



Instytut Psychiatrii i Neurologii



Raport końcowy

Analiza jakościowa stylu życia 17-18-letnich użytkowników substancji psychoaktywnych, wzorów i motywów używania substancji oraz innych zachowań problemowych

Raport z badań jakościowych zrealizowanych w ramach zadań Krajowego Programu Przeciwdziałania Narkomanii określonych w Narodowym Programie Zdrowia na lata 2016-2010 finansowanych ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych
Umowa 325/H6/BO/2018 zawarta w dniu 15.05.2018 roku

Autorzy

Krzysztof Ostaszewski (red. naukowa)

Katarzyna Dąbrowska

Jakub Greń

Łukasz Wieczorek

Instytut Psychiatrii i Neurologii

Zakład Zdrowia Publicznego, Pracownia Profilaktyki Młodzieżowej „Pro-M”

Zakład Badań nad Alkoholizmem i Toksykomaniami

Warszawa 2019

Spis treści

Wstęp	5
Cel główny i szczegółowe cele badań.....	6
Metodologia badań	7
Wyniki.....	12
A. Użytkownicy nowych substancji psychoaktywnych (tzw. „dopalaczy”) <i>Katarzyna Dąbrowska</i>	13
A Streszczenie.....	13
A I. Styl życia	17
A II. Historia używania substancji psychoaktywnych	19
A III. Opinie na temat substancji psychoaktywnych.....	28
A IV. Motywy używania	29
A V. Wzory używania	34
A VI. Rynek narkotykowy.....	37
A VII. Percepcja ryzyka	39
A VIII. Źródła informacji o substancjach psychoaktywnych	44
A IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód.....	45
A X. Negatywne konsekwencje używania	49
A XI. Profilaktyka i interwencje	54
B. Użytkownicy substancji wziewnych <i>Katarzyna Dąbrowska, Jakub Greń, Łukasz Wieczorek, Krzysztof Ostaszewski</i>	58
B Streszczenie.....	58
B I. Styl życia	65
B II. Historia używania substancji psychoaktywnych	68
B III. Opinie na temat substancji psychoaktywnych.....	76
B IV. Motywy używania	80
B. V. Wzory używania	84
B VI. Rynek.....	89
B. VII. Percepcja ryzyka.....	92
B. VIII. Źródła informacji o substancjach wziewnych	95
B IX. Redukcja szkód	96
B X. Negatywne konsekwencje używania.....	99
B XI Profilaktyka i interwencje.....	107
C. Użytkownicy przetworów konopi <i>Jakub Greń</i>	111
C. Streszczenie.....	111
C I. Styl życia	118
C II. Wzory i historia używania	121

C III. Motywy używania	134
C IV. Czynniki mające wpływ na używanie	142
C V. Rynek i sposoby pozyskiwania	146
C VI. Percepcja ryzyka.....	149
C VII. Negatywne konsekwencje używania	154
C VIII. Źródła wiedzy o substancjach psychoaktywnych.....	162
C IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem.....	164
C X. Profilaktyka – doświadczenia i opinie	168
D. Użytkownicy leków OTC (Over-The-Counter) <i>Łukasz Wieczorek</i>	177
D. Streszczenie	177
D I. Styl życia.....	183
D II. Historia używania.....	184
D III. Opinie na temat substancji wiodącej.....	191
D IV. Motywy używania.....	193
D V. Wzory używania.....	196
D VI. Rynek	200
D VII. Percepcja ryzyka	203
D VIII. Źródła informacji o substancjach psychoaktywnych	207
D IX. Redukcja szkód.....	209
D X. Negatywne konsekwencje używania	213
D XI. Profilaktyka i interwencje	220
E. Użytkownicy leków na receptę <i>Krzysztof Ostaszewski</i>	224
E Streszczenie	224
E I. Styl życia	229
E II. Historia używania substancji psychoaktywnych.....	230
E III. Powody używania	232
E IV. Wydarzenia kluczowe.....	234
E V. Wzory używania	235
E VI. Opinie na temat substancji psychoaktywnych.....	236
E VII. Miejsca i kontekst społeczny używania leków na receptę	239
E VIII. Rynek i sposoby pozyskiwania	241
E IX. Negatywne konsekwencje używania.....	242
E X. Źródła wiedzy o lekach i innych substancjach psychoaktywnych	245
E XI. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem leków	246
E XII. Profilaktyka – doświadczenia i opinie	247

F. Użytkownicy stymulantów <i>Jakub Greń</i>	249
F Streszczenie	249
F I. Styl życia	256
F II. Wzory i historia używania.....	258
F III. Motywy używania.....	265
F IV. Czynniki mające wpływ na używanie	268
F V. Rynek i sposoby pozyskiwania.....	271
F VI. Percepcja ryzyka	273
F VII. Negatywne konsekwencje używania.....	276
F VIII. Źródła wiedzy o substancjach psychoaktywnych.....	281
F IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem	283
F X. Profilaktyka – doświadczenia i opinie.....	286
G. Profesjonaliści <i>Łukasz Wieczorek</i>	291
G. Streszczenie	291
G I. Zachowania problemowe	295
G II. Rozpowszechnienie używania substancji psychoaktywnych.....	300
G III. Styl życia związany z używaniem substancji psychoaktywnych.....	306
G IV. Czynniki związane z używaniem substancji psychoaktywnych.....	308
G V. Przyczyny używania substancji psychoaktywnych.....	311
G VI. Wzory używania.....	315
G. VII. Rynek	316
G VIII. Redukcja szkód	320
G XI. Profilaktyka	323
Podsumowanie najważniejszych wyników badań.....	329
Użytkownicy substancji psychoaktywnych	329
Profesjonaliści	335
Literatura:.....	337
Załącznik 1. Dyspozycje do wywiadów z użytkownikami substancji psychoaktywnych	338
Załącznik 2. Dyspozycje do wywiadów ze specjalistami pracującymi z młodzieżą	342
Załącznik 3. Instrukcja dla realizatorów wywiadów pogłębionych	344
Załącznik 4. Informacja dla uczestników badania	348

Wstęp

Używanie substancji psychoaktywnych przez młodych ludzi jest wyzwaniem dla zdrowia publicznego z powodu związanych się z tym konsekwencji i problemów (Hall i wsp. 2016). Badania populacyjne ESPAD¹ wskazują na znaczne rozpowszechnienie używania niektórych nielegalnych substancji psychoaktywnych oraz leków uspokajających i nasennych wśród młodzieży w wieku szkolnym. Wyniki badań populacyjnych, takich jak ESPAD, nie były jak dotąd uzupełniane danymi z badań jakościowych. Dlatego głównym celem naszego badania była jakościowa analiza zjawisk zidentyfikowanych w badaniach populacyjnych z uwzględnieniem stylu życia, rodzajów i wzorów używania tych substancji, motywacji towarzyszącej używaniu, spostrzeganej dostępności substancji, negatywnych konsekwencji związanych z używaniem oraz zachowań problemowych/ ryzykownych towarzyszących używaniu substancji, a także opinii na temat działań profilaktycznych. W badaniu tym uwzględniono także kilka czynników, których nie obejmowały dotychczasowe badania populacyjne, jak spostrzegane korzyści używania substancji psychoaktywnych oraz znaczenia jakie przypisują im badani, a także stosowane przez młodzież sposoby ograniczania ryzyka szkód związanych z używaniem różnych rodzajów substancji.

Badania zostały przeprowadzone wśród użytkowników sześciu grup substancji psychoaktywnych:

- 1/ nowych substancji psychoaktywnych,
- 2/ substancji wziewnych,
- 3/ przetworów konopi,
- 4/ leków OTC,
- 5/ leków na receptę,
- 6/ stymulantów.

W celu uchwycenia szerszej perspektywy badanego zjawiska, do badań włączono również grupę osób pracujących z młodzieżą używającą substancji psychoaktywnych, w tym pedagogów i psychologów szkolnych, streetworkerów i partyworkerów.

¹ Celem Europejskich Badań Ankietowych w Szkołach na temat używania alkoholu i narkotyków (ESPAD) jest przede wszystkim ocena rozpowszechnienia używania przez młodzież substancji psychoaktywnych. Badanie to realizowane jest poprzez audytoryjne badania ankietowe na reprezentatywnej próbie uczniów klas trzecich szkół gimnazjalnych (wiek: 15-16 lat) oraz klas drugich szkół ponadgimnazjalnych (wiek: 17-18 lat). Badania ESPAD prowadzone są co cztery lata, co umożliwia porównywalność nie tylko pomiędzy poszczególnymi krajami ale i poszczególnymi pomiarami (Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., et al. 2012). Dotychczas przeprowadzono w Polsce sześć edycji tych badań, w latach: 1995, 1999, 2003, 2007, 2011 oraz 2015 (Sierosławski, 2015).

Zgodnie z naszą wiedzą, projekt ten był pierwszym badaniem nastawionym na jakościową analizą używania narkotyków, nowych substancji psychoaktywnych oraz pozamedycznego używania leków przez polską młodzież w wieku 17 i 18 lat. Jego rezultatem jest pogłębiona analiza przekonań i postaw nastoletnich użytkowników substancji psychoaktywnych, wzorów i motywów używania substancji oraz zachowań problemowych związanych z używaniem substancji. Wyniki naszego badania jakościowego stanowią uzupełnienie wiedzy naukowej z badań populacyjnych dotyczących rozpowszechnienia używania substancji psychoaktywnych (takich jak badanie ESPAD, badania mokotowskie czy sondaże CBOSu) poprzez uzyskanie pełniejszego obrazu zjawiska używania tych substancji przez młodzież szkolną. Wyrażamy nadzieję, że te wyniki będą pomocne w planowaniu działań profilaktycznych w sposób bardziej adekwatny, odpowiadający wiedzy i doświadczeniom młodych użytkowników substancji psychoaktywnych.

Cel główny i szczegółowe cele badań

Głównym celem badania była pogłębiona analiza postaw, wiedzy, przekonań i wzorów zachowań związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, przez młodzież w wieku 17-18 lat.

