

## NEČAKAJTE NEMOŽNÉ

V minulosti prevažoval postoj, podľa ktorého malo platiť, že skúsenosť s nejakou drogou mala zákonite viesť k užívaniu ostatných drog. Napríklad marihuana mala byť akousi vstupnou bránou k pervitínu či heroínu. Akoby existovala hranica, ktorú keď raz prekročíte, je to všetko alebo nič. Dnes už vieme, že tomuto postoju veda nepraje, a že experimentovanie s cigaretami či marihuanou nemusí skončiť pichaním si heroínu a životom na ulici. Nie je preto dôvod tým mladých strašiť, a tiež očakávať úplnú absenciu skúsenosti s niektorými látkami. Nevravíme, že drogy ako alkohol či nikotín, sú v poriadku, je ale nereálne čakať, že aspoň nejaká skúsenosť s nimi je u mladých výnimočnou.

## NEKRITIZUJTE / VYSVETĽUJTE

Namiesto pohoršovania sa nad tým, aká je dnešná mládež, sa radšej zamerajte na to, ako im s pokojom a objektívne môžete podať pravdivé informácie o drogách. Kritika ich od prijatia zaujímavých informácií, vďaka ktorým sa môžu vzdelávať, akurát tak odradí.

Tento projekt sa realizuje  
vďaka podpore  
z Európskeho sociálneho fondu  
a Európskeho fondu  
regionálneho rozvoja  
v rámci Operačného programu  
Ľudské zdroje.

[www.primaoz.sk](http://www.primaoz.sk)  
[www.employment.gov.sk](http://www.employment.gov.sk)



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE



EURÓPSKA ÚNIA  
Európsky sociálny fond  
Európsky fond regionálneho rozvoja

### ZDROJE

Babor, T. F., Caulkins, J., Fischer, B., Foxcroft, D., Medina-Mora, M. E., Obot, I., Rehm, J., Reuter, P., Room, R., Rossow, I., & Strang, J. (2019). Drug Policy and the Public Good: A summary of the second edition. *Addiction*, 114(11), 1941–1950.  
<https://doi.org/10.1111/add.14734>

Carver, H., Elliott, L., Kennedy, C., & Hanley, J. (2017). Parent–child connectedness and communication in relation to alcohol, tobacco and drug use in adolescence: An integrative review of the literature. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 24(2), 119–133.  
<https://doi.org/10.1080/09687637.2016.1221060>

Cintulová, L. L., Budayová, Z., & Bredová, S. (n.d.). SOCIÁLNA PREVENIA A PRÍPRAVA SOCIÁLNYCH PRACOVNÍKOV V OBLASTI PREVENIE. 250.

Durrah Athirah Walid, A. J. J. (2021). A Review of Drug Prevention Program: Implementation in Several Countries.  
<https://doi.org/10.5281/ZENODO.5446285>

a 24 rokov skúseností

# Ako sa so žiakmi rozprávať o drogách?

Rady pre pedagógov

Vydalo Občianske združenie Prima 2022

**PRIMA**

 [zdruzenie.prima.ba@gmail.com](mailto:zdruzenie.prima.ba@gmail.com)

 Občianske združenie PRIMA

 [prima\\_oz](https://www.instagram.com/prima_oz)

## NEPOUČUJTE / DISKUTUJTE

Rozhovorom, v ktorom žiak/žiačka necíti, že ste si rovní, znižujete pravdepodobnosť, že si z neho odnesie zmysluplné závery. Oveľa efektívnejšie je, ak druhá strana vidí, že sa nepotrebuje so svojimi skúsenosťami a vedomosťami stavať do superiórnej a direktívnej pozície a poskytnete jej priestor na vyjadrenie názoru, nesúhlasu, zvedavosti a otázok ohľadom tejto témy.

## VZDELÁVAJTE SA

Ak chcete diskutovať, mali by ste sa vzdelávať. Aká je vaša istota ohľadom témy závislostí a užívania drog? Je v poriadku niečo nevedieť. Možno toho niekedy vedieť aj menej ako žiaci. Ak prinesú tému, v ktorej ste sa doposiaľ nevyznali, priznajte, že si v nej nie ste istý a dovzdelajte sa o nej. Žiaci to ocenia. Keď hovoríme o drogách, diskusia môže siahať aj k nelátkovým závislostiam, či súvisieť s rôznymi novinkami ako sú elektronické cigarety či výrobky s nahrievaným tabakom. Nemôžeme byť predsa všetci odborníkmi na všetko.

## NETABUIZUJTE

Jediné tabu by malo byť tabu. O drogách sa predsa nedá porozprávať s niekým, kto sa nerozpráva o drogách. Naopak...

## VYTVORTE TAKÉ PROSTREDIE,

v ktorom je samozrejmosťou, že sa vám žiaci môžu s čímkoľvek zdôveriť. Takéto prostredie by malo byť akceptujúce, nesúdiace a otvorené rôznym témam. Nemalo by byť plné strachu a neistoty ohľadom vašej reakcie na snahu o rozhovor či na fakty, s ktorými sa vám žiak/žiačka prizná.

## ZISTITE DÔVOD

Ak sa vám niektorý zo žiakov zdôverí, že experimentoval s drogami, prípadne sa vám prizná, že je pravidelnejším užívateľom návykových látok, jedna z cenných informácií, ktoré by ste mali zistiť, je dôvod pre takéto správanie. Ak vás zaujíma dôvod, je to prejav aktívneho a úprimného záujmu o celú osobnosť žiaka/žiačky. Vyjadrujete tým postoj, ktorý nie je voči jeho správaniu automaticky odcudzujúci a záujem o jeho pohľad na danú situáciu. Užil drogy raz pod nátlakom rovesníkov? Prechádza si ťažkým obdobím? Čo sa môže diať doma? Zaujímajú sa o neho rodičia?

## BUDUJTE SO ŽIAKMI VZŤAH

Budujte so žiakmi **dlhodobu kvalitné vzťahy**, v ktorých prevažuje dôvera, istota a otvorenosť. Takto kvalitný vzťah je zárukou pevných základov. Odpúšťa drobné pochybenia z vašej strany, o ktorých v tej chvíli máte pocit, že sú dôležité. Napríklad vaša neistota v téme drogy, či strach z tejto témy. Ak máte kvalitný vzťah, toto všetko sa odpúšťa, a prirodzene to vedie k napĺňaniu ostatných bodov.

## KVALITA NAD KVANTITOU

Radšej absolvujte so žiakmi menej kvalitných a hlbokých rozhovorov, než desiatky odfláknutých. Kvalitný rozhovor sa blíži tu opísaným zásadám. A pamätajte, cení sa viac úprimná snaha o kvalitu vzťahu a rozhovorov, než dokonalosť.

## BUĎTE PRÍKLADOM

Je otázne, či pri snahe znížiť užívanie návykových látok u mladých pomôže zdieľanie svojich vlastných skúseností z mladosti. Nechcené správanie tým môžete znormlizovať, čo môže mať opačný efekt. Zdieľanie vlastných zážitkov ale nemusí mať vždy negatívny vplyv, treba však zvážiť spôsob a mieru. Najlepšie čo ale môžete urobiť je byť príkladom.