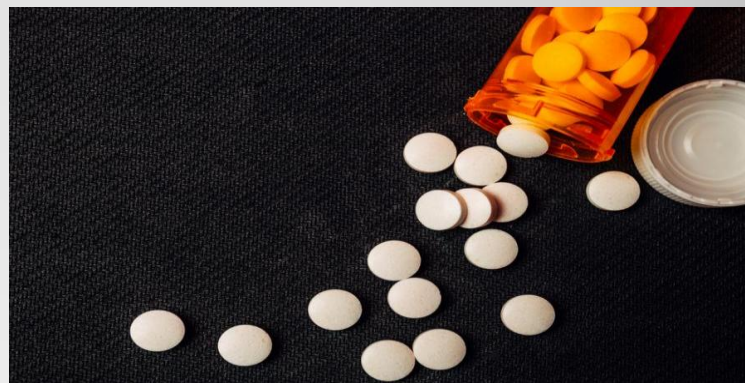


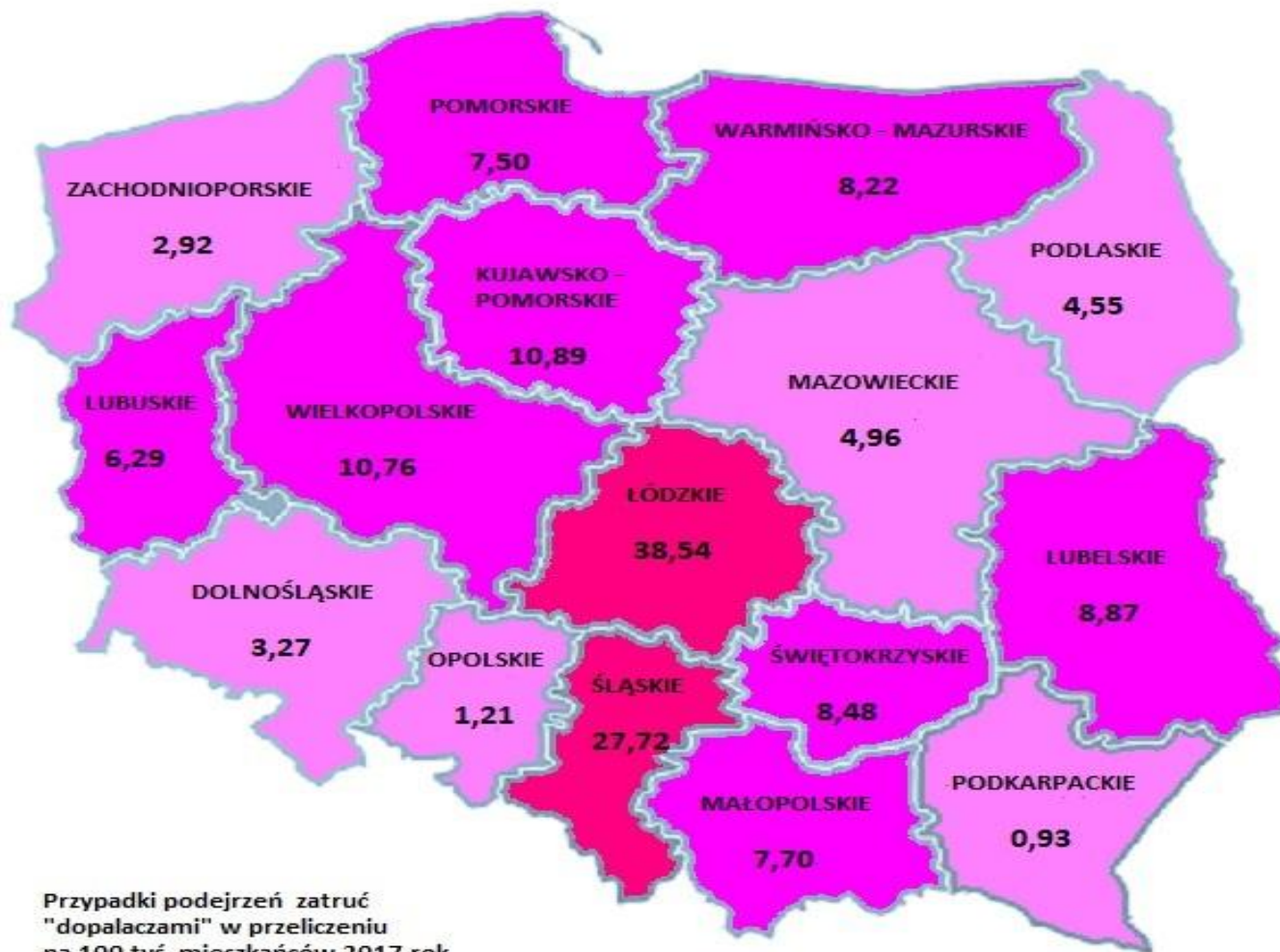
# CHROŃMY MŁODZIEŻ PRZED „DOPALACZAMI”