Cele szczegółowe uwzględniały:

- opisanie różnych historii używania substancji psychoaktywnych z uwzględnieniem wzorów i czynników mających wpływ na przebieg ich używania,
- identyfikacja rodzajów używanych substancji psychoaktywnych z uwzględnieniem politoksykomanii,
- identyfikacja elementów stylu życia związanych i niezwiązanych z używaniem substancji,
- identyfikacja motywacji do używania poszczególnych substancji, a także funkcji i znaczenia, jakie przypisują im badani,
- identyfikacja korzyści wynikających z używania, jak również negatywnych konsekwencji doświadczanych przez młodzież w związku z używaniem,
- opisanie źródeł i sposobów pozyskiwania substancji,
- identyfikacja stosowanych przez młodzież sposobów ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem poszczególnych rodzajów substancji oraz źródeł, z jakich pozyskują wiedzę na temat tych sposobów,
- identyfikacja doświadczeń badanej młodzieży z udziału w szkolnych i pozaszkolnych działaniach profilaktycznych, a także opinie młodzieży na ich temat.

Metodologia badań

Badania jakościowe. W tym projekcie wykorzystano jakościowe podejście do badań, które odpowiada na pytania zazwyczaj niepodjęmowane w badaniach ilościowych, ze względu na ich ograniczenia metodologiczne. Pytania te dotyczą subiektywnie rozumianych przyczyn i uwarunkowań badanego zjawiska, a także wiedzy, przekonań i znaczeń, jakimi posługują się respondenci, w tym przypadku młodzi użytkownicy substancji psychoaktywnych. Podejście jakościowe pozwala również na poznanie szerszego kontekstu kulturowego i społecznego badanego zjawiska (Wilson, 1998). Badania jakościowe są stosowane do poznawania tzw. zjawisk ukrytych, do których należy używanie nielegalnych substancji psychoaktywnych (Ulin et al. 2005). Tego typu badanie nie musi spełniać wymogu reprezentatywności; chodzi w nich o uchwycenie różnorodności wypowiedzi i osiągnięcie pożądanego stopnia „nasylenia” charakterystyki badanych zagadnień. Przyjęcie jakościowego paradygmatu w badaniu problematyki związanej z używaniem substancji psychoaktywnych przez młodzież daje szerokie spektrum możliwości zrozumienia zjawiska, które nie zawsze poddaje się mierzeniu technikami ilościowymi (Rhodes, 2000).

Próba. Uczestnicy badań składali się z dwóch grup: młodzieży i dorosłych. Pierwszą stanowili młodzi użytkownicy substancji psychoaktywnych w wieku 17-18 lat (N=72, 36 kobiet i 36 mężczyzn). Z kolei drugą stanowili dorośli, którzy z racji wykonywanej pracy/obowiązków mieli na co dzień kontakt z młodzieżą używającą substancji psychoaktywnych (N=12). Łącznie w badaniach wzięło udział 84 respondentów. Dobór uczestników do badania był dobozem celowym (purposive sampling), co miało na celu dostarczenie wyczerpujących informacji z punktu widzenia postawionych celów badania.

Użytkownicy substancji psychoaktywnych. Wywiady z młodzieżą zostały prowadzone wśród użytkowników sześciu grup substancji psychoaktywnych: nowych substancji psychoaktywnych (n=12), substancji wziewnych (n=12), przetworów konopi (n=12), stymulantów (n=12), leków OTC zażywanych pozamedycznie oraz (n=12), leków na receptę używanych pozamedycznie, bez przepisu lekarza (n=12). Uczestnicy wywiadów byli rekrutowani według następujących kryteriów:

- wiek: 17-18 lat,
- świadoma zgoda (wyrażenie świadomej zgody na udział w badaniu i nagrywanie wywiadu na nośniku audio),

- zgoda rodziców („bierna”) zgoda na udział w badaniu w przypadku osób niepełnoletnich (wiek 17 lat),

- doświadczenia w używaniu substancji psychoaktywnych z poszczególnych grup (nowe substancje psychoaktywne, substancje wziewnych, przetwory konopi, stymulantów, leków OTC zażywanych pozamedycznie, leków na receptę używanych pozamedycznie bez przepisu lekarza,) przynajmniej trzykrotnie w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie,

- brak historii leczenia problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

Młodzi użytkownicy substancji psychoaktywnych byli rekrutowani w kilku dużych miastach, w Warszawie, Krakowie, Katowicach oraz Łodzi. Najwięcej osób zbadano w Warszawie (ok. 74%) i w Krakowie (ok. 21%), pozostałe 5% to inne lokalizacje (Łódź i Katowice). Respondenci byli rekrutowani na kilka sposobów: (1) za pomocą ogłoszeń o badaniu publikowanych na wewnętrznych forach i grupach internetowych (na portalu Facebook) dedykowanych tematyce substancji psychoaktywnych, festiwalom i imprezom klubowym oraz kulturze klubowej; przy czym niektóre z tych forów i grup były ogólnopolskie a niektóre lokalne dla Warszawy i Krakowa; (2) innym sposobem rekrutacji było poszukiwanie respondentów wśród wychowanków Młodzieżowych Ośrodków Socjoterapii na terenie województwa Mazowieckiego i Małopolskiego. Ten sposób rekrutacji wymagał nawiązania współpracy z dyrekcją oraz psychologami/ pedagogami tych ośrodków i wyłanianie ochotników spośród wychowanków spełniających kryteria badania; (3) respondenci byli rekrutowani także poprzez metodę kuli śniegowej przy pomocy osób zrekrutowanych wcześniej. W tym przypadku osoby biorące udział w badaniu były proszone o nominowanie do badania innych osób spełniających kryteria włączenia, które mogłyby być chętne do udziału w badaniu; (4) ze względu na trudności w rekrutacji kilku respondentów (2-3 osoby) zostały zaproszone do badania za pomocą kontaktów ankietatorów z osobami, które były uczestnikami programu Candis (w tym przypadku zrezygnowano z jednego z kryteriów rekrutacji).

Rozkład płci w badanej grupie był zgodny z przyjętymi założeniami (50% kobiety/ 50% mężczyźni). Kryterium wieku (17-18 lat) również udało się utrzymać. W zbadanej grupie przeważali jednak 18-latkowie (68%). Dwie trzecie respondentów pochodziła z dużych miast (powyżej 100 tys. mieszkańców), ok. 18% z miast o średniej wielkości (między 50 a 100 tys. mieszkańców) i ok. 15% z mniejszych miast i miejscowości (poniżej 50 tys. mieszkańców). Największa grupa respondentów uczyła się w liceach ogólnokształcących lub profilowanych (ok. 45%). Kilkunastu respondentów przebywało w Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych lub Socjoterapii (ok. 20%). Pozostali to uczniowie techników

(ok. 13%), gimnazjów ok. 15% lub studenci szkół wyższych (2 osoby). Sytuacja rodzinna respondentów daleko odbiegała od sytuacji rodzinnej populacji ogólnej młodzieży szkolnej. I tak w rodzinach pełnych (czyli z obojgiem biologicznych rodziców) mieszkało ok. 31% respondentów. Tylko z matką mieszkało ok. 21%, a tylko z ojcem ok. 10%, podobnie ok. 10% mieszkało z kimś innym z rodziny (nie z matką lub ojcem) . Ponad 23% podało, że aktualnie mieszka w ośrodku młodzieżowym (MOW/ MOS). Kilka osób (3 osoby) podało, że mieszka już samodzielnie lub z partnerem/ partnerką.

Profesjonaliści pracujący z młodzieżą. W próbie dwunastu specjalistów pracujących z młodzieżą znalazło się:

- 1/ czterech pedagogów pracujących w szkołach – gimnazjum i liceum,
- 2/ czterech psychologów dziecięcych, z których jeden zatrudniony był w poradni psychologiczno- pedagogicznej, drugi pracował w placówce leczenia uzależnienia od narkotyków, a dwoje pozostałych pracowało w organizacji pozarządowej,
- 3/ czterech streetworkerów/ partyworkerów pracujących w organizacjach pozarządowych.

Psycholodzy i streetworkerzy/ partyworkerzy byli zatrudnieni w organizacjach pozarządowych, których celem było między innymi edukacja narkotykowa i wsparcie młodzieży używającej substancji psychoaktywnych. Wśród specjalistów objętych badaniami dominowały kobiety (N=10). W badaniu uczestniczyło tylko dwóch mężczyzn. Próbę profesjonalistów stanowiły głównie kobiety (N=10). W badaniu uczestniczyło tylko dwóch mężczyzn. Średni wiek respondentów z tej grupy wynosił 35,17 lat, najmłodszy miał 26 lat, a najstarszy 46. Wszyscy respondenci mieli wykształcenie wyższe magisterskie i zamieszkiwali duże miasto liczące powyżej 100 tys. ludności. Średni czas pracy w zawodzie wynosił 10,17 lat. Najdłuższy czas pracy wynosił 20 lat, miało go dwóch respondentów. Z kolei najkrótszy 5 lat. Takie doświadczenie zawodowe miało 4 badanych.

Narzędzia badawcze. Do badania zarówno młodzieży jak i dorosłych wykorzystano technikę indywidualnego wywiadu pogłębionego z listą poszukiwanych informacji uporządkowanych w optymalny „scenariusz wywiadu” (wywiad semi-strukturyzowany). W tym celu przygotowano dyspozycje do wywiadu pogłębionego, które zostały pogrupowane ze względu na zagadnienia badawcze i miały formę listy pytań uszczegóławiających. Zagadnienia uwzględnione w dyspozycjach wybrano kierując się szczegółowymi celami badań (pogłębienia wyników i zjawisk zidentyfikowanych w

badaniach populacyjnych ESPAD) oraz wymaganiami zadania konkursowego. W celu zapewnienia swobody wyrażenia doświadczeń i opinii przez respondentów, osoby przeprowadzające wywiady nie były zobligowane do podążania za listą dyspozycji ale mogły zadawać pytania w innej kolejności. Każdy młody użytkownik substancji psychoaktywnych był pytany o te same kwestie w obrębie każdej 12-osobowej próby (załącznik 1, dyspozycje do wywiadu z użytkownikiem substancji psychoaktywnej) oraz każdy dorosły uczestnik badania był również pytany o te same kwestie (załącznik 2, dyspozycje do wywiadu ze specjalistami pracującymi z młodzieżą).

