



Stowarzyszenie Profilaktyczne
„Brzeg”

NARKOTYKI

Badania ankietowe

Spis treści:

WPROWADZENIE.....	1
PROFILAKTYKA NARKOMANII.....	3
ANALIZA BADAŃ ANKIETOWYCH – RODZICE.....	16
RODZINA A UZALEŻNIENIA	23
PRZYKŁADOWE SCENARIUSZE ZAJĘĆ PROFILAKTYCZNO-EDUKACYJNYCH	27
WARSZTAT DLA RODZICÓW	32
INSTYTUCJE I ORGANIZACJE POZARZĄDOWE W TARNOBRZEGU ZAJMUJACE SIĘ PROFILAKTYKĄ UZALEŻNIEŃ, SZCZEGÓLNIIE PROFILAKTYKĄ NARKOMANII	34

WPROWADZENIE

W 2016r. Stowarzyszenie Profilaktyczne „Brzeg” zrealizowało badania ankietowe, których celem było rozpoznanie zachowań ryzykownych związanych z używaniem narkotyków przez młodzież w mieście Tarnobrzeg. Badaniami objęliśmy osoby w przedziale wiekowym 14-17 lat, czyli uczniów gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych oraz ich rodziców.

Zainteresowanie ludzi substancjami o działaniu psychoaktywnym jest zjawiskiem znanym od dawna. Już wśród ludów pierwotnych istniało zapotrzebowanie na substancje, których użycie powodowało uzyskanie odmiennych stanów świadomości.

Współczesne narkotyki obecne są wśród wielu grup społecznych, dlatego używanie narkotyków nie może być kwestią społecznie obojętną. Nowym i bardzo niebezpiecznym zjawiskiem są dopalacze.

Omówienie tematu narkotyków i dopalaczy wymaga na początku jasnego sprecyzowania terminów.

Narkotyk – to substancja powodująca zniesienie bólu, euforię i oszołomienie, której częste stosowanie prowadzi do narkomanii. Określa się nim każdy nielegalny środek psychoaktywny używany do celów niemedycznych (B. Szukalski „Narkotyki. Kompendium wiedzy o środkach uzależniających” Warszawa, 2005).

Dopalacze – to substancje dostępne legalnie na rynku, których właściwości chemiczne pozwalają na dokonywanie zmian/modyfikacji psychicznych lub/i fizycznych możliwości organizmu (J. Korczak „Uwaga dopalacze” Warszawa, 2010).

Substancja psychoaktywna – według definicji Światowej Organizacji Zdrowia, to taka, która po przyjęciu wpływa na procesy umysłowe, np. procesy poznawcze lub nastrój, zmienia świadomość.

Wszelkie działania profilaktyczne, mające na celu zapobieganie i przeciwdziałanie uzależnieniom od narkotyków, dopalaczy i innych substancji są skuteczne tylko wówczas, gdy zostaną poprzedzone rzetelną diagnozą tego zjawiska w danej grupie społecznej. Pozwala to na zaplanowanie i wypracowanie możliwie najbardziej skutecznych działań, modyfikację aktualnych programów profilaktycznych, dobór odpowiednich metod i środków.

Wiemy, że młodzież w wieku dorastania jest szczególnie zagrożona zachowaniami ryzykownymi. Dynamika i zakres zmian, jakich doświadczają młodzi ludzie w okresie dojrzewania sprawiają, że niektórzy z nich, czując się zagubieni, sfrustrowani, sięgają po różne niebezpieczne dla ich zdrowia i życia substancje. Niekiedy młodych ludzi skłania do tego normalna w tym wieku ciekawość, chęć przypodobania się kolegom lub po prostu sprzeciw wobec obowiązujących norm i zasad, a ich młode organizmy są szczególnie narażone na uzależnienie. Dlatego właśnie naszymi badaniami objęliśmy młodzież w tym

przedziale wiekowym – uczniów gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych. Naszym celem było m.in. zdiagnozowanie skali zjawiska używania narkotyków, przyczyn, dla których niektórzy młodzi ludzie sięgają po substancje psychoaktywne, ich wiedzy na temat narkomanii.

Nie mogliśmy także pominąć rodziców badanych uczniów, jako osób im najbliższych i wciąż jeszcze w pełni odpowiedzialnych za opiekę i wychowanie swoich niepełnoletnich dzieci. Zależało nam, aby rozpoznać m.in. jaki jest poziom wiedzy rodziców na temat zjawiska narkomanii, czy potrafią rozpoznać „sygnały ostrzegawcze”, które mogą świadczyć o zażywaniu środków psychoaktywnych przez ich dziecko, czy wiedzą, gdzie mogą szukać pomocy, gdy zajdzie taka potrzeba.

Stowarzyszenie profilaktyczne „Brzeg” od początku swojej działalności (2003r.) zajmuje się szeroko rozumianą profilaktyką.

Tylko w ostatnich sześciu latach zrealizowaliśmy 227 godzin zajęć profilaktyczno-edukacyjnych z uczniami szkół podstawowych, gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych na terenie Tarnobrzega, którymi objęliśmy 1589 osób. Dzięki tym zajęciom, młodzież m.in. poszerzyła wiedzę o środkach psychoaktywnych i skutkach ich zażywania, określiła, jakie czynniki są ważne przy podejmowaniu decyzji.

W tym czasie odbyło się także 79 godzin zajęć z rodzicami. Były to pogadanki z elementami warsztatu z zakresu profilaktyki uzależnień, w których uczestniczyło w sumie 1746 rodziców. Rodzice w trakcie pogadanek zostali zapoznani z problemami okresu dojrzewania oraz z tym, jakie zachowania ryzykowne może podejmować młodzież w tym wieku – alkohol, narkotyki, dopalacze, przemoc. Otrzymali również informacje o tzw. sygnałach ostrzegawczych świadczących o pierwszych próbach i eksperymentach ze środkami psychoaktywnymi. Poznali czynniki ryzyka i czynniki chroniące przed tymi zachowaniami oraz otrzymali listę placówek i instytucji świadczących pomoc w trudnych sytuacjach emocjonalnych, wychowawczych i kryzysowych. Po zajęciach rodzice indywidualnie mogli skorzystać z porad, pomocy i wsparcia w punktach konsultacyjnych.

Jesteśmy przekonani, że przeprowadzona przez nas diagnoza aktualnego stanu rzeczy w zakresie stosowania środków psychoaktywnych przez tarnobrzecką młodzież, pozwoli zarówno nam, jak i innym organizacjom na zaplanowanie i wypracowanie jeszcze bardziej skutecznych działań.

W naszej publikacji prezentujemy szczegółowe wyniki badań ankietowych, przykładowe scenariusze zajęć z dziećmi i rodzicami oraz wykaz instytucji, które w Tarnobrzegu świadczą pomoc na rzecz osób borykających się z problemem uzależnień oraz prowadzą działania profilaktyczne w tym zakresie.

Halina Pasławska
Przewodnicząca
Stowarzyszenia Profilaktycznego „Brzeg”

PROFILAKTYKA NARKOMANII

Analiza ankiet

Profilaktyka narkomanii ma takie same cele jak profilaktyka innych uzależnień. Są to wszelkie działania wspierające prawidłowy rozwój dziecka, pomagające młodemu człowiekowi radzić sobie w trudnych sytuacjach życiowych. Profilaktyka to, także uczenie zachowań prospołecznych, przekazywanie wiedzy na temat otaczającego świata i zagrożeń, na jakie może być narażony nastolatek w rozwoju. Profilaktyka ma swoje punkty wspólne z wychowaniem i dlatego można słyszeć takie opinie. „Jak dobrze wychowuje się dzieci, wtedy profilaktyka nie jest potrzebna”. Moim zdaniem jest to poniekąd prawda, jeżeli chodzi o profilaktykę pierwszorzędową związaną z promocją zdrowego stylu życia, uczenie kompetencji społecznych takich jak: komunikowanie się w grupie, podejmowanie decyzji, radzenie sobie z presją nakłaniającą do negatywnych zachowań, budowanie poczucia własnej wartości, radzenie sobie z przeciążeniem psychicznym z konfliktem. To także rozbudzanie zainteresowań. Z takimi zadaniami mogą poradzić sobie nauczyciele jak i rodzice. Czy zawsze sobie radzą? Pewnie bywa różnie. Jeżeli mamy do czynienia z eksperymentowaniem używkami, zachowaniami ryzykownymi, wtedy potrzebny jest specjalista: psycholog, pedagog, profilaktyk, socjoterapeuta. Znajomość zagadnień związanych z uzależnieniami i pomocą, może być obca rodzicom a nawet nauczycielom. Nowoczesny model profilaktyki opiera się na założeniu, że „braki tkwiące w człowieku” powodują zwracanie się w stronę uzależnień. Te „braki” związane są często z wychowaniem w rodzinie np.: budowaniem poczucia własnej wartości, stwarzaniem poczucia bezpieczeństwa, zaspakajaniem potrzeby miłości, akceptacji, uznania.

Profilaktyka narkomanii ma za zadanie nie tylko wspierać rozwój dziecka, ale nie dopuścić do brania substancji narkotycznych. A jeżeli dzieci zaczynają brać narkotyki, to zadaniem profilaktyki jest doprowadzenie do wycofania się z tego działania.

ANALIZA ANKIET DLA MŁODZIEŻY

Badanie ankietowe młodzieży w Tarnobrzegu było jednym z zadań projektu „Mówimy NIE narkotykom i innym szkodliwym substancjom” współfinansowanego przez Urząd Miasta Tarnobrzeg.

Badaniem ankietowym objęto młodzież w wieku 14-17 lat. Była to młodzież niepełnoletnia (ze szkół gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych: zasadniczych zawodowych, technikum, liceum). Przebadano 9% młodzieży z tego przedziału wiekowego. Ankieta była anonimowa.

Wiek dorastania jest dość burzliwym okresem. Nastolatek musi określić swoją tożsamość, uwolnić się od więzów z rodzicami. Nie zawsze wiek adolescencji kończy się w wieku 18 lat. Wiek 18 lat wyznaczony jest jako granica pełnoletniości. Pełnoletniość wiąże się z autonomią. Autonomia to nic innego jak umiejętność radzenia sobie z różnymi zadaniami i branie odpowiedzialności za swoje decyzje i czyny.

W okresie dojrzewania następuje głód wrażeń, który powoduje próbowanie rzeczy zakazanych (alkohol, narkotyki). Jest to też okres, w którym proces uzależniania przebiega szybciej niż u dorosłych i również ma większe konsekwencje zdrowotne.

Celem badania ankietowego było rozpoznanie zachowań ryzykownych związanych z używaniem narkotyków przez młodzież (14-17 lat) w mieście Tarnobrzeg. Tarnobrzeg jest miastem powiatowym o liczbie mieszkańców ok. 48 tys.

Hipotezy postawione przez badających to:

- 10% młodzieży eksperymentuje ze środkami narkotycznymi
- najczęściej używane narkotyki to marihuana i amfetamina
- młodzież posiadająca zainteresowania i czynnie w niezaangażowana nie używa narkotyków
- status materialny i szkolny w niewielkim stopniu wpływa na używanie narkotyków
- młodzież z problemami rodzinnymi i szkolnymi częściej sięga po narkotyki
- młodzież posiada wiedzę o szkodliwości używania narkotyków

Hipotezy postawiono na podstawie wiedzy i doświadczenia osób badających oraz wcześniejszych badań na ten temat.