W ostatnim czasie coraz częściej słyszy się w mediach, a niejednokrotnie w najbliższym otoczeniu o substancjach, które posiadają właściwości psychoaktywne, w działaniu zbliżone do narkotyków.

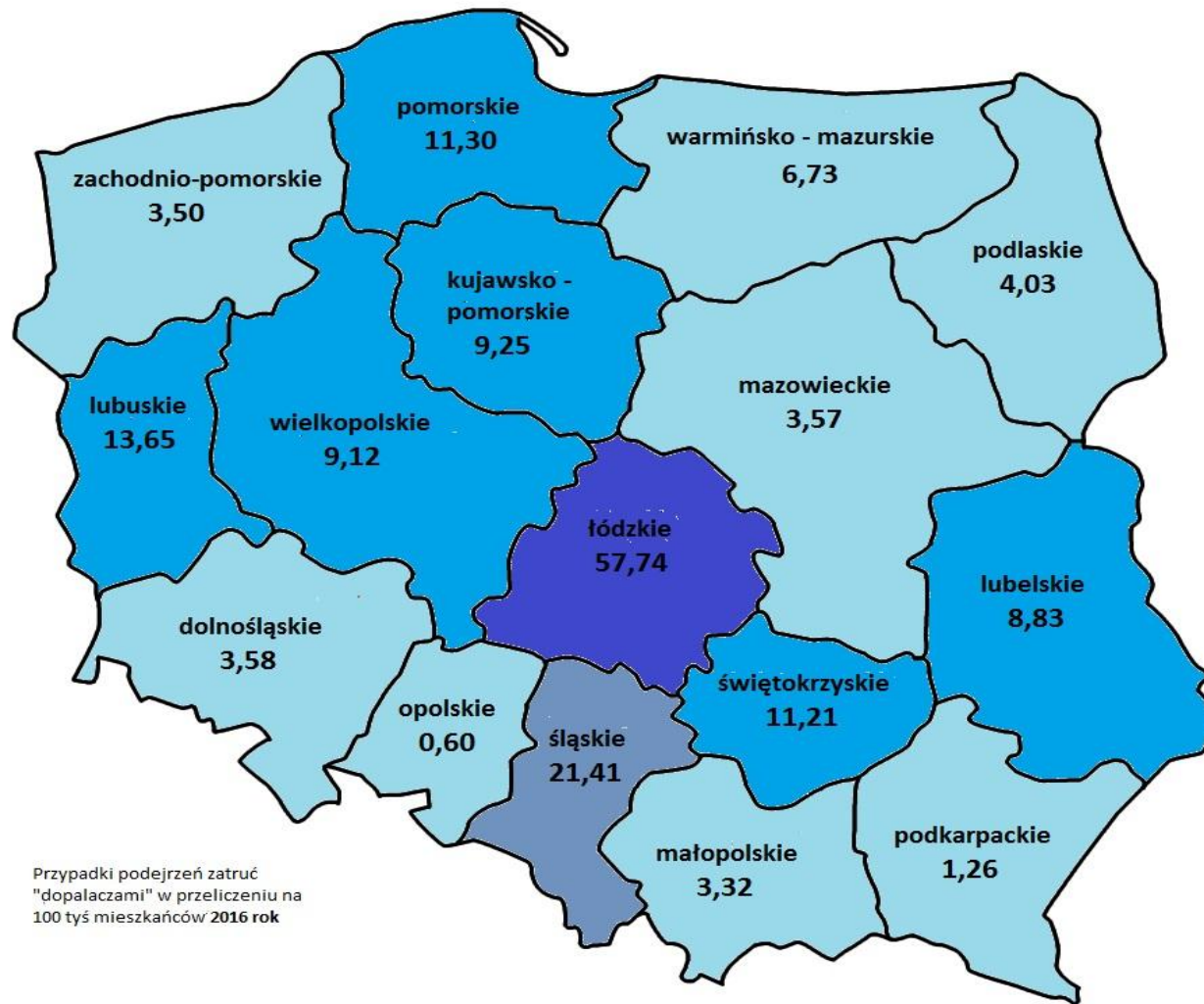


# STATYSTYKI – 2017 r.



Przypadki podejrzeń zatruc "dopalaczami" w przeliczeniu na 100 tys. mieszkańców 2017 rok

# STATYSTYKI - 2016 r.



Przypadki podejrzeń zatruciu "dopalaczami" w przeliczeniu na 100 tys. mieszkańców 2016 rok

**Sprzedaż dopalaczy to  
przestępstwo! Grozi za to  
odpowiedzialność karna oraz  
wysoka grzywna.**





***Od 1 listopada 2018 r. dopalacze będą traktowane przez prawo na równi z narkotykami.***

Do tej pory za handel dopalaczami groziła jedynie kara finansowa, a przepisy w tym zakresie były nieskuteczne, gdyż karom podlegali tylko dystrybutorzy dopalaczy.

Według znowelizowanych przepisów za samo **posiadanie znacznych ilości dopalaczy będzie groziła kara nawet do trzech lat, a za handel nimi nawet do lat 12 więzienia**”.

# **DOPALACZE NIE ZNIKNĘŁY!!!**

*Zamknięcie w Polsce wszystkich sklepów z dopalaczami nie zlikwidowało problemu.*

- **Dopalacze występują w Internecie np. pod nazwami :**
  - „sole kąpielowe”
  - „pożywka dla roślin”
  - „nawóz roślinny”
    - „kadzidełka”
  - „do badań botanicznych”
  - „chemikalia do badań”



