

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Uzależnienia

- jak rozmawiać i przeciwdziałać

Lech Stempel

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

06 listopada 2023 r.

Organizatorzy



O czym będzie?



- **Definicje**
- **Identyfikacja zagrożeń**
- **Sposoby reagowania**
- **Przykładowe rozwiązania**
- **Podstawy prawne**

“Dzieci nie potrafią
słuchać starszych, nigdy
natomiast nie zawodzi
ich naśladowanie...”

- James Baldwin

Rodzaje uzależnień

- **uzależnienie fizyczne**
 - uzależnienie od jakiejś substancji – najczęściej może być to alkohol, papierosy, narkotyki oraz inne substancje psychoaktywne
- **uzależnienie psychiczne**
 - kompulsywne zachowania, które są szkodliwe lub niebezpieczne, np. uzależnienie od gier komputerowych, telefonu, internetu, ryzykownych zachowań.
- **uzależnienie społeczne**
 - (zwane socjologicznym), które wiąże się z przyjmowaniem danych substancji, pod wpływem mody czy innych osób. Istotą tego uzależnienia, jest silne oddziaływanie grupy na jednostkę, bezwzględne respektowanie panującej w niej zasad i obowiązujących zwyczajów. Uzależniony rezygnuje z wcześniejszych aktywności, porzuca dotychczasowe role społeczne.

Według danych Urzędu Komunikacji Elektronicznej z 2019 roku:



blisko 9 na 10 dzieci korzysta codziennie z internetu

ponad 80% dzieci w wieku od 7 do 15 lat ma telefon komórkowy – odsetek wzrasta wraz z wiekiem

telefonu używa niemal 64% dzieci w wieku 7-9 lat w grupie 10-12 lat to już prawie 92%.

Już 4 godziny dziennie spędzone przy telefonie zwiększa ryzyko wystąpienia zaburzeń lękowych, depresyjnych oraz problemów z koncentracją u dzieci i młodzieży!

Raport „Digital 2022”, datareportal.com



Na początku 2022 r. z Facebooka korzystało prawie 17 mln Polaków, natomiast z Instagrama 10 milionów.

W sieci spędzamy wiele godzin dziennie – dla osób w wieku 16–64 lat jest to średnio 6 godzin i 39 minut. Z tego trzy godziny i kwadrans przypada na oglądanie różnych form internetowej telewizji.

Zaś średnio godzinę i 50 minut każdego dnia zajmuje nam przeglądanie mediów społecznościowych.

- **fonoholizm** - uzależnienie od telefonu komórkowego
- **nomofobia** (ang. no-mobile phobia) - lęk przed brakiem telefonu
- **phubbing** (ang. phone, snubbing) - skupianie uwagi na telefonie kosztem komunikacji interpersonalnej

Czym jest narkotyk



Narkotyk jest substancją psychoaktywną, która dociera do mózgu, pobudza jego ośrodki, a tym samym wpływa na takie procesy psychiczne człowieka, jak spostrzeganie, myślenie, emocje. Wyodrębnia się trzy grupy środków psychoaktywnych.

1. Środki odurzające i uspakajające – pochodne makowca, takie jak opium, morfina, heroina; przetwory konopi, jak haszysz i marihuana oraz benzodiazepiny i barbiturany
2. Środki pobudzające – kokaina, amfetamina i kofeina
3. Środki halucynogenne – substancje pochodzenia roślinnego, lub otrzymane syntetycznie – LSD, psylocybina, meskalina oraz niektóre lotne rozpuszczalniki.