Przebieg badania. Wywiady z młodzieżą i dorosłymi zostały zrealizowane w okresie od września do grudnia 2018 roku. Osoby, które miały przeprowadzać wywiady z młodzieżą zostały zatrudnione ze względu na swoje doświadczenie w pracy w obszarze profilaktyki, edukacji narkotykowej, socjoterapii lub terapii uzależnień z młodzieżą w tej grupie wiekowej, a także posiadały wiedzę z zakresu używania substancji psychoaktywnych. Przed rozpoczęciem badania osoby te przeszły również kilkugodzinne szkolenie w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie oraz otrzymały pisemną instrukcję dotyczącą sposobu prowadzenia badania (załącznik 3). Osoby przeprowadzające wywiady z młodzieżą samodzielnie rekrutowały respondentów. Wszystkie wywiady były nagrywane na dyktafon i poddane transkrypcji. Transkrypcje wywiadów wykonano słowo w słowo z oznaczeniem wypowiedzi poszczególnych uczestników wywiadów.

Rekrutacja 72 młodych użytkowników substancji psychoaktywnych spełniających wszystkie założone kryteria napotkała na spore trudności. Przede wszystkim największą trudnością było znalezienie osób mających doświadczenia z używaniem substancji wziewnych (zajęło prawie cztery miesiące). Kłopotem było również znalezienie osób, które używałyby tylko jednej substancji. Najczęściej były to osoby, które miały doświadczenia z używaniem różnych substancji i identyfikowanie substancji wiodącej było dla nich trudne lub dziwne. Prawdopodobnie użytkownicy substancji wziewnych identyfikowani w badaniach ilościowych pochodzą z innych niż wielkomiejskie środowisk oraz są młodszy od grupy docelowej (17-18 lat). Trudności dotyczyły również rekrutacji grupy 12 młodych osób używających leków na receptę. Osoby z tej grupy nawet kilkakrotnie przesunęły terminy spotkań, głównie z powodów dotyczących konsekwencji używania tych substancji.

Z drugiej strony zaobserwowano dość wysoką motywację do udziału w tym badaniu nastolatków używających stymulantów, co mogło mieć związek z ich chęcią podzielenia się swoimi licznymi doświadczeniami z substancjami psychoaktywnymi, jak i wiedzą z zakresu

redukcji szkód. Z kolei osoby prowadzące wywiady z użytkownikami przetworów konopi donosiły o odczuwalnym pogorszeniu funkcji poznawczych swoich rozmówców (np. trudności w zapamiętaniu treści zadanego pytania czy zmiana wątku w toku wypowiedzi), o których mówili także sami respondenci.

Badania w grupie dorosłych specjalistów prowadzono w okresie lipiec – wrzesień 2018 roku. Do rekrutacji respondentów wykorzystano strony internetowe instytucji, w których pracowali respondenci. Pedagodzy byli rekrutowani w warszawskich szkołach. Wszystkie te osoby spełniały kryteria włączenia do badań, czyli wyrazili świadomą zgodę na udział w badaniu oraz posiadali stosowne doświadczenie w pracy z młodzieżą używającą substancji psychoaktywnych.

Analiza danych jakościowych. Transkrypcje wywiadów zostały poddane szczegółowej analizie jakościowej. Poszczególne transkrypcje były uważnie czytane zdanie po zdaniu i oznaczone *słowami kluczowymi*, odnoszącymi się do dyspozycji do wywiadu. Oznaczenia te stanowiły podstawę do *kodowania* treści wywiadów, w trakcie którego sporządzano *noty badawcze*, zawierające różne spostrzeżenia pojawiające się w trakcie analizy i ułatwiające późniejszą interpretację danych. Następnym etapem analizy było poszukiwanie głównych obszarów tematycznych wspólnych dla analizowanych przypadków. Rezultatem tej procedury jest stworzenie kategorii głównych, wyrażonych w formie typologii, a także odpowiednich podkategorii do których przydzielane były zakodowane fragmenty transkrypcji w postaci cytatów (tabela 1). Otrzymane w tym procesie wyniki porównano wewnątrz grup użytkowników poszczególnych rodzajów substancji (streszczenia na początku każdego z siedmiu podrozdziałów z wynikami) oraz między tymi grupami (w podsumowaniu na końcu raportu), a także porównano je z wynikami otrzymanymi w grupie dorosłych specjalistów pracujących z młodzieżą (triangulacja danych).

Tabela 1. Kategoryzacja danych z transkrypcji wywiadów

KATEGORIA	PODKATEGORIA
STYL ŻYCIA	Zainteresowania, sposób spędzania czasu wolnego, pasje, typowe zajęcia, cechy wyróżniające w grupie rówieśników itd.
HISTORIA UŻYWANIA	Inicjacja (wiek, powody inicjacji)
	Przebieg (trajektoria) używania
	Czynniki nasilające (ryzyka) i czynniki obniżające (chroniące) używanie
	Wydarzenia kluczowe/ punkty zwrotne
	Rodzaje używanych SPA
NARRACJE O SPA	Opinia na temat substancji wiodącej, której dotyczy wywiad
	Opinia na temat innych substancji
	Opinia na temat alkoholu i tytoniu

MOTYWY UŻYWANIA	Cele, korzyści, oczekiwane efekty, znaczenie Wpływ czynników wewnętrznych Wpływ czynników zewnętrznych
WZORY UŻYWANIA	Miejsca i konteksty używania Towarzystwo (z kim; znaczenie ich obecności) Sposoby przyjmowania Politoksykomania
RYNEK	Sposoby pozyskiwania Zaobserwowane zmiany
PERCEPCJA RYZYKA	Znajomość rodzajów ryzyka używania SPA (potencjalnego) Ocena ryzyka dla innych osób Ocena ryzyka własnego
ŹRÓDŁA WIEDZY	Internet, znajomi, publikacje itd.
SPOSOBY OGRANICZANIA RYZYKA I SZKÓD	Źródła informacji o ograniczaniu ryzyka i szkód związanych z używaniem Znajomość sposobów ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem Stosowane przez siebie sposoby ograniczania ryzyka i szkód Sposoby oznaczania ryzyka i szkód wśród znajomych
NEGATYWNE KONSEKWENCJE UŻYWANIA	Zdrowie somatyczne Zdrowie psychiczne Relacje z innymi Związane ze szkołą Prawne Materialne Inne konsekwencje np. dla funkcjonowania poznawczego Związane z używaniem substancji przez inne osoby
PROFILAKTYKA I INTERWENCJE	Udział w szkolnych programach/interwencjach Udział w pozaszkolnych programach/interwencjach Opinie na temat działań profilaktycznych Ocena wpływu działań profilaktycznych Rekomendacje
INNE ZACHOWANIA PROBLEMOVE	Związane z używaniem SPA Nie związane z używaniem SPA

Kwestie etyczne. Udział w badaniu był dobrowolny. Uczestnikom przedstawiono pisemną informację na temat badania (załącznik 4, wprowadzenie do badania, cele i metody badania, szacunkowy czas trwania badania oraz zapewnienie o poufności zbieranych danych). Z uwagi na konieczność zapewnienia anonimowości uczestnicy nie podpisywali formularza zgody na udział w badaniu. Ankieterzy zostali zobowiązani do uzyskania ustnej zgody na udział w badaniu i wypełnienie oświadczenia o zapoznaniu respondenta z informacją o badaniu i wyrażonej akceptacji dla przeprowadzenia badania. Niepełnoletni uczestnicy badania byli zobowiązani do uzyskania tzw. biernej zgody rodzica na uczestnictwo w badaniu. Respondenci nie otrzymywali żadnej gratyfikacji za udział w badaniu. Procedura badań uzyskała zgodę Komisji Bioetycznej działającej w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, uchwała nr 26/ 2018 (oddzielny załącznik).

Wyniki

Zgodnie z sugestiami KBPN podstawowe wyniki badań zostały opisane w sześciu podrozdziałach odpowiadających sześciu rodzajom substancji psychoaktywnych. Kryterium podziału na grupy była deklaracja respondenta dotycząca tego, która z substancji psychoaktywnych jest substancją pierwszego wyboru lub po prostu której używa najczęściej. W niektórych przypadkach podział ten nie jest ostry, a już na pewno nie jest rozdzielny, ponieważ większość respondentów używa lub używała wielu substancji psychoaktywnych. Dlatego w odpowiedziach użytkowników nowych substancji psychoaktywnych znajdują się informacje o marihuanie lub amfetaminie i na odwrót, w grupie użytkowników przetworów konopi będą również informacje o dopalaczach i innych substancjach. Na początku każdego podrozdziału zamieszczono streszczenie najważniejszych wyników. Następnie przytoczono najważniejsze wyniki poukładane według poruszanych zagadnień, ilustrowane cytatami z wywiadów indywidualnych. Na końcu każdego cytatu zamieszczono indywidualny kod respondenta.

A. Użytkownicy nowych substancji psychoaktywnych (tzw. „dopalaczy”) *Katarzyna Dąbrowska*

A Streszczenie

Styl życia. Młodzi ludzie często deklarują, że spędzają czas spotykając się ze znajomymi i/lub chodząc na imprezy. Niewielu z nich deklaruje posiadanie jakichś zainteresowań czy hobby. Część widzi wyraźne powiązanie pomiędzy ich sposobem spędzania wolnego czasu a używaniem substancji psychoaktywnych.

