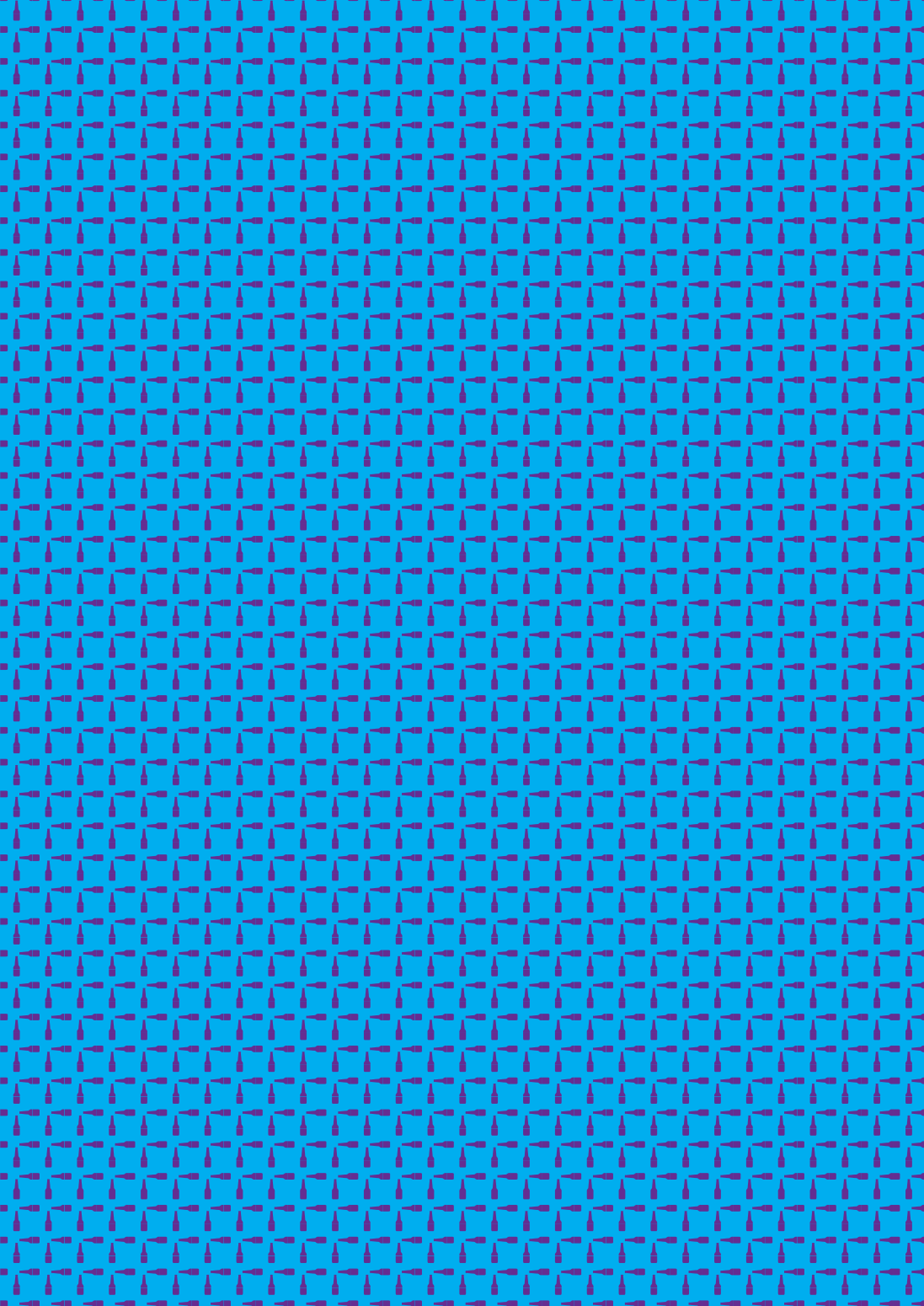




NAUCZYCIELU, NAUCZYCIELKO, ZAŻYJCIE DAWKĘ WIEDZY

Profilaktyka używania
substancji psychoaktywnych



NAUCZYCIELU, NAUCZYCIELKO, ZAŻYJCIE DAWKĘ WIEDZY

Profilaktyka używania
substancji psychoaktywnych

Autorzy:

Marcin Chałupka, Justyna Drath

Współpraca merytoryczna:

Magdalena Dąbkowska, Aleksandra Denst-Sadura, Karolina Karwowska, Agnieszka Sieniawska

Redakcja:

Marta Konarzewska

Opracowanie graficzne i skład:

Anna Pluta

Druk:

www.opolgraf.com.pl



Warszawa 2014

ISBN: 978-83-6385-594-9

Copyright © 2014 Stowarzyszenie
im. Stanisława Brzozowskiego

Wydawca:

krytyka
polityczna

www.narkopolityka.pl

Stowarzyszenie im. Stanisława
Brzozowskiego
ul. Foksal 16, II p.
00-372 Warszawa
redakcja@krytykapolityczna.pl,
narkopolityka@krytykapolityczna.pl

Partner:

Polska Sieć Polityki Narkotykowej

POLSKA SIEĆ
POLITYKI
NARKOTYKOWEJ

Publikacja ukazała się przy
wspieraniu Open Society
Foundations w ramach programu
Global Drug Policy.



OPEN SOCIETY
FOUNDATIONS

Global Drug Policy program

Publikacja jest dostępna do pobrania w formacie PDF ze strony internetowej www.narkopolityka.pl na podstawie licencji Creative Commons, która zezwala na jej kopiowanie i rozpowszechnianie w całości, przy wskazaniu jako jej wydawcy serwisu Narkopolityka prowadzonego przez Krytykę Polityczną / Stowarzyszenie im. Stanisława Brzozowskiego oraz wykorzystaniu wyłącznie do celów niekomercyjnych, edukacyjnych oraz działań z dziedziny polityki społecznej i zdrowotnej.

Publikacja nie jest przeznaczona do sprzedaży.

SPIS TREŚCI

I. CO TRZEBA WIEDZIEĆ O NARKOTYKACH W SZKOLE I NIE TYLKO?	9
II. CO TO JEST „POLITYKA NARKOTYKOWA”?	13
III. FAKTY I MITY	23
IV. CO MOŻESZ ZROBIĆ? CZYLI JAK ROZMAWIAĆ O SUBSTANCJACH PSYCHOAKTYWNYCH	35
V. JEŚLI PODEJRZEWASZ, ŻE UCZEŃ CZY UCZENNICA MA PROBLEM	39
VI. REGULACJE PRAWNE	43
VII. SŁOWNICZEK SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH	51
VIII. WAŻNE ADRESY	56

OD AUTORÓW I AUTOREK

Świadomość dotycząca obecności narkotyków w szkołach jest w naszej ocenie wciąż niepokojąco niska. Tymczasem rośnie skala narkotykowych problemów, rosną także oczekiwania wobec kadry pedagogicznej, wystarczająco już przecież przeciążonej pracą i odpowiedzialnością za uczennice i uczniów. Prace na polu profilaktyki należy rozpocząć od podstaw. Dlatego decydujemy się opowiedzieć o narkotykowych kwestiach w szerszym, także globalnym kontekście, ujmując zagadnienie z różnorodnych perspektyw: prawnej, zdrowotnej, społecznej i prewencyjnej. Informator, który trzymacie w rękach jest inny niż te, z którymi mieliście do czynienia do tej pory. Oprócz sugestii konkretnych działań profilaktycznych czy wskazówek, jak postępować, spróbuje odpowiedzieć na część teoretycznych pytań i rozwiązać wątpliwości. Nasz materiał może być początkiem poszukiwań w gąszczu przepisów i specjalistycznych informacji. Dlatego odsyła też do źródeł, z pomocą których można pogłębić jedynie zarysowaną tu wiedzę.

Może być to początek wspólnej drogi do wypracowania w przyszłości nowego podejścia do profilaktyki w szkołach – tak, aby była ona skuteczniejsza, lepsza, bardziej praktyczna. Dlatego liczymy na Wasz odzew – nie mamy co liczyć na stworzenie nowej, mądrej strategii postępowania z problemami narkotykowymi wśród młodzieży bez pomocy i współpracy tych, którzy i które pracują z nią na co dzień. Nasz długofalowy cel zakłada, że zespół złożony z różnorodnych specjalistów i specjalistek doprowadzi do powstania w Polsce kompleksowego, spójnego i stosowanego programu rzetelnej profilaktyki narkotykowej, czyli takiej, która uczciwie przekazuje uczniom i uczennicom informacje o skutkach działania substancji psychoaktywnych i ich wpływie na organizm i efektywnie odwołuje młodzież od podejmowania prób ich używania.

**NAUCZYCIELU, NAUCZYCIELKO,
JAK ZAREAGUJESZ NA NASTĘPUJĄCE
„KONTROWERSJE” GŁOSZONE NA LEKCJI
PRZEZ UCZNIÓW I UCZENNICE?
ZMIENISZ TEMAT?
A MOŻE DASZ SIĘ WCIĄGNĄĆ W DYSKUSJĘ?
CO ODPOWIESZ?**

NARKOTYKI POMAGAJĄ ARTYSTOM

NARKOTYKI SĄ ŁATWO DOSTĘPNE

MARIHUANA NIE SZKODZI I NIE UZALEŻNIA

JAK WEZMĘ RAZ TO NIC SIĘ NIE STANIE

UZALEŻNIAJĄ SIĘ TYLKO SŁABI

UZALEŻNIONA MUSI BRAĆ NARKOTYKI CODZIENNIE

MARIHUANA TO NIE NARKOTYK

NIKT NIE UMARŁ OD PALENIA

JAK KTOŚ MA SILNĄ WOLĘ, TO SIĘ NIE UZALEŻNI

NARKOTYKI DZIELI SIĘ NA MIĘKKIE I TWARDE

JOINT JEST ZDROWSZY NIŻ PAPIEROS

PIERWSZY RAZ NIE UZALEŻNIA

OD KOKAINY ODPADA W KOŃCU NOS

AMFETAMINA POMAGA W NAUCE

JEDNA KRESKA I JUŻ PO TOBIE

WSZYSCY PALĄ!

MARIHUANA JEST NIESZKODLIWA

NARKOMAN MOŻE WYLECZYĆ SIĘ SAM, WYSTARCZY SILNA WOLA

MARIHUANA JEST PÓŁLEGALNA

MAŁŻEŃSTWO CHRONI PRZED NAŁOGIEM

KETAMINA TO NARKOZA DLA KONI

LEPIEJ JEST ZAPALIĆ, NIŻ WYPIĆ

ZAPALIĆ OD CZASU DO CZASU, TO NIC TAKIEGO

MĘŻCZYŹNI CZĘŚCIEJ BIORĄ NARKOTYKI

Cytaty są autentyczne i pochodzą ze spotkania profilaktycznego z młodzieżą w warszawskim gimnazjum.

I.

CO TRZEBA

WIEDZIEĆ

O NARKOTYKACH

W SZKOLE

I NIE TYLKO?

Zapoznaj się z tą broszurą. Została przygotowana, by pomóc Ci odpowiedzialnie zmierzyć się z problemem narkotyków w codziennych kontaktach z uczennicami i uczniami. Może jesteś wychowawczynią, a może dyrektorem, który chce pogłębić swoją wiedzę. Może już kiedyś zetknąłeś się z tym tematem, ale on Cię nieco przeraża. Może wydaje Ci się, że nie wszystko związane z substancjami psychoaktywnymi jest dla Ciebie jasne.

Jedno jest pewne – pracujesz z młodymi ludźmi i stykasz się z ich problemami. Dzielisz więc współodpowiedzialność za to, co się z nimi dzieje, obserwujesz ich wybory i zmaganie z trudnymi problemami dorastania. Twoja obecność liczy się nie tylko w kontekście egzekwowania odpowiednich zachowań i stawiania wymagań, ale także jest wsparciem w trudnych chwilach.

Rola nauczyciela

To właśnie Ty, z racji tego, jak dużo czasu poświęcasz na kontakt i zrozumienie nastolatków i nastolatek, możesz stać się dla którejś z nich ważnym głosem doradczym, a nawet ratunkiem. To nie jest proste. Uświadom sobie jednak, że zamykanie oczu na problem narkotyków nie sprawi, że znikną one ze świata. My, jako dorośli, powinniśmy wiedzieć o substancjach psychoaktywnych i strategiach postępowania wobec nich jak najwięcej. Bo to od nas może zależeć samopoczucie i zdrowie eksperymentującej z nimi młodzieży. Czasem nawet życie naszych podopiecznych.

