

**Беата Земба,**

асистент,
Жешувський університет, педагогічний інститут,
кафедра соціальної та реабілітаційної педагогіки
(м. Жешув, Польща)

Beata A. Zięba,

adiunkt,
Uniwersytet Rzeszowski, Instytut Pedagogiki,
Katedra Pedagogiki Społecznej i Resocjalizacyjnej
(Rzeszów, Polska)

Beata A. Zieba,

Assistant to the Chair,
University of Rzeszów, Institute of Pedagogy,
Department of Social Pedagogy and Resocialization
(Rzeszów, Poland)
beannzi@interia.pl

ПРИЧИНИ ЗДІЙСНЕННЯ СПРОБ ВЖИВАННЯ НАРКОТИКІВ СЕРЕД ШКІЛЬНОЇ МОЛОДІ

PRZYCZYNY PODEJMOWANIA PRÓB NARKOTYZOWANIA SIĘ PRZEZ MŁODZIEŻ SZKOLNĄ

THE REASONS FOR ATTEMPTING TO TAKE DRUGS BY SCHOOL STUDENTS

Artykuł ten poświęcony jest problemowi narkotyzowania się młodzieży. Głównym obszarem zainteresowań Autorki są przyczyny sięgania po narkotyki przez uczniów.

Problem ten jest wielokrotnie podejmowany przez socjologów, pedagogów, pracowników społecznych, psychologów. Tematyka ta jest istotna, ze względu na powszechność tego problemu i dostępność narkotyków, mimo ich oficjalnego zakazu sprzedaży.

Co roku odnotowuje się wiele młodych ofiar narkomanii. Młodzież ta wywodzi się nie tylko z rodzin patologicznych. Bardzo często są to dzieci z rodzin, w których głównym priorytetem jest zarabianie pieniędzy kosztem kontaktów z dziećmi i zaniedbywania ich potrzeb emocjonalnych.

Autorka zachęca do analizy tych przyczyn i podaje autorów publikacji, którzy zajmują się tą ważną problematyką.

Słowa kluczowe: wychowanie, edukacja, patologia społeczna, narkomania, uczeń, szkoła, problemy wychowawcze,

This article is dedicated to the problem of drug taking by young people. The main area of the author's interest is the causes of drug use by students.

This problem is raised by sociologists, educators, psychologists, social workers frequently. This subject is important, because of the commonness of the problem and availability of drugs, despite the official prohibition on selling.

Every year there are a lot of young victims of drugs. Young people come not only from pathological families. Very often they are the children from families in which the main priority is making money at the expense of contact with children and neglect of their emotional needs.

The author encourages the analysis of the causes and gives the list of the authors who are concerned with these important issues.

Key words: upbringing, education, social pathology, drug addiction, student, school, educational problems.

Статья посвящена проблеме употребления наркотиков среди молодежи. Главная сфера научных интересов автора – причины, толкающие учеников попробовать наркотики.

Эта проблема многократно рассматривалась социологами, педагогами, общественными работниками, психологами. Тематика статьи очень актуальная, в связи с широкой распространенностью этой проблемы и доступностью наркотиков, несмотря на официальный запрет их продажи.

Ежегодно отмечается множество молодых жертв наркомании. Эта молодежь есть выходцами не только из неблагополучных семей.

Автор поощряет к анализу этих причин и приглашает к дискуссии авторов публикаций, которые занимаются этой важной проблематикой.

Ключевые слова: воспитание, образование, общественная патология, наркомания, ученик, школа, воспитательские проблемы.



Wstęp

Powody sięgania po narkotyki są różne i dokonując diagnozy każdego z przypadków należy wziąć pod uwagę indywidualny charakter narkotyzowania się młodzieży szkolnej. Młodzież, sięgająca po narkotyki, drastycznie zmienia swój dotychczasowy tryb życia i kierując się różnorodnymi motywami [18, s.19].

Narkotyzowanie się staje się modą, formą spędzania czasu wolnego, zaspokojenia potrzeby przeżycia silnych wrażeń, czy też ucieczką od stresów i niepowodzeń. Coraz większa liczba dzieci i młodzieży eksperymentuje z narkotykami i próbuje ich działanie. Zażycie amfetaminy traktują jako najprostszy sposób na szybkie i skuteczne przyswojenie sobie wiedzy. Ecstasy przyjmują, żeby przez wiele godzin pozostać aktywnymi nie odczuwając przy tym jakiegokolwiek zmęczenia, zaś LSD – w celu przeżycia nadzwyczajnych wizji, z kolei marihuanę – aby się rozluźnić [16, s.43].

