ОСПОСОБЉАВАЊЕ РОДИТЕЉА ДА ПРЕПОЗНАЈУ ЗЛОУПОТРЕБУ ДРОГА

Весна Томић¹

MAKING CAPABLE OF PARENTS TO RECOGNIZE DRUG ABUSE AMONG CHILDREN

Vesna Tomić

Сажетак

Алармантни подаци о порасту броја младих који злоупотребљавају дроге и започињу са тиме све раније довољни су разлози за хитну интервенцију у заједници.

Циљ рада је практичне природе да се скрене пажња родитељима како да се баве овим проблемом уколико до њега дође у породици и како могу да то препознају у пракси. Рад је структуриран кроз следеће целине:

1. промене породичне структуре и динамике интерперсоналних односа;
2. супротстављање социјалном притиску вршњака за пробање дроге;
3. примање и пружање социјалне подршке заједници.

Мотиви због којих млади експериментирају са дрогом или је континуирано злоупотребљавају су бројни и по природи хетерогени. Свакој од тих погрешних одлука доприносе родитељи на директан или индиректан начин кроз: неразумевање, немање времена за дете, несналажење у родитељским обавезама и одговорностима, незнање о проблемима наркоманије.

У закључку наводимо да је, поред предлога мера за детекцију проблема наркоманије, предложен и план едукације родитеља за школску децу.

Кључне речи: родитељи, дрога, комуникација, социјални притисак.

Summary

The facts about increasing drug abusing among adolescents and beginning with this addict at less ages demands urgent intervention in the community.

The aim of this paper is to give practice recommendations for parents and make them capable to recognize potential problem abusing drugs in family. This paper is organized through three wholes off:

1. changing structure and dynamics of interpersonal relations,
2. opposite social pressure of same age children,
3. social support in the community.

The number of motives of drug abuses are numerous and different. In every of this wrong making decision parents participate through: not understanding the youth, having no time for talking with children, don't knowing how in parents obligations and responsibilities.

In the conclusion emphasized it will be behind recommendations for detecting problem will be suggested the plan for education of parents in schools.

Key words: parents, drug abuse, communication, social pressure.

¹Др сц. мед. Весна Томић, социјални психолог, Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“, Београд, Србија.

ПРОБЛЕМ

Пораст броја младих који злоупотребавају дрогу, као и све нижи (млађи) узрасти на којима се то започиње и/или наставља, алармантне су чињенице и подаци надлежних институција.

Анализа тих података указује да су здравствене установе чији је приоритет превентивна делатност у знатној мери затајиле у вршењу својих основних функција – превенцији болести зависности.

Социјалнопсихолошке околности у заједници које директно и индиректно промовишу агресивну и нетолерантну комуникацију кохерентне су са ставом о минимизирању улоге породице, што олакшава да дрога нађе пут ка младим нараштајима.

У третирању проблема злоупотребе психоактивних супстанци на превентивном нивоу мало је шта ново. Одавно се зна да је и економски и медицински најисправније и најефикасније улагање у програмски здравственоваспитни рад. Оно што је ново у проблемима наркоманије су:

- дисперзија психоактивних супстанци преко интернета и социјалних мрежа – нови начини њене дистрибуције;
- нове су поједине синтетичке врсте дрога.

Најчешће предрасуде у заједници које прате овај проблем су: да дрога не ствара зависност; да улепшава доживљај; да побољшава квалитет живота – све три у супротности са реалношћу и фаталним исходом који дрога најчешће има за последицу.

УВОД

Иако се чини да су сва знања лако доступна и распрострањена у заједници, у пракси то није случај, што демантује распрострањеност злоупотребе дрога. Листа разлога због којих млади експерименту са дрогом или наставе да је користе је

неисцрпна, а могуће је груписати на следећи начин:

1. Једна група потиче из породичне средине и односи се на неодговарајућу структуру и динамику интерперсоналних односа у њој, презаузетост родитеља да се баве својом децом, недовољно знање родитеља да препознају промене у понашању деце, „психичко слепило“ родитеља за проблем злоупотребе психоактивних супстанци, зазирање од става околине по том питању.
2. Друга група односи се на неке развојне особености младих које погодују за експериментисање са дрогом: несигурност, неразвијено самопоуздање, потреба за идентификацијом са вршњацима, социјални притисци вршњака, жеља за постизањем задовољства, одржавање социјалних интеракција са вршњацима који експерименту са дрогом, жеља за променама, неразвијена одговорност за поступање.
3. Трећу групу чине фактори ширег социјалног окружења – заједнице: негативни модели понашања, губитак традиционалних вредности, губитак ауторитета институција, злоупотреба интернета и социјалних мрежа, промовисање насилне комуникације.

