

Referat szkoleniowy

Alkohol, narkotyki, niktyna

– w jaki sposób rozmawiać z młodzieżą o uzależnieniach?

Od kilku lat szkoły są zobowiązane do opracowania i realizacji programów profilaktyki. W związku z tym pojawiło się pytanie, jakie treści realizować i jak rozmawiać z dziećmi i młodzieżą na temat uzależnień? Najlepszym rozwiązaniem jest zdiagnozowanie istniejącego problemu (np. za pomocą ankiety, wywiadu) w danej szkole a w dalszej kolejności podjęcie odpowiednich działań.

Wszyscy musimy zdać sobie sprawę z tego, że nie łatwo jest rozmawiać z młodymi ludźmi i to niezależnie od tematu. Młodzież czternasto czy piętnastoletnia często nie rozumie samych siebie i nie zawsze potrafi porozumieć się z rówieśnikami, rodzicami, nauczycielami – wychowawcami. Przyczyną tego mogą być lub są po pierwsze wymagania stawiane przez dorosłych, po drugie „kolorowy świat” kreowany przez środki masowego przekazu. Młodzi są *atakowani reklamami alkoholu skonstruowanymi w tak przewrotny sposób, że kojarzą one picie ze szczęściem i wolnością, a nie wyrządzaniem sobie krzywdy i wchodzeniem na drogę śmiertelnego uzależnienia* (M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*). Jaką więc postawę powinni wykazać nauczyciele, aby uświadomić uczniom zgubne działanie alkoholu, nikotyny i narkotyków?

Przede wszystkim powinni posiadać duże kompetencje pedagogiczne, doświadczenie i wiedzę na temat skutków uzależnień. Powinni zrozumieć, że *samym moralizowaniem, straszeniem, zakazywaniem czy kontrolowaniem niewiele mogą zdziałać. Ograniczając się do tego typu oddziaływań, prowokują jedynie bunt wśród większości wychowanków* (M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*). W czasie rozmów z dziećmi i młodzieżą nie należy stawiać w centrum uwagi ani alkoholu, ani nikotyny, ani narkotyków.

Wcześniej cytowany M. Dziewiecki twierdzi, że to miłość, wolność i radość powinny stanowić centralną myśl wszelkich rozmów, że należy rozmawiać przede wszystkim o człowieku, o jego aspiracjach a także o wymaganiach, które stawia nam codzienne życie. Warto zwrócić uwagę, że rozwijanie własnych zainteresowań i pasji może dać prawdziwą radość, zadowolenie i satysfakcję. Wydaje się, że najlepszym sposobem na zachowanie abstynencji przez młodzież jest zainteresowanie jej tym, co piękne i szlachetne

i co odpowiada ich najgłębszym pragnieniom i ideałom. W rozmowach należy przedstawiać uczniom konkretne argumenty jasnym i zrozumiałym językiem. Być może wtedy uczniowie sami dojdą do wniosków, że uzależnienia odbierają radość życia, że tylko na pewien czas poprawiają nastrój i dają zapomnienie o istniejących problemach. *Dzięki tak prowadzonej rozmowie wychowankowie mogą sobie w pełni uświadomić, że szukanie łatwego szczęścia, którego nie ma, prowadzi do szybkiego nieszczęścia. Mają też szansę zrozumieć, że postępowanie, które przynosi prawdziwą radość, jest najlepszą obroną przed chemiczną pułapką i uzależnieniem* (M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*).

Podjęmując rozmowy z uczniami należy pamiętać o dostosowaniu treści do wieku i możliwości intelektualnych uczniów. Jeśli nauczyciel ma do czynienia z osobami ze środowiska szczególnie zagrożonego uzależnieniami lub uczniami, którzy palą, piją czy zażywają narkotyki, to musi porozmawiać wprost o tych używkach. Przede wszystkim o przyczynach sięgania po nie i konsekwencjach.

Odpowiedzialny wychowawca powinien:

- **tak kierować swoim uczniem, aby odczytał te cenne i wartościowe pragnienia, które z jakichś powodów zostały przytłumione lub zlekceważone.** Pragnienie należy tu rozumieć jako świadome dążenie do zaspokojenia czegoś istotnego. Dobry profilaktyk uzależnień to osoba, która dzięki pozytywnym metodom i motywacjom sprawi, aby u wychowanków odżyły najgłębsze i najbardziej dorosłe pragnienia, by młodzi ludzie dali dojsć do głosu dobru, które tkwi w każdym człowieku;
- **promować te pragnienia, które wprawdzie nie pojawiły się jeszcze w świadomości danego wychowanka, ale które tkwią w nim i które stanowią konieczny warunek osiągnięcia rozwoju i satysfakcji życiowej** (M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*). Wychowanie to nie tylko wspieranie tych dążeń i aspiracji, z których uczeń zdaje sobie sprawę. To również pomaganie w odkryciu tych, które pozostały dotąd ukryte *nie wydobyte jeszcze z głębin jego osobowości i z głębin jego przeżyć*. Jeżeli wychowanek uświadomi sobie, że nosi w sobie pragnienie trwałego szczęścia, życia w miłości i wolności, będzie to wiele, aby uchronić się od wejścia na drogę uzależnień;
- **pomagać mu uporządkować jego pragnienia i aspiracje.** To uporządkowanie daje po pierwsze możliwość skutecznej weryfikacji dążeń i aspiracji i po drugie ich dojrzałą realizację. Pomaga także ustalić hierarchię ważności. Wychowanek dzięki temu zrozumie, co w jego życiu jest ważne i podstawowe, a co drugorzędne i niewystarczające do osiągnięcia szczęścia. *Porządkowanie pragnień podobne jest do górskiej wspinaczki.*

*Dobry wychowawca to zaprawiony alpinista, który wprowadza wychowanka na szczyt jego dążeń i z tej perspektywy umożliwia mu spojrzenie w dół, by zrozumieć poszczególne grupy i rodzaje pragnień oraz by przydzielić im właściwe miejsce we własnym życiu (M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*). Dojrzałość to sytuacja, gdy na szczycie pragnień znajduje się miłość, prawda i wolność.*

Pamiętajmy, aby rozmowy wychowawcze wprowadzały dzieci i młodzież w świat radosny i ciekawszy niż ten, jaki proponuje alkohol, papieros czy narkotyki. Nauczyciel, który jest zaangażowany w realizację zagadnień z zakresu profilaktyki uzależnień, który jest towarzyszem rozwoju młodych ludzi, któremu zależy mu na tym, aby nauczyć żyć a nie tylko przekazywać i egzekwować wiedzę, może efektywnie realizować zadania i odnosić sukcesy na tym polu działania.

Największym sukcesem wychowawczym dla nauczyciela będzie, jeśli jego uczniowie zrozumieją, jak wygrać życie i jak być szczęśliwym.

Opracowały:
Anna Chuchnowska
Małgorzata Podlesińska

Bibliografia:

1. **Dziewiecki M., *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Kielce 2000**
2. *Cekiera C., Rzyko uzależnień*, Lublin 1994
3. *Zajączkowski K., Dziękuję... nie piję, nie palę, nie biorę. Profilaktyka uzależnień*, Kraków 2002