**Dlaczego młodzi ludzie sięgają po narkotyki?**

 Dane z badań diagnostycznych przeprowadzonych wśród polskiej młodzieży, dotyczących sięgania po środki odurzające, dają jednoznaczny obraz, że większość nastolatków na szczęście nie sięga po narkotyki lub też eksperymentowanie z nimi kończy na jednej próbie podjętej z chęci zaspokojenia własnej ciekawości.

 Powody, dla których dzieci i młodzież skłania się do spróbowania, potem regularnego zażywania substancji odurzających są bardzo różne i jednocześnie bardzo proste. Za każdym razem mogą być inne do najczęstszych jednak należą:

        Ucieczka od problemów

Młodzi ludzie sięganie po środki odurzające traktują jako ucieczkę od trudnej dla nich rzeczywistości. Uważają, że jest to sposób na poradzenie sobie z problemami rodzinnymi i w szkole, trudnościami w relacjach z rówieśnikami.

* Ciekawość

Ciekawość jest naturalną cechą dzieciństwa i młodości, jest warunkiem jego rozwoju. Czerpiąc z różnych źródeł informacje na temat efektów, jakie wywołują narkotyki, chcą spróbować, jak to będzie w ich przypadku.

* Chęć przystosowania się do grupy

Branie narkotyków, picie alkoholu jest niekiedy ceną, którą płaci się za przynależność do grupy, akceptację ze strony kolegów. W sytuacji, gdy ich koledzy eksperymentują z narkotykami, przeciwstawienie się presji grupy może oznaczać odrzucenie.

* Nuda

Brak atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego, brak zainteresowań, poczucie nudy często skłaniają młodzież do sięgania po różne środki odurzające, które w ich przekonaniu są bardzo atrakcyjną formą wypełnienia czasu i poradzenia sobie z uczuciem znudzenia.

* Poczucie pewności siebie w sytuacjach społecznych

Charakterystyczną cechą młodego człowieka jest poczucie niepewności w sytuacjach społecznych i kontaktach towarzyskich. Niektórzy widzą w substancjach odurzających sposób na dodanie sobie odwagi i pewności siebie w relacjach z rówieśnikami, które są ważnym elementem w ich życiu.

* Poczucie pobudzenia, chęć przeżycia czegoś nowego, nadzwyczajnego

Chęć przeżywania natychmiastowej przyjemności, euforii, przy małym zaangażowaniu i wysiłku jest konsekwencją konsumpcyjnego nastawienia młodych.

 **Czy to już uzależnienie?**

 Kiedy zaczyna się problem uzależnienia, czy to już po pierwszym spróbowaniu, czy dopiero po dziesiątym? Trudno odpowiedzieć na to pytanie. Każdy organizm inaczej reaguje na substancje / alkohol, nikotynę, narkotyki /, różne są też powody dla których ludzie po nie sięgają. Przyjmuje się, że najszybciej uzależnia się ten, kto za pomocą substancji odurzających próbuje sobie radzić z jakimś problemem i przez pewien czas wydaje mu się, że narkotyk mu w tym pomaga. Obserwacja rozwoju uzależnienia, pozwoliła na wyodrębnienie czterech podstawowych faz. Dzięki nim można zauważyć cechy charakterystyczne osoby zażywającej substancje odurzające.

**Faza I**- rozpoczyna się zwykle w czasie towarzyskiej imprezy lub spotkania. Po raz pierwszy wypalony papieros, wypity alkohol czy też pierwsza porcja amfetaminy dla towarzystwa nie zapowiada jeszcze uzależnienia. Jest to jednak ważny okres, w którym nastolatek zapoznaje się z działaniem narkotyków, uczy się jak należy je stosować, aby osiągnąć określony efekt oraz jakie potrzeby może za ich pomocą zaspokoić. Jeżeli np. pierwszy papieros marihuany ułatwił mu dostęp do grupy, przyniósł akceptację kolegów, pomógł rozluźnić się i dobrze bawić, istnieje duże prawdopodobieństwo, że przy następnej tego typu okazji również będzie chciał skorzystać z „ pomocy” tego środka. W tej fazie trudno jest rozpoznać, czy ktoś bierze narkotyki, czy nie. Jedynym sposobem jest przyłapanie początkującego na gorącym uczynku lub też znalezienie dowodów: zapach alkoholu, dym z papierosa lub marihuany, papierosy, tabletki, malutkie woreczki z białym proszkiem, wysuszone listki przypominające natkę pietruszki. Pojawiają się pierwsze drobne kłamstwa.

