



You have downloaded a document from
RE-BUŚ
repository of the University of Silesia in Katowice

Title: Dziecko w świecie dopalaczy

Author: Anna Kurzeja

Citation style: Kurzeja Anna. (2014). Dziecko w świecie dopalaczy W: U. Szuścik, B. Oelszlaeger-Kosturek (red.), "Dziecko w świecie innowacyjnej edukacji, współdziałania i wartości. T. 2." (s. 133-146). Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.



Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów zależnych Polska - Licencja ta zezwala na rozpowszechnianie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie w celach niekomercyjnych oraz pod warunkiem zachowania go w oryginalnej postaci (nie tworzenia utworów zależnych).



UNIwersYTET ŚLĄSKI
W KATOWICACH



Biblioteka
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

Anna Kurzeja

Dziecko w świecie dopalaczy

Szukam przyjaciela i mistrza niech przywróci mi wzrok,
słuch i mowę niech raz jeszcze nazwie rzeczy
i pojęcia, niech oddzieli światło od ciemności.

T a d e u s z R ó ż e w i c z

W dzisiejszych czasach coraz więcej młodych ludzi sięga po tak zwane dopalacze. Tak zwane, ponieważ termin ten nie jest w pełni doprecyzowany i nie jest terminem naukowym. Krzysztof A. Wojcieszek¹, pisząc o dopalaczach, uważa, że termin ten stosowany jest jako zwrot retoryczny lub skrót myślowy. Jak podaje *Encyklopedia powszechna PWN*: „Dopalacz to urządzenie do zwiększania ciągu silnika (turboodrzutowego) przez spalanie dodatkowego paliwa poza turbiną (tzw. dopalanie)...”²

Współczesne dopalacze to substancje pochodzenia syntetycznego lub roślinnego, których właściwości (stymulujące, halucynogenne) pozwalają na dokonywanie modyfikacji psychicznych lub/i fizycznych możliwości organizmu. Mianem dopalaczy określano także napoje energetyzujące typu Red Bull, Tiger, Speed 8 itp. W ich składzie znajdują się takie substancje jak: kofeina, tauryna, karnityna, witaminy z grupy B, węglowodany, substancje z miłorzębu japońskiego, L-alanina, kwas γ -aminomasłowy lub żeń-szeń³.

Janusz Korczak, oprócz wyżej wymienionych, zalicza do dopalaczy również syropy na kaszel zawierające pochodne efedryny, pigułki zawierające BZP czy szalwią meksykańską⁴.

W raporcie EMCDDA z 2008 roku wprowadzono rozróżnienie na *legal highs* i *herbal highs*. Pierwsze z nich to produkty o działaniu stymulującym, występujące jako alternatywa dla ekstazy (zawierają BZP, która w działaniu podobna jest do amfetaminy). Druga grupa to substancje pochodzenia roślinnego (oparte na mieszankach egzotycznych ziół o działaniu psychoaktywnym), podobne w działaniu do marihuany. Analizy

¹ K.A. Wojcieszek: *Smak życia, czyli debata o „dopalaczach”*. Warszawa, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Program Profilaktyki Uniwersalnej, 2010, s. 5.

² *Encyklopedia powszechna PWN*. T. 1. Warszawa 1973, s. 612.

³ K. Steinbarth-Chmielewska: *Sprawozdanie roczne 2008*. Europejskie Centrum Monitorowania Narkotyków i Narkomanii, Lizbona, Portugalia, www.medox.org.pl.

⁴ J. Korczak: *Współczesne dopalacze – zagrożenia zdrowotne i społeczne*. Warszawa, Fundacja Pedagogium, 2008.

chemiczne wykazały, że część z nich zawiera substancje pochodzenia syntetycznego JWH-018, która jest syntetycznym kanabinolem. Inne analizy przeprowadzone w krajach Europy pokazują, że do mieszanek roślinnych dodawane są kanabinoidy pochodzenia syntetycznego, np. CP-47,497 wraz z homologami C-8, C-9, HU-210, JWH-015. Niebezpieczeństwo zażywania dopalaczy wiąże się m.in. z faktem, że substancje w nich zawarte są mało znane i niewiele się o nich wie. Przyjmowanie ich wiąże się z ryzykiem zdrowotnym, w tym także z uzależnieniem⁵. Odnotowano coraz liczniejsze, również w Polsce, przypadki powikłań zdrowotnych po zażyciu dopalaczy, które wymagały interwencji lekarskich i hospitalizacji. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii uważa, że zagrożenia związane z używaniem substancji psychoaktywnych są szczególnie wysokie w przypadku młodych osób, których organizmy są niezwykle podatne na wszelkie szkody zdrowotne. Dopalmce mogą być również substancjami wprowadzającymi dziecko w świat narkotyków⁶.

Do najpopularniejszych obecnie dopalaczy zalicza się BZP (N-benzylpiperazyna). Jest to substancja psychoaktywna o działaniu stymulującym, pochodna piperazyny. Działa podobnie jak amfetamina, jednak około 10 razy słabiej. BZP i jej pochodne występują w wielu dopalaczach, są to substancje syntetyczne. BZP-benzylpiperazyna występuje w dwóch formach: albo jest to biały proszek (chlorowodorek), albo jasna żółto-zielona ciecz (wolna zasada), w związku z tym może być zażywana doustnie, wdychana przez nos lub wstrzykiwana. BZP mieszane jest z innymi pochodnymi piperazyny, a także stanowi dodatek do MDMA (ecstasy). Znalazła także zastosowanie jako środek zwalczający pasożyty u zwierząt, a zsyntetyzowana została w 1944 r. w Wielkiej Brytanii. BZP jest symulantem centralnego układu nerwowego. Jako działanie uboczne wywołuje częstoskurcz serca oraz nadciśnienie. Do negatywnych następstw stosowania tej substancji zalicza się poczucie niepokoju, wymioty, bóle głowy, kłopoty ze snem, palpitacje serca, dezorientację oraz poczucie załamania. Znane są również przypadki śmiertelne spowodowane zażyciem BZP⁷.

DXM – deksztrometorfan – używany pod postacią bromowodoru jako lek przeciw kaszlowi, wprowadzony na rynek w latach 60., stał się popularny głównie w kręgu osób młodych, 13–15-latków. W ilościach, które przekraczają dawki terapeutyczne, działa euforyzująco, powoduje nudności, biegunkę, pobudzenie, halucynacje, zaburzenia równowagi i inne. Skutkuje uzależnieniem psychicznym, rozwija się tolerancja⁸.

