

ΓΙΑ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΤΕΙ Η ΘΛΙΒΕΡΗ ΠΡΩΤΙΑ ΤΟΥ ΡΕΘΥΜΝΟΥ

# Απαιτείται κοινή προσπάθεια για την πρόληψη της χρήσης αλκοόλ από τους εφήβους

**Ο** σημαντικός ρόλος της οικογένειας του σχολείου αλλά και γενικότερα των θεσμικών και μαζικών φορέων στην πρόληψη κατά της χρήσης αλκοόλ, αναδείχθηκε κατά την προχθεσινή εκδήλωση που διοργανώθηκε στην αίθουσα του «Ξανιά» Ρεθύμνου από το Αλκοολογικό Ιατρείο του ΠΑΓΝΗ σε συνεργασία με το Σύλλογο «Επιστροφή», υπό την αιγίδα της 7ης Υγειονομικής Περιφέρειας Κρήτης και την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Του ΜΑΝΟΣΥΟΥ ΚΛΑΔΟΥ

Η εκδήλωση είχε τη μορφή «προηγμένης τράπεζας», μιας συζήτησης που στηρίχθηκε στα στοιχεία παλαιότερων έρευνες, η οποία παρουσιάστηκε το Ρεθύμνο να κατέχει θλιβερή πρωτιά στην κατανάλωση αλκοόλ από τους εφήβους. Αυτός άλλωστε ήταν και ο λόγος που το Ρεθύμνο συμπεριλήφθη στο πλαίσιο της «Εβδομάδας Πρόληψης Αλκοόλ», η οποία από το 2005 διοργανώνεται στο Ηράκλειο και φέτος, που είναι αφιερωμένη στους εφήβους, επικέντρωσε στο πρόβλημα που αναδεικνύεται έντονα σε τοπικό επίπεδο τα τελευταία χρόνια.

Χαρακτηριστικό η κ. Άννα Τρυγοπούλου, υποδιευκτιήτρια της 7ης ΔΥΠΕ Κρήτης, αναφερόμενη στους στόχους της εκδήλωσης επισήμανε ότι «Ο λόγος που αρχίσαμε την προσπάθειά μας να φτάσουμε σε όλη την Κρήτη από το Ρεθύμνο έχει να κάνει με τα υψηλά ποσοστά κατανάλωσης αλκοόλ. Σύμφωνα με τα στατιστικά στοιχεία ο νομός Ρεθύμνης είναι διατηγός ο νομός με τα υψηλότερα ποσοστά υπερβολικής κατανάλωσης και σχεδόν από τους πρώτους



νομούς σε ποσοστά μέρης, ενώ οι συμπεριφορές των εφήβων σε σχέση με τις άλλες εξαρτήσεις, δηλαδή κάπνισμα, ναρκωτικά είναι περίπου στο μέσο όρο της χώρας.

Σύμφωνα επίσης με άλλες έρευνες του Ινστιτούτου Υγείας του Παιδιού δείχνουν υψηλά στοιχεία επιθετικότητας και παραβατικότητας».

Η ίδια συμπλήρωσε λέγοντας ότι «Συμπερασματικά βλέπουμε ότι στην κατάσταση ως Υγειονομική Περιφέρεια μέσα από το νοσοκομείο, το δίκτυο του Κέντρου Ψυχικής Υγείας σε συνεργασία με την Περιφέρεια και τους φορείς θέλουμε να αναπτύξουμε όλα τα θέματα που αφορούν την νεολαία. Οι νέοι για να μπορέσουν να κάνουν επιλογές πρέπει να υποστηρθούν από την οικογένεια, τους εκπαιδευτικούς, το σύστημα υγείας με προληπτικά προγράμματα για να μην οδηγούνται σε καταστάσεις που τους αραίζουν και τους μενούν την κρίση και τη δημιουργικότητα.

