

## ETA KANABISAREKIN ZER? GURASOENTZAKO AHOLKU GIDA

Seme-alaben droga erabilera beti izan da ardura gaia gurasoentzat. Heltzen doazen heinean **seme-alabek beraien erabakiak hartzen dituzte eta autonomia irabazten doaz**. Nola prebenitu drogen kontsumoa, eta bereziki porroen kontsumoa, familiarik?

**Honako gida hau, seme-alaba nerabeek dituzten eta porroekin arduratuak dauden gurasoentzako da.**

Lehenik eta behin, gogoratu nerabe guztiek ez dituztela drogak kontsumitzen eta, kontsumitzen dituztenen artean, askotan, kontsumo hori noizbehinkakoa bakarrik dela. Orokorrean, gaztetxoak tabakoa eta alkoholarekin hasten dira esperimendatzeko 13 urte dituztenean. Askotan beraiek gu ikusi gaituzte sustantzia horiek kontsumitzen.

Euskal Herriko 12-19 urte bitarteko gazteen **%66,6ak asteburuetan alkoholdun edariak kontsumitzen dituela onartzen du**. Nerabe euskaldunen **%37,3a tabako erretzailea da**.

Droga ilegalei dagokionez, **kanabisaren** kontsumoak gora egin du nabarmen azken hamar urteotan. Beste edozein droga ilegalen gainetik gailentzen da. %26ak azken hilabetean kanabisa erre duela esaten du eta **%44,6ak sustantzia hori probatu duela**.

Aitzitik, Euskal Herriko 12-19 urte bitarteko gazteen %90,7ak ez du kokaina probatu, %91,7k ez du inoiz anfetaminarik hartu eta %95,8k ez du estasia kontsumitu.

Beraz, argi ikusten da nerabeen artean droga ilegal hedatuena kanabisa dela.

**Ez du zertan horrela izan beharrik. Bestelako drogen erabilerarik egiten ez duen kanabis kontsumitzaile asko dago**. Hala ere, argi dago drogekin arazoak dituztenak alkoholdun edariekin eta kanabisarekin hasi zirela bere garaian.

Berrito diogu, oso garrantzitsua dela erabaki arduratsuak eta pertsonalak hartzeko gaitasunak lantzea bere bizitzaren zehar: komunikatzeko trebetasuna, lagunak egin eta mantentzea, etxeko sostengua, ezetz esaten jakitea...

Gurasook, drogen inguruan arduratuak gaudelako, nerabeei **“galdeketak”** egiteko tentazioa izan ohi dugu. Hau **ekidin** beharra daukagu, **gaia lasaitasunez landu behar da, naturaltasunez eta batik bat seme edo alabari entzunaz**.

**Gurasook** gai izan behar dugu **drogei buruz dugun iritzia modu argian azaltzeko, topikoetan erori gabe** (“drogak txarra dira”) **eta arinkeriak ere alde batera utziaz** (“porroak ez dira hain kaltegarriak ere, denek kontsumitzen dituzte”)

*Nire seme-alabak noizbehinka erretzen du:*

Normala da nerabeek sustantzia batzuekiko kuriositatea edukitzea. Probatu ditu porroak, baina ez du esan nahi engantxatuko denik. Bera osasuntsu badago eta bere bizitzan ez bada bestelako aldaketarik ematen, ez genuke zertan neurritz kanpo arduratu behar. Hori bai, adi egon bere jokaera edo umorean eman daiteken edozein aldaketari eta hitz egin berarekin.

*Nire seme-alaba porroen efektupean etorri da etxera:*

Nerabea sustantziaren baten efektupean dagoenean (bai alkohola, bai porroak) ez du askotarako balio momentuan hitz egitea. Ez dauka burua esaten diozuna barneratzeko bezainbat argi. Utzi lo egiten eta hurrengo egunean hitz egin berarekin. Utzi garbi zure ardura gertatutakoagatik eta entzun berak esateko daukana.