Z drugiej strony, z wieloma dylematami często musisz mierzyć się w samotności. Nie zawsze możesz liczyć na zrozumienie w pokoju nauczycielskim, przedyskutować z innymi pojawiających się wątpliwości, czujesz, że brakuje ci wsparcia w rozwiązywaniu bieżących problemów. Zdajesz sobie sprawę, że trzeba działać w obliczu trudności takich jak przemoc czy używki – tego oczekują od Ciebie wszyscy. Tymczasem nie zawsze wiesz, jak się z tym zmierzyć.

Nasz poradnik pomoże Ci uporządkować wiedzę pod kątem podejścia do fenomenu legalnych i nielegalnych substancji

psychoaktywnych, do polskiego prawa i do Twojej własnej roli w systemie profilaktyki zażywania substancji psychoaktywnych przez młode osoby. Pomoże Ci także uporządkować fakty dotyczące tych substancji. W broszurze znajdziesz kilka ważnych definicji i pojęć, niezbędnych, aby zrozumieć zjawisko i konstruować właściwe działania w codziennej pracy z młodzieżą.

Może nawet kiedyś postawiono Cię już w sytuacji, w której trzeba zareagować na zaczepki z początku broszury, ale nie bardzo czujesz się na siłach, aby prowadzić takie rozmowy. Może chcesz o tym rozmawiać z klasą na godzinach wychowawczych, ale porzucasz ten pomysł. Zarzucasz sobie brak kompetencji w tym obszarze tematycznym i odwagi do podejmowania dyskusji na odpowiednim i rzeczowym poziomie. Problem w tym, że wiele się mówi o nauczycielskiej odpowiedzialności za wychowanie młodych ludzi, ale profesjonalnych porad i szkoleń przeznaczonych dla kadry nauczycielskiej prowadzi się niewiele. Nie tylko takich z narkotykowej prewencji, ale jakichkolwiek, które dałyby pożyteczną psychologiczną wiedzę... Zdajemy sobie zatem sprawę, że jedną niewielką broszurą pewnie nie naprawimy tej luki, ale pozwolimy nabyć podstawowe kompetencje i podstawy wiedzy, które pozwolą Ci poczuć się pewniej. Jednocześnie liczymy na to, że zechcesz podjąć ten wysiłek. Twoja rola jest niezwykle ważna. Młodzi ludzie spędzają z Tobą ogromną ilość czasu, a Ty masz o nich ogromną wiedzę. Często, mimo prowokacji czy pozornego lekceważenia, skrywają oni potrzebę posiadania w Tobie oparcia i autorytetu. Pamiętaj o tym.

~~~~~  
Justyna Drath, nauczycielka języka polskiego  
w krakowskim liceum

*Okres dojrzewania nie jest biernym oczekiwaniem na dorosłość. W tej fazie życia młode osoby są bardzo aktywne, eksperymentują z zachowaniami, poszukują nowych ról, nabywają doświadczeń. Stają się ludźmi o nowych prawach i obowiązkach, mającymi nowe potrzeby i oczekiwania. Okres dojrzewania wprowadza młodych ludzi w życie dorosłe, które charakteryzuje się czasem również używaniem niektórych legalnych i nielegalnych środków psychoaktywnych. Ważne jest zatem podjęcie wysiłków w celu zapobiegnięcia lub odsunięcia w czasie tych kroków, a także pomoc nastolatkom w przygotowaniu do odnajdywania się w nowych sytuacjach społecznych.*

*Dzieci, które walczą z przeciwnościami życiowymi, nie mogą osiągnąć odporności same. Potrzebują opieki i wsparcia ze strony dorosłych. Badania wskazują, że kluczową rolę w budowaniu odporności oprócz rodziców i opiekunów prawnych odgrywają nauczycielki i nauczyciele na każdym etapie kształcenia. Stąd wielkie wyzwanie dla pedagogów i pedagożek w tworzeniu wymagań adekwatnych do poziomu ich wychowanek i wychowanków, dawaniu pozytywnych informacji zwrotnych i odnajdywaniu się w roli powiernika czy powierniczki, aby budować motywację młodych, wzmacniając ich poczucie bezpieczeństwa.*

---

Karolina Karwowska, Komenda Stołeczna Policji

# II.

**CO TO JEST**

**„POLITYKA**

**NARKOTYKOWA”?**

W naszym informatorze będziemy używać określenia **POLITYKA NARKOTYKOWA**. To nie tylko samo prawo, które reguluje rodzaj lub ilość dozwolonych substancji, wiek, w którym ich użycie jest dopuszczalne, czy regulaminy szkolne. To także szereg strategii i działań, które wykraczają poza fantazję o istnieniu idealnego świata, w którym nie ma narkotyków, albo w którym działają tylko kary i nagrody. Zawarte tu pragmatyczne podejście polega na redukowaniu negatywnego wpływu substancji psychoaktywnych na życie ludzi.

Obowiązujące Polskę prawo międzynarodowe w kwestii narkotyków jest oparte na trzech konwencjach, w tym na najważniejszej – *Jednolitej Konwencji ONZ o Środkach Odurzających* z 1961 roku (ang. *Single Convention*). Zawiera ona na przykład założenie, że w celu ograniczenia dostępu do narkotyków w ciągu 25 lat uprawa konopi indyjskich zniknie z powierzchni kuli ziemskiej. Ponad 50 lat po ogłoszeniu tego prawa światowi przywódcy już wiedzą, że te przestarzałe zapisy nie są skuteczne, a same działania antynarkotykowe zaszkodziły milionom ludzi na całym świecie. Dlatego w ciągu ostatniej dekady pojawiają się głosy, wśród terapeutów i międzynarodowych ekspertek, że **POLITYKA NARKOTYKOWA** musi być oparta na naukowych przesłankach, pragmatycznym podejściu i redukcji szkód.

## **Narkotyki w Polsce**

Polska **POLITYKA NARKOTYKOWA** w porównaniu do innych systemów prawnych jest bardzo restrykcyjna. W wyniku nowelizacji ustawy z 2000 roku surowo karze za posiadanie jakiegokolwiek ilości substancji psychoaktywnych, również na własny użytek. Oskarżonemu czy oskarżonej o ten czyn (jeśli jest osobą pełnoletnią) grozi kara nawet do 3 lat pozbawienia wolności. W 2011 roku wprowadzono w nowelizacji zapis o możliwości umorzenia przez prokuraturę postępowania, jeśli mamy do czynienia z osobą uzależnioną lub jeśli prokurator uzna karanie za niecelowe. **Według II Raportu Rzecznika Praw Osób Uzależnionych, społecznego monitora**



**prawnego prowadzonego przez Polską Sieć Polityki Narkotykowej, większość zatrzymanych stanowią mężczyźni w wieku 20-30 lat, a w drugiej kolejności – grupa nastolatków.** Czy prawo uderza w poważnych handlarzy, czy tylko w okazjonalnych użytkowników i użytkowniczki oraz osoby poważnie uzależnione? To pytanie jest poddawane nieustannie debacie publicznej. Prowadzone statystyki świadczą, że prokuratorzy i sędziowie już zaczynają stosować nowe instrumenty prawne w kwestii umorzeń postępowania. Ma to miejsce niestety wciąż bardzo rzadko. Ze statystyk Ministerstwa Sprawiedliwości wynika, że prokuratorzy umarzają średnio co 11 sprawę posiadania niewielkiej ilości narkotyku na własny użytek.

### **Nieletni i narkotyki według prawa**

Podstawowymi aktami prawnymi umożliwiającymi podejmowanie przez placówki oświaty działań profilaktycznych, interwencyjnych oraz edukacyjnych mających na celu zapobieganie narkomanii są: *Konstytucja RP, Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii, Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich, Kodeks Rodzinny i Opiekuńczy oraz Ustawa o systemie oświaty.* Jak głosi art. 72 *Konstytucji: Rzeczpospolita Polska zapewnia ochronę praw dziecka. Każdy ma prawo żądać od organów władzy publicznej ochrony dziecka przed przemocą, okrucieństwem, wyzyskiem i demoralizacją.* Natomiast *Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich* nakłada obywatelski obowiązek na każdego, kto stwierdzi istnienie okoliczności świadczących o demoralizacji osoby nieletniej. Społecznym obowiązkiem jest wtedy przede wszystkim zawiadomienie o tym rodziców lub opiekunów, szkoły, w ostateczności sądu rodzinnego, policji lub innego właściwego organu. *Przeciwdziałanie uzależnieniom według art. 2.1. Ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii* realizuje się przez odpowiednie kształtowanie polityki społecznej, gospodarczej, oświatowo-wychowawczej i zdrowotnej, a w szczególności poprzez działalność wychowawczą, edukacyjną, informacyjną i zapobiegawczą (np. wprowadzanie problematyki profilaktycznej do programów jednostek oświaty).

Szczegółowe kwestie związane z regulaminami i procedurami obowiązującymi kadrę nauczycielską znajdziesz w części prawnej pod koniec broszury.

W 2013 roku **Najwyższa Izba Kontroli opublikowała raport na temat profilaktyki narkotykowej prowadzonej w polskich instytucjach edukacyjnych**. Zaprezentowane dane były porażające. Martyna Dominiak, redaktorka serwisu [Narkopolityka.pl](http://Narkopolityka.pl) tak komentowała to wydarzenie:

*W dniu w którym Najwyższa Izba Kontroli opublikowała raport o przeciwdziałaniu narkomanii w szkołach, zostałam zaproszona do skomentowania sprawy w audycji radiowej. Ani ja, ani terapeuta z MONAR-u, ani dyrektorka szkoły nie byliśmy zdziwieni tym, że jedna trzecia uczniów i uczennic była świadkami zażywania narkotyków w szkole, a tyle samo nauczycieli i nauczycielek prowadzących lekcje profilaktyczne (najczęściej w postaci pogadarek na godzinie wychowawczej) nie miało żadnego przygotowania do tego typu zajęć. W co trzeciej przebadanej szkole wzywano policję do ucznia lub uczennicy, przy których znaleziono zakazaną substancję. (...)*

*Można powiedzieć – kolejny raport, który ukazuje rażące nieprawidłowości, złe funkcjonowanie publicznych instytucji, brak wiedzy i bałagan prawny. Wszyscy wiemy, że jest źle. (...) System edukacji jest odzwierciedleniem całego społeczeństwa. Zwykle wolimy udawać, że wszystko jest w porządku, a kiedy wybucha bomba (samobójstwo Stasia, dopalacze, dilerzy w szkołach) – zaczynamy straszyć, ganić i karać. Na co dzień hipokryzja, od święta panika moralna. I nie dotyczy to jedynie rodziców i kadry pedagogicznej Hipokryzja musi zniknąć przede wszystkim z Ministerstwa Edukacji Narodowej i Ministerstwa Sprawiedliwości. Muszą się zmienić regulaminy szkolne, a także prawo karne. Uczciwa profilaktyka musi być bardziej dostępna. Uczciwa, czyli taka, która jest oparta na zaufaniu.*

