

UZALEŻNIENIA

SZKOŁA PODSTAWOWA

Czerwone sygnały podatności
na uzależnienia lub samych
uzależnień
(uczniowie klas 4-8)

Co to jest uzależnienie?

W klasach 4-6 niewiele dzieci jest uzależnionych od narkotyków – nawet jeżeli jest po etapie eksperymentowania z papierosami, alkoholem, klejem, lekami to raczej są to epizody, niż faktycznie uzależnienie.

Co to jest uzależnienie?

Jednak nawet na tym etapie nie wolno lekceważyć problemu uzależnienia, ponieważ uzależnienie może wystąpić zawsze wtedy, kiedy przyjmujemy jakiś środek, który zmienia stan świadomości lub samopoczucie lub wykonujemy jakąś czynność, która daje nam bonus w postaci emocjonalnej.

Co to jest uzależnienie?

Dlatego jest możliwe uzależnienie się nawet od codziennych produktów mogących wpływać na zmianę nastroju:

- picia napojów gazowanych
- jedzenia słodczy
- picia napoi energetyzujących

Co to jest uzależnienie?

Również jest możliwe uzależnienie się od:

- oglądania TV
- przeglądania stron www,
- grania w gry internetowe
- obecności na portalach społecznościowych

Czym jest uzależnienie?

Uzależnienie jest chorobą i niestety nieleczone może rozwijać się włączając nowe substancje i czynności, od których dziecko może się uzależniać.

Jak poznać, że dziecko już jest uzależnione? – Sposób 1.

Sprawdź, czy Twoje dziecko ponosi koszty związane z używaniem jakiejś substancji

jest nadpobudliwe, nie może zasnąć, lub ponosi koszty związane z przymusem wykonywania jakiejś czynności np. nie uczy się, bo „musi grać”.

Jak poznać, że dziecko już jest uzależnione ? – Sposób 2.

Jeżeli masz przypuszczenie, że Twoje dziecko może być od czegoś uzależnione to zabierz mu to

Nie sprawdzisz, czy jesteś od czegoś uzależniony, do momentu, kiedy tego nie odstawisz i sprawdź, czy dziecko zachowuje się w sposób charakterystyczny dla osoby na odwyku.

Symptomy podatności na uzależnienia

Braki w kompetencjach psychospołecznych

- dziecko nie ma kolegów lub koleżanek i mało czasu spędza wśród rówieśników
- dziecko jest w grupie rówieśniczej, która ma problem z uzależnieniami
- dziecko czuje się gorsze, odsunięte przez grupę i zależy mu na zdobyciu kolegów

Symptomy podatności na uzależnienia

Braki w kompetencjach psychospołecznych

- dziecko nie radzi sobie ze stresem
- dziecko nie potrafi poradzić sobie z frustracją potrzeb
- dziecko nie potrafi komunikować swoich potrzeb
- dziecko nie potrafi rozmawiać o swoich problemach z innymi osobami

Symptomy podatności na uzależnienia

Braki w kompetencjach psychospołecznych

- dziecko nie potrafi rozwiązywać konfliktów
- dziecka ma trudności w nawiązywaniu relacji interpersonalnych
- dziecko jest albo zbyt ufne, albo zbyt nieufne w stosunku do innych
- dziecko jest często smutne i pozbawione naturalnego optymizmu

Symptomy podatności na uzależnienia

Występowanie zaburzeń psychicznych
innych niż uzależnienia

- fobie
- nerwice
- psychozy
- depresje

Dziecko podatne na uzależnienia

To dziecko, które ma problemy z otwartością w stosunku do innych, nie posiada w wystarczającym stopniu rozwiniętych kompetencji psychospołecznych i ma za sobą epizod zaburzenia zdrowia psychicznego

Dziękujemy