Ο θεμός εκείνος που παίζει καθαρυστικό ρόλο, αληθινό, ουδέτερο, θετικό, είναι η οικογένεια και μετά το σχολείο. Όχι ότι η οικογένεια οδηγεί τα παιδιά στο αλκοόλ, αλλά ειδικά στο Ρεθύμνο, καθώς διαφέρουν τα στοιχεία από τα Χανιά και το Ηράκλειο, ειδικά κοινωνικοί, πολιτισμικοί παράγοντες, ειδικά πρότυπα που προωθούνται στη συγκεκριμένη περιοχή για τους νέους και ιδιαίτερα τους άνδρες, γιατί εκεί είναι το κυρίαρχο πρόβλημα, σαφώς επηρεάζουν. Δεν είναι «έναντος» το παιδί 13-14 χρόνων που θα πείσει σε ένα γέρο ή κάποια άλλη εκδήλωση και δεν θα πει. Μπορεί να διασκεδάσει με οποιοδήποτε άλλο τρόπο».

### Πατί νίνουν οι εφήβοι

Το θέμα της στοργικής τράπεζας ήταν «Εφήβοι και Αλκοόλ: Εσύ επιλέγεις» και ξεκίνησε με την τοποθέτηση δύο μαθητών από το Πειραματικό Λύκειο του Πανεπι-

στημίου Κρήτης στο Ρεθύμνο, που μίλησαν για το πως βιώνουν ως έφηβοι τη χρήση αλκοόλ. Ακολούθησαν επιστημονικές εισηγήσεις και μια ενδιαφέρουσα συζήτηση, η οποία και αναδείξε το σημαντικό ρόλο της πρόληψης στην αντιμετώπιση του προβλήματος. Τα βιώματα που μετέφεραν οι δύο μαθητές από τη χρήση αλκοόλ μέσα στις παρέες τους, ήταν χαρακτηριστικά του προβλήματος.

Ο Στέλιος Γ. αναφέρθηκε εκτενώς σε περιστατικό που έζησε στα γενέθλια φίλου του. Αφού περιγράφη τη μεγάλη χρήση αλκοόλ και τη δηλητηρίαση του ίδιου, προφανώς όπως είπε από το ξενύχτι και το ποτό, τόνισε μεταξύ άλλων ότι «Επικρατεί η άποψη ότι το αλκοόλ ενώνει τους ανθρώπους. Παράτρω ότι σε πολλές σε όχι σε όλες τις παρέες συννομηλίκων μου το αλκοόλ έχει πολύ σημαντική θέση. Και πολλές φορές επιλέγουμε μέρος διασκέδασης με

βάση αυτό. Βέβαια θεωρώ, ότι ο έλεγχος στα μαγαζιά νυχτερινής διασκέδασης στο Ρεθύμνο, μετά κι από το περιστατικό του καρπούσι που πέθανε λόγω υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ, έχει γίνει πιο συνειδητοποιημένος. Δεν σερβίρεται αλκοόλ τόσο εύκολα σε νέους αν δεν εσκιρβωθεί ότι ο νεαρός είναι άνω των 18 ετών. Πρωτόγνωμα μάλιστα ότι τα πρότυπα είναι αρκετά βαριά τόσο για το μαγαζάκι όσο και για τον κηδεμόνα του ανήλικου. Παρ' όλα αυτά πάντα βρίσκουμε τρόπους πρόσβασης σε αλκοόλ. Περίτρω, κάβες, ακόμα και στο σπίτι των περισσότερων υπάρχει σήκωρα κάποια καράφα με ρακί ή μπουκάλια που υπάρχουν από γιορτές και τα έχουν φέρει στον χώρο οι καλεσμένοι. Έτσι διαπιστώνουμε ότι το αλκοόλ βρίσκεται ήδη στην καθημερινότητα των νέων και μάλιστα είναι βαθιά ριζωμένο στη νοοτροπία τους. Τα θέματα που τίποτα μας είναι κι αυτά συνδεδεμένα με το αλκοόλ και συχνά η πρώτη εσπρή του παιδιού γίνεται μέσω του πατέρα ή κάποιου συγγενή και θεωρείται άθιβε δείγμα ανδραμίου. Όσον αφορά το πρότζεκτ που κάναμε, θεωρώ πως έγινε μια καλή πρώτη εσπρή, ώστε να γνωρίσουμε κινδύνους που κρύβει το αλκοόλ και που μπορούν να οδηγήσουν μακροχρόνια ακόμα και στο θάνατο. Το γεγονός αυτό δεν αλλάζει τη νοοτροπία της παρίας που αποδεχτήκε πολύ ισχυρά. Όλοι πρέπει να έχουμε το σθένος να λέμε όχι, όταν δεν θέλουμε να φορτίσουμε μια συμπεριφορά. Η εμπειρία που είχα με τον φίλο που έκανε να καταλάβω έστω και λίγο πόσο κακό κάνει το αλκοόλ στο σώμα και το μυαλό του ανθρώπου. Μάλιστα δεν είναι λίγο τα συγγήματα που έχουν γίνει σε φίλους και γνωστούς εξαιτίας του. Οι περισσότεροι στην παρέα έχουν μηχανάκια. Και ο κίνδυνος είναι μεγάλος, ίσως τελικά να πρέπει να κάναμε μια σοβαρή συζήτηση μεταξύ μας και να συμφωνήσουμε σε κάποια πράγματα».