Cały raport dostępny na stronie: [www.nik.gov.pl](http://www.nik.gov.pl)

## Stop narkotykom

W naszej broszurze będziemy używać pojęcia: **SUBSTANCJA PSYCHOAKTYWNA**. Dlaczego nie prościej, tak jak zwykle się mówi: narkotyki? Dlatego, że kategoria „substancje psychoaktywne” jest szersza. Alkohol i niektóre leki używane do odurzania także są substancjami psychoaktywnymi. Stosowanie nazwy „narkotyki” automatycznie wyklucza mówienie o innych substancjach, legalnie dostępnych dla osób pełnoletnich, choć równie groźnych dla zdrowia i rozwoju młodych osób. **SUBSTANCJA PSYCHOAKTYWNA** to każda substancja, która działa na funkcje układu nerwowego powodując zmiany świadomości. Możemy je podzielić ze względu na pochodzenie (naturalne albo syntetyczne) oraz drogę ich przyjmowania (wziewne, doustne, dożylnie), ale także, według niektórych potocznych podziałów, ze względu na działanie (pobudzające lub odprężające). Ważne, by chronić dzieci i młodzież przed negatywnym wpływem substancji psychoaktywnych na ich zdrowie i sytuację życiową. Wszystkich substancji – od nikotyny, przez alkohol, po marihuanę itd. Bo w tym okresie ich rozwoju nie możemy wartościować, co jest mniej, a co bardziej groźne. Dzięki takiemu podejściu zyskujemy też ważny argument, że nie ma żadnej uprzywilejowanej grupy społecznej, która może pozwolić sobie na zażywanie pewnych substancji bez konsekwencji (czy to zdrowotnych, czy to społecznych albo prawnych). Powiedzenie, że na przykład artyści mogą więcej, nie jest prawdziwe. Otacza ich ta sama rzeczywistość, co pracownika na budowie czy profesora na uniwersytecie. Pomyśl o interesujących przykładach z kultury. O *Pod mocnym aniołem* Jerzego Pilcha, gdzie autor autobiograficznie opisuje nałóg alkoholowy, czy o przeszukaniu domu Kory Jackowskiej z powodu podejrzeń o posiadanie nielegalnych substancji psychoaktywnych. Pilch i Kora to artyści. Substancje psychoaktywne były obecne w kulturze od wielu tysiącleci, również w kulturze polskiej, często jednak jej twórcy godzili się na ponoszenie różnych negatywnych skutków ich zażywania na przykład w celu poszukiwania inspiracji lub zaspokojenia pewnych potrzeb emocjonalnych. (Zobacz też: Kamil Sipowicz, *[Encyklopedia polskiej psychodelii](#)*).



## Po pierwsze, nie szkodzić

**Redukcja szkód** (ang. *harm reduction*) to wszystkie działania, które zmierzają do tego, żeby zminimalizować szkody zażywania i nadużywania substancji psychoaktywnych. Chodzi o to, by zredukować negatywne konsekwencje i zagrożenia, które są dotkliwe nie tylko dla samego użytkownika czy osoby uzależnionej, ale też dla jego czy jej rodziny i ich bliskiego otoczenia.

Taka strategia myślenia zakłada, że użytkownik czy użytkowniczka substancji psychoaktywnej, a tym bardziej osoba ciężko uzależniona, nie żyje w próżni. Jest umieszczona w siatce społecznych i ekonomicznych powiązań. Zażywanie narkotyków poprzez wstrzykiwanie (heroina, pochodne amfetaminy) może wiązać się z ryzykiem zakażenia np. wirusem HIV lub HCV. Uzależnienie wiąże się nie tylko z utratą zdrowia, ale także z usunięciem ze szkoły, czy opuszczeniem przez członków rodziny. Dlatego, aby wspomagać leczenie osób używających szkodliwie i uzależnionych od substancji psychoaktywnych oraz ich powrót do funkcjonowania w społeczeństwie, aby walczyć o zminimalizowanie negatywnych dla otoczenia konsekwencji, należy myśleć kompleksowo.

W polskiej rzeczywistości, kiedy młody człowiek jest uzależniony od niedozwolonych substancji, grozi mu nie tylko utrata zdrowia, ale także poważne karne konsekwencje. Posiada bowiem nielegalną substancję, którą musi (zmusza go do tego nałóg!) przyjmować. Czeką go nadzór kuratora, pobyt w zakładzie poprawczym lub nawet na dalszym etapie życia – w więzieniu, wciąż bez odpowiedniego wsparcia terapeutycznego. Nawet zapis w aktach o wyroku sądowym w zawieszeniu zablokuje takiemu uczniowi (lub uczennicy) możliwość edukacji lub pracy w niektórych obszarach. W kontekście szkolnej odpowiedzialności i prawa skutki przyłapania nastolatka czy nastolatki na zażywaniu narkotyków mogą wiązać się z wyrzuceniem ze szkoły, stygmatyzacją, odrzuceniem przez środowisko rówieśnicze. W takich warunkach niełatwo wraca się do zdrowia i funkcjonowania w społeczeństwie. W każdym schorzeniu, także doświadczeniu zażywania lub uzależnieniu od

substancji psychoaktywnych, potrzebne jest wsparcie otoczenia. Stanowcze działania i radykalne środki, kary i zakazy nie przynoszą pozytywnych rezultatów. Co ważne, jeśli nastolatki sięgają po substancje psychoaktywne, może to oznaczać, że dzieje się w ich życiu coś niepokojącego, mogą wymagać wsparcia i pomocy również z Twojej strony.

## Kary nie robią wrażenia

Ostatni raport organizacji z Węgier Hungarian Civil Liberties Union *Nie tak bardzo zbalansowane podejście* (2014, [www.narkopolityka.pl](http://www.narkopolityka.pl)) prezentujący wyniki badań dotyczących nowych substancji psychoaktywnych (popularnie nazywanych dopalaczami) w Polsce, Rumunii, Serbii, Portugalii i na Węgrzech wskazuje, że główni użytkownicy i użytkowniczki tych substancji w naszym kraju, czyli młodzież lub osoby między 20 a 25 rokiem życia, odpowiadając na pytanie o swoje główne obawy związane z przyjmowaniem tych substancji, wskazywali kwestie zdrowotne. Fakt, że nieznaną pochodzenia, składu, jakości danej substancji, może źle wpłynąć na kondycję zdrowotną był wymieniany dużo częściej niż strach przed konsekwencjami prawnymi lub innym rodzajem kary. Zatem młodzież obawia się o swoje zdrowie, ale wbrew temu, co często myślimy – wcale tak bardzo nie boi się kar.

**Powinniśmy więc patrzeć na problem zażywania substancji psychoaktywnych nie tylko jako problem, który można rozwiązać za pomocą zapisów w kodeksach, za pomocą zakazów. Najpierw należy się zastanowić nad przyczynami i skutkami psychologicznymi, zdrowotnymi i społecznymi. Powinniśmy myśleć pragmatycznie: jak działać, aby minimalizować straty dla użytkownika czy użytkowniczki substancji psychoaktywnych i ich otoczenia.**

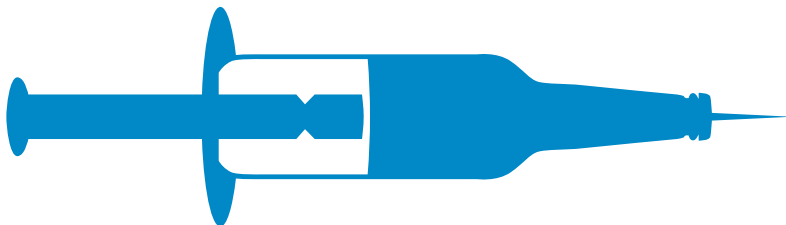
Redukcja szkód może przybierać różne formy działań. Składają się na nią zarówno programy profilaktyczne i edukacyjne (np. kursy pierwszej pomocy, podejmujące temat prawidłowego zachowania, gdy kolega czy koleżanka straci przytomność po zażyciu substancji), jak i działania wspomagające osoby już uza-



leżnione – programy wymiany sprzętu do podawania substancji, zapobiegające rozprzestrzenianiu się HIV, czy terapie substytucyjne, gdzie narkotyk zostaje zastąpiony lekarstwem, umożliwiające sprawniejszy powrót do normalnego funkcjonowania w społeczeństwie.

Ważne jest też nieustanne wskazywanie przez różne środowiska zawodowe na **racjonalne rozporządzenie pieniędzmi publicznymi. Rozsądniej jest przeznaczać je na system edukacji, tworzyć miejsca pracy w szkołach dla pedagogów i psychologów, którzy u źródeł problemu, mogą zapobiec procesowi uzależnienia, zamiast finansować później kosztowny system leczenia, sądownictwa i więzienia** osób skazanych za posiadanie zakazanych substancji.

Redukcja szkód zakłada, że nie zawsze jesteśmy w stanie wyleczyć osobę ciężko uzależnioną albo przewidzieć jej powrót do uzależnienia, ale zawsze powinniśmy myśleć o konsekwencjach zażywania substancji, które dotyczą nie tylko tę osobę i jej bliskich oraz znajomych, ale także całe społeczeństwo. Kraje, które stawiają na redukcję szkód przy jednoczesnej dekryminalizacji (zniesieniu odpowiedzialności karnej za posiadanie substancji zakazanych), takie jak Portugalia, notują spadek użytkowników i użytkowniczek nastoletnich, recydywistów, a liczba uzależnionych (np. od heroiny) nie wzrasta.



## Uzależniona/użytkownik/użytkownik problematyczny

Istotne jest rozróżnianie tych pojęć. Użytkownik (użytkowniczka) to najszersze pojęcie. Dotyczy kontaktu z substancjami psychoaktywnymi (także tego, który może być okazjonalny czy jednorazowy!) z piwem, papierosami, czy substancjami nielegalnymi w polskim prawie. Możemy mówić też o uzależnieniu (i osobach uzależnionych), które jest ciężką chorobą. W przypadku użytkownika problematycznego (użytkowniczki problematycznej) bierzemy pod uwagę przede wszystkim konsekwencje i skutki zażywania substancji psychoaktywnych dla tej osoby i otoczenia: z zakresu zdrowia czy społecznych konsekwencji.

Artur Domosławski w raporcie *Polityka narkotykowa w Portugalii* (Open Society Institute, czerwiec 2011) komentuje wyniki badań prowadzonych w tym kraju po przeprowadzeniu ponad 10 lat temu reform związanych z substancjami psychoaktywnymi: *młodzi w wieku szkolnym uważają, że dostęp do narkotyków jest łatwy, a zarazem większość wyraża przekonanie, że konsumpcja narkotyków to decyzja „wielkiego ryzyka” – jest to prawdopodobnie efekt kampanii informacyjno-edukacyjnych. (...) Dekryminalizacja nie wpływa na wzrost konsumpcji narkotyków. Wprost przeciwnie, pokazuje, że humanitarne i pragmatyczne strategie mogą zmniejszyć liczbę uzależnionych, konsumpcję narkotyków, przestępczość oraz liczbę zakażeń HIV.*





# III.

## FAKTY I MITY

Główne pułapki naszych wyobrażeń oraz bazowe informacje, które pomogą skutecznie działać.

