

Jak a kdy mluvit s dítětem o drogách?

Přesvědčení, že rozhovor o drogách může znamenat nakažení dítěte nějakými špatnými myšlenkami a že je lepší o takovýchto věcech vůbec nemluvit, již dnes většinou nepanuje. Rodiče si uvědomují, že drogy jsou stále dostupnější a media jim vcelku často připomínají, že kontakt se stále více posunuje do mladších věkových kategorií. Otázka nezní zda vůbec, ale především kdy, jakou formou a jak podrobně o těchto věcech mluvit s ohledem na věk dítěte. Život přináší celou řadu situací, které mohou být vhodným podkladem k sdělení určitých informací o drogách a především – vyjádření určitého postoje rodičů.

V předškolním období může být debata zahájena nad rodinou lékárníčkou, v dospívání se podněty samy nabízejí. Je mnohem vhodnější, jsou-li rodiče připraveni reagovat na konkrétní situace ze života, na otázky dítěte, než když si o tomto tématu „připraví přednášku“. Tím spíše posílíme pozici drog jako něčeho zcela výjimečného a mimořádného, nehledě na to, že takováto sdělení nebývají dětmi a dospívajícími dvojnásob pozitivně přijímána. Vždy je síla určitého poselství, které s informacemi o drogách dětem předáváme větší, panuje-li mezi tímto poselstvím a chováním rodičů soulad. A nejde jen o vztah k nelegálním drogám, ale především o vztah k alkoholu, cigaretám a lékům, jejichž užívání s nealkoholovými drogami a závislostmi na nich velmi úzce souvisí. Ve vztahu k legálním drogám se nejčastěji zrcadlí obecnější charakteristiky chování rodičů jako je způsob reakce na bolest (a okamžité tlumení lékem, popř. alkoholem), způsob reakce na odmítnutí něčeho žádaného a práce s frustrací (a její tišení léky, alkoholem a cigaretami), způsob trávení volného času a zábavy (kde nejčastěji dominuje alkohol), způsob zvládnutí strachu a podpora sebevědomí (alkohol, léky) apod. Takovéto reakce mohou vytvářet a udržovat typické rodinné mechanismy chování, a přestože mohou mít rodiče ke drogám negativní postoj a s dětmi jsou schopni o těchto věcech třeba i otevřeně hovořit, je mezi chováním a informacemi rozpor, který oslabuje vytváření jednoznačného postoje dětí. Nejlepší a nejlevnější prevencí je osobní příklad rodičů. Reakce rodičů a podrobnost tématu drog by měla reflektovat nejen věk, ale i prostředí a zájmy dítěte, situaci o drogách na škole, kamarády, spolužáky a jiné významné osoby, které mohou dítě v jeho vývoji a vztahu k drogám pravidelně ovlivňovat. U dospívajících můžeme vhodně využít i „výchovné působení dětských časopisů“, které o těchto tématech většinou velmi otevřeně hovoří a takovéto články mohou otevřít komunikaci o tomto tématu.

O čem tedy s dětmi v určitém věku mluvit?

Předškolní věk

V tomto období vytváříme obecnější postoje jako je zdravý způsob života a ochrana života. Informace o drogách mohou mít spíše obecný charakter a lze je zjednodušovat ve smyslu drogy jako jedovaté látky. Souvislost můžeme demonstrovat na lécích a jejich pozitivních účincích podle rady a rozpisu lékaře, ale nebezpečí při vlastním dávkování.

Zhruba do 10 let

Děti se blíže seznamují se strukturou a fungováním lidského těla a způsoby, jak chránit své zdraví. Děti by měly vědět, že existují legální i nelegální drogy. Že určité drogy nemusí být dospělým zakázány a proč, ale že dětem jsou drogy zakázány bez rozdílu a že jejich organismu škodí mnohem intenzivněji a proč. Děti by měly umět rozlišit pojmy užívání a zneužívání drog/léků. Děti učíme potřebné sociální dovednosti – jak se zachovat v určité situaci, co říci. Informace o drogách mají stále spíše obecnější charakter, ale věnujeme se motivaci a různým příčinám, které s užíváním drog souvisí – móda, parta, řešení osobních problémů apod.

