

Rozbici nastolatkowie

„Uzależnienie wpływa na zdrowie”
Agnieszka Słowik



Zażywanie alkoholu przez młodzież-skala zjawiska

- Inicjacja z alkoholem przypada na okres między **10 a 13 r.ż.**
- Co **czwarty** 11-letni chłopiec (25%) i co **siódma** 11-letnia dziewczynka (14%) ma za sobą pierwsze próby picia alkoholu
- Wraz z wiekiem grupa pijących nastolatków systematycznie rośnie
- Wśród młodzieży 13-letniej do sięgania po alkohol przyznaje się prawie **40%** chłopców i dziewcząt
- Sięganie po alkohol często łączy się z paleniem papierosów, używaniem narkotyków oraz leków

Alkohol a ryzykowne zachowania



- Pod wpływem alkoholu, **puszczają hamulce**, młody człowiek dopuszcza się zachowań, które na trzeźwo ma pod kontrolą
- Używanie alkoholu w młodym wieku, bardzo znacząco wpływa na podejmowanie **zachowań podwyższonego ryzyka** takich jak przestępstwa oraz zachowań agresywnych np. bójki
- Wiele młodych ludzi, podejmuje **przypadkowe kontakty seksualne** lub pada ofiarą nadużyć i przestępstw na tle seksualnym
- Wzrasta poczucie pewności siebie, które sprzyja zachowaniom będącym kłopotliwymi i nieprzyjemnymi dla otoczenia

Picie alkoholu jest więc odpowiedzią na...

potrzeby wynikające z okresu dorastania

- potrzebę zaspokojenia **ciekawości**
- potrzebę **integracji** ze środowiskiem rówieśniczym
- potrzebę podejmowania ryzykownych zachowań i **sprawdzenia własnych możliwości**
- jest wyrazem buntu i sprzeciwu wobec **świata dorosłych**/ zasad, zakazów itp.

Wobec powyższego

Umiejętność zaspakajania potrzeb w okresie dorastania w konstruktywny sposób jest ważnym czynnikiem chroniącym przed podejmowaniem zachowań ryzykownych.

To właśnie **dorośli** pełnią podstawową rolę w kształtowaniu i doskonaleniu tej umiejętności u młodych ludzi.



Najważniejsze czynniki chroniące to;

1. **Konstruktywne** środowisko rówieśnicze, zgodnie z zasadą „kto z kim przystaje, takim się staje”
2. **Postawy** rodziców/**dorosłych** wobec picia alkoholu i zażywania narkotyków przez nastolatka
3. Indywidualne **kompetencje** i **umiejętności** psychologiczne i społeczne takie jak: odmawianie (łagodnie, stanowczo, bez lęku), umiejętność radzenia sobie z presją rówieśniczą, nawiązywania relacji z rówieśnikami
4. Wzorce używania alkoholu w **środowisku rodzinnym**

Czy zakazany owoc lepiej smakuje... ?

NIE

Badania wskazują jednoznacznie, że w domach, w których istnieje zakaz spożywania alkoholu przez osoby nieletnie, dzieci używają alkoholu **czterokrotnie mniej**, niż rówieśnicy, w których domach przyzwala się na picie.



To co z tymi zasadami w domu...

- Wprowadź zasady we **wczesnym okresie życia** dziecka / 7-10 lat/, zanim nie podjęło prób picia
- Wprowadzając zasady dotyczące picia kieruj się **miłością, szacunkiem i troską** o dziecko, ale także **obowiązkiem kontroli** nad ryzykownymi zachowaniami dziecka. Ponieważ to ty odpowiadasz za jego bezpieczeństwo. **MIŁOŚĆ i GRANICE.**

*„Zbyt dużo dajemy dzieciom tego, czego chcą a zbyt mało tego czego potrzebują”
Młodzi ludzie potrzebują tyle samo miłości i akceptacji jak i wyznaczania granicy między tym co dobre a złe.*
- Wprowadzając zasady w życie domu, zobacz jaki jest twój stosunek do alkoholu i jakie **wzorce picia** dajesz dziecku

Wprowadzając zasadę w życie rodziny nie
zapomnij powiedzieć ...



