מדריך: מה עליי לעשות אם נראה לי שחבר שלי מכור...

המדריך רשום בלשון זכר אך מיועד לשני המינים כאחד.

מה הם הסימנים להתמכרות?

המכור הופך לתלותי בחומר אליו הוא מכור, הוא מצמצם אספקטים שונים בחייו שאינם קשורים להתמכרות (משפחה, חברים ותחביבים).

המכור משנה את הסביבה החברתית שלו ומתחבר לאנשים עם אותם תחומי עניין - החומרים הממכרים.

המכור חווה שינויים קיצוניים במצבי הרוח ואף גם לעיתים עובר לפן הפלילי היות והוא מוציא כספים רבים בשביל להשיג את החומר אליו הוא מכור.

נראה לי שחבר שלי איבד את היכולת לשלוט בהתנהגות שלו בכל מה שקשור לסמים או אלכוהול

מה לעשות?

חבר שלי מודע לבעיה

אז אתם במצב מצוין. מודעות לבעיה היא הצעד הראשון בדרך לפתרון.

אז מה עושים?

להפנות אותו למרכז סיוע, בעדיפות ליחידה להתמכרויות באזור מגוריו.

אפשר וכדאי לפנות ביחד אתו כדי לעודד אותו ולהקל על החוויה.

חבר שלי מתכחש לבעיה

מאוד קשה לסייע לאדם שלא מבין שיש לו בעיה.

מצד שני, להשאיר את החבר עם הבעיה לא יעזור לו ועלול לסכן אותו.

אז מה עושים?

לפנות ולשתף יועצת מחנכת או מורה שאתם סומכים עליה.

הן יידעו כיצד לטפל בנושא ברגישות הנדרשת מול החבר ומשפחתו.

תהיו חברים.

אם החבר בחר לשתף אותך כנראה שהוא סומך עלייך שתוכל לעזור לו.

זה לא המקום לשפוט, לבקר או לכעוס.

זה כן המקום לחזק ולעודד אותו על כך שהוא מודע לבעיה ובוחר להתמודד איתה, למרות כל הקושי.

תהיו חברים ותהיו שם בשבילו. הוא יצטרך אתכם בהמשך הדרך.

עזרה לא הלשנה.

התמכרות היא מחלה.

כדי להחלים ממנה, החבר יזדקק לאנשי מקצוע שיידעו להתאים לו את הטיפול המתאים.

בלי העזרה הזו, יש סיכוי סביר שהמצב שלו רק יחמיר.

לשתף זו לא הלשנה. זו עזרה.