

## ZACHOWANIA RYZYKOWNE DZIECI I MŁODZIEŻY

Wzrastająca w ostatnich latach liczba zaburzeń zachowania wśród dzieci i młodzieży jest bardzo niepokojąca. Coraz częściej słyszymy w mediach i zauważamy wokół siebie rozmaite zachowania ryzykowne, a więc działania niosące ryzyko negatywnych konsekwencji zarówno dla zdrowia fizycznego i psychicznego jednostki, jak i dla otoczenia społecznego.

Problem ten dotyczy grupy wiekowej 10 – 18 lat, a nawet młodszych dzieci. Dysfunkcje powstałe w okresie adolescencji często rzutują na dalsze, dorosłe życie.

Zachowania ryzykowne są nieprawidłowymi sposobami radzenia sobie z problemami:

- Umożliwiają zaspokojenie potrzeb psychologicznych – miłości, akceptacji, uznania i przynależności
- Umożliwiają realizację celów rozwojowych np. przynależności
- Pozwalają radzić sobie z trudnościami życiowymi, zredukować stres

Lista niepokojących zachowań jest bardzo długa.

Do najczęściej spotykanych zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży zalicza się:

- palenie tytoniu,
- spożywanie alkoholu,
- używanie innych środków psychoaktywnych (dopalaczy, narkotyków, środków wziewnych, leków),
- autoagresję (okaleczanie własnego ciała)
- zachowania agresywne, przemoc, cyberprzemoc,
- zachowania związane z nadmiernym korzystaniem z telefonu, Internetu, graniem w gry komputerowe i inne i niewłaściwym zachowaniem w sieci,
- drobne wykroczenia, wandalizm, chuligaństwo,
- zaniedbywanie nauki szkolnej, wagary, porzucanie nauki szkolnej,
- ucieczki z domu
- wczesną aktywność seksualną,
- próby samobójcze.

Liczne badania wykazały, że zachowania ryzykowne najczęściej z sobą współwystępują. Ponadto jedno zachowanie pociąga za sobą inne. Na przykład picie alkoholu czy odurzanie się narkotykami często współwystępuje z zachowaniami agresywnymi, przestępczymi i wczesną aktywnością seksualną lub je wyzwała.

Motywy skłaniające dzieci i młodzież do zachowań ryzykownych:

- nabranie śmiałości w kontaktach z ludźmi ,
- nawiązanie znajomości,
- upodabnianie się do innych członków grupy rówieśniczej, aby uzyskać ich uznanie, oparcie, przyjaźń,
- ucieczka od problemów rodzinnych i szkolnych ,
- zwrócenia na siebie uwagi rodziny i szkoły,
- prowokowanie dorosłych (przekora),
- chęć pokazania się bardziej dorosłym,
- pokazanie się jako osoba ważna, ciekawa, wyróżniająca się ponad przeciętność
- wprawienie się w stan podniecenia,
- dla odprężenia się
- dla zabawy,
- z ciekawości, np. jak smakuje alkohol,
- pod wpływem reklamy ,

- z nudów (z braku innych możliwości spędzenia wolnego czasu),
- żeby uciec przed problemami (rodzinnymi, szkolnymi),
- obniżenie lęku,
- bunt młodzieńczy

Różne zachowania problemowe umożliwiają więc zaspokojenie:

- najważniejszych potrzeb psychologicznych (miłości, akceptacji, uznania, bezpieczeństwa, przynależności),
- realizację ważnych celów rozwojowych (np. określenie własnej tożsamości, uzyskanie niezależności od dorosłych),
- radzenie sobie z przeżywanymi trudnościami życiowymi (redukcja lęku i frustracji).

Na to czy dziecko będzie się zachowywało zgodnie z normami i oczekiwaniami, czy podejmie zachowania ryzykowne ma kluczowy wpływ interakcja różnych grup czynników

Niektóre cechy jednostki i jej środowiska sprzyjają powstawaniu zachowań ryzykownych, inne natomiast je hamują. Są to tzw czynniki ryzyka i czynniki chroniące.