- **Kochamy cię** a twoje zdrowie i bezpieczeństwo są dla nas najważniejsze
- **Nie akceptuję** picia alkoholu przez osoby nieletnie
- W **naszym domu** dzieci nie spożywają alkoholu
- „Wiemy, jak trudno jest odmawiać znajomym, jeśli będziesz potrzebował naszego wsparcia lub pomocy to **możesz na nas liczyć**”

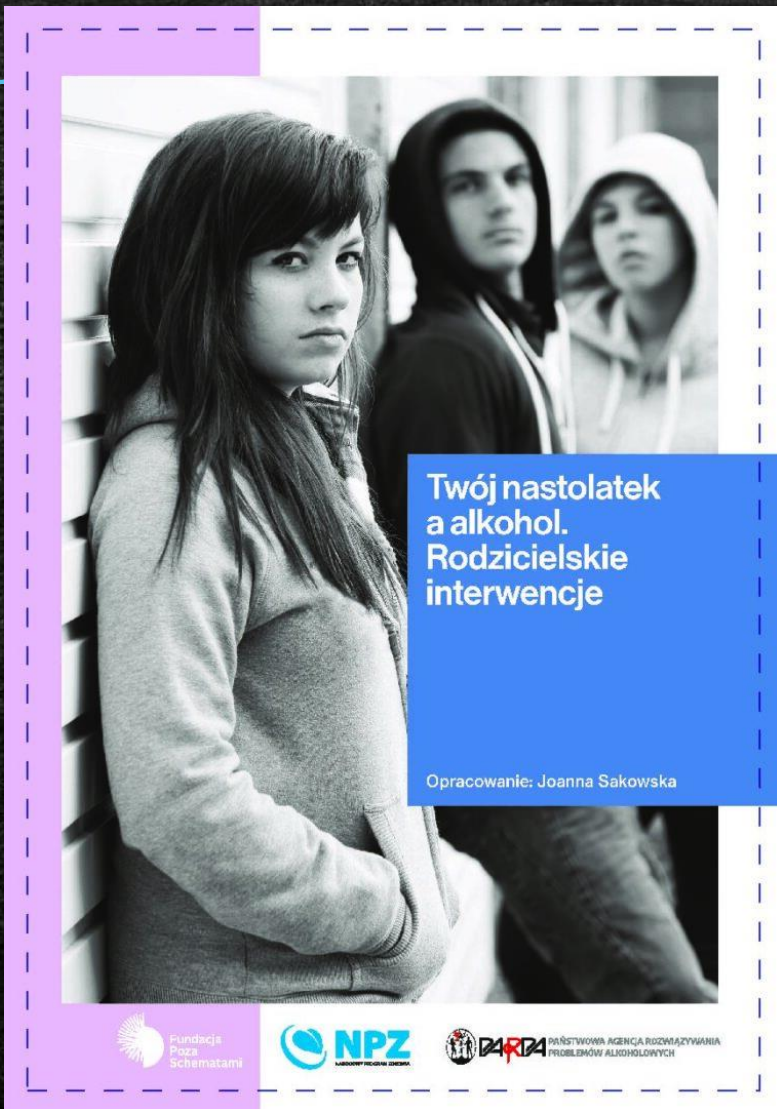
Jak wprowadzić zasady dotyczące picia alkoholu ???



- <https://kcpu.gov.pl/profilaktyka-i-edukacja/publikacje-i-edukacja-publiczna/dorosli>



Jak interweniować, gdy dziecko zaczęło pić alkohol ???



<https://kcpu.gov.pl/profilaktyka-i-edukacja/publikacje-i-edukacja-publiczna/dorosli>

Dziękuję za uwagę

Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



Urząd Marszałkowski
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu

Partnerem wydarzenia jest
Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



2023 rokiem
Mikołaja Kopernika
w województwie kujawsko-pomorskim