



Zdravlje u Međimurskoj županiji

«SVAKA DROGA JE OPASNA - IZABERI ŽIVOT» -Projekt vršnjačke edukacije u Srednjoj školi PrelogDiana Uvodić-Đurić¹, Teo Petričević², Tanja Lilić³

1 Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije

2 Autonomni centar-ACT

3 Srednja škola Prelog

Projekt je financiran od strane Ministarstva obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.

Uvod

Pušenje cigareta, pijenje alkoholnih pića i korištenje ostalih sredstava ovisnosti među mladima sve je češća tema rasprave i među roditeljima, odgajateljima i učiteljima, ali i među drugim stručnjacima čije se područje djelovanja dotiče ovog problema.

Svi se slažemo da se premalo postiglo u suzbijanju ove pojave unatoč tome što je SZO u svojim prognozama za kraj prošlog i početak ovog stoljeća predviđala znatno smanjenje ove pojave i okretanje mladih zdravijim stilovima života.

Iskušavanje novoga, dosada, transformacija uloge obitelji, utjecaj vršnjačkih skupina, osjećaj otuđenosti, opiranje utjecaju i autoritetu odraslih, kao i brojni drugi razlozi koje nismo dokučili utječu na porast korištenja sredstava ovisnosti među mladima adolescentne dobi kako u cijeloj Europi, tako i u Hrvatskoj, pa i u našoj županiji.

Ne može se dovoljno upozoravati na rizike koje nosi razdoblje adolescencije, tj. razdoblje odrastanja i sazrijevanja mladog čovjeka u kojem se nastoji što prije odrasti i što prije usvojiti navike odraslih, najčešće one s negativnim predznakom kao što je pušenje, pijenje alkohola ili uzimanje nekih ilegalnih psihoaktivnih sredstava.

Jedna od značajki mladih osoba je i radoznalost, želja za potvrđivanjem te želja da se razlikuju od svojih roditelja, nastavnika i svih "starijih". Oni to izražavaju na različite načine. Jedan od načina je i uzimanje različitih bilo legaliziranih droga (cigarete i /ili alkohol), bilo ilegalnih droga.

Prepoznavanje rizika je u toj dobi vrlo slabo, svi misle da se njima ne može i neće ništa dogoditi i da mogu vladati svim situacijama. Upravo su zbog tih značajki oni vrlo zanimljivi dilerima i svima koji se bave narko-biznisom. Sofisticiranim metodama nastoje kod mladih stvoriti dojam da je uzimanje droga bezopasno i da "svi to rade". Pozitivna očekivanja od uzimanja droga u kombinaciji s nepriznavanjem rizika stvaraju pogodnu situaciju za eksperimentiranje, i ako se to ne prepozna i ne zaustavi, eksperimentiranje može prerasti u učestalije uzimanje te u ovisnost.

S druge strane, roditelji su često prezaposleni i odsutni iz života djece u stalnom nastojanju da osiguraju što bolje materijalne uvjete za život svom djetetu, što ostavlja prostor brojnim negativnim djelovanjima na dijete izvan obitelji.

U obitelji se često nedovoljno međusobno komunicira i ne shvaća i ne prepoznaje što se s pojedinim članovima uistinu zbiva. I u najboljoj namjeri dio roditelja odabire popuštanje obiteljskih pravila i slabljenje nadzora nad djecom, shvaćajući svoju ulogu u odrastanju kao davanje slobode i očekivanja savršenog funkcioniranja međusobnog povjerenja.

S druge strane je škola kao odgojna obrazovna ustanova u kojoj se sve više vremena posvećuje obrazovnom dijelu programa za koji djeca smatraju da je pretežak, predosadan i naporan, rijetko ga povezujući sa stvarnim životnim potrebama i uglavnom ga doživljavajući nametnutim i preteškim.

U svemu tome, iako se ima osjećaj da svi radimo «za djecu i mlade», oni često zapravo bivaju prepušteni sami sebi na svom putu odrastanja i time ostaju izloženi raznim negativnim utjecajima bilo svojih vršnjaka, bilo starijih dilera i ljudi iz narkomiljea.

Kako je u našoj županiji ?

U lipnju 2007. godine u Međimurskoj je županiji provedeno istraživanje «Stavovi, navike i korištenje sredstava ovisnosti u mladima Međimurske županije» koje je pokazalo da su brojke jednako alarmantne i kod nas.

Mnogi naši ispitanici rano su započeli s večernjim izlascima, srednja dob u kojoj mladi započinju izlaziti je 13,6 mjeseci. Kod velikog broja njih nedostatan je nadzor roditelja jer smiju oti vani duže od ponoći ili čak uopće nemaju ograničene izlaske.

Pušenje cigareta, i pijenje alkohola najzastupljeniji je način korištenja sredstava ovisnosti kod djece i mladih u našoj županiji. Alarmantan je podatak da čak 76,3 % mladića u 2. razredu srednje škole i 66,2 % djevojaka pije alkohol redovito, dakle više puta mjesečno, svaki vikend ili čak svakodnevno, a tri puta i više u životu je bilo pijano 66,3 % mladića i 47,7 % djevojaka što se nikako ne može smatrati slučajnim opijanjem nego se svrstava u rizično ponašanje.

Od svih ostalih sredstava ovisnosti za koje smo ih pitali najzastupljenije je bilo korištenje sredstava za smirenje, inhalacijskih sredstava i marihuane, ali osim LSD, sva ostala su naši ispitanici probali barem u jednom slučaju. Korištenje ilegalnih sredstava ovisnosti puno je manje zastupljeno. Unatoč zabrane prodaje maloljetnicima naši ispitanici navode da su im lako dostupne i bez problema mogu nabaviti i cigarete i alkoholna pića, a mnogi među njima, pogotovo srednjoškolci smatraju lako dostupnim i ilegalna sredstva ovisnosti.

