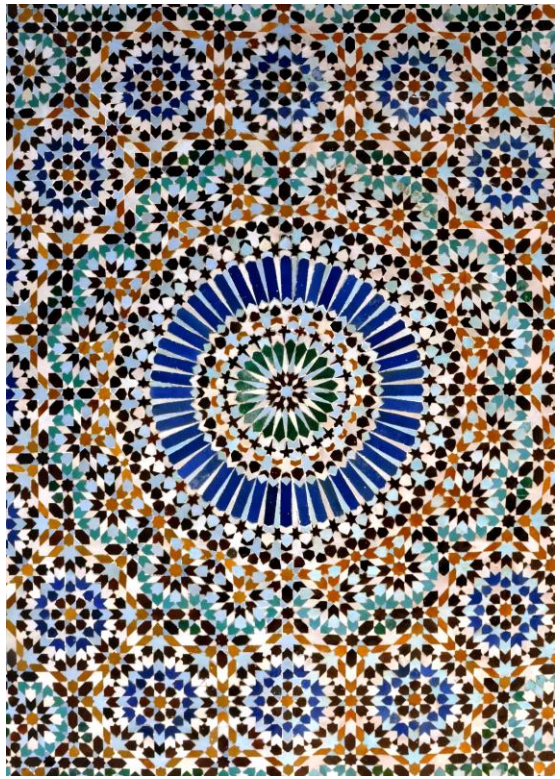
ELTE | PPK
PEDAGÓGIAI ÉS PSZICHOLÓGIAI KAR

Új megközelítések a fiatalok szerhasználatának megelőzésében és kezelésében

Kaló Zsuzsa, Habil. PhD, egyetemi docens
Szennai Martin, klinikai szakpszichológus

Országos Iskolapszichológiai Módszertani Bázis Szakmai Nap, 2025. január 31.

Paradigmaváltás a szerhasználat értelmezésének elméleti keretrendszerében



Elméleti modellek ➢ befolyásolják a drogpolitikát ➢ a prevenciós modelleket ➢ a szerhasználat konstrukcióját és a szerhasználókat

I.A patológiás modell

II.Az ártalomcsökkentő és közegészségügyi modell

III.A fogyasztói modell

A diskurzusok egymásba olvadása egy „többszintű jelentésmozaik” (Seddon, 2007)

- szerhasználat
- lehetséges szerhasználói szubjektív nézőpontok

Elméleti modellek

I. Patológiás modell:

„az illegális szerhasználatot inherensen aberránsnak és mind az egészségre, mind a boldogságra károsnak tekintő szemlélet, amely valamilyenfajta személyiségbeli és szociális pozícióbeli hiányossággal magyarázza a használatot” (Southgate & Hopwood, 1999, p. 308).

II. Az ártalomcsökkentő és közegészségügyi modell:

„a droghasználat okozta károk csökkentése a droghasználat csökkentése helyett *per se*” (Lenton & Single, 1998, p. 216)

III. Fogyasztói modell:

„könnyebb drogot rendelni, mint pizzát” (Søgaard és mtsai, 2019)

Hogy vannak a fiatalok? – Nagymintás felmérések

HBSC (Németh Ágnes és munkatársai):

Résztvevők: 5–11. évfolyamos tanulók

Adatgyűjtés: kérdőíves felmérés

Vizsgált területek: fizikai aktivitás, táplálkozás, mentális egészség, szerhasználat stb.

ESPAD (Elekes Zsuzsanna, Arnold Petra és munkatársai)

Résztvevők: 16 éves fiatalok

Adatgyűjtés: kérdőíves felmérés

Vizsgált területek: alkohol- és egyéb drogfogyasztási szokások



ESPAD

The European School Survey Project On Alcohol and Other Drugs

HBSC - Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása (Németh és mtsai, 2022)

Fizikai aktivitás: A serdülők 17%-a teljesíti a WHO által ajánlott napi legalább 60 perc mérsékelt vagy intenzív fizikai aktivitást.

A fiúk aktívabbak, mint a lányok; az életkor előrehaladtával mindkét nem esetében csökken az aktivitás szintje.

Táplálkozás: A tanulók 39%-a naponta fogyaszt gyümölcsöt, míg 33%-uk naponta eszik zöldséget.

A diákok 27%-a naponta fogyaszt cukros üdítőitalokat.

HBSC - Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása (Németh és mtsai, 2022)

Mentális egészség: A tanulók 30%-a számolt be heti rendszerességgel előforduló pszichoszomatikus tünetekről (pl. fejfájás, hasfájás, ingerlékenység).

A lányok körében gyakoribbak ezek a tünetek, különösen az idősebb korosztályban.

Szerhasználat: A 9–11. évfolyamos tanulók 40%-a próbált már ki valamilyen tiltott vagy visszaélésszerűen használt legális szert élete során.

A marihuána kipróbálási aránya 17%, míg 10% az elmúlt hónapban is használt ilyen szert.

Az elmúlt évekhez képest csökkent az alkohol és a marihuána kipróbálásának aránya. Ugyanakkor növekedett a pszichoszomatikus tünetek előfordulása, különösen a lányok körében.

A mentális egészség romlása aggasztó, különösen a lányok és az idősebb serdülők esetében.