Ankieta zawiera 23 pytania. Są to pytania zamknięte i otwarte. **Badana młodzież określała swój wiek i płeć. Badaniem objęto: 45% dziewczyn i 55% chłopców:**

- w wieku 17 lat – 43%
- w wieku 16 lat – 23%
- w wieku 15 lat – 29%
- w wieku 14 lat – 5%

Najwięcej rodziców badanych dzieci było z wykształceniem średnim.

Matka:

- średnie – 40 %
- wyższe – 28 %
- pomaturalne – 17%
- podstawowe – 8%
- licencjat – 6%
- zasadnicze zawodowe – 1%

Ojciec:

- średnie – 44 %
- wyższe – 23 %
- pomaturalne – 17%
- podstawowe – 10%
- licencjat – 4%
- zasadnicze zawodowe – 2%

Poziom materialny rodziny może mieć wpływ na zachowania ryzykowne młodzieży, ale nie jest on jedynym wyznacznikiem takich zachowań. W literaturze fachowej można znaleźć informacje o narkomanii wśród młodzieży z tak zwanych „dobrych domów”, gdzie wykształcenie rodziców i życie materialne jest na poziomie dobrym lub bardzo dobrym, a wpływ na sięganie po narkotyki mają takie czynniki, jak osamotnienie, wychowanie bez wartości, dużo swobody a zero obowiązków, brak zainteresowań itp.

Tarnobrzeska ankietowana młodzież oceniała poziom materialny swoich rodzin. Badanie ankietowe było przeprowadzane w klasach szkolnych. Klasy, po konsultacjach z badającymi, wyznaczały szkoły.

Najwięcej młodzieży zaznaczyło **poziom materialny dobry**.

- dobry – 48%
- przeciętny – 25%
- bardzo dobry – 23%
- ubogi – 4%

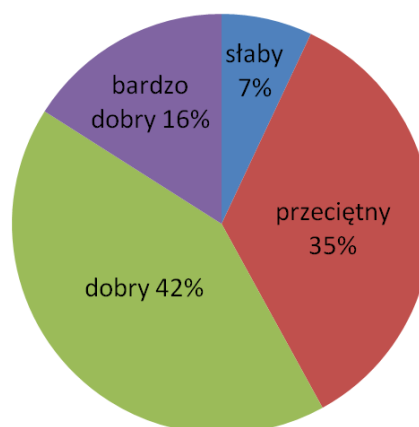
Wśród młodzieży z poziomem materialnym dobrym i bardzo dobrym 30 osób eksperymentowało z narkotykami, co stanowi 11% badanej młodzieży. Wiekowo przedstawia się to następująco (w stosunku do liczby badanych w określonym przedziale wiekowym):

- 14 lat – 0%
- 15 lat – 4%
- 16 lat – 17%
- 17 lat – 14%

Analiza tego pytania jest przybliżona gdyż liczba badanych osób w wieku 14 lat była najmniejsza w stosunku do innych grup wiekowych.

Na pytanie „Jakim jesteś uczniem?” Odpowiedziano:

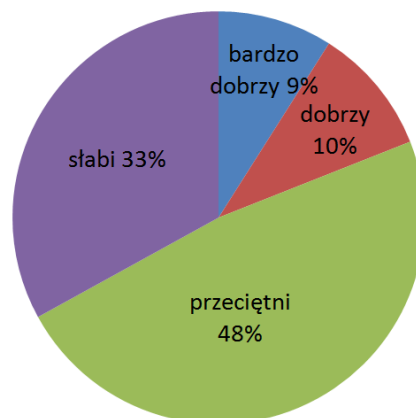
- dobrym – 42%
- przeciętnym – 35%
- bardzo dobrym – 16%
- słabym – 7%



Najwięcej eksperymentuje z narkotykami młodzież, która oceniła siebie jako przeciętnych uczniów, co stanowi 48% (wśród wszystkich, którzy zaznaczyli, że próbowali narkotyków).

Następnie uczniowie:

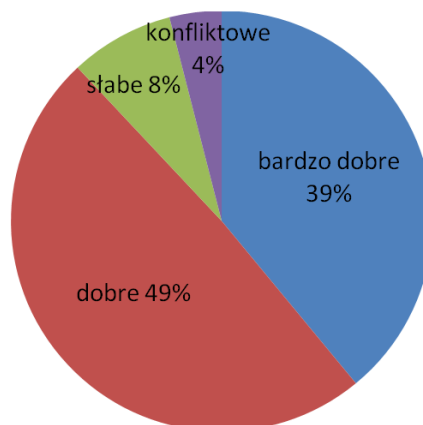
- słabi – 33%
- dobrzy – 10%
- bardzo dobrzy – 9%



W pytaniach ankietowych uwzględniono czynniki chroniące przed uzależnianiem się od środków psychoaktywnych m.in. samoocena związana ze szkołą, kontakty rówieśnicze, zainteresowania, relacje w rodzinie.

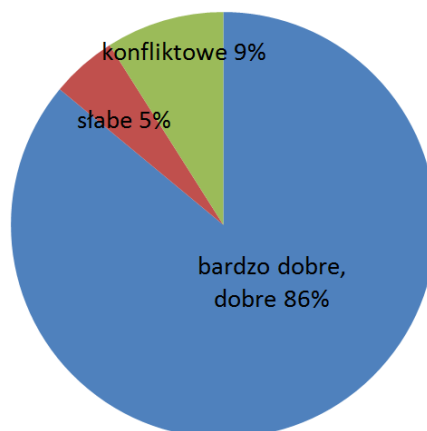
Pytanie „**Jak oceniasz swoje relacje w grupie rówieśniczej?**”:

- dobrze – 49%
- bardzo dobrze – 39%
- słabe – 8%
- konfliktowe – 4%



Osoby, które zaznaczyły, że próbowały narkotyków (jeden i więcej razy), oceniły swoje relacje w grupie rówieśniczej jako:

- dobre i bardzo dobre – 86%
- konfliktowe – 9%
- słabe – 5%



Używanie narkotyków odbywa się przeważnie na imprezach. Młodzież robi to z grupą kolegów i dlatego przeważają dobre relacje z rówieśnikami.

Pytanie o zainteresowania–(pytanie wielokrotnego wyboru):

- sport – 65%
- muzyka – 56%
- gry komputerowe – 33%
- film – 32%
- taniec – 16%,
- literatura –15%
- malowanie, rysowanie –13%

Inne wypowiedzi: motoryzacja, informatyka, podróże, gotowanie, opieka nad zwierzętami, język obcy. Tylko 2% napisało, że niczym się nie interesuje.

„Ile godzin poświęcasz na realizację zainteresowań?”:

- 5 i więcej godz. –34%
- 3 i 4 godz. – 30%
- 2 godz. –19%
- 1 godz. – 12%
- 0,5 godz. –5%

Problemy szkolne, rodzinne często są czynnikiem wpływającym na zachowania ryzykowne. Problemy wywołują trudne emocje, z którymi uczeń nie umie sobie poradzić. Chcąc rozładować nadmiar złych emocji- złość, smutek, lęk - sięga po narkotyki. Zagłuszanie emocji poprzez narkotyki może stać się sposobem na radzenie sobie z nim i co gorsze prowadzić do uzależnienia.

Czynniki zwiększające prawdopodobieństwo zainteresowania się narkotykami („Narkotyki przy tablicy”– Marzena Pasek, W-wa 2000):

- Alkoholizm jednego z rodziców
- Rodzice poza domem
- Brak norm i zasad regulujących zachowanie dziecka
- Tolerancyjny stosunek rodziców do narkotyków
- Słabe oceny, brak wiary we własne możliwości.

Dodam jeszcze wysoki poziom konfliktów w rodzinie, rodzice zmienni emocjonalnie, rozwód rodziców, przemoc w rodzinie, konflikty z rówieśnikami, osamotnienie, niemożność sprostania wysokim wymaganiom rodziców może powodować poszukiwanie grupy nieakceptowanej społecznie.

Na pytanie „Czy obecnie przeżywasz jakieś problemy szkolne?”:

- tak –17 %
- nie –83%

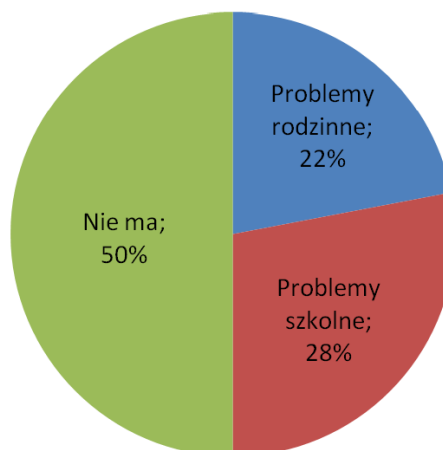
„Czy przeżywasz jakieś problemy w rodzinie?”:

- tak – 9%
- nie – 91%

Można z tego wnioskować, że duża grupa młodzieży czuje się w szkole i w domu dobrze.

A jak to się przedstawia w grupie, która eksperymentuje z narkotykami?:

- problemy szkolne – 28%
- problemy rodzinne – 22%



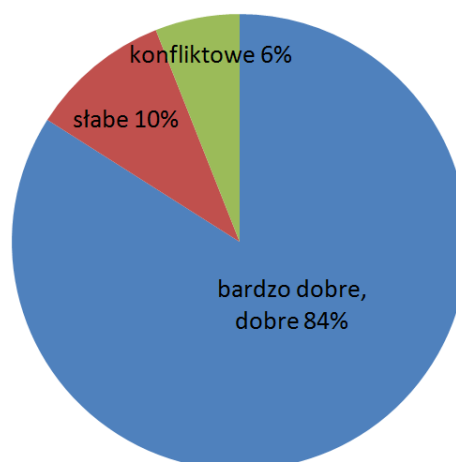
Młodzież bez problemów szkolnych i rodzinnych w większości zażywała narkotyki jeden raz, bądź 2-5 razy. W większości dla zaspokojenia ciekawości.

Pytanie „**Jak oceniasz swoje relacje z rodzicami?**”.Badana młodzież odpowiedziała, że ich relacje są:

- bardzo dobre – 50%
- dobre – 43%
- słabe – 5%
- konfliktowe – 2%

Wśród młodzieży eksperymentującej z narkotykami:

- bardzo dobre i dobre – 84%
- słabe – 10%
- konfliktowe – 6%



12-ste pytanie dotyczyło sposobów radzenia sobie z problemami przez młodzież. „**Co robisz, gdy przeżywasz problemy szkolne, rodzinne, towarzyskie, inne?**” (było to pytanie wielokrotnego wyboru):

- rozmawiam z przyjaciółmi – 56%
- słucham muzyki – 60%
- rozmawiam z mamą – 44%
- rozmawiam z tatą – 20%
- płaczę – 23%
- jeżdżę na rowerze – 13%
- biegam – 11%
- sięgam po używki (piwo, wódka, narkotyki) – 5%
- nic nie robię – 10%
- korzystam z komputera – 14%
- wszczynam konflikty – 3%
- szukam pomocy u specjalistów – 2%

Przeważają takie sposoby radzenia sobie z problemami jak: słuchanie muzyki, rozmowa z przyjaciółmi, czyli z osobami w tym samym wieku, rozmowa z mamą. Rozładowanie trudnych emocji odbywa się także poprzez ruch (bieganie, jazda na rowerze), sięganie po używki, gry komputerowe. Badana młodzież nie obdarzyła zaufaniem nauczycieli, księży gdyż nie uwzględniła ich w swoich wypowiedziach.