Sve manje su razlike među spolovima, djevojke su kod većine sredstava ovisnosti gotovo dostigle, a u učestalosti pušenja cigareta i prestigle svoje vršnjake.

I kod naših ispitanika se kao i drugdje u Hrvatskoj i Europi uočava kombiniranje različitih sredstava ovisnosti, te unatoč relativno dobroj informiranosti, nedovoljno poimanje štetnosti sredstava ovisnosti i njihovog rizika po zdravlje.

Kako je u Srednjoj školi Prelog?

Obično je među laicima rašireno vjerovanje da je u manjim sredinama situacija s uzimanjem psihoaktivnih sredstava puno bolja nego npr. u Zagrebu ili drugim većim gradovima.

Agencija za konzalting iz Zagreba (prof. Ljubica Uvodić-Vranić, psiholog) provela je krajem 2004. anketiranje mladih o stavovima i iskustvima s alkoholom, duhanom i drugim psihoaktivnim sredstvima u Srednjoj školi Prelog i u srednjoj školi "Lucijan Vranjanin" u Zagrebu. Nisu uočene bitne razlike u stavovima prema alkoholu, duhanu i drugim psihoaktivnim sredstvima. Čak 39% anketiranih srednjoškolaca iz Preloga smatra da je normalno da njihovi vršnjaci uz obrok piju alkoholna pića, a 6% smatra da je normalno piti svakodnevno žestoka pića. 47% misli da većina njihovih vršnjaka piju redovito svaki dan i to više pića, a samo 60% misli da je normalno da njihova generacija ne uzima lake droge.

Oko 26% je probalo neke lake droge, mnogi i više puta, a jedan dio priznaje da lake droge konzumira redovito. U usporedbi sa podacima iz zagrebačke škole ne vide se značajnija odstupanja u stavovima. Odstupanja su bila nešto izraženija u odgovorima koji su se ticali provođenja slobodnog vremena, a dio djece je priznao da nisu iskreno odgovarali što znači da su nam brojke vjerojatno još veće i alarmantnije.

Na početku projekta provedeno je kratko anonimno anketiranje učenika, roditelja i profesora.

Analiza stavova profesora

Anketirano je 18 profesora Srednje škole Prelog koji su svi ispunjavali anonimni anketni upitnik koji sadržava 18 pitanja.

Većina anketiranih profesora (83,33%) slaže se sa konstatacijom da je pijenje alkohola i pušenje u mladima jedan od vodećih javnozdravstvenih problema današnjice .

Svi smatraju da su cigarete i alkoholna pića unatoč zakonske zabrane prodaje maloljetnicima veoma lako dostupna, a 94,44% njih smatra i da su mladima lako dostupna i ilegalna sredstva ovisnosti .

U odnosu na pijenje alkoholnih pića većina (66,67%) smatra sebe umjerenim potrošačem koji pije samo u nekim prigodama, a 33,33% su apstinenti . Nitko ne misli za sebe da pije previše i nije nikada potražio pomoć zbog prekomjernog pijenja ni za sebe , ni za bilo kojeg člana svoje obitelji .

U slučaju kad bi imali probleme s alkoholom većina bi potražila pomoć obiteljskog liječnika (61,11%), neki u klubu liječenih alkoholičara (11,11%), a vjerojatno zbog straha od stigmatizacije 22,22% bi se pokušali sami s tim boriti ili bi čak potražili pomoć stručne osobe van mjesta boravka, čak i regije (5,56%).

Ako bi kao roditelj doznali da im dijete troši džeparac na alkohol uglavnom bi se sami pokušali s tim nositi i zabranili bi mu pijenje (94,44%), a samo manji dio smatra da bi u tom slučaju trebalo potražiti stručnu pomoć (5,56%). Među anketiranim profesorima 61,11% je nepušača, a gotovo jedna trećina je bivših pušača (27,78%) . Manje od 10 cigareta na dan svaki dan popuši 11,11% anketiranih profesora, a nitko ne puši više od 10 cigareta na dan .

Svom djetetu ne bi dozvolio pušiti niti jedan profesor, 83,33% profesora potrudilo bi se objasniti djetetu zašto mu to zabranjuje, a 11,11% anketiranih profesora smatra da pušenje treba zabraniti i da to ni ne treba biti predmet diskusije s djetetom .

Većina (77,78%) smatra da ima povoljan učinak zabrana pušenja u školi, ali naravno ima i onih koji smatraju da zabrane ne mogu biti učinkovite .

Na pitanje što bi najviše i najbolje utjecalo na prestanak pušenja cigareta većina odgovara da bi trebala kombinacija mjera kao što je poskupljenje cigareta, zabrana pušenja od strane svih poslodavaca i na svim javnim mjestima te bolja edukacija o štetnosti cigareta .

Poznato im je da su mladi svjesni štetnog djelovanja sredstava ovisnosti, ali ga ne povezuju sa sobom i svojim trenutnim stanjem i ponašanjem, a neki smatraju i da su mladi nedovoljno svjesni opasnosti (27,78%).

Uočava se ipak veći strah od ilegalnih droga nego od konzumiranja alkohola ili cigareta što se vidi po tome što bi 66,67% njih kao roditelji odmah potražili stručnu pomoć kad bi doznali da im dijete konzumira neku ilegalnu drogu, za razliku od konzumiranja alkohola gdje bi to učinili u tek 5,56% slučajeva .

Da se radi o rizičnom ponašanju kad mladi konzumiraju neka od sredstava ovisnosti smatra 61,11% anketiranih profesora, ali ima i onih koji smatraju da je to jednim dijelom sastavni dio odrastanja mladih (38,89%).

Uzrok sve veće proširenosti ove pojave anketirani profesori vide u društvu, obitelji i svakom pojedincu te u zajedničkom utjecaju svega navedenog .

