

ZACHOWANIA RYZYKOWNE

WSTĘP...

- Zachowania ryzykowne (inaczej problemowe) to różne zachowania podejmowane przez dzieci i młodzież, które zagrażają ich zdrowiu fizycznemu i psychicznemu, a także są niezgodne z normami społecznymi. Najpopularniejsze zachowania ryzykowne to:

Używanie substancji psychoaktywnych (palenie tytoniu, picie alkoholu, używanie marihuany i innych narkotyków i leków psychotropowych),

Przedwczesna aktywność seksualna,

Zachowania agresywne, przemoc, cyberprzemoc

Zagrożenia behawioralne związane z nadmiernym korzystaniem z telefonu, graniem w gry komputerowe, hazardem

Drobne wykroczenia, wandalizm, chuligaństwo

Zaniedbywanie obowiązków szkolnych

Wagary

Ucieczki z domu

FUNKCJE ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

zaspokajają potrzeby życiowe (np. miłości, akceptacji),

umożliwiają realizację zadań rozwojowych (np. określenie swojej tożsamości, uzyskanie niezależności od rodziców, przynależności do grupy rówieśników),

mogą być sposobem radzenia sobie z trudnościami i stresem,

stanowią formę protestu przeciwko obowiązującym zasadom.

MOTYWY PODEJMOWANIA ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

Przyczyny podejmowania zachowań ryzykownych przez młodzież są interakcją wielu czynników indywidualnych i środowiskowych. W obrębie każdej grupy czynników wyróżnić można te, które zwiększają ryzyko podejmowania zachowań ryzykownych oraz te, które często pomimo występowania w środowisku nastolatków licznych czynników ryzyka chronią ich przed podejmowaniem zachowań problemowych (patrz – Koncepcja Resilience).

ucieczkowe (od problemów, pustki, nudy, samotności, lęku)

konformistyczne (upodobnianie się do innych)

egzystencjalne (poczucie bezsensu, pustka życiowa)

prestizowe, snobistyczne,

poszukiwania (ciekawość, chęć przeżycia czegoś nowego)

SKUTKI PODEJMOWANIA ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

złymi
relacjami z
rodzicami i
rówieśnika
mi

stresu
psycholog
icznego

złego
samopocz
ucia
psychiczn
ego

objawów
depresyjn
ych

zwiększonym
ryzykiem
utrzymania
niebezpiecznych
zachowań w
przyszłości oraz
rozwojem
uzależnień

zwiększonym
ryzykiem
występowania
chorób, takich
jak choroby
układu sercowo-
naczyniowego