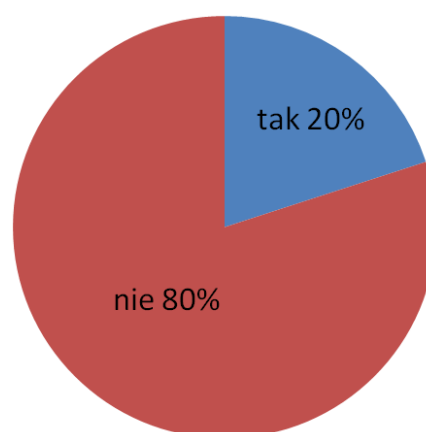
Jak radzi sobie z problemami młodzież używająca narkotyków? Sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami są podobne do rówieśników niebiorących narkotyków.

Najwięcej odpowiedzi uzyskały takie sposoby, jak:

- słucham muzyki – 64%
- rozmawiam z przyjacielem – 58%
- rozmawiam z mamą – 20%
- rozmawiam z rodzeństwem – 17%
- sięgam po używki – 24%
- nic nie robię – 13%
- płaczę – 24%
- rozmawiam z tatą – 13%
- rozmawiam ze specjalistą – 3%
- wszczynam konflikty – 3%

„Czy używałeś kiedykolwiek substancji narkotycznych (narkotyki, dopalacze)?”:

- tak – 20%
- nie – 80%



Używanie narkotyków wg grup wiekowych w stosunku do liczby badanych w tych grupach:

- 14 lat – 8%
- 15 lat – 9%
- 16 lat – 22%
- 17 lat – 27%

Uczniowie sięgali po narkotyki takie, jak: (wielokrotny wybór)

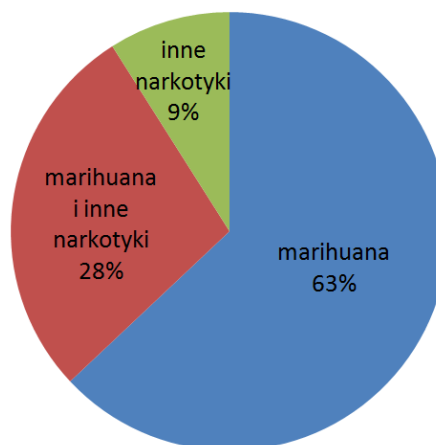
- marihuana – 83%
- dopalacze – 20%
- amfetamina – 13%
- duże ilości niektórych leków – 9%
- kokaina – 7%
- heroina – 7%
- ekstazy – 7%
- substancje halucynogenne – 4%

Największa liczba osób paliła marihuanę. Marihuana jest bez wątpienia narkotykiem. Dyskusje wokół niej typu –to tylko lekki narkotyk, powinien być zalegalizowany, powoduje, że młodzież częściej po niego sięga dając takie same argumenty na swoje usprawiedliwienie. Nie bacząc na skutki jego używania. Niebezpieczeństwo palenia marihuany wynika także z popularności i powoływanie się na jej medyczne zastosowanie. Medyczne jej zastosowanie to inna sprawa i nie dotyczy ludzi młodych i zdrowych. Marihuana jest narkotykiem zawierającym substancje psychoaktywne. Jak wszystkie substancje psychoaktywne zmienia świadomość, opóźniając rozwój emocjonalny. Przy długotrwałym stosowaniu pojawiają się objawy takie jak: zaburzenia snu, zaburzenia pamięci, zaburzenia koncentracji uwagi (np.: wypadki samochodowe), ograniczanie kontaktów z innymi, myślenie porozrywane, brak umiejętności rozwiązywania problemów, zanik zainteresowań, lęk, niepokój. Najłatwiej zauważalne u osoby palącej dla otoczenia są: apatyczność, ospałość, mniejsza energia w działaniu, rozkojarzenie, zanik zainteresowań, brak ambicji, pogorszenie pamięci.

Bezpośrednio po użyciu marihuany mogą być poszerzone źrenice, gadatliwość, przyrost apetytu, wesołkowatość, chwiejność nastroju, słodko-mdławy zapach włosów lub taki sam zapach w pokoju, gdzie pali się marihuanę. Marihuana uzależnia psychicznie. Po odstawieniu nie ma głodu ani delirium tylko „głód psychiczny”. Do ponownego zapalenia trawki (grassa, marychy, skuna, gandzi) zmusza psychika, a nie ciało. Rzadko dealerzy mają czysty surowiec marihuany. Zazwyczaj bywa z domieszką innych środków psychoaktywnych lub substancji chemicznych, często toksycznych. Uzależnienie psychiczne od marihuany wymaga długotrwałej terapii, gdyż głód psychiczny jest trudny do przezwyciężenia. Warto jeszcze wspomnieć, że palenie marihuany zwiększa ryzyko zachorowań na choroby psychiczne (schizofrenię, depresję, myśli samobójcze). Nawet po odstawieniu można ją wykryć w organizmie przez 10 dni i dłużej, gdyż pewne substancje w niej zawarte odkładają się w tkance tłuszczowej organizmu. Marihuana bywa pierwszym narkotykiem, który może powodować sięganie po inne narkotyki.

Wśród badanej młodzieży:

- 68% brało samą marihuanę
- 28% brało marihuanę i inne narkotyki
- 9% nie paliło marihuany tylko używało innych narkotyków



Następnym środkiem psychoaktywnym używanym przez młodzież tarnobrzeską są dopalacze. Bierze je 4% całej populacji badanej młodzieży, a 20% jest wśród eksperymentujących z narkotykami. Dopalacze o zróżnicowanym składzie działają na układ nerwowy w podobny sposób, jak znane dotychczas narkotyki. W związku z zakazem stosowania przez prawo pewnych substancji toksycznych i psychoaktywnych, producenci dopalaczy zmieniają ciągle ich skład. Są produkowane żeby ominąć zakazy narkotykowe. Nieznany skład powoduje, że ich przedawkowanie lub toksyczność uniemożliwia skuteczną pomoc medyczną. Producenci nie podają ich składu chemicznego, żeby nie wejść w kolizję z prawem. Ich cel to zysk finansowy i uzależnianie osób. Im więcej osób uzależnionych, tym oni są bogatsi. W Polsce dopalacze wprowadzono jako produkty kolekcjonerskie. Przyjmowanie ich wiąże się z utratą życia lub zdrowia. Dopalacze mogą być pochodzenia ziołowego, które zawierają związki halucynogenne (susze lub ekstrakt). Są też pochodzenia syntetycznego (tabletki) działające podobnie jak amfetamina, haszysz. Szczególnie niebezpieczny jest mefedron działający podobnie jak kokaina. Dopalacze mogą uszkodzić każdy organ człowieka. Do objawów należą: ból głowy, bóle w klatce piersiowej, stany lękowe, śpiączka, niewydolność nerek, wątroby, stany silnej agresji. Silna agresja może prowadzić nawet do zabójstwa lub samobójstwa. Inne objawy mogące świadczyć o zażyciu

dopalaczy to: oczopląs, nudności, omamy słuchowe i wzrokowe, nadmierna potliwość, migotanie przedsionków, nagły wzrost ciśnienia tętniczego.

Trzecie miejsce wśród używających narkotyki zajmuje amfetamina. Amfetamina silnie uzależnia psychicznie. Na początku brania daje wrażenie dużej energii i mocy. Silnie pobudzając powoduje nadruchliwość, gadatliwość, możliwość dłuższego działania niż normalnie-czasem bez snu, usuwając zmęczenie. Na chwilę polepsza koncentrację, zwiększa poczucie pewności siebie, odsuwa lęk. Gdy narkotyk przestaje działać, zapasy energetyczne organizmu wyczerpują się, następuje zmęczenie, senność. Przy wydalaniu amfetaminy z organizmu pojawia się niepokój, obniżone napięcie mięśni, bóle głowy, myśli samobójcze, omamy słuchowo-wzrokowe, bezsenność. Z czasem, dla lepszego efektu, zażywający musi jej brać o wiele więcej. To prowadzi do stanów lękowych. Uzależnienie od amfetaminy zwykle kończy się chorobą psychiczną. Z tego widać, że skutki zażywania amfetaminy są pozorne pozytywne. W dłuższej perspektywie przynoszą degradację człowieka. Amfetamina występuje w postaci białego proszku o gorzkawo-cierpkim smaku. Nieoczyszczona ma kolor żółty. Występuje także w formie białych tabletek.

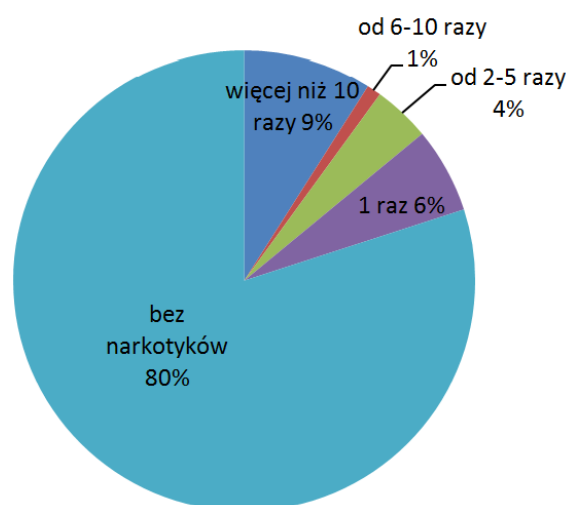
Uzależnienie od amfetaminy, marihuany, czy dopalaczy prowadzi do wyłączenia się z prawdziwego życia. Osoby uzależnione szukają zazwyczaj ciepła, bezpieczeństwa, miłości, uznania, odreagowania stresu. Nie mogąc zaspokoić swoich potrzeb naturalnie, sięgają po sztuczne środki, które zamiast zaspokoić ich potrzeby, narażają ich zdrowie i życie.

Następne pytanie, to: „**Jeśli używałeś narkotyki to ile razy?**”

- więcej niż 10 razy – 43 %
- 6-10 razy – 6%
- 2-5 razy – 19%
- 1 raz – 32%

Jeżeli chodzi o całą badaną populację młodzieży, to:

- więcej niż 10 razy – 9%
- 6-10 razy – 1%
- 2-5 razy – 4%
- 1 raz – 6%



Można wnioskować, że 10% młodzieży w wieku od 14-17 lat uzależnia się od narkotyków.

Na pytanie „**Czy używałeś substancji narkotycznych w ostatnim czasie?**” Były następujące odpowiedzi:

Osoby zażywające narkotyki:

- w ciągu ostatniego tygodnia – 19%
- w ciągu ostatniego miesiąca – 28%
- w ciągu ostatnich 6-ciu miesięcy – 23%
- ponad 6 miesięcy temu – 30%

Cała badana młodzież:

- w ciągu ostatniego tygodnia – 4%
- w ciągu ostatniego miesiąca – 5%
- w ciągu ostatnich 6-ciu miesięcy – 5%
- ponad 6 miesięcy temu – 6%

„Co skłoniło cię do używania narkotyków?” (wielokrotny wybór):

- ciekawość – 67%
- koledzy – 24%
- chęć przeżycia czegoś zakazanego – 28%
- potrzeba doznania nowych wrażeń – 24%
- chęć poprawy nastroju – 24%
- problemy w szkole – 9%
- problemy w domu – 9%

Młodzież uważa, że jest łatwy dostęp do narkotyków (tak sądzi 65% badanych). Przeciwnego zdania jest 6%, a nie ma zdania na ten temat 29%.

Miejsca, w których używane są narkotyki wg młodzieży(43%), która stwierdziła, że wie gdzie są one używane, to:

- na imprezach – 32%
- na koncertach – 15%
- w klubie – 15%
- na dyskotekach – 18%
- na podwórku – 15%
- w domu – 12%
- w szkole lub w jej pobliżu – 10%

Imprezy, dyskoteki najczęściej są wymieniane jako miejsca, w których młodzież nie tylko bawi, relaksuje się, ale także dla dobrej zabawy używa narkotyków.