Inicjacja. Jeśli chodzi o wiek inicjacji używania substancji psychoaktywnych, to zawiera się on w przedziale od 12 lat do 17 lat. Niektórzy swoje eksperymenty z substancjami zaczynają w szkole podstawowej, u innych przypada to na okres szkoły średniej. Zwykle ma to miejsce w czasie imprezy, w towarzystwie kolegów, często bardziej doświadczonych. Jeśli chodzi o substancję, od której młodzi ludzie zaczynają używanie to nie ma reguły. Może to być amfetamina, nowe substancje psychoaktywne bądź marihuana.

Przyczyny używania. Zaburzenia psychiczne i obniżenie nastroju mogą mieć wpływ na zwiększenie używania substancji psychoaktywnych. Używanie substancji psychoaktywnych może służyć samoleczeniu i uśmierzaniu nieprzyjemnych stanów. Inne czynniki ryzyka to niepowodzenia szkolne, złe relacje z rodzicami, naciski innych osób a

także chęć spotęgowania doznań osiąganych pod wpływem innych substancji psychoaktywnych.

Powody ograniczania używania. Ograniczeniu używania sprzyja doświadczanie problemów zdrowotnych. Również problemy w szkole mogą stanowić bodziec do ograniczenia bądź zaprzestania używania. Obawa przed konfliktami z prawem, rozwinięciem uzależnienia lub też chęć zmiany swojego życia to kolejne czynniki mające wpływ na ograniczenie lub zaprzestanie używania.

Rodzaje substancji psychoaktywnych. Wszyscy respondenci używali nowych substancji psychoaktywnych z grupy stymulantów. Również marihuana i amfetamina były często używanymi substancjami. Część osób pije również alkohol. Młodzież nie zawsze wie jakie substancje tak naprawdę przyjmuje, np. jaka jest substancja czynna zawarta w pigułce, którą zażywają. Mają świadomość, że to co oferują im dilerzy ma niepewny skład.

Opinie o nowych substancjach psychoaktywnych. Nowe substancje psychoaktywne są postrzegane jako substancje o wysokiej szkodliwości, których skład często jest niepewny, a używanie może prowadzić do poważnych szkód zdrowotnych, a nawet śmierci. Najczęściej takie opinie wyrażają osoby, które doznały już szkód związanych z używaniem nowych substancji psychoaktywnych.

Motywy używania nowych substancji psychoaktywnych. Młodzi ludzie używają substancji psychoaktywnych po to żeby móc się lepiej i dłużej bawić oraz nie odczuwać zmęczenia i senności. Bywa, że młodzi ludzie wykorzystują substancje w celu realizacji konkretnych zadań, np. do nauki. Motywem do zażycia substancji może być także zazdrość wobec kolegów, którzy mają takie doświadczenie za sobą, chęć znalezienia się w grupie osób "wtajemniczonych" oraz ciekawość działania danej substancji. Nowe substancje psychoaktywne są często używane w celu poprawy samopoczucia, zapomnienia o problemach czy zamaskowania przykrych odczuć. Młodzi ludzie poprzez używanie substancji psychoaktywnych z grupy stymulantów zyskują energię i motywację do działania. Używanie tych substancji pobudza ich kreatywność, rozszerza perspektywę poznawczą.

Wzory używania. Jeśli chodzi o wzory używania, młodzi ludzie używają nowych substancji psychoaktywnych głównie na imprezach, w domach swoich i swoich znajomych, ale też w

miejscach publicznych, rzadko uczęszczanych przez innych. Najczęściej używają substancji donosowo, w towarzystwie innych osób. Zdarza się przyjmowanie doustne. Często nowe substancje psychoaktywne używane są razem z innymi substancjami, np. razem z klasycznymi stymulantami lub marihuaną, rzadziej z alkoholem.

Sposoby pozyskiwania. Większość osób pozyskuje substancje poprzez bezpośredni kontakt z dilerami lub przez tzw. „narkotaksówki”. Część osób stara się pozyskiwać nowe substancje psychoaktywne od tych samych, zaufanych już dilerów. W przeszłości nowe substancje psychoaktywne kupowane były w stacjonarnych sklepach. Młodzi ludzie zamawiają substancje także za pośrednictwem Internetu, ale nie jest to najbardziej rozpowszechniony sposób.

Spostrzegane ryzyko. Najwięcej osób wspomina o ryzyku związanym z doznaniem szkód w obszarze zdrowia somatycznego i psychicznego. Są to szkody zarówno o charakterze krótkotrwałym jak i długotrwałym. Młodzi ludzie używający nowych substancji psychoaktywnych ryzykują uzależnieniem. Według respondentów szczególnie niebezpieczny może być pierwszorazowy kontakt z substancją, kiedy trudno przewidzieć reakcję własnego organizmu. Przy czym ryzyko zwiększa niepewność co do składu substancji. Najpoważniejsze ryzyko podejmowane przez młodych ludzi to utrata życia. Młodzi ludzie wspominają też o ryzyku popadnięcia w konflikt z prawem z powodu handlu niedozwolonymi substancjami lub z powodu ich posiadania. Młodzi ludzie używający substancji mogą również spotkać się z odrzuceniem społecznym, gdyż jest to zachowanie nieakceptowane społecznie. Wspominają też o niekorzystnym wpływie ich używania na relacje z rodzicami.

Źródła informacji. Znaczącym źródłem informacji jest Internet. Respondenci odwiedzają fora, na których użytkownicy wymieniają się swoimi doświadczeniami i wiedzą. Są też tacy, którzy szukają opinii wyrażanych przez specjalistów, np. lekarzy. Niektórzy pozyskują informacje na drodze własnego eksperymentowania z substancjami. Przy czym młodzi ludzie obserwują niedostatek informacji w tym zakresie, które pochodziłyby ze sprawdzonych i wiarygodnych źródeł.

Ograniczanie ryzyka i szkód. Według respondentów trudno wyznaczyć granice przyjmowania nowych substancji psychoaktywnych w bezpieczny sposób lub jest to wręcz niemożliwe. Aby zmniejszyć ryzyko młodzież stosuje małe dawki oraz zachowuje odstęp

czasowy pomiędzy przyjmowaniem kolejnych. Poszukują informacji w dostępnych źródłach na temat działania substancji (głównie w Internecie) oraz używają w towarzystwie zaufanych osób. Niektórzy uzupełniają także płyny oraz mają przy sobie substancje psychoaktywne, które w razie kryzysu złagodzą ich stan po zażyciu nowych substancji psychoaktywnych (np. benzodiazepiny). Część osób nie stosuje żadnych sposobów ograniczania szkód.

Negatywne konsekwencje / zachowania problemowe. Na skutek używania nowych substancji psychoaktywnych niektórzy respondenci odczuwają dolegliwości fizyczne, np. bóle w klatce piersiowej, pieczenie w żołądku, bóle głowy, wymioty, mroczki przed oczami, reakcje skórne, problemy z nerkami itp. Zdarzały się przypadki hospitalizacji. Problemy psychiczne, których młodzi ludzie doświadczają to popadanie w stany psychotyczne i doświadczenie lęków podczas dłuższego ciągu używania substancji, czemu towarzyszy brak snu i łaknienia. Pojawiają się także wahania nastroju i upośledzona kontrola nad emocjami. Młodzi ludzie na skutek używania substancji mogą również utracić zaufanie rodziców oraz zostać odrzuceni przez środowisko nie używających rówieśników. Osoby używające substancji rekreacyjnie raczej nie ponoszą konsekwencji prawnych. Dotyczą one osób, których używanie jest już bardziej zaawansowane. Konsekwencje prawne jakie ponoszą młodzi ludzie związane są głównie z ich zachowaniem i funkcjonowaniem pod wpływem substancji lub nielegalnymi sposobami na pozyskanie środków na zakup, np. kradzieżami. Większość z badanych osób nie odczuwa negatywnych konsekwencji materialnych. To, co sami zarobią lub dostaną od rodziców wystarcza im na zakup substancji. Bywa jednak, że kradzieże czy prostytutka stają się sposobami na zarabianie pieniędzy potrzebnych na zakup substancji.

Opinie o profilaktyce. W przypadku większości respondentów, o ile przypominają sobie udział w jakichś szkolnych programach profilaktycznych, były to jednorazowe zajęcia, niewiele wnoszące do ich funkcjonowania. Badani oceniają ich jakość nisko. Natomiast pozytywnie oceniana byłaby profilaktyka szkolna, gdzie wychowawcy i nauczyciele byłiby w stanie udzielić rzetelnych informacji na temat substancji psychoaktywnych oraz prowadzona w sposób ciągły, a nie akcyjny. Profilaktyka taka nie powinna opierać się na powielanych schematach, czy stereotypach, np. że używanie marihuany jest furtką do używania innych substancji.

A I. Styl życia

Młodzi ludzie często deklarują, że spędzają czas spotykając się ze znajomymi, chodząc na imprezy, podczas których rozmawiają lub tańczą. Spotkanie w grupie, czy zabawa na imprezach najczęściej związane są z używaniem substancji psychoaktywnych. W przypadku osób, u których problem używania substancji psychoaktywnych jest bardziej nasilony w zasadzie każdemu wyjściu z domu może towarzyszyć używanie substancji. Niektórzy wręcz definiują swój styl życia poprzez używanie substancji psychoaktywnych, uważając, że jest to jego nieodłączna część, a także otaczają się ludźmi, którzy również używają substancji psychoaktywnych i podobnie je postrzegają. Istotnym elementem codzienności tych osób jest organizacja pieniędzy na zakup substancji psychoaktywnych, pozyskiwanie tych substancji oraz zdobywanie informacji na ich temat.

