

Ευαισθητοποίηση εφήβων για την πρόληψη της ουσιοεξάρτησης

ΚΟΥΚΑΚΗ ΘΑΛΕΙΑ*

Η πρόληψη για την ουσιοεξάρτηση αφορά όλο το περιβάλλον όπου το άτομο αναπτύσσεται, ζει και δημιουργεί (σπίτι, οικογένεια, χώροι εκπαίδευσης γειτονιά κοινότητα κ.λπ.).

Αυτό που χρειάζεται να αντιμετωπίσουμε και να προλάβουμε είναι οι αιτίες που οδηγούν τον νέο στο να προσπαθεί να «προσπεράσει» τα προβλήματά του χρησιμοποιώντας ουσίες.

Τα αίτια της χρήσης μπορούν να οφείλονται σε ατομικούς, ψυχολογικούς, οικογενειακούς και κοινωνικούς παράγοντες από την αλληλεπίδραση των οποίων δημιουργείται η κατάχρηση και η εξάρτηση.

Υπάρχουν κοινωνικές, ψυχολογικές θεωρίες οι οποίες αναγνωρίζουν τη σχέση στη συμπεριφορά, στις αξίες και πεποιθήσεις του ατόμου καθώς αυτές επηρεάζουν την υγεία του.

Στη διάρκεια της εφηβείας ο νέος είναι ευάλωτος καθώς βιώνει μια μεταβατική φάση στη ζωή του όπου οδηγείτε προς την αυτονομία του.

Σύμφωνα με το National Institute on Drug Abuse (2003) οι μεταβατικές φάσεις από τη μικρή παιδική ηλικία έως την ενήλικη ζωή θεωρούνται «περίοδοι υψηλού κινδύνου».

Ο πειραματισμός με τη χρήση - την κατάχρηση ουσιών καθώς και η ανάπτυξη εξαρτητικής συμπεριφοράς και άλλων επικίνδυνων συμπεριφορών αποτελούν μια προσπάθεια του εφήβου να καλύψει τα συναισθηματικά κενά.

Στην πραγματικότητα η χρήση ουσιών αποτελεί ένα σήμα κινδύνου, ένα κάλεσμα για βοήθεια καθώς περνά στην εκδρα-

μάτωση των ψυχολογικών συγκρούσεων που βιώνει.

Αν ανιχνευθεί έγκαιρα και αντιμετωπισθεί κατάλληλα, θα καταφέρει να ξεπεράσει και να εγκαταλείψει αυτές τις συμπεριφορές. Διαφορετικά μπορεί να αποτελέσουν τα πρώτα σημάδια μιας πιο σοβαρής και χρόνιας κατάστασης.

Πώς θα μπορέσουν οι έφηβοι να διαχειριστούν τις αγωνίες τους, να αναλάβουν την ευθύνη της υγείας τους και της ζωής τους και να μην χρησιμοποιούν τις ουσίες ως αιτιατό για την αντιμετώπιση των δυσκολιών τους;

Τα προγράμματα πρόληψης επιδιώκουν την ενίσχυση της σωματικής και ψυχοκοινωνικής υγείας των παιδιών και εφήβων ευρύτερα καθώς αποσκοπούν στην ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και στην ανατροπή των παραγόντων κινδύνου.

Στο πλαίσιο αυτό το Κέντρο Πρόληψης Εξαρτησιογόνων Ουσιών Νομού Χανίων σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ, τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Χανίων και την Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων ανακοινώνει την έναρξη του προγράμματος ενημερώσεων μαθητών β' και γ' τάξης γυμνασίου γύρω από την πρόληψη των εξαρτήσεων. Πιο συγκεκριμένα το πρόγραμμα έχει σαν στόχο του:

τη γνωριμία των μαθητών με τα προγράμματα του Κέντρου Πρόληψης

την ορθή και έγκυρη πληροφόρησή τους για τις εξαρτησιογόνες ουσίες

και τέλος την απομυθοποίηση των αιτιών χρήσης και την ευαισθητοποίηση τους γύρω από εναλλακτικούς τρόπους διαχείρισης των καθημερινών τους προβλημάτων.

Το πρόγραμμα επικεντρώνεται στην ευαισθητοποίηση των εφή-

βων ηλικίας 14 έως 15 ετών, επειδή, δυστυχώς, ερευνητικά έχει διαπιστωθεί ότι ο μέσος όρος ηλικίας έναρξης της χρήσης ουσιών κυμαίνεται σε αυτές τις ηλικίες. Οι σπερμικοί νέοι κατακλύζονται από πλήθος συγκεκριμένων πληροφοριών για το θέμα αυτό, γεγονός που δυστυχώς μπορεί να τους επηρεάσει όσο αφορά την υιοθέτηση συμπεριφορών που βλάπτουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία. Για τον σκοπό αυτό θεωρείται απαραίτητη η ευαισθητοποίηση τους σε θέματα πρόληψης, μαζί και των εκπαιδευτικών και των γονέων. Για περισσότερες πληροφορίες όσο αφορά τις προϋποθέσεις συμμετοχής, το περιεχόμενο και το χρονοδιάγραμμα του προγράμματος, μπορείτε να επικοινωνείτε καθημερινά στα τηλέφωνα του Κέντρου 2821028166 και 2821051214. Συντονίστριες των ενημερώσεων θα είναι: η κα Τερεζάκη Αλεξάνδρα, κοινωνιολόγος και η κα Κουκάκη Θάλεια, κοινωνική λειτουργός.

**κοινωνική λειτουργός, σύμβουλος πρόληψης ICRC/2004, στέλεχος στο Κέντρο Πρόληψης Ν. Χανίων*