W szkołach istnieją programy profilaktyczne. Także różne organizacje, stowarzyszenia prowadzą zajęcia profilaktyczno-edukacyjne z dziećmi i młodzieżą. **A czy młodzież zna**

zagrożenia wynikające z używania narkotyków? 79% napisało że zna zagrożenia, a 21% że ich nie zna.

Młodzież wymieniła takie zagrożenia jak: problemy zdrowotne, choroby, uzależnienie, zaburzenia świadomości, śmierć, problemy z koncentracją uwagi, zaburzenia psychiczne, nadpobudliwość, konflikty z rówieśnikami, problemy rodzinne, problemy z myśleniem, finansowe, bezpłodność, agresja. **Można stwierdzić, że młodzież w większości zna zagrożenia, jakie niosą z sobą narkotyki.**

A jak przedstawia się znajomość zagrożeń w grupie używającej narkotyki?

- 17% nie zna zagrożeń
- 24% zna, ale ich nie wymienia
- 59% zna i je opisuje



Ostatnie pytanie brzmi „**Kto informował Cię o zagrożeniach wynikających z używania narkotyków?**”. Pierwsze i drugie miejsce zajmują nauczyciele i rodzice. Cieszy to, ponieważ największy udział w wychowaniu mają właśnie rodzice i nauczyciele.

- nauczyciele – 67%
- rodzice – 53%
- specjaliści(pedagog, profilaktyk itp.) – 35%
- dowiedziałem się z mediów – 33%
- dowiedziałem się od kolegów – 16%
- nikt mnie nie informował – 6%
- dowiedziałem się z książek – 7%

Podsumowanie:

- 20% młodzieży próbowało narkotyków.
- 10% brało wielokrotnie, co może sugerować, że grozi tej ilości młodzieży uzależnianie się od narkotyków. Młody, niedojrzały organizm szybciej się uzależnia niż organizm dojrzały.
- Najczęściej używane narkotyki to marihuana (83%), dopalacze (20%) i amfetamina (13%).
- W całej populacji badanych osób stanowi to odpowiednio marihuana (13%),dopalacze (4%), amfetamina (3%).

- Najwięcej osób zażywało narkotyki z ciekawości (67%), następnie z chęci spróbowania czegoś zakazanego (28%). Niewiele mniej zażyło narkotyki, bo chciało doznać nowych wrażeń (24%). Taki sam procent zażywało dla poprawy nastroju i za namową kolegów. Problemy w szkole i w domu jako powód stanowiły 18%.
- Miejsca, w których młodzież zażywa narkotyki to: imprezy, dyskoteki, koncerty, podwórko a także dom i szkoła.
- Młodzież uważa, że ma łatwy dostęp do narkotyków (65% badanych).
- 1/5 młodzieży pisze, że nie zna zagrożeń wynikających z zażywania narkotyków (to jest około 20%).
- 80% zna zagrożenia, jakie niosą narkotyki i prawidłowo je wymienia
- Najwięcej z narkotykami eksperymentowała młodzież, która określała siebie jako przeciętnych i słabych uczniów.
- Poziom materialny rodziny nie miał wpływu na zażywanie narkotyków.
- Zainteresowania młodzieży w większości to sport, muzyka, gry komputerowe. W tym badaniu nie wykazały różnicy w braniu bądź nie braniu narkotyków.
- Młodzież biorąca narkotyki ma podobne sposoby radzenia sobie z problemami, jak młodzież niebiorąca. Ta pierwsza sięga po używki, gdy przeżywa problemy w 24%, co stanowi 5% badanej młodzieży.
- Osoby informujące badaną młodzież o szkodliwości zażywania narkotyków to nauczyciele, rodzice, specjaliści.

Literatura:

Elliott J. Place M. Dzieci młodzież w kłopotach, WSiP, Warszawa 2000

Łuczak E. Przemiany w rozwoju zjawiska narkomanii, WSH, Pułtusk, 2004

Jakubowska B. Zanim spróbujesz. Program profilaktyki uzależnień dla uczniów, PARPA, W-wa, 1994

Karpowicz P. Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie, Instytut Wydawniczy Kreator, Białystok, 2003

Maxwell R. Dzieci, alkohol, narkotyki, GWP, Gdańsk, 1999

Pasek M. Narkotyki przy tablicy, Wyd. „Toret”, Warszawa, 2000

Rogers P. D. Goldstein L. Narkotyki i nastolatki. Zagrożenia, zapobieganie, leczenie GWP, Gdańsk, 2004

ANALIZA BADAŃ ANKIETOWYCH – RODZICE

Badaniem ankietowym objęto rodziców dzieci w wieku 14-17 lat. Celem ankiety było rozpoznanie wiedzy, jaką posiadają rodzice na temat narkomanii. Profilaktyka odnosi sukces, jeżeli odbywa się we współpracy z rodzicami. Szkoły, stowarzyszenia, różne organizacje prowadzące profilaktykę uzależnień, powinny ściśle współpracować z rodziną. Współpraca daje większe szanse pomocy dzieciom w trudnych sytuacjach wychowawczo. Jest ona jedną z najtrudniejszych relacji międzyludzkich. Współpracując należy określić cel nadrzędny. W profilaktyce będzie to dbanie o prawidłowy rozwój dziecka i niedopuszczenie do zachowań ryzykownych. A jeżeli już wystąpią, wtedy celem będzie minimalizowanie skutków tych zachowań. Rodzice powinni być partnerami w wychowaniu. Nie są nimi, jeśli przychodzą do szkoły tylko na wywiadówki i na wezwanie, kiedy dziecko coś „zbroi”. Stają się klientem, a nie partnerem. Z mojego doświadczenia wynika, że rodzice często sami nie garną się do tej współpracy. Zapraszani na warsztaty edukacyjne do szkoły przychodzą w niewielkim procencie i przeważnie nie mają czasu na dłuższe niż godzinne spotkanie. Ponadto nie chcą rozmawiać o swoich problemach w grupie rodziców i wymieniać doświadczenia. Myślą, że jak będą mówić o kłopotach, to odbije się to na dziecku w szkole. Potrzeba dużo czasu i wysiłku ze strony edukatora, żeby zmienić nastawienie rodziców. Gdy już je zmieniają wtedy okazuje się, że potrafią i chcą poświęcić więcej czasu na współpracę i edukację. To szkoła powinna wychodzić naprzeciw rodzicom i włączać ich w różne formy współpracy. I tak też dzieje się w różnych szkołach. Rodzice biorą udział w imprezach szkolnych. Spotkania z rodzicami prowadzone są w przyjaznej atmosferze, gdzie panuje dialog, a nie wystąpienie „z góry” nauczyciela. Szkoły organizują spotkania ze specjalistami od profilaktyki przy okazji wywiadówek. Jedni rodzice chwalą ten sposób spotkań, inni uważają to za przymus uczestniczenia w nich. Zawsze będą rodzice „za”, rodzice na „nie” i obojętni. Bywa, że dyskutujemy i przejmujemy się tymi na „nie”, a zapominamy o tych obojętnych, których w pierwszej kolejności należałoby pozyskać do współpracy. Zmiana myślenia rodziców o szkole swojego dziecka wymaga czasu, cierpliwości i konsekwencji nauczycieli w zmienianiu wzajemnych relacji. Patrząc wstecz na współpracę rodzic-szkoła i obecnie można stwierdzić, że zmiany idą powoli, ale w dobrym kierunku.

Badaniem ankietowym objęto 248 rodziców – 178 kobiet i 70 mężczyzn.

Wiek badanych:

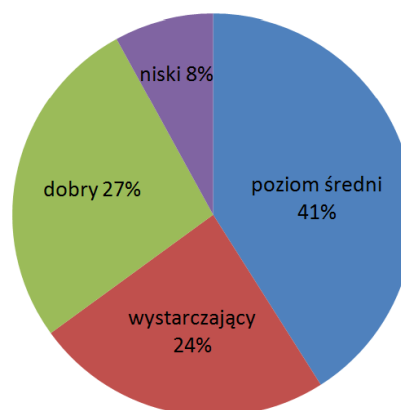
- 30-40 lat – 24%
- 40-50 lat – 59%
- 50-60 lat – 17%

Najwięcej rodziców było z wykształceniem średnim (36%), wyższym (25%). Następnie z wykształceniem zasadniczym zawodowym (23%), pomaturalnym (8%), z licencjatem (5%), podstawowym (3%).

Na pytanie „**Czy znane jest Pani/Panu zjawisko narkomanii?**” „tak” odpowiedziało 92% rodziców, a „nie” odpowiedziało 8% rodziców.

Rodzice oceniali także poziom swojej wiedzy na temat narkomanii:

- 41% oceniło ją na średnim poziomie
- 24% na poziomie wystarczającym
- 27% na poziomie dobrym
- 8 % na poziomie niskim



Można wnioskować, że tylko 8% rodziców nie wie o zjawisku narkomanii.

Wiedza rodziców na temat narkomanii pochodzi:

- z mediów (prasa, radio, telewizja, Internet) – 48%
- ze szkoły, do której uczęszcza dziecko – 23%
- od znajomych – 16%
- policji – 7%
- kościoła – 2%
- poradni Psychologicznych, Zdrowia – 2%
- MOPR – 1%

Media odgrywają dużą rolę w życiu rodzin. Większość rodzin posiada telewizor a i wszechobecny jest Internet, dlatego wiedza rodziców z tych właśnie źródeł nie jest zaskoczeniem. Nauczyciele na spotkaniach z rodzicami poruszają tematy uzależnień lub zapraszają specjalistów i dlatego na drugim miejscu wiedza rodziców pochodzi ze szkoły dziecka.

Na pytanie „**Gdyby Pani/ Pana dziecko zażywało narkotyki, czy potrafiłaby Pani/ Pan to rozpoznać?**” „tak” odpowiedziało 68%, „nie” odpowiedziało 32% badanych.

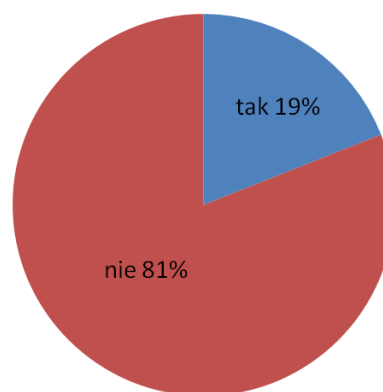
Rozpoznanie przez rodziców objawów zażywania narkotyków jest bardzo ważne, gdyż często, jako pierwsi mogą je zaobserwować, np.: kiedy dziecko wraca nocą z imprezy i używało narkotyków. Mogą zaobserwować zmiany w zachowaniu – rozszerzone źrenice lub niereagujące na zmianę światła, przekrwione spojówki, przyrost apetytu, szybkie mówienie, stan dużego pobudzenia. Dzieci używające narkotyki mogą mieć w swoim pokoju akcesoria typu: torebki z białym proszkiem, torebki z przypominającą wysuszoną nacią pietruszki, fifki,

bibułki, fajeczki). Mają często słodkavo-mdławy zapach włosów. Inne objawy to: wesołkowatość, nagłe zmiany nastroju nawet do euforii, unikanie kontaktu z rodzicami po powrocie do domu, mogą także wystąpić ataki lęku lub silna agresja (dopalacze). Rodzice, którzy znają swoje dziecko, szybko zauważą zmiany w zachowaniu i wyglądzie, które nie będą związane z okresem dorastania, ale z używaniem substancji psychoaktywnych.

