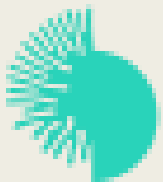




SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE W ŻYCIU MŁODYCH LUDZI W POLSCE. BADANIA ESPAD

Karolina Van Laere
portal www.madraochrona.pl



**Fundacja
Poza
Schematami**

Kilka słów o portalu www.madraochrona.pl

- Portal adresowany jest do rodziców posiadających dzieci w różnym wieku. Umożliwia pogłębienie wiedzy na temat psychologii rozwoju, doskonalenie różnych aspektów kompetencji wychowawczych, służących m.in. przeciwdziałaniu zachowaniom ryzykownym dzieci i młodzieży.
- Nauczyciele i specjaliści mogą znaleźć na portalu wyniki najnowszych badań z kraju i z zagranicy dotyczące profilaktyki zachowań ryzykownych młodzieży, poszerzać wiedzę na temat działań profilaktycznych realizowanych w szkole i poza nią, budowania podmiotowych relacji z uczniami.
- Portal [Mądra Ochrona](http://www.madraochrona.pl) został opracowany i jest prowadzony przez Fundację Poza Schematami na zlecenie Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Zadanie finansowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020

Badania ESPAD

- Badanie ESPAD było przeprowadzone w 35 krajach Europy
- W Polsce badanie zostało przeprowadzone przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii
- Badanie zostało przeprowadzone w maju i w czerwcu 2019 r. metodą ankietową
- W badaniu wzięło udział 2814 uczniów klas trzecich gimnazjum (15-latków i 16-latków) oraz 3089 uczniów drugich klas szkół ponadgimnazjalnych (17-latków i 18-latków)
- Cały raport z badania jest dostępny na stronie Centrum Informacji KBPN

Sierosławski J. (2020). *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019 r.* Europejski program badań ankietowych w szkołach ESPAD. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

Najpopularniejszą substancją psychoaktywną wśród młodzieży jest alkohol

- Najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodych ludzi jest alkohol.
- Młodzi ludzie eksperymentują również z innymi substancjami psychoaktywnymi. Są to zarówno substancje nielegalne, takie jak: narkotyki (najczęściej – marihuana) i legalne takie jak: papierosy, e-papierosy, leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza, substancje wziewne.
- W przypadku większości substancji rozpowszechnienie eksperymentowania wśród starszej młodzieży (17-18 lat) jest podobne lub trochę wyższe niż w młodszej grupie (15-16 lat).
- Młodzież w wieku 15-16 lat częściej niż starsi koledzy i koleżanki przyznaje się do używania substancji wziewnych.

Spożywanie alkoholu - dane

- Napojów alkoholowych próbowała zdecydowana większość (80%) nastolatków w wieku 15–16 lat oraz prawie każdy młody człowiek w wieku 17–18 lat (93%).
- W czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem jakkolwiek alkohol piło 68% badanych z młodszej grupy i 89% respondentów z grupy starszej.
- Na 30 dni przed badaniem robił to prawie co drugi 15-latek i 16-latek (47%) i większość 17-latków i 18-latków (76%).
- Co czwartemu badanemu w wieku 17–18 lat (24,1%) zdarzyło się łączyć alkohol z marihuaną.
- Proporcje picia alkoholu między dziewczętami i chłopcami były zbliżone.

Jak wypada 2019 r. na tle lat wcześniejszych?

		1995	1999	2003	2007	2011	2015	2019
(15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	92,8	90,3	92,5	90,2	87,3	83,8	80,0
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	77,3	82,0	84,9	78,9	78,3	71,7	67,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	50,4	61,1	65,8	57,3	57,6	48,6	46,7
(17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	96,5	96,6	96,7	94,8	95,2	95,8	92,8
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	88,0	93,8	93,4	92,0	91,6	92,7	89,0
	W czasie 30 dni przed badaniem	65,6	78,1	78,9	79,5	80,4	82,3	76,1

Wybrane czynniki zwiększające ryzyko używania alkoholu

- Pozytywne oczekiwania
- Dostępność alkoholu
- Postrzeganie ryzyka
- Obecność przyjaciół spożywających alkohol
- Brak zasad dotyczących zachowania abstynencji do pełnoletności

Dominują oczekiwania pozytywne

- Młodzi ludzie spodziewali się przede wszystkim pozytywnych efektów po wypiciu alkoholu.
- Wśród konsekwencji pozytywnych nastolatkom najczęściej wymieniali **poczucie odprężenia**, a następnie – **świetną zabawę, towarzyskość**, a nawet **poczucie szczęścia**.
- Badani mniej spodziewali się negatywnych następstw picia alkoholu, takich jak kac, złe samopoczucie, szkoda zdrowotna, zrobienie czegoś, czego będzie się żałowało. Dużo mniej obawiali się problemów z policją czy utraty kontroli nad swoim piciem.