Wszystko zaczyna się od myślenia. To ono kształtuje naszą aktywność.

# MIT

## Narkotyki są bardzo groźne, a alkohol dużo mniej

Najczęściej w rozmowach z młodzieżą stawiamy na wyraźne rozróżnienie pomiędzy substancjami, które nazywamy narkotykami, a alkoholem czy nikotyną, które są bardziej „oswojone” i przez to wydają się nam mniej groźne. Tymczasem wszystkie te substancje mogą działać bardziej lub mniej szkodliwie w zależności od tego, jak się ich używa. Wódka, amfetamina i papierosy mogą być tak samo groźne dla zdrowia w zależności od sposobu ich przyjmowania, dlatego lepiej w rozmowach z młodzieżą używać określenia „substancje psychoaktywne”. Demonizowanie nazwy „narkotyk” bagatelizuje działania innych substancji rozpoznawanych przez państwo jako legalne, których spożywanie jest osadzone kulturowo. W przypadku rozwijających się i dojrzewających organizmów niszczący zdrowie wpływ wszystkich substancji może być znacznie gorszy w skutkach niż na organizm dorosłego. W rozmowach z młodzieżą na ten temat radzimy Ci przywoływać sprawdzone fakty, jak na przykład taki, że częste palenie marihuany powoduje problemy z koncentracją i pamięcią. Albo że możliwe jest porażenie układu nerwowego po spożyciu dopalaczy niewiadomego pochodzenia. Nie powołujmy się na nierealne fakty, jak to, że od pierwszego zażycia kokainy odpadnie nos lub że wybrany styl życia (na przykład małżeństwo) chroni przed nałogiem (w Polsce notujemy wiele przypadków rodzin żyjących z osobą uzależnioną od alkoholu).

*Używanie substancji psychoaktywnych wśród młodzieży to powszechne zjawisko. Młodzi ludzie najczęściej zażywają narkotyki w towarzystwie, dla rozrywki. Rzadko ponoszą z tego powodu konsekwencje zdrowotne, społeczne czy ekonomiczne. Niewielka, ale licząca się grupa młodych doznaje jednak szkód i problemów zdrowotnych. Niektórzy po prostu z większą łatwością znoszą zachowania ryzykowne, inni nie znają*

*tolerancji swoich organizmów na poszczególne substancje. (...) Podobnie jak w przypadku dorosłych, w przypadku młodych ludzi szkody związane z narkotykami są determinowane przez złożone indywidualne, społeczne i strukturalne czynniki, takie jak bieda czy wykluczenie społeczne, które zwiększają podatność jednostki na uzależnienie i uwrażliwiają na krzywdę. Mimo to sposobu interwencji na rzecz redukcji szkód nie dopasowuje się do potrzeb młodzieży.*

*Cathrine Cook i Adam Fletcher, Badania nad młodzieżą zażywającą narkotyki i brakujące części układanki. W jaki sposób można wspierać kolejną falę polityki redukcji szkód? [w:] **Dzieci wojny narkotykowej**, opr. zbiorowe, pod red. Damona Barretta,*

*Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2013*



## **MIT** Jedyne skuteczne metody w obchodzeniu się z narkotykami w szkołach to obowiązkowe testy, monitoring i kontrola

Mimo, iż najnowsze techniki umożliwiają różne metody kontroli obecności zakazanych substancji w organizmach nastolatków i nastolatek, a w wielu amerykańskich szkołach stosuje się rutynowe kontrole, nie ma żadnych dostępnych badań potwierdzających skuteczność takich metod. W mediach coraz częściej pojawiają się pomysły, by te praktyki upowszechnić w polskich szkołach (nadzór kamer, kontrola wejść i wyjść, przeszukania z udziałem psów tropiących, testowanie moczu). Wraz ze strachem przed karą wcale nie spada jednak konsumpcja substancji wśród nastolatków i nastolatków. Obowiązkowe testy kreują za to atmosferę podejrzliwości i strachu, skutkują brakiem zaufania do instytucji szkoły. Często też klasyfikują przypadkowych użytkowników i użytkowniczki psychoaktywnych substancji jako osoby z problemami narkotykowymi, które potrzebują specjalnego traktowania. Wreszcie – sprawiają, że uczniowie i uczennice zaczynają sięgać po mniej wykrywalne

przez testy, groźniejsze substancje. Często dają wyniki fałszywie negatywne lub fałszywie pozytywne. Fałszywie pozytywne – kiedy test potwierdza obecność narkotyków, chociaż w rzeczywistości uczeń znajduje się pod wpływem leków, które mogą skutkować podobnymi wynikami. Fałszywie negatywne – kiedy test wypada na korzyść uczennicy, która podmieniła próbkę. Całkowite wyeliminowanie wspomnianych sytuacji jest niemożliwe. Kiedy będziemy kontrolować młodzież podczas pobierania moczu, będzie to naruszenie prawa do intymności i prywatności.

*Obecnie nie dysponujemy wiedzą, która dawałaby wiarygodne podstawy, by sądzić, iż testowanie przyczynia się do ograniczenia problemu i może być korzystne dla zdrowia naszych dzieci. Myśląc zaś o ryzyku i możliwych konsekwencjach, warto pamiętać o prawdopodobieństwie wystąpienia wyników fałszywie pozytywnych lub negatywnych i poważnych, praktycznych ograniczeniach w ich weryfikacji. Należałoby zatem uczciwie powiedzieć rodzicom, że w świetle badań efekty testowania uczniów w szkole są co najmniej wątpliwe. Argumentowanie, że może ono pomóc w ograniczaniu sięgania po narkotyki, w powyższym kontekście wydaje się być nieetycznym nadużyciem. (...) W trosce o młodych ludzi, ich teraźniejszość i przyszłość, stosujemy metody wiarygodne i sprawdzone, oparte na dobrym kontakcie wychowawczym, otwartej komunikacji, wrażliwości na potrzeby młodego człowieka, nie budzące wątpliwości natury etycznej. Proponuję więc, aby testowanie pozostawić placówkom terapeutycznym, stosującym tę metodę dla kontroli abstynencji, zgodnie ze standardami leczenia.*

---

Bogusława Bukowska, wicedyrektor Krajowego Biura  
ds. Przeciwdziałania Narkomanii

[www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl)



## **FAKT** Osoba używająca narkotyków to nie to samo, co osoba uzależniona

Kiedy rozmawiamy o części substancji psychoaktywnych nazywanych narkotykami, najczęściej używamy określenia „narkoman” albo „uzależniony”. Nie bierzemy pod uwagę, że nie każdy, co potwierdzają badania naukowe, uzależnia się od psychoaktywnych substancji. Ryzyko uzależnienia oczywiście istnieje, a samo uzależnienie jest traktowane jako bardzo poważna i ciężka choroba.

**Badania pokazują, że średnio co 10 osoba używająca substancji psychoaktywnej uzależni się od niej.** Na to, czy się uzależnimy nie ma wpływu to, jakiej jesteśmy płci, wagi, budowy ciała, wytrzymałości psychicznej czy charakteru. Dlatego, nie dokonując rozróżnienia na użytkownika i uzależnionego, narażamy się na zarzut niekompetencji i hipokryzji oraz chęci zastraszenia, które nie działają zazwyczaj pozytywnie na młodzież. Nie uwzględniając rozróżnienia na użytkownika (lub użytkowniczkę) i osobę uzależnioną, nie akceptujemy faktu, że można „rekreacyjnie” przyjmować substancje psychoaktywne. Tymczasem, jak się okazuje, to właśnie w tej fazie kontaktów z substancjami psychoaktywnymi można udzielić najskuteczniejszej pomocy. Okazjonalne używanie tych substancji jest problemem wśród nastolatków i nastolatek i oczywiście może przynosić złe konsekwencje, ale nie jest tożsame z uzależnieniem. Działaniem, które wpisuje się w strategię redukcji szkód, będzie przygotowanie młodzieży do tego, by miała świadomość, że jeśli – z różnych powodów – jest lub zostanie użytkownikiem (lub użytkowniczką) psychoaktywnej substancji, będzie starała się zapobiec sytuacji problematycznego używania. Że na podstawie zdobytej wiedzy zdiagnozuje u siebie w odpowiednim czasie niepokojące symptomy. Istotną rolę odegra w tym indywidualne spotkanie z psychologiem, który opiszemy symptomy wskazujące na stopniowe zmiany zdrowotne i behawioralne oraz uwrażliwi, w którym momencie może kończyć się „dobra zabawa”.

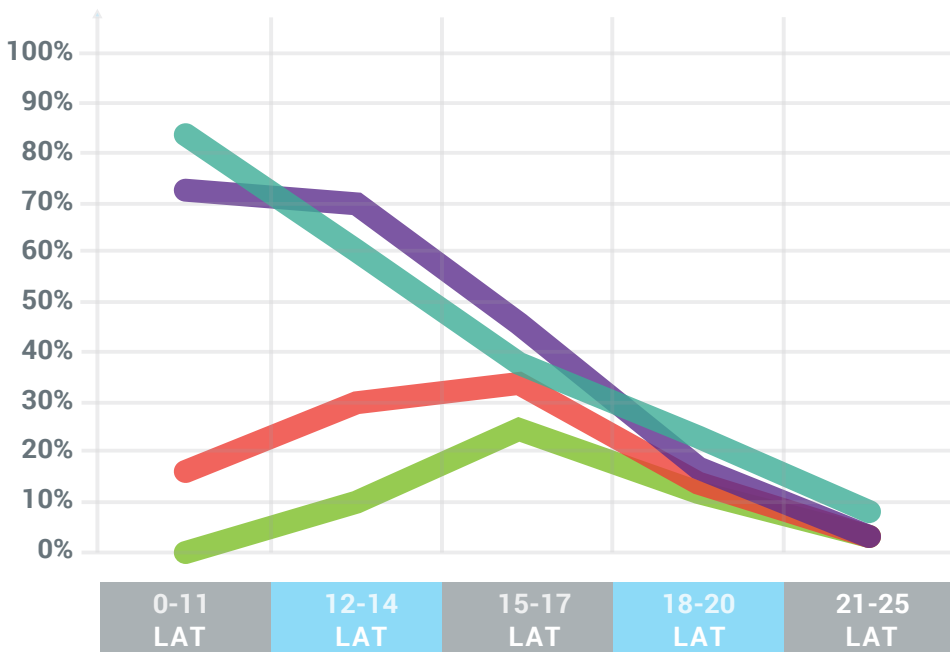
*Nikt odpowiedzialny nie zgadza się na używanie przez młode osoby substancji psychoaktywnych. Środki zaradcze i profilaktyczne nie powinny zakładać jako swój cel tego, jak radzić sobie z używaniem substancji przez młodzież czy dorosłych, ale oczywiście bardziej ogólnie, jak zapobiec sytuacji podejmowania pierwszych kontaktów lub uzależnienia. Reakcją na fakt zażywania substancji przez osoby niepełnoletnie nie powinny być jednak tylko kary i rozliczanie, raczej zrozumienie i szukanie przyczyn.*

*Rola psychologa w szkole wydaje się niezbędna. Osoba, która zna specyfikę i tło danej grupy, często wie sporo o życiu konkretnych uczniów i uczennic, może uniknąć schematu „pogadanki”. Dobre i regularne relacje, rozmowy z młodzieżą o ich motywacji do próbowania substancji psychoaktywnych, uwypuklanie kwestii wagi podjęcia decyzji co do pewnego potencjalnego przyszłego stylu życia i ryzykownych zachowań może zostać wspólnie poddane refleksji. Psycholog może pomóc urealnić motywacje ucznia. Często okazuje się, że ciekawość w kwestii kontaktu z substancjami psychoaktywnymi to mit. Ciekawym można być raz, jeśli ktoś próbuje kolejny, to chodzi o coś zupełnie innego. Psycholog pomoże odkryć, o co – chwilowy stan psychiczny, pociąg do eksperymentowania i chęć przynależności do grupy, czy może poważne kłopoty w domu lub nauce.*

Aleksandra Denst-Sadura, psycholożka i socjolożka,  
trenerka Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

**MIT** „Teoria bramy” (ang. *gateway theory*) głosząca, że każdy heroinista zaczął od marihuany, jest dobrym argumentem do wykorzystywania przeciwko tzw. „miękkim” narkotykom

Co może Cię zdziwić ta często wykorzystywana w rozmowach z młodzieżą teoria jest pozbawiona naukowych podstaw. Na tej samej zasadzie możemy ostrzegać piwoszy, że każdy „spożywający denaturat alkoholik” zaczął właśnie od piwa, a prawdopodobnie również od papierosów. Wykorzystujemy ten argument często, pomimo doświad-



