznato sa čime je droga pomešana.

Korišćenjem i pozajmljivanjem već upotrebljene igle postoji velika mogućnost za dobijanje hepatitisa B, C, tetanusa i SIDE.