neuroleptyki

neuroleptyki atypowe

klozapina
olanzapina
sulpiryd
rysperydon
kwetiapina
zyprazydon

neuroleptyki klasyczne

haloperydol
tiorydazyna
pimozyd
flufenazyna
peperazyna
chloropromazyna

stymulanty

aminy sympatykomimetyczne

stymulanty psychomotoryczne

amfetamina
katynon
metylofenidat
kokaina

efedryna
pseudoefedryna

metyloksantyny

kofeina
teofilina
teobromina

aminoketony

bupropion
amfepramon

SSRI

fluoksetyna
fluwoksamina
paroksetyna
sertralina

MAO-I

bupropion
amfepramon

psychodeliki

MDEA
MDMA
MDA

meskalina
DOM
LSD
psylocybina
AMT
DMT

cholinergiczne

nikotyna
betel
muskaryna

atomoksetyna

kannabinoidy

THC
DXM
DXO

ibogaina

salwinoryna A

kwas ibotenowy
muscymol

CBD

TeCA

mianseryna
mirtazapina
trazodon

benzodiazepiny

alprazolam
diazepam
flunitrazepam
temazepam
lorazepam

NBDZ

GHB

TCA

dysocjanty

podtlenek azotu
ketamina
tiletamina

PCP

delirianty

dimenhydrinat
difenhydramina
skopolamina
atropina

depresanty

sedatywne/nasenne

alkohol
eter
barbiturany
chloroform
wodzian chloralu
metylopentynol

opioidy

metakwalon

opioidy

kodeina
morfina
heroina
oksykodon
hydrokodon
metadon
fentanyl

psychodeliki

Kanabinole (przetwory konopi indyjskich - haszysz, marihuana)



Objawy po przyjęciu

Zachowanie - zaburzenia koordynacji ruchowej, euforia, chichot, "gadulstwo" , ataki kaszlu, zaburzenia snu, przekrwienie gałek ocznych, obrzęk powiek, słodkawa woń oddechu, pocenie się, suchość śluzówek jamy ustnej, przyspieszenie tętna, wzrost ciśnienia krwi.

Objawy zespołu abstynencyjnego

"Głód" psychiczny narkotyku, drażliwość, lęk, spadek łaknienia, zaburzenia snu, niewielki wzrost ciepłoty ciała, dreszcze.

Opiaty (opium, heroina, morfina)



Objawy po przyjęciu

- Źrenice - zwężenie źrenic oraz "szklane oczy", brak lub osłabienie reakcji na światło.
- Zachowanie - niepokój ruchowy lub spowolnienie i senność, bladość skóry, podsychanie śluzówek, obniżenie ciśnienia krwi i ciepłoty ciała, zaparcia.

Objawy zespołu abstynencyjnego

Rozszerzenie źrenic, "gęsia skórka", nadmierna potliwość, łzawienie, wysięk z nosa, ziewanie, kichanie, nudności, wymioty, wzrost tętna, ciśnienia i ciepłoty ciała, niepokój, drażliwość, "głód" narkotyku.

Opium



Opium - Ma postać zastygłej żywicy o gorzkim smaku. Są to ciemnobrązowe grudki lub proszek. Można je palić, wstrzykiwać lub żuć.

Opium ma charakterystyczny słodkawy zapach. Wstrzykiwanie, kończy się zapaleniem żył, chorobami wenerycznymi, zapaleniem mięśnia sercowego itp.

Przy doustnym przyjmowaniu opium, w rekordowo krótkim czasie zostają zniszczone zęby.

Do 20% masy opium stanowią alkaloidy:

-morfina (10-15%), -narkotyna (2-8%), -kodeina (0,5-4%), -papaweryna (0,5-1%) i -tabaina (ok.0,4%).

Z opium otrzymano najpierw morfinę i kodeinę, a następnie heroinę.

Dawka śmiertelna opium wynosi około 2 - 3 gramów.

Heroina

Heroina – biały, gorzki proszek, rozpuszczalny w wodzie. Można ją palić, wciągać do nosa i wstrzykiwać. Jest około 25 razy silniejsza, oraz dwa razy szybciej uzależnia niż morfina.

Człowiek będący pod wpływem heroiny jest mniej podatny na odczuwanie bólu. Osobom będącym pod wpływem środka wydaje się, że wszystko, co robią wychodzi wspaniale,

można również przez parę godzin siedzieć sobie i nic nie mówić, albo przebywając w niezwykle zatłoczonym, gwarnym miejscu spokojnie rozmawiać sobie z przechodniami.

Stan ten występuje tylko przy pierwszych próbach.

Każda następna, jest coraz mniej miła. Dochodzi do tego, że zaczyna się brać heroinę, nie po to by było fajnie, ale po to by nie czuć się strasznie!



Morfina



Morfina - białe kryształki, tabletki lub płyn.

Zażywa się ją tak jak heroinę.

Morfina znalazła zastosowanie jako silny środek przeciwbólowy m.in. w leczeniu bólu

Już kilkakrotne zażycie morfiny może spowodować "głód morfinowy". Efekty występują po 6-8 godzinach. Po pewnym czasie od zażycia morfiny nadchodzi głęboki sen narkotyczny. Skóra początkowo wilgotna, staje się sucha, zimna i blada.