Uwarunkowania narkomanii

Na uzależnienie składają się trzy zasadnicze komponenty:

- człowiek,
- jego środowisko,
- zażywany środek psychoaktywny [12. S 34].

W zestawieniu: człowiek – narkotyk – środowisko, wszystkie elementy są istotne, łączą się ze sobą, lecz istotą problemu uzależnienia jest człowiek - jego predyspozycje osobowościowe i potrzeby, które zaspakaja przyjmując narkotyk. Ostatecznie - to człowiek decyduje ile, kiedy i co bierze.

Motywy skłaniające młodzież do narkotyzowania się

Większość specjalistów jest zgodna, że czynniki prowadzące do inicjacji narkotycznej są zróżnicowane i nie ma jednolitego schematu wyjaśniającego to zjawisko. Przez etiologię narkomanii należy rozumieć wszelkie uwarunkowania zewnętrzne, motywy środowiskowe oraz wewnętrzne racje psychologiczne, które wywołują skłonność do narkomanii [2, s. 433].

Według A. Danysz i H. Szafranowej przyczyny narkomanii dzieli się na dwie grupy:

• przyczyny psychologiczno-socjologiczne:

- chęć ucieczki od przykrych doznań lub przekraczających możliwości człowieka wymagań życiowych,
- niekorzystny wpływ środowiska,
- tendencje społeczne,
- presję socjalno-kulturową,
- bunt przeciwko uznanym wartościom i normom społecznym,
- nieprzystosowanie,
- charakteropatie.

• przyczyny medyczne (farmakologiczne):

- tendencje do samoleczenia u ludzi chorych psychicznie,
- kontynuacja nabytej praktyki związanej z leczeniem [16, s. 33].

Z kolei według T. Hanausek i W. Hanausek - o narkomanii decydują:

• czynniki obiektywne:

- upowszechnianie wiedzy o lekach,
- postęp przemysłu farmaceutycznego w dziedzinie produkcji leków psychotropowych,
- łatwość nabycia i częste ich stosowanie,
- przyjemność czerpana z efektów zażywania środków odurzających i psychotropowych.

• czynniki subiektywne:

- potrzeba osiągnięcia komfortu psychicznego (odprężenia, poczucia bezpieczeństwa),
- chęć utrzymania dużej i stałej sprawności oraz wydolności fizycznej i psychicznej,
- poszukiwanie ucieczki od frustracji związanych z codziennymi kłopotami,
- potrzeba naśladowania innych osób z otoczenia [16, s.33-34].

Natomiast Czesław Cekiera wyróżnia dwie grupy uwarunkowań:

• do uwarunkowań zewnętrznych zalicza:

- rozbitą rodzinę i jej problemy funkcjonowania
- konflikty w rodzinie oraz rozbieżne postawy wychowawcze rodziców,
- nadmierną tolerancję w procesie wychowania młodego pokolenia,
- poczucie krzywdy, zagrożenia,
- brak lub niski poziom zainteresowań,
- patologię rodziny,
- labilność emocjonalną,
- brak umiejętności radzenia sobie z trudnościami,
- niezaspokojoną potrzebę akceptacji,
- kierowanie się w życiu zasadą przyjemności, hedonizmem,
- obniżony poziom dojrzałości społecznej,
- środowisko kolegów – narkomanów,
- łatwy dostęp do narkotyków.

• podstawowym motywami wewnętrznymi są:

- ciekawość, moda,



- chęć szybkiego rozwiązania trudności,
- namowa, wpływ kolegów,
- chęć poprawienia samopoczucia,
- potrzeba więzi i przynależności do grupy [3, s. 77].

Maria Jarosz również wyłania dwie grupy czynników skłaniających ludzi do kontaktów z narkotykami, a są to [16, s 35]:

• czynniki osobowościowe:

- właściwości okresu dorastania (niedojrzałość emocjonalna i charakterologiczna, ciekawość)
- różnego rodzaju zaburzenia psychiczne (nerwice, zaburzenia osobowości).

