

GDY DZIECKO MA PROBLEM Z NARKOTYKAMI

SYGNAŁY, ŻE DZIECKO MOŻE MIEĆ PROBLEM Z NARKOTYKAMI:

1. Widoczne zmiany w zachowaniu, np. zazwyczaj energiczne dziecko staje się wycofane, rozdrażnione lub skłonne do agresji.
2. Dziecko zaczyna wagarować.
3. Ma trudności z koncentracją, co widoczne jest w tym, że mniej angażuje się w naukę lub aktywności, które wcześniej lubił/lubiła.
4. Występują trudności z apetytem i/lub ze snem.
5. Dziecko posiada przedmioty, których wcześniej nigdy nie potrzebowało, a mogą one służyć do zażywania narkotyków, np. fifki, fajki, igły, strzykawki, bibułki, tuby kleju, okopcone łyżki lub sreberka itd.
6. Źrenice są rozszerzone (stymulanty) lub zwężone (środki otępiające).
7. Zubożnienie, brak motywacji (kanabinoidy).
8. Odczuwanie euforii, brak potrzeby snu, brak apetytu, czasem agresja (amfetamina, kokaina).
9. Zmniejszone źrenice, opuszczone górne powieki (opiaty lub przedawkowanie leków uspokajających, nasennych i/lub antydepresantów), (Stradomska, M., 2024).

STRONY INFORMACYJNE DLA RODZICÓW:

- Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom:
<https://kcpu.gov.pl>
- Poradnia Narkotykowa on-line <https://www.narkomania.org.pl>
(Stradomska, M., 2024).

„Gdy dziecko ma problem z narkotykami”, mgr Monika Żak

GDZIE MOŻNA SZUKAĆ POMOCY:

- Antynarkotykowy Ogólnopolski Telefon Zaufania 801 – 199 – 990
- Infolinia Stowarzyszenia KARAN 800 – 120 – 289
- Niebieska Linia 801 – 120 – 002
- Anonimowa policyjna linia specjalna 800 – 120 - 148
- Infolinia Pogotowia Makowego, Towarzystwa „Powrót z U” 801 – 109 – 696
- Narkomania – Pomoc Rodzinie, Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U” 800 – 120 – 359 (Stradomska, M., 2024).

STRONY INTERNETOWE MOGĄCE ZWIĘKSZAĆ WIEDZĘ NA TEMAT UZALEŻNIEŃ:

- <http://www.narkotyki.pl/>
- KCPU <https://kcpu.gov.pl/>
- <https://www.programfred.pl/>
- <https://candisprogram.pl/strony/placowki>

JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O UŻYWKACH:

1. Zaczynij profilaktykę jak najwcześniej. Warto podejmować tematykę uzależnień jak najwcześniej – mówić o konsekwencjach ich używania.
2. Zapobiegaj, a nie naprawiaj. Celem jest nie tylko reagowanie, ale również zapobieganie temu, co może się wydarzyć w życiu młodego człowieka.
3. Spróbuj znaleźć odpowiedni sposób na rozmowę z dzieckiem. Jeśli potrzebuje ono otwartej rozmowy, to rozmawiaj bezpośrednio. Natomiast, gdy rozmowa krępuje dziecko, to należy być wyrozumiałym.

„Gdy dziecko ma problem z narkotykami”, mgr Monika Żak

4. Nie rezygnuj z rozmowy. Nawet jeśli dziecko/nastolatek będzie zamknięte/zamknięty i niechętnie/niechętny do rozmowy, to warto próbować porozmawiać (Stradomska, M., 2024). lub wrócić do rozmowy za jakiś czas.
5. Nie poddawaj się. Bądź gotowy na rozmowę. Poinformuj, że jesteś do dyspozycji dziecka, ale nie naciskaj.
6. Słuchaj. Poznaj podejście dziecka do danej sytuacji, spróbuj dowiedzieć się o przyczynach i powodach danego zachowania.
7. Nie oceniaj.
8. Nie krytykuj.
9. Nie bagatelizuj.
10. Pamiętaj o szczerości. Nie przedstawiaj siebie jako osoby, która nigdy nie popełnia błędów.
11. Podziel się swoim doświadczeniem. Dzielenie się własnym doświadczeniem, a nawet błędami może być niezwykle istotne. Czasami jednak młody człowiek musi przeżyć różne sytuacje samodzielne, aby móc wyciągnąć z tego wnioski (Stradomska, M., 2024).

LITERATURA:

- Stradomska, M. (2024). *Uczeń uzależniony od narkotyków w szkole*. Głos Pedagogiczny, nr 146, 19 – 24 .
- Stradomska, M. (2024). *Co zrobić w sytuacji sprzedawania substancji nielegalnych w szkole?* Głos Pedagogiczny, nr 146, 25 – 31.