Da bi se smanjio broj onih koji koriste sredstva ovisnosti većina anketiranih profesora (72,22%) smatra da bi trebale strože kontrole policije u kombinaciji s boljom edukacijom mladih o štetnim učincima droga i većom kontrolom roditelja .

Više od polovice (55,56%) smatra da bi u školama trebalo provoditi više edukativnih sadržaja na temu štetnosti sredstava ovisnosti .

Analiza stavova roditelja

Anonimni anketni upitnik koji se sastoji od 18 pitanja ispunjavali su roditelji na početku roditeljskog sastanka .

Anketom je obuhvaćen 71 roditelj učenika Srednje škole Prelog .

Prekomjerno pijenje alkohola i pušenje cigareta u mladima smatra vodećim javnozdravstvenim problemom u našoj županiji 66,2% roditelja, a gotovo svi (97,18%) se slažu da su cigarete i alkohol mladima lako dostupni unatoč zabrane točenja i prodaje maloljetnicima .

Roditelji su svjesni , njih 67,61%, da je mladima lako moguće nabaviti i ilegalna sredstva ovisnosti .

Odgovori koji se tiču pitanja o korištenju alkoholnih pića ne ukazuju na iskrenost u odgovorima jer se više od polovine anketiranih roditelja izjasnilo kao apstinenti od pijenja alkoholnih pića što teško da može odgovarati istini, unatoč tome što se na roditeljske sastanke odaziva više majki nego očeva, a može se raditi i o nerazumijevanju pojma «apstinent» .

Ostatak roditelja sebe je svrstao u umjerene potrošače (42,25%). Ipak, 4,23% ispitanih roditelja ozbiljno razmišlja o tome da bi trebali potražiti pomoć zbog prekomjernog pijenja, a 7,04% svjesno je da im netko u obitelji ima problem s prekomjernim pijenjem .

U slučaju ako bi imali problem s prekomjernim pijenjem preko polovine roditelja bi se obratilo svom obiteljskom liječniku (59,15%), a dio ih prepoznaje klub liječenih alkoholičara kao drugu u kojoj bi mogli dobiti pomoć za rješavanje svog problema (14,08%).

Netolerantan stav prema pušenju cigareta pokazuje čak 98,6% roditelja, od čega 16,9% njih čak smatra da bi zabranili djetetu pušenje bez ikakvog raspravljanja i argumentiranja svojih postupaka .

Za pijenje alkohola su roditelji pokazali za nijansu liberalniji stav, 2,82% čak ni ne bi reagirali jer bi smatrali da je to faza u odrastanju koja će sama proći . Samo 16,9% roditelja potražilo bi stručnu pomoć u slučaju kad bi shvatili da im dijete pije alkohol .

I kod roditelja je izražen puno jači strah od ilegalnih droga, 63,4% njih odmah bi potražilo stručnu pomoć ako bi posumnjali da im dijete konzumira neku ilegalnu drogu .

Slažu se sa zabranom pušenja u školi (76,1%), ali i među njima ima onih koji smatraju da zabrane ne mogu biti učinkovite (2,82%). Misle da bi najučinkovitija mjera za suzbijanje pušenja bila kombinacija zabrane pušenja na javnim mjestima i od svih poslodavaca, poskupljenje cigareta i bolja edukacija o štetnosti pušenja (60,6%).

Da je neprihvaćanje i neshvaćanje zdravstvenih rizika zbog konzumiranja sredstava ovisnosti obilježje mladosti vidi 59,2% roditelja .

Na žalost, gotovo polovina roditelja ne misli da je eksperimentiranje cigaretama, alkoholom i ostalim sredstvima ovisnosti rizično ponašanje nego smatraju da je to normalni i sastavni dio odrastanja mladih (14,9%) ili se s tim načinom razmišljanja djelomično slažu (32,4%) .

Uzrok takvog ponašanja i roditelji uglavnom vide u kombinaciji utjecaja društva, obitelji i osobina samog pojedinca (40,9%), te smatraju da bi u suzbijanju ove pojave trebalo kombinirati strože kontrole policije, kontrole roditelja i bolju edukaciju mladih (56,3%).

Stavovi izneseni u ovom anketiranju izražavaju zapravo zbnunjenost i prilično nesnalaženje roditelja u odnosu na korištenje sredstava ovisnosti .

Iz svega progovara strah od ilegalnih droga , te kod malog broja roditelja zabrinutost zbog sve veće učestalosti pijenja alkohola i pušenja cigareta među mladima, a što svakako predstavlja rizično ponašanje i često put ka ostalim sredstvima ovisnosti .

Osjeća se i određena nemoć roditelja u rješavanju problema, većina ih traži pomoć društva, škole, policije, a svoju ulogu marginaliziraju .

Ako se prisjetimo da je ključ svega ipak u obitelji, onda nam to još jednom potvrđuje potrebu rada s roditeljima i djecom, što je i zamišljeno i provodi se ovim programom .

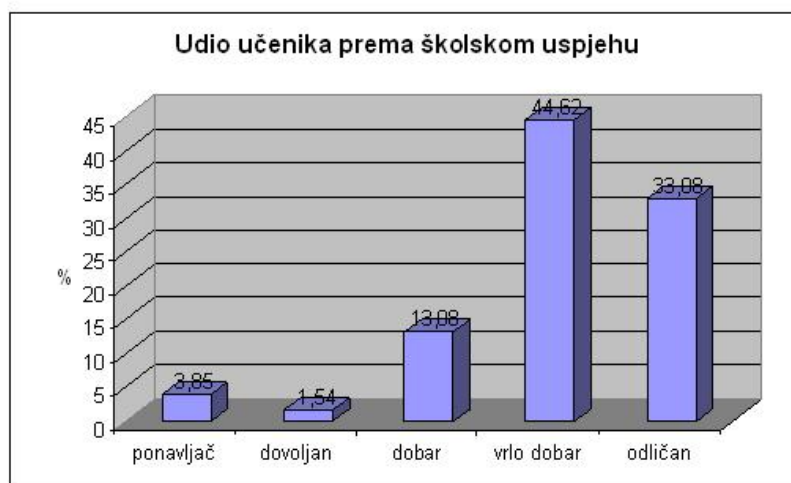
Analiza stavova učenika

Anketirano je 130 slučajno odabranih učenika 1., 2. i 3. razreda Srednje škole Prelog .