Tauryna jest kwasem aminoetylosulfonowym i występuje naturalnie w organizmie. Ogranicza produkcję hormonów odpowiedzialnych za spalanie i wydalanie tłuszczów, np. serotoniny, która dostarcza do mózgu informację z pracujących mięśni – np. o ich przeciążeniu. Tauryna, blokując tę informację, powoduje, że nawet po dużym wysiłku nie czuje się zmęczenia. To oszukiwanie organizmu nie pozostaje bez wpływu na funkcjonowanie różnych organów czy układów, np. układu krążenia. Spełnia w organizmie liczne ważne funkcje: chroni komórki nerwowe przed uszkodzeniem, bierze udział w osmoregulacji i mechanizmie termoregulacji, wykazując działania hipoter-

⁵ M. Kidawa: *Dopalacze*. „Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia” 2009, nr 4, s. 32.

⁶ www.kbnp.org.pl.

⁷ www.poradnia.narkomania.org.pl.

⁸ J. Korczak: *Współczesne dopalmce...*

miczne, nasila wydzielanie wazopresyny i oksytocyny w części nerwowej przysadki przez pobudzenie receptorów GABA-ergiczych.

Guarana jest krzewem, który wytwarza owoce zawierające nasiona bogate w kofeinę (trzy razy więcej niż kawa). Stosowana jest przez tubylców zamieszkujących dorzecze Amazonki dla poprawy sprawności fizycznej i psychicznej. Silnie pobudza ośrodkowy układ nerwowy, a zawarta w niej duża dawka kofeiny ułatwia percepcję i usprawnia procesy myślowe. Roślina ta posiada właściwości energetyzujące, a spożywana w dużych dawkach powoduje problemy ze snem⁹.

Benzydamina jest niesteroidowym lekiem przeciwwzpalnym, dostępnym bez recepty. Powoduje zaburzenia funkcji kontrolnych pnia mózgu. W zależności od dawki mogą wystąpić przywidzenia, lęk, halucynacje wzrokowe i słuchowe, spowolnienie ruchowe i umysłowe. Po ustąpieniu działania tego środka występuje złe samopoczucie, bezsenność i drżenie rąk, dlatego stosowana jest z benzodiazepinami. Ostre zatrucia występują rzadko, opisano kilka przypadków u dzieci¹⁰.

Pseudoefedryna na rynku występuje w lekach na katar dostępnych bez recepty. Działa bezpośrednio na układ współczulny oraz pośrednio przez uwalnianie noradrenaliny. Niebezpieczeństwo związane z nadmiarem efedryny występuje w momencie używania w ilościach przekraczających dawkę terapeutyczną. Efedryna i pseudoefedryna są wykorzystywane do produkcji metamfetaminy. Do negatywnych objawów nadużywania tego środka można zaliczyć: zmiany skórne, zaburzenia pracy układu krwionośnego, niezbyt żołądka, bezsenność, pobudzenie psychomotoryczne, hiperglikemię itp.¹¹

Biorąc pod uwagę całe spektrum działania dopalaczy na organizm, można dokonać ich klasyfikacji:

1. Pobudzacze – dostępne substancje, które mają za zadanie pobudzenie organizmu i zwiększenie jego wydajności do wzmożonego wysiłku. Stosowane w celu sztucznego pobudzenia działania organizmu lub w celu zniesienia uczucia zmęczenia. Zalicza się do nich napoje energetyczne z kofeiną; tabletki na kaszel, w których występuje pochodna efedryny; specyfiki, w skład których wchodzi BZP lub pochodne.
2. Wzmacniacze – ich zadaniem jest podniesienie możliwości psychofizycznych organizmu. Do tej grupy należą przede wszystkim leki wspomagające uczenie się i zawierające w swoim składzie taurynę, żeń-szeń, miłorząb japoński.
3. Środki popędowe – dostępne substancje, które mają wpływać na zwiększenie energii seksualnej. Najbardziej popularne to „hiszpańska mucha” i viagra.
4. Psychodeliki – wszystkie substancje, które modyfikują, wpływają na stan psychofizyczny odbiorcy (z możliwymi zaburzeniami świadomości, percepcji, zmianami zachowania). Przykładem może być szafwia meksykańska; syropy i tabletki na kaszel zawierające w swoim składzie DXM.
5. Sterydy – substancje pozwalające na modyfikację budowy ciała¹².

⁹ Tamże.

¹⁰ www.kbpn.org.pl.

¹¹ Tamże.

¹² J. Korczak: *Współczesne dopalacze...*

Wśród współczesnych nastolatków bardzo popularne są napoje energetyzujące. Na rynku spotykamy napoje energetyczne i izotoniczne, które różnią się składem i działaniem na organizm. Napoje energetyczne są bardzo popularne w grupie studentów i uczniów, a także kierowców i osób pracujących na nocne zmiany. Spożywane są w celu odzyskania energii i sprawności psychicznej. W jednej puszcze napoju znajduje się ilość kofeiny odpowiadająca 2 filiżankom kawy (250 ml), natomiast w litrowym opakowaniu ilość kofeiny odpowiada 8 filiżankom kawy. Napoje izotoniczne służą głównie uzupełnieniu niedoboru wody i minerałów w organizmie po intensywnym wysiłku fizycznym sportowców. W odróżnieniu od napojów energetycznych nie powodują żadnych zmian w zachowaniu¹³.

Działanie dopalaczy na organizm potwierdzają lekarze – użytkownikom, tych specyfików towarzyszy np. uczucie euforii, podwyższony nastrój, poczucie szczęścia. Substancje te również mogą powodować stany lękowe, omamy, zmiany zachowania, zaburzenia świadomości. W połączeniu z alkoholem mogą powodować zatrucie. Znaczący temat zwracają uwagę na ważny aspekt używania dopalaczy: stosowanie tych środków to łatwy sposób na zaspokojenie potrzeby zmiany świadomości w celu przeżycia czegoś „nowego”, „innego”. Jest to szczególnie niebezpieczne, jeśli chodzi o dzieci i młodzież, ponieważ w ten sposób utrwalają się nieprawidłowe wzorce przeżyć, zachowań, pojawiają się problemy w szkole, ulega zniekształceniu rozwój osobniczy. W przyszłości u takich osób mogą rozwinąć się choroby: uzależnienie, zaburzenia osobowości, emocjonalne lub przewlekłe stany psychotyczne¹⁴.

