

Tyrimai rodo, kad svaigiuosius gėrimus, cigaretes ar kitas priklausomybę sukeliančias medžiagas vaikai dažnai išbando dar iki 15 metų. Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos psichologė Aura Svetikienė sako, kad toks vaikų, o ypač paauglių potraukis susijęs su noru išbandyti, maištauti ir dažai yra įtakojamas draugų. Vaikai tai supranta ir kaip būdą tapti suaugusiais, būti „kietais“.

Tarnybos mobilios komandos specialistė, dirbanti su priklausomybę ar priklausomybių sutrikimų simptomų turinčiais asmenimis Renata Karpovienė pastebi: dažnai tėvai, globėjai nežino, kad vaikas turi žalingų įpročių, nesupranta, kaip gali jam padėti ir kodėl vaikui artima priklausomybės toleruojanti socialinė aplinka.

Viską išbandyti per save

Psichoaktyviosios medžiagos (tabakas, alkoholis, narkotikai, psichiką veikiantys vaistai) dažniausiai išbandomos paauglystėje.

„Paauglystė, toks amžius, kai norisi viską išbandyti per save. Norisi laužyti nusistovėjusius standartus, tvarką, taisykles. Tai tyrinėjimų ir ieškojimo amžius, kai viena koja jau žengiama į suaugusiųjų pasaulį“, – sako A. Svetikienė.

Anot jos, bręstančiai asmenybei noras būti „kietu“ ir suaugusiu neretai asocijuojasi su priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimu ir yra suprantamas, kaip atsipalaidavimo, bendravimo būdas.

„Jeigu tėvai rūko, linę vartoti alkoholį, vaikams jis tampa lengviau prieinamas. Toks gali būti susiformavęs ir šeimos modelis“, – sako Tarnybos psichologė.

Kada vaikai ieško neleistinų atsipalaidavimo būdų?

Tarnybos priklausomybės ligų specialistė R. Karpovienė pažymi, kad svaigintis labiau linę tie vaikai, kuriems trūksta tėvų dėmesio, supratimo, kurių šeimose dažni konfliktai, keliami per griežti reikalavimai vaikui, šeimoje ar giminėje yra buvę priklausomybės atvejų.

Priklausomybę sukeliančios medžiagos dažnai išbandomos dėl nepasitikėjimo savimi, savivertės stokos, užimtumo nebuvimo, noro priešintis suaugusiųjų nurodymams, atkartoti autoritetų elgesį, atkreipti dėmesį į save, negebėjimo atsisakyti.

Su priklausomybę ar priklausomybių sutrikimų simptomų turinčiais suaugusiais ir vaikais dirbanti specialistė sako, kad daugelis atsakymų, kada ir kodėl vaikas ieško neleistinių atsipalaidavimo būdų, slypi šeimoje ir vaiko santykiuose su tėvais.

„Paauglystės metas sunkus tiek pačiam vaikui, tiek tėvams – konfliktų, nesusipratimų daugėja, paauglio noras maištauti iššaukia griežtesnius tėvų reikalavimus ir dažnesnius priekaištus, o tai atveria prarają tarpusavio santykiuose. Jeigu vaikas namuose negali būti savimi, negali atsipalaiduoti, laisvai reikšti minčių, jis ieško suprantančių ir palaikančių draugų, būna dar labiau linkęs laužyti taisykles, ieškoti atsipalaidavimo būdų“, – pasakoja R. Karpovienė.

Grupėje randa supratimą ir palaikymą

Tarnybos psichologė Aura Svetikienė, papildydama kolegę sako, kad palaikymo iš tėvų nesulaukiantis vaikas ieško aplinkos, kuri jį priima.

„Tokie vaikai pradeda ieškoti supratimo draugų rate, nori būti lyderiais ir galvoja, kad kaip ir suaugę gali priimti sprendimus patys. Ieško draugų, kuriais visiškai pasitiki“, – teigia psichologė ir priduria, kad tame gali tykoti įvairūs pavojai.

Noras pritapti bendraamžių grupėje, priimti jos taisykles gali lemti prastus vaiko mokymosi rezultatus, socialinių įgūdžių stoką ir psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą.

„Vienas pats užsirūkyti ar išbandyti kitas psichiką veikiančias medžiagas sugalvoja tikrai retas vaikas. Tą dažniausiai įtakoja draugai, bendraamžiai. Ypatingai lengvai kitų įtakai pasiduoda užsidarę, nepritampantys, socialinę atskirtį patiriantys vaikai. Norėdami pritapti prie grupės jie sutinka su joje galiojančiomis taisyklėmis, o nauji potyriai, grupės palaikymas ir paskatinimas jam suteikia pasitikėjimo savimi, pripažinimo jausmą“, – sako A. Svetikienė.

Psichologė pažymi, kad net ir turėdamas savo nuomonę apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, tačiau norėdamas pritapti grupėje paauglys linkęs besąlygiškai sutikti su joje galiojančiomis taisyklėmis.

Priklausomybė traukia vis gilyn

Bandymas maištauti ir pritapti ilgainiui perauga į priklausomybę, o vaikai klimpsta vis gilyn ir situacija gali tapti nevaldoma.