Učenici su jedan školski sat ispunjavali anonimni anketni upitnik koji se sastoji od 23 pitanja .



Školski uspjeh



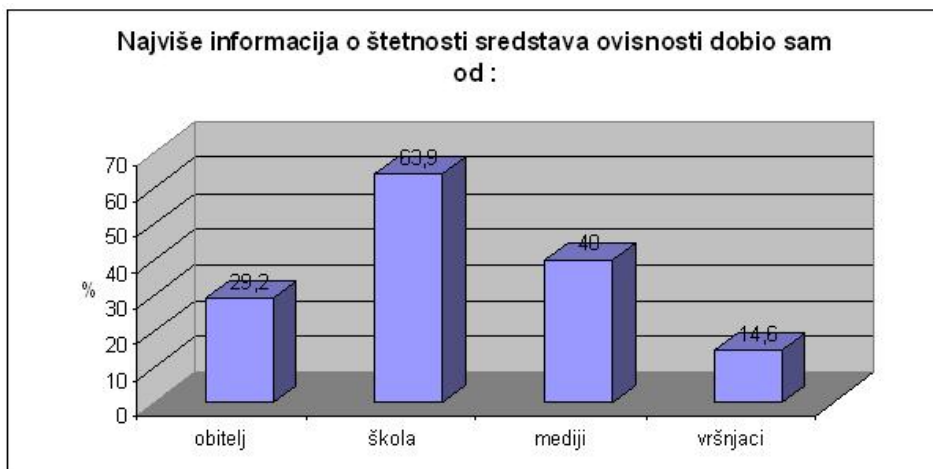
Među ispitanim učenicima najviše je bilo zastupljeno dobrih, vrlo dobrih i odličnih učenika .
Većina učenika misli da živi u sretnoj obitelji (80%).



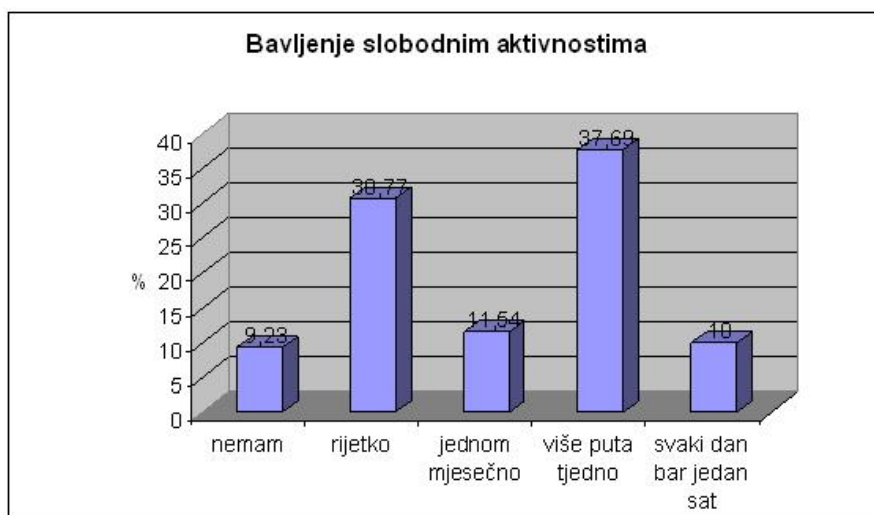
Mnogi smatraju nedostatnim svoje znanje o štetnosti sredstava ovisnosti.



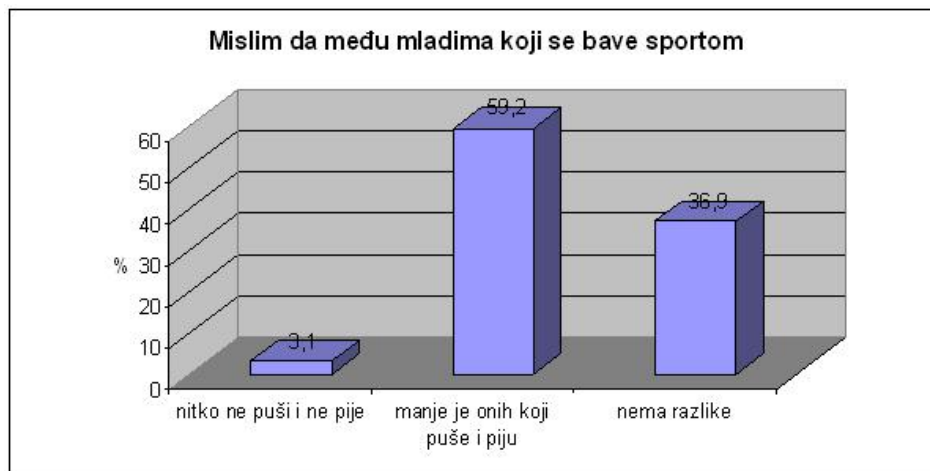
Najviše znanja o sredstvima ovisnosti stiže se u školi (63,9%), ali i putem medija (40%).