Swoją popularność dopalacze zawdzięczają m.in. takim czynnikom, jak: dostępność środków, które można było do niedawna nabyć legalnie w specjalnie do tego przeznaczonych sklepach („smartshopy”, „smileshopy”, „coffeshopy” itp.) lub drogą internetową. Odpowiednio spreparowane środki przeznaczone tylko dla „kolekcjonerów”, opatrzone naklejką „nie do spożycia dla ludzi”, zwalniały z odpowiedzialności sprzedawcę, który ostrzegał i gwarantował bezpieczeństwo produktu. Sprzedawcy sklepów byli doskonale przeszkoleni, w jaki sposób rozmawiać z klientem. Udzielali rad i sprawiali wrażenie osób rozumiejących potrzeby klienta. Dodatkowo sprzyjał temu klimat panujący w sklepie, atmosfera tajemniczości i magii. Cel jednak był głęboko ukryty – wytworzenie u klienta stałej potrzeby używania danego produktu. Obecnie prawo ograniczyło legalność i tym samym dostępność dopalaczy, to jednak nie znaczy, że zniknęły na dobre, ponieważ są dostępne w tzw. podziemiu czy sprowadza się je z zagranicy. Innym czynnikiem, który wpływa na popularność dopalaczy, jest na pewno kojarzenie ich z pozytywnym i szybkim działaniem na organizm. To przekonanie wzmacniają różne dodatki, np. witaminy, których działanie i obecność w organizmie jest niezbędna. Dopalacze są także stosunkowo tańsze niż nielegalne środki psychoaktywne, a w działaniu bardzo podobne. Dodatkowym atutem dla konsumenta jest szybko zmieniająca się oferta. Na rynku pojawiają się coraz to nowe produkty, których można próbować i eksperymentować z własnym organizmem, dowolnie sprawdzać swoje możliwości¹⁵.

¹³ Tamże.

¹⁴ K. Steinbarth-Chmielewska: *Sprawozdanie roczne 2008...*

¹⁵ K.A. Wojcieszek: *Smak życia...*; J. Korczak: *Współczesne dopalacze...*

W latach 90. w Polsce zaobserwowano wzrost używania substancji psychoaktywnych. Niewątpliwie przyczyniły się do tego zmiany ustrojowe zachodzące od roku 1989. Od tego czasu zaczęto interesować się opisywanym zjawiskiem. Coraz częściej przeprowadzano różnego rodzaju badania na dużą i małą skalę, których głównym celem było pogłębienie wiedzy na temat stosowania środków odurzających. Do największych należały Europejskie Badania Zachowań Zdrowotnych wśród Młodzieży Szkolnej (HBSC) i Europejski Program Badań Ankiety w Szkołach (ESPAD).

Badania HBSC wykazały, że przynajmniej połowa nastolatków miała już pierwszy kontakt z alkoholem w wieku 11 lat. Na ten sam wiek przypadają również pierwsze próby palenia papierosów. Pierwsze kontakty ze środkami nielegalnymi mają miejsce między 13. a 17. rokiem życia. „Wyniki badań przeprowadzonych potwierdzają, że pomiędzy 11 a 17 rokiem życia następuje bardzo szybki wzrost kontaktów młodzieży ze wszystkimi typami substancji psychoaktywnych”¹⁶.

European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD), zapoczątkowane w latach 90., przeprowadzane są co cztery lata według tych samych technik, które umożliwiają porównanie wyników w przestrzeni i czasie. Ostatnie tego typu badania przeprowadzono w 2007 roku. Zostały zrealizowane metodą ankiety audytoryjnej przez zespół ankierów. Badania miały na celu przede wszystkim pomiar natężenia zjawiska używania przez młodzież substancji psychoaktywnych. Badaniami objęto grupę reprezentatywną uczniów klas trzecich szkół gimnazjalnych oraz klas drugich szkół ponadgimnazjalnych¹⁷.

Analizy wskazały, że najbardziej rozpowszechnionymi środkami są substancje legalne, takie jak alkohol czy nikotyna – aż 53% gimnazjalistów deklaruje, że choć raz w życiu paliło, a 90% uczniów przyznaje się do picia alkoholu. Natomiast wśród substancji nielegalnych najbardziej popularne są przetwory konopi indyjskich. Do okazjonalnego używania przyznaje się 11% uczniów. Na drugim miejscu znajduje się amfetamina, do stosowania której przyznaje się 2% respondentów. Wyniki badań pokazały, że do dużej popularności napojów alkoholowych niewątpliwie przyczynia się ich powszechna dostępność, czego nie można powiedzieć o substancjach nielegalnych. Picie sporadyczne jest przez respondentów akceptowane, natomiast picie częste jest potępiane przez większość z nich. Ponadto młodzi ludzie piętują używanie substancji nielegalnych. Jednocześnie bardziej liberalnie podchodzą oni do marihuany i haszyszu.

Jak pokazały wyniki dotychczasowych badań ogólnopolskich, picie alkoholu przez młodzież stało się niemal statystyczną normą. Używanie substancji nielegalnych stawało się coraz bardziej widocznym problemem. Pod względem rozpowszechnienia używania leków uspokajających i nasennych bez przepisu lekarza polskie piętnasto- i szesnastolatki plasują się na pierwszym miejscu w Europie¹⁸.

¹⁶ K. Ostaszewski: *Skuteczność profilaktyki używania substancji psychoaktywnych*. Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2003, s. 77–79.

¹⁷ J. Sierosławski: *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2007 roku*. Warszawa. Badanie zostało sfinansowane przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii i Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

¹⁸ Tamże, s. 3.

Przeprowadzone badania wskazują na spadek odsetka osób eksperymentujących z tradycyjnymi narkotykami (amfetamina, ekstazy, heroina, cannabis) na korzyść dopalaczy, które wypełniają powstałą lukę¹⁹.

Podobne badania zostały wykonane na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, których celem była identyfikacja wzorów okazjonalnego używania narkotyków oraz problemów, jakie się z tym wiążą. Badania zostały przeprowadzone w 2007 roku. Objęły uczniów szkół gimnazjalnych z klas od I do III, a także uczniów szkół ponadgimnazjalnych z klas od I do III. Wykazały, że wśród legalnych substancji psychoaktywnych najbardziej popularny jest alkohol, natomiast w przypadku substancji nielegalnych najpopularniejsze są przetwory konopi indyjskich²⁰.

Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz i Krzysztof Sas-Nowosielski prowadzili badania młodzieży aglomeracji śląskiej. Objęły one 1175 uczniów w wieku od 15. do 22. roku życia. Wykazały, że najczęściej to ciekawość skłania młodych ludzi do sięgania po narkotyki (74,27%). Innymi motywami były problemy w nauce lub też problemy osobiste, a także chęć dobrej zabawy²¹.

