

WARSZTATY

DLA KLAS IV-VI

Dotyczy działań wychowawczo-opiekuńczych związanych z zapobieganiem narkomanii

WSTĘP

Prezentowany tu program zawiera propozycje grupowych zajęć wychowawczo - profilaktycznych w drugim etapie edukacyjnym szkoły podstawowej dotyczących zapobiegania narkomanii.

IDEA I CELE PROGRAMU

Program ma prowadzić do zapobiegania używania narkotyków, a także używania samowolnie leków, bez wskazań lekarskich. Profilaktyka ta ma odbywać się poprzez rozwój osobowości młodego człowieka, jak i przekazywanie mu informacji o uzależnieniach.

Celem programu jest:

- dostarczenie uczniom informacji o substancjach zmieniających świadomość,
- budowa pozytywnego obrazu siebie,
- uczenie porozumiewania się oraz rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji.

Prezentowany tu program przeznaczony jest dla uczniów klas IV-VI, gdyż uważamy, że dostarczanie informacji o szkodliwych substancjach zmieniających świadomość w pierwszych trzech klasach szkoły podstawowej jest zbyt wczesne i wprowadzamy ją dopiero od klasy IV. Program ten został stworzony na bazie doświadczeń autorek w prowadzeniu zajęć profilaktycznych z uczniami klas I-III wg programu edukacyjnego Andrzeja Kołodziejczyka "Profilaktyka uzależnień" i pomyślany został jako jego kontynuacja. Mamy nadzieję, że nasz program wychodzi naprzeciw walce z narastającymi problemami młodzieży.

UWAGI DO REALIZACJI

- realizuj program w zależności od wiedzy, poziomu zainteresowania i zaangażowania uczniów,

- obserwuj twarze i „język” ciała dziecka, pamiętaj też o swojej „mowie ciała”, postawie i intonacji głosu,
- stwórz dzieciom okazję do dyskusji i pozwól na większą swobodę pamiętając o specyfice zajęć mimo, że pracujesz w szkole.

PLAN ZAJĘĆ W KLASACH IV-VI

1. Sprawy, dla których warto żyć. (2 zajęcia)

1.1. Życie jako najważniejsza wartość.

- „burza mózgów”- co to jest dobre życie?

1.2. Poszukiwanie szczęścia.

- gra skojarzeń dotycząca tematów: żywa istota, roślina, kolor, owoc, elementy natury, żywioły,
- „bezludna wyspa”- co zabrałbyś ze sobą na bezludną wyspę (5 rzeczy),
- co pomoże ci przeżyć - zachowania względem innych.

2. Nie jestem sam. (2 zajęcia)

2.1. Akceptacja - czy za wszelką cenę?

- nie muszę być akceptowany przez wszystkich,
- dobrze mieć swoje zdanie,
- sam muszę wybrać właściwą dla siebie grupę.

2.2. Precz ze stereotypami.

- umiem odrzucać stereotypy np. „wyluzowanego cwaniaczka” i „fujarę kujona”.

3. Jak sobie radzić ze stresem. (2 zajęcia)

3.1. Co powoduje stres? - czynniki stresogenne.

- co powoduje stres? - czynniki stresogenne,

- wybieranie właściwej drogi życia (plakaty, hasła),
- radzenie sobie ze stresem (praca w grupach, a następnie tworzenie wspólnych rozwiązań),
- porównywanie wypracowanych rozwiązań z propozycjami nauczyciela.

3.2. Wybieranie właściwej drogi życia.

- życie, czy zagłada?! (tworzenie haseł i plakatów na ww. temat).

4. Poznajemy bezpieczne i niebezpieczne dla zdrowia substancje.

(4 zajęcia)

4.1. Lekarstwa.

- lekarstwa - jak ich używać?
- czy można po nie sięgać samodzielnie?

4.2. Rośliny trujące.

- rośliny trujące (nazwy i działanie).