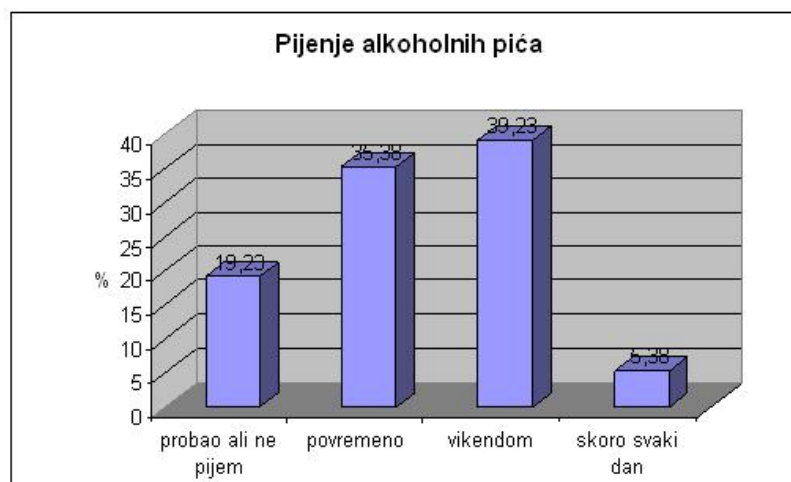
Bavljenje slobodnim aktivnostima



Zamjećuje se da veliki broj ispitanih učenika, čak 40%, nema nikakav oblik redovitih slobodnih aktivnosti, samo 10 % njih se aktivno i organizirano nečim bavi, što ostavlja previše slobodnog vremena i vjerojatno proizvodi dosadu tijekom koje se također poseže za sredstvima ovisnosti .
Ipak mnogi učenici smatraju da nema velike razlike u pušenju i pijenju alkohola među mladima koji se bave sportom (36,9%).



Većina ispitanih učenika smatra da je normalno da se pri izlascima pije pivo ili vino (63,18%), a 17,69% čak smatra da je normalno da se pije žestoko piće .



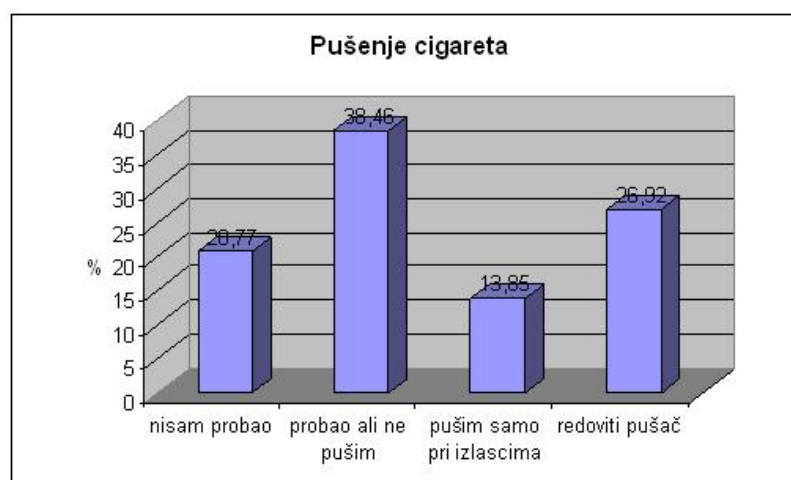
Svi ispitanici učenici probali su piti alkohol,, a zaprepasajuće podatak da već u toj dobi 5,38% njih pije alkohol svakodnevno, a čak 39,23% svaki vikend .

Dojam je ispitanih učenika da svi piju i da je čak 59,23% njihovih vršnjaka redovito pijano vikendom .

Da mladi manje piju pomogla bi zabrana alkohola zakonom (18,46%),poštovanje zakona o zabrani prodaje i točenja alkohola maloljetnicima (26,9%), kad sokovi ne bi bili skuplji od piva (23,1%), ali neki misle da bi pomoglo i to kad bi mladi bili svjesniji štetnog djelovanja alkohola (18,46%) ili kombinacija svega navedenoga .

Misle da bi pomogla i : savjesnost i odgovornost, ništa, kad bi bila legalizirana droga ??, kad ne bi postojao alkohol ...

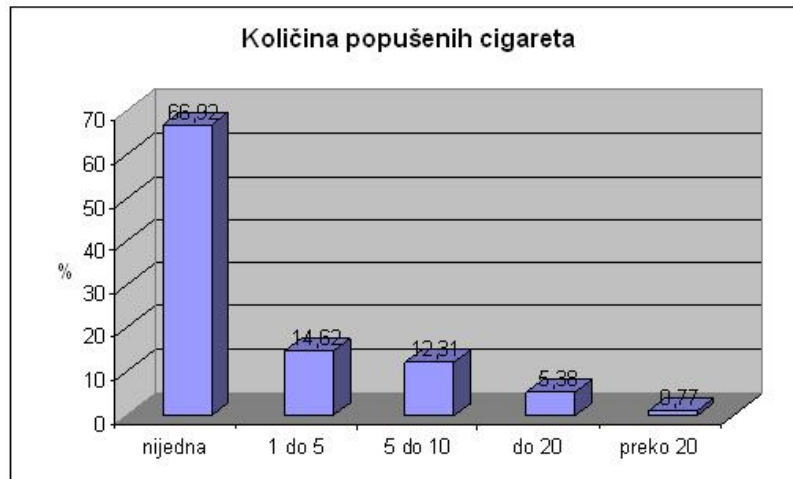
Pušenje cigareta



Oko 40% ispitanih učenika može se svrstati u skupinu pušača, a svaki četvrti ispitanik je redoviti pušač i kupuje cigarete .

To se slaže i s njihovim dojmom da je među mladima veliki udio onih koji puše cigarete, a samo manji broj onih koji nisu probali ili su samo probali ali nisu nastavili pušiti (6,15%).