Από την πλευρά της η Εμμανουέλα Κ. μαθήτρια επίσης του Πειραματικού Λυκείου ανέλυσε πως όλοι οι έφηβοι έχουν δεδομένο, ότι θα βγουν με τις παρέες τους κάθε Σάββατο σε διάφορα μαγαζιά που σερβίρουν αλκοόλ και μάλιστα, ότι θα πουν με άνεση και σε άθλιους ποσότητες. «Πάνω γιατί πιστεύουμε ότι έτσι υποσφαισμάκε καλύτερα στο κλίμα της παρέας και καταλήγουμε να διασκεδάσουμε περισσότερο» είπε και υποστήριξε ότι «Αυτό είναι το μεγαλύτερο λάθος που κάνουν ως έφηβοι, διότι πίνουμε συνειδητά και χωρίς μέτρο, ακόμα κι όταν δεν το έχουμε ανάγκη, ξεχνώντας μάλιστα στο τέλος της βραδιάς τις όμορ-

φες στιγμές που προηγήθηκαν». Η ίδια ως «κερασκό στην τούρτα» χαρακτηριστικό τις πολυήμερες μαθητικές εκδρομές, κατά τις οποίες υποστήριξε ότι γίνεται αυθιμηνη χρήση αλκοόλ με δυσμενείς παρενέργειες.

Η μαθήτρια παρουσίασε γλαφυρά την κακή κατάσταση που επικρατεί με τη χρήση αλκοόλ από τους συμμαθητές της και γενικότερα εμφανίστηκε να αντιλαμβάνεται το μεγάλο λάθος από αυτή τη συνήθεια για να καταλήξει ότι πρέπει να ληφθούν μέτρα για την αντιμετώπιση του ζητήματος αυτού και να αλλάξει η νοοτροπία των παιδιών απέναντι στο αλκοόλ.

### Να εστιάσουμε στην πρόληψη

Σύμφωνα με τον ψυχίατρο του προγράμματος, πολλαπλά παρήγορο του Ο.Κ.Α.Ν.Α. στο Ρεθύμνο κ. Δημήτρη Φωτόπουλο το στοιχείο επιστημονικών έρευνών καταδεικνύουν ότι σε όλη αφορά την υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ από τους εφήβους, δηλαδή συνήχη χρήση πάνω από πέντε φορές το μήνα, είναι 45% πανελλαδικά, ενώ στο Ρεθύμνο είναι 59%. Ο λόγος για τις 13 ως 18 ετών.

