



**NÁRODNÍ
MONITOROVACÍ
STŘEDISKO
PRO DROGY
A DROGOVÉ ZÁVISLOSTI**



Konference Primární prevence rizikového chování

Internet a drogová problematika: Možnosti v primární prevenci

Mgr. Barbora Orlíková

Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti

Primární prevence rizikového chování



Úvod

- všechna odvětví včetně pomáhajících profesí jsou zasažena fenoménem internetu a jsme nuceni se tomuto trendu přizpůsobit a přizpůsobit i nabídku služeb
- v současné době velké množství lidí včetně našich klientů využívá internet
- existuje poptávka po získání informací o drogách a rad ohledně drogové problematiky prostřednictvím internetu a v současnosti již vznikla i řada pomáhajících služeb využívající internetovou komunikaci s klientem, tedy existuje i potřebná nabídka



Internet a informace o drogách

- na internetu se vyskytují různě objektivní zdroje informací o drogách, často se objevují zkreslené, návodné informace založené na subjektivních zážitcích zřizovatele webu (viz např. www.pervitin.cz) nebo nepříliš objektivní informace z některých médií
- klienti mají často tendenci považovat vše, co je na internetu, za objektivní, často nejsou schopni rozlišit zdroj informací (zde je míněna jak cílová skupina mládeže, tak i jejich rodičů)
- Naší rolí je kromě poskytování objektivních informací je potřeba poskytovat adekvátní poradenství a kontakty na instituce
- většina „drogových“ institucí má webové stránky s uvedením informací o drogách, podmínkách využití služeb a uvedením kontaktu, možnost kontaktu přes e-mail, případně nabízí možnost „webového poradenství“ a výjimečně komunikaci prostřednictvím chatu nebo icq.

Primární prevence rizikového chování



Internetové poradenství - výhody

- klienti často jsou schopni prostřednictvím anonymní komunikace přes internet vyjádřit problémy, o kterých by se obávali v osobním kontaktu mluvit a lze jim poskytnout potřebné informace pro rozhodování o dalším postupu
- na základě prvního kontaktu prostřednictvím internetu je možné, za určitých okolností a pokud je to adekvátní případu, klienta přimět k osobnímu kontaktu s profesionálem
- internetové poradenství není závislé na místě a čase, klient se může ptát odkudkoli a v kteroukoli hodinu (pokud se jedná o webovou poradnu a nikoli chat nebo komunikaci přes icq)
- klient má možnost rozmyslet si svůj dotaz, pracovník svoji odpověď
- klient má možnost si uchovat odpověď a vracet se k ní, pokud se jedná o webovou poradnu, kde jsou vyvěšené předchozí dotazy a odpovědi, mohou mít k dispozici informace i ostatní návštěvníci stránek
- pro některé klienty je tento typ komunikace jediný vyhovující, případně pro ně není osobní kontakt dostupný

Primární prevence rizikového chování



Internetové poradenství - nevýhody

- internetové poradenství klade velké nároky na klientovu i terapeutovu schopnost vyjádření písemnou formou a terapeutovu schopnost identifikace problému často z velice stručného dotazu klienta
- v rámci internetového poradenství není možnost sledovat neverbální reakce klienta, ani klient nemůže sledovat neverbální reakce terapeuta. Nahrazení neverbálních reakcí tzv. emotikony není dostatečné, mohou vznikat nedorozumění
- komunikace přes internet vzhledem k mnoha komunikačním omezením nemůže nahradit osobní kontakt, psychologické poradenství nebo psychoterapii
- i v rámci internetového poradenství fungují mechanismy, které jsou obvyklé pro osobní vztah s terapeutem a nelze je adekvátně ošetřit (např. přenos)
- je nutno klienta informovat o tom, že tato komunikace má svá omezení
- odpovídání přes internet nemusí mít odezvu ze strany klienta, nereagování klienta může mít mnoho důvodů, které není možné od klienta zjistit
- dotaz klienta může být fiktivní. Zaslání fiktivního dotazu může mít mnoho důvodů, které nelze jednoduše zjistit. Ke všem dotazům je nutno přistupovat tak, že nejsou fiktivní

Primární prevence rizikového chování



Internet a primární prevence v oblasti drog

Poskytování objektivních, komplexních a vyvážených informací o drogové problematice

- informační texty o ilegálních + legálních drogách a rizicích při jejich užívání
- informační texty o nemocech a zdravotních problémech spojených s užíváním drog
- legislativní aspekty drogové problematiky
- informační texty pro rodiče a blízké (prevence v rodině, jak se zachovat při podezření na drogy, vhodné přístupy)
- informační texty o primární prevenci
- informace o jednotlivých složkách péče v drogové problematice včetně kontaktů na zařízení
- odkazy na další weby a publikace, případně na stránky s internetovým poradenstvím