- Respondenci, którzy w danym wieku zaczęli korzystać z marihuany.
- Prawdopodobieństwo, że użytkownik marihuany, który zaczął korzystać z tej substancji w danym wieku, zacznie korzystać z tzw. twardych narkotyków.
- Respondenci, którzy w danym wieku zaczęli korzystać z alkoholu/tytoniu.
- Prawdopodobieństwo, że użytkownik alkoholu lub tytoniu, który rozpoczął korzystać z tych substancji w danym wieku, zacznie korzystać z marihuany.

Według badań US National Household Surveys on Drug Abuse po tzw. twarde narkotyki sięgało 20% użytkowników marihuany urodzonych w latach 60. XX wieku, ale już tylko 5% użytkowników marihuany urodzonych w 1980; 75% przebadanych użytkowników kokainy sięgało najpierw po kokainę, a dopiero później po marihuanę. Istotne jest jednak, by inicjacja zażywania jakiegokolwiek substancji psychoaktywnej miała miejsce jak najpóźniej, ponieważ wczesny wiek zażycia jakiejś substancji i brak wiedzy o negatywnym wpływie substancji, może prowadzić do sięgnięcia po inne substancje. Źródło: A. Golub and B.D. Johnson, *Variations in Youthful Risks of Progression from Alcohol/Tobacco to Marijuana and to Hard Drugs Across Generations*, *American Public Journal of Health* 91.

czeń i przykładów wielu osób, które pijąc czasem piwo, czy paląc czasem marihuanę, wcale nie sięgnęły po bardziej szkodliwe substancje i nie uzależniły się od nich. Nastolatki znakomicie wyczuwają hipokryzję i chęć zastraszenia, które kryją się w tej teorii.

## **MIT** Narkotyki dzielą się na miękkie i twarde

Klasyfikacja narkotyków jest bardzo różnorodna. Podział na narkotyki miękkie i twarde jest przestarzały. Sugeruje zazwyczaj stopniowość prawdopodobieństwa uzależnienia lub szkodliwości substancji dla zdrowia (często w oparciu o mylne przekonania, bo najnowsze badania biochemiczne pokazują, że na przykład kokaina potrafi być tak samo szkodliwa dla człowieka jak niektóre leki na depresję). Bardziej zasadne jest mówienie o podziale na narkotyki naturalne (oparte na substancjach obecnych w przyrodzie) i syntetyczne (wyprodukowane przez człowieka), bądź też o podziale substancji ze względu na drogi ich przyjmowania (wziewne, doustne, dożylnie). Nienaukowym podziałem jest też podział środków ze względu na oddziaływanie na organizm (uspokajają lub pobudzają). To ostatnie rozróżnienie powoduje też, że wokół niektórych substancji narastają mity. Amfetamina może rzeczywiście sprawić, że przez całą noc uczeń nie zaśnie, będzie tak pobudzony, że powtórzy cały materiał na klasówkę. Ostatecznie z tej wiedzy nie pozostanie jednak nic trwałego, a częste praktykowanie takiego zwyczaju doprowadzi do zwiększenia tolerancji, konieczności przyjmowania częściej większych dawek (potrzebnych, by się pobudzić), co bardziej wyniszczy organizm. Marihuana sama w sobie rzeczywiście ma działanie odprężające i nie powoduje przypadków agresji. Często jednak może być spożywana w połączeniu z innymi substancjami, na przykład dużą ilością alkoholu, co może prowadzić do nieprzewidzianych i niekontrolowanych zachowań.



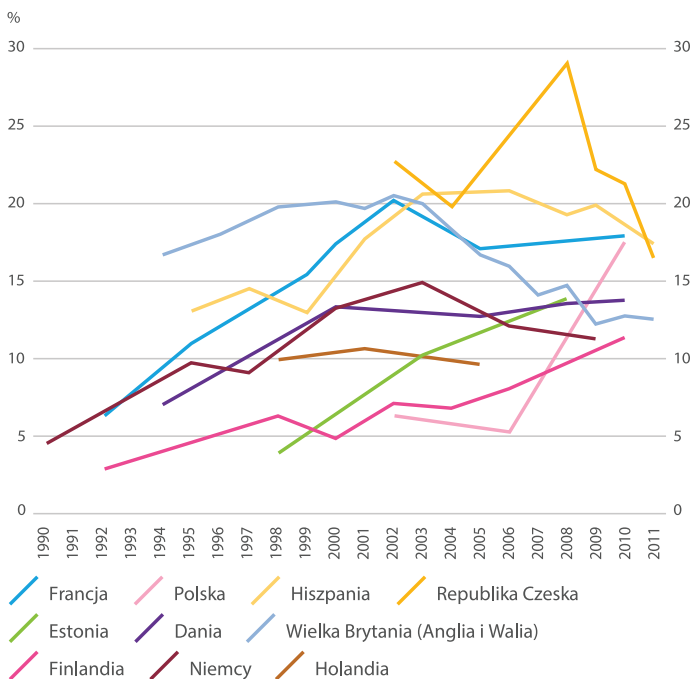
# FAKT

## Podjęcie oparte na wiedzy naukowej się sprawdza

Wystarczy spojrzeć na politykę narkotykową w Czechach, wzorcowo wręcz opartą na badaniach ekspertów, czy wskazówkach terapeutek. Czeskie prawo postawiło na redukcję szkód – rzetelną prewencję wśród dzieci i młodzieży, lepszy dostęp do usług medycznych i terapeutycznych, programów wymiany instrumentów do przyjmowania substancji, jednocześnie zmieniając przepisy prawa karnego a także innych regulacji zmieniających m.in. odpowiedzialność i pozycję pracowników i pracownic oświaty. Sprawiło to, że

Używanie konopi w ciągu ostatniego roku wśród młodych dorosłych.

Uwaga: tendencje w dziesięciu krajach o najwyższym wskaźniku użycia, w których przeprowadzono trzy lub więcej badania.



Źródło: Europejski Raport Narkotykowy 2013. Polska znalazła się na 3. miejscu w Europie wśród państw, w których największy procent młodych dorosłych (16-24 lat) sięgał po marihuanę ([www.emcdda.europa.eu](http://www.emcdda.europa.eu)).



organy ścigania mają więcej czasu na zajmowanie się poważnymi przestępstwami, na przykład rozpracowywaniem zorganizowanych grup narkotykowych i poważnych dostawców substancji.

Program profilaktyczny, który będziesz realizować w swojej szkole, powinien spełniać takie warunki: korygowanie błędnych przekonań na temat rozpowszechnienia używania substancji psychoaktywnych oraz jego pozornej akceptacji wśród rówieśników; edukacja na temat konsekwencji używania; kształtowanie tzw. umiejętności życiowych uczniów, czyli na przykład radzenia sobie ze stresem lub wyszukania miejsc, w których można uzyskać rzetelną pomoc.

Istotne jest, by podczas rozmów o substancjach psychoaktywnych z młodzieżą trzymać się faktów, że na przykład w większości przypadków pierwsze zażycie substancji nie uzależni, ale mogą się zdarzyć przypadki, że po drugim lub trzecim razie odczuje się już większą konieczność kontynuowania jej przyjmowania. Niekoniecznie przyjmowania codziennie, ale niemoc powstrzymania się przed zażyciem substancji może już wskazywać na poważny problem. Ponadto niektóre z nich, jak heroina, szybciej powodują nałóg. Gdy młodzież o to dopytuje, warto podkreślać negatywny wpływ wszystkich substancji psychoaktywnych na zdrowie, również marihuany, piwa, tytoniu, czy nawet kawy.

Nigdy nie zdarzyło się, aby zażycie takiej substancji jak marihuana bezpośrednio spowodowało śmierć. Jednak inne substancje, jak heroina, mogą być przedawkowane, albo zadziałać źle w połączeniu z innymi związkami chemicznymi. Podkreślaj zawsze, że lepiej nie przyjmować substancji z kilku powodów: nie znamy źródła jej pochodzenia, nie wiemy, jaka jest moc działania i jaka ilość okaże się za duża.

**Nauczycielu, nauczycielko! Bardzo ważne jest, aby placówka oświatowa, w której pracujesz, wybrała adekwatny program profilaktyki, który ma udowodnioną naukowo skuteczność. Pomocy w tej kwestii udzielą ci pracownicy Krajowego Biura Przeciwdziałania Narkomanii.**

## **FAKT** Samo zalecenie „dziękuję, nie biorę” nie powstrzyma młodzieży przed sięganiem po substancje psychoaktywne

Łudzimy się, że w rozmowach z nastolatkami o substancjach psychoaktywnych należy podkreślać dwie możliwe drogi wyboru: całkowitą abstynencję albo narkotykowe czy alkoholowe „bagny”. Skupianie się tylko i wyłącznie na sposobach „odmawiania” oddziela nas od innych problemów – kwestii bezpieczeństwa, informacji dotyczących używania i nadużywania oraz konsekwencji, jakie przynosi zażywanie niektórych substancji. Skoro zakładamy, że używanie substancji psychoaktywnych przez nastolatki nie istnieje (nie zaistnieje, jeśli go zabronimy), to skazujemy samych siebie na brak możliwości reagowania. Zamykamy drogę do informowania o konkretnych zagrożeniach i, co ważniejsze, sposobach ich rozwiązywania i miejscach, w których można uzyskać pomoc.

## **MIT** Stan „wojny z narkotykami” jest jedynym możliwym rozwiązaniem

Wiara w skuteczność haseł, które głoszą możliwość wyeliminowania niebezpiecznych substancji z naszego życia, jest złudna. Pokazują to badania i statystyki. Dlatego warunkiem skuteczności działań w kwestiach narkotykowych jest **pragmatyczne podejście** – ile mogą zrobić, żeby zminimalizować koszty używania i nadużywania substancji psychoaktywnych. Coraz trudniej kontrolować i chronić młodzież przed dostępem do wielu rodzajów substancji psychoaktywnych, które mogą pozyskać przez internet albo nawet od kolegi czy koleżanki. Najważniejsze zatem będzie wyposażenie uczniów i uczennic w niezbędne i prawdziwe informacje na temat tego, co może się wydarzyć w przyszłości, jeśli po te substancje sięgną. Ta strategia to właśnie przetworzona **redukcja szkód**.

## CO W ZAKRESIE PROFILAKTYKI ROBI MEN?

*Ministerstwo Edukacji Narodowej, we współpracy z Ośrodkiem Rozwoju Edukacji wspiera dyrektorów szkół, rodziców, nauczycieli oraz przedstawicieli samorządu lokalnego w realizacji zadań profilaktycznych poprzez upowszechnianie programów profilaktycznych i wychowawczych oraz strategii, które służą promocji zdrowego stylu życia i profilaktyki, w tym również profilaktyki narkomanii. Programy profilaktyczne obejmujące problematykę używania środków psychoaktywnych, zarówno legalnych (tytoń, alkohol, leki), jak i nielegalnych (narkotyki) są opracowywane przez placówki doskonalenia nauczycieli, placówki naukowo-badawcze, organizacje pozarządowe i instytucje oświatowe, np. poradnie psychologiczno-pedagogiczne i ośrodki metodyczne. W celu podniesienia efektywności szkolnej profilaktyki resort edukacji upowszechnia standardy jakości działań profilaktycznych oraz przykłady dobrej praktyki w postaci profesjonalnych programów profilaktycznych. Na stronie internetowej Ośrodka Rozwoju Edukacji prowadzony jest Bank Programów Profilaktycznych, w którym zamieszczane są informacje o wartościowych, ogólnopolskich programach adresowanych do uczniów, nauczycieli i rodziców.*