Ήταν άλλωστε και το θέμα που κυριάρχησε στην προχθεσινή συζήτηση, καθώς ο Νομός Ρεθύμνης είναι πρώτος στη χώρα στους μαθητές ηλικίας από 15 ως 19 ετών που κάνουν υπερβολική χρήση αλκοόλ, με βάση το στοιχείο της πανελλαδικής έρευνας στο σχολικό πλαίσιο για τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, την έρευνα ESPAD 2011, που πραγματοποιήθηκε από το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ίνστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής.

«Το πρόβλημα εστιάκεται να είναι κοντά στα παιδιά τους, να τα παρακολουθούν και οι θεσμικοί παράγοντες όμως, όπως η Αστυνομία, να ελέγχουν τα μαγαζιά που σερβίρουν αλκοόλ» είπε μεταξύ άλλων ο διευθυντής Διευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ρεθύμνου κ. Ανδρέας Τοζάνης, εστιάζοντας στη χρήση αλκοόλ στις πνευθήμερες μαθητικές εκδρομές και στα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι συνοδοί εκπαιδευτικοί.

Από την πλευρά της η γραπτερολογός, γραφός του Αλκοολογικού Ιατρείου του ΠΑΓΝΗ και πρόεδρος του Συλλόγου «Επιστροφή» κ. Μαίρη Κουλεντάκη τόνισε, ότι «Ο λόγος μας είναι η ευαισθητοποίηση των πολιτών σε σχέση με τα προβλήματα που σχετίζονται με την κατανάλωση αλκοόλ. Η 10η εβδομάδα πρόληψης

αφορά τους εφήβους για αυτό και το κεντρικό της σύνθημα είναι «Ο εσάς σου και η εσπρή σου είναι τα κλειδιά για τη ζωή σου».

Η ψυχολόγος και ειδικήτρια στην Κοινωνία Αλληλεπιδραστικής ΚΟΠΑ κ. Καίτη Ζαγείδα, τόνισε για τη δράση του συγκεκριμένου φορέα στο Ρεθύμνο ότι «Έρχονται τα άτομα που έχουν πρόβλημα με το αλκοόλ ή οι οικογένειές τους γιατί η πρόσπρη είναι οικογενειακή και βοηθούνται μέσα από την εμπειρία των άλλων ατόμων που έχουν βρει στην ίδια κατάσταση. Ο αριθμός των ατόμων που έρχονται στην ομάδα δεν είναι αντιπροσωπευτικός του προβλήματος. Αναγνωρίζουν δύσκολα τα πρόβλημά τους και αυτό είναι ένα θεμελιώδες πρόβλημα, δηλαδή, ότι κανείς δε λέει ότι έχω πρόβλημα με το αλκοόλ. Συνήθως οι άνθρωποι διαπιστώνουν ότι υπάρχει κάποιο πρόβλημα, το ίδιο το άτομο που κάνει κατάχρηση δεν το διαπιστώνει εύκολα».

Σε σειρά από παραμέτρους του προβλήματος αναφέρθηκαν επίσης η κ. Νεκταρία Λιοδάκη, κοινωνική λειτουργός του Αλκοολογικού Ιατρείου του ΠΑΓΝΗ, η οποία αναφέρθηκε στο ρόλο που πρέπει να έχουν οι γονείς ενώ η ψυχολόγος κ. Βασιλική Τσουρά μετέφερε την εμπειρία της από την Μονάδα Εφήβων Ο.Κ.Α.Ν.Α. Η συζήτηση που αναπτύχθηκε εστίασε στην κοινή προσπάθεια που πρέπει να καταβληθεί για να αλλάξει η νοοτροπία των εφήβων και η κατανόηση ότι το αλκοόλ είναι μια επικίνδυνη και βλαβερή συνήθεια.

Στην εκδήλωση παρευερέθηκαν και συμμετείχαν στη συζήτηση εκπρόσωποι των θεσμικών και εκπαιδευτικών φορέων, των δομών ψυχικής υγείας, καθηγητές εκπαιδευτικού, ψυχολόγοι, γονείς και μαθητές.