Primární prevence rizikového chování



Internetové poradenství a primární prevence v oblasti drog

Poradenství přes internet (přímé odpovědi na dotazy)

- včasné informování (potencionálních) experimentátorů o rizicích souvisejících s drogami
- informování a poradenství pro rodiče, kteří mají obavy, zda jejich dítě nezačne užívat či již neužívá drogy (vhodný přístup v konkrétní situaci)
- Informace a poradenství pro přátele, spolužáky, partnery, kteří mají ve svém okolí závislého
- informování pedagogů ohledně přístupu k případnému užívání drog u žáků či studentů
- informace pro žáky a studenty, kteří se zajímají (teoreticky) o drogovou problematiku

Primární prevence rizikového chování



Odkazy na webové poradny na českém internetu (výběr)

- www.drogovaporadna.cz SANANIM
- www.extc.cz Podané ruce
- www.internet-poradna.cz Internet-poradna
- www.odrogach.cz SANANIM
- www.prevcentrum.cz Prev-Centrum



Příklady dotazů - rodiče

Název dotazu: Marihuana

- Dobrý den, mám podezření, že můj syn občas kouří marihuanu. Slyšela jsem, že existují papírky, které při kontaktu s močí reagují. Poradíte mi prosím, kde bych je mohla koupit a jak se jmenují? Děkuji za odpověď.

Název dotazu: Marihuana

- Mám "při" se svým nevlastním synem, chvástá se, že bude doma pěstovat marihuanu (trávu), za účelem prodeje. Já mu říkám, že pěstování, držení, distribuce a jiná manipulace s drogou je trestná. Mám pravdu nebo NE? Popište mi následky a důsledky, jaké by se mohly vyskytnout v jeho případě, když tak učiní. V pátek bylo pacholkovi 18 let. Díky za odpověď. J.



Příklady dotazů - rodiče

Název dotazu: Moje 15ti letá dcera je na perníku

- Dcera se nám po naléhání přiznala, že asi 2 měsíce bere pervitin. Za tu dobu požila asi 5-10 dávek. Zajímá mě, o jak vysoký stupeň závislosti se jedná. Ona tvrdí, že závislá není. Dále mě zajímá, jak finančně náročné to pro ni je (kde na to může brát) a možnosti vyléčení z případné závislosti. Může mít tenhle její úlet souvislost s tím, že se cítí tlustá a prožívá teď období přijímacích zkoušek na školu?

Název dotazu: Strach, obavy

- Dobrý den, potřebuji poradit. Má dcera, 17let, již asi rok chodí na různé párty, kde kouří marihuanu. Nyní mám pocit, že začíná experimentovat s pervitinem. Mám šílený strach, vztek, ale nechci nic pokazit a vím, že by mi mohla třeba i utéci. Potřebuji poradit co mám dělat v prvopočátcích. Děkuji



Příklady dotazům - experimentátoři

Název dotazu: proč ne?

- Dobrý den...jsem mladý teenager! Jsem z dobré rodiny, mám kvalitní fotbalové výsledky a nic z toho, co vám teď napíše, mi v tom nějak nevadí. Už asi rok pravidelně navštěvuji nejrůznější party! Napoprvé jsem si vzal 1,5 extáze, líbilo se mi to, a tak už ji беру velmi často...V poslední době mi už ale "E" přestává fungovat. Ze začátku jsem si říkal, že na něco jako piko nikdy nesáhnu, ale teď o tom čím dál tím víc přemýšlím, nechci se zbavovat těch skvělých pocitů na droze...začínám mít sice těžké finanční potíže, ale nějak to zvládám. Kamarádi, kteří smaží, jsou v pohodě a já si říkám, že bych to také zvládnul...nevím...ale říkám si, proč to nezkusit. Každý názor mi pomůže...díky

Název dotazu: ecstasy

- Píšete, že si člověk musí dávat pozor na dobu užívání "e". Jestli jsem to pochopil správně, když člověk užívá "e" 1x za měsíc, tzn. 12 tablet za 1 rok po dobu 1 roku, tak je na nejlepší cestě se s Vámi potkat ? :-)