Objawy wymieniane przez rodziców, które mogłyby świadczyć o braniu narkotyków przez dziecko to: zmiany nastroju, brak chęci do nauki, agresja, awantury, separowanie się od najbliższych, rozmowność, zapach w pokoju, ślady na ciele (ślady po wstrzyknięciach), problemy finansowe.

„Czy w Pani/Pana rodzinie były osoby uzależnione od alkoholu, narkotyków, leków?”:

- tak – 19%
- nie – 81%



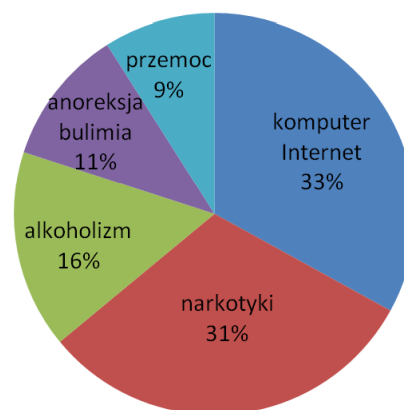
Autorzy różnych publikacji podkreślają rolę systemów rodzinnych związanych z uzależnieniem (P. Karpowicz „Narkotyki”). U młodocianych narkomanów w rodzinie często występował alkoholizm, który dotyczył kogoś ze starszego pokolenia – ojca, dziadka, matkę, stryja. Dzieci z rodzin gdzie występuje uzależnienie od środków psychoaktywnych, hazardu, pracy, leków, bardziej narażone są na zachowania ryzykowne od dzieci z tak zwanych zdrowych rodzin. Zły wpływ na wychowanie mogą mieć też przekonania rodziców na temat dzieci np.: dziecko nie zasługuje na szacunek, poczucie własnej wartości jest dla dziecka szkodliwe, surowość i kary przygotowują go do życia, chwalenie może go uczynić zarozumiałym, rodzice zawsze mają rację, okazywanie dziecku miłości jest dla niego szkodliwe. Takie przekonania mają przeważnie rodzice, którzy sami byli w ten sposób traktowani przez swoich rodziców. Co potwierdza rolę systemów rodzinnych.

„Czy chciałaby się Pani/Pan dowiedzieć czegoś jeszcze o uzależnieniach i innych problemach? Jeśli tak, to o jakich?”:

- tak – 71%
- nie – 28%

Rodzice, którzy chcieliby się dowiedzieć o uzależnieniach na pierwszym miejscu postawili:

- komputer, Internet – 33%
- narkotyki – 31%
- alkoholizm – 16%
- anoreksja/bulimia – 11%
- przemoc – 9%



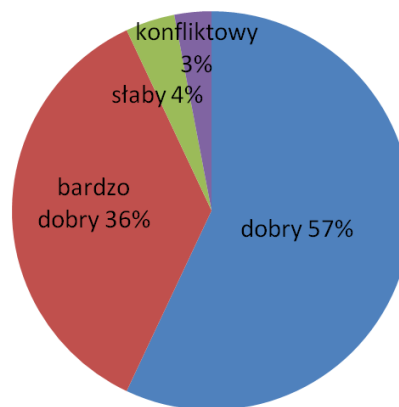
„Od kogo chciałaby/chciałby Pani/Pan dowiedzieć się o uzależnieniach?”:

- od specjalistów od uzależnień – 57%
- pedagoga – 14%
- lekarza – 13%
- policjanta – 9%
- nauczyciela – 6%
- pracownika socjalnego – 1%

Z wypowiedzi rodziców wynika, że najlepiej sobie cenią spotkania ze specjalistami od profilaktyki i uzależnień. Nauczyciele zapraszając na warsztaty i prelekcje o uzależnieniach specjalistów, trafiają w ich zapotrzebowania.

Następne pytania dotyczyły relacji rodzic-dziecko. Rodzice oceniali swój kontakt z nastolatkiem:

- dobry – 57%
- bardzo dobry – 36%
- słaby – 4%
- konfliktowy – 3%



Rodzice, podobnie jak ich dzieci napisali, że kontakty z nimi mają dobre i bardzo dobre (93%). Taki sam procent zaznaczyła młodzież.

Rodzice uważają, że dzieci chętnie rozmawiają z nimi o swoich problemach (77%), w tym:

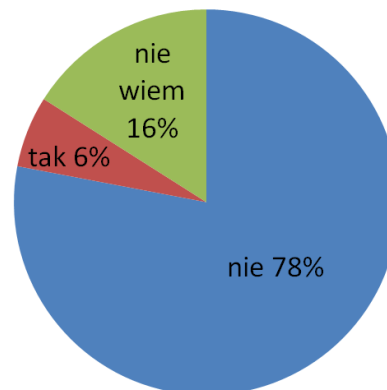
- często – 37%
- dość często – 40%

- rzadko rozmawia o swoich problemach – 22%
- nigdy – 1%

Młodzież zaznaczyła rodziców na trzecim miejscu – z wynikiem 44% matka i 20% ojciec.

„Czy Pani/Pana dziecko przeżywa kłopoty szkolne, rodzinne, inne?”:

- nie – 78%
- nie wiem – 16%
- tak – 6%



Młodzież napisała, że przeżywa kłopoty szkolne (17%) i rodzinne (9%).

„Jeśli tak, to jakie?” Rodzice wymieniali przeważnie problemy związane z nauką szkolną: wagary, trudności w nauce, słabe wyniki w nauce.

Na pytanie **„Czy Pani/Pana dziecko zna skutki używania narkotyków?”** odpowiedzieli rodzice:

- tak – 87%
- nie wiem – 12%
- nie – 1%

79% badanej młodzieży na podobne pytanie odpowiedziała „tak”, a 21% „nie”.

„Czy zdarzyło się Pani/Pana dziecku upić alkoholem?”:

- nie – 81%
- tak – 19%

„Czy zdarzyło się Pani/Pana dziecku używać narkotyki?”:

- nie – 98%
- tak – 2%

2% rodziców zauważyło, że ich dziecko bierze narkotyki. 20% młodzieży napisało, że eksperymentuje z narkotykami. Może rodzice nie potrafią rozpoznać jak piszą (32%) lub zaprzeczają bojąc się, że jak dziecko bierze, to są złymi rodzicami. Zaprzeczanie jest jedną z form (nieskuteczną) obrony przed problemami związanymi z narkotykami i nie dopuszczanie do świadomości, że może to dotyczyć mojego dziecka.

Podsumowanie:

- 92% rodziców pisze, że zna zjawisko narkomanii.
- Wiedza o zjawisku narkomanii rodziców w większości pochodzi z mediów (48%) i ze szkoły (23%).
- Poziom tej wiedzy ocenili w 92% jako średni, wystarczający, dobry. 8% oceniło jako niski.
- 31% rodziców badanych ankietowo chciałoby się jeszcze więcej dowiedzieć o narkotykach.
- 57% chciałoby, aby wiedzę o uzależnieniach przekazywał im specjalista od uzależnień.
- 32% nie rozpoznałoby, gdyby dziecko zażywało narkotyki. 68% umiałoby to rozpoznać.
- 87% rodziców uważa, że ich dziecko zna skutki używania narkotyków.
- 19% przyznaje, że w ich rodzinach były osoby uzależnione od środków psychoaktywnych.
- Rodzice ocenili swój kontakt z nastolatkiem jako dobry i bardzo dobry – 93%.
- 16% nie wie o kłopotach swoich dzieci.

WNIOSKI Z BADAŃ ANKIETOWYCH MŁODZIEŻY I RODZICÓW

- Hipoteza, że 10% młodzieży eksperymentuje z narkotykami była błędna. 10% uzależnia się od narkotyków, a eksperymentuje z nimi 20%.
- 16% młodzieży używającej narkotyków ma relacje z rodzicami słabe i konfliktowe.
- Tyle samo rodziców (16%) nie wie o problemach swoich dzieci.
- 17% młodzieży przeżywa problemy szkolne i 9% problemy rodzinne.
- Po narkotyki częściej sięgają uczniowie przeciętni i słabi, czyli tacy, którzy nie mają sukcesów w nauce.

Powyższe dane potwierdzają założenie, że młodzież z problemami częściej sięga po środki psychoaktywne.

- Rodzice pomimo swojej wiedzy na temat zjawiska narkomanii (92%) i dobrych relacji z dziećmi (93%) nie zawsze potrafiliby rozpoznać czy syn lub córka bierze narkotyki. Odnosi się to do 36% rodziców.
- Rodzice w dalszym ciągu potrzebują wiedzy o narkomanii (31%) i wiedzy o uzależnianiu się młodzieży i dzieci od Internetu, komputera (33%).
- 2% rodziców wie, że ich dziecko brało (5-ciu rodziców) Pozostali rodzice nie posiadają wiedzy na ten temat, albo nie zauważają innego zachowania dziecka (wynikającego z używania narkotyków). Takie zachowania mogą tłumaczyć okresem dojrzewania.
- 9% rodziców przyznaje, że w ich rodzinach było uzależnienie od środków psychoaktywnych. W rodzinach uzależnionych od alkoholu, narkotyków jest większe

przyzwolenie na picie alkoholu i narkotyzowanie się. Częściej też dochodzi do przemocy, konfliktów, zaniedbania wychowawczego. Takie sytuacje mają szczególny wpływ na zachowania ryzykowne młodzieży – m.in. narkotyzowanie się (P. Karpowicz „Narkotyki” Rozdz. I „Uzależnienie od narkotyków”- Rola rodziny).

Literatura:

Babiuch M. Jak współpracować z rodzicami trudnych dzieci, WSiP, Warszawa, 2002

Elliott J., Place M. Dzieci i młodzież w kłopotach, WSiP, Warszawa, 2000

Kałdon B. Rodzina dysfunkcyjna a problem narkotyzowania się młodzieży, w Wybrane obszary dysfunkcyjności rodziny Pod Red. Dudka M., Wyd 2 Krasnystaw, 2010

Karpowicz P. Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie, Instytut Wydawniczy „Kreator”, Białystok, 2002

Zajączkowski K. Profilaktyka uzależnień a wartości. Przewodnik dla rodziców, Wyd. „Jedność”, Kielce, 2002