4.3. Jak poprawić sobie samopoczucie?

- rozróżnianie naturalnych (relaks, sport) i sztucznych-chemicznych (narkotyki, nikotyna, alkohol) dróg do uzyskania dobrego samopoczucia.

4.4. Stop! "Chemiczna pułapka".

- nazwy substancji chemicznych, ich działanie,
- ostrzeżenie przed „chemiczną pułapką”,
- nieprawdziwe i zwodnicze poglądy na temat używek.

5. Sztuka odmawiania. (2 zajęcia)

5.1. Umiem wyrazić swoją opinię.

- reakcja na nacisk otoczenia,

- asertywne zachowanie w określonej sytuacji.

5.2. Mam prawo odmówić.

- zapoznanie z metodą "zrywania w 3 ruchach".

6. Uzależnienie to choroba, z którą sam sobie nie poradzisz. (2 zajęcia)

6.1. Co to jest uzależnienie?

- próba odpowiedzi na pytanie: co to jest uzależnienie?
- objawy uzależnienia.

6.2. Funkcjonowanie osoby uzależnionej i jej rodziny.

- jak funkcjonuje osoba uzależniona i jej rodzina (zmiany tolerancji na narkotyk , przymus "brania", utrata kontroli, nawroty choroby).

7. Zaburzenia uczuciowe, a narkotyki. (1 zajęcia)

7.1. Zaburzenia uczuciowe.

- "branie" jako sposób na poczucie np. radości lub na stłumienie przykrych uczuć np. cierpienia.

8. Narkotyki - zagubienie wartości. (1 zajęcia)

8.1. Wartości moralne.

- omówienie wartości moralnych, ważnych w życiu człowieka - „burza mózgów”,
- czy można żyć bez wartości - cele.

9. Zaburzenia świadomości jako następstwo „brania”. (3 zajęcia)

9.1. Kontrola nad sobą.

- uszkodzenie centralnego układu nerwowego,
- spotkanie z lekarzem lub pielęgniarzką szkolną.

9.2. Kolizje z prawem.

- spotkanie z policjantem - wykroczenia,
- pogadanka na temat: "Zaburzenia świadomości i braku kontroli nad sobą w stanie odurzenia, a przestępstwa".

9.3. Szkoła i rodzice w obliczu narkomani.

- co powinna zrobić szkoła?
- co mają robić rodzice?

10. Jak pomóc dziecku? (2 zajęcia)

10.1. Sposoby pomocy.

- zapoznanie się rodziców i opiekunów ze wskazówkami dotyczącymi pomocy dzieciom.

10.2. Placówki zajmujące się problemem narkomani.

- adresy placówek,
 - literatura fachowa.
-

MATERIAŁY DO WYKORZYSTANIA NA POSZCZEGÓLNYCH ZAJĘCIACH

1. Sprawy, dla których warto żyć:

ŻYCIE - dynamiczny stan organizmu, polegający na nieprzerwanym ciągu biochemicznych procesów przemiany materii i energii, związanych z wymianą materii i energii z otoczeniem.

DOBRO - wszystko, co uważa się za wartościowe, pomyślne bądź użyteczne dla osiągnięcia wyznaczonego celu.

DOBRA OSOBISTE - dobra nie dające się ocenić w pieniądzu, stanowiące przedmiot stosunków prawnych i ochrony, np. życie, zdrowie, wolność.

SZCZĘŚCIE - układ życia w najwyższym stopniu pomyślny i zadowalający.

2. Nie jestem sam:

AKCEPTACJA - zgoda, zatwierdzenie, aprobata, przyjęcie, uznanie czegoś.

STEREOTYP - uproszczony schematyczny obraz osób, grup, stosunków społecznych, powstały na podstawie niepełnej lub fałszywej wiedzy o świecie, utrwalony jednak przez tradycję i trudny do zmiany; inaczej - szablon, uproszczony, tradycyjny, zazwyczaj irracjonalny obraz rzeczy, osób, instytucji itd., złożony z cech poczytywanych za charakterystyczne dla nich, wpojony przez środowisko w świadomość członków jakiejś grupy, warstwy społecznej, klasy.