*Ponieważ system oświaty w Polsce przyznaje duży zakres autonomii szkołom – w zakresie doprecyzowania potrzeb danego środowiska szkolnego i dostosowania programu wychowawczego szkoły i programu profilaktyki, resort edukacji nie prowadzi monitoringu „poziomu restrykcyjności” podejścia do kwestii narkotyków w poszczególnych szkołach. Przedmiotem nadzoru pedagogicznego kuratorów w tym zakresie może być zgodność działań szkoły z podstawą programową i z przepisami prawa.*

Informacja Ministerstwa Edukacji Narodowej

# IV.

**CO MOŻESZ**

**ZROBIĆ?**

**CZYLI JAK**

**ROZMAWIAĆ**

**O SUBSTANCJACH**

**PSYCHO-**

**AKTYWNYCH**

## **SŁUCHAJ DRUGIEJ STRONY**

Jeśli rozmawiasz z nastolatkami na lekcji wychowawczej czy w innych okolicznościach o kwestiach narkotykowych, musisz się przygotować na trudne pytania, na ich własne historie, opowieści czy przykłady. Część z nich może mieć charakter prowokacji. Nie warto się tym denerwować, gdyż jest to swoisty test na zaufanie, szczerłość intencji i otwartość nauczyciela czy nauczycielki.

## **PAMIĘTAJ: LICZY SIĘ SZCZEROŚĆ!**

Nastolatki reprezentują zazwyczaj racjonalne podejście do problemu i mówienie o świecie bez narkotyków, o Twojej postawie moralnej z nastoletnich czasów, czy straszenie skutkami spożycia różnych substancji bez odwoływania się do faktów lub danych odśladania Twoją bezradność i niekompetencję. Uczennice i uczniowie stracą do Ciebie zaufanie i mogą wytknąć Ci hipokryzję. Nie obawiaj przyznać się do niewiedzy. Masz prawo do uzupełniania informacji, a nawet dopytywania.

## **TRZYMAJ SIĘ FAKTÓW**

Odwołuj się do danych naukowych, pokazując wpływ i skutki danych substancji na organizm. Informuj o konsekwencjach, ale też rozwiązaniach, które mogą pomóc w razie problemów – np. ośrodkach pomocowych czy sposobach redukcji szkód.

## **ZROZUM, ŻE POUCZENIE „POWIEDZ NIE” NIGDY NIE WYSTARCZA**

Nie rozwiązuje wszystkich problemów i jest tylko życzeniowe. Wiąże się z wiarą, że zakaz rozwiąże kwestie sięgania po zakazane substancje, a młody człowiek znajdzie w sobie zawsze i w każdej sytuacji wystarczająco dużo siły, żeby nie postąpić zgodnie z zachowaniem większości.

## **DBAJ PRZED W SZYTKIM O BEZPIECZEŃSTWO NASTOLATKA CZY NASTOLATKI**

Czyli o stan ich wiedzy, podpartej badaniami dotyczacymi nie tylko substancji, ale i spolecznych konsekwencji ich zazywania. Pamietaj o odpowiedzialnosci za zdrowie swoje i innych.

## **DBAJ O DOBRĄ RELACJĘ Z NIMI**

To truizm, ale tylko dzięki relacji, która opiera się na zaufaniu być może będziesz w stanie wesprzeć, pomóc albo zainterweniować w odpowiednim momencie. Tylko dzięki szczerym rozmowom i obustronnym szacunku dasz radę coś zdziałać. Relacja, która opiera się wyłącznie na straszaniu czy karaniu nie jest w stanie zbudować atmosfery, w której znajdzie się przestrzeń na przyznanie się do słabości czy do błędów. Staraj się również zwrócić szczególną uwagę na osobistą sytuację uczennicy lub ucznia, na jej czy jego relacje z rodzicami lub opiekunami prawnymi, środowisko, w którym przebywa, zainteresowania. Te informacje mogą okazać się kluczowe w sytuacji, gdy młoda osoba będzie potrzebować Twojej pomocy.

## **NIE CZEKAJ NA SPECJALNĄ OKAZJĘ**

Rozmowy na trudne tematy powinny być codziennością. Część niepokojących informacji o substancjach psychoaktywnych uczniowie i uczennice przekażą Ci w komunikatach dotyczących innych spraw. „Zorganizowane rozmowy na temat” nie zawsze przynoszą oczekiwany skutek. Postaw na otwartość i bezpośredniość.





V.

**JEŚLI**

**PODEJRZEWASZ,**

**ŻE UCZEŃ CZY**

**UCZENNICA**

**MA PROBLEM**

## **PRZEDE WSZYSTKIM: NIE PANIKUJ!**

Zacznij od rozmowy. Nie rzucaj oskarżeń. Zastanów się, co możesz realnie zrobić, np. skierować taką osobę na rozmowę z psychologiem, porozmawiać z rodzicami. Istotne jest to, aby nie była to kolejna typowa pogadanka lub od razu kara, bez wysłuchania wyjaśnień.

## **NIE ZAMYKAJ TEŻ OCZU NA PROBLEM**

To właśnie od Ciebie może zależeć czyjeś zdrowie lub życie. Udawanie, że go nie ma, niczego nie zmieni, tylko pogorszy sprawę.

## **NIE UFAJ ŚLEPO PORADOM, KTÓRE ZWRACAJĄ UWAGĘ TYLKO NA FIZYCZNY ASPEKT PROBLEMU**

Rozszerzone źrenice, podkrążone oczy, charakterystyczny ubiór (dredy, bluza z kapturem), bo bardzo szybko okaże się, że się mylisz. Fizyczne objawy mogą być wynikiem różnych przyczyn, np. zażywania niektórych leków, niewyspania, czy stresu. Z drugiej strony, ich brak wcale nie musi oznaczać braku kłopotów. Natomiast stereotypy związane z wyglądem rzadko się sprawdzają, a przyczyniają się najczęściej do stygmatyzacji i ujawniają Twoje schematyczne myślenie. Przede wszystkim zwracaj uwagę na zachowanie uczennicy czy ucznia, jego samopoczucie, wyniki w nauce, sytuację rodzinną. Postaraj się dostrzegać problemy związane z substancjami psychoaktywnymi w szerszym kontekście – jego stanu psychicznego, przeżyć, kłopotów w szkole i relacji z rówieśnikami i rówieśniczkami.

## **DOSTRZEGAJ PRZEDE WSZYSTKIM PRZYCZYNY, A NIE TYLKO SKUTKI PROBLEMU.**

Współpracuj z rodzicami, psychologiem. Oceniaj realne skutki tego, co się dzieje z uczniem/uczennicą. Informuj o zagrożeniach, ale także o miejscach/instytucjach, w których można szukać pomocy.

## **OKREŚL SWOJE ZADANIE**

Czasem przed podjęciem jakiegokolwiek działania może zniechęcać obawa, że ponosisz odpowiedzialność za doprowadzenie sprawy do końca. Twoja rola jest inna. Dzięki codziennemu kontaktowi z młodzieżą możesz zauważyć problem, nagłośnić jego istnienie. Pozwól innym (psychologom, terapeutkom) wziąć odpowiedzialność za kolejne etapy działania.

## **NIE RÓB NIC ZA PLECAMI NASTOLATKA CZY NA- STOLATKI**

Jeśli o problemie z użytkownikami dowiedziałeś się od swojej uczennicy, to poinformuj ją o kolejnych krokach, które chcesz w jej sprawie uczynić. Transparentność w podejmowanych działaniach pozwoli zachować kontakt z młodą osobą.





# VI.

**NAJWAŻNIEJSZE**

**USTAWY,**

na podstawie których  
regulowane są czynności  
kadry nauczycielskiej  
i dyrekcji placówek oświatowych  
w zakresie przeciwdziałania  
narkomanii.

Poniżej znajdziesz przepisy, które regulują różne kwestie związane z obecnością substancji psychoaktywnych w szkole. W naszym odczuciu są one przede wszystkim niewystarczające. Nie regulują najbardziej istotnych kwestii: prewencji, edukacji młodzieży i kadry pedagogicznej, informacji o zagrożeniach i bezpieczeństwie. Odnoszą się głównie do odpowiedzialności prawnej młodzieży. Prawo zatem reaguje tylko na same skutki, nie zajmuje się przyczynami. Można powiedzieć – nie odnosi się do życia.

Przepisy wskazują na to, jakie mogą być konsekwencje zakończonej już historii kontaktów z substancjami. Trzeba też popatrzeć na jej początek. **Oświata, w której pracujesz to miejsce, gdzie przede wszystkim powinniśmy zajmować się profilaktyką i monitorowaniem zmian, a nie tylko efektami końcowymi.**

## Akty prawne

Dyrekcja szkoły ma obowiązek przygotowania procedur w przypadku stwierdzenia posiadania przez ucznia czy uczennicę substancji psychoaktywnych. **Podstawą do wprowadzania procedur jest rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniami (Dz. U. Nr 26, poz. 226).** Z kolei czynności opiekunów i nauczycielek reguluje też ustawa z **26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich (Dz. U. z 2010 r. Nr 33, poz. 178, z późn. zm.).** Natomiast w zakresie zadań związanych z zapewnieniem młodzieży bezpieczeństwa 7 września 1991 r. *o systemie oświaty* (Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572, z późn. zm.). Dodatkowe akty prawne:

- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. *o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi* (Dz. U. Nr 35, poz. 230 z późn. zm.)
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz.U. 2005 nr 179 poz. 1485), znowelizowana 1 kwietnia 2011 r. (Dz. U. Nr 117, poz. 678).
- Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. *o Policji* (Dz. U. Nr 30 poz. 179 z późn. zm.)

- Zarządzenie Nr 590 Komendanta Głównego Policji z dnia 24 października 2003 r. w sprawie *metod i form wykonywania zadań przez policjantów w zakresie przeciwdziałania demoralizacji i przestępczości nieletnich*.
- Zadania resortu oświaty w zakresie udzielania uczniom i uczennicom wsparcia psychologiczno-pedagogicznego określa również rozporządzenie z dnia 30 kwietnia 2013 r. w sprawie *zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach* (Dz. U. Nr 0, poz. 532).

## Interpretacje prawa

Przepisy prawa są bardzo kategoryczne. Istotne jest to, aby każda szkoła starała się przygotować odpowiedni regulamin, który nie będzie przewidywał na przykład przymusowych przeszukań lub testów na obecność substancji psychoaktywnych, tym bardziej relegowania ze szkoły. Lepiej jest wprowadzać zapisy o dobrych praktykach w zakresie profilaktyki i postępowania w zakresie zagrożenia uzależnieniami, współpracować z organizacjami pozarządowymi, różnorodnymi terapeutami, poradniami pedagogicznymi.

Wzorcowe procedury, jak postępować, gdy zetkniesz się z problemem substancji psychoaktywnych w swojej pracy, znajdziesz na stronie internetowej: [www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl). Obowiązują one we wszystkich szkołach i dotyczą następujących aspektów:

- Ogólnej obserwacji – przypadku, kiedy podejrzewasz „demoralizację” ucznia (w tym m.in. używanie psychoaktywnych substancji).
- Konkretnych sytuacji – kiedy zauważasz, że uczennica na terenie szkoły znajduje się pod wpływem alkoholu czy substancji nielegalnych.