Osoba nie uzależniona umiera od dawki 0,1 - 0,2 grama przy zastrzyku domięśniowym lub od 0,2 - 0,4 grama zażywając morfinę doustnie.

Śmierć w wyniku przedawkowania może również nastąpić po kilku lub kilkunastu godzinach na skutek porażenia układu oddechowego, albo dopiero po kilku dniach - z powodu obrzęku płuc.

Amfetamina i kokaina



Objawy po przyjęciu

Źrenice - rozszerzenie.

Zachowanie - zwiększony napęd i euforia, niepokój ruchowy, "gadulstwo", bezsenność, szybki oddech, czerwony nos pokryty krostkami (*po zażyciu kokainy*), przyspieszenie tętna, wzrost ciśnienia krwi.

Objawy zespołu abstynencyjnego

"Głód" psychiczny, lęk, uczucie zmęczenia, znużenia, apatii, depresja z niepokojem i myślami samobójczymi, początkowo bezsenność, a później nadmierna senność.

Barbiturany

leki nasenne, znieczulające czy przeciwpadaczkowe



Objawy po przyjęciu

Żrenice - początkowo zwężenie, a później rozszerzenie.

Zachowanie - niewyraźna mowa, wielomówność, niezborność ruchowa, spowolnienie, senność, niewielki spadek ciśnienia krwi, zwolnienie tętna.

Objawy zespołu abstynencyjnego

Niepokój, lęk, poty, łzawienie, drżenie mięśniowe, nudności, jadłowstręt, napady drgawkowe, nadwrażliwość na bodźce zmysłowe, zaburzenia świadomości, wahania ciśnienia krwi.

Benzodwiazepiny

leki o działaniu przeciwlękowym, uspokajającym, nasennym,
przeciwdrgawkowym



Objawy po przyjęciu

Zachowanie - spowolnienie, czasami spadek ciśnienia krwi, przyspieszenie tętna, obniżenie napięcia mięśni szkieletowych.

Objawy zespołu abstynencyjnego

Niepokój, lęk, poty, łzawienie, dreszcze, nudności, wymioty, drżenia i kurcze mięśniowe, nadwrażliwość na bodźce zmysłowe, napady drgawkowe, zaburzenia psychotyczne.

Dopalacze



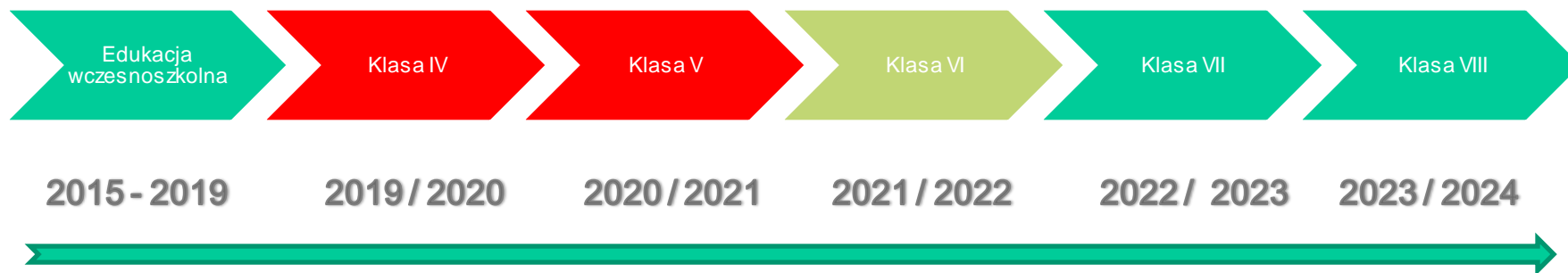
- zaburzenia psychotyczne, którym towarzyszą halucynację oraz urojenia
- zaburzenia pracy serca
- zaburzenia neurologiczne
- podwyższenie tętna i ciśnienia krwi
- wymioty, nudności
- nerwowość
- stany lękowe
- zaburzenia psychiczne
- senność
- drgawki
- utrata przytomności
- uszkodzenie nerek
- uszkodzenia układu nerwowego
- wahania nastroju
- bezsenność
- częściowa lub całkowita utrata kontroli nad własnym zachowaniem
- próby samobójcze
- śmierć

Destrukcyjne zachowania dzieci

służą m.in.:

- odreagowaniu złości, wyżycia się
- osiągnięciu jakiegoś celu
- zwrócenie na siebie uwagi
- zaspokojenie potrzeb
- rozładowanie lęków i napięć
- demonstracji siły
- maskowaniu lęku i słabości
- zdobyciu akceptacji grupy
- odpowiedzi na agresję

Uczniowie obecnej klasy VIII



Definicje



Agresja (łac. *aggresio* – napaść)

- w *psychologii* określenie zachowania ukierunkowanego na zewnątrz lub do wewnątrz, mającego na celu spowodowanie szkody fizycznej lub psychicznej.