**CZYNNIKI RYZYKA:** cechy, sytuacje, zachowania, które zwiększają prawdopodobieństwo powstawania zachowań ryzykownych

**CZYNNIKI CHRONIĄCE:** cechy, sytuacje, takie zachowania dziecka i osób wokół niego, które zwiększają odporność na działanie czynników ryzyka

Wśród licznych czynników ryzyka i chroniących za najważniejsze uważa się:

- czynniki osobowościowe,
- związane z sytuacją rodzinną,
- związane z sytuacją szkolną,
- związane z grupą rówieśniczą,
- wydarzenia i sytuacje życiowe

**CZYNNIKI OSOBOWOŚCI SPRZYJAJĄCE ZACHOWANIOM RYZYKOWNYM CECHY OSOBOWOŚCI ZWIĄZANE Z WIEKIEM:**

- niedojrzałość emocjonalna,
- niska odporność na treści, które „przerastają” dziecko (pornografia, sceny erotyczne, przemoc, agresja pokazywana jako coś pozytywnego w filmach, grach komputerowych),
- brak umiejętności właściwej oceny – co jest dobre? co złe?
- duża potrzeba wrażeń, szukanie wyzwań, nadmierna ciekawość,
- niskie poczucie własnej wartości, kompleksy (dziecko próbuje szukać akceptacji w grupach rówieśniczych), frustracja, żal, złość,
- mała odporność na stres,
- podatność na uleganie „modom” (np. samookaleczanie, palenie, sięganie po dopalacze)
- wczesny wiek inicjacji tytoniowej i alkoholowej ( przed 12.r.ż.)

## CZYNNIKI RYZYKA W RODZINIE

- nieprawidłowa realizacja ról rodzicielskich
- brak jasnych i wyraźnych oczekiwań dotyczących zachowania dziecka
- niestabilność emocjonalna rodziców, zaburzenia psychiczne
- wychowanie pod kloszem - rodzice nadmiernie chroniący dziecko
- wychowanie bezstresowe - przyzwalające postawy rodziców wobec zachowań problemowych dzieci, brak granic
- zbyt surowa dyscyplina
- brak spokoju, chroniczne konflikty rodzinne z udziałem dziecka (wrogość między rodzicami, traktowanie dziecka jako „karty przetargowej”)
- rodzina rozbita
- ciągła nieobecność jednego z rodziców (związana np. z pracą za granicą),
- uzależnienia / nałogi w rodzinie (alkoholizm, narkomania, hazard, „cyberuzależnienia”)
- negatywne postawy starszego rodzeństwa, zaburzone relacji między rodzeństwem
- przewlekła choroba w rodzinie
- śmierć w najbliższej rodzinie

## CZYNNIKI RYZYKA W RZECZYWISTOŚCI SZKOLNEJ

- trudności edukacyjne i niepowodzenia szkolne
- negatywny stosunek do szkoły, nauczycieli i obowiązków szkolnych, wagary, zaniedbywanie obowiązków szkolnych
- problemy z zachowaniem w szkole
- niewystarczający czas poświęcany na obowiązki szkolne (komputer, telewizja, spędzanie większości wolnego czasu poza domem)
- **przeciążenie obowiązkami szkolnymi, wynikające z nadmiernych wymagań rodziców**

## GRUPA RÓWIEŚNICZA A ZACHOWANIA RYZYKOWNE

- brak akceptacji w grupie rówieśniczej (kompleksy, nasilone konflikty rówieśnicze
- rówieśnicy, którzy przejawiają zachowania problemowe (picie, palenie, narkotyki, dopalacze, wykroczenia, rozboje)
- podejmowanie zachowań ryzykownych w celu znalezienia aprobaty wśród rówieśników

## ŚRODOWISKOWE CZYNNIKI RYZYKA

- niesprzyjające warunki ekonomiczne (ubóstwo, niski status społeczno – ekonomiczny)
- duża dostępność substancji psychoaktywnych,
- nasilenie przemocy, środowisko nieprzestrzegające prawa
- niski poziom nauczania i opieki w szkole, brak wsparcia nauczycieli
- ogólna dostępność negatywnych wzorców (mass media)

Prawdopodobieństwo pojawienia się zachowań ryzykownych u dzieci i młodzieży jest tym większe, im bardziej są narażone na czynniki ryzyka i im dłużej trwa ich oddziaływanie.