- Sytuacji zaobserwowania posiadania czy handlowania substancjami na terenie szkoły (nawet w przypadku podejrzenia, że uczeń posiada zakazaną substancję, niedopuszczalne jest przeszukiwanie jego rzeczy).



*Rozpoczynając jakiegokolwiek działania wobec młodzieży sięgającej po narkotyki powinniśmy kierować się imperatywem unikania ich stygmatyzacji, przede wszystkim w grupie rówieśniczej, oraz minimalizacji szkodliwości sięgania po substancje na wczesnym etapie rozwoju (informowanie o zagrożeniach zdrowotnych i praca z uczniami i uczennicami zagrożonymi lub mającymi problem z narkotykami).*

*Akty prawne regulujące zasady obowiązujące w placówkach oświatowych, dotyczące m.in. używania nielegalnych i legalnych substancji psychoaktywnych, nakładają na szkoły obowiązek podejmowania działań profilaktycznych (zapobiegawczych), wychowawczych i interwencyjnych. Działalność edukacyjna szkoły jest określona przez: szkolny zestaw programów nauczania, program wychowawczy szkoły i program profilaktyki dostosowany do potrzeb rozwojowych uczniów i uczennic oraz potrzeb danego środowiska.*

*Przepisy o postępowaniu w sprawach nieletnich oraz kodeks karny przewidują rozróżnienie sytuacji sprawcy czynu zabronionego, biorąc pod uwagę kryterium wiekowe. Gdy osoba nieletnia nie ukończyła 13 roku życia, popełnia czyn zabroniony, sąd traktuje popełnienie takiego czynu wyłącznie jako przejaw demoralizacji osoby nieletniej. Gdy osoba nieletnia między 13 a 17 rokiem życia popełnia czyn zabroniony, sąd stosuje środki przewidziane w ustawie o postępowaniu w sprawach nieletnich. Gdy osoba między 17 a 18 rokiem życia popełnia czyn zabroniony, sąd stosuje przepisy kodeksu karnego.*

*W przypadku popełnienia przez osobę nieletnią przestępstwa sąd rodzinny może także zobowiązać rodziców lub opiekunów do poprawy jej warunków wychowawczych, bytowych lub zdrowotnych, a także do ścisłej współpracy ze szkołą, poradnią, zakładem pracy, lekarzem lub zakładem leczniczym. Jeśli stwierdzono nałogowe używanie środków psychoaktywnych w celu wprowadzania się w stan odurzenia, sąd rodzinny może orzec umieszczenie nieletniej osoby w szpitalu psychiatrycznym*



lub innym odpowiednim zakładzie leczniczym. Według przepisów prawa w każdym przypadku popełnienia czynu karalnego przez ucznia lub uczennicę, która ukończyła 17 rok życia, należy zawiadomić prokuratora lub policję.

Gdy nauczyciel stwierdzi, że uczeń, który nie ukończył 18 roku życia zażywa środki psychoaktywne w celu odurzenia się, powinien niezwłocznie przekazać taką informację wychowawcy klasy. Wychowawczyni jest zobowiązana poinformować o tym fakcie opiekunów prawnych ucznia lub rodziców. Jeżeli rodzice odmawiają współpracy lub nie stawiają się do szkoły, zaś do wychowawczynie nadal docierają niepokojące sygnały dotyczące problemów ucznia z substancjami psychoaktywnymi, dyrektor szkoły powinien powiadomić o tej sytuacji odpowiednie instytucje, w tym przypadku sąd rodzinny lub specjalistę ds. nieletnich – organ funkcjonujący przy komendach policji.

**Szkoła nie powinna być miejscem, gdzie funkcjonuje mikrosystem państwa policyjnego, lecz stwarzać szeroki wachlarz możliwości dla działań profilaktyczno-edukacyjnych.**

Wiele nauczycielek czy pedagogów odpowiedzialnych za profilaktykę i przeciwdziałanie narkomanii wciąż posługuje się pewnym katalogiem mitów na temat narkotyków. Zaufanie uczniów i uczennic do działań podejmowanych przez posługujących się oczywistymi dlań fałszami maleje do zera. Ważne jest, aby kadra dysponowała zestawem chociaż podstawowych informacji na temat narkotyków czy zagadnień polityki narkotykowej.

---

Agnieszka Sieniawska, prawniczka, przewodnicząca  
Polskiej Sieci Polityki Narkotykowej

## **CO ROBIĆ, ŻEBY NIE ZASZKODZIĆ JESZCZE BARDZIEJ:**

Warto podkreślić, że nawet dość sztywne ramy tych szkolnych przepisów określają, że policję (ew. sąd rodzinny) trzeba zawiadomić dopiero, gdy zostały wyczerpane inne środki: m. in. rozmowa z pedagogiem, psycholożką, dyrekcją, rodzicami, skierowanie do odpowiedniej placówki profilaktycznej. Nie dotyczy to rzecz jasna kwestii stwierdzenia faktu posiadania zakazanych substancji przez ucznia czy uczennicę, ponieważ jest to karalne wg polskiego prawa, ale ogólnej obserwacji zmian zachowania ucznia i uczennicy oraz ich ewentualnych kłopotów. Procedury nie sugerują usuwania tych osób ze szkoły.





# VII.

**SŁOWNICZEK**

**SUBSTANCJI**

**PSYCHO-**

**AKTYWNYCH**

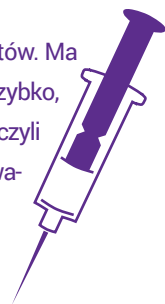
**A**lkohol – etanol lub alkohol etylowy spowalnia reakcje centralnego układu nerwowego, dociera do organów ciała poprzez krew. Poziom alkoholu jest mierzony w promilach. Sposób działania jest dwuetapowy: najpierw substancja wywołuje stany rozluźnienia i odprężenia, drugi etap to reakcja, która może objawiać się nerwowością czy ospałością, a także złym samopoczuciem. To po tę substancję (podobnie jak po wyroby tytoniowe) najczęściej sięga młodzież. Prawdopodobnie ze względu na fakt, że są one po prostu dostępne w sprzedaży.



**A**mfetamina – ma działanie pobudzające, występuje najczęściej w formie białego proszku, przeznaczonego do wciągania, czasem stosowana dożylnie. Co raz popularniejszą substancją jest również metamfetamina – podobna w działaniu, bardziej toksyczna. Amfetamina jest drugą po marihuanie najczęściej używaną przez młodzież nielegalną substancją psychoaktywną w Polsce (Raport ESPAD 2011).

**D**opalacze (*smart drugs, legal highs*) - nowe substancje psychoaktywne, używki tworzone tak, aby ominąć prawo zakazujące pewnych substancji. Mogą składać się ze środków pochodzenia roślinnego (i są wtedy sprzedawane w formie do palenia lub zażywania doustnego) bądź syntetycznego (najczęściej w formie pigułek). Głównym niebezpieczeństwem związanym z ich używaniem jest brak pełnej wiedzy na temat składu chemicznego substancji, przez co trudno przewidzieć reakcje organizmu i trudno dobrać leczenie w razie przedawkowania.

**H**eroina – jest sztucznym derywatem morfiny z grupy opiatów. Ma działanie znieczulające, zmniejsza lęk i napięcie, działa bardzo szybko, spowalnia oddech. Powoduje silne uzależnienie i efekt tolerancji – czyli potrzeby zażywania większej ilości substancji. Może być wstrzykiwana lub palona (brown sugar).



**Ketamina** – substancja psychoaktywna klasyfikowana jako dysocjant psychodeliczny. Stosowana w medycynie jako lek. Oprócz wywoływania narkozy ma także działanie przeciwbólowe. Obecnie ketamina używana jest głównie w weterynarii do znieczulania przedoperacyjnego małych zwierząt. Efekty działania ketaminy na stan świadomości obejmują uczucie depersonalizacji, odrealnienia, oderwania od ciała, zaburzenia w odczuwaniu upływu czasu, barwne wizje i efekty wizualne przypominające marzenia senne, a w większych dawkach także utratę kontaktu ze światem zewnętrznym. Na zachodzie ketamina jest popularną używką klubową.

**Kokaina** – wywołuje poczucie euforii i ożywienia, ma postać białego proszku produkowanego z liści rośliny o nazwie koka. W Polsce mało popularna między innymi ze względu na wysoką cenę. Groźniejsza jest jej pochodna - crack - tanszy, w postaci kryształków, przeznaczony do palenia.



**Konopie indyjskie** – roślina, która może służyć do produkcji **marihuany** i **haszyszu**. Zawiera związek THC (tetrahydrokanabidol), który jest odpowiedzialny za wpływ na psychikę, myśli i emocje.

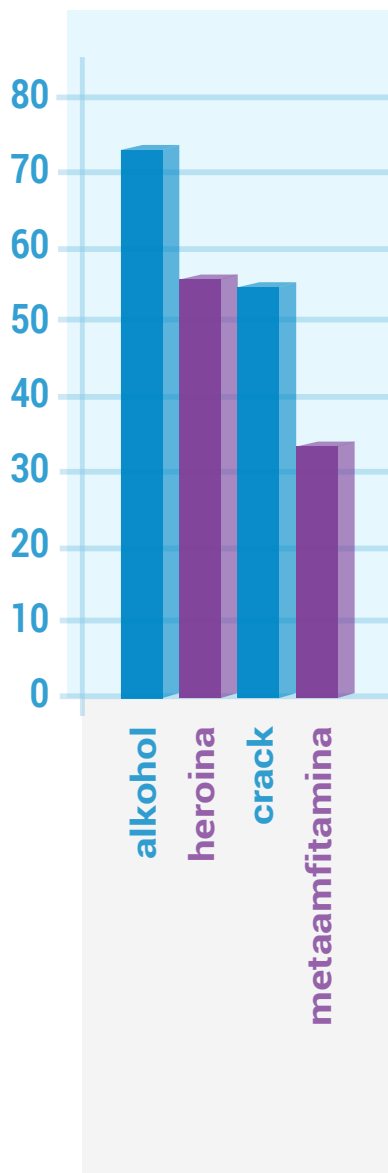
Według raportu Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii z 2014 roku *Konsumpcja substancji psychoaktywnych przez młodzież szkolną – Młodzi 2013* marihuana jest najczęściej używaną nielegalną substancją psychoaktywną (40,2% badanej młodzieży kiedykolwiek jej używało). THC jest przenoszone wraz z krwią przez płuca. Efekt po spożyciu jest trudny do przewidzenia, zależy od indywidualnych czynników – zazwyczaj jest to radość i odprężenie, utrata zdolności koncentracji czy zapamiętywania nowych informacji. Długofalowe działanie konopi na centralny ośrodek nerwowy w przypadku regularnego zażywania może się wiązać z zaburzeniami niektórych funkcji poznawczych. Należy pamiętać, że ślady THC można wykryć w organizmie nawet kilka tygodni po jej zażyciu.



**Drogi przyjmowania substancji psychoaktywnych** są zróżnicowane: zażywanie substancji psychoaktywnych może się odbywać drogą iniekcji (dożylną, domięśniową, podskórną), co wiąże się z ryzykiem zakażenia HIV, HCV lub gruźlicą. Najczęściej są to substancje takie jak heroina, ale także coraz częściej metamfetamina czy amfetamina. Narkotyki mogą być przyjmowane również drogą doustną (ecstasy, LSD), ale także wziewną - poprzez inhalację albo palenie (marihuana, opium, heroina, kokaina). Niektóre środki mogą być aplikowane także poprzez wciąganie do nosa (amfetamina czy kokaina).

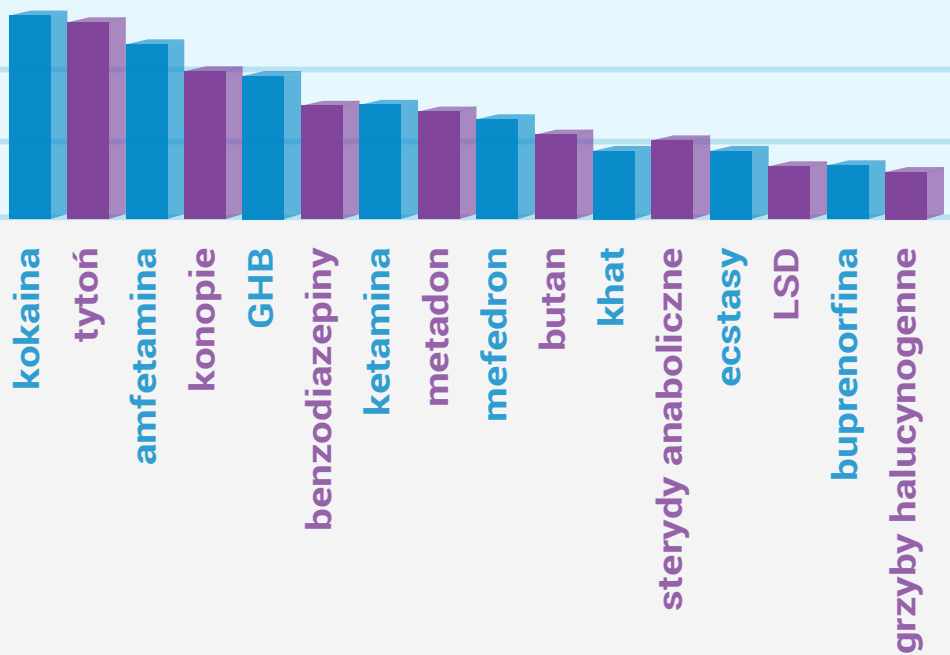
Wykres obok.

Zestawienie szkodliwości substancji według prof. Davida Nutta opublikowany w 2010 roku w magazynie medycznym „Lancet”. Zespół naukowców zbadał 20 substancji pod względem szkodliwości społecznych, zdrowotnych, a także potencjału uzależnieniowego. Kryteria szkodliwości dotyczyły m.in. śmiertelności, występowania zaburzeń psychicznych, przestępczości czy szkód rodzinnych i ekonomicznych powodowanych zażywaniem danej substancji. Cytując dr n. med. Bogusława Habrata, w odniesieniu do tego zestawienia statystycznego, *z powodu chorób odtytoniowych w Polsce umiera rocznie ok 60-70 tys. osób. Zgonów związanych z alkoholem jest 12-24 tys. rocznie, tymczasem w związku z zażywaniem narkotyków w ciągu roku umiera ok. 200-300 osób. Jeśli zaś chodzi o tzw „dopalacze”, to w 2012 roku odnotowano tylko dwa przypadki zgonów.*