Mezi 10 – 13 lety

Děti znají přesněji fungování lidského těla a můžeme jim vysvětlit působení a případnou škodlivost drog na jednotlivé orgány a vliv na mozkovou činnost. Tyto věci můžeme demonstrovat u jednotlivých drog, čímž nejen představujeme odlišnost a rozdílnost určitých drog, ale i jejich specifickou nebezpečnost. Děti jsou schopny porozumět vzniku závislosti. V tomto věku dochází k prvním kontaktům dětí s „drogovou scénou“ – nejčastěji tou ve škole. Děti si začínají o této věci dělat svůj první vlastní obraz. S dětmi diskutujeme o možných reakcích, seznamujeme s případnými riziky – zdraví, právní důsledky, osobní a rodinné důsledky. Děti jsou seznámeny s nabídkou pomoci pro drogově závislé a představení závislosti jako nemoci. Ukazujeme vliv a způsoby působení reklamy. Informace o nelegálních drogách dáváme do souvislosti s drogami legálními. Rozbor motivace chování uživatelů drog je konkrétnější a plastičtější, děti dokáží porozumět osobním i sociálním souvislostem.

Mezi 13 – 15 lety

Je obdobím nejčastějších prvních experimentů s drogami. Dospívajícím poskytneme bližší a podrobnější rozbor psychosociálního kontextu užívání drog a diskutujeme o možnost bezpečnějšího a zdravějšího způsobu zvládnutí určitých reakcí a konfliktů a uspokojování potřeb. Informace o jednotlivých drogách jsou konkrétní. Nepaušalizujeme „Drogy jsou nebezpečné“, ale říkáme konkrétně, jak která droga působí, jaké potřeba člověka zpravidla uspokojuje a jaké rizika přináší její pravidelné popř. jednorázové užití. Seznamujeme je s riziky určitých forem aplikací drogy – pozornost věnujeme zejména přenosu infekčních chorob stejně jako specifickým rizikům působení určitých drog a riziku nemožnosti na ulici přesně identifikovat drogu a její čistotu. Posilujeme schopnost čelit tlaku vrstevníků, diskutujeme o reálných situacích, při kterých taková věc může nastat, o obtížích odmítnutí a následném postavení ve skupině. Právní konsekvence užívání a manipulace s drogami jsou přesnější. V tomto věku by dospívající měli vědět kontakty na odborné a pomáhající instituce a vědět, jak mohou pomoci a jak postupovat v poskytnutí první pomoci.

16 a více let

V následujících letech se nevyhýbáme rozhovorům o drogách, ale informace jsou spíše zaměřeny na dovednosti, jak prosadit a obhájit své postoje, jak řešit různé interpersonální a intrapsychické problémy nebo schopnosti vyjadřovat své emoce. Dospívající v tomto věku již znají důsledky i rizika užívání drog, znají jejich účinky i odlišnosti. Vědí o „kriminalizaci“ člověka, pokud užívá nelegální drogy. Vědí o manipulaci reklamou.

Literatura k nahlédnutí na ZŠ:

Nešpor, Pernicová Csémy: Prevence problémů působených návykovými látkami
J. Presl: Drogová závislost K. Nešpor: tajná zpráva z planety X-III K. Nešpor: Týká se to i mne
Nešpor, Pernicová Csémy: Zásady efektivní primární prevence Petr Kříž: Kdo jsem, jaký jsem
Nešpor, Pernicová Csémy: Jak zůstat fit a předejít závislostem Badegruber, Pirkl: Příběhy pomáhají s problémy VK: Řekni drogám NE! Další informace: www.odrogach.cz
<http://poradenskecentrum.cz> www.sidliste.cz

Tuto problematiku má ve škole na starosti : **Marcela Nováková**