RODZINA A UZALEŻNIENIA

Rodzina jest dla dziecka pierwszym i najważniejszym środowiskiem wychowawczym. Od rodziców dziecko oczekuje zaspokajania potrzeb materialnych i psychicznych takich jak: bezpieczeństwa, miłości, uznania, szacunku, akceptacji. To rodzice stwarzają warunki do rozwoju emocjonalnego dziecka. Zaspokajanie potrzeb zależy od emocjonalnego stosunku rodziców do dziecka. Patrząc na rodzinę jako system można stwierdzić, że każda rodzina dźwiga pokoleniowe dziedzictwo. Przekazy pokoleniowe często kształtują zachowania wychowawcze rodzin. Rodzice, którzy sami w dzieciństwie nie zaznali ciepła, bliskości, szacunku, a doświadczyli odrzucenia, przemocy bądź traumy związanej z ciągłym konfliktem w rodzinie, zazwyczaj mają trudności w stworzeniu rodziny bezpiecznej z prawidłowymi relacjami między dziećmi i rodzicami. Teorie systemowe opisują charakterystyczne cechy rodzin, które są powodem powstawania uzależnień. Rodzina jest prekursorem zachowań patologicznych dzieci. Rodzice kształtują osobowość dziecka, która może być podatna na uzależnienia. Badania narkomanów wykazały, że pochodzą oni w większości z rodzin rozbitych i konfliktowych. Konflikty w rodzinie, powodują sytuacje stresogenną dla dzieci i są jednym z czynników wpływających na uzależnienia. Inne czynniki powodujące uzależnienia to: uzależnienie w rodzinie, przemoc w rodzinie, traumy związane z rozwodem, nieprawidłowa komunikacja w rodzinie. Zła komunikacja w rodzinie może osłabiać więzi między dziećmi a rodzicami. Dzieci nieodczuwające więzi z rodzicami są bardziej narażone na presję rówieśników do brania narkotyków lub innych substancji psychoaktywnych. W rodzinie gdzie jest ciepło, wzajemny szacunek, bliskość, miłość i prawidłowe relacje rodzinne, jest małe prawdopodobieństwo, że dziecko będzie brało narkotyki lub szukało zrozumienia w subkulturach, gdzie dochodzi do zachowań ryzykownych (picie alkoholu, narkotyzowanie się). Często słyszę, od rodziców, że złe zachowania dziecka powodują rówieśnicy, szkoła, media (Internet, telewizja, prasa). To prawda, że rówieśnicy mogą namawiać do złego. Szkoła też może nie zaspokajać potrzeby uznania. Media pokazują przemoc i inne patologie. Dziecko z dobrym „oparciem” w rodzinie – kochającej go i szanującej jego uczucia mniej jest narażone na zachowania dewiacyjne. Oczywiście, że wzorce kulturowe i ekonomiczne także oddziałują na zachowania dorastających dzieci. W społeczeństwach konsumpcyjnych ważniejszy jest zysk finansowy niż zdrowie młodzieży. Dlatego lepiej wmawiać, że marihuana nie szkodzi, a amfetamina pomoże ci zdobyć szczyty swoich możliwości, tak potrzebnych do osiągnięcia sukcesów i coraz większej wydajności w pracy. Rodzice uczą dzieci od najmłodszych lat stylu konsumpcyjnego, kupując dziecku różne rzeczy i pozwalając odpowiedni czas spędzać przed telewizorem i komputerem. To od nich zależy ile czasu dziecko 3-letnie, czy 7-letnie siedzi przed telewizorem i jak rozumie pokazywane treści.

Dobra, prawidłowa rodzina nie stwarza warunków do uzależnień. Natomiast rodziny z niewłaściwymi postawami rodzicielskimi wpływają na zachowania dewiacyjne dzieci a tym samym na uzależnianie się od substancji psychoaktywnych.

Dawid Field (za M. Ryś „Systemy Rodzinne”) wymienia pięć systemów rodzinnych opartych o relacje rodzic-dziecko. W czterech systemach postawy rodziców są niewłaściwe. To rodziny chaotyczne, rodziny władzy, rodziny nadopiekuńcze, rodziny uwikłane. Te rodziny mogą wpływać na uzależnienie się dzieci od alkoholu, narkotyków, Internetu, hazardu, nikotyny. Rodzinę chaotyczną cechuje brak norm i zasad. Istnieje za to zmienność oczekiwań i wymagań. Raz dziecko za dane zachowanie może być pochwalone, innym razem skarcone. W takiej rodzinie nie istnieją bliższe więzi pomiędzy rodzicami i dziećmi. Rodzice w kontaktach z dziećmi kierują się nastrojami. Często ignorują dzieci lub je wykorzystują. Rodzina chaotyczna pozbawiona jest głębszych więzi emocjonalnych. Panuje w niej konflikt, napięcie, brak poczucia bezpieczeństwa i konsekwencji rodziców wobec dzieci. Postawę rodziców cechuje znieważanie dzieci, używanie siły i wytykanie im błędów. Kary stosowane przez rodziców poniżają dziecko. Dzieci czują się niekochane i mało wartościowe. Zdane są na swoją zaradność. Do rodziców mają ambiwalentne uczucia miłości i gniewu. Z takiego domu dzieci odchodzą zbyt wcześnie i jeżeli powracają, to jedynie z poczucia obowiązku. Rodzina chaotyczna, to rodzina rozdarta, źle zorganizowana, bez miłości, czułości i wzajemnej pomocy. (Ryś M., „Systemy rodzinne”, str.11)

Rodzina władzy – to rodzina gdzie rodzice oczekują bezwzględności posłuszeństwa dzieci. Komunikacja przebiega w jednym kierunku od rodziców przekazujących zakazy, nakazy, polecenia, dzieciom. W tej rodzinie przekłada się zasady nad stosunki i relacje między członkami rodziny. Najważniejsze są obowiązki domowe. Dzieci są pod silną władzą rodziców. Oczekiwania są duże wobec nich, często przekraczające ich możliwości. W takiej rodzinie dzieci wiedzą, czego się od nich oczekuje, ale nie czują się kochane i ważne. Nikt nie daje im wsparcia i nikt nie rozmawia o problemach. W rodzinie władzy istnieje wyraźna struktura. Na czele przeważnie jest ojciec, a reszta rodziny podporządkowana. Styl życia małżonków cechuje surowość. Okazywanie miłości odbywa się poprzez wykonywanie obowiązków. Rodzice są przede wszystkim krytyczni, mało cierpliwi, stosują swoisty dryl. Zachowanie dzieci nigdy nie jest dostatecznie dobre i zadawalające. Postępy dzieci rodzice przyjmują jako coś oczywistego. Czas spędzany z dziećmi wykorzystują na pouczanie ich. Dzieci przeżywają lęk i frustrację, co powoduje deformację osobowości. Wychowywanie w bezwzględnym posłuszeństwie, braku oparcia i bezpieczeństwa w rodzinie powoduje u dzieci niskie poczucie wartości. Wzorując się na rodzicach, często pojawiające się problemy rozwiązują siłą. Dzieci z takich rodzin opuszczają jak najszybciej dom. Odwiedziny rodziców są rzadkie i tylko z poczucia obowiązku. (Ryś M., „Systemy rodzinne”, str. 12)

Rodzina nadopiekuńcza – to rodzina unikająca konfliktów. Rodzice w takiej rodzinie wyręczają dzieci prawie we wszystkim i nie mają żadnych oczekiwań względem nich. Dzieci są otaczane przesadną troską i miłością. W ten sposób czynią ich nieporadnymi i sprawiają, że czują obawy przed samodzielnością. Wszystkie plany i obowiązki rodzice podporządkowują pod dzieci. Dzieci mają pozycję wpływową i stale domagają się pomocy od rodziców. Rodzice całą uwagę poświęcają dzieciom. Pytają ich czego potrzebują, by spełnić ich

oczekiwania. Patrząc na takich rodziców można stwierdzić, że boją się zdecydowanie wypełniać swojej roli. Władzę w rodzinie mają dzieci. Dzieci z takich domów łatwo ulegają presji rówieśników. Dorastając stawiają żądania i nie chcą by narzucano im obowiązków. Rodziny nadopiekuńcze opóźniają moment odejścia dzieci z domu. Dzieci boją się, że nie poradzą sobie w życiu bez pomocy rodziców. Do domu rodzinnego wracają często i chętnie. Rodzice ingerują w życie małżeńskie swoich dorosłych dzieci.(Ryś M. „Systemy rodzinne”, str.14,15)

Rodzina uwikłana – to rodzina gdzie rodzice silnie są zorientowani na siebie. Rodzice myślą i działają za dziecko. Istnieje obsesyjne związanie z dziećmi, co uniemożliwia dziecku rozwój. Małżeństwo jest na ogół nieszczęśliwe. Związanie z dziećmi służy tylko zaspokajaniu potrzeb rodziców. Rozładowanie wrogości rodziców wobec siebie, odbywa się poprzez silną koncentrację na dzieciach. Następuje manipulacja dziećmi, która powoduje, że dzieci nie mają pola manewru. Wytworzone poczucie winy w dzieciach sprawia, że odkładają swoje potrzeby na rzecz rodziców. Dzieci starają się odgadywać oczekiwania rodziców i do nich dostosować swoje zachowanie. Brak jest otwartości w komunikacji w rodzinie. W takich rodzinach występuje szantaż emocjonalny. Dzieci mają trudności w sferze uczuciowej, gdyż nie pozwala się im pokazywać prawdziwych emocji. Z takiego domu dzieci nie odchodzą, jeśli nawet fizycznie się wyprowadzają. Rodzice manipulują już dorosłymi dziećmi. Manipulują, żeby być na pierwszym miejscu w ich życiu. Takie zachowanie rodziców powoduje stałe napięcie i niepokój dzieci.(Ryś M. „Systemy rodzinne”, str. 16)

Rodzina prawidłowa, inaczej nazywana zdrową – to rodzina z otwartą komunikacją. Władze w rodzinie sprawują rodzice i dzieci mogą na nich polegać. W rodzinie panuje wzajemny szacunek i zaufanie. Rodzice potrafią ze sobą współpracować dla dobra i rozwoju każdego członka rodziny. Troska i zaspokajanie potrzeb psychicznych dzieci tworzy rodzinę silną i spójną. W takiej rodzinie panuje ciepło, zaufanie, miłość i poszanowanie praw i uczuć innych. Rodzice ustalają normy i zasady panujące w rodzinie. Dzieci przekraczające normy są dyscyplinowane, ale niepozbawiane miłości i opieki. Rodzice zostawiają przestrzeń dzieciom, aby mogły być sobą. Pojawiające się problemy są ujawniane i rozwiązywane. Dzieci są pewne siebie i otwarte na nowe wyzwania w życiu. Jako dorosłe osoby chętnie wracają do domu rodzinnego. (Ryś M. „Systemy rodzinne”, str.13, 14)

Malicka M. w „Bajkoterapii” rozpatrując lęki dzieci wyróżnia jeszcze rodzinę współzależną i rodzinę niepełną.

Rodzina współzależna – czyli rodzina z problemem alkoholowym lub narkotykowym. Dzieci w takich rodzinach żyją w ciągłym zagrożeniu, przeżywając wstyd i upokorzenie. W takich rodzinach często występuje przemoc. Rodzic niepijący ma tendencje do ukrywania trudnej sytuacji rodzinnej. Dzieci mogą mieć poczucie winy, że ta trudna sytuacja rodzinna jest z ich powodu, bo nie są np.: zbyt grzeczne lub gorzej się uczą. „Jestem winny, bo sprowokowałem rodzica do topienia smutku lub złości w alkoholu.” W rodzinie uzależnionej nigdy nie rozmawia się o uczuciach. Taka rodzina nie zaspokaja potrzeb psychicznych dzieci. Osoba niepijąca łączy się bardzo ze sobą dziećmi szukając w nich sprzymierzeńców i obarczając ich swoimi problemami. Życie rodziny skupia się na alkoholiku i wszystkie plany

i działania związane są z nim. Oczekuje się od dzieci, by ukrywały to, co się dzieje w domu. Mają zaprzeczać faktom, przeżywanym emocjom i udawać ze wszystko jest w porządku. Dzieci z takich rodzin żyją w ciągłym lęku i czują się gorsze od innych dzieci. Aby poradzić sobie z trudną sytuacją w rodzinie i przykrymi emocjami podejmują różne role: bohatera rodzinnego, kozła ofiarnego, błazna i marzyciela-samotnika. W dorosłym życiu dzieci z rodzin alkoholowych często sięgają po alkohol, narkotyki chcąc obniżyć lęk i znieść poczucie niższej wartości.

