**JAK POSTĘPOWAĆ, GDY PODEJRZEWAMY,   
ŻE UCZEŃ MA KONTAKT Z NARKOTYKAMI?**

Jeśli podejrzewasz, że Twój uczeń zażywa środki psychoaktywne zapewne zaobserwowałeś któreś z poniższych charakterystycznych sygnałów i zachowań ucznia:

- nowe znajomości, „tajemnicze” rozmowy  telefoniczne, slang  
- przebywanie np. podczas przerw w podejrzanym towarzystwie  
- nieoczekiwane i nagłe, powtarzające się zmiany nastroju  
- izolowanie się i zamykanie w sobie  
- źrenice opornie reagujące na światło  
- niespotykana dotąd agresja  
- ospałość i senność  
- dziwne plamy, zapachy lub znaki na ciele  
- niespotykane dotąd akcesoria: woreczki foliowe, lufki, fajeczki domowej roboty itp.  
- słowotok  
- „chichawka”, czyli trudne do opanowania napadu śmiechu bez określonego powodu  
- stopniowy zanik zainteresowań szkołą.

**Co robić?**

* **Zacznij działać**, ale nie rób niczego pod wpływem emocji i nie rozpoczynaj rozmowy, gdy dziecko jest odurzone. Przygotuj się do rozmowy, zadbaj o czas.
* **Porozmawiaj z uczniem**.  
  Podczas rozmowy:

- nie rzucaj nieuzasadnionych podejrzeń

- przekaż uczniowi swoją wiedzę

- wysłuchaj, co uczeń ma do powiedzenia

- nie daj się zwieść tłumaczeniom typu: narkotyk należy do kolegi, teraz jest taka moda   
i wszyscy biorą, to tylko trawka.

- nie obwiniaj, porozmawiaj o konsekwencjach i zagrożeniach

- uświadom dziecku, że narkotyki są bardziej niebezpieczne dla dzieci niż dla dorosłych.

- jeśli upewnisz się, że był to incydent, daj mu szansę na zmianę

- ustal z uczniem „nowe” reguły i stosuj zasadę ograniczonego zaufania.

* Jeśli niepokojąca sytuacja powtórzy się, niezwłocznie **poinformuj rodziców i zaproś na spotkanie**.  
  - podczas rozmowy niech będzie obecny również pedagog, dyrektor lub inny nauczyciel  
  - ustalcie dalsze działania, najlepiej wizytę u specjalisty.
* Następnie zaproście na spotkanie ucznia, którego sytuacja dotyczy.  
  - nakłońcie ucznia do konsultacji ze specjalistą  
  - w razie potrzeby (np. jeśli uczeń zaprzecza, że przyjmował narkotyki) zaproponuj rodzicom, aby zrobili dziecku **testy wykrywające obecność narkotyków w moczu** (dostępne w aptece) lub zgłosili się na badania do szpitala. Wykrywają one amfetaminę, kokainę, morfinę, THC (marihuana, haszysz). Zwróć uwagę rodziców, że przed kupieniem i zrobieniem testu powinni:  
  - wiedzieć ile czasu minęło od ewentualnego zażycia narkotyku i jaki narkotyk może wchodzić w grę  
  - upewnić się, że mocz, który będą badać pochodzi od ich dziecka.   
  Testy mogą być również przydatne po rozpoczęciu terapii – w celu skontrolowania, czy uczeń utrzymuje abstynencję.
* Wyszukaj adresy specjalistów i poradź rodzicom, gdzie mogą się zwrócić z prośbą o pomoc.
* Jeśli dziecko podejmie terapię, będzie potrzebowało dużo cierpliwości, zrozumienia   
  i wsparcia.
* Jeśli to możliwe, współpracuj z rodzicami po rozpoczęciu terapii przez ucznia:  
  - ustalcie reguły postępowania  
  - bądźcie konsekwentni.
* W każdej niepokojącej sytuacji zagrażającej zdrowiu ucznia możesz poinformować policję (istnieją wyspecjalizowane zespoły ds. nieletnich oraz wydziały ds. narkotyków),   
  a w sytuacjach określonych w odpowiedniej procedurze szkoła powinna zgłosić zawiadomienie do sądu rodzinnego.

**Gdzie można uzyskać cenne informacje i pomoc?**

* poradnie zdrowia psychicznego
* poradnie terapii uzależnień
* punkty konsultacji terapii
* poradnie psychologiczno-pedagogiczne
* Centrum Pomocy Rodzinie - Antynarkotykowy Telefon Zaufania 0 801 199 990
* antynarkotykowa poradnia internetowa  [www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl/)
* ogólnopolski telefon zaufania Komendy Głównej Policji  0 800 120 226

W każdym przypadku warto zwrócić się o pomoc do placówek specjalistycznych.

Niektóre z nich to:

* **Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii**

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

tel. /fax. (022) 827 22 43   
tel. (022) 828 26 73

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

ul.  Chmielna 10a/21

00-020 Warszawa

* **Stowarzyszenie MONAR**

[www.monar.org](http://www.monar.org/)

ul. Hoża 57  
00-681 Warszawa  
tel.: (22) 635 95 09, 635 13 26, 635 94 37

* **Mazowieckie Towarzystwo Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzaleznionych „Powrót z U”**

Nowogrodzka 62a, 02-002 Warszawa   
tel. (22) 844 44 30

* **Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny KARAN**ul. Grodzieńska 6503-750 Warszawa  
  tel. 22618 65 97
* **bezpłatna infolinia 0800 120 289**

Poniżej prezentuję **10 zasad odpowiedzialnego rodzica i nauczyciela**.

Nie rozdzielam ich  tego celowo – czasem nauczyciel w pewnym stopniu zastępuje rodzica, np. w przypadku uczniów z rodzin dysfunkcyjnych.

1. Dążyć do bliskiego i szczerego kontaktu z dzieckiem
2. Okazywać zainteresowanie sprawami dziecka
3. Rozmawiać z dzieckiem na każdy temat
4. Stawiać wyraźna granice: co wolno, a czego nie.
5. Informować dziecko o zagrożeniach
6. Być kategorycznym w sprawie używek
7. Nie ignorować sygnałów ostrzegawczych.
8. W razie zagrożenia podejmować działania.
9. Szukać pomocy i wsparcia specjalistów
10. Nigdy nie rezygnować z pomocy dziecku. Nie poddawać się.

Polecam poszerzenie wiedzy na temat narkotyków, aby nauczyć się rozpoznawać sygnały ostrzegawcze i dzięki temu w porę zareagować i skuteczniej pomagać.

**Warto przeczytać:**

Jan Lechicki, *Postępowanie w uzależnieniach i innych patologiach w szkole – wskazówki dla pielęgniarek szkolnych i nauczycieli*, Kraków 2006

Ralph I. Lopez, *Twój nastolatek. Zdrowie i dobre samopoczucie*

Ruth Maxwell, *Dzieci, alkohol, narkotyki. Przewodnik dla rodziców*

T. Dimoff, S. Carper, *Jak rozpoznać, czy dziecko sięga po narkotyki*

Melannie McFadyen, *Narkotyki – wiedzieć więcej*