Według badań zrealizowanych w 2008 roku przez CBOS wśród młodzieży z ostatnich klas szkół ponadgimnazjalnych (osiemnastolatki) 3,5% respondentów przyznało się od używania tzw. dopalaczy kiedykolwiek w życiu. Rozpowszechnienie nowych substancji jest zbliżone do rozpowszechnienia tradycyjnie obecnych narkotyków, takich jak grzyby halucynogenne (3,6%) czy kokaina (2,2%). Jeśli spojrzymy na wskaźniki używania w ciągu ostatnich 30 dni, to dopalacze są trzecią najpopularniejszą substancją używaną przez młodzież w Polsce, zostawiając w tyle np. amfetaminę. Do używania amfetaminy w ciągu ostatnich 30 dni przyznało się 1,1% badanych. W tym samym okresie dopalaczy używało 1,5% respondentów²².

Dorastanie dla większości nastolatków jest okresem szczególnie trudnym. To czas wielkiej niepewności co do własnych emocji, odczuwania i funkcjonowania na granicy coraz bardziej oddalającego się świata dziecięcego, a wychodzącego naprzeciw świata ludzi dorosłych. Rodzicielski autorytet przestaje mieć nadrzędne znaczenie. Nastolatek nie czuje się bezpiecznie w otaczającym go świecie. Musi stworzyć własny system wartości, odnaleźć swoje miejsce w społeczeństwie, a także nauczyć się podejmowania samodzielnych i odpowiedzialnych decyzji. Poszukiwanie własnego miejsca w świecie okazuje się trudnym zadaniem.

Termin „dojrzewanie” oznacza wzrastanie, zbliżanie się do pełnej dojrzałości. Zmiany, jakie zachodzą w tym okresie, mają przygotować młodego człowieka do odgrywania określonych ról społecznych, co związane jest z zachowaniem społecznie akceptowanym. Psycholodzy rozwojowi mówią o zjawisku akceleracji, czyli o przyspieszonym tempie rozwoju młodego pokolenia, które towarzyszy procesowi adolescencji. Jednak akceleracja nie dotyczy wszystkich sfer rozwojowych, najbardziej widoczna jest w rozwoju fizycznym – klasycznym przykładem jest gwałtowny wzrost fizyczny i inte-

¹⁹ M. Kidawa: *Dopalacze...*, s. 32.

²⁰ www.narkomania.gov.pl.

²¹ K. Borzucka-Sitkiewicz, K. Sas-Nowosielski: *Stosowanie substancji psychoaktywnych przez młodzież szkół śląskich – zasięg, skutki i przeciwdziałanie*. Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2007, s. 22–23.

²² CBOS *Konsumpcja substancji psychoaktywnych przez młodzież szkolną – Młodzież 2008*. Raport na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa 2008.

lektualny, który nie zawsze idzie w parze z rozwojem emocjonalnym. Brak harmonii między rozwojem fizycznym, intelektualnym a emocjonalnym może stanowić źródło zaburzeń emocjonalnych u dzieci i młodzieży oraz prowadzić do niedostosowania społecznego. Dojrzewanie kiedyś było związane z wiekiem nastoletnim, obecnie rozpoczyna się w wieku 9–10 lat. Badania prowadzone w ciągu ostatnich 15 lat wskazują, że drugorzędne cechy płciowe pojawiają się średnio o 2 lata wcześniej niż w poprzednich dekadach. Być może również przyspieszone dojrzewanie związane jest z faktem, że coraz młodsze dzieci sięgają po środki psychoaktywne²³.

Okres, w którym dziecko przeistacza się w człowieka dorosłego, jest bardzo istotny we współczesnych czasach, które obfitują w sprzeczne idee, zmieniające się wartości i obyczaje, dojrzewanie staje się niezwykle trudne i skomplikowane. Wobec powyższego adolescencja może jawić się jako naturalny proces, a każda ingerencja zaburzająca ten rytm może pozostawić trwałe ślady.

Dorastający młody człowiek uważa, że w życiu należy wszystkiego spróbować. Młodzieńcza ciekawość sprzyja pierwszym kontaktom, eksperymentom ze środkami psychoaktywnymi.

To normalne, że młodzież eksperymentuje i ryzykuje – w ten sposób młodzi ludzie odkrywają, kim są i jacy są, co jest bezpieczne, a co nie. To dlatego eksperymentują (...) z każdym nowym doświadczeniem, jakie oferuje świat. A świat ten oferuje również łatwy dostęp do narkotyków²⁴.

Nastolatek jest spragniony przygód i nowych doświadczeń, a kierując się ciekawością, może łatwo wpaść w pułapkę.

Dom jest tym miejscem w życiu człowieka, które stanowi przestrzeń najbliższą. W nim przychodzi na świat. Uczy się nazywać rzeczy po imieniu, cieszy się i smuci, dojrzewa. Wspaniale jest mieć dom. Miejsce, w którym można „czuć się u siebie”. To daje poczucie wolności i akceptacji. W domu jestem chciany i kochany. Kiedy przychodzi na świat dziecko, dom przestaje być pusty. Ściany domu chronią człowieka przed tym wszystkim, co jawi się jako „zło”, poza jego granicami. Konwencja o Prawach Dziecka mówi: „Dziecko dla pełnego i harmonijnego rozwoju swojej osobowości powinno wychowywać się w środowisku rodzinnym, w atmosferze szczerości, miłości i zrozumienia”²⁵.

W okresie dorastania, podobnie jak w każdym wieku, potrzeba bezpieczeństwa zaspokajana jest wówczas, gdy dziecko postrzega świat wokół siebie jako przyjazny i uporządkowany. Rodzina jest miejscem, gdzie podstawowe i najważniejsze potrzeby są zaspokajane. Dobra komunikacja, wymiana emocjonalna, wzajemne wspieranie się członków sprawiają, że każda osoba czuje się w takiej rodzinie kochana i w pełni wartościowa. Dojrzałość współmałżonków jest podstawowym warunkiem, aby rodzina była ostoją bezpieczeństwa dla swoich dzieci.

²³ D.J. Wilmes: *Nie!!! Alkoholowi i narkotykom*. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2003, s. 43.

²⁴ P. Goodyer: *Dzieciaki i narkotyki. Praktyczny poradnik dla rodziców*. Warszawa, Wydawnictwo MADA, 1999, s. 14.

²⁵ Konwencja o Prawach Dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989 r., Dz.U. 1991, nr 120, poz. 526.

