

Društvo osoba s invaliditetom od siječnja 2024. godine provodi projekt „Budi NE-ovisan!“. Projekt je osmišljen za mlade osobe od 15 do 30 godina kako bi se programima prevencije i edukacije te pružanjem potrebne pomoći i potpore doprinijelo razvoju zdravog i produktivnog okruženja za mlade osobe. Provedbom projekta će se mladima iz marginaliziranih skupina pružati informacije i podrška o riziku više vrsta ovisnosti uz osnaživanje mladih kroz formiranje zdravog načina života i nošenja sa životnim stresovima.

Ovu brošuru čine osnovne sažete informacije o prevenciji ovisnosti, a cilj nam je pružiti vam pogled na područje prevencije ovisnosti kod mladih kroz doprinos razvoju zdravog i produktivnog okruženja za mlade.



Tiskanje brošure omogućio je
Središnji državni ured za
demografiju i mlade



„Budi NE-ovisan!“

Društvo osoba s invaliditetom
Varaždin

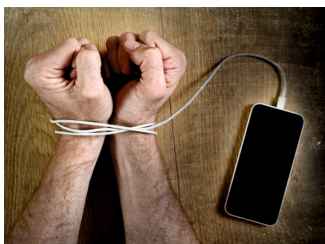
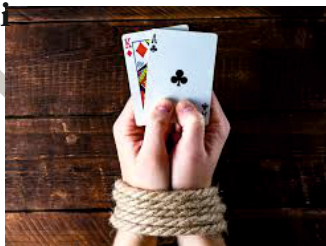
Ovisnost i prevencija ovisnosti kod mladih

Koncept ovisnosti kod mladih polazi od činjenice kako pojedinci ne započinju sa zluporabom sredstava ovisnosti isključivo zbog svojih individualnih osobina, već i zbog socijalnog konteksta u kojemu žive i koji kroz složenu mrežu socijalnih odnosa i socijalnih pritisaka kataliziraju sklonost prema uzimanju, pretjeranom uzimanju ili zluporabi štetnih tvari.

Prevenirati nešto značilo bi sprečavati da do nečeg dođe. Razina prevencije (vrsta, oblik, opseg i sadržaj svake pojedine preventivne aktivnosti) treba biti primjerena razini rizika.

U kontekstu prevencije ovisnosti kod mladih ciljevi prevencije su:

1. da do konzumacije uopće ne dođe
2. da mladi smanje konzumaciju
3. da se spriječe posredni negativni učinci konzumacije (širenje bolesti)
4. da mladi prestanu konzumirati sredstvo ovisnosti



Glavni cilj preventivnog djelovanja jest osnaživanje samozaštitnih kapaciteta mladih kroz provedbu edukacija i poticanje kvalitetnog provođenja slobodnog vremena.

Prevencija ovisnosti usmjerava se na slabljenje rizičnih faktora (utjecaj vršnjaka) i jačanja faktora zaštite (utjecaj obitelji i okoline). Potrebno je raditi na smanjenju društvene tolerancije prema konzumiranju alkohola, jačanju socijalnih vještina mladih kako bi se oni lakše mogli oduprijeti pritisku i utjecaju društva.

Sredstva ovisnosti:

Sredstvo ovisnosti je sve bez čega mislimo da ne možemo i što često okupira naš um u nekom značajnom vremenskom periodu.

Pod prevencijom ovisnosti najčešće mislimo na prevenciju od konzumacije sljedećih sredstava ovisnosti:

- DUHAN
- ALKOHOL
- OPOJNE DROGE
- KOCKANJE I KLAĐENJE
- NOVIJE OVISNOSTI:
 - ♦ VIDEO-IGRICE,
 - ♦ INTERNET,
 - ♦ DRUŠTVENE MREŽE

Mladi se nalaze u životnom razdoblju pojačanog rizika za konzumaciju sredstava koja stvaraju ovisnost i pod snažnim su utjecajem okoline. Stoga je nužno osmisлити i sustavno provoditi kvalitetne preventivne programe koji će mlade ljude osnažiti za pronalazak vlastitog identiteta i interesa te afirmirati njihove afinitete i pozitivne primjere. Stoga je nužno mlade osobe uključiti u procese donošenja odluka i planiranja aktivnosti koje se tiču njih.



1. način na koji je doživljeno djelovanje sredstva ovisnosti (ugodno ili neugodno iskustvo),
2. vezanost za vršnjake i iskustva u društvu vršnjaka,
3. vezanost za obitelj i iskustva u obitelji.

Aktivnost mladih, interes za društveno djelovanje i aktivizam značajan je resurs koji treba poticati i koji može djelovati kao zaštitni čimbenik protiv svih društveno nepoželjnih ponašanja pa tako i razvoja ovisnosti.

Uz dobro organizirane i u suradnji provedene preventivne aktivnosti istovremeno treba biti dostupan širok raspon tretmanskih i terapijskih programa za pomoć konzumentima sredstava ovisnosti i ovisnicima.

Ukoliko smatrate da je Vama ili Vašim bližnjima potrebna pomoć u rješavanju problema ovisnosti, obratite se na telefon 042/214-393 kako bi dobili ciljane informacije i upute o daljnjem djelovanju.