Nie ma szans, jeszcze nie byłem na żadnej imprezie gdzie nie używałem substancji no twardych, bo też nie chodzę na imprezy, żeby zapalić marihuanę albo to. Nie jest to używka imprezowa raczej. (JG05072018M1W)

Na pewno wśród znajomych i tak dalej jest to takie fajne, jak ktoś powiedzmy pali albo czegoś innego używa. Nie jest oczywiście też zawsze fajne, niektórzy postrzegają to po jakimś czasie jako coś niebezpiecznego, ale jeżeli chodzi o na przykład marihuanę to raczej jest ona takim elementem, z którym na pewno jakby... no jest elementem jakby takiego stylu życia, takiej tożsamości grupy społecznej, w której się funkcjonuję. (AŁ01082018M1W)

R. Właściwie cotygodniowe imprezy, częste stosowanie stymulantów na takich imprezach całonocnych. Bywa tak, zarabianie pieniędzy na tym, czy jakoś ogarnianie tego wszystkiego, dowiadywanie się o tych substancjach czy cokolwiek, wyciąganie jakichś informacji, to też pochłania dużo czasu w tygodniu. (EW14082018M1K)

Używanie substancji psychoaktywnych może być również wykorzystywane przy realizacji różnych pasji czy zainteresowań i w ocenie badanych stymulować te aktywności.

Czasami substancje te psychoaktywne trochę mnie popychają w tą stronę, w sensie że jeszcze intensywniej, nie wiem, pod wpływem jakichś euforycznych stymulantów jest większa ochota się wyrażać, mam ochotę śpiewać lub pisać wiersze. A też pod wpływem takich stymulantów

jak 3FPM, który jest na własnie na zasadzie clear head, to bardziej mi się chce siedzieć i rozmyślać nad życiem i analizować rzeczy wokół. (JG06072018K1W)

Osoby te najczęściej też mają problem z wymienieniem swoich zainteresowań, czy innych sposobów spędzania wolnego czasu, nie powiązanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

Ogólnie to jest dosyć smutne, ale nie mam jakiejś większej pasji czy cokolwiek takiego to głównie to w sumie spędzam czas ze znajomymi, ewentualnie w weekendy, a tak na co dzień to w sumie nie robię nic ambitnego tak naprawdę. Ciężko mi tutaj powiedzieć, że mam jakieś hobby, że robię cokolwiek, także nie.

R. Zależy, czasami mi się zdarza trochę uczyć, a tak to raczej wolę spędzać czas wychodząc z domu, czy coś takiego. Dawniej dużo siedziałem na komputerze, grałem w gierki i tak dalej, ale już nie jestem w stanie siedzieć za długo za komputerem już mnie tak to denerwuje, że po prostu mam potrzebę wyjścia z domu i jakoś socjalizowania z ludźmi, więc głównie ze znajomymi. (EW14082018M1)

Inni definiują swój styl życia poprzez podkreślenie, że jest on niezdrowy i nie mają tu tylko na myśli używania substancji psychoaktywnych, ale również brak ruchu i niezdrowe odżywianie.

R. Styl życia? Wyjątkowo niezdrowy. Nawet nie mowa tutaj o stymulantach, tylko po prostu jeśli chodzi o jedzenie to nieregularne, też jakoś dużo się nie ruszam. Ale staram się dużo wychodzić i spędzać czasu z ludźmi. W sumie większość czasu to sobie siedzę w domu i sobie żyję. (JG06072018K1W)

Niektóre osoby nie wiążą swojego stylu życia z używaniem substancji psychoaktywnych. Młodzi ludzie spędzają czas przy komputerze, grając w gry. Jeśli chodzi o inne zainteresowania, to jest to głównie sport i zainteresowania artystyczne, czy zajęcia o charakterze twórczym. Jedna z respondentek zadeklarowała, że interesuje się zagadnieniami z zakresu psychologii i seksuologii.

Głównie przy komputerze jak jestem w domu, a gdy nie jestem w domu to ze znajomymi albo na imprezach, spotkaniach w jakiejś grupie osób, po mieście raczej nie chodzę za dużo. (AŁ01082018M1W)

No zazwyczaj śpię, jeżdżę na rowerze, gram w piłkę nożną. W sumie tyle. (JG17102018K1K)

Ogólnie interesuję się psychologią bardzo i też seksuologią i ogólnie spędzam bardzo dużo czasu na rozkminianiu swoich mechanizmów psychologicznych i analizowaniu ludzi tak dla sportu, bo mi to sprawia przyjemność, a oprócz tego sobie gram na gitarze i śpiewam, i piszę wiersze. (JG06072018K1W)

A II. Historia używania substancji psychoaktywnych

1. Inicjacja

Jeśli chodzi o wiek inicjacji używania substancji psychoaktywnych, to zawiera się on w przedziale od 12 lat do 17 lat. Niektórzy zaczynają swoje eksperymenty z substancjami w szkole podstawowej, u innych przypada to na okres szkoły średniej. Zwykle ma to miejsce w czasie imprezy i w towarzystwie kolegów, często bardziej doświadczonych.

R. Zacząłem używać dość późno, w liceum dopiero, w pierwszej klasie liceum jak miałem 17 lat. Na imprezie piliśmy alkohol, pierwszy raz spróbowałem kieliszek wódki, wypłem jeden, powiedziałem dobra, teraz już wiem, może na następnej imprezie spróbuję, zrobiłem tak, bardzo mi się spodobało na tych imprezach pić, potem miałem styczność z marihuaną, kilka razy była obok mnie na imprezie, ale wtedy byłem już pijany więc nawet nie myślałem o tym, żeby zapalić. Ale powstała taka jakaś możliwość, że umówiliśmy się na działkę u kolegi, zapaliłem po raz pierwszy, dostałem paranoi strasznej, wymiotowałem, ale jakoś nie odstraszyło mnie to od dalszego próbowania. Potem w jakiś sposób zauważyłem jak pierwszy raz zapaliłem w domu, jak bardzo... ja byłem pierwszy raz jak paliłem sam w domu, byłem tak podekscytowany tym jak bardzo przenoszę się do innego świata, takiego bardzo wyraźnie, takie stałe przecięcia, taki czas osi pomiędzy tym co się dzieje teraz, zapaleniem, inna oś czasu powstaje zupełnie, w której jest więcej spokoju, w której jest humor, w której jest apetyt, w której jest muzyka, w której jest fizyczny relaks. (AŁ01082018M1W)

Jeśli chodzi o substancję od której młodzi ludzie zaczynają używanie to nie ma reguły. Może to być amfetamina, nowe substancje psychoaktywne bądź marihuana.

R. Pierwszy raz pamiętam, zawsze byłem przeciwny, spotykałem się z takim chłopakiem, który zupełnie nie powiedziałbym, że mógłby coś takiego zażywać. Dowiedziałem się, że on jest uzależniony od amfetaminy, chciałem zobaczyć jak to jest. Moja koleżanka zaopatrywała nas w ten towar więc poprosiłem ją, żeby dała mi to samo co jemu. I wtedy pierwszy raz, nawet nie wiedziałem jak to skonsumować. Tyle co z filmów tam, że gdzieś to w zęby wcierali, zaczęłam to wcierać w zęby jak skonsultowałem się z kimś kto używa tego. Pierwsza substancja to była amfetamina, zaczęło się od tego, że wkładałem sobie to do coli. (AŁ08102018M1W)

R. No jak miałam 12 lat to pierwszy raz marihuana. I tak jarałam, jarałam chyba do 15 roku życia, potem mniej jarałam i przerzuciłam się na narkotyki. (BS27092018K1W)

Dla niektórych te pierwsze doświadczenia nie były przyjemne co jednak nie zniechęciło ich to do dalszych prób.

R. Nie, znaczy było właśnie jak zażyłam tego mefedronu to nie wyszło mi tak jak innym, strasznie mnie wykręcało, oczy miałam całe białe, uciekły mi do góry, wykręcało mnie później powiedziałam, że nie chcę, ale na drugi dzień powiedziałam, że w sumie jak wczoraj inaczej mi wyszło to dzisiaj pewnie inaczej mi wyjdzie, inaczej też mi wyszło, ogarnęłam tą fazę ale nie do końca i w sumie cały czas nie ogarnęłam jej do końca.

R. Za pierwszym razem mnie wykręciło, za drugim trochę ogarnęłam a za trzecim razem zjadłam pigułę to zemdlalam. (JG18102018K1K)

Głównym powodem sięgnięcia po substancje psychoaktywne w większości przypadków była ciekawość i chęć spróbowania czegoś, czego doświadczali znajomi. Jedna z respondentek dodatkowo wspomniała o przeprowadzce i zapoznaniu starszej koleżanki, która namówiła ją do zażycia nowych substancji psychoaktywnych.

R. A już pamiętam, bo tam koledzy nasypali i tak patrzyłem i wziąłem sobie w dziąsła, chciałem zobaczyć jak to smakuje i później nie mogłem zasnąć wciągnąłem sobie jedną kreskę i później mi się to tak spodobało, że cały czas to robiłem. (PB30092018M1W)

R. Zaczęło się od przeprowadzki z rodzicami. Poznałam tam koleżankę, która była 3 lata ode mnie starsza. Ona raz powiedziała, chodź pokażę ci fajny sklep. Nie wiedziałam za bardzo o co chodzi, poszłam z nią i ona kupiła dopalacze. I tak się zaczęło, potem to już prawie codziennie (...) Nie, raczej przeprowadzka, bo to głównie chodziło o tą koleżankę. Gdybym się nie przeprowadziła to bym jej nie poznała. Chociaż może wtedy ktoś inny by mi to pokazał. Nie miałam nigdy problemów, zawsze dobrze się uczyłam, zawsze szczęśliwą rodzinę miałam, to było z ciekawości bardziej. (PK28092018K1W)

2. Przyczyny używania substancji psychoaktywnych

Zaburzenia psychiczne i obniżenie nastroju mogą mieć wpływ na zwiększenie używania substancji psychoaktywnych. Używanie substancji psychoaktywnych może służyć samoleczeniu i uśmierzeniu nieprzyjemnych stanów. Niepowodzenia szkolne oraz konflikty z rodzicami oraz problemy rodzinne to również powody, dla których młodzież częściej sięga po substancje psychoaktywne.

Myślę, że w szkole, kiedy zaczynało być ciężko, na początku drugiej klasy, pierwszy semestr drugiej klasy liceum, to wtedy dużo paliłem, byłem w takim depresyjnym nastroju. Nie radziłem sobie w ogóle wtedy w tej szkole i absolutnie nie miałem motywów, albo chęci dalej uczyć się. (AŁ01082018M1W)

R. Problemy w rodzinie miałam straszne i chciałam uciec w inny ten. (JG17102018K1K)

Próby odstawienia jednej substancji i zastąpienia jej inną mogą w konsekwencji prowadzić do rozszerzenia asortymentu przyjmowanych substancji.

