

## NARKOTYKI



### "Młodzież a narkotyki. Kilka rad dla rodziców"

Można wychować dziecko najlepiej, jak się potrafi, a i tak nie uda się uniknąć wszystkich zagrożeń. Niestety w dzisiejszym świecie rodzice mają szczególnie trudne zadanie, jeśli chodzi o wychowanie swoich dzieci. Nie są w stanie uchronić ich od zagrożeń współczesnego świata. Młodzi ludzie za pośrednictwem internetu mają nieograniczony dostęp do wszelkich informacji. Z jednej strony jest to dobrodziejstwo z drugiej olbrzymie źródło zagrożeń dla kształtującej się jeszcze psychiki młodych ludzi. Często różnorodne "trendy", "mody" bez żadnej korekty płyną w szybki i nieograniczony sposób przez cały świat w ciągu kilku sekund potrzebnych na przesłanie danych. Trzeba pamiętać, że nikt nie bierze narkotyków i innych "wspomagaczy" po to, żeby się uzależnić. Wielu młodych decyduje się na narkotyki tylko na specjalne okazje: "ten jeden raz na ważny egzamin", "tylko przy tym projekcie, w końcu to mój priorytet". Tylko później "tak ważnych" wyzwań, które będą wymagały maksymalnego wysiłku będzie równie dużo. Ten jeden raz na imprezie, może stać się podstawą dobrej zabawy. Wtedy trudno będzie odmówić sobie kolejnych. Ludzie z natury, gdy mają wybór, wolą, by życie było łatwiejsze, bardziej kolorowe, jak w magazynach, które czytają czy w oglądanych filmach. Ludzie nie lubią kiedy "życie boli", więc sięgają coraz częściej po środek przeciwbólowy nie tylko gdy ich boli, ale również wtedy, gdy podejrzewają, iż może ich zboleć. A to już początek drogi do uzależnienia...

Kontakt z narkotykami rozpoczyna się często w wieku 13-14 lat, a najczęstszym miejscem zażywania środków uzależniających są dyskoteki, koncerty, puby, szkoła czyli te miejsca, które skupiają dużą liczbę młodych ludzi. Będąc w grupie kolegów i koleżanek, chcąc dostosować się do obowiązującego w kręgach młodzieży zwyczaju - nie łatwo jest być innym, nie spróbować tego, co pozostali. Dlatego zabawie czy wspólnemu spędzeniu czasu praktycznie zawsze towarzyszy alkohol, papieros, a obecnie coraz częściej jakiś narkotyk. Skupiska młodych ludzi, są miejscem ich rozprowadzania. Częstym powodem sięgania po używki jest ciekawość, poszukiwanie przyjemności lub zwyczajna nuda, którą nastolatek zabija czymś, co zmienia chociaż na chwilę obraz rzeczywistości. Nierzadko też narkotyki traktowane są jako środek łagodzący rozterki, cierpienie duszy. Pomiedzy pierwszym braniem a uzależnieniem jest cienka niewidoczna granica. Nikt z biorących narkotyki nie wie kiedy ją przechodzi. Uzależnienie jest pewnym procesem. Na początku bierze się sporadycznie, nie chodzi tu jeszcze o narkotyk ale o to, że jest przyjemnie, że jest się w pewnej atrakcyjnej grupie, że się wie więcej niż inni. To jak się potoczy dalszy los eksperymentatora zależy w dużej mierze od osobowości, od charakteru i sytuacji rodzinnej. Jeśli jest to nawet krótki epizod, to może on jednak nawet w przypadku jednorazowego doświadczenia okazać się zgubny. Po pewnym czasie, szczególnie wtedy, gdy młody człowiek znajdzie się w trudnej sytuacji, kiedy coś bardzo zaboli, gdy będzie się miało wrażenie, że świat się kończy, wraca właśnie w podświadomości ukryty miły, przyjemny stan tego pierwszego doświadczenia. Z relacji terapeutów wynika fakt, że właśnie te krótkie, wcześniejsze epizody często przeradzają się w "branie". Zatem powiedzmy sobie szczerze-bezpieczni są tylko ci, którzy nigdy nie otworzyli drzwi narkotykom.

Problem narkomanii istnieje w Polsce od wielu lat i obecnie ma tendencje wzrostowe. Istnieje duża różnorodność narkotyków na rynku i są one łatwo dostępne. Ich dystrybucja staje się coraz bardziej agresywna i wszechobecna. Komisja Europejska opublikowała raport Eurobarometru dotyczący postaw młodych Europejczyków wobec substancji psychoaktywnych. Badanie zostało przeprowadzone w drodze wywiadów telefonicznych w maju 2011 roku w 27 krajach członkowskich Unii Europejskiej wśród 12 tys. losowo wybranych osób w wieku 15-24 lata. Pomiar ten stanowił kontynuację badań przeprowadzonych w roku 2002, 2004 i 2008. Prawie we wszystkich krajach europejskich większość respondentów wskazywała na utrudniony dostęp do heroiny, kokainy i ecstasy. Inaczej wyglądała sytuacja z marihuaną. Wśród badanych z Czech odnotowano najwyższe odsetki odpowiedzi świadczących o bardzo łatwym lub dosyć łatwym dostępie do konopi (75%). W przypadku Polski połowa osób potwierdza łatwy dostęp do konopi.