Powtarzające się akty agresji prowadzące do silnych urazów psychicznych lub cielesnych określa się jako

PRZEMOC

Definicje



- **Zachowania pasywno-agresywne**

- to zachowania zawierające jednocześnie cechy biernego oporu, agresji wyrażonej nie wprost, oraz cechy jawnie agresywne (osoba na przemian wyraża swoją agresję mniej lub bardziej jawnie).

- **Agresja wyuczona**

- teoria psychologiczna, która zakłada, że człowiek uczy się zachowań agresywnych, nabywa je pod wpływem oddziaływań środowiska.



Wyróżniamy trzy mechanizmy uczenia się zachowań agresywnych: **klasyczne, instrumentalne oraz naśladowanie.**

Do najważniejszych sygnałów, które nie powinniśmy bagatelizować należą:



Zmiany w zachowaniu ucznia (zachowania, których nie było wcześniej):

- **wyraźny spadek zainteresowania zajęciami** (lekcjami), które przedtem były dla niego atrakcyjne,
- **niepowodzenia w nauce** (słabsze oceny, brak prac domowych, zapominanie o pomocach dydaktycznych)
- **unikanie kontaktu**, wyraźna niechęć do rozmowy, kłamstwa,
- **niecierpliwość, rozdrażnienie**, – zmiany aktywności na lekcjach (pobudzenie lub ospałość),

Do najważniejszych sygnałów, które nie powinniśmy bagatelizować należą:



Zmiany w zachowaniu (zachowania, których nie było wcześniej):

- nadmierny apetyt lub jego brak,
- **"drobne" kradzieże**, handlowanie (skupianie się na zdobywaniu pieniędzy),
- **wagary**,
- **izolowanie się od kontaktów** z wcześniejszymi, pozytywnymi kolegami lub przebywanie w gronie rówieśników, zachowujących się ryzykownie,
- **posiadanie „akcesoriów”**, nieznanych leków, chemikaliów, proszków itp.

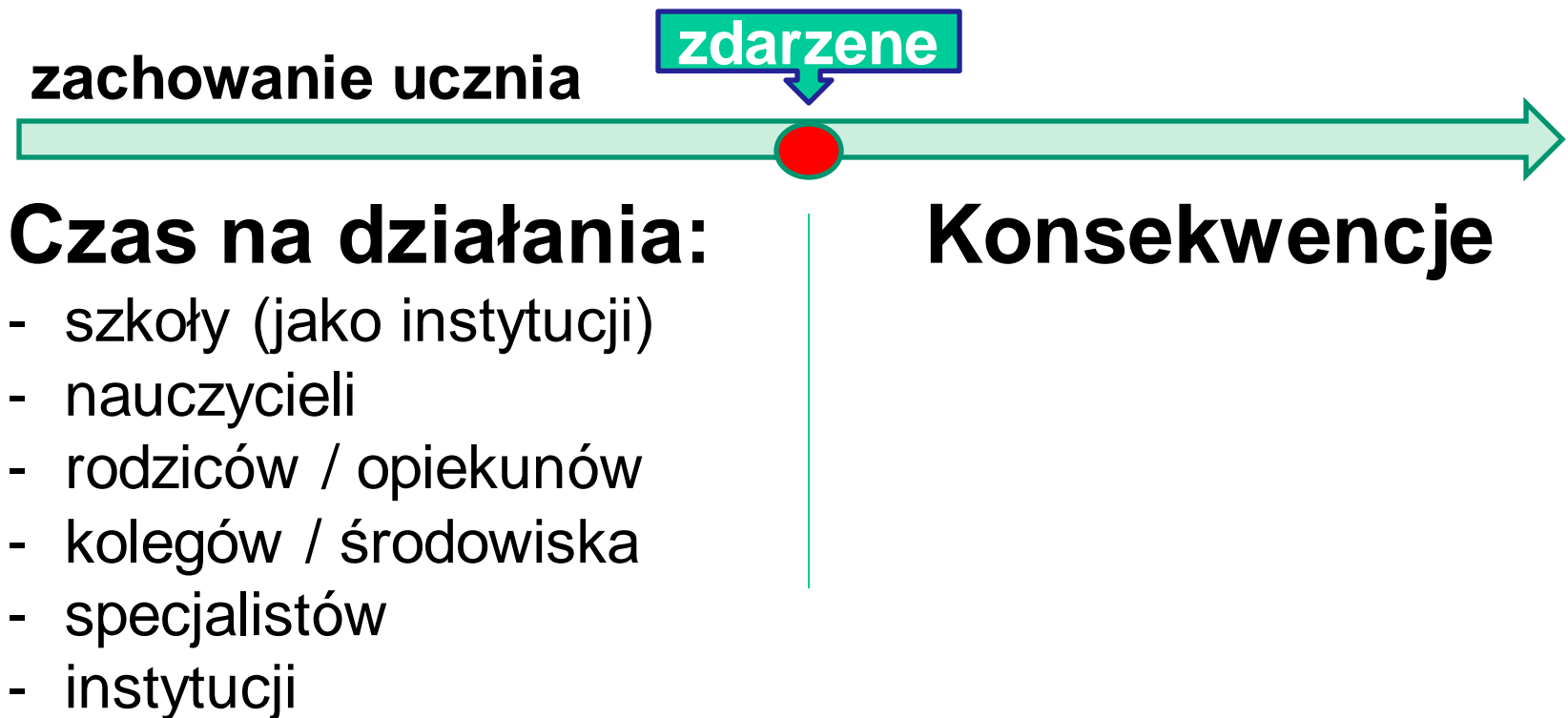
Do najważniejszych sygnałów, które nie powinniśmy bagatelizować należą:



Zmiany w wyglądzie zewnętrznym:

- **zaniedbany wygląd** lub istotna zmiana w stylu ubierania się,
- **zapach i/lub ślady chemikaliów** na ubraniu, papierosów, alkoholu,
- **zaczerwienione oczy**, rozszerzone lub zwężone źrenice, przewlekły katar (gdy wykluczona jest infekcja).

Kiedy reagować?



System bezpieczeństwa szkoły



Rozwiązania organizacyjne

- Zapobieganie przedostawania się na teren szkoły niepożądanych osób.
- Niedopuszczanie do konfrontacji fizycznej pomiędzy uczniami.
- Zabezpieczenie mienia szkoły i uczniów przed zaborem lub uszkodzeniem.

Zabezpieczenia techniczne

- Stan techniczny ogrodzenia i oświetlenia obiektów i terenów szkolnych oraz jego funkcjonalność.
- Zewnętrzne wyposażenie budynków (kraty, drabiny ,p.poż/)
- Ocena stanu technicznego okien, drzwi i ich funkcji ochronnych.
- Zabezpieczenie wejść na dachy.
- Funkcjonalność systemu alarmowego i pożarowego.

Przedsięwzięcia profilaktyczno-wychowawcze

- Programy informacyjne.
 - Programy edukacyjne.
 - Programy alternatyw - angażowanie młodzieży w inne przedsięwzięcia /sportowe, społeczne/.
- Programy interwencyjne –pomoc uczniom i wspieranie w sytuacjach kryzysowych.

O tym należy pamiętać



- **Zawsze należy reagować**
- **Zawsze należy konsekwentnie doprowadzić sytuację do końca czyli wyegzekwować ustalone konsekwencje**

Egzekwujemy ustalone konsekwencje

Aby zapobiec uzależnieniu dziecka:



- dbaj o jego dobre relacje z najbliższymi
- pomagaj w tworzeniu realnych więzi międzyludzkich
- wspieraj w budowaniu jego świata wartości
- aktywnie spędzajcie razem wolny czas
- jeśli widzisz problem – poradź się specjalisty.

**Sięganie po argumenty istotne z punktu
widzenia dorosłego
nie przynosi oczekiwanego efektu.**

Mediacje i negocjacje



Mediacja - jest prowadzeniem pertraktacji w przypadku konfliktów między dwoma lub więcej osobami , które nie potrafią się ze sobą porozumieć .

Celem mediacji jest wypracowanie takiego rozwiązania , w którym ma się do czynienia z dwoma zwycięzcami. Mediacja kończy się pisemnym utrwaleniem rezultatów.

Mediacje i negocjacje



Negocjacje

- sformalizowane targowanie się. Strony dobrowolnie uzgadniają "protokół rozbieżności" czyli dostrzegane rozbieżności swoich potrzeb, celów czy interesów i wspólnie poszukują dróg rozwiązania.