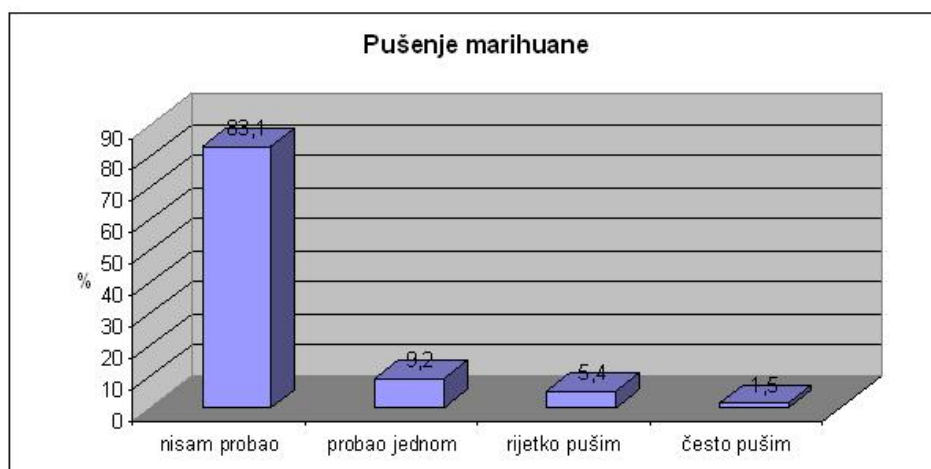
Zato ne čude podaci o količini popušanih cigareta iz kojih se vidi da ima i onih koji puše i preko kutije cigareta dnevno , a radi se o još uvijek maloljetnim osobama .



Različiti su motivi koje mladi navode kao razloge zašto posežu za sredstvima ovisnosti :



Zabrinjava podatak da svaki treći ispitanik poseže za sredstvom ovisnosti jer se na taj način «smiruje». Kad bi mladi mogli odlučivati dio njih bi zabranio reklamiranje alkohola i cigareta uz sportske priredbe i koncerte (13,85%), a 43,1% smatra da bi bilo dobro umjesto takvih reklama napraviti spotove o štetnosti tih sredstava . Smatraju da bi mladi manje pili i pušili kad bi bilo više slobodnih aktivnosti koje ih vesele (23,8%), kad bi imali manje školskih obaveza (22,31%), kad bi osim kafića postojali i neki drugi prostori u kojima bi se mogli nalaziti (18,46%), ali i kad pijenje i pušenje ne bi bili u našem društvu toliko rašireni (33,8%). Izjavljuju da bi pomoglo i kad bi imali manji džeparac, kad bi bilo više filmova, više seksa , ... Pušenje marihuane



Pušenje marihuane puno je manje zastupljeno među našim ispitanicima nego pijenje alkohola i pušenje duhana, ali je ipak i u toj dobi preko 16% njih došlo u kontakt s marihuanom, a 1,5 se deklariraju kao redoviti konzumenti . Takav je i njihov dojam o pušenju marihuane među vršnjacima, čak imaju dojam i da je to raširenija pojava nego je pokazalo ovo ispitivanje jer 19,23% mladih misli da njihovi vršnjaci puše marihuanu kad god se nađu u prilici, a 3,08% njih smatra da se marihuana puši svaki vikend, dakle redovito . Imaju informacije o štetnosti marihuane, 80,7% njih misli da je štetnija od pušenja običnih cigareta, ali na žalost 3,08% ispitanika misli da marihuana nije štetna . Ostala sredstva ovisnosti rjeđe su probali, ali ipak su sa većinom došli u kontakt :

	DA	NE
marihuana	(13,85%)	(86,15%)
ecstazy	(3,08%)	(96,92%)
amfetamin (speed)	(3,08%)	(96,92%)
kokain	(3,85%)	(96,15%)
heroin	(3,08%)	(96,92%)
LSD	(0,77%)	(99,23%)
nešto drugo, što: <u>datura</u> , <u>ljepilo</u> , <u>shit</u> , <u>benzin</u> , <u>snifala sam ljepilo</u> , <u>skank</u>		

Kad bi se susreli sa situacijom da neki njihov prijatelj ili prijateljica često konzumiraju neku drogu, samo mali broj njih bi potražio stručnu pomoć, dakle 7,69% ispitanika bi se obratili školskom liječniku .

Većina bi pokušala razgovorom sama pomoći (60,77%), a 26,15% ne bi uopće reagirali, što isto ukazuje na zbunjenost i nesnalaženje u situaciji kad je važno što prije nešto poduzeti , dakle svakako ostavlja prostora za daljnji rad s mladima na osvještavanju ovog problema .

PROVEDENE AKTIVNOSTI

Škola edukatora

Osposobljavanje edukatora provedeno je koristeći metode predavanja i radionica, dakle rada u maloj grupi .

Predavanja i radionice održali su školska pedagoginja prof. Tanja Lilić, školska liječnica Diana Uvodić-Đurić, specijalista školske medicine, Renata Kutnjak-Kiš, dr.med. , specijalista epidemiolog, Živko Mišević, dr.med., specijalista psihijatar, , Zdravko Kolarić, dipl. kriminalist, načelnik Policijske postaje Prelog i Sanja Zdravec, dipl. iur., Predsjednica Prekršajnog suda u Prelogu .

Održano je deset radionica, a budućim edukatorima podijeljeni su i materijali u pisanom i elektroničkom obliku koje su mogli koristiti u izradi i formiranju svoje prezentacije .

Nakon provedene edukacije o štetnom djelovanju sredstava ovisnosti budući su edukatori na sastancima sa stručnjacima razvijali model interaktivnog prenošenja svojih novostečenih znanja i formirali svoj prikaz .

Razredne aktivnosti

Mladi edukatori održali su predavanja i radionicu u svakom razrednom odjeljenju svoje škole na satu razrednog odjela, dakle ukupno 21 predavanja i radionice za 384 učenika.

Roditeljski sastanci

Za isti broj razrednih odjeljenja održana su predavanja i radionice roditeljima.