**Prawie we wszystkich krajach UE ponad 90% badanych wskazało na bardzo łatwy lub dosyć łatwy dostęp do papierosów lub innych produktów tytoniowych oraz do alkoholu.**

Najwyższe odsetki respondentów deklarujących używanie konopi w ciągu ostatniego roku odnotowano w Republice

Czeskiej (23%), Hiszpanii (22%) oraz we Francji (21%). Analizując dane z Polski, 72% osób wskazało, że nigdy nie używało konopi, a 14% potwierdziło używanie konopi w ciągu ostatniego roku. Wyniki obu tych wskaźników równe są średniej europejskiej. Wyniki tegorocznego badania, podobnie jak w edycji z roku 2008, wskazały, że internet stanowi główne źródło informacji na temat substancji psychoaktywnych (64% w 2011 roku). 37% badanych wskazało przyjaciół/znajomych jako osoby, do których zwróciliby się o informacje w kwestiach dotyczących narkotyków, a w następnej kolejności byłaby to rodzina lub lekarze/pielęgniarki (po 28%). Co piąty badany zwróciłby się do specjalistycznej placówki. W przypadku kanałów przekazu informacji, za pomocą których młodzi Europejczycy otrzymywali w ciągu ostatniego roku dane na temat skutków i ryzyka używania nielegalnych substancji psychoaktywnych, najwięcej badanych (46%) wskazało na kampanie w mediach, następnie programy profilaktyczne w szkołach (41%) oraz informacje zamieszczone w internecie (39%). Wskaźniki dla Polski dotyczące korzystania z informacji przekazanych za pośrednictwem kampanii medialnych oraz szkolnych programów profilaktycznych kształtują się na poziomie powyżej średniej europejskiej. Dlatego też ważne jest kontynuowanie tego trendu wśród polskiej młodzieży. (Źródło: Flash Eurobarometer, "Youth attitudes on drugs", European Commission, 2011.)

Branie narkotyków dotyka ludzi z różnych środowisk, nie dotyczy ono tylko biednych, czy źle wychowanych, czy też patologicznych. Są to dzieci lekarzy, biznesmenów, nauczycieli, policjantów, ludzi kultury, szwaczek robotników itd. Rodziny są często zagubione, bezradne wobec zaistniałego problemu. Nasuwa się tu pytanie-dlaczego dzieci sięgają po narkotyki? Dzieje się tak z różnych przyczyn, a niektóre z nich to:

- ciekawość i okazja do "wzięcia" przy braku możliwości interesującego sposobu spędzenia czasu wolnego albo chęci zaimponowania innym;
- z powodu aspirowania do dorosłości lub prób robienia dorosłym na złość z chęci przynależności do określonej grupy;
- na skutek wystąpienia trudności w pokonywaniu stawianych "poprzeczek", wymagań;
- z braku dialogu z dziećmi w domach rodzinnych i braku zaangażowania rodziców w poznanie środowiska, w którym najczęściej ono przebywa.

#### **Co mają robić rodzice w zaistniałej sytuacji?**

Jeśli już zobaczyli, że ich dziecko zażywa jakieś narkotyki to, nie panikować i nie bagatelizować problemu, uczciwie i wprost porozmawiać z własnym dzieckiem wtedy gdy nie będzie już pod wpływem narkotycznego środka. Rodzice nie powinni usprawiedliwiać dziecka, szukając winy w sobie lub np. złym towarzystwie. Ważne by:

- zastanowić się, dlaczego dziecko sięga po narkotyki, czy powody nie są związane z sytuacją w waszej rodzinie - jeśli tak pomyśl, co można zmienić;
- działać! - nie liczyć na to, że problem sam się rozwiąże, szukać pomocy specjalistów;
- wspólnie ze specjalistą i z dzieckiem ustalić reguły postępowania i konsekwentnie ich przestrzegać;
- stosować zasadę "ograniczonego zaufania" - starać się zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko.

W Jaworznie rozpoczęliśmy działania związane z zapobieganiem narkomanii pod hasłem "Nie igraj z życiem". W kampanii uczestniczy wiele instytucji miejskich między innymi: Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna, Miejska Biblioteka Publiczna, Teatr Sztuk, Komenda Miejska Policji, placówki oświatowe.

Działania są skierowane do szerokiej grupy odbiorców nie tylko do młodych ludzi, którzy mogą sięgać po narkotyki czy też już są w grupie osób używających tych substancji. Szczegółowo chciałabym przedstawić ofertę dla rodziców pod nazwą "Poligon rodzica", gdzie podczas spotkań warsztatowych można uzyskać wskazówki na temat co warto wiedzieć i robić, aby chronić dziecko przed narkotykami. Można tam też dowiedzieć się, jak rozmawiać z nastolatkiem i jak go rozumieć. Warsztaty "Poligon rodzica" będą prowadzone w Ośrodku Interwencji Kryzysowej w Jaworznie ul. Jagiellońska 9. Zgłoszenia przyjmują Pani Katarzyna Kotulska i Pani Edyta Jamróz pod numerem telefonu 32 745 12 00. Zawsze jeśli młody człowiek lub jego rodzic jest zaniepokojony tematem narkotyków może zgłosić się na konsultacje do Punktu Informacyjno - Konsultacyjnego ds. Zapobiegania Narkomanii działającego w Ośrodku Interwencji Kryzysowej lub napisać maila na adres [pomoc@oik.jaworzno.pl](mailto:pomoc@oik.jaworzno.pl).

Barbara Obertyn  
Dyrektor Ośrodka Interwencji

Kryzysowej w Jaworznie