©Agencja Gazeta





W trosce o bezpieczeństwo  
dzieci rodzice/opiekunowie  
powinni wiedzieć o kilku  
ważnych sprawach



# Uwarunkowania zażywania narkotyków i substancji podobnych:

## 1. Uwarunkowania mikrostrukturalne:

- środowisko sąsiedzkie,
- środowisko rówieśnicze,
- środowisko szkolne,
- środowisko pracy,
- dostępność narkotyków (substancji działających podobnie).

## 2. Uwarunkowania rodzinne:

- brak zaspokojenia podstawowych potrzeb: miłości, bezpieczeństwa, akceptacji i zrozumienia),
- występowanie uzależnienia w rodzinie (rodzice, najbliższa rodzina),
- traumy, urazy, choroby somatyczne, choroby i zaburzenia psychiczne,
- patologie i zaburzenia życia rodzinnego (przemoc, alkoholizm, rozwody, przestępcze rodzinne środowisko, zaniedbania, porzucenia),
- zaburzenia procesu wychowania (brak wzorów pozytywnych, brak więzi z rodzicami, zaburzenia komunikacji rodzice - dziecko),
- brak lub wadliwe kompetencje wychowawcze rodziców (niewydolność wychowawcza),

### 3. Uwarunkowania indywidualne – personalne:

- niedojrzałość emocjonalna,
- niska samoocena,
- brak odporności na stres i problemy,
- zbyt mała wiedza, negatywne przekonania,
- niskie kompetencje interpersonalne.





## **CZYNNIKI RYZYKA**

Czynniki ryzyka są to cechy zwiększające prawdopodobieństwo używania środków odurzających.