trudnościami
w
szkole

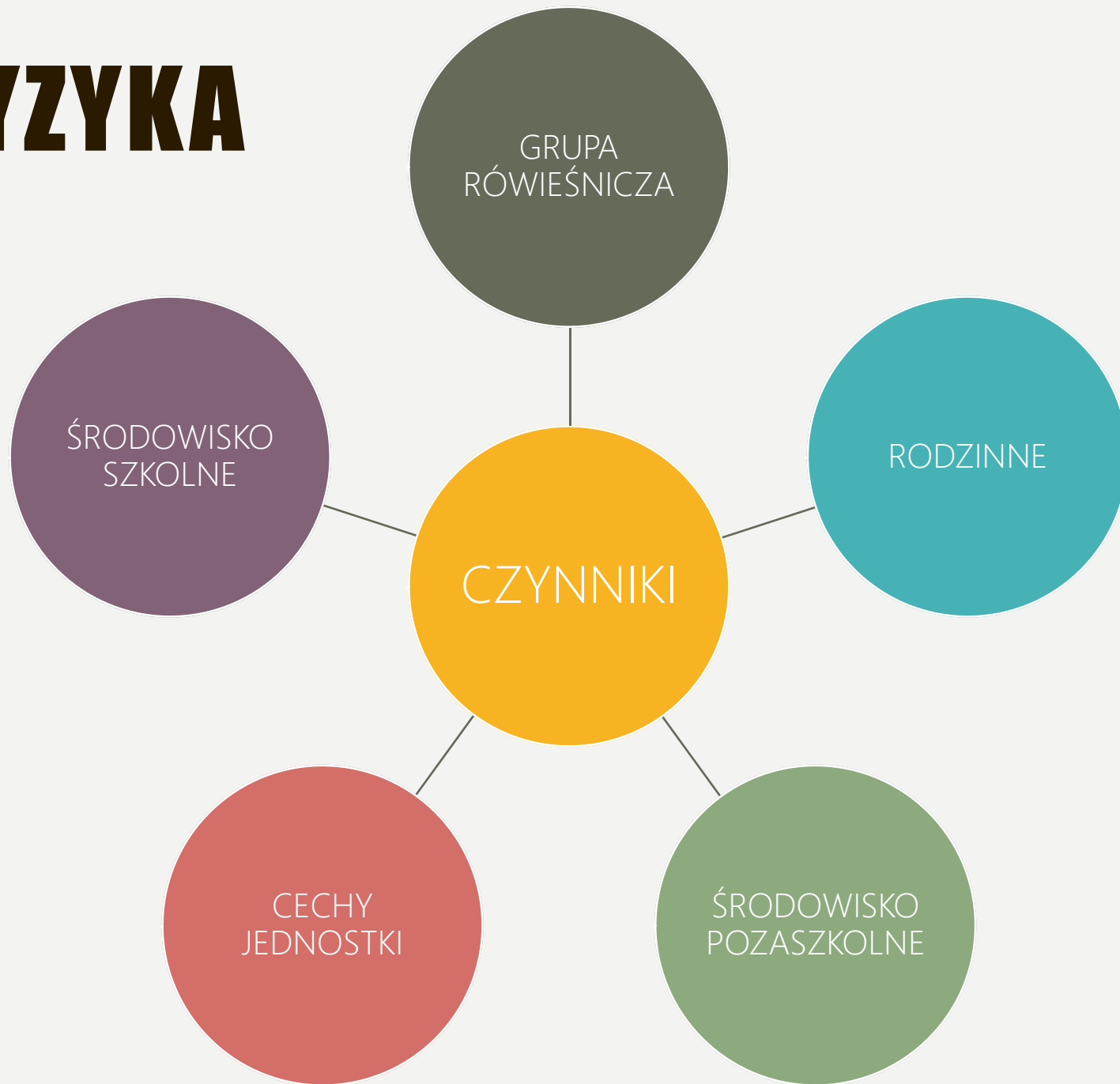
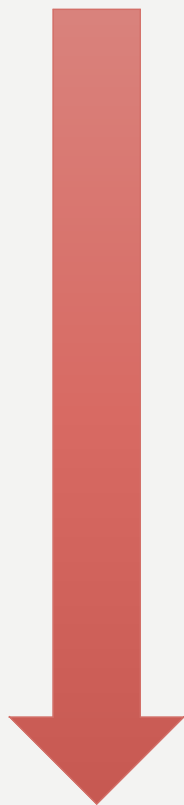
WIRTUALNY ŚWIAT JAKO ZAGROŻENIE DLA PRAWIDŁOWEGO ROZWOJU MŁODZIEŻY

- Wśród niekorzystnych dla nastolatków skutków wynikających z nadmiernego używania internetu i mediów elektronicznych wymienia się między innymi **nieregularne spożywanie posiłków, zaniedbania w sferze higieny, niedobór snu, kłopoty finansowe.**
- Nadużywanie internetu przez dzieci i młodzież wiąże się również z większym ryzykiem uzależnienia, zubożeniem języka, osłabieniem umiejętności budowania prawidłowych relacji międzyludzkich.
- Oprócz wymienionych zagrożeń należy zwrócić uwagę na ryzyko jakie niesie za sobą **nieograniczony dostęp do szkodliwych treści** (przemoc, pornografia, hazard) oraz anonimowość i swoboda komunikowania się z nieznanymi osobami w internecie.