**Faza II**-rozpoczyna się poszukiwanie narkotyków. Początkujący nie czeka na specjalne okazje, kiedy będzie mógł zażyć środek, sam organizuje takie sytuacje. Poznaje ceny, miejsca i osoby, od których może je nabyć. Nauczył się, że za pomocą odpowiedniej dawki środka odurzającego może poprawić swoje samopoczucie, kiedy tylko zechce. Powoli cały jego czas i aktywność organizowane są wokół poszukiwania narkotyku i jego zakupu. Wzrasta częstotliwość zażywania i rozpoczyna się prowadzenie podwójnego życia. Chcąc zabezpieczyć się przed interwencją rodziców, opiekunów czy znajomych, uczy się kłamać, oszukiwać i kraść, pojawiają się pierwsze konflikty z prawem. Na pozór jest zgodnym dzieckiem, jeszcze dobrym uczniem. Dobry obserwator potrafi uchwycić, mimo maskowania /zmiany ubioru, nadmiernego stosowania środków zapachowych – dezodorantów, kadzidełek, gumy do żucia /zmiany w zachowaniu

i wyglądzie nastolatka. Zmienne nastroje - okres bierności i wycofania przeplatany jest nagłą aktywnością, wybuchem agresji lub złości. Jest bardzo drażliwy, wyczulony na swoim punkcie z powodu strachu przed wykryciem. Coraz mniej czasu poświęca swoim dawnym zainteresowaniom, nauce i kolegom. Wagaruje, fałszuje usprawiedliwienia nieobecności w szkole. Chętnie izoluje się od rodziny i znajomych. Pojawiają się nowi znajomi, o których nie chce rozmawiać z rodziną i ukrywa ich istnienie. Bez zgody opiekunów przebywa poza domem, nie kontroluje czasu. Zaczyna się samotna konsumpcja, często bez okazji kilka razy w tygodniu. Jest to okres, w którym biorący narkotyki oszukują samych siebie, myślą i mówią *- kontroluję sytuację, biorę / piję , palę , zażywam / tylko wtedy, kiedy chcę.*

**Faza III**- nagłe uczucie odurzania się staje się najważniejszą sprawą w ich życiu. Narkotyk potrzebny jest po to, aby uniknąć bólu, niepokoju, złego samopoczucia, dostarczyć lekarstwa na codzienne problemy. Zwykle w tej fazie uzależnienia sięga się po coraz większą ilość substancji z powodu rozwijającej się tolerancji w organizmie - na początku wystarczył kieliszek wódki, piwo, jeden skręt , a teraz potrzeba znacznie więcej. Narkoman, alkoholik, palacz przestaje dbać o pozory, zaakceptował swój nowy styl życia, nie przejmuje się tym co myślą inni ludzie. Przedmioty związane z używaniem środków odurzających i same substancje pozostawia na widoku. Ponieważ bierze ich coraz więcej, więcej też potrzebuje pieniędzy na ich zakup. Często wyjściem z tej sytuacji są kradzieże lub pośredniczenie w ich sprzedaży. Popada w konflikty z prawem. „Lekarstwem” na wyrzuty sumienia i poczucie winy związane z zażywaniem substancji staje się oczywiście narkotyk, papieros, alkohol. Młody człowiek traci kontrolę nad uzależnieniem i całym życiem. Zwykle przerywa naukę w szkole. Często też dochodzi do zerwania więzi

z rodziną. Nawet jeżeli mieszka w domu, to staje się kimś obcym, lokatorem, który przychodzi na noc. Ma problemy z koncentracją uwagi, pamięcią i komunikacją. Nie dba o swój wygląd i higienę osobistą. Jego organizm jest coraz bardziej wycieńczony, chwiejność nastrojów, stosowanie przemocy i samookaleczenia.

**Faza IV-** narkotyki stają się czymś tak powszechnym i niezbędnym do życia, jak jedzenie i picie. Teraz nie bierze się substancji po to, aby być odurzonym, lecz po to, aby w miarę funkcjonować. Brak narkotyku w organizmie oznacza głód i silny ból. Niemożność odróżnienia stanu normalnego od stanu odurzenia. Organizm jest bardzo wyniszczony, coraz gorzej znosi kolejne dawki, osłabiony układ obronny nie jest w stanie walczyć z chorobami. Coraz częściej zdarzają się zapaści, które mogą doprowadzić do śmierci. Przedawkowania. Poczucie własnej wartości zredukowane do zera. Poczucie winy, żal, wstyd, lęk, napady szału, agresji stale obecne. Bardzo częste konflikty z prawem. Jest to faza najgłębszej degradacji organizmu pod względem fizycznym i psychicznym.

**Jak pomóc?**

 Często jest tak, że pomimo czynionych wysiłków nie udaje się ustrzec dziecka przed eksperymentowaniem i uzależnieniem od substancji odurzających. Jeśli dziecko ma z nimi kontakt, wcześniej czy później zaczynają być u niego widoczne /powyżej opisywane/ sygnały ostrzegające rodziców o narkotycznym zagrożeniu dotyczące: zmian w aktywności i nawykach, zmian osobowości i stanu fizycznego oraz posiadaniu przedmiotów służących do spożywania narkotyków.

 Jeżeli podejrzewacie Państwo, że wasze dziecko od jakiegoś czasu ma kontakt z substancjami odurzającymi, to nie traćcie kolejnych tygodni na szukanie winnych, czy też zastanawianie się „kiedy z tego wyrośnie”. Najlepiej jest od razu skierować się do specjalisty. Osoby uzależnione lub zaczynające eksperymentowanie zaprzeczają, dlatego dobrze jest kierować się zasadą ograniczonego zaufania i nie wierzyć w ich zapewnienia. Uzależnienie jest chorobą i tak należy je traktować. Dopóki dziecko nie wyleczy się z samego uzależnienia, wszelkie interwencje będą krótkotrwałe i nieskuteczne.

Źródło: http://www.poradniasierpc.bip.org.pl/id/181