

CO DĚLAT, KDYŽ MOJE DÍTĚ KOUŘÍ, PIJE ALKOHOL NEBO ZKOUŠÍ DROGY?

O CO SE JEDNÁ?

Do návykových látek (NL) se řadí: legální drogy (alkohol, tabák) a nelegální drogy. K návykovému chování dochází tehdy, poskytuje-li přijímaná látka, příp. činnost příjemci jistý druh uspokojení. Používání návykových látek může vyvolávat příjemné pocity opojení, otupení či povzbuzení a pro jedince řadu nových a dosud nepoznaných pocitů a prožitků. Současně některým poskytuje úlevu od tělesných a duševních potíží. V dětském věku jde zejména o podřízení se vlivu idolů, kamarádů, příp. tzv. frajeřina. Mládež, pokud zneužívání návykových látek přiznává, uvádí jako nejčastější důvod: zvědavost, touhu prožít něco zvláštního, neobvyklého, najít nové prožitky, uniknout nepříjemným situacím, tvrdé realitě, nepříjemným stavům, dosáhnout dočasné úlevy, uniknout samotě, do které je uváděna svými problémy, které si nezavinila sama, protest proti autoritě. Většina dětí a mládeže začíná experimentovat s návykovými látkami převážně pod tlakem vrstevnické skupiny, motivací není obvykle svobodná volba (zvažování pro a proti), ale touha začlenit se mezi vybrané vrstevníky.

JAK SE TO POZNÁ?

Ke spolehlivému rozpoznání, zda dítě bere drogy, poslouží toxikologický rozbor moči (např. CEDELAB). Není to snadné – zvláště, když dítě zkouší drogy poprvé nebo je bere pouze příležitostně. Mnohá znamení jsou stejná, jako normální znaky dospívání. Důvodem k zamyšlení může být, vyskytne-li se několik znaků současně. I v takovém případě však nedělejte unáhlené závěry.

- Vynucování si větší volnosti a svobody v trávení volného času – zejména potřeba "někam si jít sednout s kámoši"
- Ztráty lihovin a cigaret z domácnosti
- Změna či ztráta přátel a kamarádů
- Při experimentování s drogami náhlé izolování se od normálních vrstevníků.
- Napojení se na nevhodné, často starší přátele.
- Ztotožňování se s "drogovou kulturou" – zařazení užívání alkoholu, cigaret, drog jako nedílné součásti setkání s přáteli
- Zastávání se drog, vysvětlování jejich zneužívání, zdůrazňování "kladných" účinků
- Náhlé zhoršení vzhledu a péče o zevnějšek
- Náhlé zhoršení prospěchu a chování, neomluvené hodiny
- Ztráta a krádeže cenností doma nebo ve škole
- Změny v chování: náládovost, podrážděnost, lhaní, přecitlivělost, neobvyklá agresivita
- Podstatná ztráta zájmů, zálib a koníčků
- Horší soustředění a paměť – zapomnětlivost
- Neobvykle častá zvýšená ospalost až otupělost nebo naopak zvýšená aktivita
- Nechutenství, úbytek na váze, nevolnost, zvracení

- Neobvyklé skvrny na oblečení, neobvyklý zápach celého těla, při čichání porušenou kůží okolo nosu a úst
- Nález pomůcek pro zneužívání drogy: dýmky, jehly, stříkačky, sežehnuté kousky plechové folie nebo lžičky, zapalovače, lahve od ředidel
- Nález zbytku "jointu" s lepenkovým filtrem marihuany (nebo pěstování přímo doma např. na balkoně) nebo různých prášků
- Stopy vpichů na končetinách, hýždích, krku aj.

CO UDĚLÁ ŠKOLA?