3. Jak sobie radzić ze stresem:

STRES - stan obciążenia systemu regulacji psychicznych występujących w sytuacji zagrożenia, utrudnienia lub niemożności realizacji ważnych dla jednostki celów, zadań, wartości.

4. Poznajemy bezpieczne i niebezpieczne dla zdrowia substancje:

LEKI (środki lecznicze) - substancje chemiczne lub ich zespoły, pochodzenia roślinnego, zwierzęcego lub otrzymywane syntetycznie; stosowane w leczeniu w celu zapobiegania chorobom, ich zwalczania, łagodzenia objawów i innych.

ŚRODKI USPOKAJAJĄCE I NASENNE

Czym są?

Lekarstwami - uzależniają fizycznie i psychicznie.

Postać - doustne tabletki, czopki, środki dożylne rozpuszczalne w wodzie.

Dostępne - w aptece, wyłącznie na receptę.

Po zażyciu - uspokojenie, odprężenie, czasem euforia.

Przedawkowanie - zaburzenia świadomości i pamięci, nudności, drżenie mięśni, podwójne widzenie, nadwrażliwość na hałas, dotyk i zapachy, śpiączka lub bezsenność.

Czym grożą?

Upośledzenie ruchu, drżenie kończyn, apatia, napady senności i lęku, wahania nastroju, wrogość wobec otoczenia, zmniejszenie sprawności intelektualnej, zaburzenia neurologiczne, hormonalne, układu krążenia i oddechowego, w razie porażenia ośrodka oddechowego - śmierć.

Znaki alarmowe - z domowej apteczki giną lekarstwa.

ROŚLINA - organizm o komórkach pokrytych ścianą komórkową.

TOKSYCZNE ROŚLINY

Hodując kwiaty w domu, często nie uświadamiamy sobie, że oddziałują one negatywnie na nasze zdrowie, a także samopoczucie. Pojawiają się wtedy różne dolegliwości: bóle głowy, zmęczenie, alergie skórne, nieżyt żołądka i jelit, a nawet kłopoty z oddychaniem.

W kwaciarni wybieramy rośliny pod kątem urody ich liści i kwiatów. Nie przychodzi nam jednak do głowy, że przebywanie w pobliżu roślin doniczkowych może przysporzyć nam różnych dolegliwości. Sprawcami zatruc, którym ulegają głównie dzieci, są przede wszystkim difenbachia oraz oleander, który zawiera glikozydy nasercowe. Może on wywoływać zaburzenia żołądkowo - jelitowe: mdłości, wymioty, bóle brzucha, biegunki (czasem nawet krwiste), bóle i zawroty głowy, zaburzenia widzenia barw oraz niebezpieczne zaburzenia rytmu serca. Częściami trującymi oleandra są kwiaty i liście. Zatrucia mogą wystąpić po przypadkowym spożyciu tych części rośliny. Jeżeli tak się stanie, trzeba jak najszybciej sprowokować wymioty (30 minut od spożycia). Nie należy wywoływać ich, jeżeli wystąpiły już objawy ze strony układu krążenia. Wtedy chory powinien natychmiast zostać

przewieziony do szpitala.

Dolegliwości podobne do tych, jakie wywołuje popularna difenbachia (podrażnienia jamy ustnej, krtani, przełyku), mogą nam grozić po przypadkowym spożyciu niewielkich nawet ilości soku kaladium, centendeskii, scindapsusa, monstery i filodendronu. Trujące są wszystkie części filodendronu, zawierają nierozpuszczalne szczawiny wapnia, drażniące śluzówkę przewodu pokarmowego, skórę i spojówki. Gdy dojdzie do podrażnienia skóry, należy umyć ją letnią wodą z mydłem. Natomiast pieczenie oczu powinno usunąć kilkakrotne przepłukanie ich bieżącą wodą.