• czynniki społeczno-kulturowe:

- moda,
- nieprawidłowe interakcje w rodzinie,
- niepowodzenia szkolne,
- kryzys wartości,
- dostępność środków odurzających.

Poza tymi w/w bezpośrednimi przyczynami narkotyzowania się, wyróżnia się **przyczyny pośrednie** takie, jak:

- transformacja systemów wartości,
- hedonizm, bezmyślność
- brak poczucia sprawczości,
- brak autorytetów,
- relatywizm norm etycznych,
- permissywizm (społeczeństwo przyzwalające),
- egzekwowanie praw bez przyjmowania obowiązków,
- zanik etosu pracy,
- triumf prymitywizmu i wulgarności,
- satysfakcja z łamania zakazów,
- kontestacja.

Wszystkie te zjawiska – prezentowane w środkach masowego przekazu jako przejawy nowoczesności i postępu – wiążą się z ryzykiem podejmowania prób narkotyzowania się przez młodych ludzi i stanowią wstęp do uzależnienia [23, s. 25].

P. Robson jest zdania, że proces sięgania po środki uzależniające zaczyna się od papierosów, wina, piwa czy rozpuszczalników, po czym następuje przejście do marihuany. Z kolei im większe spożycie marihuany, tym większe prawdopodobieństwo, że zostanie wypróbowany następny, o większej mocy narkotyk [18, s. 25].

Narkomania to, podobnie jak alkoholizm, choroba duszy i emocji. Niektórzy uważają, że jest chorobą mającą swą przyczynę w braku zaspokojenia podstawowych potrzeb człowieka: miłości, akceptacji, poczucia bezpieczeństwa. Podkreśla też fakt, że do grupy najbardziej narażonych na ryzyko narkotyzowania należą te osoby, które cechuje brak: pewności siebie i asertywności, brak umiejętności, konstruktywnego radzenia sobie z sytuacjami trudnymi, rozwiązywania problemów, pożytecznego spędzania czasu wolnego.

Jednak przyczyn jest więcej: nuda, ciekawość, presja znajomych, przeżywanie trudności w szkole, kłopoty z nauką, presja rodziców, zawód miłosny, kompleksy, chęć poczucia się wolnym i dorosłym, chęć zaimponowania kolegom, niskie poczucie wartości, chęć ośmielenia się w kontaktach z płcią przeciwną, „dobra zabawa”, ucieczka przed samotnością, wyobcowaniem, chęć stworzenia iluzyjnego doskonałego świata, brak umiejętności odmawiania, niewystarczająca wiedza o narkotykach i ich skutkach, wpływie na organizm i procesie uzależnienia [14, s. 29].

Z kolei szukanie przyjemności z zażywania narkotyków lub ich stosowania dla akceptacji społecznej środowiska młodzieży, świadczy o słabej odporności psychicznej młodych ludzi.

Podejmowaniu prób narkotyzowania się sprzyjają ukształtowane w toku wychowania pewne szczególne cechy osobowościowe, określane jako „skłonność do nałogów”. Na niebezpieczeństwo narkomanii narażone są przede wszystkim dzieci i młodzież nadwrażliwa, o delikatnej strukturze psychiki. Są to osoby, które z jednej strony dążą do sukcesów, z drugiej zaś cechują się rozbieżnością między osobistymi celami, ambicjami, pragnieniami a możliwościami i umiejętnościami ich osiągnięcia oraz zaspokajania. Młodzi ludzie klasyfikujący się do tej kategorii są zazwyczaj lękliwi i ulegli. Bardzo cierpią z tego powodu, lecz starają się udawać silnych psychicznie. Wykazują przy tym małą odporność na frustracje i trudności, choć skrzętnie to ukrywają. Toteż nieustannie dręczy ich wyjątkowo nieprzyjemny stan napięcia oraz poczucie dyskomfortu psychicznego, które niwelują między innymi poprzez przyjmowanie rozmaitych środków psychoaktywnych [4, s. 225-227].

