

# Wiatr w żagle

## UZALEŻNIENIA

Iceland   
Liechtenstein  
Norway

**Active  
citizens fund**

Projekt realizowany z dotacji programu Aktywni Obywatele – Fundusz Krajowy,  
finansowanego z Funduszy EOG

EFEKT PIGMAILIONA

EFEKT GOLEMA

# JASPER JULL

- ▶ Dziecięca zdolność do rozwijania nowych umiejętności – zarówno intelektualnych jak i społecznych – drastycznie maleje, kiedy otoczenie, w którym dziecko się uczy, jest nastawione krytycznie.

# Jasper Jull


- ▶ Z tego powodu krytykujący rodzice i nauczyciele wpadają w błędne koło frustracji i niezadowolenia: mimo, że wszystko „powtarzają po sto razy”, ich dzieci nie robią oczekiwanych postępów.

Dlaczego?



# Jasper Jull

- ▶ Dlatego, że krytyka powoduje, iż czują się złe, głupie, niezastęgujące na szacunek, a to obniża ich zdolności poznawcze.
- ▶ Skutkiem jest jeszcze większa frustracja rodziców i nauczycieli.



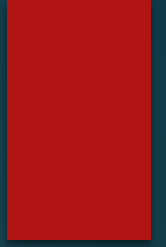
To dlaczego jeden uczeń z rodziny Kowalskich gdzie źle się dzieje potrafi a jego brat jest jak ojciec? -



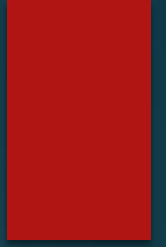
Role jakie przyjmują dzieci z rodzin  
w których występuje uzależnienie



# Bohater



# Kozioł ofiarny



# Niewidoczne dziecko



# Maskotka







# KRYTERIA GŁĘBOKOŚCI NAŁOGU

# FAZA I – EKSPERYMENTOWANIE

## 1. Kontakty społeczne

ma normalne kontakty społeczne, wygląd bez zmian, używa narkotyków tylko na wyraźną propozycje

## 2. Higiena i zdrowie

niema widocznych fizycznych uszczerbków, wygląd bez zmian

### 3. Nauka lub praca

rzadkie przejawy zaniedbywania obowiązków

### 4. Stosunek do pieniędzy, rzeczy materialnych

jak do tej pory nie ma widocznych objawów, że zwiększyły się jego wydatki

### 5. Rozwój emocjonalno - uczuciowy

bierze, aby wzmocnić nastrój, aby zaspokoić ciekawość



# FAZA II – UŻYWANIE

## 1. Kontakty społeczne

- ▶ ma paru kolegów którzy biorą narkotyki, stała częstotliwość brania i powody;
- ▶ w wyglądzie pojawiają się akcenty przynależności do grupy

## 2. higiena i zdrowie

- ▶ niby tak samo jak poprzednie, ale mogą pojawić się: kac. senność, problemy ze snem, zdekonzentrowanie

### 3. nauka lub praca

- ▶ wyraźnie da się zaobserwować związek złego samopoczucia po używaniu, a wypełnianiem obowiązków,
- ▶ nasilają się objawy

### 4. stosunek do pieniędzy, rzeczy materialnych

- ▶ zaczyna oszczędzać pieniądze no narkotyki,
- ▶ wydaje więcej niż planuje,
- ▶ zapożycza się

## 5. rozwój emocjonalno – uczuciowy

w narkotykach i atmosferze brania widzi przyjemność;  
lubi rytuały, które temu towarzyszą i sam stwarza rytuały,  
zdarzyć się mogą:

- ✓ zaburzenia psychiczne,
- ✓ „urwanie filmu”,
- ✓ agresja

# Używanie szkodliwe

- ▶ To taki sposób przyjmowania substancji psychoaktywnych, które powoduje szkody zdrowotne:
  - ✓ **szkody somatyczne** czyli zdrowotne (np. zapalenie wątroby)
  - ✓ **psychiczne** (np. epizody depresyjne po intensywnym piciu alkoholu).
- ▶ Używanie szkodliwe bywa często przedmiotem krytyki ze strony otoczenia.
- ▶ Utrzymuje się przez co najmniej miesiąc lub występował w sposób powtarzający się w ciągu 12 miesięcy

# FAZA III – NADUŻYWANIE

## 1. kontakty społeczne

- ▶ zwiększa się ilość osób biorących w towarzystwie,
- ▶ sam kupuje narkotyki, jest niestówny.
- ▶ Często zrywa towarzyskie więzi z osobami nie biorącymi lub wytwarza dystans

## 2. higiena i zdrowie

- ▶ pojawiają się regularne problemy ze snem i odżywianiem się,
- ▶ zwiększa się dawka narkotyku,
- ▶ może nastąpić zmiana narkotyku na silniejszy lub zwiększyć częstotliwość,
- ▶ ma kaca, ale nie ma pełnego zespołu abstynencyjnego,
- ▶ istnieje możliwość zatrucia,
- ▶ w wyglądzie są niedopatrzzenia,
- ▶ następuje zmiana ubioru,
- ▶ pojawiają się atrybuty związane z używaniem narkotyków

### 3. nauka lub praca

- ▶ wyraźny zły stosunek do obowiązków:  
wagary, spóźnienia, symuluje, nie wywiązuje się z obowiązków,
- ▶ woli pracować sam, uczyć się sam