ZAGROŻENIA, KTÓRE DZIECI MOGĄ NAPOTKAĆ W INTERNECIE

1. Nieodpowiednie informacje (treści pornograficzne, informacje szerzące nienawiść, przemoc),
2. Niebezpieczne informacje (np. jak posługiwać się bronią),
3. Korzystanie z usług i zakupy (możliwość kupowania niebezpiecznych przedmiotów lub szkodliwych substancji),
4. Przekazywanie danych osobistych (udział w konkursach, wypełnianie formularzy),
5. Stanie się ofiarą przestępstwa (pedofilia),
6. Stanie się ofiarą lub sprawcą cyberprzemocy.

CZYNNIKI RYZYKA



- dostępność substancji psychoaktywnych,
- wzorce zachowań społecznych,
- wysoki poziom zagrożenia (przestępczość, przemoc, nieprzestrzeganie prawa),
- brak możliwości spędzania czasu wolnego w sposób atrakcyjny
- nieprawidłowe wzorce dla dziecka,
- gorsza opieka nad dzieckiem,
- niski status społeczno-ekonomiczny rodziny (niskie dochody, niski poziom edukacji rodziców),
- przyzwolenie rodziców na przyjmowanie substancji psychoaktywnych przez dzieci,
- przyjmowanie substancji i podejmowanie innych zachowań problemowych przez rówieśników,
- akceptacja przyjmowania substancji psychoaktywnych przez rówieśników,
- chęć przynależności do grupy (związana z potrzebą afiliacji) i dostosowania się
- trudności w nauce,
- konflikty z nauczycielami i innymi uczniami,
- poczucie osamotnienia,
- doświadczanie przemocy psychicznej i fizycznej w szkole,
- zbyt duże wymagania,
- brak konsekwencji wynikających z nieprzestrzegania przepisów
- brakiem umiejętności przeciwstawiania się presji grupy
- brak umiejętności rozwiązywania problemów
- zapotrzebowanie na stymulację,
- doświadczanie wysokiego poziomu stresu,
- niedostosowanie społeczne,
- niskie poczucie własnej wartości