Злоупотреба дроге међу младима највише угрожава преадолесцентну и адолесцентну популацију са кризом или конфузијом идентитета, а болест названа „бела куга“ постала је опасна епидемија које дрогама некритички додељује ореол модерног мита. Та социјална реалност увела је у свет субкултуру (антикултуру) наркомана који имају своју филозофију, језик, „хедонистичко слављење живота“, тиранију култа сада и овде, што брже и безбрижније. А суштина проблема је сасвим супротна.

У покушајима да нађе себе, адолесцент има потребу да се идентификује са референтном групом у којој доживљава могућност

гратификације. Удруживањем са осталим вршњацима у групу млада особа стиче и осећање самопоштовања. У групи они изграђују сопствене нормативе и стандарде понашања. Имају слична интересовања и интерна мерила која се разликују од мерила и морала њихових вршњака. Многи међу њима су свесни чињенице да то није прави пут ка социјалној афирмацији, али сматрају да је то привремена, импровизирана егзистенција из које ће једног дана када буду желели они изаћи и наставити реалним путем да изграђују своју егзистенцију.

ФАКТОРИ РИЗИКА И НАРКОМАНИЈА

Уочљиви су неки општи трендови у старосној и социјалној структури младих корисника као и модалитети употребе дрога код нас:

- свакодневно расте број корисника дроге и број наркомана, али и број малолетника међу њима;
- старосна граница првог контакта са дрогом помера се на све ниже, према старијим основношколским узрастима;
- старосна граница се спустила и за редовну злоупотребу дрога;
- социјална структура корисника се шири и дрога продире у све социјалне кругове;
- развијају се политоксикоманије – млади користе различите супстанце (лекове, алкохол) које комбинују са дрогом;
- расте број малолетних делинквената због прекшаја у вези са дрогом;
- деца су та која дилују дрогу, по налогу старијих, јер не подлежу санкцијама.

Фактори ризика за злоупотребу дрога су чиниоци који су у корелацији са већом могућношћу злоупотребе дрога. Кроз бројне социјалне интеракције различитих нивоа и степена сложености могуће је издвојити факторе ризика кроз:

- Друштвене факторе: економска криза, морална криза, промовисање негативних вредности, социјална изолованост, дезорганизација заједнице, доступност дроге.
- Породичне факторе: поремећена структура и динамика међуљудских односа у породици најшире схваћених; агресивна комуникација.
- Школски фактори: лош успех у школи, честа изостајања, асоцијативно понашање;
- Фактори ризика у личности: недисциплина, незреле одлуке, толерантан став према дроги, алкохолу, непостајање отпорности на социјалне притиске вршњака.

Познавање фактора ризика је пут за идентификацију циљаних група за превентивне интервенције. Колико год озбиљно анализирали факторе ризика и утицај културе у порасту броја младих који злоупотребљавају психоактивне супстанце, кључна је улога родитеља и породице у моделима система вредности, ставова и шема понашања са којима се млади идентификују.

У том контексту пружићемо практичне препоруке за деловање родитеља у два главна правца превентивног деловања:

- Како да препознају код свог детета да злоупотребљава дрогу.
- Како да помогну детету да развије вештину јачања отпорности на социјалне притиске вршњака.

Проблеми са којима се млади суочавају у животној реалности могу се поделити на:

1. Проблеме сопственог идентитета – проблеме проналажења себе.
2. Проблеме оријентације у социјалној средини.
3. Социјалне притиске вршњака.

Већина младих стиче информације о дрогама ван своје куће, ван породице.

Углавном се информишу од вршњака и преко социјалних мрежа. Родитељи могу да имају страх од тога да ће, уколико разговарају са својом децом о дрогама, подстаћи их да са њима експериментишу. Тај страх је нереалан, јер разговор у ситуацији поверења неће их мотивисати на погрешан избор. Предрасуде, заблуде и ограничења родитеља не смеју да буду изговор за одговорно обављање својих улога.

