

האם המתבגר/ת שלי נחשף לאלכוהול/ סמים/הימורים?

מדריך להורה המודאג:

קשה להיות מתבגר וקשה לא פחות להיות הורה למתבגר... מתוך הקושי, הלבטים, החששות והשאלות "נולד" מאמר זה.

צעירים מאופיינים בגיל זה בבדיקת הזהות העצמית והמינית שלהם, בהתמודדות עם סמכות וגבולות ובחיפוש מתמיד אחר ריגושים וחוויות מסעירות.

ההורים מצידם, מתקשים לא אחת לעקוב אחר תהליכי השינוי של ילדיהם המתבגרים, מתלבטים בדרכי התנהגותם ותגובותיהם שלהם ומוצאים עצמם, לעיתים, בתקשורת לקויה עם המתבגרים.

מתוך מציאות הקיימת היום אצל לא מעט מבני הנוער ש"צריך לשתות אלכוהול כדי להנות במסיבה", "כולם מתדלקים לפני המסיבה", עולות שאלות רבות: האם להרשות? כמה? מה לומר למתבגר/ת שלי שכ"כ רוצה להיות בחבר'ה? מתי השתייה החברתית הופכת למדאיגה? איך אדע? גם אני שתיתי בגילו אז מה שונה היום? מה אומרים לגבי הימורים? ננסה כאן להתייחס ולענות על השאלות באופן הטוב ביותר.

שתיית אלכוהול מהווה היום מהווה כיום את אחד הביטויים הפחות סימפטיים של גיל ההתבגרות. רבים מבני הנוער "נוגעים", מתנסים בשתיית אלכוהול, חלקם מתנסה בשימוש בסמים ויש הפונים להימורים. עבורם מדובר בהתנסות, הצעירים שותים/מעשנים/מהמרים מתוך סקרנות, מפני שחבריהם לוחצים עליהם, בעקבות חיקוי המבוגרים, בגלל השפעות פרסומות שונות, עקב סיבות נפשיות שונות ועוד.

בקרב צעירים ובני נוער, דפוס השתייה האופייני להם הוא דפוס השתייה ההוללת (Binge Drinking), ז"א שתייה המאופיינת בהתקפי שתייה, למשל שתייה במסיבות בסופ"ש. אלכוהול הינו גורם המפחית עכבות ומוביל להתנהגויות סיכון ביניהן, אלימות והתנהגות אנטי חברתית קשה.

בהתמודדות אל מול ה"אויב" צריך להיות חכם ולא דווקא צודק:

איסור גורף על שתיית אלכוהול יצור פער גדול בין האיסורים ההוריים לבין התובנות והנורמות הקיימות אצל הנוער, ועלול להיווצר נתק, פער גדול מדי בין עמדות ההורים והנוער. הנוער עלול לפקפק בהיגיון ההורי ולהתעלם מהגבולות הנוקשים המוצבים להם.

מתי השתייה הופכת למדאיגה? על כל הסימנים, וה"נקודות האדומות" המצביעות על כך, בפוסט הבא.

הימורים, תופעת ההימורים בעולם בכלל ובישראל בפרט נתפסת בעשורים האחרונים יותר ויותר כבעיה חברתית. התופעה הולכת ומתרחבת, מתרחבת גם תעשיית ההימורים החוקיים והבלתי חוקיים. ההימורים מהווים מוקד משיכה ונמצא מחקרית שככל שמספרם של אלה הנחשפים להימורים עולה, כך גדל מספרם של המתמכרים להימורים. ישנה נגישות גבוהה לסוגי הימורים שונים וישנו פיתוי ל"כסף קל".

בקרב לא מעט צעירים רווח משחק הקלפים, משחק פוקר - "טקסס הולדם", הסוחף אחריו ויש השוכחים כי זה רק משחק. כחלק מתרבות הצריכה המערבית, גם המתבגרים רוצים לקנות, ומתפתים לאשליית "הכסף הקל": בהשקעה נמוכה להרוויח כסף גדול. האשלייה מתנפצת ובדרך, חלק מהצעירים כבר נכנסים לחובות, ויש מביניהם שיתפתו להמר שוב, והפעם כדי להחזיר החוב.

סמים - קצב החיים המהיר והאינטנסיבי, שבו האדם מחפש פתרונות "אינסטנט" לבעיות שבהן הוא נתקל, בצירוף נגישות רחבה של סמים ותרופות היוצרים תחושה זמנית חיובית יותר כלפי העצמי ומאפשרים הקלה תחושתית, הופכים את ההתמכרות לבעיה הנוגעת לכל שכבות האוכלוסייה.

מרבית בני הנוער עושים שימוש ניסיוני; החשיבות של תוצאות השימוש או ההשפעה של הסם היא משנית לעצם החוויה. השימוש הוא לרוב ספונטני ומזדמן, בפסקי זמן ספורדיים. השימוש ייעשה תכוף יותר כשהמתבגר יהיה ער להשפעת הסם על התנהגותו ורגשותיו - האופוריה, הביטחון העצמי, הרגיעה. בשלב הניסיוני והחברתי הגברת השימוש תגרום לו לגאווה על יכולתו לשלוט בהשפעה השלילית של הסם.

בשלב האינסטרומנטלי יעשה המתבגר שימוש בסם כדי להגיע ל-HIGH, והסם יתחיל ליהפך יותר ככלי התמודדות, כתשובה לבעיותיו ומצוקותיו. בשלב זה המתבגר יתחיל המתבגר להחליף חברים ולהתרועע עם מי שתומך בהתנהגותו ומשתמש כמוהו. זה השלב שבו יכולים ההורים להבחין בשינוי התנהגותי, ועל

כן המתח יגבר: המתבגר עלול לשקר לגבי השימוש ולהסתיר את האמת מהוריו.

בשלב ההרגלי יפתח המתבגר תלותיות בסם והשימוש בו יהיה קבוע ותכוף. חיי המתבגר יתנהלו סביב השימוש והוא ישקיע אנרגיה בהשגת הסם, בתכנון השימוש, בשימוש עצמו ובתוצאותיו. הוא ישקיע פחות בפעילויות שוטפות, וחיי החברתיים יצטמצמו למסגרת חברים משתמשים כמוהו. המחשבה שהוא מאבד שליטה ונהיה תלוי בסם מאיימת עליו ויוצרת הכחשה למצבו. בשלב זה כבר נבחין בחבלה ברורה בתפקודיו השונים: היעדרות מביה"ס, תפקוד לקוי, הסתגרות, חוסר שיתוף פעולה וסערה רגשית.