



Göteborgs
Stad

Zdravo roditelju

- kako razmišljate o Vašem tinejdžeru i drogama?



Ovu brošuru primete, kako biste Vi, kao roditelj ili staratelj, mogli steći više znanja o alkoholu, drogama, duhanu i kockanju.

Ovdje ćete saznati kako mi u školi radimo na tome da škola bude slobodna od droga. Također ćete dobiti upute o tome gdje i kako možete dobiti savjet i podršku.

Vi ste najvažnija osoba u životu Vašeg djeteta

Vi ste kao staratelj važni i imate velike mogućnosti da utičete na stav Vašeg djeteta prema alkoholu i drogama.



Jedan od glavnih razloga zašto se djeca i mladi suzdržavaju od duhana, alkohola i droge je taj, da ne žele razočarati Vas kao staratelja ili druge odrasle osobe u svojoj blizini. Ako jasno iznosite svoj stav, veća je vjerovatnoća da će se Vaše dijete suzdržati ako dođe u kontakt s drogom.

Istraživanja pokazuju da je za mlade ljude kojima dobro ide u školi, i tamo se dobro osjećaju, koji imaju strukturirane vannastavne aktivnosti i provode vrijeme sa porodicom opasnost manja, da počnu koristiti alkohol i druge droge.

Škola također ima važnu ulogu

Škola treba biti sigurno mjesto slobodno od droga. Uprava za osnovno školstvo u Göteborgu ima nultu toleranciju prema alkoholu, nikotinu, duhanu i drogama u školi. Škola treba doprinositi zdravlju djece i mladih. Škola također treba spriječiti regrutiranje djece i mladih da prodaju i upotrebljavaju droge.

Škola ima obavezu da djeluje ako postoji sumnji o upotrebi ili rukovanju alkoholom, nikotinom, duhanom i drogama. Svo osoblje u školi ima obavezu da socijalnoj službi prijavi svaku sumnju o aktivnostima vezanim za droge.

Ukoliko postoji sumnja na prodaju droga ili doping supstanci, škola uvijek podnosi prijavu policiji. Ako imate bilo kakvih pitanja, nedoumica ili ste zabrinuti u vezi sa Vašim djetetom, uvijek se možete obratiti školskom timu za zdravlje učenika.



Duhan i ostali duhanski proizvodi

Devet od deset osoba koje počnu pušiti ili koristiti burmut to čine prije napunjene 18. godine. Istraživanja pokazuju da su djeca i mladi koji se suzdržavaju od duhana izloženi mnogo manjem riziku da isprobaju druge droge.

Novi trend među mladima je korištenje bijelog snusa, koji se na tržištu prodaje kao proizvod bez duhana, ali sadrži nikotin. Još jedan trend je korištenje elektronskih cigareta putem vapinga. Elektronske cigarete ne sadrže duhan, već tekućinu s kemikalijama, aromama i obično nikotinom koja se isparava. Para koja se udiše u pluća predstavlja opasnost po zdravlje, a elektronske cigarete mogu biti početni korak za pušenje cigareta.



Alkohol

Budući da se mozak nastavlja razvijati do 25. godine, alkohol je posebno štetan za mlade ljude. Posljedice koje mladi ljudi izvještavaju da su iskusili u vezi s opijanjem alkoholom uključuju, između ostalog, lakše upadanje u svađe, gubitak pamćenja ili izloženost ogovaranju.

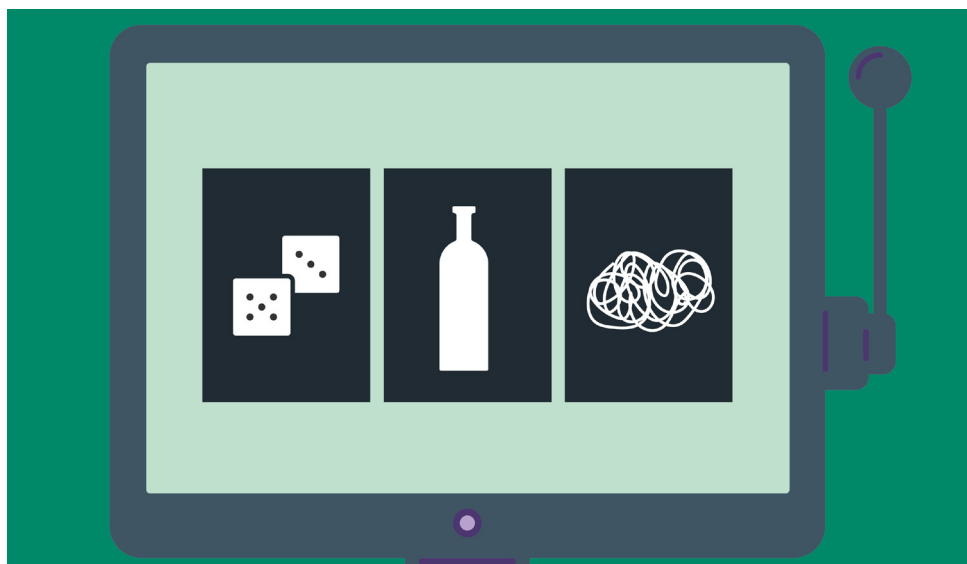
Postoje djeca i mladi koji su bili žrtve teških krivičnih djela ili su i ih i sami počinili. To može uključivati ilegalnu vožnju, pljačku, seksualni napad, zlostavljanje ili ponižavajuće slike na društvenim mrežama.

