

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.

PRIMA

Vydalo Občianske združenie Prima 2022



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 PREVENČIA A PRÍPRAVA SOCIÁLNYCH PRACOVNÍKOV V OBLASTI PREVENČIE. 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

 zdruzenie.prima.ba@gmail.com

 Občianske združenie PRIMA

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

Ako sa so žiakmi rozprávať o drogách?

Rady pre pedagógov

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 nepotrebujete 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.