Na pierwszy kontakt dziecka ze środkami psychoaktywnymi może mieć wpływ aktualna sytuacja w rodzinie, np. nieokazywanie uczuć wobec dzieci oraz kłótnie czy konflikty pomiędzy rodzicami. „Z rodziny, w której nie ma oparcia, zrozumienia, dziecko w pewnym momencie odchodzi”²⁶. Każdy człowiek odczuwa naturalną potrzebę miłości i przynależności, a zwłaszcza nastolatek poszukujący swojego miejsca w świecie. Jeżeli w domu rodzinnym tego zabraknie, zacznie szukać środowiska, w którym będzie mógł zaspokoić swoje potrzeby. Innym czynnikiem powodującym, że dzieci mogą sięgnąć po środki odurzające, jest przemoc i zaniedbywanie ze strony rodziców. Przemoc jest jednym z najpoważniejszych problemów społecznych, a jej skutki są rozległe.

Badania pokazują, że u osób, które w dzieciństwie doświadczyły traumatycznych przeżyć, znacznie częściej niż u innych występują bezsensowność, dysfunkcje seksualne, dysocjacja, złość, skłonność do samobójstw i samookaleczeń, a także skłonność do sięgania po środki psychoaktywne²⁷.

F. Streit opiera się na założeniu, że istnieje bezpośredni związek między patologicznymi zachowaniami dzieci a percepcją własnego środowiska rodzinnego. Uważa, że dziecięca percepcja postaw rodzicielskich, rodzicielskiego wsparcia i miłości jest różna od tej, jaką mają rodzice i osoby z zewnątrz. Jeżeli w zachowaniu dziecka pojawiają się zaburzenia, możemy wnioskować zgodnie z teorią Streita, że w percepcowanej przez dziecko sytuacji rodzinnej występowały zjawiska niekorzystne. Według niego młodzież sięga po środki odurzające po to, aby zmienić percepcję siebie lub rzeczywistości²⁸.

Wyniki badań pokazują, że środowisko rodzinne z jednej strony może prowadzić do ukształtowania się typu osobowości podatnej na uzależnienie, a z drugiej strony negatywne zjawiska występujące w rodzinie działają stresująco na dziecko, co może stanowić przyczynę sięgania po środki psychoaktywne²⁹.

Problemy występujące szkole i w środowisku rodzinnym mogą powodować u nastolatków zaniżoną samoocenę, poczucie braku wiary w siebie i we własne możliwości. Takie przeświadczenie często wynika z bolesnych przeżyć z okresu wczesnego dzieciństwa, a także z faktu nałożenia na dziecko zbyt wielu obowiązków i wymagań, którym bardzo trudno jest sprostać. Nadmierna krytyka, ocenianie i osądzanie nie sprzyja zadowoleniu z dotychczasowych sukcesów, a wręcz pomniejsza się ich znaczenie. Dziecko nie radzi sobie z przyjmowaniem krytyki i boleśnie reaguje na wszelkiego rodzaju porażki czy niepowodzenia.

W okresie dorastania dla nastolatka przede wszystkim ważne jest zdanie rówieśników. Młody człowiek identyfikuje się z grupą, upodabnia się do swoich kolegów. Szczególne zagrożenie dla dorastającej młodzieży stanowią grupy, gdzie normą stało się używanie środków psychoaktywnych. Jak podaje M. Moneta-Malewska, duży wpływ na podjęcie decyzji dotyczącej sięgnięcia po środki odurzające ma moda i obawa przed brakiem akceptacji rówieśników. Grupa odgrywa znaczącą rolę w życiu dorasta-

²⁶ M. Moneta-Malewska: *Narkotyki w szkole i w domu*. Warszawa, Instytut Wydawniczy PAX, 2004, s. 20.

²⁷ P. Karpowicz: *Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie?* Kraków, Instytut Wydawniczy Kreator, 2003, s. 42.

²⁸ Z. Gaś: *Rodzina a uzależnienia*. Lublin, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Skłodowskiej-Curie, 1994, s. 20–21.

²⁹ A. Stankowski: *Narkomania – narkotyki – narkomani*. Katowice, Uniwersytet Śląski, 1988.

jącej młodzieży. Młodzi ludzie są spragnieni nowych doświadczeń i uczą się pełnienia nowych funkcji społecznych. W grupie znajdują wsparcie, przyjaźń, a także poczucie bezpieczeństwa³⁰.

Szkoła to nie tylko miejsce spotykania się rówieśników, ale przede wszystkim ważne miejsce rozwoju. Jednak we współczesnej szkole, w systemie szkolnej edukacji główny nacisk kładzie się na kształcenie intelektualne w oderwaniu od rozwoju emocjonalnego, uczuciowego³¹. W tym okresie rodzice powinni zwrócić szczególną uwagę na: zmianę lub poszerzenie się grona znajomych, nieprzychodzenie do domu w umówionych godzinach, niepowodzenia w szkole, nagle częste wyjścia z nowymi znajomymi, wagarzy, zaniedbywanie obowiązków domowych, krótkie telefony, zmiana odżywiania (nieregularne, zmiany łaknienia, ochota na słodycze, zaniechanie jedzenia lub objadanie się), spadek wagi ciała, zaburzenia snu, zwiększone zapotrzebowanie na pieniądze, wynoszenie z domu ubrań, płyt, książek, używanie slangu narkomańskiego, nagle wybuchy niepohamowanej agresji, apatia lub senność³².

Znaczącą rolę w formowaniu się młodego człowieka odgrywają media, które kształtują poglądy, postawy oraz wartości. Młody człowiek wrażliwy na bodźce wizualne, słuchowe czerpie wzory z „plastikowych” bohaterów szklanych ekranów. Efekty są takie, jak pokazują badania: następuje wzrost przestępczości wśród dzieci i młodzieży; dzieci sięgają po środki psychoaktywne; przemoc i agresja to popularne formy rozwiązywania konfliktów³³.

W okresie dojrzewania każdy nastolatek nastawiony jest na osiągnięcie pewnych celów rozwojowych, którymi są: uzyskanie pozytywnej tożsamości, uniezależnienie się od opiekunów oraz zdobycie wykształcenia³⁴. Wszystkie te cele są niezbędne do prawidłowego rozwoju jednostki ludzkiej. Pozwalają na definitywne odcięcie się od rodziców i rozpoczęcie samodzielnego życia już jako osoba dorosła. Cele te sprzyjają nie tylko niezależności, ale również umożliwiają nawiązywanie relacji międzyludzkich.

Wśród celów rozwojowych, które powinien osiągnąć nastolatek, aby pomyślnie wejść w kolejną fazę dorastania, jest uzyskanie tzw. pozytywnej tożsamości. „Tożsamość człowieka, to suma jego wszelkich doświadczeń życiowych relacji. Stajemy się określonymi osobami pod wpływem tego, co o sobie myślimy, jak siebie postrzegamy”³⁵. We wczesnym dzieciństwie na kształtowanie się tożsamości dziecka ogromny wpływ wywiera rodzina. W późniejszym okresie tożsamość podlega wpływowi środowiska, w którym dziecko przebywa.