Dostępność napojów alkoholowych

- Niemal co drugi badany nastolatek (45,8%) w wieku 15–16 lat uznawał za bardzo łatwe do zdobycia piwo.
- Nieco mniejszy odsetek (36,5%) 15-latków i 16-latków za bardzo łatwe do zdobycia uważało wino, a co trzeci (33,2%) – wódkę.

Postrzeganie ryzyka

- W 2019 w stosunku do lat ubiegłych wzrósł odsetek badanych traktujących jako bardzo ryzykowne picie napojów alkoholowych.
- Wypicie 5 drinków lub więcej w ciągu weekendu: 45% 15-latków i 16-latków w 2015 uznało za duże ryzyko, a w 2019 – 56%.
- Przy czym 12,3% nastolatków nie widziało w tym niczego ryzykownego lub ryzyko ich zdaniem było niewielkie.
- Wypicie 5 drinków lub więcej w ciągu weekendu: 38% 17-latkowie i 18-latkowie w 2015 uznało za duże ryzyko, a w 2019 – 51%.
- Przy czym 14 % nastolatków nie widziało w tym niczego ryzykownego lub ryzyko ich zdaniem było niewielkie.

Picie alkoholu w otoczeniu rówieśniczym 15-latków i 16-latków

- 12% uczniów nie miało wśród przyjaciół nikogo, kto piłby alkohol
- 28% twierdziło, że większość ich przyjaciół lub wszyscy przyjaciele pili alkohol
- 12% potwierdziło, że większość przyjaciół upijało się

Stosunek rodziców do picia alkoholu przez młodzież w wieku 15-16 lat.

- Ponad połowa nastolatków potwierdziła, że rodzice nie pozwalają na picie alkoholu: 49% badanych twierdziło, że na takie zachowanie nie pozwalał im ojciec, a 54% matka.
- 22% nastolatkom rodzice pozwalali pić tylko w swojej obecności. Dotyczyło to zarówno matki, jak i ojca.
- Ok. 7% badanych miało pełne przyzwolenie ze strony rodziców na spożywanie alkoholu.

Czy dorosłość ma smak alkoholu?

Badania CBOS

- W przypadku wielu młodych ludzi inicjacja alkoholowa odbywa się pod okiem dorosłych osób z otoczenia.
- 33% nastolatków po raz pierwszy próbowało alkoholu w towarzystwie rodziców lub innych pełnoletnich członków rodziny

Postawy młodzieży wobec alkoholu. Wyniki badań (2016), Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa.

Częstowanie alkoholem

- Rodzice kierowani dobrymi intencjami częstują napojem alkoholowym w imię przekonania: „jak ma (a przecież będzie) eksperymentować, to niech to lepiej robi w domu, niż byle gdzie”. **Tej opinii podziela niemal co drugi rodzic (46,5 %).**
- W rodzinach chroniących młodzież przed alkoholem kontakt z nim miało 61% nastolatków, podczas gdy w rodzinach, które przyzwalały na jego obecność alkoholu – 86,6% młodzieży sięgnęło po napoje alkoholowe.

Postawy młodzieży wobec alkoholu. Wyniki badań (2016), Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa.

E-papierosy

- Używanie e-papierosów okazało się bardziej rozpowszechnione od używania papierosów w obu grupach wiekowych zarówno kiedykolwiek w życiu (odpowiednio młodsi - 56,3% i starsi - 64,8%), jak i w ostatnich 30 dniach przed badaniem (odpowiednio młodsi - 30,3% i starsi - 36,5%).
- W obu kohortach wyższy odsetek chłopców, niż dziewcząt deklarował używanie e-papierosów, zarówno kiedykolwiek w życiu, jak i w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem.

Marihuana

- Większość badanych, którzy potwierdzili branie narkotyków eksperymentowało z marihuaną i haszyszem.
- Chociaż raz w życiu używało tych substancji 21% 15-latków i 16-latków oraz 37% 17-latków i 18-latków.
- W ciągu 12 miesięcy przed badaniem marihuanę lub haszysz używało 17% 15-latków i 16-latków grupie, 30% 17-latków i 18-latków.
- W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem używało marihuany lub haszyszu - 9% 15-latków i 16-latków i 15% 17-latków i 18-latków.

Legalne substancje psychoaktywne

- 15% 15-latków i 16-latków oraz 18% 17-latków i 18 latków przyznało się używania kiedykolwiek w życiu leków uspokajających i nasennych bez przepisu lekarza.
Zdecydowanie używało ich więcej dziewcząt niż chłopców: w przypadku chłopców było to 10%-11%, a w przypadku dziewcząt 20% i 25%.
- 9% 15-latków i 16-latków oraz 7% 17-latków i 18- latków potwierdziło eksperymenty z substancjami wziewnymi. W ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem było to odpowiednio: 4,5% i 2%, a w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem: 2,3% i 1%.