CZYNNIKI CHRONIĄCE

Wsparcie

Wzmocnianie

Granice i oczekiwania

Konstruktywne wykorzystanie czasu

Pozytywna tożsamość

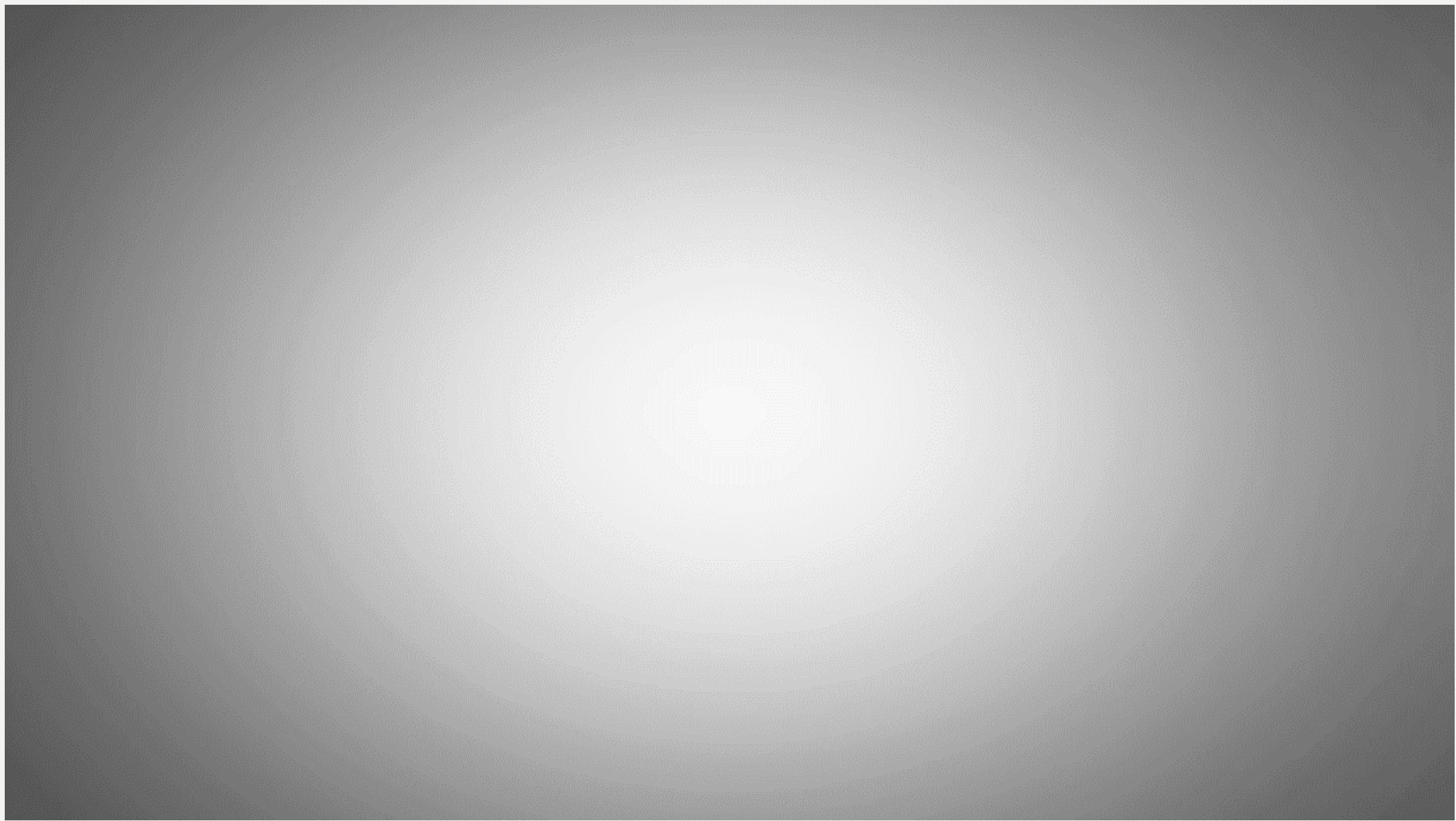
Umiejętności społeczne

Pozytywne wartości

Zaangażowanie w naukę

ZAPOBIEGANIE ZACHOWANIOM RYZYKOWNYM

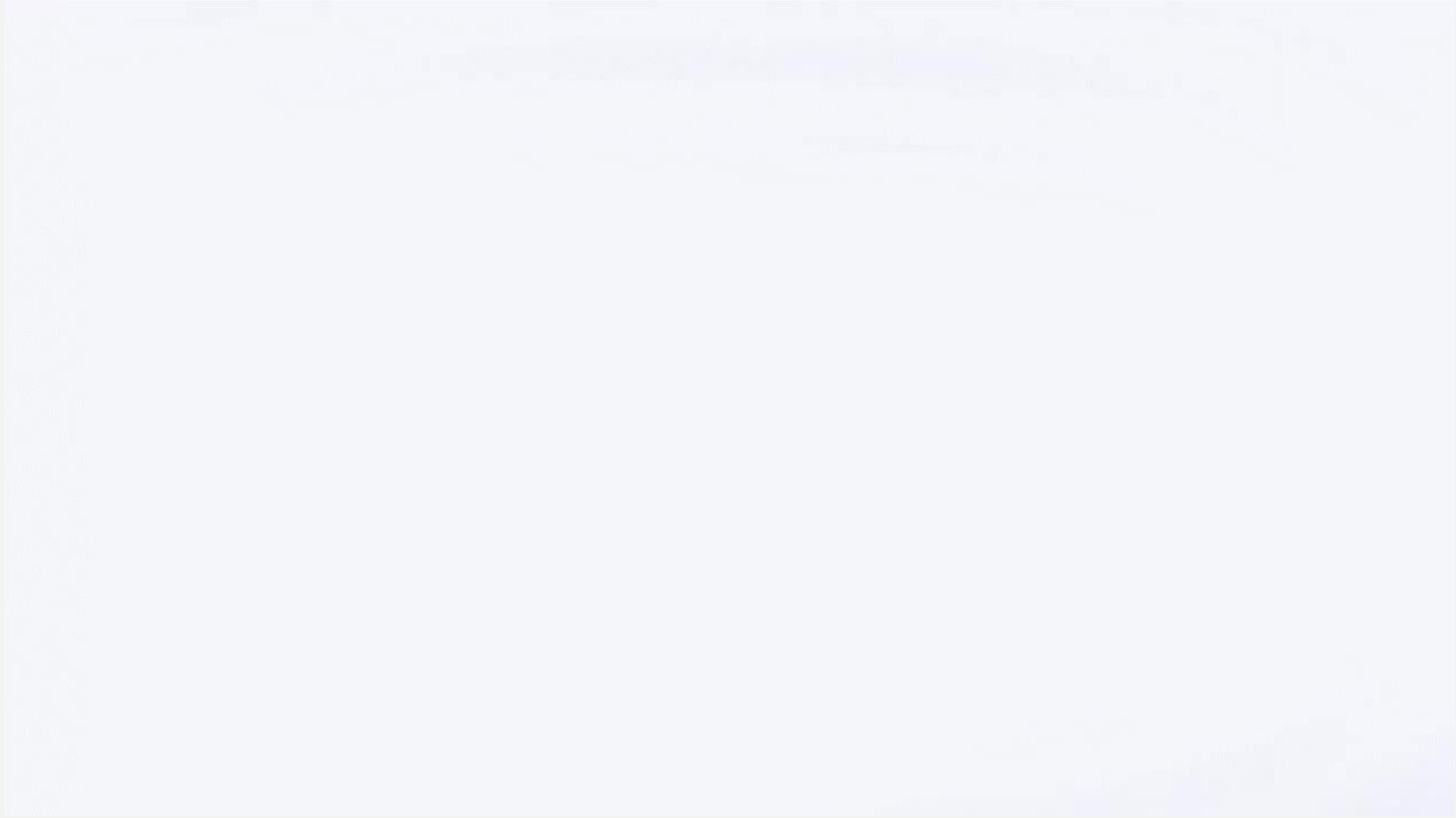
- Skuteczna profilaktyka zachowań ryzykownych wśród młodzieży uwzględnia mechanizmy powstawania i utrzymywania się zachowań niekorzystnych dla zdrowia. Współcześnie odchodzi się od profilaktyki, której podstawą jest pokazywanie negatywnych konsekwencji podejmowania tych zachowań, na rzecz **profilaktyki pozytywnej**, której celem jest wzmacnianie zasobów wewnętrznych (indywidualnych właściwości, umiejętności) oraz zasobów zewnętrznych (np. relacji rodzinnych, więzi ze szkołą, pozytywnych relacji rówieśniczych), wzmacniających młodzież.



PAPIEROSY



DOPALACZE



ALCOHOL



LINIJKĄ RYZYKA

ODPOWIEDZ NA PYTANIA, ZSUMUJ PKT I ODCZYTAJ WYNIK Z LINIJKI RYZYKA (KOLEJNY SLAJD)

PYTANIE	TAK (1 pkt.)	nie (0 pkt.)