АКТИВНОСТИ У ПОРОДИЦИ КОЈЕ ПОМАЖУ ПРЕВЕНЦИЈИ ЗАВИСНОСТИ

Понекад родитељи осете да могу утицати врло мало на то да се њихова деца уздрже од употребе цигарета, алкохола, дрога. Они обично реагују на израз бриге око злоупотребе дрога. Оно што родитељи могу да учине је да створе пријатну и љубављу испуњену атмосферу у свом дому и да подрже неке породичне вредности и активности које доприносе превенцији.

1. Нека чланови ваше породице знају да их волите и у породичном амбијенту имају сигурност. Када се јави неки од проблема у породичној динамици, не осуђујте дете због неадекватног поступка или понашања, већ му до детаља објасните у чему греша.
2. Имајте времена за своје дете (децу) – уведете у различите активности кроз које ћете му понудити конструктивне начине да користи своје време.
3. Контролишите и ограничите детету гледање телевизије, седења на интернету и друштвеним мрежама.
4. Разговарајте са децом о систему вредности – о ономе што је прихватљиво или неприхватљиво као стандард понашања.
5. Контролишите своје дете са ким се дружи, како и колико. Нека ваша породица буде отворена за вршњаке вашег детета и њихове родитеље.

6. Прилагодите своје понашање према особама из за вас социјално референтног круга. Испољите бригу, помоћ и подршку за остале чланове породице – посебно старе и болесне.

7. Разговарајте отворено о болестима зависности – посебно алкохолу, дрогама и дувану. Забраните им да их користе и детаљно објасните зашто.

8. Анализирајте како ваше понашање утиче на вредносни систем вашег детета – деца уче имитацијом, идентификацијом и по моделу од својих родитеља различите облике понашања. Ускладите, ако то није случај системе вредности оба родитеља, да не би један причао једно, а други друго, чиме ће дете бити у забуни и унутрашњем конфликту које вредности да усвоји.

9. Промовишите здраво и одговорно понашање – кроз различите активности понудите свом детету да се бави спортом, музиком или читањем књига, не интернета. Да бисте развијали његову одговорност, поверите му неке редовне обавезе у кући. Правила понашања и одговорност у случају њиховог кршења морају да буду унапред познати и трајни.

10. Научите све што треба да знате о дрогама и алкохолу – отворено забраните њихову злоупотребу у кући и ван ње.

11. Подстичите сигурност и самопоуздање свога детета, чиме ћете индиректно деловати и на формирање његовог самопоштовања.

12. Научите га да критички мисли – прима и обрађује информације.

13. Контролишите своје понашање које је модел за формирање ставова и понашање детета.

ПРЕПОРУКЕ ЗА РОДИТЕЉЕ КАКО ДА ПРЕПОЗНАЈУ ДЕТЕ КОЈЕ ЕКСПЕРИМЕНТИШЕ СА ДРОГОМ

Први корак који родитељи треба да предузму ако посумњају да њихово дете злоупотребљава дрогу јесте да консултују стручњаке за ту проблематику у референтним здравственим установама.

Родитељи који игноришу овај потенцијални проблем чине то углавном из два разлога: недовољно знање или незнање о проблему наркоманије и други је „психолошко слепило“ – отпор изазван психолошким факторима да се суоче са проблемом које има њихово дете.

Практични савети који би могли да им олакшају препознавање експериментисања или злоупотребе дрога у смислу његовог препознавања су:

1. Промењен, занемарен изглед детета различит од претходно уобичајеног.
2. Проширене зенице, несконцентрисан поглед.
3. Дуги периоди неуредног спавања и слабије исхране.
4. Склоност учесталим конфликтима у кући и у школи.
5. Повећана активност и ексцитираност.
6. Говорљивост, еуфорија, узбуђеност.
7. Слаба концентрација пажње у комуникацији.
8. Агресивна, насилна комуникација када проблем не може да реши.
9. Незаинтересованост за збивања око себе.
10. Промењен круг непосредног социјалног окружења.
11. Необјашњиво трошење или губитак новца.
12. Пад у школском успеху и постигнућу у школи.
13. Учестали одласци од куће.

14. Поремећени интерперсонални односи у школи и кући.

15. Неоправдани изостанци у школи.

16. Малолетничко, делинквентно, криминогено понашање.

Наведени су делови репертоара у промени понашања које родитељи треба и могу да уоче код своје деце, као могућност да они злоупотребљавају психоактивне супстанце.

Поред наведених, родитељима треба скренути пажњу на суштину проблема наркоманије, а то су: да је то стање привремене или трајне интоксикације организма узроковано поновним уношењем дроге (природне или синтетичке). Њене карактеристике су следеће: неодољива жеља да се настави са узимањем дроге и да се она набави по сваку цену; тенденција да се повећа доза, стварање психичке и физичке зависности од дроге.

ПРАКТИЧНИ САВЕТИ ЗА РОДИТЕЉЕ

1. Комуницирајте са децом – основу квалитетне комуникације са децом чини поверење које је једини реални капитал за све врсте међусобних односа које са њима изграђујете. Комуникација са децом треба да буде отворена, јасна, експлицитна у изношењу ставова и вредности. Разговарајте са њима о свему: постављајте им питања о свему – учењу, вршњацима, како се друже, а онда их пажљиво саслушајте шта имају да вам кажу или вас питају. Одговорите им на свако постављено питање. За ову врсту активности потребно је само да родитељи одвоје време и то сваког дана. Укратко: пажљиво их слушајте, обавезно их охрабрујте и подржавајте, критикујте са објашњењима, наводите им примере позитивних узора (модела), пратите његову невербалну комуникацију, реагујте разборито, не импулсивно.

2. Обучавајте дете да критички размишља и одупре се штетном социјалном притиску вршњака – један од разлога широке распрострањености дрога је тај што знатан број вршњака дилује дрогу. Окружење врши социјални притисак кроз нуђење дроге, а уколико се одбија крећу са исмејавањем детета, психолошким малтретирањем и искључивањем из социјално референтне групе вршњака. То представља проблем за младе који желе и да припадају референтној групи и да се социјално афирмишу. Оспособите их на време да критички мисле, цене индивидуалност, да избегну ризичне ситуације, да цене себе и своје одлуке.

3. Контролишите дететове социјалне контакте – та врсте контроле односи се како на круг пријатеља са којима се дружи свакодневно тако и на контакте које остварује путем социјалних мрежа. Ако сумњате да неко дете има негативан утицај на ваше, проверите га, а онда о њему отворено разговарајте са вашим дететом. Ограничите детету време вечерњих излазака, време које ће провести испред телевизора и време које ће проводити на компјутеру или телефону.

4. Оспособите дете да самостално одлучује и да за своје одлуке сноси одговорност – с обзиром на развојне карактеристике адолесценције, њихове жеље и потребе, постепено им дајте све већу слободу у процесу доношења одлука који је кључан за иницирање понашања. Разговарајте са њима о процесу како су дошли до одређене одлуке и јасно укажите на потенцијалне последице коју та одговорност носи са собом. Испољите стрпљење у комуникацији са њима када је одлучивање у питању, не намећите им своје мишљење и савете.

5. Пренесите деци потребне информације о дрогама – сигурно је да им нећете о томе држати трибине и предавања, него је најефикасније да о томе са њима

разговарате у форми питања и одговора. Увек им наводите добре, позитивне примере из ширег социјалног окружења. Будите јасни у манифестовању става забране да експериментишу са дрогом.

6. Помозите детету да развије самопуздање и самопоштовање – за развијање отпорности на социјалне притиске у развоју личности детета кључни су самопоуздање и самопоштовање, које је могуће развијати похвалама и подршкама за оно што ураде у свакодневним активностима. Подстицање развоја сопствених капацитета један је од начина за ефикасно суочавање са стресним ситуацијама у које свакако спада и социјални притисак вршњака. Он се сматра стресором за онога ко трпи притисак, не жели да ми подлегне, а познате су му санкције које следе – међу којима је кључна искључивање из социјално референтног круга вршњака. Децу треба хвалити експлицитно и пред осталим члановима породице за сваки мањи успех или обавезу коју испуни. Децу је могуће казнити за учињени прекршај уз објашњење зашто се то ради, али их никако не треба омаловажавати и потцењивати.