Rodzina niepełna może być z powodu śmierci jednego z rodziców, długiego wyjazdu jednego z rodziców za granicę, rozwodu. Śmierć rodzica buduje poczucie bezradności i lęk, że może zabraknąć drugiego opiekuna. Zostają zerwane więzi i dzieci tęsknią za nieobecnym rodzicem. Lęk i smutek powoduje nieadekwatne zachowania. Może nastąpić ucieczka w chorobę lub zamykanie się w sobie. Śmierć rodzica pozbawia także dzieci przykładu pełnienia roli kobiety lub mężczyzny.

Rozwód – powoduje u dzieci zachwianie poczucia bezpieczeństwa. Czują się odrzucone, zdradzone i małoważne. Wyzwała to u nich poczucie bycia gorszym, budzi poczucie krzywdy i lęk. Dzieci zastanawiają się, co złego zrobiły, że zostały porzucone. Bywa też, że rodzice wykorzystują je w walce ze sobą i zmuszają do określenia się po czyjej są stronie. Rodzice zajęci swoimi konfliktami zostawiają dzieci na boku nie bacząc na ich emocje i frustracje. Dzieci, aby zwrócić na siebie uwagę, zachowują się nieodpowiednio np.: wagarując, pijąc alkohol, uciekają z domu. Ściągają uwagę na siebie, by przekonać się, czy rodzicom jeszcze zależy na nich.

Nie wszystkie rodziny funkcjonują prawidłowo. Bolesna relacja małżeńska skutkuje dysfunkcyjnym rodzicielstwem. Jeżeli następują trudności w wypełnianiu ról rodzicielskich, to są instytucje i organizacje społeczne, które pomagają w kryzysie rodzinnym. Rodzice mogą skorzystać z terapii małżeńskiej lub całe rodziny z terapii rodzinnej. Dzieci mogą otrzymać pomoc indywidualnie bądź grupowo. Zaprzeczanie i ukrywanie problemów nie posuwa rodzinę do przodu, a wręcz przeciwnie, cofa ją w rozwoju powodując krzywdę jej członków.

Literatura:

Maxwell R. Dzieci Alkohol Narkotyki, GWP, Gdańsk, 1993

Malicka M.:Bajkoterapia,Wyd. Media Rodzinne, Poznań, 2002

Ryś M. Systemy Rodzinne, CMPP-P, Warszawa, 2004

Satir W. Terapia rodziny, GWP, Gdańsk, 2000

Halina Pasławska

PRZYKŁADOWE SCENARIUSZE ZAJĘĆ PROFILAKTYCZNO-EDUKACYJNYCH

1. MOJE MOCNE STRONY

Celem zajęć jest wypracowanie umiejętności dostrzegania swoich zalet – mocnych stron, wzmocnienie poczucia własnej wartości oraz rozwijanie umiejętności autoprezentacji.

POZIOM WIEKU UCZESTNIKÓW

uczniowie starszych klas szkoły podstawowej, uczniowie gimnazjum

CZAS TRWANIA – 1 godzina lekcyjna

METODY PRACY

- dyskusja klasowa
- uzupełnianie zdań
- mini wykład

POMOCE

przybory do pisania, arkusze papieru, karty pracy dla uczniów

PRZEBIEG ZAJĘĆ

- Rozmowa z uczniami na temat tego, co potrafią robić najlepiej, jak radzą sobie w różnych sytuacjach, jakie są ich mocne strony.
- Wykonanie przez każdego ucznia „wizytówki” swoich zalet.

Mam na imię.....

Najlepiej potrafię.....

Jestem dumny(a) z siebie, gdy.....

Czuję się świetnie, gdy.....

Najmilsze dla mnie wydarzenia w ostatnim czasie, to.....

- List do nowego kolegi (nowej koleżanki).

Prowadzący prosi uczniów, aby każdy z nich napisał list do nowo poznanego kolegi (koleżanki), w którym zaprezentuje siebie, dostarczy adresatowi jak najwięcej informacji na swój temat. Ważne jest, aby uczniowie uwzględnili swoje zalety – mocne strony.

Należy podkreślić, że ważne jest, aby każdy człowiek akceptował siebie i opierając się na swoich mocnych stronach, pracował nad swoimi słabościami.

2. WSTYD, LĘK, NIEPOKÓJ, ZŁOŚĆ – JAK RADZIĆ SOBIE Z TYMI UCZUCIAMI?

Celem zajęć jest nauka rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji oraz zachęcenie uczniów do rozmowy o sytuacjach dla nich trudnych, kiedy towarzyszą im takie emocje, jak np. wstyd, lęk, niepokój, złość. Poznanie sposobów radzenia sobie z tymi emocjami.

POZIOM WIEKU UCZESTNIKÓW

uczniowie starszych klas szkoły podstawowej, uczniowie gimnazjum

CZAS TRWANIA – 2 godziny lekcyjne

METODY PRACY

- praca w małych grupach
- psychodrama
- dyskusja klasowa
- rozwiązywanie problemów
- uzupełnianie zdań

POMOCE

przybory do pisania, duże arkusze papieru, karty pracy dla uczniów

PRZEBIEG ZAJĘĆ

- Rozmowa z uczniami w kręgu na temat emocji, uczuć, jakie przeżywają na co dzień.

Prowadzący przekazuje uczniom podstawowe informacje na temat sfery uczuciowej człowieka. *Podkreśla, że na co dzień towarzyszą nam różne emocje, czasem również takie, jak np. wstyd, lęk, niepokój i inne.* Proponuje uczniom podzielenie się swoimi doświadczeniami na ten temat.

- Jeżeli uczniom trudno będzie mówić o przykrych doświadczeniach, mogą to zrobić w formie pisemnej, np. dokończyć (przygotowane przez prowadzącego) zdania, np.:

Wstydę się, gdy.....

Najbardziej boję się.....

Odczuwam niepokój, gdy.....

Jest mi przykro, kiedy.....

Jestem zły(ła), gdy.....

Prowadzący zbiera kartki i odczytuje je (nie podając nazwiska autora) na forum klasy.

- Praca w małych grupach

Uczniowie w 5-6 osobowych grupach przygotowują scenariusze scenek (sytuacje z życia młodzieży), w których bohaterowie przeżywają wstyd, lęk, niepokój, złość itp. oraz sposoby radzenia sobie w sytuacjach wywołujących te emocje.

- Uczniowie odgrywają scenki, a wybrana grupa 2-3 uczniów spisuje na ich podstawie sposoby radzenia sobie w sytuacjach wywołujących przykre uczucia.
- Podsumowanie zajęć – dyskusja klasowa

Uczniowie przedstawiają na forum klasy sposoby radzenia sobie z uczuciami takimi, jak lęk, wstyd, złość, a wszyscy zastanawiają się i dyskutują nad ich skutecznością.

3. TRUDNE SYTUACJE I TRUDNE DECYZJE

Celem zajęć jest rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji oraz współpracy w grupie.

POZIOM WIEKU UCZESTNIKÓW

uczniowie starszych klas szkoły podstawowej, uczniowie gimnazjum

CZAS TRWANIA – 2 godziny lekcyjne

METODY PRACY

- praca w małych grupach
- psychodrama
- dyskusja klasowa
- rozwiązywanie problemów

POMOCE

przybory do pisania, arkusze papieru

PRZEBIEG ZAJĘĆ

- Rozmowa z uczniami w kręgu na temat sytuacji, w których podjęcie decyzji było trudne lub łączyło się z jakimś ryzykiem.

Uczniowie powinni przypomnieć sobie, jak się wtedy zachowywali, co czuli i jakie były konsekwencje ich decyzji.

- Odgrywanie scenek „Nasze decyzje”.

Prowadzący proponuje uczniom, aby wymyślili i odegrali scenki przedstawiające sytuacje, w których bohaterowie muszą podjąć trudną decyzję. Uczniowie mają za zadanie zastanowić się i pokazać, jakie mogłyby być konsekwencje ich decyzji.

Uczniowie dobierają się w kilkusobowe grupy i wykonają zadanie.

- Na zakończenie prowadzący wspólnie z uczniami jeszcze raz omawia każdą sytuację szukając wszystkich możliwych, pozytywnych rozwiązań. Zapisuje je na tablicy.

4. NARKOTYKI – ZAGROŻENIE DLA ZDROWIA I ŻYCIA

Celem zajęć jest propagowanie zdrowego stylu życia. Zapoznanie uczniów z działaniem narkotyków na organizm człowieka. Uświadomienie uczniom, że są to substancje, których nawet jednorazowe użycie może spowodować bardzo poważne konsekwencje dla zdrowia i życia.

POZIOM WIEKU UCZESTNIKÓW

uczniowie starszych klas szkoły podstawowej, uczniowie gimnazjum

CZAS TRWANIA – 2 godziny lekcyjne

METODY PRACY

- mini wykład
- praca w małych grupach
- dyskusja klasowa
- rozwiązywanie problemów
- rysunek

POMOCE

przybory do pisania, rysowania, flamastry, duże arkusze papieru, karty pracy dla uczniów

PRZEBIEG ZAJĘĆ

- Wpływ narkotyków na organizm – mini wykład.

Prowadzący krótko przedstawia uczniom podstawowe informacje o narkotykach, jako środkach bardzo silnie uzależniających. Mówi, że występują one pod wieloma postaciami, powodują w krótkim czasie silne uzależnienie i wyniszczenie całego organizmu prowadzące nawet do śmierci.

- Praca w grupach „Dlaczego niektórzy młodzi ludzie sięgają po środki psychoaktywne?”

Prowadzący dzieli uczniów na grupy (5-6 osób), rozdaje duże arkusze papieru, przybory do pisania i prosi o wypisanie przyczyn, dla których, ich zdaniem, niektórzy młodzi ludzie sięgają po narkotyki i dopalacze. Uczniowie wykonują zadanie i prezentują na forum klasy.

- Dyskusja na forum klasy na temat wpływu narkotyków na organizm młodych ludzi i przyczyn ich zażywania.

Uczniowie, pod kierunkiem nauczyciela, dyskutują ze sobą, dzieląc się swoją wiedzą (np. z różnych publikacji, filmów) i refleksjami na temat wpływu narkotyków na organizm młodego człowieka oraz przyczyn, dla których niektórzy sięgają po te środki.

Prowadzący ostrzega uczniów, aby nigdy nie próbowali zażywać substancji, które nie są im znane, a które mogą być środkami narkotycznymi. Informuje uczniów, że jeżeli ktokolwiek namawiałby ich do zażycia takiego środka, powinni poinformować o tym rodziców, wychowawcę lub inną osobę dorosłą.

- Plakat „Wybieramy zdrowie – mówimy NIE narkotykom”

Uczniowie dobierają się w kilkusobowe grupy. Prowadzący rozdaje papier i przybory do rysowania. Zadanie uczniów polega na wykonaniu plakatu prezentującego wpływ narkotyków na organizm oraz propagującego zdrowy styl życia – bez używek. Prezentują i omawiają swoje prace.

Następnie, uczniowie pod kierunkiem nauczyciela robią wystawę prac plastycznych w sali lekcyjnej lub na korytarzu szkolnym.

WARSZTAT DLA RODZICÓW

Temat: DOJRZEWANIE MŁODZIEŻY A NARKOTYKI

CELE:

- Zapoznanie z rodzajami narkotyków i ich oddziaływaniem na organizm.
- Uwrażliwienie na zmiany zachodzące w zachowaniu dziecka w okresie dojrzewania.
- Rozwijanie prawidłowej relacji rodzic-dziecko.

METODA: warsztat (praca w grupach, rundka, burza mózgów), mini wykład

UCZESTNICY: rodzice uczniów z klas gimnazjalnych

POMOCE: papier, długopisy, plansze, zdania do uzupełnienia, tablica, kreda

CZAS: 2-3 godz.

