



**Szanowni Państwo,  
Drodzy Rodzice**

Kierowani troską, ale również zaniepokojeni otaczającą nas rzeczywistością pragniemy zasygnalizować narastający wśród młodzieży problem związany z sięganiem po różnego rodzaju używki i substancje psychoaktywne. Zjawisko to niestety narasta, często ma źródło w rozluźnionych czy słabych więziach dorastającej młodzieży z rodzicami, jak również wynika z silnego w tym wieku – wpływu grupy rówieśniczej. Młodzież podejmując pierwszy kontakt z używką najczęściej rozumuje w ten sposób: *„Spróbuję. Przecież nie uzależnię się od razu, to tylko po to bym poczuł(a) się lepiej i nie został(a) wyśmiana(y)”*. Ten pierwszy krok zmienia się jednak często w wędrówkę ku przepaści.

W tym miejscu rodzi się pytanie: jak ochronić dorastające dziecko przed uzależnieniem? Czy jako rodzice mamy na to wpływ? Odpowiedź wydaje się prosta - najważniejszym czynnikiem chroniącym młodych ludzi przed sięganiem po środki uzależniające są silne więzi rodzinne. Zdajemy sobie sprawę, że utrzymanie dobrych relacji z dorastającym dzieckiem to duże wyzwanie szczególnie w trudnym czasie dojrzewania, okresie buntu, negowania zakazów i ograniczeń dorosłych. Jak się jednak okazuje – jest to konieczne.

Czego zatem potrzebują nasze dzieci? Każdy nastolatek potrzebuje przede wszystkim czuć się kochanym, rozumianym i ważnym dla nas. Aby prawidłowo się rozwijać, dokonywać mądrych wyborów konieczne jest Wasze rodzicielskie wsparcie, oparty na wartościach i czytelnych zasadach bezpieczny i spokojny dom. Ważne jest Wasze świadectwo, osobisty przykład, szacunek okazywany dorastającemu młodemu człowiekowi. Z drugiej strony ważna jest Wasza rodzicielska czujność, odpowiednie reagowanie gdy dzieje się coś niedobrego, jasne określenie reguł panujących w domu i szczególnie ważna spójność rodziców w działaniach wychowawczych.

Co powinno zaniepokoić każdego rodzica w zachowaniu swojego nastoletniego, dorastającego dziecka? Zwróćcie Państwo uwagę na listę symptomów, które wymagają rodzicielskiego zastanowienia:

- nastolatek oddala się, staje się obcym,
- nie chce rozmawiać, kłamie,
- gorzej się uczy, ma kłopoty szkolne, wagaruje,
- jest powolny lub apatyczny, nadmiernie pobudzony, agresywny lub rozdrażniony,
- znika z domu pod byle pretekstem, wraca późno, łamie reguły,
- ma nowych znajomych, których Państwo nie znacie,
- ma zwiększony apetyt lub brak apetytu,
- ma przekrwione oczy, wąskie lub szerokie źrenice, katar,

- dziwne pachnie w jego pokoju, znajdujcie Państwo biały proszek, folię, strzykawkę, dziwne zawiniątka,
- w rozmowie kwestionuje szkodliwość używek,
- z domu znikają pieniądze, wartościowe przedmioty,
- zaktócony jest dobowy rytm dnia i nocy,
- nie kontroluje czasu spędzonego poza domem, przed ekranem, na zakupach,
- w solarium, na siłowni itp.,
- reaguje agresywnie na próby ograniczeń dostępu do ekranu komputera, komórki, tabletu,
- czy wyjść z domu.

Z pewnością ta lista nie wyczerpuje wszystkich niepokojących zachowań, jednak są to pierwsze sygnały ostrzegawcze, informacja że musimy zacząć działać.

Drodzy Rodzice, pragniemy zapewnić Was o trosce i pomocy z naszej strony. W pojawiających się trudnościach towarzyszących okresowi dojrzewania Waszych dzieci nie jesteście sami. Do dyspozycji są pedagodzy pracujący w szkołach, ale również powiatowe instytucje pomocowe takie jak Poradnia Psychologiczna – Pedagogiczna, Centrum Pomocy Rodzinie, Ośrodek Interwencji Kryzysowej. W ośrodkach tych dostępni są specjaliści – psycholodzy i pedagodzy, którzy niosą pomoc w zakresie wsparcia czy udzielania potrzebnej pomocy.

Pamiętajcie jednak, że ostateczna decyzja zawsze należy do Was i że to właśnie na Was spoczywa społeczna, emocjonalna i prawna odpowiedzialność za bezpieczeństwo i zdrowie Waszych dzieci.

Pragniemy zapewnić swoim dzieciom bezpieczeństwo, ochronić przed wszystkimi zagrożeniami zewnętrznego, niebezpiecznego świata. To bardzo trudne zadanie. Jeśli jednak stworzycie w swoich domach taki klimat, aby dzieci czuły, że mogą swobodnie wyrazić swoje emocje, to istnieje duża szansa, że będą również bardziej skłonne wysłuchać Waszych racji. To właśnie Wy jesteście najważniejszym wsparciem dla Waszych Dzieci. To Wasza rozumna miłość i głęboka więź mogą w tych przełomowych momentach okresu dorastania ukształtować krytyczną ocenę wobec przekazu mediów dzisiejszego świata. Pomogą oprzeć się silnej presji rówieśników, radzić sobie z ogromnym pragnieniem akceptacji, ze strachem przed odrzuceniem i zagubieniem towarzyszącym okresowi dojrzewania w poszukiwaniu wartości i celów.

Zyczymy Państwu, aby w tej nietatwej drodze dojrzewania Waszych dzieci nie zabrakło Wam miłości, czasu na relację oraz rodzicielskiej troski. My zaś zapewniamy o ciągłym wsparciu oraz pomocy instytucji powiatowych.

mgr Piotr Chęć  
mgr Adam Pieniążek

STAROSTA  
WICESTAROSTA