## Ranking szkodliwości substancji psychoaktywnych według prof. Dawida Nutta



# VIII.

**WAŻNE ADRESY,  
GDZIE MOŻESZ  
UZYSKAĆ WIĘCEJ  
INFORMACJI  
I ROZWIĄĆ  
NURTUJĄCE CIĘ  
WĄTPLIWOŚCI**



## **Narkopolityka** **[www.narkopolityka.pl](http://www.narkopolityka.pl)**

informacje o najnowszych wydarzeniach w międzynarodowej polityce narkotykowej, materiały edukacyjne i raporty prezentujące wyniki najnowszych badań / zakładki Edukacja i Biblioteka



## **Biuro Rzecznika Praw Osób Uzależnionych** **[www.politykanarkotykowa.pl](http://www.politykanarkotykowa.pl)**

porady prawne



## **Społeczny Komitet AIDS** **[www.skaid.org](http://www.skaid.org)**

wsparcie z zakresu wiedzy o chorobach zakaźnych oraz edukacji seksualnej



## **Fundacja Redukcji Szkód** **[www.redukcjaszkod.pl](http://www.redukcjaszkod.pl)**

informacje i wsparcie z zakresu wiedzy o polskiej redukcji szkód wśród użytkowników substancji psychoaktywnych



## **Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii** **[www.kbpn.gov.pl](http://www.kbpn.gov.pl)**

informacje o aktualnej sytuacji prawnej, raporty z zakresu poziomu spożycia substancji w Polsce, aktualne kampanie rządowe, adresy instytucji pomocowych.



Na stronie **[www.kbpn.gov.pl](http://www.kbpn.gov.pl)** znajdziesz wyszukiwarkę rekomendowanych programów profilaktycznych, dostosowanych do wieku odbiorców



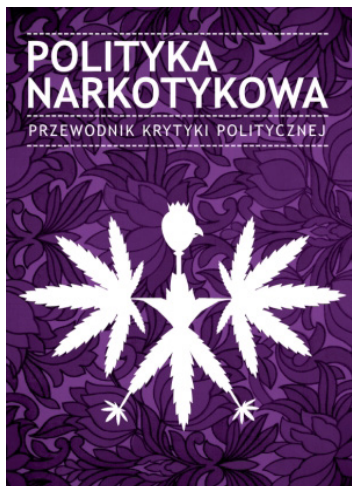
## **[www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl)**

internetowa poradnia; bezpłatna i anonimowa porada lekarska, psychologiczna lub natury prawnej



## **Helsińska Fundacja Praw Człowieka** **[www.hfhr.pl](http://www.hfhr.pl)**

Informacje o naruszeniach przestrzegania praw człowieka, opinie o planowanych zmianach prawa, raporty z monitoringu instytucji publicznych



Wydanie: I  
Skład: Twarzywo  
Oprawa: miękka  
Format: 118 x 165  
Liczba stron: 256  
ISBN: 978-83-61006-60-2

## POLITYKA NARKOTYKOWA. PRZEWODNIK KRYTYKI POLITYCZNEJ

Opracowanie zbiorowe

Leczyć czy karać? – zwykle do tego pytania sprowadza się w Polsce dyskusja o narkomanii. Najczęściej pada odpowiedź: karać i przymusowo leczyć.

Doświadczenia wielu krajów pokazują jednak, że kryminalizacja problemu narkomanii wcale go nie rozwiązuje. Kryminalizacja nie zmniejsza znacząco liczby uzależnień, zwiększa zaś ich koszty społeczne: marginalizację, przestępczość, wykluczenie i degenerację, wreszcie śmiertelność wśród narkomanów. Dużo lepsze efekty przynosi zasada redukcji szkód wywiedziona z idei praw człowieka, świadczą o tym liczne przykłady.

W książce *Polityka narkotykowa. Przewodnik Krytyki Politycznej* próbujemy odpowiedzieć na najważniejsze pytania: czy uzależnienia to problem czysto medyczny, czy raczej kryminalny i społeczny, jakie formy pomocy i terapii są najbardziej skuteczne, co fenomen narkomanii mówi nam o społeczeństwie? O tym złożonym zjawisku piszą socjologowie i reporterzy, lekarze i publicyści, terapeuci i sami uzależnieni. Obok krótkiej historii narkomanii w Polsce czytelnik znajdzie tu m. in. przegląd metod i instrumentów polityki antynarkotykowej stosowanych w Europie, diagnozę czarnego rynku w naszym kraju, analizę obowiązujących regulacji prawnych i krytyczny zarys klasowych uwarunkowań problemu. Przedstawiamy też konkretne propozycje działań dla polskich polityków i terapeutów.



Tytuł oryginalny: Children of the Drug War  
Wydanie: I  
Skład: Katarzyna Błahuta  
Projekt okładki: Katarzyna Błahuta  
Oprawa: miękka  
Format: 132 x 210  
Liczba stron: 332  
ISBN: 978-83-62467-93-8

## DZIECI WOJNY NARKOTYKOWEJ

Opracowanie zbiorowe pod red. Damona Barretta

Gdy w 1971 roku Richard Nixon ogłaszał wojnę z narkotykami, robił to w imię „bezpieczeństwa naszych dzieci”. Po ponad czterdziestu latach autorzy „Dzieci wojny narkotykowej” celnie punktują przerażające, uderzające w najmłodszych konsekwencje takiej polityki. To książka pokazująca jak wojna o dobro dzieci, zamieniła się w wojnę przeciwko dzieciom. Kiedy polityką rządzi strach, brakuje krytycznego myślenia i debaty nad koniecznymi zmianami.

W Afganistanie dzieci rolników uprawiających opium są sprzedawane w ramach spłaty długów wobec przemytników. W Meksyku dziesiątki tysięcy dzieci zostało osieroconych w wyniku działań wojsk skierowanych przeciwko wielkim kartelom. W Kambodży w izbach zatrzymań dla narkomanów ponad jedna czwarta osadzonych nie skończyła osiemnastu lat, a wielu z nich jest poddawanych torturom.

Książka pod redakcją Damona Barretta jest nie tylko świetną dokumentacją lat zaniedbań, ale i zbiorem konkretnych propozycji rozwiązania. Dojmująco udowodnia także, że w pewnym sensie wszyscy jesteśmy dziećmi wojny narkotykowej.

## KTO W POLSCE MA HIV?

JAKUB JANISZEWSKI

„Mamy sukces – mówi Ministerstwo Zdrowia, gdy przychodzi do rozmowy o polskiej epidemii HIV/AIDS. – Stworzyliśmy skuteczne instytucje, dobre systemowe rozwiązania, gęstą sieć organizacji pozarządowych. Radzimy sobie” - dodaje i idzie spać.

Książka Jakuba Janiszewskiego jest próbą interpretacji tego senego marzenia. Bo to nie jest zwykły sen. To sen kogoś, kto łamie prawa reprodukcyjne, lekceważy mniejszości seksualne, ściga użytkowników narkotyków, nie prowadzi sensownej edukacji seksualnej, zapomniał o działaniach prewencyjnych, ma słaby trzeci sektor i mało przyjazną służbę zdrowia. A jednak śpi, jakby problem nie był jego. A jeśli nie jego – to czyj? Kto w Polsce ma HIV?



Polecamy książki wydawnictwa Krytyki Politycznej:  
[www.krytykapolityczna.pl/wydawnictwo](http://www.krytykapolityczna.pl/wydawnictwo)



Wydanie: I

Skład: Katarzyna Błahuta

Oprawa: miękka

Format: 132 x 210

Liczba stron: 384

ISBN: 978-83-62467-92-1

Premiera: 2013-05-01

## WOJNY NARKOTYKOWE. DONIESIENIA Z POLA WALKI

Opracowanie zbiorowe

Czarne getta Nowego Jorku i afgańskie pola makowe, masowe imprezy techno w Berlinie i kolumbijskie plantacje koki – to najczęstsze skojarzenia z globalnym biznesem narkotykowym. Medialne newsy zbudowały mit przestępczej sieci, w której źródła fala leżą w egzotycznych „jądach ciemności”. Narkomania, wojny gangów i demoralizacja młodzieży to plagi Kolumbii, Meksyku, Afganistanie, Tajlandii czy Rosji.

Artur Domosławski, Wojciech Jagielski, Adam Leszczyński, Jan Smoleński, Wiktor Osiatyński, Rubém Cesar Fernandes, Joanne Csete pokazują społeczne i polityczne konteksty globalnego narkobiznesu. Opowiadają o tym, jak brutalna represja zastępuje rozsądną terapię, a ściganie widm – walkę z realnym problemem.

Fronty morderczej „wojny z narkotykami” to obszary nieopisanego nierówności, wykluczenia, biedy i przemocy. Wojny narkotykowe to opowieść reporterów, ekspertów, pisarzy i działaczy społecznych z różnych stron świata o tym, jak w imię politycznych i mafijnych interesów ginie podmiotowość ofiar, dobro uzależnionych i społeczna racjonalność.



Wydanie: I

Skład: rzeczywobrazkowe.pl

Oprawa: miękka ze skrzydełkami

Format: 145 x 205

Liczba stron: 240

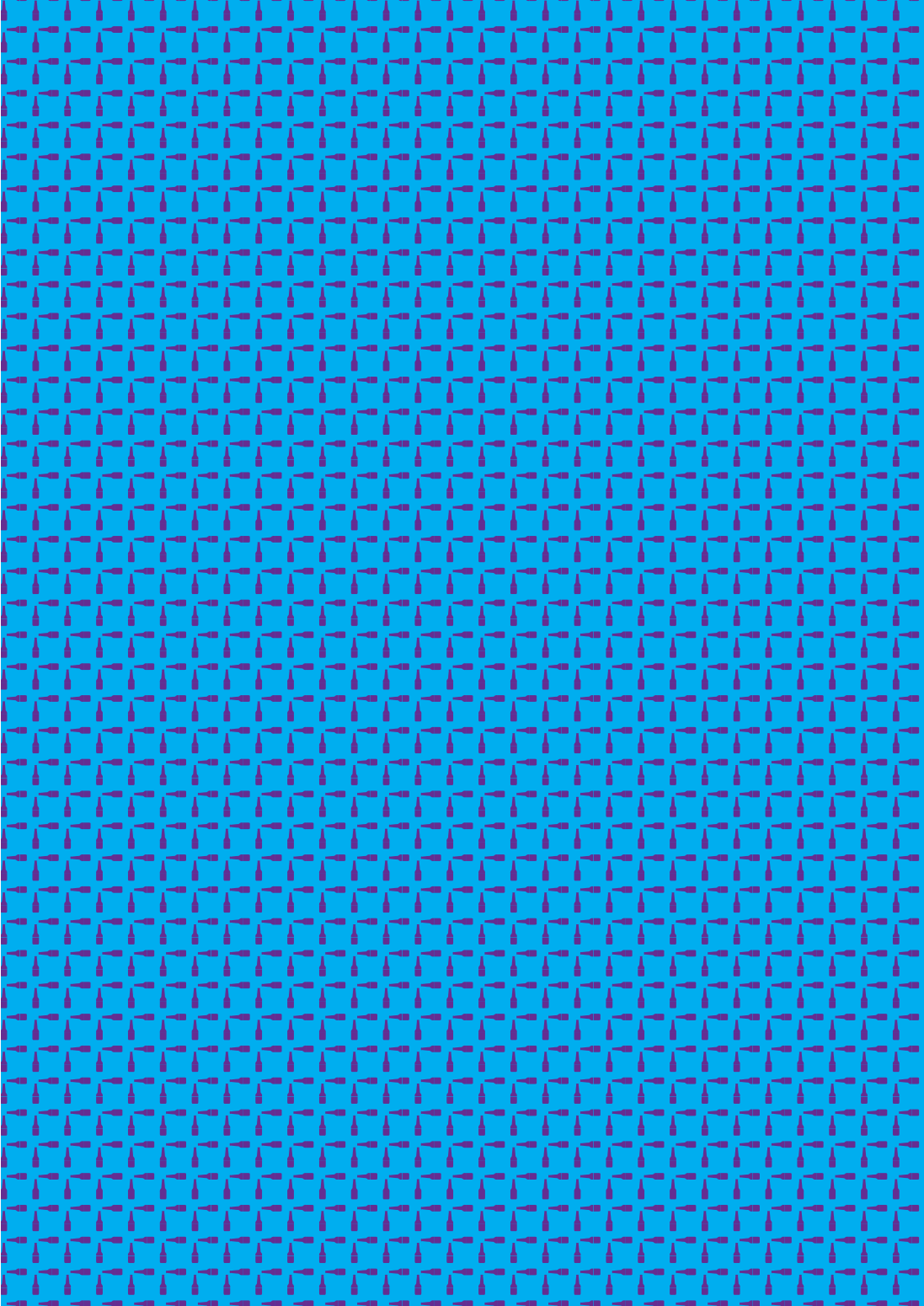
ISBN: 978-83-61006-79-4

Informacje o różnych instytucjach i miejscach, gdzie możesz uzyskać pomoc dotyczącą wsparcia psychologicznego lub terapeutycznego dla Twojej uczennicy lub Twojego ucznia znajdziesz na stronie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii ([www.kbpn.gov.pl](http://www.kbpn.gov.pl)) lub pod numerem Telefonu Zaufania 801 199 990. Dowiesz się tam m.in. jaki rodzaj terapii jest odpowiedni w przypadku używania danych substancji i konkretnego sposobu jej nadużywania (np. programy FredGoesNet lub Candis dla osób używających marihuany, terapia substytucyjna dla uzależnionych od heroiny, terapia stacjonarna).

TELEFON ZAUFANIA

801 199 990

 [www.kbpn.gov.pl](http://www.kbpn.gov.pl)



Często stawiamy na wyraźne rozróżnienie pomiędzy substancjami, które nazywamy narkotykami, a alkoholem czy nikotyną, które są bardziej „oswojone”. Wódka, amfetamina i papierosy mogą być tak samo groźne dla zdrowia w zależności od sposobu ich przyjmowania, dlatego lepiej używać określenia „substancje psychoaktywne”. Demonizowanie nazwy „narkotyk” bagatelizuje działania innych substancji rozpoznawanych przez państwo jako legalne. Pamiętajmy, że w przypadku osób niepełnoletnich spożywanie substancji psychoaktywnych jest zawsze nielegalne, lecz to diler w przeciwieństwie do pani w sklepie monopolowym nie zapyta nastolatka, czy ukończył 18 rok życia.

Czy częste palenie marihuany powoduje problemy z koncentracją i pamięcią?  
Czy możliwe jest porażenie układu nerwowego po spożyciu dopalaczy niewiadomego pochodzenia? Czy od pierwszego zażycia kokainy odpadnie nos? A małżeństwo chroni przed nałogiem?

Nauczycielko i nauczycielu, zażyjcie dawkę wiedzy, ponieważ w rozmowach z młodzieżą warto przywoływać tylko i wyłącznie sprawdzone fakty.



**krytyka**  
polityczna

[www.narkopolityka.pl](http://www.narkopolityka.pl)

ISBN: 978-83-6385-594-9



9 788363 855949 >