Równie niebezpieczny jest popularny bluszcz pospolity, zwany żabką. Przypadkowe spożycie jego liści lub jagód może bowiem spowodować biegunkę, nudności, wymioty, a także zaburzenia świadomości, halucynację, czasem drgawki. Czynnikiem toksycznym są tzw. saponiny, które oprócz objawów ze strony przewodu pokarmowego wywołują dolegliwości oczu oraz skórne. W przypadku zatrucia należy najpierw wywołać wymioty, a następnie jako odtrutkę podać mleko lub zawiesinę wodną węgla aktywowanego.

Kwiaty z rodziny wilczomleczy, tak chętnie hodowane w naszych mieszkaniach, mają jedną brzydką cechę - ich sok mleczny może spowodować nudności, wymioty, bóle brzucha. Jeśli dostanie się do oczu, wystąpi zaczerwienienie, pieczenie, łzawienie i światłowstręt. Do wilczomleczowatych należą między innymi gwiazda betlejemską, korona cierniową, pokrzywiec, którego okazy zachwycają nas długimi, kosmatymi, czerwonymi kwiatostanami, a także dekoracyjne krotony. Ze względów bezpieczeństwa wszystkie czynności pielęgnacyjne, szczególnie przy roślinach wilczomleczowatych, należy wykonywać w rękawicach lub przy użyciu szczypców.

Wielu miłośników kaktusów doświadczyło zapewne skutków nieostrożnego obchodzenia się z opuncją z gatunku Rufida, której ciernie, wbite w skórę, mogą wywołać poważne stany zapalne. Jeżeli więc zakłuliśmy się, należy jak najszybciej usunąć cierni, a następnie przemyć skałeczenie wodą. Dobrze byłoby też skonsultować się z lekarzem dermatologiem.

Niebezpieczny może okazać się też bardzo popularny kroton pstry. Do zatrucia może dojść po spożyciu liści, które zawierają substancje drażniące błonę śluzową przewodu pokarmowego oraz skórę. Jego objawami są: wymioty, biegunka, wysypka na skórze, a także łzawienie i pieczenie oczu.

Małe dzieci, przez swą ciekawość, narażone są w większym stopniu niż dorośli na szkodliwe działanie roślin. W domach, w których są dzieci, nie powinno być zatem miejsca

dla oleandra, trzewiczni wilczomleczowatej i zimowitu jesiennego, gdyż nawet małe dawki substancji w nich zawartych mogą być przyczyną nieszczęścia.

Pamiętajmy, że to, czy kontakt z konkretną rośliną okaże się nieprzyjemny w skutkach, zależy od jednostkowej wrażliwości. U niektórych osób dolegliwości alergiczne może wywołać sam zapach kwiatu, a u innych nawet bezpośrednio zetknięcie z trującym sokiem nie spowoduje żadnej negatywnej reakcji.

NAZWY SUBSTANCJI CHEMICZNYCH I ICH DZIAŁANIE

Konopie indyjskie - marihuana i haszysz: suszone konopie; skun: marihuana nasączona amfetaminą lub heroiną; uzależniają psychicznie.

Po zażyciu - rozszerzenie źrenic, zaczerwienienie oczu, ataki kaszlu, pocenie się, zaburzenia koordynacji ruchów; euforia, gadatliwość, nadwrażliwość na bodźce słuchowe i wzrokowe, zaburzenia poczucia czasu i przestrzeni, napady lęku, potem rozleniwienie; po upływie działania narkotyku duży apetyt.

Substancje wziewne - toksyczne środki chemiczne (kleje, farby, rozpuszczalniki), o odurzających oparach; uzależniają psychicznie i fizycznie.

Po zażyciu - spowolnienie mowy, niezborność ruchów, biegunka, wymioty, wodnista wydzielina i krwawienia z nosa, kaszel, wysypka wokół ust, euforia połączona z zawrotami głowy, nadwrażliwość na światło; po wielokrotnym wężaniu halucynacje.