Profilaktyka:

- ✓ eliminacja lub redukcja czynników ryzyka
- ✓ wzmacnianie czynników chroniących

CZYNNIKI CHRONIĄCE NIE USUNĄ Z ŻYCIA DZIECKA CZY DORASTAJĄCEGO CZŁOWIEKA NEGATYWNYCH DOŚWIADCZEŃ I TRUDNYCH SYTUACJI POZWOLĄ JEDNAK Z LEPSZYM SKUTKIEM ZMAGAĆ SIĘ Z TRUDNOŚCIAMI

Pierwszym i najważniejszym środowiskiem wychowawczym jest rodzina. To w rodzinie dziecko uczy się, jak skutecznie zmierzyć się z zagrożeniami zewnętrznego świata.

#### CZYNNIKI CHRONIĄCE W RODZINIE

- wsparcie rodziców, wychowanie w atmosferze miłości, wzajemnego szacunku i akceptacji,
- dawanie dziecku prawa do popełniania błędów,
- stawianie rozsądnych wymagań, z uwzględnieniem możliwości dziecka i poszanowaniem indywidualnych potrzeb,
- ustalenie jasnych zasad i konsekwencja w ich przestrzeganiu, jasne oczekiwania rodziców, rodzicielska kontrola zachowania dziecka,
- spójna postawa rodziców
- „obecność” w życiu dziecka – **Jesteś dla mnie ważny**: zaangażowanie w sprawy szkolne, wspieranie w rozwoju zainteresowań, wspólne spędzanie wolnego czasu,
- zaangażowanie dziecka w życie rodzinne – rozsądne obowiązki: systematyczność, odpowiedzialność, poczucie bycia ważnym w rodzinie
- wspólny system wartości.

#### INDYWIDUALNE CZYNNIKI CHRONIĄCE

- wysokie IQ, zdolność uczenia się koncentracja uwagi, zdolności werbalne
- poczucie własnej wartości, wiara w swoje możliwości, optymizm
- motywacja wewnętrzna: posiadanie planów i celów życiowych, aspiracje edukacyjne, potrzeba osiągnięć
- odporność na niepowodzenia, przyzwolenie na popełnianie błędów
- umiejętność rozpoznawania własnych emocji, radzenie sobie z negatywnymi emocjami, kontrola impulsów, analiza własnego zachowania, rzetelna samoocena,
- umiejętności społeczne, porozumiewanie się z innymi, asertywność, poczucie własnej skuteczności w sytuacjach konfliktowych

#### CZYNNIKI CHRONIĄCE W GRUPIE RÓWIEŚNICZEJ

- relacje z rówieśnikami akceptującymi normy społeczne, mającymi aspiracje edukacyjne,
- wsparcie rówieśników w trudnych sytuacjach, wyrozumiałość
- wspólny system wartości,

#### CZYNNIKI CHRONIĄCE W ŚRODOWISKU SZKOLNYM

- pozytywny klimat szkoły
- uwzględnianie w procesie edukacyjnym indywidualnych możliwości i potrzeb dziecka
- współpraca rodziców ze szkołą, zbieżność oddziaływań szkoły z wychowaniem w rodzinie
- poczucie więzi ze szkołą
- wsparcie nauczycieli
- określone, jasne zasady życia szkolnego, ustalone granice i konsekwencje
- doświadczanie pozytywnych wzmocnień
- możliwość rozwijania zainteresowań

## ŚRODOWISKOWE CZYNNIKI CHRONIĄCE

- przyjazne i bezpieczne sąsiedztwo
- zaangażowanie w konstruktywną działalność: wspólnoty religijne, wolontariat, działalność charytatywna, kluby młodzieżowe, kluby sportowe, harcerstwo

Dziecko to swoisty zbiornik emocjonalny - aby mogło normalnie funkcjonować, musi mieć ciągle uzupełniany „zapas paliwa”, a tym paliwem jest bezwarunkowa miłość rodziców. Stanowi ona podstawę więzi między rodzicami a dzieckiem. Gdy zbiornik jest pusty, dziecko zaczyna wykazywać zaburzenia.

Dzieci dorastają w świecie stworzonym przez ludzi dorosłych i uczą się obowiązujących w nim reguł. Wychowując należy pamiętać zawsze o tym, że dzieci oddają i odbijają to, co otrzymują i co obserwują.

