

Dopalacze są wśród uczniów. Wiedza o dopalaczach pomaga zabezpieczyć młode osoby przed pułapką jaką jest ich używanie.

Dlaczego ludzie biorą dopalacze?

- ☐ Ciekawość
- ☐ Moda
- ☐ Eksperymentowanie
- ☐ Ryzyko
- ☐ Duże zapotrzebowanie na stymulację
- ☐ Zasada szybkiej przyjemności
- ☐ Możliwość kontaktów, wymiany informacji, doświadczeń np. w Internecie
- ☐ Nie potrafią radzić sobie z przeżywanymi uczuciami, przeżyciami
- ☐ Brakuje im ciepła emocjonalnego ze strony rodziców
- ☐ Czują się nieszczęśliwi
- ☐ Dla pokonania smutków
- ☐ Brakuje im wiary we własne siły
- ☐ Nie umieją radzić sobie ze stresem

Eksperymentowanie, używanie ryzykowne, używanie szkodliwe, uzależnienie

- ☐ Eksperymentowanie – „sprawdzenie, jak to jest”, wynika zazwyczaj z ciekawości, która kieruje ludzi w stronę nowych, czasem zakazanych doświadczeń.
- ☐ Używanie ryzykowne – nadmierne używanie substancji psychoaktywnej, które nie powoduje jeszcze co prawda szkód somatycznych czy psychicznych w życiu człowieka, jednak znacznie zwiększa ryzyko ich powstania. Zdarza się, że człowiek używa substancji w niewłaściwych okolicznościach, np. w pracy, w szkole, podczas przyjmowania leków.
- ☐ Używanie szkodliwe – w różnych obszarach życia osoby używającej zaczynają się pojawiać straty wynikające z picia/brania. Najczęściej na tym etapie kontaktów z substancją, osoba używająca zaczyna tracić kontrolę używania.

Co sprzyja uzależnieniom?

Czynniki psychologiczne – osobowościowe

- ☐ Mała samowiedza i zaniżona samoocena
- ☐ Brak poczucia celu i sensu życia
- ☐ Brak zainteresowań
- ☐ Brak poczucia odrębności własnego „ja”, nieumiejętność stawiania granic

Czynniki psychologiczne –emocjonalne

- ☐ Problemy w rozpoznawaniu, nazywaniu emocji
- ☐ Brak umiejętności radzenia sobie z niektórymi emocjami
- ☐ Niezdrowe przekazy i przekonania na temat emocji
- ☐ Niezgoda na przeżywanie (szczególnie nieprzyjemnych) emocji.

Czynniki społeczne i kulturowe

- ☐ Sytuacja materialna, socjalna (ubóstwo, bezrobocie, wyuczona bezradność)
- ☐ Katastrofy, kryzysy
- ☐ Oddziaływanie grupy rówieśniczej
- ☐ Konsumpcyjna kultura życia – „rano pobudzacz – wieczorem uspokajacz”
- ☐ Bliższe i dalsze otoczenie społeczne.

Czynniki rodzinne

- ❑ Przekazy rodzinne wyrażające stosunek do substancji psychoaktywnych, modele zachowań w rodzinie
- ❑ Naruszanie granic w rodzinie, destrukcyjne więzi emocjonalne
- ❑ Kryzysy (wydarzenia) lub procesy (dysfunkcje) w funkcjonowaniu rodziny.

Co wiemy o działaniu dopalaczy?

- ❑ Jedna porcja „zabezpiecza” kilku biorców
- ❑ Bardzo szybkie działanie (często już po sekundach)
- ❑ Działanie krótsze niż narkotyku ale bardzo intensywne z gwałtownie następującymi po sobie zmianami zachowań
- ❑ Nieznany skład – poszczególne substancje wywołują często odmienne stany (radość połączona z agresją; halucynacja ze strachem)
- ❑ Całkowita utrata kontroli zachowania i brak zdolności oceny sytuacji zewnętrznej
- ❑ Silne pobudzenie ośrodkowego układu nerwowego
- ❑ Możliwość wystąpienia gwałtownych reakcji fizycznych

Co wiemy o używaniu dopalaczy?

- ❑ Zdecydowaną większość przyjmujących dopalacze stanowią chłopcy
- ❑ Środki te są częściej przyjmowane grupowo (2-5 osób)
- ❑ Używanie jako element sobotnio-niedzielnej rekreacji
- ❑ Internet jako forum wymiany wiedzy na temat dopalaczy, zwłaszcza sposobów ich używania

Co wiemy o użytkownikach dopalaczy?

- ❑ Użytkownicy dopalaczy o braniu wyrażają się w sposób otwarty, bezkrytycznie. Wpływają na to liczne mity dotyczące dopalaczy - sprawiają wrażenie osób kpiących, szydzących. Czują się bezkarni. Bardzo często używają argumentu o braku metod testowych na wykrycie substancji zawartej w dopalaczach w płynach ustrojowych. Może to rodzić bezsilność rodziców, wychowawców, specjalistów.
- ❑ Użytkownicy dopalaczy w zaawansowanej fazie używania informują o „byciu skazanym” na braniu dopalaczy, nie widzą szans na zaprzestanie brania - informują o wrażeniu popadania w obłąd.
- ❑ Użytkownicy dopalaczy, w odróżnieniu od użytkowników narkotyków/alkoholu, przyjmują środek nie po to, by regulować za jego pomocą uczucia, lecz po to, by przeżywać nienaturalne stany psychiczne (halucynacje, omamy, urojenia).