PRZEBIEG

1. Nawiązanie kontaktu z rodzicami.
2. Przedstawienie się prowadzącego spotkanie (trenera) i rodziców

Wprowadzenie w temat pogadanki. Krótkie wyjaśnienie – Czym jest okres dojrzewania dzieci i co to są narkotyki.

3. Cechy okresu dojrzewania. Zachowanie się dzieci pod wpływem narkotyków (ćwiczenie)

Uczestnicy spotkania zostają podzieleni na cztery grupy. Dwie grupy na kartkach wypisują cechy i zachowanie dzieci w okresie dojrzewania, a dwie następne grupy zapisują skojarzenia ze słowem narkomania. Praca w grupach zostaje przedstawiona na forum. Na koniec tego ćwiczenia zostaje przedstawiona na planszy lista sygnałów ostrzegawczych mogących świadczyć, że dziecko używa narkotyki i dokładnie omówiona przez trenera.

PLANSZA

- Kłopoty z koncentracją,
- Zaczerwienione spojówki
- Zmiany nastroju
- Ospłość lub pobudzenie
- Zmiana przyjaciół
- Posypianie o różnych porach

- Brak apetytu lub nadmierny apetyt
- Unikanie kontaktu z rodzicami po powrocie do domu
- Nie chce razem spożywać z rodziną posiłków
- Kłamstwa i kręactwa
- Nieuzasadnione wybuchy agresji, częste awantury
- Zwężone lub poszerzone źrenice
- Przewlekły katar
- W pokoju dziecka dziwnie pachnie
- Z domu znikają pieniądze
- Późne powroty
- Zmniejszenie motywacji do nauki, wagary
- Lęki

4. Mini wykład na temat: „Zagrożenia jakie niosą narkotyki dla rozwoju dzieci”.

5. Prawda czy fałsz (ćwiczenie)

Każdy rodzic otrzymuje kartkę ze stwierdzeniami na temat narkotyków. I ma na niej zaznaczyć czy dane stwierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe.

Przykładowe stwierdzenia

- Marihuana to nie narkotyk
- Amfetamina uzależnia psychicznie
- Narkotyki nie powodują agresji itd.

Na forum grupy zostają odczytane prawdziwe i fałszywe stwierdzenia. W razie potrzeby zostają jeszcze omówione przez prowadzącego spotkanie.

6. Co może dziecko chronić przed narkotykami?

Rodzice zgłaszają pomysły na zasadzie burzy mózgów. Pomysły zapisywane są na tablicy.

7. Zakończenie spotkania poprzez zebranie informacji zwrotnych – Co dało ci to spotkanie? O czym chciałbyś się jeszcze dowiedzieć?

INSTYTUCJE I ORGANIZACJE POZARZĄDOWE W TARNOBRZEGU ZAJMUJACE SIĘ PROFILAKTYKĄ UZALEŻNIEŃ, SZCZEGÓLNIE PROFILAKTYKĄ NARKOMANII

W Tarnobrzegu działają 44 stowarzyszenia (według ewidencji UM) i 31 kół, oddziałów stowarzyszeń. Tylko 2 z nich są stowarzyszeniami o charakterze ściśle profilaktycznym: Stowarzyszenie Profilaktyczne „Brzeg” oraz „Kobiety wobec przemocy alkoholowej w rodzinie”. Jednak niektóre z pozostałych stowarzyszeń, a także inne organizacje i placówki w Tarnobrzegu w swoją działalność mają również wpisane zadania profilaktyczne.

Działalność **Stowarzyszenia „Kobiety wobec przemocy alkoholowej w rodzinie”** adresowana jest do rodzin zagrożonych problemem alkoholizmu. Stowarzyszenie prowadzi pomoc psychologiczną, pomoc prawną oraz działalność edukacyjną i informacyjną. Członkowie stowarzyszenia prowadzą również świetlicę środowiskową dla dzieci czynną od poniedziałku do piątku w godz. 14.00 do 18.00 przy Parafii Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Tarnobrzegu.

Stowarzyszenie Profilaktyczne „Brzeg” jest stowarzyszeniem, które dysponuje wykwalifikowaną kadrą do prowadzenia działalności profilaktycznej wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Członkami Stowarzyszenia są bowiem pedagodzy, psycholodzy i terapeuci przygotowani do tego typu działań.

Stowarzyszenie prowadzi:

- zajęcia profilaktyczne dla dzieci i młodzieży w szkołach podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych z zakresu profilaktyki narkomanii, zdrowego stylu życia, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania sytuacji konfliktowych i problemów bez sięgania po środki psychoaktywne
- edukację rodziców w zakresie profilaktyki uzależnień w formie pogadanek interaktywnych w szkołach, punktów konsultacyjnych w sprawach uzależniania się młodzian od narkotyków, dopalaczy i alkoholu
- szkolenia dla nauczycieli, pracowników instytucji pomocowych np.: Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w zakresie rozpoznawania zjawiska narkomanii, oznak świadczących o eksperymentowaniu ze środkami psychoaktywnymi (narkotyków, dopalaczy) i działaniach podejmowanych w stosunku do osób biorących i uzależniających się

Członkowie Stowarzyszenia, prowadząc działania profilaktyczne, wskazują również placówki, w których można uzyskać specjalistyczną pomoc i wsparcie w przypadku uzależnienia od narkotyków i dopalaczy.

Towarzystwo Przyjaciół Dzieci jest stowarzyszeniem, które swoje działania kieruje do dzieci z rodzin ubogich, rozbitych, wielodzietnych, niewydolnych wychowawczo oraz zagrożonych patologią społeczną. W swojej działalności zajmuje się:

- ochroną i promowaniem praw dziecka
- udzielaniem pomocy rodzicom w wykonywaniu zadań opiekuńczych i wychowawczych
- ochroną dziecka przed wszelkimi formami przemocy fizycznej bądź psychicznej
- prowadzeniem profilaktyki w zakresie uzależnień, w tym szczególnie alkoholizmu i narkomanii
- organizowaniem i prowadzeniem placówek wypoczynku wakacyjnego
- prowadzeniem środowiskowych ognisk wychowawczych
- prowadzeniem kół osób niepełnosprawnych

Działania profilaktyczne Towarzystwa są kierowane do dzieci klas IV-VI oraz młodzieży gimnazjalnej, które są beneficjentami środowiskowych ognisk wychowawczych. Każdego roku Towarzystwo obejmuje około 20 osób profilaktyką w formie prelekcji o szkodliwości środków psychoaktywnych (narkotyki, dopalacze) warsztatów dla dzieci, konkursów plastycznych.

Katolickie Centrum Pomocy Rodzinie działające przy Parafii Świętej Barbary w Tarnobrzegu jest wolontariacką agencją informacyjną służącą mieszkańcom wiadomościami dotyczącymi działalności jednostek funkcjonujących przy tarnobrzeskich parafiach oraz innych instytucji oferujących pomoc rodzinie. Centrum dysponuje zespołami specjalistów księży, nauczycieli, terapeutów świadczących pomoc rodzinom, które potrzebują wsparcia – również w przypadku zagrożenia narkomanią. W ramach Apostolatu Trzeźwości pomagają osobom nadużywającym alkoholu, uzależnionym od narkotyków, nikotyny i innych nałogów oraz członkom ich rodzin i ofiarom przemocy.

Wojewódzka Przychodnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia oraz działająca przy niej **Poradnia dla Osób Uzależnionych od Narkotyków** świadczy usługi w zakresie:

- psychoterapii osób dorosłych uzależnionych od alkoholu, narkotyków, hazardu
- psychoterapii osób współuzależnionych (dorosłe osoby mieszkające z alkoholikiem i doświadczające z tego tytułu problemów emocjonalnych i psychicznych)
- psychoterapii DDA (Dorosłe Dzieci Alkoholików – osoby, które z powodu silnych przeżyć w dzieciństwie nie radzą sobie z problemami w dorosłym życiu)
- psychoterapii dzieci i młodzieży używającej lub uzależnionej od substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki)

Psychoterapia dla tych osób odbywa się w formie indywidualnej i grupowej.

W Przychodni prowadzony jest również program CANDIS. Jest to indywidualny, krótkoterminowy program terapeutyczny dla osób mających problemy z powodu używania marihuany lub haszyszu. W programie mogą uczestniczyć osoby powyżej 16 roku życia, które chciałyby ograniczyć lub zrezygnować z używania konopi.

Program obejmuje z reguły 10 sesji trwających 90 min. każda, które realizowane są w ciągu od 2 do 3 miesięcy i mają charakter indywidualnych rozmów z terapeutą. Terapia jest bezpłatna.

Program CANDIS jest wdrażany w Polsce przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii we współpracy z Centralnym Instytutem Zdrowia Psychicznego Uniwersytetu Heidelberga w Mannheim i Uniwersytetem Technicznym w Dreźnie.

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Tarnobrzegu jest placówką publiczną. Zakres i cel jej działania, to pomoc psychologiczno-pedagogiczna i logopedyczna udzielana dzieciom od momentu urodzenia oraz pomoc młodzieży w wyborze kierunku kształcenia i zawodu. Udzielanie rodzicom i nauczycielom pomocy związanej z wychowaniem i kształceniem dzieci i młodzieży a także wspomaganie przedszkoli, szkół i placówek w zakresie realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych. Pracownicy poradni zajmują się szeroko pojętą profilaktyką. W ramach zadań profilaktycznych:

- prowadzą zajęcia z profilaktyki narkomanii dla dzieci i młodzieży na terenie szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych w Tarnobrzegu
- prowadzą edukację rodziców w zakresie profilaktyki uzależnień na terenie szkół w formie pogadanek i warsztatów
- psycholodzy i pedagodzy udzielają porad i konsultacji rodzicom i nauczycielom w zakresie rozpoznawania zjawiska narkomanii, oznak zażywania i zachowania się dzieci i młodzieży eksperymentujących z narkotykami i dopalaczami
- wskazują również instytucje i placówki profesjonalnie zajmujące się i pracujące z dziećmi i młodzieżą, które eksperymentują i już są uzależnione od narkotyków i dopalaczy
- dla nauczycieli prowadzą warsztaty i szkolenia dotyczące rozpoznawania zjawiska narkomani, zasad pracy z dziećmi i młodzieżą eksperymentującymi ze środkami psychoaktywnymi.

Polski Czerwony Krzyż – Zarząd Rejonowy jest organizacją, która swoją działalność kieruje do dzieci, młodzieży, rodzin najuboższych, patologicznych, rodzin osób przebywających w zakładach karnych, bezdomnych, bezrobotnych, samotnych, w podeszłym wieku, chorych, ofiar klęsk żywiołowych i katastrof, osób niepełnosprawnych.

Oprócz zadań statutowych prowadzi działalność profilaktyczną skierowaną do uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Pracownicy PCK docierają do młodzieży poprzez opiekunów Szkolnych Kół PCK organizując dla nich konferencje dotyczące narkotyków i dopalaczy. Nauczyciele otrzymują również ulotki przedstawiające szkodliwe działanie środków psychoaktywnych. Uczniowie, po zapoznaniu się z informacjami dotyczącymi narkotyków, wypełniają ankietę opracowaną przez PCK, w której prezentują wiedzę na poznany temat. W tych samych szkołach są również przeprowadzane konkursy plastyczne z nagrodami dotyczące środków psychoaktywnych.

Informacje na temat zakresu działań w/w instytucji i organizacji pochodzą ze stron internetowych oraz indywidualnych rozmów z ich przedstawicielami.

[illegible]

Notatki: