

Едукативни филм „Супстанцу на дистанцу“

{youtube}https://www.youtube.com/watch?v=Tdhd2eit1ys{/youtube}

Превенција злоупотребе алкохола и дрога код младих

Велики број тинејџера се нађе у ситуацији да испроба цигарете, алкохол и дроге. Млади људи веома лако постоју зависни од употребе супстанци, које утичу на њихов живот и понашање. Свака опојна супстанца која употребом ствара физичку или психичку зависност, води у токсикоманију.

Млади злоупотребљавају алкохол и дроге из бројних разлога:

- желе бити део неке друштвене групе, да се не разликују од вршњака,
- из радозналости, свиђа им се утицај супстанци,
- желе да изгледају старије, мисле да се тако лакше уклапају у свет одраслих,
- забрањено доживљавају узбудљивим.

Злоупотреба алкохола и дрога код младих особа, води до различитих проблема у обављању школских обавеза, губитка пријатеља, проблема са родитељима и проблема са законом. Постоји ризик и од других болести, осим стварања болести зависности (полно преносиве болести, инфекције вирусом хепатитиса и ХИВ-а).

Тинејџери углавном сматрају да немају проблем ако једном или повремено, злоупотребљавају алкохол или дроге. Чак и повремена злоупотреба може узроковати озбиљне здравствене проблеме, као што су предозирање или оштећење мозга, стварање психичких поремећаја и обољења.

Који су знаци злоупотребе супстанци:

- Промене у понашању – слабљење успеха у школи, и уопште интересовања за учење или неке друге активности; изолација и осамљивање од укућана и од пријатеља; проблеми у комуникацији са вршњацима, изостајање са наставе.....
- Промене у изгледу – црвене очи и хроничан умор, као и одсуство мотивације су најчешћи знаци злоупотребе марихуане; проширене или сужене зенице, испуцале усне, мршавост и немарност у облачењу, трагови убода.
- Промене у физичком и психичком функционисању – лошије здравствено стање, хроничан умор, дрхтање руку и тела, несигуран ход, обољења унутрашњих органа; апатија, интелектуално осиромашење, смањивање радних способности, развијање психичких поремећаја и обољења, деликвентно и насилничко понашање.
- Промене у породици – мањак интереса за породичну заједницу; одуствовање из куће, нови пријатељи, конфликти са родитељима, сукоби са законом.

Шта се може учинити?

Најбоље је спречити сваку злоупотребу алкохола и дрога, а то представља велики проблем и родитељима и образовном систему.

У породици је важно да деца имају развијене здраве животне навике, позитивне примере од родитеља и више спортских и физичких активности. Важно је напоменути да све почиње и завршава искреним разговором: родитељи треба у раном узрасту да причају са децом о томе какво понашање очекују од њих, да буду доступни за све промене које тинејџер доживљава у бурном периоду адолесценције, као и да у породици постоје јасна правила – похвале и награде за добро понашање и успех, и разумне казне за лоше понашање.

У школи је важно да се кроз различите едукативне и спортске програме, код тинејџера промовишу здрави животни стилови, указује на штетне последице злоупотребе алкохола и дрога.

ИЗАБЕРИ ЖИВОТ