Prawdopodobieństwo jest tym większe, im więcej jest czynników ryzyka, im bardziej są one szkodliwe oraz im dłużej trwa ich działanie.

**W sferze psychologicznej czynników ryzyka** największą rolę odgrywają cech indywidualne, do których zalicza się m.in.:

- nadmierna nieśmiałość,
- wrażliwość,
- chroniczne napięcie i niepokój,
- niską samoocenę,
- brak odporności na stres i problemy.

## Czynniki ryzyka – sfera społeczna:

- brak wyraźnego i konsekwentnego systemu wychowawczego,
- niskie kompetencje rodziców w postępowaniu z dziećmi (brak reguł postępowania, niekonsekwencja),
- brak rygorów i kontroli lub bardzo surowa dyscyplina, nadopiekuńczość,
- wysoki poziom konfliktów w rodzinie, niskie wsparcie ze strony rodziców,
- brak lub osłabienie więzi emocjonalnej z rodziną, złe relacje pomiędzy rodzicami i dziećmi,

## Czynniki ryzyka – sfera społeczna cd:

- zaburzenia w pełnieniu ról ojca i matki, nieobecność ojca w domu (także psychiczna)
- tolerancja rodziców wobec używania przez dzieci alkoholu lub innych substancji odurzających,
- nadużywanie alkoholu, papierosów, narkotyków przez rodziców,
- rozwód, separacja, utrata rodziców,
- brak czytelnych granic i norm,
- przyzwolenie na uczestnictwo dziecka w sferach, do których nie jest ono przygotowane emocjonalnie.



# CZYNNIKI CHRONIĄCE

To właściwości jednostki i środowiska, które wzmacniają odporność na podatność na narkotyki.

Przyjmuje się, że akumulacja czynników chroniących obniża ryzyko powstawania uzależnień.

# CZYNNIKI CHRONIĄCE

- silna więź emocjonalna z rodzicami,
- poczucie własnej wartości,
- umiejętności społeczne (np. rozwiązywanie problemów, konfliktów, asertywność),
- przynależność do pozytywnej grupy,
- poszanowanie prawa, norm, wartości i autorytetów,
- poczucie własnej skuteczności,

Za główną przyczynę sięgania po dopalacze i narkotyki uznaje się:

- zaburzone więzi emocjonalne w rodzinie,
- nudę,
- ciekawość, chęć spróbowania jak działa,
- przeżycie nieznanego doświadczenia,
- ucieczka od problemów,
- naśladownictwo,
- wpływ grupy rówieśniczej

*Jedną z najważniejszych przyczyn sięgania przez młodzież po dopalacze, narkotyki są*  
***zaburzone więzi emocjonalne w rodzinie, dlatego:***

- mów dziecku, że jest dla ciebie najważniejszą osobą, że zależy Ci, by było zdrowe i szczęśliwe, poznaj jego przyjaciół, zainteresowania i sposoby spędzania czasu wolnego;
- rozmawiaj z dzieckiem często, pytaj o jego zdanie, uważnie słuchaj, rozmawiaj także na trudne tematy – o narkotykach, alkoholu, dojrzewaniu,



- postaw jasne granice – wyraż zdecydowany sprzeciw wobec używania narkotyków i innych środków psychoaktywnych, podaj oczekiwania dotyczące godzin powrotu do domu, kontaktów z kolegami,
- porozmawiaj na temat nacisku i manipulacji ze strony grupy biorącej „dopalacze”, sprawdzaj na co wydawane jest kieszonkowe,
- doceniaj wysiłki w osiąganiu celów, chwal dziecko za sukcesy i odpowiedzialność - podnosisz tym jego poczucie własnej wartości. **Zapewnij, że zawsze może liczyć na twoją pomoc w trudnych sytuacjach.**



## ***Warto też pamiętać o kilku ważnych sprawach:***

- ***Bądź przykładem, postępuj tak, by być wiarygodnym. Dzieci są dobrymi*** obserwatorami i łatwo zauważą, gdy nie robisz tak, jak mówisz,
- ***Wymagaj, ale stawiaj dziecku warunki możliwe do spełnienia,***
- ***Bądź konsekwentny, aby dziecko liczyło się z Tobą i wiedziało, że ustalone*** przez Ciebie normy w ważnych sprawach muszą być respektowane,
- ***Poznaj przyjaciół i znajomych dziecka. Pamiętaj, że w tym wieku koledzy*** odgrywają dużą rolę i często mają duży wpływ,