Mediacje i negocjacje



800 199 990



Ogólnopolski Telefon Zaufania „Uzależnienia”

- Numer jest bezpłatny, działa w godzinach 16-21.
- Pomoc jest anonimowa i bezpieczna – dotyczy wszystkich rodzajów uzależnień.
- Może dzwonić każdy, także rodzina osoby uzależnionej.

Konsekwencje prawne

- nieletni
- młodociany
- czyn karalny
- przestępstwo
- występek
- kurator sądowy
- sąd dla nieletnich
- środek wychowawczy
- środek poprawczy
- zakład poprawczy
- policyjna izba dziecka
- działania prewencyjne
- działania represyjne

Konsekwencje prawne



Nieletni – (w prawie karnym) **osoba, która w momencie popełnienia czynu zabronionego nie ukończyła 17 roku życia.** Odpowiada ona karnie tylko w szczególnych przypadkach, określonych w art. 10 § 2 KK oraz w art. 13 i art. 94 ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich z 1982 r.

Młodociany- (w prawie karnym) **osoba, która w chwili popełnienia czynu zabronionego nie osiągnęła 21. roku życia** i w chwili orzekania przed sądem pierwszej instancji nie osiągnęła 24. roku życia (art. 115 § 10 k.k.).

Występek- to czyn zabroniony zagrożony grzywną powyżej 30 stawek dziennych, karą ograniczenia wolności albo karą pozbawienia wolności przekraczającą 1 miesiąc

Konsekwencje prawne



W Polsce ukończenie 17 lat jest granicą pozwalającą na traktowanie sprawcy czynu zabronionego jako zdolnego do ponoszenia odpowiedzialności karnej.

W świetle polskiego prawa karnego osoba, która ukończyła 17 lat, traktowana jest jako osoba dojrzała.

Do ukończenia 17 lat sprawca czynu zabronionego jest osoba nieletnią

Konsekwencje prawne



Nieletni odpowiada za czyny zabronione na zasadach określonych ustawą o postępowaniu w sprawach nieletnich.

Powyższa ustawa została wydana w celu przeciwdziałania demoralizacji i przestępczości nieletnich.

Ma ona za zadanie stworzenie warunków do normalnego życia nieletnim, którzy popadli w konflikt z prawem.

Konsekwencje prawne



Ustawę tę stosuje się w zakresie:

- **zapobiegania i zwalczania demoralizacji w stosunku do osób, które nie ukończyły lat 18 (dolna granica wieku nie jest określona),**
- **postępowania w sprawach o czyny karalne w stosunku do osób, które dopuściły się takiego czynu po ukończeniu lat 13, ale nie ukończyły lat 17,**
- **wykonywania środków wychowawczych lub poprawczych, nie dłużej jednak niż do ukonczenia lat 21.**

Konsekwencje prawne



Umieszczenie nieletniego w zakładzie poprawczym jest najostrzejszym środkiem stosowanym przez sąd jedynie w ostateczności.

Aby umieścić nieletniego w zakładzie poprawczym, muszą być spełnione następujące warunki:

- **nieletni musi popełnić czyn karalny między 13. a 17. rokiem życia**
- **u nieletniego musi występować wysoki stopień demoralizacji**
- **stosowane dotychczas środki wychowawcze okazały się nieskuteczne**
- **przemawiają za tym charakter i okoliczności czynu**
- **stosowane dotychczas środki wychowawcze nie roszą nadziei na resocjalizację.**

Źródła



*Rządowy program na lata 2014–2016 „Bezpieczna i przyjazna szkoła”
Profilaktyka w szkole. Poradnik dla nauczyciela. J. Szymańska CMPPP,
Warszawa 2005*

*Przeciwdziałanie zjawiskom patologii wśród dzieci i młodzieży szkolnej
(Informacja o wynikach kontroli, NIK Warszawa 2014)*

*„Jak sobie radzić z prowokacyjnymi zachowaniami uczniów? Metoda
konstruktywnej konfrontacji” – ORE*

„Profilaktyki przemocy i agresji” - ORE

*„Jak reagować na cyberprzemoc – poradnik dla szkół” Biblioteka
programu „Dziecko w sieci”*

www.cyberprzemoc.pl

www.saferinternet.pl

www.helpline.org.pl

www.dbi.pl

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Lech Stempel