ESPAD 2024 (Elekes - Arnold, 2024)

Előzetes eredmények:

A legtöbb prevalencia érték *nőtt* 2019 és 2024 között

A növekedés különösen jelentős volt a *lányoknál*

Minden kutatás a kortárs kapcsolatok, a *szabadidő és a mentális jóllét* meghatározó szerepét hangsúlyozza

ESPAD trend-elemzések:

- A fiatalok *mentális jóllét romlik*
- A *lányok jólléti mutatói rosszabbak*, mint a fiúké

Online tevékenység nem csak rizikó tényező, hanem *megóvó szerepe* is lehet

Prevenció nem kielégítő mértéke

ÉSZLELNI – REAGÁLNI - FÓKUSZÁLNI

Szakemberként **AKTÍVAN KELL REAGÁLNI** a társadalomban – ezáltal a kamaszokban is – végbemenő és **ÉSZLELHETŐ VÁLTOZÁSOKRA**, miközben az különböző **EGYÉNI IGÉNYEKRE** is fókuszálunk.

REAGÁLNI A TÁRSADALOMRA- ISMERD MEG...

1. ÖNISMERET – Mi értékrendünkbe hol helyezkedik el a szerhasználat? Vannak-e negatív attitűdjeink? Van-e családi érintettségem?
2. ISKOLA-ISMERET – Hogyan áll az iskola a drogprevencióhoz? Mik az elvárásai, amikor prevencióról beszélünk?
3. SERDÜLŐ-ISMERET

ÉRZÉKELNI A VÁLTOZÁST - SERDÜLŐ-ISMERET

Fiatalok és a „régi fiatalok”, azaz a mai szakemberek (és szülők) között nincs közös nyelv, közösen kialakított szokásrend a szerhasználati kultúrában.

1. ELÉRHETŐSÉG ÉS HOZZÁFÉRHETŐSÉG → régen lassabb és korlátozottabb
   → internet, „minden iskolában megvan AZ ARC aki…”
2. SZERHASZNÁLATI TRENDEK ÉS PREFERENCIÁK → régen inkább klasszikus szerek
   → ÚPSz, designer drogok, szintetikus szerek
3. GONDOLKODÁSMÓD ÉS KOCKÁZATÉSZLELÉS → régen tabu, absztinencia hangsúly
   → vélt vagy valós „szaktudás”, ártalmatlanabbnak látják, öngyógyítás
4. SZOCIÁLIS ÉS TÁRSADALMI HATÁSOK → régen szubkultúra
   → közösségi média, filmek, sorozatok, influenszerek

EGYÉNI IGÉNYEKRE FÓKUSZÁLNI - PÉLDÁK

- Eltérő tapasztalatok, kockázatok és megküzdési stratégiák
- A személyre szabott prevenció hatékonyabb, hitelesebb és nagyobb elérést biztosít
- Egyes csoportok fokozottan veszélyeztetettek, ezért speciális megközelítésre van szükség

EGYÉNI IGÉNYEKRE FÓKUSZÁLNI - PÉLDÁK

LMBTQ+ KAMASZOK

- önértékelési problémák, kisebbségi stressz, társas támogatás hiánya, családi elutasítottság, bullying
- Fontos: támogató közösségek, elfogadó környezet, pozitív identitásformálás

NEURODIVERZ GYEREKEK

- fokozott impulzivitás és újdonságkeresés ADHD esetén
- az autizmus spektrum állapotnál a társas kapcsolatok nehézségei és szorongás miatt lehet nagyobb a szerhasználat rizikója
- Fontos: strukturált környezet, célzott készségfejlesztés, alternatív megküzdési módok

EGYÉNI IGÉNYEKRE FÓKUSZÁLNI - PÉLDÁK

LÁNYOK

- internalizálás, önértékelési problémák, párkapcsolati tényezők
- Fontos: önbizalomnövelő programok, érzelemszabályozás, nemet mondás

DISZFUNKCIONÁLIS CSALÁDBAN FELNÖVEKVŐ GYEREKEK

- bizonytalan kötődés, korai függetlenedés, érzelmi szabályozási nehézségek
- Fontos: megbízható felnőtt támogatása, pszichoszociális segítségnyújtás, érzelemszabályozás fejlesztése

EGYÉNI IGÉNYEKRE FÓKUSZÁLNI - PÉLDÁK

A drogprevenció akkor válhat a leghatékonyabbá, ha **az egyéni élethelyzeteket** és **sérülékenységi tényezőket** is figyelembe veszi.

Az egyes csoportokra szabott stratégiák nemcsak a szerhasználati kockázatok csökkentésében segítenek, hanem az **általános jóllétet is támogatják**.

A DROGPREVENCIÓ NEM (CSAK) A DROGOKRÓL SZÓL

Az ártalomcsökkentő aspektus mellett az EGÉSZ KAMASZ kerüljön fókuszba,

mert…

… NINCS SZERHASZNÁLAT KAMASZ NÉLKÜL ÉS NINCSEN KAMASZ CSALÁD NÉLKÜL.

De akkor miről szól?

Önszabályozás és belső erőforrások	Társas készségek	Kritikus gondolkodás
• Indulatkezelés	• Asszertív kommunikáció	• Nemet mondás
• Stresszoldás	• Empátia	• Döntéshozatal
• Érzelemszabályozás	• Mentalizáció	• Médiatudatosság
• Optimizmus	• Párkapcsolati jóllét	• Felelősségvállalás
• Időmenedzsment	• Konfliktuskezelés	• Kockázatértékelés

Összegezve

- **Holisztikus programokra** van szükség, melyek **idomulnak** az aktuális kor fiataljainak megéléseihez és attitűdjeihez a szerekkel kapcsolatban, miközben figyelembe veszik a következőket:
  - ítélkezésmentesség
  - stigmatizáció elkerülése
  - személyes döntéshozatal támogatására
  - hiteles és tényalapú kommunikáció
  - egyéni igények
  - stresszkezelési és életvezetési készségek fejlesztése

ELTE | PPK

PEDAGÓGIAI ÉS PSZICHOLÓGIAI KAR