Nowe substancje psychoaktywne

- W 2019 roku w porównaniu z 2015 rokiem w obu kohortach zmniejszyły o około połowę się odsetki uczniów, którzy używali nowych narkotyków kiedykolwiek w życiu i w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem.
- Odsetki używających ich młodych ludzi okazały się zbliżone w obu grupach. W ubiegłym roku ok 5% młodzieży potwierdziło, że kiedykolwiek w życiu używało nowych narkotyków, a ok 2% w obu grupach wiekowych zrobiła to w ciągu 30 dni przed badaniem, natomiast ok 3,5% w obu kohortach w ciągu 12 miesięcy przed badaniem.

Postrzeganie ryzyka

- Większość w obu grupach wiekowych młodzieży dostrzegała wysokie ryzyko regularnego używania marihuany (odpowiednio: 61% i 58%).
- Młodzi ludzie nie doceniali jednak ryzyka eksperymentowania z tymi substancjami.
- Dla 34% 15-latków i 16-latków oraz 41% 17-latków i 18-latków używanie marihuany od czasu do czasu nie wiązało się z żadnym ryzykiem lub było ono niewielkie.

Ryzyko – nowe substancje psychoaktywne

- Nadal pewien odsetek młodych ludzi nie dostrzega ryzyka związanego z incydentalnymi próbami użycia nowych substancji psychoaktywnych, szczególnie w przypadku młodszej kohorty.
- Dla 22,4% 15-latków i 16-latków oraz 19% 17-latków i 18-latków tego typu eksperymenty nie wiązały się z żadnym ryzykiem lub było ono niewielkie.

Pozytywne oczekiwania wobec substancji – nowe substancje psychoaktywne

W badaniach Instytutu Psychiatrii i Neurologii respondenci w wieku 17-18 lat wiązali z używaniem substancji psychoaktywnych następujące efekty pozytywne:

- przyływ energii,
- otwartość, towarzyskość,
- poprawienie swojej wydajności,
- rozluźnienie czy przełamanie swoich dotychczasowych sposobów zachowania,
- odsunięcie od siebie trudnych emocji i zapomnienie o rzeczywistości.

Źródło: Raport końcowy. Analiza jakościowa stylu życia 17-18-letnich użytkowników substancji psychoaktywnych, wzorów i motywów używania substancji oraz innych zachowań problemowych (2019). Warszawa, Instytut Psychiatrii i Neurologii,

Oczekiwania a ryzyko

Wiadomo że jest to ryzyko (...), każdy jest tego świadom, ludzie o tym wiedzą, ale nie zwracają na to uwagi

- Wypowiedzi na temat ryzyka zwłaszcza w odniesieniu do używania przetworów konopi indyjskich i stymulantów ujawniły pewne rozbieżności pomiędzy postrzeganiem ryzyka w ogóle (tym, co dotyka innych), a ryzykiem osobistym.
- Choć większość z badanych wypowiadając się o zagrożeniach związanych z używaniem przetworów konopi, podkreślała ryzyko pogorszenia funkcji poznawczych, jakie obserwowali np. u swoich znajomych, nie odnosili tego ryzyka do siebie. Zagrożenie dostrzegali w problemach z prawem. W przypadku stymulantów z kolei wobec szeregu potencjalnych zagrożeń zdrowotnych w stosunku do samych siebie obawiali się nie tyle utraty zdrowia czy życia, co szkód społecznych, np. problemów w relacji z rodzicami

Wnioski

- Mimo że w porównaniu wyników badań z 2015 można wyróżnić pozytywne trendy takie jak: 1) spadek używania substancji 2) trend spadkowy przekonań o ryzyku palenia marihuany lub haszyszu 3) wyraźna dominacja pozytywnych oczekiwań wobec substancji psychoaktywnych.
- Przedstawione wyniki badań potwierdzają, że istnieje potrzeba kierowania do młodych ludzi działań profilaktycznych, które będą zwiększały ich wiedzę na temat skutków picia alkoholu i brania narkotyków (zwłaszcza bezpośrednich i szkód społecznych) nie tylko w efekcie ich regularnego stosowania, ale i eksperymentowania, zwiększały świadomość i zdolność szacowania własnego ryzyka związanego z używaniem substancji psychoaktywnych oraz zwiększały odporność na negatywne wpływy społeczne.

Co pomaga?

- Dbanie o utrzymanie pozytywnych relacji z nastolatkiem (rozwijanie umiejętności wychowawczych rodziców).
- Stawianie granic i wprowadzanie zasady abstynencji do uzyskania pełnoletności.
- Rozmawianie o skutkach używania substancji psychoaktywnych w okresie adolescencji (edukacja rodziców)
- Monitorowanie aktywności nastolatka.

Więcej informacji www.madraochrona.pl

Dziękuję za uwagę

www.fundacjapozaschematami.pl