Lubisz przechodzić przez jezdnię poza wyznaczonym do tego miejscem albo na czerwonym świetle, bo „tak jest łatwiej i szybciej”?		
Idąc poboczem drogi masz na sobie znaczki odblaskowe, np. na plecaku, przypięte do kurtki?		
Potrafisz grać w gry komputerowe albo „siedzieć” w Internecie przez wiele godzin nawet jeśli masz inne obowiązki w domu lub prace domową do odrobienia?		
Zakładasz na głowę kasku, gdy wsiadasz na rower?		
Zimą ślizgasz się na zamrożonej rzece, jeziorze albo zachęcasz do tego kolegów?		
Latem kąpiesz się w niedozwolonych miejscach w rzece, jeziorze? Czy skaczesz do wody „na główkę”?		
Wspinasz się dla zabawy na wysokie przedmioty (drzewa, słupy telegraficzne, na dach)?		
Często nie zapinasz pasów jadąc samochodem.		
Pijesz alkohol albo palisz papierosy?		
Wychodzisz z domu późnym wieczorem lub w nocy bez opieki dorosłych, aby pospacerować?		

KONTINUUM RYZYKA

1

2

3

5

6

7

8

9

10



Lubi ekscytujące życie
i podejmowanie
ryzyka

Przeciętny ryzykant

Lubi spokojne życie
i unika
podejmowania ryzyka