Próbowanie czy eksperymentowanie narkotyków związane jest bardzo często z okresem dojrzewania i dorastania i ma miejsce między 10 a 18 rokiem życia młodego człowieka. „Na ogół w momencie wkraczania w dorosłość rozwój fizyczny organizmu pozwala na podjęcie funkcji przypisanych ludziom dorosłym, natomiast rozwój psychiczny i społeczny pozostają nieco opóźnione i przejawiają znaczne zróżnicowanie [10, s. 37]. Należy też zaznaczyć, że młodzi ludzie w okresie dorastania mają tendencję do podejmowania zachowań ryzykownych [6, s 409]. Właśnie wówczas początkowe, sporadyczne kontakty ze środkami uzależniającymi przybierają formę trwałych przyzwyczajeń i nałogów [20, s.5].

Adolescencja jest okresem szczególnej wrażliwości, a zarazem etapem życia, w którym musi on określić swoją tożsamość psychologiczną, psychoseksualną i społeczną oraz ustalić swój indywidualny system wartości i celów życiowych. Brak sprecyzowanych wartości i celu w życiu, jest jednym z istotniejszych czynników osobowościowych sprzyjających ryzyku wystąpienia narkomanii. Od przyjętej hierarchii wartości w ogromnym stopniu zależy poczucie sensu życia człowieka. Młodych ludzi często cechuje relatywizm norm etycznych. Jeżeli młodzież za najważniejszą wartość uznaje hedonistyczny tryb życia,



to w wielu przypadkach sprzyja to eksperymentowaniu z narkotykami i prowadzi do narkomanii. Pustka egzystencjonalna i zagubienie, to ważny faktor sprzyjający uzależnieniu [19, s. 11].

Osobowość skłonna do uzależnień charakteryzuje się brakiem zainteresowań społeczno-kulturalnych i tendencją do postaw aspołecznych (niechęć do szkoły i nauczycieli, brak równowagi emocjonalnej, agresywność, infantylność uczuć świadcząca o ukształtowaniu się negatywnych postaw w sferze uczuciowej, co ostatecznie może sprzyjać potrzebie ucieczki w świat narkotyków [13, s. 143].

Jedną z przyczyn sięgania po narkotyki w wielu przypadkach jest wysoki poziom neurotyczności, który wyraża się poprzez: niepokój, nieufność, wysokie napięcie wewnętrzne i niezrównoważeni emocjonalne. Osoby takie poprzez podejmowanie prób narkotyzowania się - uwalniają się od frustracji i napięcia [10, s. 41].

Do osobowościowych uwarunkowań sprzyjających podejmowaniu prób narkotyzowania się można zaliczyć ekscentryczność i niekonwencjonalność. Niekoniecznie trzeba mieć dużo problemów, wystarczy, że młodzież wciąż poszukuje nowych podniet a do tego większość młodzieży twierdzi, że w życiu należy wszystkiego spróbować [4, s.57] .

U podstaw ciężkiego nadużywania narkotyków stoi mechanizm zaprzeczania i potrzeba ucieczki od życiowych problemów. Zażywanie narkotyków w celu odurzania się (przeżywania przyjemnych wrażeń), jest oczywiście, aczkolwiek osoby potrzebujące widzieć bardziej racjonalne motywy działania - nie będą apróbować takich rozwiązań. Motorem ludzkich działań jest między innymi dążenie do przyjemnych wrażeń. Młodzi ludzie sięgają po różne specyfiki narkotyczne z tych samych powodów, co dorośli. Robią to między innymi w takich okolicznościach, jak: spotkania towarzyskie, imprezy, uczczenie jakiegoś sukcesu. Chodzi tu o przyjemność odurzania się, a najlepiej w towarzystwie. Zażywanie narkotyków to sposób osiągania celu po linii najmniejszego oporu. Można by więc powiedzieć, że środki uspokajające i odurzające służą „ucieczce od”, zaś stymulujące i halucynogenne sprzyjają „ucieczce ku” [22, s. 52].

Ostateczną drogą ucieczki narkomana od problemów bywa samobójstwo. Mechanizm i potrzeba ucieczki współwystępująca z uzależnieniem od narkotyków zabiła i wciąż zabija tysiące narkomanów [8, s. 73].