Dlatego wtedy paliłem dużo i potem, teraz jak do końca 2017, czyli pół roku temu, zacząłem używać tego medikinetu, to było też na początku związane z tym, że stwierdziłem że odstawię palenie i ewentualnie będę brał ten medikinet jak będę miał jakiegoś, nie wiem, źle się skończyło bo na początku faktycznie udało mi się przez 3 tygodnie nie palić marihuany, potem jak wróciłem do palenia to już brałem ją razem z medikinetem. (AŁ01082018M1W)

Chęć spotęgowania wrażeń również jest czynnikiem, który może prowadzić do zwiększenia używania.

R. ...więcej brałem to chciałem mieć taką, nie wiem jak to określić, chciałem większą mieć fazę, chciałem więcej coś poczuć, nie wiedziałem co robię. (PB30092018M1W)

Przyczyną rozpoczęcia używania substancji psychoaktywnych mogą być naciski osób trzecich (np. chłopaka czy znajomych), którzy są punktem odniesienia, osobami znaczącymi dla respondenta. Towarzystwo osób starszych, które używają substancji, są bardziej doświadczone, używają innych substancji niż respondent, namawiają do używania substancji to czynniki, które sprzyjają zarówno nasileniu konsumpcji jak i sięganiu po inne substancje psychoaktywne.

To było tak, że ja byłem z takim chłopakiem który brał to, ja byłem wrogiem takich narkotyków, ziło to mogłabym sobie jarać. Tak mu powiedziałam, jaraj już to ziło i odstaw te narkotyki. A on, że nie potem mnie namówił, ja płakałam nie chciałam tego brać, on mówił weź jak mnie kochasz, takie sytuacje miałam. Wtedy wzięłam i zaczęłam z nim ćpać, potem się rozstaliśmy, to zauważyłam, że potem w to uciekłam. (BS27092018K1W)

R. No przede wszystkim moi najlepsi, ja ich nazywam przyjaciółmi, bo to są moi przyjaciele, trzymam się z nimi dłużej niż jeszcze zaczęliśmy ćpać wszyscy razem. Ale to głównie, że obracam się przede wszystkim w ich towarzystwie i wszyscy nawzajem nawet się nakręcamy po prostu do tego, spotykamy się, no i każdy no coś tu można by było skminić, wiadomo... Myślę, że przede wszystkim dorastanie, wciąż ta marihuana jednak już przestawała wystarczać, coś tam się zaczynało już przedtem, jakieś leki zażywać, piło się te syropy, żeby no kodeinę z tego, różne takie poznawanie coraz większej ilości ludzi i czym się poznaje starszych w różnych towarzystwach no to jednak oni też używają innych już rzeczy i zachęcają i samemu też się zaczyna myśleć czy nie spróbować i powoli moje towarzystwo najbliższe się zaczęło w to wkręcać szybciej niż ja, no a później ja. (JG05072018M1W)

3. Powody ograniczania używania substancji psychoaktywnych

Złe samopoczucie, problemy zdrowotne oraz problemy w szkole mogą stanowić bodziec do ograniczenia bądź zaprzestania używania. Zaburzenia odżywiania i nadmierne chudnięcie to również przykłady problemów, które mogą skłonić do ograniczenia używania.

R. Moje podejście do marihuany i tak bardzo mocno się zmieniło na przestrzeni tego czasu, ponieważ... ciężko mi powiedzieć dlaczego i używałem wtedy, po prostu mi się podobało i nie widziałem w tym większych problemów, tak. Potem zauważyłem, że za bardzo się obijam i zawałam w szkole i to ciągnęło się ze mną, że to jest faktycznie element tego. Potem miałem problemy, że to jest niefajne, bo nie mogę tyle i tyle nie palić bo się źle czuję. (AŁ01082018M1W)

R. No myślę, że czasami nie brałem bo po tym się nie chce nic jeść i byłem taki chudy, że nie brałem, żeby zjeść sobie coś i później znowu użyłem. (PB30092018M1W)

Również problemy natury prawnej, jak obawa przed poniesieniem odpowiedzialności karnej, mogą stanowić bodziec do czasowego zaprzestania używania substancji.

R. Paliłam dwa lata marihuanę i nagle miałam sprawę w sądzie za to, bo mnie złapali z tym i myślałam, że będą mi robić testy, że kuratorka przyjdzie albo coś no i przestałam przez miesiąc, bo miałam miesiąc do sprawy, przestałam, nie paliłam. (JG18102018K1K)

Zdanie sobie sprawy z tego, że używanie substancji psychoaktywnych zaczyna przechodzić w fazę używania problemowego, czy uzależnienia, a także doświadczenie głodu narkotykowego lub utraty kontroli nad swoim używaniem, również mogą prowadzić do ograniczenia używania.

R. Największe takie wydarzenie chyba, które miałem to jak trochę bardziej się wkręciłem w te wszystkie beta-ketony i tak dalej, głównie ten kiefedron, u nas głównie jest na rynku i najbardziej co było koszmarne w tym, chyba najgorsze doświadczenie mojego życia, to głód narkotykowy, w sensie takie przepotężne ciśnienie, żeby jakkolwiek sobie dorzucić, jeszcze jeden, jeszcze jeden. I to było chyba najgorsze doświadczenie w moim życiu. I ewentualnie...

R. Stwierdziłem, że na pewno rezygnuję z tych beta-ketonów, bo nawet nie ma to zbytnio sensu, nie dają tak dobrych efektów jak chociażby emka a jest dużo więcej konsekwencji, właśnie też ciśnienie, nie ma czegoś takiego raczej przy emce czystej, to sprawiło że

ograniczyłem używanie i też raz po przyjęciu 2CB byłem na jakimiś rave, już nie pamiętam jakim dokładnie, w każdym razie siedziałem przed klubem, patrzyłem na tych ludzi i stwierdziłem, że to wszystko jest tak skomercjalizowane, że to w sumie jest fabryka ćpunów nowoczesna, że ludzie płacą za to, żeby się naćpać i przychodzą w jedno miejsce. Poczułem takie obrzydzenie do tego, że to też sprawiło, że nabrałem trochę obrzydzenia do substancji psychoaktywnych, że doszedłem do wniosku, że jestem ćpunem już w sumie. (EW14082018M1K)

Miałam sytuację w pewnym momencie, że brałam to 4CMC, klefedron i wyszło generalnie tak, że jak wcześniej mi się zdarzało coś ćpać, to wychodziło pół sztuki na noc a wtedy przez to, że się tak super czułam, było ekstra, życie było piękne, to poleciałam i prawie zrobiłam. I byłam sobą tak zde gustowana, że zrobiłam sobie detoks na dwa miesiące. Ale wtedy to ja w ogóle nie mam pojęcia po co. To było już takie stricte, nie wiem, żeby to zrobić, żeby jak najwięcej, żeby jak najdłużej utrzymać ten stan. Nie jestem w stanie określić powodu. (JG06072018K1W)

Zmiana perspektywy życiowej, systemu wartości, chęć prowadzenie życia takiego jak inni oraz dostrzeżenie ograniczeń używania substancji psychoaktywnych mogą prowadzić do podjęcia decyzji o zaprzestaniu używania.

R. No bo strasznie nerwowy jestem, że się denerwuję. Albo jak mam głód to wybucham, że chcę wziąć ale wiem, że mi się to nie opłaci, bo ja ucieknę z tego ośrodka to już tu nie wrócę, a zależy mi na tym miejscu, bo bardzo dobre jest moim zdaniem. Coraz bardziej myślę o wartościach i o tych lepszych rzeczach niż o tych gorszych co mogą mnie spotkać. (PB30092018M1W)

R. No bo na terapię chodzę i po tym bardziej i pomyślałem, że co jest warte życie od kreski do kreski. Nie jest wartościowe takie życie. Lepiej mieć rodzinę czy coś, szkołę skończyć i żyć normalnie jak człowiek a nie jak narkoman. (PB30092018M1W)

Reakcja rodziców, którzy nalegają na zaprzestanie używania, strach przed odrzuceniem z ich strony także mogą mieć udział w ograniczeniu używania.

R. Na początku była to duża ilość ale z czasem przystopowałam ponieważ nieraz mnie mama przyłapała, powiedziała że mnie z domu wyrzuci, próbowałam przychodzić do domu normalna, idąc spać potrafiłam sobie zażyć. Wtedy w jakiś sposób wyluzowałam się, szłam

spać, czasami nie potrafiłam tego kontrolować wstawałam w odruchu, rozmawiałam z nią a na drugi dzień tego nie pamiętałam. (PB27092018K1W)

Przyczynkiem do ograniczenia używania bywają drastyczne sytuacje, których doświadczyli inni będąc pod wpływem substancji psychoaktywnych oraz obawa, że samemu również można doświadczyć takich zagrażających życiu zdarzeń.

Też ograniczyłam to jak zobaczyłam jak ludzie się po tym zachowują. Kolega, jechał pociąg on przy samej krawędzi peronu stał i w ostatniej chwili zdążyłam w ostatniej chwili złapać go za ciuchy, ten pociąg by go pociął na kawałki, wystraszyłam się też. Próbowалаm to ograniczyć, żeby mi się krzywda nie stała, ograniczyłam to też bo mój chłopak on dużo zażywał, potrafił spać po stacjach, potrafiliśmy oboje w sumie ale jak zobaczyłam raz jak wstałam, że on ma łuk brwiowy rozbity i przestraszyłam się, że coś mu jest, nie rusza się. Sprawdziłam mu puls, jak zobaczyłam że on normalnie oddycha, to podłożyłam mu plecak pod głowę, nic mu się tak nie stało. Próbowалаm to ograniczyć, żeby mieć kontrolę nad sobą jak i nad moim chłopakiem, żeby nam się krzywda nie stała, żeby jedno drugiego pod pociąg nie wciągnęło czy różnie tak po narkotykach jest. (PB27092018K1W)

Kolejnym czynnikiem jest chęć naprawy relacji z rodziną, która zerwała kontakt z powodu używania przez respondenta substancji psychoaktywnych.