Substancje halucynogenne - substancje naturalne (grzybki) lub syntetyczne (LSD, ecstasy) wywołujące omamy; uzależniają psychicznie.

Po zażyciu - rozszerzenie źrenic, drżenie mięśni, mdłości, wzrost temperatury, poty, napady śmiechu, euforia na zmianę z ospałością, halucynacje i przeżycia mistyczne, zaburzenia poczucia czasu, wyostrenie percepcji barw (dominuje kolor pomarańczowy i żółty), napady czynnej agresji (bójki, okaleczenia, samobójstwa); zwiększona pobudliwość seksualna

Amfetamina - syntetyczny związek chemiczny, pierwotnie używany jako lekarstwo (w Polsce wykreślona ze spisu leków); bardzo szybko uzależnia psychicznie.

Po zażyciu - likwiduje uczucie zmęczenia, poprawia nastrój, zwiększa aktywność umysłową i łatwość przyswajania informacji (po zakończeniu działania narkotyku wszystko się

zapomina); zmniejsza łaknienia, przyspiesza bicie serca, pobudzenie seksualne, bezsenność, zmiany osobowości.

Kokaina - lek silnie pobudzający układ nerwowy; bardzo szybko uzależnia psychicznie.

Po zażyciu - przewlekły nieżyt nosa, utrata apetytu, bezsenność, zmiany osobowości (wysoka samoocena i pewność siebie), krótkotrwała euforia poprzedzająca depresję, pobudzenie seksualne, wywołujące akty agresji (gwałty).

Heroina - pochodna morfiny, uzyskiwana z maku lekarskiego; bardzo szybko uzależnia fizycznie.

Po zażyciu - nudności, zwężenie źrenic, osłabienie wrażliwości na światło, zaparcia, spowolnienie oddechu, zaczerwienienie twarzy, łzawienie oczu, ciekący nos, drgawki, uczucie zimna, poty, niezbornosć ruchów; euforia na przemian z sennością; zmniejszenie uczucia głodu i potrzeb seksualnych.

5. Sztuka odmawiania:

OPINIA - mniemanie, sąd, przekonanie, pogląd, zdanie, sława u ludzi, renoma, reputacja; ocena, zaopiniowanie.

ASERTYWNOŚĆ - nie robię nic przeciwko Tobie, ale nie robię też nic przeciwko sobie.

Postępując tak osiągam:

- poczucie szacunku do siebie
- akceptację
- poczucie większej pewności siebie i własnej watości

METODA "ZRYWANIA W 3 RUCHACH":

1 ruch - sprawdzam, czy propozycja jest dla mnie dobra?

2 ruch - mówię sobie w myślach NIE!

3 ruch - odpowiadam na głos NIE! DZIĘKUJĘ!

6. Uzależnienie to choroba, z którą sam sobie nie poradzisz:

UZALEŻNIENIE - określa stan, w którym człowiek nie potrafi obyć się bez danej substancji; możemy wyróżnić dwa rodzaje uzależnień: psychiczne i fizyczne.

UZALEŻNIENIE PSYCHICZNE - pragnienie przyjmowania danej substancji ma charakter przymusu. Motorem jest strach, że nie sprosta się życiu bez narkotykowego "napędu". Jest równie niebezpieczne jak fizyczne uzależnienie organizmu!

UZALEŻNIENIE FIZYCZNE - nagłe odstawienie narkotyku powoduje, że organizm zaczyna "krzyczeć z głodu". Pojawiają się sensacje żołądkowe, bóle kończyn i kręgosłupa, drżenie dłoni, zaburzenia snu, napady drgawek.

DROGA UZALEŻNIENIA.