Do istotnych faktorów narkotyzowania się należą sytuacje trudne i problemy osobiste dzieci i młodzieży, które często powiązane są z rodziną i szkołą. Oba te czynniki wywołują przykre napięcia psychiczne, które z jednej strony domagają się rozładowania a z drugiej strony - uniemożliwiają młodemu człowiekowi normalne funkcjonowanie.

Zasadne jest, by wszelkie nawyki kształtować już w dzieciństwie przez rodziców, którzy wpajają dziecku zasady dotyczące zdrowego stylu życia i mają decydujący wpływ na jego rozwój psychospołeczny i fizyczny [7, s. 13].

Przemyślane i regularne rozmowy rodziców z dziećmi na temat narkotyków powinny zacząć odbywać zanim jeszcze pojawiają się pierwsze niepokojące sygnały eksperymentowania z narkotykami [1, s. 26-27].

Badania prowadzone wśród rodzin osób uzależnionych prowadzone już w latach osiemdziesiątych XX wieku wykazały, że większość narkomanów wywodziła się z rodzin rozbitych, skonfliktowanych, charakteryzujących się niestabilnym środowiskiem wychowawczym [5, s. 275-284].

Umiejętne postępowanie wychowawcze rodziców wyrażające się w stawianiu rozsądnych wymagań a przy tym bliski kontakt emocjonalny - wpływają bardzo korzystnie na rozwój dziecka. Z kolei zaburzone relacje w rodzinie, nieufność wobec dziecka, obojętność wobec dziecka i podejmowanie sporadycznych prób kontroli jego zachowania – mogą spowodować wycofanie się dziecka z kontaktu z rodzicami, gdyż nastolatki łakną od rodziców miłości, potwierdzenia i wzmocnienia własnej wartości, poczucia więzi i przynależności do rodziny, dobrego przykładu, sprawiedliwości, jasno sprecyzowanych i konsekwentnie egzekwowanych granic i norm postępowania, zasad funkcjonowania w życiu dorosłym, poszanowania intymności i dyskrecji [15, s. 33].

Rodzina jest priorytetowym nośnikiem socjalizacji, gdzie większość funkcji wychowawczych wobec młodego pokolenia powinna być tam właśnie realizowana. Wychowanie powinno być oparte przede wszystkim na bliskim kontakcie, wzajemnej więzi emocjonalnej, pełnym zrozumieniu, rozsądnym podejściu do rozwiązywania problemów dziecka oraz bezterminowym i bezwarunkowym wspieraniu dziecka w sytuacjach dla niego trudnych. Rodzina jest przecież środowiskiem utrzymującym równowagę emocjonalną człowieka, zapewniającą mu poczucie bezpieczeństwa.

Z pewnością duży wpływ na podjęcie decyzji o narkotyzowaniu się ma nieprawidłowo funkcjonująca rodzina, w której rodzice nie wypełniają dostatecznie dobrze swoich obowiązków, nie dostarczają potomkom właściwych i pozytywnych wzorców do naśladowania oraz nie zapewniają możliwości prawidłowego rozwoju emocjonalnego [15, s. 15].

Narkotyki nie są wynalazkiem dzieci, lecz dorośli wskazują im różne sposoby odurzania się. Zanim więc rodzice przystąpią do rozmów z dzieckiem na temat narkotyzowania się i jego skutków – sami powinni sobie uświadomić, jak oni sami zwalczają problemy i stesy dnia codziennego, jak poprawiają sobie swój nastrój i relaksują się. Powinni to zrobić dlatego, bo dzieci uczą się na obserwacji, przykładzie od osób najbliższych. Wszak żyjemy w społeczeństwie nagminnie zażywającym substancje psychoaktywne. Są pigułki na niechcianą ciążę, są środki na odchudzanie, są leki na poprawę nastroju, a na dobrą zabawę przez całą noc jest ecstazy i cała masa innych specyfików [11, s. 30].

W miarę dorastania dziecka zmienia się zakres jego kontaktów interpersonalnych a stopniowemu rozluźnieniu podlegają kontakty dziecka z rodzicami i następuje powolne wyzwianie się spod autorytetu rodzica i przechodzenie od zależności do autonomii dziecka. Znamienne jest, że coraz większego znaczenia zaczyna nabierać grupa rówieśnicza [23, s. 38]. Grupa rówieśnicza zaś, jest źródłem doświadczeń zgoła odmiennych od tych, z którymi młodzi ludzie spotykają się w rodzinie i szkole.

