Əziz valideynlər, bir məqamı unutmayın ki, hətta ən çətin, tam olaraq fiziki və psixoloji asılılıq yarandığı hallarda belə bu bəladan tamamilə qurtulmaq, sağalmaq mümkündür. Uşaq orqanizmi sevən, dəstəkləyən valideynlərin, böyüklərin əhatəsində tez bərpa ola və narkotik asılılıqdan tamamilə qurtula bilər.

Əlaqə

(+994 12) 498 00 92

office@scfwca.gov.az

www.scfwca.gov.az

AZ 1000, Bakı şəhəri, Ü.Hacıbəyli 80,
Hökumət Evi, IV Qapı

Azərbaycan Respublikasının
Ailə, Qadın və Uşaq Problemləri
üzrə Dövlət Komitəsi

Övladınıza narkotikdən daha yaxın olun!

Təcrübə göstərir ki, uşaqların zərərli maddələrlə ilk tanışlığı adətən yaşıdlar, dost çevrəsində baş verir.

Onu buna aparan bir sıra səbəblər var:

• Cəsarətini təsdiq etmək və kollektivdə qəbul olunmaq istəyi;
• Çox sərt olan valideynlərin ziddinə hərəkət etmək;
• Yeni eksperimentlərə maraq;
• Daha öncə narkotik istifadə edən dostların tövsiyəsi.

Lakin təkrar və mütəmadi istifadə aşağıdakı hallarla bağlı ola bilər:

• Ailədə dəstəyin olmaması – özünü dəyərli və önəmli hiss edən uşaqların yaşıdları arasında özünü təsdiq etmək üçün narkotiklərdən istifadə etməsinə ehtiyac qalmır;

• Kollektivdə bullinq (uşaqların bir-birini hər hansı səbəbdən təkləməsi, təzyiq göstərməsi)- bəzən uşaqlar aqressiyadan qaçmaq üçün bu yola əl atırlar;

• Özünü ifadə etmək azadlığına çatmaq – valideynləri tərəfindən həddən çox qayğı görən, yaxud çox sıxışdırılan uşaqlar özləri "böyük kimi" qərar verməyə cəhd edirlər.

Ziyanlı vərdişləri (siqaret, alkoqol istifadəçiləri) olan, xüsusilə də narkotik istifadəçisi valideynlərin övladları risk qrupundadırlar.

Hər şəxsdə müxtəlif simptomlarla müşahidə olunan psixoaktiv maddə asılılığı aşağıdakı davranışlarla özünü göstərə bilər:

• Nitq dəyişir, gah emosional, gah da yavaş danışır, kəkələyir, cümlənin əvvəlini unudur, cavabları mövzuya uyğun olmur.

• Dəri rəngi ağara, səbəbsiz göyərmələr əmələ gələ bilər.

• İşığa qarşı həssaslıq yaranır. Uşaq bəzən çox gur işıqdan qaçır, işıq onu narahat edir.

• Göz bəbəkləri qan qoyur, xırda damarlarla örtülür, bəzən gözün almacığı saralır.

• İştah dəyişir. Ya heç yemir, ya da çox yeyir. Bununla yanaşı arıqlama, mədə-bağırsaq problemləri yaşanır.

• Koordinasiya və konsentrasiya pozulur. Ya ayağı harasa dolaşır, ya stolun, şkafın küncünə ilişir, ayaqqabı bağlarını çətinliklə bağlayır, bir neçə cümləni belə düzgün yaza bilmir. Motor bacarıqları pozulur, yaralanma riski artır;

• Fiziki dəyişiklər baş verir. Arterial təzyiq, ürək döyünməsi problemi yaranır. Baş və əzələ ağrıları, tərləmə, yuxusuzluq və ya həddən artıq oyaqlıq, sərxoşluq halları müşahidə edilir.

• Emosional və psixoloji dəyişikliklər baş verir: məsuliyyətlərini və iş öhdəliklərini yerinə yetirə bilmir, özünəqapanır, yalnız qalmağa üstünlük verir. Tez-tez yalan danışma, kontrolsuz və ya həddən artıq maddiyyat itkisi, əhvalın enməsi, yaddaş pozğunluğu, şübhəli davranışlar, depressiya və narahatlıq müşahidə edilir. Həyatdan bezmə, bədbinlik, intihar düşüncələri baş qaldırır.

• Sosial aktivliklərə marağı azalır, özünəbaxımı zəifləyir, dərsə marağı olmur və davamiyyət problemləri, şəxslərarası münasibətlərdə konfliktlər, dost çevrəsində dəyişikliklər yaranır.

Ailələr yetərli informasiyaya sahib olmadıqları üçün yaxınlarının psixoaktiv maddə istifadə etdiyindən şübhələndikdə nə edəcəklərini bilmirlər.
Bu halda atılacaq bəzi addımlar aşağıdakılar ola bilər:

1 Öncə şübhənizi dəstəkləyəcək məlumatları əldə etməlisiniz. Bunu edərkən şəxsi zonanı gözləmək labüddür. Umutmayın ki, sizin şübhələriniz doğrulmaya bilər, bu zaman münasibətləri korlamış olarsınız. Psixoaktiv maddələrin müxtəlif növlərinin şəxsdə yaratdığı dəyişikliklər haqda məlumatları və müşahidələrinizi müqayisə edin. Yetərli sübutlarınız olmadan onu günahlandırmayın.

2 Şübhələrinizdə yanılmadığınıza əminsinizsə, əvvəla uşağı dinləmək və tənqid etmədən anlamağa çalışmaq faydalı olacaq. Mövzu ilə bağlı narahatlığınızı, düşüncə və hisslərinizi onunla paylaşın. Bu məsələni günahlandırmadan, sakit şəkildə müzakirə etmək lazımdır. Belə olduqda səbəbləri asanlıqla müəyyən edə, lazımi yardım və dəstəyi göstərə bilərsiniz. Şəxsin psixoaktiv maddə istifadə edib-etmədiyini öyrənmənin ən dəqiq yollarından biri qanın və digər bioloji mayelərin analizini etdirməkdir. Lakin güvəni itirməmək üçün testlə bağlı ona məlumat vermək, razılaşmaq daha doğru olar.

3 Uşaqda maddə asılılığı təsdiqlənərsə, o zaman mütləq narkoloq və psixoloqun qəbuluna yazılmaq lazımdır. Sizin üçün bu situasiyada düzgün qərar qəbul etmək çətin ola bilər. Bəlkə uşaq üçün də mütəxəssisə hər şeyi danışmaq daha rahat olar və müalicəyə başlamaq istəyər. Bərpa müddətində psixoaktiv maddədən imtinanın davamlı olması, yaşam və davranışların qaydaya salınması üçün ailənin birbaşa müalicə prosesində iştirakı, məlumatlı olması gərəkdir.

4 Çox zaman valideynlər, övladlarının psixoaktiv maddə istifadə etdiyini öyrəndikləri zaman qəbullanmama, inkar, şok, qəzəb, ümidsizlik, kədər hiss edir və nəticədə onu tənqid edə bilirlər. Lakin münasibətlərin pozulması müalicəyə mane ola bilər. Məhz bu səbəbdən bu dövründə cəzalandırma və mükafatlandırma metodlarından istifadə edilməməlidir.