Uzależnienie nie pojawia się nagle jak grom z jasnego nieba. Przyglądając się dziecku można zauważyć pewne sygnały ostrzegawcze:

Pierwsze próby - pojawiają się nieliczne sygnały typu: nagłe zmiany nastroju i aktywności, spadek zainteresowań ulubionymi zajęciami, izolowanie się od innych domowników, częste wietrzenie pokoju i używanie kadzidełek lub odświeżaczy powietrza, wypowiedzi zawierające pozytywne nastawienie do narkotyków, napady złości, nagła zmiana grona przyjaciół na innych, zainteresowanie książkami o narkotykach, późne powroty, noce poza domem, kłamstwa, wynoszenie wartościowych przedmiotów z domu, tajemnicze, krótkie rozmowy telefoniczne, nagłe wyjścia.

Dążenie do "przyjemności" (może to być też unikanie przykrości) - liczne i niepokojące sygnały można zaobserwować, jeśli dziecko bierze do "przyjemności", o wiele mniej, jeśli zażywa je by uniknąć przykrości (np. zmniejszać stres związany ze szkołą). W tej fazie można zauważyć takie sygnały: utrata aspiracji, zainteresowań, inicjatywy, problemy w szkole, konflikty w domu, rozregulowanie rytmu dnia i nocy, nienaturalnie rozszerzone lub zmniejszone źrenice reagujące na światło.

Uzależnienie - w tej fazie sygnały są już mocno widoczne: narastający konflikt z bliskimi, spadek nastroju wynikający ze świadomości uwikłania się w branżę narkotyków, wynoszenie rzeczy z domu, bójki, kradzieże, wandalizm. Dziecko chcąc zdobyć pieniądze na narkotyki może zacząć nimi handlować.

OBJAWY UZALEŻNIENIA:

- zmiany tolerancji na narkotyki - żeby uzyskać ten sam efekt trzeba "brać" więcej niż kiedyś
- objawy abstynencyjne - gdy człowiek przerywa "branie" pojawiają się dolegliwości fizyczne i psychiczne
- "głód" - przymus "brania" połączony z paniką i obawą, że nie wytrzyma się długo bez narkotyków
- utrata kontroli nad "braniem" - gdy człowiek nie może odmówić kolejnej porcji narkotyku
- nawroty "brania" - po próbach utrzymania okresowej abstynencji

FUNKCJONOWANIE OSOBY UZALEŻNIONEJ I JEJ RODZINY:

- zmiany tolerancji na narkotyki
- przymus "brania"
- utrata kontroli
- nawroty choroby

7. Zaburzenia uczuciowe, a narkotyki:

ZABURZENIA UCZUCIOWE - to niskie poczucie własnej wartości, potrzeba akceptacji za wszelką cenę, duża labilność emocjonalna, czyli chwiejność, niestałość i zmienność uczuć.

DWA POWODY, KTÓRYMI UZALEŻNIENI TŁUMACZĄ SWOJE "BRANIE":

- "bierze się", żeby czuć: radość, rozluźnienie, ulgę, podniecenie,
- "bierze się", żeby nie czuć: smutku, obawy, samotności, cierpienia, nudy.

8. Narkotyki - zagubienie wartości:

WARTOŚĆ MORALNA - kategoria oceniająca postępowanie (zachowanie, działanie) ludzkie pod względem jego zgodności (stopnia zgodności lub jej braku) z przyjętą określoną moralnością, społecznymi normami i wzorami postępowania, wyznaczonymi przez wartości uznane za naczelne np. dobro

MORALNOŚĆ - ogół ocen, norm, wzorów, prawideł postępowania w określonych środowiskach i epokach historycznych; etyka obiegowa

DOBRO - wszystko co uważa się za wartościowe, pomyślne bądź użyteczne dla osiągnięcia wyznaczonego celu.