Zdobycie niezależności jest ważnym celem rozwojowym, który powinien zostać osiągnięty. W tym czasie nastolatek zaczyna tworzyć własną hierarchię wartości, która często pozostaje w sprzeczności z wartościami rodziców. Zachowanie takie to wyraz buntu i zwrócenie uwagi na to, że jest odrębnym człowiekiem – czyli, że inaczej myśli

³⁰ M. Moneta-Malewska: *Narkotyki w szkole i w domu*. Warszawa, Instytut Wydawniczy PAX, 2004.

³¹ P. Karpowicz: *Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie?* Kraków, Instytut Wydawniczy Kreator, 2003, s. 33.

³² Tamże, s. 46.

³³ M. Kowalski, M. Drózd: *Przemoc i zdrowie w obrazach telewizyjnych*. Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2008, s. 60–61.

³⁴ P.D. Rogers, L. Goldstein: *Narkotyki i nastolatki*. Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.

³⁵ Tamże, s. 77.

i czuje itp. Walczy o prawo do większej swobody, chcąc dokonywać samodzielnych wyborów. Takie zachowanie jest typowe dla okresu dorastania i konieczne dla osiągnięcia niezależności³⁶.

Wykształcenie to trzeci cel, który nastolatek powinien osiągnąć, aby wejść w dorosłe życie. Edukacja odbywa się na dwóch płaszczyznach – formalnej i nieformalnej. Kształcenie formalne dotyczy wiedzy książkowej i ma na celu zdobycie odpowiednich kwalifikacji do podjęcia pracy. Edukacja nieformalna odbywa się natomiast w kręgach rówieśniczych, gdzie młody człowiek uczy się nawiązywać kontakty z innymi, tworzą się przyjaźnie oraz więzi emocjonalne. Zdobywanie wykształcenia może zostać zakłócone, jeśli zacznie zażywać substancje psychoaktywne, które mogą doprowadzić do wystąpienia luk w pamięci, mogą pojawić się zaburzenia koncentracji oraz trudności z przetwarzaniem i przyswajaniem informacji. Wszystko to przekłada się na ogólne problemy w nauce. Powstałe na skutek tego zaległości mogą skończyć się brakiem promocji do następnej klasy, a negatywne oceny oraz niepowodzenia szkolne zniechęcić do kontynuowania nauki. Środki psychoaktywne mogą stać się ucieczką od bieżących problemów.

Rodzice, którzy chcą uchronić dzieci przed zgubnym wpływem środków psychoaktywnych, powinni zadbać o dobry kontakt z dzieckiem. Rozmowa na trudne tematy powinna być podejmowana, kiedy dziecko jest małe. Szczególnie wtedy, gdy autorytet rodzicielski jest największy, opiekunowie nie powinni obawiać się, że rozmowa ta może być zbyt wczesna:

Uczenie się o narkotykach nie różni się od uczenia o innych niebezpieczeństwach życiowych. Taka nauka polega na poznawaniu zagrożeń, na umiejętności mądrego podejmowania decyzji, zdolności troszczenia się o siebie. Tego rodzaju nauka zaczyna się w kołysce i trwa przez całe życie³⁷.

Spółeczna kampania Krajowego Biura do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii pod hasłem *Bliżej siebie – dalej od narkotyków* była skierowana do rodziców i opiekunów dzieci w wieku szkolnym. Miała na celu przede wszystkim uświadomienie rodzicom, jak ważna jest ich obecność w życiu dziecka oraz gotowość do udzielania mu pomocy. Jednak aby taka sytuacja mogła zaistnieć, potrzebny jest dobry kontakt z dzieckiem. Kampania miała na celu pokazanie, że dobre relacje w rodzinie oparte są na więzi emocjonalnej, otwartości i wzajemnym szacunku. Ważne jest również dostrzeganie i rozumienie potrzeb dziecka, a także wiedza na temat substancji psychoaktywnych³⁸.

Podstawą dobrych kontaktów z dzieckiem jest rozmowa, która pozwala zrozumieć jego świat, oczekiwania i marzenia. Nie powinno się uciekać od niewygodnych tematów i odkładać je na czas, gdy dziecko będzie starsze. Rodzice powinni wiedzieć jak najwięcej o środkach psychoaktywnych, ponieważ im więcej wiedzą, tym łatwiej jest im przekonać dziecko o ich szkodliwości. Ponadto powinni pamiętać, że dzieci uczą się przede wszystkim przez naśladowanie, więc ich zachowanie powinno być wzorem do naśladowania. Ważny jest czas poświęcony dziecku, zainteresowanie jego osobą

³⁶ Tamże, s. 78.

³⁷ M. McFadyean: *Narkotyki. Wiedzieć więcej*. Warszawa, Wydawnictwo Emblemat, 2000, s. 14.

³⁸ www.edu.info.pl.

oraz wzajemny szacunek. Rodzice powinni rozbudzać w nim aspiracje i marzenia. „Człowiek, który nie nauczył się marzyć i realizować swoich marzeń, jest zagrożony uciekaniem przed pustką w narkotyki”³⁹. Jeżeli rodzice zapewnią dziecku miłość i idące za tym poczucie bezpieczeństwa, może to właśnie do nich skieruje swe kroki młody człowiek szukający pomocy na drodze do samodzielności życia.

Obecnie młodzi ludzie coraz częściej podejmują działania, które mogą mieć niekorzystny wpływ zarówno na zdrowie fizyczne, jak i psychiczne. Zachowania ryzykowne w okresie dojrzewania to takie, które są nieakceptowane przez społeczeństwo i które odbiegają od powszechnie przyjętych norm. Do zachowań ryzykownych zaliczamy zachowania takie jak: używanie alkoholu i innych środków psychoaktywnych (również dopalaczy), przedwczesne stosunki seksualne, agresję względem otoczenia (również autoagresję), brak poczucia sensu życia i brak umiejętności konstruktywnego działania, niewłaściwą dietę itp.⁴⁰

Przyczyny ryzykownego zachowania młodzieży wyjaśnia teoria R. i S.L. Jessorów, która pokazuje, że pewne zachowania dewiacyjne młodzieży mają znaczenie rozwojowe, które służą realizacji określonych celów. Wielu psychologów – R. i S.L. Jessor, B. Varenhorst, 1981; Z. Gaś – uważa, że powyższe zachowania stanowią ważny element rozwoju młodego człowieka w osiągnięciu wczesnej dorosłości⁴¹.