### 4. stosunek do pieniędzy, rzeczy materialnych

- ▶ wydaje więcej niż ma,
- ▶ ma długi, ucieka przed wierzycielami,
- ▶ prowadzi „krzywe interesy„

## 5. rozwój emocjonalno – uczuciowy

- ▶ bierze, aby nie czuć, nie myśleć, że źle zrobił,
- ▶ ucieka przed problemami,
- ▶ deklaruje uczucia



# FAZA IV – UZALEŻNIENIE

## 1. Kontakty społeczne

- ▶ wszyscy przyjaciele nadużywają,
- ▶ grupa wywiera presję,
- ▶ dużo kłamstw,
- ▶ pogwałcenie prawa,
- ▶ dużo dewiacji w sferze zachowań społecznych

## 2. higiena i zdrowie

- ▶ poważne objawy świadczące o problemach zdrowotnych,
- ▶ mogą wystąpić objawy abstynencyjne, długie okresy snu;
- ▶ organizm jest wycieńczony,
- ▶ mogą też wystąpić psychozy potoksyczne, paranoje,
- ▶ depresja,
- ▶ zaburzeniu świadomości,
- ▶ problemy u sferze poznawczej,
- ▶ halucynacje, omamy,
- ▶ przedawkowanie

### 3. nauka lub praca

- ▶ nie ma pracy,
- ▶ nie chodzi do szkoły,
- ▶ traci uprawnienia, zrywa kontakty z zakładem pracy, szkołą,
- ▶ zajmuje się zdobywaniem środka.

### 4. stosunek do pieniędzy, rzeczy materialnych

- ▶ ruina finansowa

## 5. rozwój emocjonalno - uczuciowy

- ▶ bierz po to, aby czuć się normalnie, aby egzystować,
- ▶ ma przymus brania,
- ▶ nie ma poczucia kontroli,
- ▶ ma poczucie winy,
- ▶ sam nie może przestać brać,
- ▶ widzi wszystko co złe w jego życiu.

# Uzależnienie

- ✓ Silne pragnienie lub **przymus** przyjmowania substancji
- ✓ **Upośledzona zdolność kontroli** zachowań związanych z przyjmowaniem substancji (rozpoczęcia, zakończenia lub ilości)
- ✓ Fizjologiczne objawy **zespołu odstawienia**
- ✓ Zmiana **tolerancji**
- ✓ Narastające **zaniedbywanie** alternatywnych źródeł przyjemności lub **zainteresowań**
- ✓ Przyjmowanie substancji **pomimo wiedzy o szkodliwych skutkach**

Na ostateczne rozpoznanie uzależnienia pozwala identyfikacja

**trzech lub więcej objawów**

występujących łącznie przez co najmniej jeden miesiąc lub jeżeli utrzymywało się krócej niż miesiąc to występowało w sposób powtarzający się w okresie


**12 miesięcy.**




Jako charakterystyczna cecha uzależnienia bywa  
również opisywany

**zawężony repertuar wzorców przyjmowania  
substancji**

(np. tendencja do picia alkoholowych drinków  
każdego dnia).

- 
- ▶ Zespół uzależnienia **może dotyczyć**
  - ▶ **określonej substancji,**
  - ▶ **grupy substancji,**
  - ▶ **albo szerokiego zakresu różnych substancji** (np. leków opiatowych)
  
  - ▶ albo szerokiego zakresu różnych substancji (są to osoby odczuwające przymus przyjmowania regularnie jakiejkolwiek substancji psychoaktywnej, jeśli tylko jest dostępna oraz przejawiające niepokój, podniecenie i/lub fizyczne objawy abstynencyjne).



- 
- ▶ Przyjęcie substancji nawet po bardzo długim czasie może wyzwać zjawisko gwałtownego nawrotu innych objawów zespołu, znacznie szybciej niż pojawienie się uzależnienia u osób poprzednio nieuzależnionych.

# Gdzie szukać informacji?

- ▶ Krajowe biuro ds. przeciwdziałania narkomani  
[www.kbpn.gov.pl](http://www.kbpn.gov.pl)
- ▶ Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  
[www.parpa.pl](http://www.parpa.pl)

# Telefony Zaufania

## ▶ Narkomania

**800 199 990**

czynny codziennie w godz. 16-21

## ▶ Uzależnienia behawioralne

**801 889 880**

czynny codziennie w godz. 17-22

# Gdzie szukać pomocy w Olkuszu?

- ▶ **Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży**  
ul. Kr. K. Wielkiego 64
- ▶ **Zespół Leczenia Środowiskowego**  
ul. Kr. K. Wielkiego 64
- ▶ **Poradnia Leczenia uzależnień**  
**Nowy Szpital Olkusz**
- ▶ **Ośrodek Pomocy Społecznej**
- ▶ **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

# Specjalistyczne Centrum Psychoterapii i Rozwoju Osobistego

- ▶ Centrum Psychoterapii i Rozwoju Osobistego

32-300 Olkusz

ul. Kazimierza Wielkiego 64

- ▶ Telefon komórkowy: **506 916 721**
- ▶ Telefon stacjonarny: **32 645 07 44**

prof. Stuart Shanker

*„Wszyscy jesteśmy różni  
i  
wszyscy wciąż się zmieniamy”*

Dziękuję za uwagę