9. Zaburzenia świadomości jako następstwo "brania":

("branie" powoduje uszkodzenie centralnego układu nerwowego, a więc utratę kontroli nad sobą i kolizje z prawem)

ZMIANY ZACHOWAŃ DZIECKA ZWIĄZANE Z UZALEŻNIENIEM OD ŚRODKÓW ODURZAJĄCYCH:

w sferze szkoły:

- rezygnuje z zajęć pozalekcyjnych lub zostaje z nich usunięte
- staje się bardziej leniwe
- opuszcza lekcje
- opuszcza całe dni w szkole
- oddaje nie dokończone zadania domowe, oddaje je za późno lub wcale
- dostaje gorsze stopnie
- nie zalicza przedmiotów
- fałszuje usprawiedliwienia
- często wychodzi z lekcji
- nie uważa lub przeszkadza na lekcjach
- śpi na lekcjach
- jest niegrzeczne, nie słucha nauczycieli i nie przestrzega reguł
- zostaje zawieszona lub wyrzucona ze szkoły

w sferze kontaktów z rówieśnikami:

- posługuje się slangiem narkomanów:
 - *być w ciągu* - codziennie używać środka odurzającego
 - *być na głodzie, na skręcie* - cierpieć z powodu objawów odwykowych

- *haj* - stan odurzenia narkotykiem
- *nabuzowany, naćpany, nagrany nawalony* - odurzony, znajdujący się pod wpływem narkotyku
- *trawa, trawka, gandzia, marycha, maryśka, huana, grass* - marihuana
- *hasz* - haszysz, skoncentrowana postać marihuany
- *hera* - heroina
- *koka* - kokaina
- *prochy, pigułki, pestki* - środki odurzające w tabletkach lub kapsułkach
- *dmuchać, snifować, wąchać* - odurzać się inhalantami, np. klejem
- *amfa, spid* - amfetamina
- *ćpun* - ktoś, kto regularnie używa narkotyków
- *działka* - porcja narkotyku
- *podróż, odjazd, odlot* - efekt substancji halucynogennej, jak LSD, meskalina czy peyotl
- *strzelić* - wstrzyknąć narkotyk
- porzuca dawnych przyjaciół lub oni odsuwają się od niego
- przyłącza się do "trudnej" młodzieży lub do narkomanów, często starszych od niego
- trzyma nowych przyjaciół z daleka od rodziców
- ma przyjaciół, którzy nie chcą rozmawiać z rodzicami lub podawać nazwisk

w sferze rodziny:

- wywołuje rodzinne kłótnie
- wraca do domu po wyznaczonej godzinie bez pozwolenia, zawiadomienia rodziców
- przestaje spełniać domowe obowiązki
- wymyka się z domu
- zostaje na noc poza domem, znika na kilka dni bez pozwolenia lub powiadomienia rodziców
- odmawia podporządkowania się ustaleniom domowym
- przestaje podejmować zadania i prace wspólnie z rodzicami lub ukrywa swoje działania
- nie chce uczestniczyć w odwiedzinach rodziny

- nie chce jeść posiłków z całą rodziną
- izoluje się; przebywa w swoim pokoju z dala od innych
- nie informuje o wydarzeniach szkolnych
- ma pieniądze z niewiadomego źródła
- manipuluje rodzicami; nastawia jedno z rodziców przeciw drugiemu
- łatwo wybucha gniewem; rodzice chodzą na palcach i uważają na każde słowo
- coraz więcej przeklina
- stosuje słowną agresję
- okazuje coraz większą wrogość
- jest zgryźliwe, ponure i milczące
- składa i łamie obietnice
- nie słucha rodziców, nie przestrzega reguł
- poprawia swoje zachowanie, ale nie na długo

w sferze umysłowej:

- ma zmniejszony zakres uwagi i problemy z koncentracją
- ma objawy paranoi: uważa, że jest śledzone, prześladowane lub zagrożone
- cierpi na nieokreślone lęki
- jest niespokojne, nie może usiedzieć na miejscu

w sferze fizycznej:

- wykazuje zmiany wagi: drastyczny wzrost wagi lub jej obniżenie
- ma nieregularne okresy snu: zbyt długie lub zbyt krótkie
- nie śpi do późna w nocy; sypia w dzień
- jest najczęściej posiniaczone lub poranione
- zaniedbuje higienę osobistą i otoczenia (pokoju)
- ciągle nosi to samo ubranie
- trapi je głęboki, męczący kaszel lub nieustanne, suche pokaszliwanie
- ma coraz więcej dolegliwości dróg oddechowych
- ma krańcowe lub nieregularne nawyki żywieniowe
- dysponuje zmniejszoną ilością energii

w sferze emocjonalnej:

- mówi o śmierci lub samobójstwie
- często jest w złym humorze; łatwo się obraża
- bywa smutne lub wesołe bez widocznej przyczyny
- miewa nagłe zmiany nastroju
- nie dzieli się swymi uczuciami; odcina się od innych lub przyjmuje postawę obronną
- nie dopuszcza do siebie rozsądnych argumentów rodziców; odmawia podjęcia dialogu na swój temat
- wydaje się smutne, przygnębione, zniechęcone
- coraz bardziej pogrąża się w depresji
- uważa, że jest "przegrane", "do niczego"
- staje się coraz bardziej agresywne
- traci zainteresowanie dla cenionych dawniej czynności
- traci motywację i dążenie do sukcesu
- ma mniejszy szacunek dla siebie; czuje, że nie umie sprostać wymaganiom i że nie jest tak dobre jak dawniej
- ma mniej optymizmu, jest bardziej cyniczne

w sferze etyki:

- obecne zachowanie jest sprzeczne z dawniej uznawanymi wartościami
- kłamie i oszukuje
- zastawia własne i/lub cudze przedmioty
- okrada rodzinę
- zachowuje się wyzywająco w sferze seksualnej
- traci zainteresowanie kościołem; nie chce rozmawiać o swojej wierze; traci wiarę w Boga

w sferze prawa dziecko może popełniać przestępstwo:

- prowadzenia samochodu po pijanemu
- kradzieży w sklepie
- nielegalnego posiadania narkotyków

- wandalizmu
- handlu narkotykami
- poważnej kradzieży
- napadu i pobicia
- prostytucji

UŻYWANIE NARKOTYKÓW TO NIE TYLKO KWESTIA ZDROWIA, TO PRZESTĘPSTWO ŚCIGANE PRZEZ PRAWO

Co mówi prawo?

Zgodnie z Ustawą z dnia 24 kwietnia 1997 roku o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz.U.97.75.468 ost.zm.2000-12-12 Dz.U.00.103.1097) od dnia 12 grudnia 2000r. karze podlega każdy kto posiada nawet nieznaczną ilość narkotyków.

Posiadanie narkotyku (wg ww. ustawy)

Art. 48. 1. Kto, wbrew przepisom ustawy, posiada środki odurzające lub substancje psychotropowe, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

2. W wypadku mniejszej wagi, przestępca podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

3. Jeżeli przedmiotem czynu, o którym mowa w ust. 1, jest znaczna ilość środków odurzających lub substancji psychotropowych, sprawca podlega grzywnie i karze pozbawienia wolności do lat 5.

Czyli: za posiadanie narkotyku dziecko, które ukończyło 17 lat, może iść do więzienia na 3 lata. Za małą ilość - na 1 rok, a za dużą nawet do 5 lat. Jeśli ma mniej niż 17 lat, może iść do poprawczaka.

Namawianie i częstowanie (wg ww. ustawy)

Art. 45. 1. Kto, wbrew przepisom ustawy, udziela innej osobie środka odurzającego lub substancji psychotropowej, ułatwia albo umożliwia ich użycie albo nakłania do użycia takiego środka lub substancji, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

2. Jeżeli sprawca czynu, o którym mowa w ust. 1, udziela środka odurzającego lub substancji

psychotropowej małoletniemu lub nakłania go do użycia takiego środka lub substancji albo udziela ich w znacznych ilościach innej osobie, podlega karze pozbawienia wolności do lat 5.

Czyli: jeśli ktoś częstuje, namawia kogoś do zażycia narkotyku - grożą mu 3 lata więzienia.

Jeśli częstuje małoletniego albo daje komuś znaczne ilości narkotyku - może dostać karę do 5 lat więzienia.