

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 takových věcech vůbec nemluvit, již dnes většinou nepanuje. Rodiče si uvědomují, že drogy jsou stále dostupnější.

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 nabízí. Je mnohem vhodnější, jsou –li rodiče připraveni reagovat na konkrétní situace ze života, na otázky dítěte, než když si o tomto tématu „připraví přednášku“.

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 trávení volného času a zábavy, způsob zvládnání strachu a podpora sebevědomí (alkohol,) 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.

O ČEM TEDY S DĚTMI V URČITÉM VĚKU MLUVIT ?

Předškolní věk - v tomto období vytváříme obecné 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. 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,

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. 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. Rozbor motivace chování uživatelů drog je konkrétnější, 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 zvládnání 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.

Autor: Mgr. Dušan Dvořák <http://primarniprevence.cz/>