„Esame susidūrę su atveju, kai pagalbos reikėjo šeimai, kurios vaikui buvo išsivysčiusi priklausomybė. Tėvai nežinodami kaip padėti, užrakino paauglį kambaryje, tačiau jo tai

nesulaikė. Vaikinas išsoko pro antro aukšto langą ir vis tiek išėjo pas draugus, o namo negrįžo net kelias paras. Nepilnametis tai darė ne tik todėl, kad jį buvo užvaldžiusi priklausomybė, bet ir dėl to, kad bijojo neiti, palikti grupę. Toks vaikas tampa priklausomas nuo grupės, tampa lyderių rankomis ir kojomis“, – pasakoja su priklausomybių turinčiais žmonėmis dirbanti R. Karpovienė.

Su priklausomybėmis atsiranda problemų visuma – poreikis svaigintis iššaukia poreikį turėti pinigų, o šis – jų prasimanyti kartais ir nelegaliais būdais.

Suaugusiųjų pavyzdys skatina norą išbandyti

A.Svetikienė primena: priklausomybę sukeliančių medžiagų griebiamasi ne tik dėl bendraamžių skatinimo, silpnų socialinių įgūdžių, bet ir dėl to, kad jos vartojamos namuose.

„Pirmiausia, vaikai visuomet kopijuoja tėvus, suaugusiuosius. Kai vaikas mato, kad suaugusiųjų bendravimas vyksta prie vyno taurės, su cigarete rankose, kad filmuose visi „kieti“ vyrukai rūko, tai supranta, kaip tam tikrą bendravimo lygį, stilių ir sąmoningai ar nesąmoningai tai kopijuoja“, – sako Tarnybos psichologė A. Svetikienė.

Pasak jos, jau darželyje galima stebėti, kokie bendravimo įpročiai vaikams priimtini.

„Būna, kad vaikai iš kaladėlių pasistato butelius, kiloja taures, o pieštukai burnose simbolizuoja cigaretę. Vaikai kopijuoja šeimos gyvenimą ir tai priima kaip normą, suaugusiųjų pasaulio atributus“, – tėvų įtakos vaiko elgesiui svarbą pabrėžia psichologė.

Priklausomybės ligų specialistė pasakoja atvejį, kai konsultuoti teko gerai besimokanti, tvarkingą vaiką ir jo mamą. „Paauglys pardavinėjo elektronines cigaretes mokykloje ir pats rūkė. Pokalbio su mama metu paauglys atvirai išsakė – tu rūkai ir aš rūkysiu. Tai buvo pagrindinis vaiko argumentas“, – prisimena R. Karpovienė.

Kaip pastebėti, kad vaikas turi priklausomybę?

Vaikui augant jo santykiai su šeima, mokykla ar bendraamžiais kinta, todėl tėvų pareiga stebėti vaiko elgesį, domėtis kokie draugai jį supa, kokioje aplinkoje vaikas leidžia laiką, stebėti mokymosi rezultatus.

„Pirmieji ženklai liudijantys, kad vaikas galimai turi priklausomybę, tai pasikeitusi emocinė vaiko būseną – irzlus, nerimastingas, uždaras, išgyvenantis nuotaikų kaitas. Melagystės, miego, valgymo sutrikimai, papildėjusi oda, patamsėję paakiai“, – priklausomybės ligų požymius vardina R. Karpovienė ir pažymi, kad iš namų dingstantys pinigai, brangūs daiktai

ir polinkis negrįžti namo taip pat turėtų kelti rimtų įtarimų tėvams.

Specialistė sako, kad dažnu atveju – dėl išsivysčiusių priklausomybių – tėvai linkę kaltinti vaiką, o savo klaidų matyti nenori. Nors tėvai yra atsakingi formuoti neigiamą požiūrį į psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, jie privalo šeimoje nustatyti taisykles ir priimtinas elgesio normas, reikalauti jų laikytis, numatydami pasekmes už taisyklių sulaužymą.

Svarbu suprasti ir padėti

„Natūraliai reikia priimti tai, kad tokie pabandymai gali būti, tačiau svarbu užbėgti įvykiams už akių ir paaiškinti vaikui galimas pasekmes. Kalbėkitės, diskutuokite, analizuokite patirtis, neignoruokite ir nekaltinkite“, – pataria psichologė A. Svetikienė.

Vaikas gali suklypti, tačiau jis visuomet turi jausti tėvų palaikymą ir pasitikėjimą. Specialistai taip pat akcentuoja, kad svarbu laiku pastebėti vaikų ir paauglių elgesio pasikeitimus ir nedelsiant kreiptis pagalbos.

„Palaikyti morališkai, bet jokia būdu iš fizinių kančių negelbėti dar viena doze. Tokias bėdas tėvams sunku ir gėda pripažinti, o dar sunkiau, kai vaikas atsisako pagalbos. Dažniausiai vaikai yra priešiški ir kategoriški, nenori pagalbos, nesutinka gydytis. Atrodo, užmezgi santykių, kontaktą, sutari, užregistruoji gydymui, o jie neatvyksta, pabėga net iš namų, kai reikia važiuoti. Tačiau be kompleksinės specialistų pagalbos padėti vaikui bus tikrai labai sunku“, – pastebi R. Karpovienė.

Apie priklausomybes, psichoaktyviųjų medžiagų poveikį ir žalą reiktų pradėti kalbėtis jau su šešiamečiais. Ir labai svarbu vaikus mokyti pasakyti „ne“ svaigalams ir gebėti savo požiūrį atstovėti bendraamžių grupėje.