Szczególnie ważne jest spojrzenie na te zachowania jako na działania, które są istotne w rozwoju adolescenta. Do podstawowych możemy zaliczyć np.:

- 1) działania manifestujące opozycję wobec osób dorosłych – używanie środków psychoaktywnych traktowane jest jako protest przeciw zjawiskom akceptowanym społecznie przez większość społeczeństwa;
- 2) działania ukierunkowane na redukcję lęku – środki odurzające jako lekarstwo na lęk i odpowiedź na brak akceptacji i niezadowolenie dorosłych;
- 3) identyfikacja z grupą rówieśniczą – przyjęcie określonego stylu, wartości oraz sięganie po środki psychoaktywne;
- 4) demonstrowanie sobie i innym atrybutów własnej tożsamości – poprzez np. zażywanie środków psychoaktywnych w celu uzyskania miana np. „równego gościa”, „równiuchy” itp.;
- 5) zachowania pozwalające na osiągnięcie pozornie wyższego etapu rozwoju, które są charakterystyczne dla okresu przejścia z dziecięcego do dorosłego, np. używanie środków psychoaktywnych jest zarezerwowane dla osób dorosłych – nastolatek może się poczuć bardziej dorosły, niezależny⁴².

Zachowania prezentowane przez nastolatków powinny być bodźcem dla profesjonalistów, aby uruchomić działania wspomagające, prowadzące do konstruktywnego zaspokajania potrzeb rozwojowych młodych ludzi. B. Varenhorst uważa, że młodzież potrzebuje, aby okazywać jej szacunek, ponieważ dzięki temu wzrasta jej poczucie odpowiedzialności, wartości; młody człowiek potrzebuje od dorosłych zainteresowania i zaangażowania oraz tworzenia warunków do rozwoju samodzielności; dorośli

³⁹ W. Wanat: *Narkotyki i narkomania*. Warszawa, Wydawnictwo Iskry, 2006, s. 142.

⁴⁰ Z. Gaś: *Pomoc psychologiczna młodzieży*. Warszawa, WSiP, 1995, s. 24.

⁴¹ Tamże, s. 16.

⁴² Tamże, s. 24–25.

powinni stwarzać młodym warunki do konstruktywnego eksperymentowania w życiu, aby mogli poznać swoje ograniczenia i możliwości. Należy pomagać nastolatkom w nabywaniu wiedzy i umiejętności w zakresie rozwijania kompetencji społecznej, wspierać w chwilach kryzysu oraz dostarczać wsparcia i opieki; zapewnić możliwość korzystania z pomocy specjalistów i profesjonalistów z różnych dziedzin. Dorosli są odpowiedzialni za rozwój moralny młodego człowieka i powinni stać się dla niego wzorem w tej kwestii; należy podejmować z młodymi trudne rozmowy dotyczące sensu życia, celów życiowych itp.⁴³

Jak podaje W. Skrzypczyk, tym, co charakteryzuje młodzież, także eksperymentującą ze środkami psychoaktywnymi, jest jej indywidualna koncepcja życia. Wynika ona po części z buntu, który jak pisano wcześniej, jest charakterystyczny dla tego okresu rozwojowego, negowania świata osób dorosłych oraz wpływu rówieśników i środków masowego przekazu. U większości adolescentów trafiających do placówek pomocowych w związku z problemem używania środków psychoaktywnych okazuje się być zaburzeniem wtórnym, któremu towarzyszą zaburzenia zachowania i zaburzenia emocjonalne jako wynik wcześniejszych doświadczeń traumatycznych⁴⁴.

W profilaktyce ważną rolę odgrywają czynniki chroniące, którymi są właściwości człowieka lub też środowiska. Zwiększają one odporność i wzmacniają potencjał, dzięki czemu człowiek jest bardziej odporny na działanie czynników ryzyka. Rozpoznanie indywidualnych czynników ochronnych sprzyja prawidłowemu konstruowaniu działań profilaktycznych. N. Garmezy wyodrębnił trzy grupy czynników, które mogą ograniczyć zaburzenia psychiczne i inne dysfunkcje, a są to czynniki indywidualne, cechy środowiska rodzinnego i pozarodzinnego⁴⁵. Do walorów indywidualnych zaliczono zrównoważony temperament, poczucie humoru i pozostałe wrodzone predyspozycje. Natomiast cechy tkwiące w środowisku rodzinnym to wsparcie emocjonalne i opieka obojga rodziców lub chociaż jednego z nich. Wsparcie ze strony innych osób lub instytucji to cechy środowiska pozarodzinnego. Do czynników chroniących możemy zaliczyć ponadto cechy charakteru, takie jak optymizm, odpowiedzialność, empatia oraz pewne umiejętności życiowe – radzenie sobie z negatywnymi emocjami.

Czynniki ryzyka i czynniki chroniące można pogrupować na kilka kategorii: są to zmienne związane z jednostką, zmienne związane z rodziną oraz zmienne związane z społecznością lokalną.

W sytuacji, kiedy dostępność środków psychoaktywnych jest powszechna (można je dostać w szkole, na osiedlu, nawet z dostawą do domu), kiedy młody człowiek wie, że rodzice często sięgają po papierosa, alkohol czy leki w stanach zdenerwowania, silnego napięcia czy przygnębienia, skorzysta z pierwszej lepszej propozycji bez większych wahań.

Środki psychoaktywne mają pewną wspólną cechę: uzależniają. Najczęściej pierwszymi środkami narkotycznymi, z którymi styka się młodzież, są papierosy i alkohol. Skosztowanie papierosa czy alkoholu nie zakłada, że młody człowiek sięgnie po narkotyki. Jednak liczne badania potwierdziły hipotezę, że papierosy, alkohol czy dopalacze

⁴³ Tamże, s. 27–28.

⁴⁴ W. Skrzypczyk: *Nadążyć za nastolatkiem*. „Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia” 2008, nr 3, s. 10.

⁴⁵ K. Ostaszewski: *Skuteczność profilaktyki używania substancji psychoaktywnych...*, s. 91.

mogą stać się środkami inicjacyjnymi, czyli takimi, które otwierają drogę do innych narkotyków. Powszechnie wiadomo, że środki psychoaktywne mają niszczący wpływ na psychikę i stanowią zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia młodego człowieka.

Przemysł farmaceutyczny dostarcza obecnie różnych środków, które są używane i nadużywane przez dzieci i młodzież. Ich ogólna dostępność powoduje, że coraz więcej nastolatków używa ze szkodą dla zdrowia różnego rodzaju leków. Nie ma szczepionki, która chroniłaby człowieka przed uzależnieniem.

Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii uruchomiło szereg działań profilaktycznych, które zostały skierowane zarówno do potencjalnych użytkowników dopalaczy, jak i osób, które są już po inicjacji. Kampania *Dopalacze mogą cię wypalić. Poznaj fakty* to edukacyjna strona internetowa dopalacze.info.pl, na której można znaleźć informacje dotyczące działania dopalaczy. Działania systemowe polegające na współpracy rodziców z wychowawcami oraz rodziców między sobą są najlepszym czynnikiem chroniącym dziecko przed uzależnieniem. Wyposażenie dziecka w wartości, którymi będzie się kierowało w życiu, świadomość własnej wartości, rozwój zainteresowań i pomoc w odkrywaniu własnych talentów to najlepsza profilaktyka i zabezpieczenie na przyszłość. Strona internetowa zawiera również wiele ciekawych informacji dla rodziców i nauczycieli. Akcja edukacyjna skierowana do tych ostatnich polega na przygotowaniu scenariuszy zajęć przeznaczonych dla rodziców uczniów. Celem jest pozyskanie rodziców jako sojuszników w tworzeniu wspólnego frontu przeciw substancjom psychoaktywnym, w tym dopalaczom⁴⁶.

Dla młodych osób w wieku od 13 do 21 lat, które mają już za sobą inicjację związaną z używaniem dopalaczy, przygotowany został program krótkiej, wczesnej interwencji *FreD goes net*. Program ten bazuje na podejściu motywacyjnym, a jego celem jest wzbudzenie u młodych ludzi refleksji na temat ewentualnych konsekwencji zażywania środków psychoaktywnych, także *dopalaczy*. Od wielu lat z powodzeniem jest prowadzony w Niemczech i dobrze się sprawdza w odniesieniu do osób, które okazjonalnie korzystają ze środków psychoaktywnych i zostały z tego powodu „przyłapanie” przez policję lub trafiły do szpitala na skutek zatrucia. Zajęcia prowadzone są przez specjalnie przeszkolonych trenerów – mają charakter profilaktyczny i edukacyjny, aby w efekcie końcowym przekonać młodych ludzi, że nie warto brnąć dalej w narkotyki⁴⁷. Program z powodzeniem został wdrożony w kilku polskich miastach i otrzymał pozytywne informacje zwrotne, z których najważniejsza była poszerzona wiedza na temat zażywania środków psychoaktywnych oraz że z pełną odpowiedzialnością można go polecić innym osobom. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii szkoli trenerów do prowadzenia tego programu i dofinansowuje placówki, które zdecydują się go prowadzić.

Inną ciekawą propozycją i odpowiedzią na problem związany z używaniem dopalaczy przez nastolatki jest *Smak życia, czyli debata o dopalaczach* – program profilaktyki uniwersalnej autorstwa K. Wojcieszka. W odróżnieniu od programu *FreD goes net* nie jest przeznaczony do pracy z osobami, które miały kontakt z dopalaczami. To narzę-

⁴⁶ Rozmowa z Dawidem Chodeckim z Krajowego Biura Przeciwdziałania Narkomanii, Plan na dopalacze. „Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia” 2010, nr 5, s. 23.

⁴⁷ Tamże, s. 24.

dzie profilaktyki pierwszorzędowej (uniwersalnej), której podstawowym celem jest opóźnienie inicjacji i promocja zdrowia. W tym przypadku chodzi przede wszystkim o „zmniejszenie prawdopodobieństwa, że młodzi ludzie, dorastając, będą sięgać po »dopalacze«. Założeniem jest tu dążenie do jak najszerszego zasięgu tej prostej interwencji, gdyż wtedy ma ona szansę na przełożenie się na życie danej społeczności”⁴⁸. Bardzo istotna z punktu widzenia współczesnej profilaktyki jest forma edukacji, która prowadzona jest metodami aktywizującymi. Autor podaje, że istotną częścią programu jest zestaw pytań dydaktycznych i zadań do wykonania w trakcie realizacji, co sprawia, że program ten ma charakter samokształcenia uczestników w obecności i przy aktywnym udziale przewodnika-opiekuna⁴⁹.

Rodzina, grupa rówieśnicza, szkoła to podstawowe środowiska, w których młody człowiek poszukuje akceptacji siebie, przyjaźni, pozycji społecznej. Jeżeli tego nie znajdzie, będzie szukał poza tymi instytucjami, m.in. na ulicy, ponieważ z pustką emocjonalną przez dłuższy czas nie sposób żyć.

Okres dojrzewania to czas, w którym młody człowiek potrzebuje serdeczności i zrozumienia ze strony dorosłych. Poszukuje swojego miejsca w świecie dorosłych. Zastanawiając się nad celem i sensem życia, często sam rozwiązuje swoje życiowe dylematy. Jeżeli w tym czasie nie uzyska od rodziny emocjonalnego wsparcia, akceptacji czy poczucia bezpieczeństwa, więzi uczuciowe między członkami rodziny będą zagrożone. Jeżeli w domu rodzinnym nie znajdzie ciepła i porozumienia z najbliższymi, poszuka wsparcia i odpowiedzi na swoje pytania poza nim. Rola rodziców jest w tym czasie trudna, jednak badania pokazują, że budowanie więzi z dzieckiem i dbanie o dobry z nim kontakt to podstawowy czynnik chroniący. Profesjonaliści wskazują również na ważne aspekty wychowania takie jak: stawianie granic, zainteresowanie życiem dziecka, okazywanie miłości, wspieranie, zapewnianie, że zawsze może liczyć na pomoc⁵⁰. Wiek dorastania to także czas podejmowania ryzyka, sprawdzania swoich możliwości, granic wytrzymałości swojego organizmu. Często jest tak, że młody człowiek musi sam walczyć o swoją autonomię, gdyż chce być traktowany jak dorosły. Oby w tej walce nie został sam. Oby na swojej drodze spotkał kogoś, kto pomoże mu odnaleźć sens życia, uwierzyć w marzenia, pokaże – że tęcza ma wiele kolorów... i zawoła go po imieniu. I niech to będzie ktoś, dla kogo spotkanie jest wydarzeniem...

⁴⁸ K.A. Wojcieszek: *Smak życia...*, s. 17.

⁴⁹ Tamże, s. 18–20.

⁵⁰ J. Koczurowska: *Co zrobić, aby dzieci nie sięgały po narkotyki*. Gdańsk, Towarzystwo Profilaktyki Środowiskowej „Mrowisko”, 1995.