Rajski plin i lijekovi

Sve je češće da mladi ljudi koriste rajski plin kao opojno sredstvo na zabavama. Postoje lijekovi koji nisu klasifikovani kao narkotici, ali koje, kada se kombiniraju sa drugim drogama, na primjer alkoholom, mogu imati ozbiljne posljedice.

Droge

Droge mogu biti, na primjer, tablete, praškovi, nešto što mladi puše ili piju. Neki primjeri su kanabis, amfetamin, heroin, ekstazi i khat. Neki jaki lijekovi protiv bolova i tablete za spavanje smatraju se drogama, na primjer, tramadol. Kada su u pitanju droge, najčešći preparat među mladima je kanabis. Kanabis utiče na pažnju, donošenje odluka, motivaciju i pamćenje. I hašiš i marihuana danas su znatno jači nego prije jer se jačina droge povećala procesom prerade.



Kockanje

Kockanje za novac u mladosti povećava rizik od razvoja problema povezanih s ovisnošću o kockanju. Problemi s kockanjem mogu utjecati na važne aspekte života djece i mladih, kao što su odnosi s prijateljima i porodicom, školovanje i financije. Stoga je važno kockanje smatrati faktorom rizika.

Ustrajte i nadzirite

Budite znatiželjni, postavljajte pitanja i razgovarajte sa svojim tinejdžerom, čak i o pitanjima vezanim za duhan, alkohol, droge i kockanje. Budite informirani o tome gdje je Vaš tinejdžer i sa kim se druži. Razgovarajte s roditeljima prijatelja Vašeg tinejdžera. Uobičajeno je da roditelji puste kontrolu nad svojim tinejdžerom tokom perioda u životu kada im je roditelj najpotrebniji, zato izdržite još malo.

Obratite pažnju na promjene

Budite svjesni promjena u ponašanju Vašeg tinejdžera. To, na primjer, može biti izostanak s nastave, zaostajanje u školskim obavezama, gubitak interesa Vašeg tinejdžera za stvari koje su njemu/njoj nekada bile zabavne ili da se povlači u sebe na način koji Vas brine. Oslušajte svoju intuiciju, obično je u pravu.

Ako vam tinejdžer kaže da „svi“ u njegovom okruženju testiraju droge, važno je reagovati. Lakše je nekoga pridobiti da prestane koristiti droge na početku. Zapamtite da nikada nije kasno potražiti pomoć.

Istraživanja pokazuju da što je mozak tinejdžera ranije izložen nikotinu, alkoholu i drogama, veći je rizik da razvije ovisnost.

Potražite podršku

Ako ste zabrinuti za svoje dijete ili njegove prijatelje, dostupna je pomoć. Niste sami. Na sljedećoj stranici možete pročitati više o tome kome se obratiti. Važno je razgovarati i sa školom i drugim djelatnostima u kojima boravi Vaša mlada osoba.

Ovdje možete dobiti podršku i savjet

Mini-Maria Göteborg

Za mlade do 21. godine i njihove staratelje i rodbinu. Ovo je mjesto gdje se možete obratiti ako imate pitanja ili ste zabrinuti u vezi s drogama i alkoholom. Mini-Maria također nudi roditeljima edukaciju o poznavanju kanabisa i droga. Razgovori su besplatni, a osoblje ima obavezu povjerljivosti.

www.minimaria.se

Podrška od općine Göteborg

Različite vrste podrške za roditelje možete pronaći na

www.goteborg.se/foraldrastod

Ovdje između ostalog možete dobiti pomoć u obliku individualne podrške, obuku za roditelje i drugo.

Ako vam je potreban neko s kim možete razgovarati, možete pozvati telefonsku [liniju za roditelje odjeljenja za mlade](tel:031-3679614):

031-367 96 14

Udruženje roditelja protiv droga FMN

FMN između ostalog nudi razgovore za podršku, grupe za samopomoć i testiranje.

www.fmngoteborg.com/vi-kan-erbjuda.html

Zdravstvo

1177

<https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/Beroende-och-skadligt-bruk/>

Savjeti i podrška u vezi ovisnosti o kockanju, Telefonska linija za podršku

www.stodlinjen.se/om-stodlinjen



Putem QR koda možete dobiti više informacija o tome kako škola radi na tome da bude slobodna od droga.



**Göteborgs
Stad**