Javna tribina

Tijekom Mjeseca borbe protiv alkoholizma i drugih ovisnosti (26.11.2007. g.) u Prelogu održana je javna tribina za roditelje i sve zainteresirane na kojoj su mladi edukatori pokazali odraslima na koji će način svoje znanje prenositi svojim vršnjacima. Uz mlade edukatore na tribini su sudjelovali i ravnatelj škole prof. Tomislav Gregur, školska pedagoginja prof. Tanja Lilić, školska liječnica Diana Uvodić-Đurić, specijalist školske medicine, Renata Kutnjak-Kiš, dr.med. , specijalista epidemiolog, Živko Mišević, dr.med., specijalista psihijatar, , Zdravko Kolarić, dipl. kriminalist, načelnik Policijske postaje Prelog i Sanja Zdravec, dipl. iur., Predsjednica Prekršajnog suda u Prelogu .

Nakon prezentacije o štetnom djelovanju sredstava ovisnosti koju su prikazale učenice koje su prošle edukaciju , dr Kutnjak Kiš prikazala je kretanje obolijevanja i smrtnosti od bolesti povezanih s uzimanjem sredstava ovisnosti u našoj županiji, a načelnik Policijske postaje Prelog Zdravko Kolarić prikazao je stradanja u prometu povezana s korištenjem sredstava ovisnosti . Navedena predavanja pobudila su zainteresiranost svih prisutnih i potaknula raspravu u kojoj su upućena brojna pitanja timu stručnjaka koji je u tribini sudjelovao .

Ukazano je da se u suzbijanju korištenja sredstava ovisnosti u mladima moraju kao saveznici naći svi segmenti društva, posebno roditelji i škola, uz formiranje timova stručnjaka koji će se ovim problemom baviti, te naročito i sami mladi koji u svemu moraju imati najvažniju, dakle aktivnu ulogu .

Tribina je izazvala i zainteresiranost javnih medija koji su o dojmovima s tribine obavijestili i širu javnost .

Edukativni izlet za upoznavanje s komunama-posjet Komuni Đurmanec

Komunu Đurmanec osnovala je udruga «Moji dani»-Udruga za prevenciju ovisnosti o opojnim drogama, pomoć ovisniku, povremenom uzimatelju opojne droge i obitelji .

Radi se o ustanovi za resocijalizaciju ovisnika o drogama u kojoj se provodi šestomjesečni program terapije ovisnika, njihovo suočavanje sa samim sobom i svojim problemom te sticanje radnih i drugih navika zdravog života, a sve u cilju rehabilitacije ovisnika i njegovog uključivanja u normalan život .

Program koji se provodi je stručan, svjetovan i prihvaćen od Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi te Vladinog ureda za suzbijanje zlorabe opojnih droga RH .

Nakon kraćeg upoznavanja, svi korisnici komune održali su edukativni sastanak s mladim edukatorima pod vodstvom svog operatera, školske pedagoginje i liječnice .

Informirali su goste o rasporedu dnevnih aktivnosti i događanja u komuni.

Zajednica funkcionira prema strogo određenim pravilima , a pridržavanje tih pravila zapravo je i jedan od načina terapije .

Tijekom edukativnog sastanka ovisnici su ispričali svoje životne priče, svojim su negativnim iskustvom posvjedočili o štetnom djelovanju sredstava ovisnosti i stalno naglašavali opasnost eksperimentiranja drogama, a mladim edukatorima je to bila dobra potvrda teoretskih znanja stečenih kroz školu edukatora .

Uz edukatore na izlet su išli i neki članovi Kluba liječenih alkoholičara Prelog te građani Preloga koji su organizirali prikupljanje pomoći za komunu .

Nakon zajedničkog sastanka, članovi komune proveli su goste kroz prostorije objekta kojeg koriste, pokazali svoje radionice, malu teretanu, objekt u kojem uzgajaju životinje, itd .

Izlet je obogaćen i šetnjom kroz lijepi šumoviti i brdoviti predjel Hrvatskog zagorja u kojemu je komuna smještena .

Povratak autobusom bio je prilika da se još jednom porazgovara o svim opasnostima koje sa sobom nosi eksperimentiranje s drogama, a čije strašne posljedice smo imali prilike vidjeti na članovima komune uživo .

Zaključak

Razvijena navika pušenja cigareta i pijenja alkohola često su put koji mlade ljude vodi i u druga rizična ponašanja i korištenje i ostalih, ilegalnih sredstava ovisnosti .

Nakon pušenja i pijenja alkohola, iako pripada u ilegalne droge i podliježe zakonskim sankcijama, marihuana je u većini europskih zemalja, pa tako i u Hrvatskoj, najraširenije sredstvo koje može uzrokovati ovisnost među mladima. Rasprave u javnosti koje su se vodile i još se vode o marihuani prilično su zbudjujuće za mlade ljude. S jedne strane promatra ju se kao ilegalno sredstvo koje može uzrokovati ovisnost i utrti put težim drogama, a s druge strane brojne estradne zvijezde i neki pripadnici javnog života javno priznaju korištenje marihuane i brane njenu neštetnost. Stavovi odraslih, roditelja i profesora također su nejasni, najvjerojatnije zbog nepoznavanja i neupućenosti. Ide se iz krajnosti u krajnost. Jedni su u paničnom strahu i vrlo su restriktivni, a drugi su opet previše ležerni i smatraju da se iz svega diže previše prašine, jer se nastoje «približiti stajalištima i razmišljanjima mladih» koji kao «o marihuani znaju više» i to iz osobnog, negativnog iskustva koje ne prepoznaju kao negativno, nego se s uzimanjem marihuane i hvale .

Često je i preslab utjecaj roditelja i drugih odraslih na stavove djece o marihuani, prevladava često utjecaj vršnjaka ili onih koji su malo stariji, ali još uvijek mladi, a uzimanje marihuane doživljava se kao iskorak prema odraslosti i vlastitoj zrelosti, uz jasno odvajanje od dosadnog svijeta odraslih.