Środowisko rówieśnicze jest z pewnością niekwestionowanym i bardzo istotnym obszarem rozwoju w okresie dorastania, stanowiąc dla młodzieży bardzo ważne źródło wzmocnień i weryfikacji poglądów dla kształtującego się obrazu własnej osoby, samooceny, kształtowania się systemu wartości. Przynależność do określonej grupy jest też drogą do uzyskania poczucia własnej tożsamości, gdyż grupa rówieśnicza bardzo często umożliwia identyfikację, a działając w grupie można lepiej zrozumieć siebie, wypróbować pełnić nowe role i podejmować nowe formy zachowania.



Z drugiej jednak strony akcentuje się, że pierwsze próby narkotyzowania się mają miejsce właśnie w grupie rówieśniczej, a często do tego dochodzi za namową bardziej „doświadczonych” przyjaciół [21, s. 553].

Narkomańskie grupy rówieśnicze pochłaniają przede wszystkim tych nastolatków, które są pozbawione właściwej opieki rodzicielskiej. Wpływem tych grup zagrożone są przede wszystkim dzieci nadpobudliwe i poszukujące przygód. Dzieci te są na ogół bardziej sprawne fizycznie, mają dużo w sobie energii i potrzeby ruchu. Żyją chwilą bieżącą a nauka i szkoła ich nudzi. Brak sukcesów szkolnych usiłują kompensować „popisywaniem się” przed kolegami, by im zaimponować siłą, ignorowaniem uznawanych norm i arogancją wobec dorosłych. Dzieci te zazwyczaj nie są lubiane przez nauczycieli i często są odrzucane przez rówieśników. W takiej sytuacji dziecko zaczyna unikać obowiązków szkolnych i szkoły, bo w szkole się źle czuje, więc szuka oparcia w środowiskach pozaszkolnych. Trafia więc do grupy narkomanów, która w tym czasie daje mu poczucie znaczenia, dostarcza „silnych przeżyć”. Wejście w środowisko narkomańskie pozwala na zaspokojenie potrzeby kontaktów z ludźmi i uzyskania emocjonalnego wsparcia, o co trudno było w innych grupach koleżeńskich, a nawet w domu rodzinnym. Akceptacja grupy sprawia, że młody człowiek nie ma już potrzeby ukrywania swoich pragnień, marzeń, lecz może pokazać swoje prawdziwe oblicze, gdyż w tym środowisku wszyscy są do siebie podobni, mają podobne problemy [12, s. 38]. W niektórych kręgach młodzieży zażywanie narkotyków stało się jakąś modą, która rozprzestrzeniła się ogarniając coraz większą rzeszę młodzieży zarówno w dużych miastach, jak i miasteczkach i wsiach [9, s. 68].

Środki masowego przekazu także odgrywają niemałą rolę w kształtowaniu światopoglądu, postrzegania świata, dokonywania wyborów.

Patrząc na miejsce narkotyków w kulturze naszych czasów, widzimy, iż stały się one jej trwałym elementem.

Media to machina, która kreuje masową wyobraźnię, ludzkie gusty, wprowadza nowy styl i modę, a jej istotą jest rozbudzenie w nas nowych potrzeb. Młodzi ludzie – szczególnie ci pozbawieni krytycyzmu - traktują wszelkie informacje, reklamę, jako źródło wiedzy o świecie. Wprawdzie media mogą być bardzo użyteczne w procesie informowania, edukowania, media mogą być też główną przyczyną kształtowania złych nawyków stanowiących początek uzależnienia [17, s. 17].

Wnioski

Pierwsze próby narkotyzowania się i narkomania w ogóle – jest zjawiskiem coraz bardziej powszechnym i niezwykle szkodliwym. Szkodliwym zarówno w kontekście indywidualnym dla poszczególnych osób dotkniętych tym problemem, jak i w kontekście społecznym, gdzie zjawisko narkomanii przynosi wiele szkód w sferze funkcjonowania społecznego grup dotkniętych tym zjawiskiem, potrzebą objęcia działaniem profilaktycznym wobec osób nie mających jeszcze styczności z narkotykami, oraz nakładach finansowych na ograniczaniu i eliminowaniu szkód wynikających z efektów narkomanii (leczenie narkomanów, terapia, nakłady finansowe na akcje profilaktyczne, utrzymanie skazanych, którzy dopuścili się aktów przestępczych w wyniku bicia pod wpływem narkotyków i inne).