- ***Szanuj prawo dziecka do własnych wyborów, opinii, dysponowania swoim*** wolnym czasem. Doradzaj, ale nie narzucaj swojej woli,
- ***Nie bądź nadmiernie opiekuńczy, pozwól dziecku zdobywać doświadczenia;*** ono uczy się życia przede wszystkim robiąc nowe rzeczy, sprawdzając.
- Czasem popełnia przy tym błędy, bądź zatem czujny i w porę reaguj,

## ***Rodzice/ opiekunowie/ wychowawcy - są sytuacje, których nie wolno bagatelizować!***

*Masz prawo sądzić, że dzieckiem dzieje się coś niedobrego, gdy zauważysz kilka z wymienionych niżej objawów równocześnie:*

- dziecko oddala się od Ciebie, staje się obce, mimo, że wcześniej byliście blisko,
- ma kłopoty z nauką, choć wcześniej dobrze sobie radziło, wagaruje,
- unika rozmów, kontaktu, „kręci” w rozmowie, kłamie,
- jest niecierpliwe, rozdrażnione,
- jest na zmianę pobudzone lub ospałe, sypia o dziwnych porach,
- znika często w ciągu dnia z domu pod dowolnym pretekstem i stara się unikać kontaktu po powrocie

- wraca bardzo późno lub bez uzgodnienia nocuje poza domem,
- ma nowych znajomych, których nie chce zapraszać do domu,
- kwestionuje szkodliwość narkotyków, uważa że powinny być zalegalizowane,
- ma nadmierny apetyt lub nie ma apetytu,
- ma przekrwione oczy, zwężone lub rozszerzone źrenice, przewlekły katar,
- w jego pokoju dziwnie pachnie, miewa fifki i fajki różnych kształtów, bibułki do skrętów, biały proszek, pastylki nieznanego pochodzenia,
- opalone folie aluminiowe, leki bez recept, nieznane chemikalia z domu znikają pieniądze i wartościowe przedmioty

## *Mały słowniczek slangu związanego z narkotykami , dopalaczami:*

- Jeżeli usłyszysz te nazwy w rozmowach swoich dzieci i ich znajomych, nie wpadaj w panikę, być może dopalacze (narkotyki) pojawiły się w otoczeniu dziecka i warto na ten temat porozmawiać.
- Należy pamiętać, że slangowy język młodzieżowy jest niezwykle żywy i ciągle przybywają nowe określenia.
- Akcesoria do używania narkotyków:
  - **do palenia, wdychania – lufka, fifka, fifa, bongo (fajka wodna) srebro, folia,**
  - **dożylnie – sprzęt, strzykawka, igła, pompka, gary, garnki, łyżka,**

- **Miejsce handlu :** bajzel
- **Narkotyki ogólnie:** towar, dragi, czady, materiał
- **Narkoman:** ćpun, grzejnik
- **Określenie osoby ze względu na rodzaj**
- **zażywanej substancji:** trawiarz, zielarz, brałniarz,
- **Porcja narkotyku:** działka, gram, giet, bit, setka, cent, gruda, linia, ścieżka, kreska
- **Stan po zażyciu:** kop, jazda, trzepanie, odlot, odjazd, podróż, kręcenie, śmiechawa, trip
- **Końcowa faza działania :** zejście, zjazd, dół





# ***GDZIE SZUKAĆ POMOCY?***

- 116111- Bezpłatny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży  
(czynny od poniedziałku do soboty od 12 do 20)
- 801 199 990 -Antynarkotykowy Telefon Zaufania  
(czynny codziennie od 16 do 21)
- 800 060 800 Bezpłatna Infolinia Państwowej Inspekcji Sanitarnej
  - <http://www.pis.gov.pl>
  - [http:// www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl)
  - <http://www.narkomania.gov.pl>