Naravno da je važno odijeliti povremeno uzimanje sredstava ovisnosti, naročito marihuane od redovitog uzimanja tj. već stvorene ovisnosti.

Činjenica je međutim da sve počinje prvom cigaretom, prvom popijenom čašom alkohola i prvim popušanim jointom, dakle sve počinje eksperimentiranjem.

Oni koji drogu nude dolaze s porukom da je to bezopasno i da se navuku samo «kreteni» što naravno nitko ne misli za sebe i time si mnogi mladi ljudi, otvaraju put ka manje ili više redovitim uzimanju psihoaktivnih sredstava.

Puno bismo sada mogli govoriti o rizičnim čimbenicima za razvoj ovisnosti, ali je činjenica da se ovisnost bez eksperimentiranja i kušanja sredstava ovisnosti sigurno neće dogoditi, a svako uzimanje povećava šansu ovisničkog ponašanja.

Kroz naš projekt se pokazalo da situacija u manjim sredinama nije ništa puno bolja od hrvatskog prosjeka.

Ovo sve su samo brojke koje često volimo prikazivati jer njima želimo upozoriti javnost na veličinu problema .

Iza brojki kriju se sudbine mladih, njihovih obitelji, brojne osobne drame i drame cijelih obitelji kad izađe na vidjelo da dijete učestalije eksperimentira ili je već postalo ovisno o nekom psihoaktivnom sredstvu. U razmatranju nastanka i razvoja ovisničkog ponašanja mlado biće treba promatrati u njegovom prirodnom društvenom okruženju uvažavajući utjecaj obitelji, škole, vršnjačkih skupina, bavljenja sportom i drugim aktivnostima, večernjih izlazaka, a pri tome ne robujući stereotipnim vjerovanjima koja često nisu točna.

PREVENTIVNE AKTIVNOSTI MORAJU BITI USMJERENE KA OSOBI, A NE KA SREDSTVU.

Preventivne mjere treba provoditi strpljivo i kontinuirano, važno je poticati izgradnju samopouzdanja, samopoštovanja i prihvaćenosti u društvu, što će već samo po sebi reducirati delikventna i druga rizična ponašanja koja mogu voditi u ovisnost.

Važno je mlade aktivno uključiti u rješavanje ovog problema, a da bi mogli biti aktivno uključeni, moraju biti dobro educirani i informirani o problemu jer se svakodnevno iz svijeta narkomiljea šalju netočne, ali mladima primamljive poruke o tome da droga nije štetna.

Informacije i stavovi vršnjaka imaju znatan utjecaj na formiranje stavova i ponašanje mladih. Budući, kao što je već prije bilo rečeno, mladi dobivaju zbudjujuće i često netočne informacije o svim oblicima ovisnosti, namjera nam je ovakvim programom pomoći njima kao i njihovim roditeljima i profesorima u stjecanju točnih informacija i u pronalaženju novih načina informiranja.

Poznato je da adolescenti najbolje komuniciraju sa svojim vršnjacima. Posebnost ovog programa je u tome što mladi ljudi informiraju i poučavaju svoje vršnjake.

Takvi programi poznati su u svijetu kao štedljiva strategija širenja zdravstvenih informacija, a temelje se na fleksibilnosti u suočavanju s različitim potrebama mladeži te su ovakvi programi često utemeljeni u zdravstvenim i školskim ustanovama .

Edukacija vršnjaka pokazala se kao vrlo učinkovita strategija u informiranju adolescenata o zdravom ponašanju.

U edukaciji je važno fokusirati se na ŠTETNO DJELOVANJE PSIHOAKTIVNIH SREDSTAVA i moguće zakonske i pravne posljedice eksperimentiranja, te u edukaciju uključiti stručnjake različitih profila.

Rad sa starijima bazirao se na dobroj edukaciji roditelja i profesora, odvijanjem predavanja ali i radionica u koje su uključeni i učenici, a s ciljem da svi dobiju prave informacije o problemu i da se pomogne u razvijanju odgovornosti, radnih navika i disciplina te etičkih vrijednosti.

Obzirom da svi pokazatelji govore o trendu porasta svih vrsta ovisničkih ponašanja, mišljenja smo da je potreban zaokret u pristupu i jedan novi, moderniji pristup rješavanju problema u kojem će mladi aktivno sudjelovati.

Mladi edukatori naučili su razviti interaktivan odnos sa svojim slušačima, bilo da se radi o njihovim vršnjacima učenicima, roditeljima ili profesorima .

Do sada nam je bilo dobro poznato da mladi najradije i najviše slušaju mlade, a provedbom ovog programa uvjerali smo se da postoje teme o kojima i roditelji i profesori rado slušaju i dobivaju informacije od mladih .

Pravilnim informiranjem o štetnom djelovanju svih sredstava ovisnosti naši edukatori sigurno nisu pobudili znatiželju mladih da droge probaju, nego upravo suprotno, jednostavnim jezikom kojega mladi koriste ukazali su im na to da jedan trenutak zadovoljavanja znatiželje sigurno nije vrijedan svih muka koje proživljava mlada osoba koja postane ovisnik .

Roditeljima, profesorima i drugim odraslima koji su ih slušali također su dali dragocjene informacije o pravovremenom prepoznavanju korištenja sredstava ovisnosti kod svoje djece, kao i o stvarnom štetnom djelovanju, kako bi imali prave argumente u raspravi sa svojom djecom na tu temu .

Nakon završene škole edukatori mladi su ravnopravno sa stručnjacima koji se bave ovim područjem izašli i na javnu tribinu za građanstvo Preloga i izazvali veliko zanimanje i zainteresiranost za ovakav način preventivnog djelovanja u svojoj sredini.

Kontakt: Diana Uvodić-Đurić, dr.med., specijalist školske medicine

Djelatnost školske medicine

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije

e-mail: diana.djuric-uvodic@zzjz-ck.hr