Chciałabym mieć rodzinę, chciałabym mieć lepszy kontakt z siostrą. Próbowалаm dzwonić do siostry, ale ona jest teraz w szpitalu, nie dzwoni. No tak jakby siostra wykreśliła mnie ze swojego życia, powiedziała że skoro ma siostrę ćpunkę, to nie chce się kontaktować. (PB27092018K1W)

Jedna z respondentek wspomniała też o sytuacjach, które w jej przypadku wykluczają przyjmowanie substancji psychoaktywnych. Choruje na chorobę afektywną dwubiegunową i w sytuacjach pogorszenia samopoczucia z założenia nie przyjmuje substancji psychoaktywnych.

R. Znaczy mam stwierdzoną teoretycznie chorobę afektywną dwubiegunową.

R. Właśnie z tym niedorozwojem emocjonalnym mam jednak sporo problemów w swojej głowie, ale mam też takie postanowienie, taki nakaz, zakaz w głowie, że jak ja się źle czuję to nie piję, nie ćпам i nie palę nic. (JG06072018K1W)

4. Wydarzenia kluczowe z punktu widzenia przebiegu używania

Kluczowym wydarzeniem, które prowadzi do zaprzestania używania może być trafienie do szpitala, do ośrodka leczenia uzależnień lub do Ośrodka Młodzieżowego .

R. I dopiero w sierpniu właśnie tak się skończyło, że trafiłam do szpitala i po tym dopalaczu nie mogłam już wytrzymać sama ze sobą sama, krzyczałam, myślałam że mi ognisko robią pod łóżkiem pielęgniarki, tak mi było gorąco, śniło mi się miałam sny takie same w ogóle, takie de ja vu cały czas miałam, że wpadam do wielkiej dziury ze słońcem. Takie sny miałam później, przez to mam teraz problemy, nie mogę wypić gorącej herbaty bo mnie żołądek boli czy coś. Tak samo jak nie brałam to miałam problem, jak byłam na głodzie to wszystko mnie bolało, z nerwów że nie miałam co brać to rzygałam. (BS27092018K1W)

Jednakże trafienie do placówki może być także czynnikiem, który przyczynia się do używania substancji. Dla jednej z respondentek kluczowym momentem kiedy zaczęła używanie substancji psychoaktywnych było trafienie do ośrodka opiekuńczo-wychowawczego i związane z tym poczucie porzucenia przez rodziców.

R. Jak trafiłam do ośrodka w wieku 12 lat to wszystko się zaczęło. Później jak te dopalacze z taksówek to już z koleżanką z ośrodka. Codziennie było coś, żeby wziąć. Właśnie wtedy zaczęłam. Pierwszy alkohol, papierosy to wszystko. Rodzice się odwrócili od nas, potem się pojawili ale już było za późno. Wspominałam dzieciństwo całe i tak się skończyło, że wzięłam.. (JG17102018K1K)

Rozstanie z bliską osobą może być punktem przełomowym, kiedy używanie substancji staje się bardziej nasilone.

Było tak, że rozstaliśmy się (z chłopakiem) i w ogóle w to poszłam cały czas, nie wracałam do domu, po miesiącu wracałam. Wszystko brałam. Próbowałam coraz więcej.
(BS27092018K1W)

5. Rodzaje używanych substancji

Wszyscy respondenci używali nowych substancji psychoaktywnych z grupy stymulantów. Również marihuana i amfetamina były często używanymi substancjami. Część osób pije również alkohol.

R. Głównie marihuana, jeśli chodzi o mnie alkoholu nie piję, raz na dwa miesiące mi się w ogóle zdarzy, jak już to tylko wysokoprocentowy na imprezie jakiejś typu osiemnastka, czy coś. Po prostu jest ta, ta formuła, że pijąc ten alkohol w jakiś sposób się zachowuję, ale tak normalnie to piwa nawet nie lubię, nie mam styczności. A jeżeli chodzi o inne jeszcze substancje, to z grupy stymulantów lubię substancje typu amfetamina, czy mefedron. To są takie jakby prekursory, to wszystko co się dookoła nich tworzy chemicznie, to są takie rzeczy, które działają na mnie dobrze. Zawsze po nich mam taki słowotok maniackalny, przyjemny bardzo i na przykład w domu, zawsze wtedy tworzy mi się projekt, w głowie zaczynam go realizować, jestem bardzo taki kreatywny i czuję, że ten mózg mój funkcjonuje na jakimś wyższym poziomie. (AŁ01082018M1W)

R. Opioidów nigdy w życiu nie próbowałem, raczej nie zamierzam, nie brzmi to raczej zachęcająco, czuję się dobrze i tyle. Wydaje mi się, że już jak się jakiejś substancji używa, to raczej po to, żeby jakieś doświadczenie było fajne. Po marihuanie słuchanie muzyki jest doświadczeniem takim. Przy opioidzie gdzie ktoś miałby sobie wstrzyknąć coś i zasnąć po tym i czuć się dobrze, to raczej mało atrakcyjne, o tak. (AŁ01082018M1W)

R. To ciężko nazwać użytkownikiem, ponieważ jest wariacja na ten temat, bo z jedną substancją spotkałem się trzy razy z inną raz. Wszystkie jakbym miał wymienić, to mefedron, amfetamina, klefedron, antyklefedron, teraz NEP, hexen, metylofenidad też ważna rzecz i ja je wszystkie donosowo brałem. (AŁ01082018M1W)

Młodzi nie zawsze wie, czego tak naprawdę używa, np. jaka jest substancja czynna zawarta w pigułce, którą zażywają. Mają świadomość, że to co oferują im dilerzy ma niepewny skład.

R. Nie wiem jak to się nazywało. Wszystko waliłam. Kryształ, amfetaminę właśnie, pigsy czy coś.

R. Amfetamina, kryształ, mefedron, te różne piguły na przykład jakieś holenderskie pigsy czy coś, ziółko mniej. (BS27092018K1W)

R. Tak naprawdę wiadomo, że ja nie powiem, że ja miałam super dilerą, który zawsze mi załatwiał coś na pewno czystego. Mogę powiedzieć jak to było nazywane przez niego, ale tak naprawdę to nie sprawdziłam tego, ale było w tym MDMA był w tym klefedron, czyli to 4CMC, było w tym też coś co nazywali mefedron, ale tego to nikt nie widział od lat i jeszcze raz próbowałam amfetaminy, ale to w ogóle było nudne i bez sensu, nie wiem po co ludzie to biorą. Właśnie 3FPM, ale to było bardziej w celu, musiałam się wspomóc w nauce bo miałam strasznie kiepski okres i nie miałam możliwości, żeby bez wspomagania ogarnąć swój łeb do szkoły. No właśnie tego typu rzeczy, jeszcze ten hexen się zdarzył, ale te wszystkie nazwy to też tak... (JG06072018K1W)

A III. Opinie na temat substancji psychoaktywnych

1. Opinie o dominującej substancji psychoaktywnej

Nowe substancje psychoaktywne są postrzegane jako substancje o wysokiej szkodliwości, których skład często jest niepewny, a używanie może prowadzić do poważnych szkód zdrowotnych, a nawet śmierci. Najczęściej takie opinie wyrażają osoby, które doznały już szkód związanych z używaniem nowych substancji psychoaktywnych.

R....., to że też mogę się nie obudzić. To każdy tak ma, ja też. Ale o tym nie myślę jak to biorę. Też tak może być, że się mogę nie obudzić, ale wiem, że tak nigdy nie miałem. (PB30092018M1W)

R. To zależy, są tacy którzy sami to robili i dalej to robią, są tacy którzy mówią wszystko tylko nie dopalacze, weź sobie mefedron czy coś tam, ale zostaw te dopalacze.

R. Bo dopalacze to największe świństwo, wszyscy tak mówili. Nie wiadomo czego tam dorzucają, domestos, nie domestos, gąbki jakieś różne świństwa. (PK28092018K1W)

2. Opinie o innych substancjach, w tym alkoholu i niktynie

Marihuana jest postrzegana jako substancja rozluźniająca, jej używanie służy wyciszeniu, uspokojeniu, jest uważana za mniej groźna niż inne substancje. Alkohol jest kojarzony jako substancja szkodliwa, której działanie jest długotrwałe i której używanie może prowadzić do agresji i innych niepożądanych zachowań.

R. Z tych wszystkich narkotyków podeszła mi tylko marihuana. Ona mnie uspokaja, fajnie jest zapalić. Jeszcze ogólnie się przyzwyczaiłam do tego przez dwa lata, to już w ogóle. (JG18102018K1K)

Alkohol jest chyba najgorszą z używek z jakich korzystałem, nic tak nie potrafi zniszczyć człowieka jak alkohol. Nie dość, że nie czujesz się specjalnie dobrze po tym alkoholu, to po przedawkowaniu masz kilka godzin albo wyjęte z życia albo spędzone w takich mękach, że szkoda gadać. A jeszcze jak przesadzisz z alkoholem tak mała bariera między zerwanym filmem a leżeniem na ziemi, to też bez sensu bo nic nie pamiętasz. Niby można mieć tak też z innymi substancjami, szczególnie z emką, ale to nie w takim stopniu i nie takie rzeczy się robi. To złamanie jeszcze takiej bariery, że robisz rzeczy, których byś nie zrobił na trzeźwo. To są rzeczy zwykle negatywne, jakaś agresja lub coś takiego. (EW14082018M1K)

A IV. Motywy używania

1. Motywy używania zewnętrzne

Młodzi ludzie używają substancji psychoaktywnych po to żeby móc się lepiej i dłużej bawić oraz nie odczuwać zmęczenia i senności, "nie zamulać".

