

SERIA: KONTYNUACJA NARKOTYKI I ALKOHOL RODZICE ZAPEWNIAJĄ MŁODYM LUDZIOM OPIEKĘ, RADOŚĆ I NAUCZANIE



GLÓWNE RADY

- **Próbowanie różnych rzeczy to istotna część procesu dorastania**
Większość młodych ludzi pije alkohol i będzie tak robić przez całe życie. Niektórzy z młodych ludzi będą również próbować palenia papierosów i zażywać nielegalnych substancji. Niektórzy z tego „wyrosną”, a inni używać ich będą w wieku dojrzałym.
- **Nie koncentruj się na „nielegalnych” narkotykach**
Palenie papierosów i nadużywanie alkoholu może być równie szkodliwe dla zdrowia dziecka.
- **Rola rodziców**
To, co mówią rodzice ma wpływ na poglądy i zachowanie młodych ludzi. Młodzi ludzie częściej sięgną po papierosa, jeżeli palą ich rodzice, bracia lub siostry. Rzucenie palenia w rodzinie może zapobiec, aby dziecko zaczęło palić.
- **„Mówienie może zachęcić ich do spróbowania”**
Rodzice często obawiają się, że jeżeli zaczną rozmawiać z młodymi ludźmi o narkotykach, ci zechcą eksperymentować z tymi substancjami. Nie jest to prawda. W tych domach, w których otwarcie mówi się o problemach, jest większa szansa, że młodzi ludzie mieć będą więcej przekonania, aby powiedzieć „nie” na coś, czego nie chcą robić.
- **Nie obawiaj się zasięgnąć porady**
Jest wiele organizacji, które służą wyczerpującymi informacjami i udzielają wsparcia w tym zakresie. Niektóre z nich wymienione są na końcu niniejszej ulotki.

UŻYWANIE NARKOTYKÓW I ALKOHOLU PRZEZ DZIECI I MŁODZIEŻ

- **Palenie papierosów** – jedna czwarta 15-latków pali papierosy codziennie. U dziewcząt prawdopodobieństwo rozpoczęcia palenia jest większe, aczkolwiek w ciągu tygodnia chłopcy zwykle wypalają więcej papierosów. Młodzi ludzie częściej rozpoczynają palenie, jeśli w rodzinie palą rodzice, brat lub siostra.
- **Alkohol** – większość młodych ludzi poznała alkohol do 11-go roku życia. Badania wykazują, że dzieci w wieku 11–15 lat piją alkohol każdego tygodnia. Wskaźnik „upijania się na umór” również zwiększył się wśród młodych ludzi.
- **Nielegalne narkotyki** – przeprowadzone ankiety wskazują, że 30% dzieci w wieku 15 lat używało marihuany. W odniesieniu do innych nielegalnych narkotyków (takich jak ecstasy lub LSD) wskaźnik ten nie przekracza 5%.

USTAWODAWSTWO ODNOSZĄCE SIĘ DO PAPIEROSÓW, ALKOHOLU I NARKOTYKÓW

- **Palenie papierosów** – sklepy nie mają prawa sprzedawać papierosów osobom poniżej 16 lat. Rząd zastanawia się nad podniesieniem wieku, od którego palenie papierosów nie stanowi naruszenia prawa.
- **Alkohol** – młodzi ludzie nie mają prawa kupowania alkoholu w sklepie na wynos lub w pubie do osiągnięcia 18. W wieku 16 oraz 17 lat mogą w pubie napić się piwa lub

cydru, jeżeli są w towarzystwie dorosłego i jedzą posiłek. Nie ma przepisu zabraniającego dzieciom picia alkoholu w domu w wieku od lat 5.

- **Nielegalne narkotyki** – młoda osoba może zostać aresztowana i oskarżona o posiadanie lub rozprowadzanie narkotyków od wieku 10 lat. Nielegalne narkotyki dzielone są na „klasy”. Klasa A obejmuje narkotyki takie jak kokaina, ecstasy oraz heroina. Do narkotyków klasy B należą amfetamina oraz barbiturany. Klasa C narkotyków to marihuana oraz sterydy anaboliczne. Marihuanę przeklasyfikowano w roku 2004 jako narkotyk klasy C. Najostrzejsze sankcje grożą za używanie narkotyków grupy A.

NAUKA W SZKOLE O NARKOTYKACH I ALKOHOLU

- Wiadomości o substancjach (zarówno legalnych jak nielegalnych) przekazywane są uczniom w ramach przedmiotów przyrodniczych Ogólnokrajowego Programu. W szkole średniej młodzi ludzie uczą się o skutkach używania alkoholu i palenia oraz zazywania nielegalnych substancji.
- Główne tematy na tych lekcjach obejmują prawo, nacisk ze strony kolegów oraz dokonywanie zdrowych wyborów. O wielu z nich mówi się także w ramach nauczania osobistego, społecznego i zdrowotnego (Personal, Social and Health Education -PSHE).
- Sposób nauczania o tych substancjach poważnie różni się w zależności od szkoły. Możesz zasięgnąć informacji w szkole, do której chodzi dziecko, na temat obowiązujących w danej szkole zasad uczenia o narkotykach i alkoholu.

ROZMAWIANIE Z DZIEĆMI I MŁODYMI LUDŹMI O NARKOTYKACH I ALKOHOLU

- Wielu rodziców mówi, że nie rozmawia z młodymi ludźmi o używaniu przez nich alkoholu. Są zdania, że na ten aspekt rozwoju młodych ludzi nie mają żadnego wpływu. Nie jest to jednak prawda – słowa rodziców się liczą.
- Niektórzy rodzice nie rozmawiają z młodymi ludźmi o nielegalnych narkotykach ponieważ sądzą, że nie mają na ten temat wystarczającej wiedzy, jednak badania wykazują, że w domach, w których rodzice mają zdecydowane poglądy i otwarcie rozmawiają z dziećmi, jest mniej prawdopodobne, że młodzi ludzie sięgną po nielegalne narkotyki.
- Wielu rodziców widzi, że mogą nawiązać kontakt w młodymi ludźmi za pośrednictwem telewizyjnych oper mydlanych. Dlaczego, przykładowo, dana zachowywała się w taki właśnie sposób i czy nie mogła postąpić inaczej? Pomaga to młodym ludziom zastanowić się nad wyborami, jakich dokonują.
- Zarówno dla rodziców jak i dzieci oraz młodych ludzi pomocą służą liczne materiały informacyjne i istnieje możliwość uzyskania wsparcia.

O bliższe informacje i porady można zwracać się do:

Talk to Frank zawiera szczegółowe informacje o różnych narkotykach, przepisach prawnych, jak również informacje i poradnictwo dla młodych ludzi i rodziców.

Tel.: 0800 776600 Strona internetowa: www.talktofrank.com Email: frank@talktofrank.com

Connexions Ta witryna internetowa nastawiona jest na młodych ludzi. Dysponuje ona jednak również szerokim zakresem pożytecznych informacji dla rodziców. Można przejść bezpośrednio na stronę ‘health’ („zdrowie”).

www.connexions.com

Miejsce na dodanie informacji lokalnych i kontaktów

© Crown Copyright sierpień 2006