Ważne jest, by to rodzina i szkoła jako dwa główne środowiska życia dzieci i młodzieży właściwie kreowały czas wolny dzieci i w miarę szybko reagowały na wszelkie symptomy problemów z którym dziecko nie radzi sobie. Powinniśmy też uczyć własnym przykładem, jak bez środków farmakologicznych (np. tabletki uspokajające), czy środków zmieniających świadomość (alkohol) można rozsądnie rozwiązywać problemy z sukcesem. Niech rodzice, nauczyciele i autorytety kreowane przez media będą rzeczywistym wzorem do naśladowania dla młodego pokolenia.

1. Adamski F., Socjologia małżeństwa i rodziny. Wprowadzenie, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1984.
2. Carson R., Butcher J. N., Mineka S., Psychologia zaburzeń, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, tom I, Gdańsk 2003.
3. Cekiera Cz., Psychoprofilaktyka uzależnień oraz terapia i resocjalizacja osób uzależnionych, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1992.
4. Cekiera Cz., Toksykomania, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1985.
5. Cekiera Cz., Środowisko rodzinne młodocianych narkomanów, [w:] Z. Bizoń, W. Szyszowski (red.), Zagadnienia alkoholizmu i innych uzależnień, tom II, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1989.
6. Chodkiewicz J., Juczyński Z., Problem używania środków psychoaktywnych przez młodzież. Badania uczniów szkół łódzkich, „Alkoholizm i Narkomania”, tom 15, nr 4/2002.
7. Czeredrecka B., Rodzina jako środowisko życia i wychowania, {w:] U.Gruca-Miąsik (red.), Dziecko i rodzina. Społeczne powinności opieki i wychowania, Wydawnictwo UR, Rzeszów 2007
8. Dimoff T., Carper S., Jak rozpoznać czy dziecko sięga po narkotyki, MEN, Warszawa 1994.
9. Dymek-Balcerek K., Patologie zachowań społecznych. Rzeczywistość przełomu wieków XX i XXI. Narkomania-alkoholizm-samobójstwa-grupy subkulturowe-sekty, Wydawnictwo Politechniki Radomskiej, Radom 2000.
10. Gawlik J., W poszukiwaniu lepszego świata, „Edukacja i Dialog”, nr 187/2007.
11. Goodyer P., Dzieciaki i narkotyki, Wydawnictwo MADA, Warszawa 1999.
12. Juczyński Z., Narkomania. Podręcznik dla nauczycieli, wychowawców i rodziców, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2002.
13. Kendall P. C., Zaburzenia okresu dzieciństwa i adolescencji. Mechanizmy zaburzeń i techniki terapeutyczne dla praktyków i rodziców, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004.
14. Kozak, Narkomania-choroba duszy i emocji, „Edukacja i Dialog”, nr 187/2007.
15. Moneta-Malewska M., Narkotyki w szkole i w domu. Zagrożenie, Towarzystwo Wydawnicze i Literackie, Warszawa, 1995.
16. Omylanowska-Kuglarz P, Trochę teorii z narkomanii, „Edukacja i Dialog”, nr 187/2007.
17. Pike S., Forster D., Promocją zdrowia dla wszystkich, Wydawnictwo Czelej, Lublin 1998
18. Robson P., Narkotyki, Medycyna Praktyczna, Kraków 1997.
19. Róg A., Orzechowska M., Wychowanie do wartości, „Edukacja i Dialog”, nr 154/2004.
20. Stankowski A., Narkomania – narkotyki – narkomani, Wybrane zagadnienie, Katowice 1988.
21. Stępień E., Rówieśniczy kontekst używania środków odurzających od dorastania do wczesnej dorosłości, „Alkoholizm i Narkomania”, tom 14, nr 4/2002.
22. Thille Z., Zgirski L., Toksykomanie. Zagadnienia społeczne i kliniczne, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 1976.
23. Wojciechowski M., Psychologia narkomanii. Laboratorium Psychologii Stosowanej, Warszawa 1993.