7. Контролишите себе и своје поступке – задржите контролу у изненадним, провокативним ситуацијама потенцијалног конфликта са дететом. Немојте дозвољавати негативним емоцијама и бесу да вас преплави. У конфликтним ситуацијама инсистирајте на отвореној комуникацији и проналажењу компромисног решења. Преиспитајте своје личне и породичне ставове и вредности. Веома је важно да родитељски пар има кохерентан и конзистентан систем вредности, а не да буде један родитељ удара у клин, други у плочу. Таква ситуација инкомпатибилних вредности може у детету да изазове интрапсихички конфликт, па да тако ситуационо изазвано дете скрене у ризично понашање.

8. Промовишите у породици здравље као вредност и здраве облике понашања у свакодневном животу – нека они буду избор као начин живота ваше породице. Децу треба укључити у што већи број школских и ваншколских активности: од спорта и рекреације до различитих секција. Не мора оно да буде најбољи у групи, већ је битније да развија сарадњу и добије подршку када је то потребно. Научите децу да је важно да имају свој џепарац и да о њему самостално брину и распоређују га. Када постану довољно зрела, подстицати их да до новца новца самостално дођу кроз хонорарне послове.

9. Учествујте у превентивним напорима школе – у свему ономе што се тамо организује будите активни, пратите и размењујте информације са осталим родитељима.

10. Обратите пажњу на квалитет социјалних интеракција вашег детета са његовим вршњацима – континуирано са дететом разговарајте о односима између полова, развијању и неговању другарства и пријатељства. Покажите личним примером да су квалитет међуљудских односа и пријатељи нешто што се мора неговати, ценити и одржавати током целог живота. Објасните разлике између стварног и виртуелног света који се данас нуди.

11. Научите дете да се суочава са стресним ситуацијама и да су оне делови свакодневне праксе. Посебно му посветите пажњу и разговарајте на тему конфликта у интерперсоналним односима и начинима за њихово превазилажење. Не дозволите у неком од адолесцентних проблема да посежу за дрогом мислећи да ће им она решити свакодневне проблеме у кући или школи.

12. Оспособите да позитивно размишљају и креативно решавају проблеме, а не да одустају чим се неки од њих појаве или да не прибегавају „помоћним

средствима“, за које мисле да ће им подићи расположење и одагнати проблем.

13. Оспособите личним примером децу да читају књиге и да о њима развијају критичко мишљење.

14. Запамтите да је ваша улога у одабиру како ће ваше дете живети кључна у свим узрастима вашег детета, иако је добро позната чињеница да је трговина и дистрибуција дрога у делатности организованог криминала. Будите свесни своје васпитне обавезе и улоге у животу детета!

ЗАКЉУЧНО РАЗМАТРАЊЕ

Резултати у лечењу наркоманије истичу у први план превентивни приступ у решавању овог проблема. Превентивне мере заснивају се на упознавању људског понашања – на упознавању психолошких потреба младих и откривању узрока који леже у основи пораста наркоманије. Стварање већих могућности за младе на слободним – спортским или дугим активностима корак је у добром правцу. Не мање значајно је постепено мењати систем вредности који је традиционалан заменио виртуелним, широко провокативним.

На нивоу заједнице напори друштва би били усмерени на заштити личности од могућности да дође у контакт са дрогом. Када се зна да је трговина дрогама у ресору организованог криминала, јасно је да је у томе улога полиције и свих осталих институција од пресудног значаја.

Улога медија, писаних и електронских, јесте у томе да нуде позитивне моделе угледних јавних личности, а не лечене наркомане који анимирају публику према новокомпонованој методологији формирања јавног мњења кроз рејтинге. Не треба губити из вида, као што је то већ помало случај, да се знатан број ХИВ инфицираних регрутује управо из популације наркомана, хомосексуалаца и проститутки.

Страх који се покушава наметнути у професионално одговорној јавности да се негативно етикетају поједини делови популације тиме што се зна да се велики

број наркомана регрутује из разведених породица, па се као они негативно етикетају је сасвим без смисла када је струка у питању.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антонијевић М., Букелић Ј. Наркоманије младих. БИГЗ, Култура, Београд, 1970.
2. Бацковић А., Мугоша Б. и сар. Превенција наркоманије. Уницеф, Подгорица, 2000.

3. Букелић Ј. Дрога – мит или болест. Завод за уџбенике и наставна средства, Београд, 1981.
4. Ђокић Д. Заштитите своје дете од дрога. Институт за заштиту здравља Србије, Београд, 2000.

Контакт: Др сц. мед. Весна Томић, социјални психолог, Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“, Београд, Србија.