Školním nebo vnitřním řádem je zakázáno užívat nebo nosit do školy jakékoliv NL. V případě, že žáci kouří, pijí alkohol nebo požívají návykové látky v prostorách školy v době školního vyučování, porušují školní řád. Škola informuje rodiče o porušení školního řádu jejich dítětem a poskytuje informaci o uděleném výchovném opatření (dle §7 odst. 1 zákona č. 359/1999 Sb.) a oznamuje orgánu sociálně – právní ochrany (OSPOD) (dle § 10 odst. 4, zákona č. 359/1999 Sb.). Řešení užívání NL žáky školy mimo dobu školního vyučování nebo prostory školy nepřísluší škole jako instituci, která z toho bude vyvozovat opatření. Podle zákona č. 359/1999 Sb. o sociálně – právní ochraně dětí může na nežádoucí chování dítěte upozornit každý občan a to buď rodiče nebo OSPOD MěÚ. Užívání NL není trestné, ale neexistuje žádná legální cesta, jak by si osoba mladší 18 let mohla nějakou takovou látku opatřit. Ten, kdo dítěti NL dal, předal nebo prodal, se dopustil přestupku proti zákonu, v případě prodeje nebo podávání alkoholu i trestného činu a je třeba porušení zákona oznámit orgánům obce nebo Policii ČR. Pokud se žák dostaví do školy pod vlivem alkoholu nebo nějaké návykové látky, škola nejprve zajistí bezpečí dítěte a orientačně posoudí, zda je potřeba přivolat lékaře. Je-li ve stavu akutní intoxikace, volá záchranku. Současně vyzoomí zákonné zástupce a orgán sociálně – právní ochrany. Vyhodnotí-li situaci tak, že lékaře není nutné volat, volá zákonné zástupce a trvá na tom, aby si dítě převzali. V dané situaci škola nedokáže dostatečně zajistit povinný dohled a je třeba, aby se ho ujali rodiče. Jestliže se rodiče nedostaví, zajistí škola povinný dohled po dobu školního vyučování a kontaktuje OSPOD.

CO MOHOU NEBO MUSÍ UDĚLAT RODIČE?

- Napanikařit.
- Nezakazovat. Ztratíme-li hlavu a začneme ihned zakazovat, můžeme si být jisti, že droga dětem zachutná o to víc – navzdory. Nebezpečí v případě, že dítě sáhlo po droze kvůli tomu, že mělo nějaký problém, je pak ještě větší.
- Neztratit kontakt. Nenuceně, vhodnou formou dávat dítěti najevo svůj zájem, zajímat se o jeho svět, jeho kamarády, podporovat koníčky atd. Důležité je získat důvěru dítěte, umět mu naslouchat. Někdy je těžké, zvláště když dítě hájí názory a postoje pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout však ještě neznamená přistoupit na jeho stanovisko.
- Opatřit si co nejvíce spolehlivých informací. Ve vhodných chvílích hovořte s dítětem otevřeně o alkoholu a drogách. Obhajuje-li dítě některou z drog, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty. Dostatečnou informovaností v dané problematice zabráníte tomu, že vás potomek "utluče" svými argumenty.
- Jít osobním příkladem: přestat s vlastním kouřením, pitím. Rodič, který je pro dítě svým chováním ve vztahu k návykovým látkám vzorem, je ve výhodě. Některé hodnoty předávané rodiči mohou být v prevenci velmi prospěšné.
- Spolupracovat s dalšími rodiči vrstevníků, se školou, s odborným zařízením. Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže ji dítě odmítá – zvládnutím svých problémů zvýšíte i šanci na ovlivnění dítěte.

- Jestliže je dítě pod vlivem drogy a hrozí mu otrava, neváhejte zavolat lékařskou pomoc.
- Nehádejte se s dítětem, které je pod vlivem drogy. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.
- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání.
- Předcházejte nudě. Měli byste mít přehled, kde vaše dítě je, co dělá, zamyslete se nad jeho denním programem a životním stylem.
- Nespoléhejte se na okamžité "zázračné" vyřešení vašeho problému. Základem nápravy je dlouhodobá výchovná strategie, jejíž princip spočívá v nepodporování a neusnadňování pokračujícího brání drog, ale naopak odměňování a povzbuzování každé změny k lepšímu. Na jedné straně dobrý vztah k dítěti a snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost na straně druhé.

ČEMU SE VYHNOUT

- Nepopírejte problém. Ztrácíte čas, který může vést k rozvoji závislosti.
- Neskrývejte problém. Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Abyste se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl byste naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl byste najít spojení.
- Neobviňujte partnera. Pro vyřizování starých účtů není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost našťěstí často ano.
- Nehleďte v dítěti, které bere drogy spojení proti svému partnerovi.
- Nezanedbávejte sourozence. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a rovněž potřebují vaši péči a zájem.
- Nefinancujte užívání drog a neusnadňujte ho. Kontrolujte dítěti kapesné, zabezpečte si cenné předměty, nenechte se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit vaše dítě, ale jeho kamarádi.
- Nedejte se vydírat. Vyhrůžování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Neustupujte tomuto tlaku.
- Nevyhrožujte něčím, co nemůžete splnit – ztrácíte tím důvěryhodnost.
- Nebijte dítě, které je pod vlivem drogy. Fyzické násilí většinou vyvolává u dítěte pocity ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím pro dítě stávali ještě přitažlivější.
- Nezapomínejte na dveře navždy. I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- Neztrácejte naději.