Primární prevence rizikového chování



Příklady dotazů - experimentátoři

Název dotazu: Láká mě zkusit nějaké tvrdé drogy

- Ahoj. Je mi 17 let. Alkohol nepiju. Marihuanu jsem začala kouřit v 15. Kouřím, tak průměrně 3, 4krát týdně. Už když jsem chodila do 5 nebo 6 třídy jsem si říkala, že cigarety kouřit nechci, ale trávu bych jednou zkusila. Teď mám ale jiný problém. Tak dva roky se zajímám o drogy a myslím, že o nich něco vím. Přečetla jsem plno knížek, vystřihuji si články. Po všem, co se týká drog, jsem jako zblázněná. Víím, že drogy jsou špatné. Dělají z lidí akorát trosky. Ale já v sobě cítím hroznou chuť něco vyzkoušet. Hlavně když vidím nějaký film, ve kterém se drogy objevují, tak mám pocit, jako kdyby každá buňka v mém těle prahla po tom něco zkusit. Třeba perník. Myslím, že by se mi to líbilo. Zkusit si jaké to je být závislý, projít abstáky a pak se z toho dostávat. Mám tisíc důvodů, proč drogy nebrat, a mám jeden proč ano..chuť to zkusit...a ten jeden převládá. Víím, že to je blbost. Moje jediné štěstí je, že k nim nemám přístup, Myslím, že s přibývajícím věkem budu rozumnější, ale co teď? Ono to asi není normální. Mám pocit, jako kdybych o něco přišla, něco, co někdo zažil a já ne. I když toho ti lidé potom litují.

Primární prevence rizikového chování



Příklady dotazů - experimentátoři

Název dotazu: ?

- Mám trochu psychický obtíže, ne takový, který by vypadaly na nějakou diagnózu, ale takový, že nevím, co se sebou a tak, a který asi budou ještě souviset s věkem. Je mi 17. No ale chtěla bych zkusit nějaký halucinogen, jako prostředek ke svému já, k sebepoznání, k tomu, aby mi to ukázalo cestu. Proč se udává, že LSD je nebezpečné právě pro lidi s obtížemi, když je tu možnost introspekce, která mi připadá léčebná? Těmi obtížemi nemyslím nějaké vážné onemocnění. Jaký je Váš názor na holotropní dýchání, hypnózu, hlubinné psych. směry apod.? Děkuji. Jinak jestli se Vám zdá můj dotaz naivní, tak mám zkušenost (víkendovou) z trávou.

Název dotazu: Extáze a vzdělání

- Jsem v prvním ročníku na Gymnaziu. V poslední době se u mě stalo téměř samozřejmostí, že si každý víkend na nějaké akci beru E. Přečetl jsem si už celkem dost o jejich následcích a mám obavy, jestli takovéto užívání má nebo bude mít vliv na moje výsledky ve škole. Jestli úplně neztratím zájem o studium a nebude ze mě blbej necílevědomej blbec. Ne, že bych byl ve škole zase nějaký machr, ale jde mi hlavně o to, abych něčeho dosáhl. Nebude mi E bránit?



Příklady dotazů – partneři, děti

Název dotazu: Závislost na TRAMALU

Právě jsem zjistila, že moje matka minimálně rok pravidelně užívá tramal, neurol nebo lexaurin. V poslední době se k tomu přidal i alkohol. Jakým způsobem tuto závislost řešit?

Název dotazu: Diazepam

- U partnera jsem měla podezření na drogovou závislost v kombinaci s konzumací alkoholu. Nyní jsem čistě náhodou objevila tablety Nitrozepamu, Diazepamu a Oxazepamu, vyvolávají tyto léky podobné stavy jako drogy tj. stav ospalosti, netečnosti. Jsou distribuovány na "černém trhu", z rozpočtu domácnosti mizí každý měsíc 8.000,,- Kč. Děkuji.



Odkazy

Objektivní informace o drogách (instituce - výběr)

- www.drogy-info.cz RVKPP NMS
- www.adiktologie.cz Adiktologie
- www.drogovyserver.cz Drogový informační server SANANIM
- www.lf3.cuni.cz/drogy Farmakologický ústav (databáze tablet extáze)
- www.biotox.cz Encyklopedie rostl. drog

Zahraniční zdroje (internetové poradenství)

www.prevnet.net

www.fesat.org

www.asktheinternettherapist.com

www.mytherapynet.com

Primární prevence rizikového chování



Publikace

- Marečková, J., Minařík, J., Orlíková, B. (2007): Drogy – Otázky a odpovědi. Portál. Praha
- Mravčík, V., Sadílek, P. (2006): Poradenská činnosti v oblasti závislostí poskytovaná prostřednictvím telefonu nebo internetu. Úřad vlády ČR. Praha
- Šmahel, D. (2003): Psychologie a internet. Děti dospělými, dospělí dětmi. Triton. Praha
- Šmahel, D. (2003): Komunikace adolescentů v prostředí internetu. Československá psychologie, ročník XLVII, číslo 2, str. 144 - 156
- Suler, J. (2001): The Psychology of Cyberspace.
<http://www.rider.edu/users/suler/psycyber/psycyber.html>.



NÁRODNÍ
MONITOROVACÍ
STŘEDISKO
PRO DROGY
A DROGOVÉ ZÁVISLOSTI

Děkuji za pozornost 😊

Mgr. Barbora Orlíková

Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti

www.drogy-info.cz