R. Dla zabawy. No mówiłem już, że dostałem przyływu energii sporego. (BS25092018M1W)

Lepiej się im rozmawia pod wpływem tych substancji. Rozmowy trwają wtedy nawet całą noc, wciąż pojawiają się nowe tematy, wzmożona jest otwartość w kontaktach z innymi.

R. Cel? Przede wszystkim po tym się bardzo dobrze rozmawia. Jak siedzimy całą noc, to jak siedzisz i zapalisz i palisz od dłuższego czasu, to nie ma takiej rozmowy, to się siedzi na takiej zamule i nic się raczej ciekawego nie robi, a jak się wali to wszyscy cały czas, po prostu rozmowa idzie bez przerwy na przeróżne tematy, nawet się tego nie kontroluje i jak to jest po

prostu, że jak nie walimy to jest nawet ciężko o czymś porozmawiać, a jak walimy to rozmowa idzie cały czas na każdy temat. (JG05072018M1W)

Młodzi ludzie stają się bardziej towarzyscy, łatwiej jest im kogoś zapoznać. Stają się bardziej otwarci, przyjaźniej nastawieni do innych, wspominają nawet o empatycznym nastawieniu do spotykanych osób.

R. To też. Empatia, zrozumienie innych. Po tym nawiązywanie kontaktów z nowymi osobami jest takie, o ale poznałem super osobę. (JG05072018M1W)

R. Kurczę, znaczy to też zależy bo po tamtej akcji doszłam do tego, że raz na 2-3 tygodnie, na miesiąc, zależy, sobie chcę iść na imprezę na przykład na ognisko, albo w miejsce gdzie jest dużo ludzi, gdzie będą moi znajomi i na przykład z moim chłopakiem sobie bierzemy jedną sztukę tego klefedronu i jest fajnie, po trochu, żeby trochę czuć tą euforię i takie przyjazne nastawienie do ludzi. Taka empatia się włącza i jeszcze większa ekstrawertyczność i jest jeszcze większa przyjemność tego spędzania czasu z ludźmi, takie podbicie sobie doznań, o. (JG06072018K1W)

Używanie substancji psychoaktywnych może być odpowiedzią na nudę i brak pomysłu na ciekawe spędzenie czasu.

R. Nie wiem, z nudów czasami, że nie ma co robić. (PB30092018M1W)

Bywa też, że młodzi ludzie wykorzystują substancje w celu realizacji konkretnych zadań, np. wspomaganie koncentracji przy uczeniu się.

Ale bywa właśnie tak, że biorę 3FPM i siedzę całą noc albo nad matematyką albo nad mechanizmami w swojej albo czyjejs psychice i tego już używam do takiego szerszego myślenia. (JG06072018K1W)

Według relacji respondentów, nowe substancje psychoaktywne są łatwo dostępne. Bez problemu można je zamówić przez telefon, nawet w trakcie trwania imprezy.

R. No ciężko mi powiedzieć, całkiem inna sprawa jeżeli jesteś na imprezie i ci zabraknie czegoś, musisz na szybko ogarnąć w jakikolwiek sposób a w sumie nie masz jak za bardzo, to jest dużo cięższe niż wyjąć telefon i zadzwonić po dowóz. Tutaj masz w jakieś 20-30 minut w zależności jak ci się uda, no a tak to możliwe, że trzeba by było przejechać pół Krakowa nie wiadomo po co i tak dalej a w sumie i tak nie ma pewności, czy nie dostaniesz tego samego co w tym dowozie.(EW14082018M1K)

2. Motywy używania wewnętrzne

Według odpowiedzi badanych, motywem do zażycia substancji może być zazdrość wobec kolegów, którzy mają takie doświadczenie za sobą, chęć znalezienia się w grupie osób "wtajemniczonych" i ciekawość działania danej substancji.

R. To że zaczęłam to strasznie mnie to ciekawiło. Wielu moich znajomych jakoś tam wcześniej coś poćpywało i byłam strasznie ciekawa jak to jest bo wcześniej nie miałam okazji. Ale głupio było mi kogoś spytać bo też większość z nich działała na zasadzie, o naćpałem się, Boże jak mi źle nigdy tego nie rób, jak to zrobisz to ci zrobię krzywdę. Mnie to trochę oburzało, na zasadzie dlaczego ty możesz a ja nie mogę. To było trochę nie fair no ale bardzo duża ciekawość była. (JG06072018K1W)

Nowe substancje psychoaktywne często używane są w celu poprawy samopoczucia, zapomnienia o problemach czy zamaskowania przykrych odczuć.

R. To były, one generalnie działają dosyć podobnie z tego co wiem, dlatego to było w dużej mierze testowanie różnych wariacji, natomiast jeżeli chodzi o stymulanty z grupy serotonicznych, czy nie wiem jak to się określa poprawnie, czyli mefedron, czy klefedron, nie wiem czy różnią się czymkolwiek, to są substancje, które mi się aż tak nie podobają, ponieważ właściwie poza takim lepszym trochę samopoczuciem, takim naprawdę niewiele lepszym, takim jakbym wrócił ze stoku w zimę i wypił ciepłą herbatę, tak powiedzmy działa mefedron na mnie, czyli naprawdę nic rewelacyjnego. (AŁ01082018M1W)

Ich używanie prowadzi do intensyfikacji doznawanych wrażeń. Pozwalają bardziej intensywnie doświadczać różnych stanów, np. przyjemności.

R. Wcześniej to działało w ten sposób, że wspomagało intensyfikację doznań typu euforia, odczuwanie przyjemności ogólnie. (AŁ08102018M1W)

Młodzi ludzie poprzez używanie nowych substancji psychoaktywnych z grupy stymulantów zyskują energię i motywację do działania, do wykonania konkretnych, czasami przyziemnych czynności, ale też używanie substancji pobudza ich kreatywność.

Natomiast te substancje związane z dopaminą typu amfetamina, czy metylofenidat czy teraz na przykład ten NEP, to są substancje, które w jakiś sposób rozbudzają we mnie jakieś ambicje, motywacje, kreatywność. Po nich zawsze czuję się lepiej, jestem taki wydajny. (AŁ01082018M1W)

Taka mobilizacja, nie chciało mi się sprzątać, po zażyciu automatycznie sprzątałem i tak dalej. Takie są skutki. (AŁ08102018M1W)

R. Głównie euforii i stymulacji. Raczej tego oczekuję po tych nowych substancjach psychoaktywnych. Też są dużo łatwiej dostępne niż jakiegokolwiek klasyczne narkotyki w sumie. (EW14082018M1K)

Młodzi ludzie mają wrażenie, że pod wpływem używania tych substancji ich mózg staje się bardziej wydolny, co pozwala im zrozumieć różne rzeczy lub popatrzeć na nie z nowej perspektywy. Mówią o doświadczaniu rozszerzenia perspektywy poznawczej.

R. Przede wszystkim euforia, pobudzenie takie, taka jest dużo bardziej otwartość umysłu. Mam wrażenie, że twój mózg pracuje na dużo większych obrotach przez co, nie tyle łatwiej się na czymś skupić, łatwiej się otworzyć, nie wiem jak to do końca określić, łatwiej jest o czymkolwiek powiedzieć, no wszystko robić jest dużo łatwiej, to się wydaje po tym dużo prostsze. (JG05072018M1W)

Nowe substancje psychoaktywne pozwalają zmieniać postrzeganie rzeczywistości na bardziej pozytywne, zdystansować się wobec doświadczanych problemów, zaakceptować trudne doznania, czy sytuacje.

R. Myślę, że określiłbym te substancje jako niezrozumiałym przeze mnie elementem świata, które wywołują zmiany jego percepcji i absolutnie podważa rzeczywistość w pewien sposób,

ponieważ potrafię po wzięciu jakiejś tabletki, czy jakiegoś proszku całkowicie inaczej postrzegać świat i samego siebie, i swoich znajomych. Powoduje, że świat w pewien sposób traci, przestaje mieć znaczenie, że wszystko jest takie relatywne. Teraz jesteś obrażony na kogoś, potem jesteś uspokojony na tyle, że po prostu takie inne spojrzenie daje na to. Wydaje mi się, że każda substancja w jakiś sposób daje inne spojrzenie na świat i myślę, że moja świadomość bardzo się zmieniła odkąd zaczęłam używać i na pewno mimo, że sprawia dużo problemów, to jednak nie usunąłbym tego elementu z mojego życia. Nie mówię, że od teraz, bo teraz może już tak, ale chodzi o to, że ten pewien etap jakby na pewno był dla mnie...
(AŁ01082018M1W)

R. Żeby poradzić sobie z sytuacjami niektórymi w życiu codziennym. (AŁ08102018M1W)

R. Nie wiem, jakoś mi pomogły. Tak to bym już dawno moim zdaniem skoczyła. Miałam taki problem, że często chodziłam na most, jak obudziłam się to sobie szłam na most, siedziałam 3 godziny na moście, paliłam sobie papierosa czy coś i ja się tak denerwowałam, płakałam, wahałam się to szłam do domu, wieczorem znowu szłam się przejść na ten most głupi. Ale potem mi przeszło, zaczęłam brać to mi się odechciało skakać i już nie chodziłam tam. Już mi przestały takie myśli być. To przez ten ośrodek u zakonnic się tak denerwowałam, już nie miałam siły. Myślałam, że będzie najlepiej jak skończę z tym, że mi już wszystko da święty spokój, zaczęłam brać i mi się odwidziało to wszystko. (BS27092018K1W)

Młdzież poprzez używanie nowych substancji psychoaktywnych próbuje sobie poradzić ze swoją nerwowością, z tym, że przeżywają mocno różne sytuacje, problemy, nie radzą sobie z emocjami. Szukają relaksacji i spokoju.

R. Ogólnie na początku szukałam czegoś co mnie uspokoi bo ja jestem strasznie nerwowa. Mówili mi, że kreskę zjesz to będzie dobrze, mówię ci się wyluzujesz. Jak zjadłam kreskę to jeszcze bardziej mnie wykręciło, nie wiedziałam co z sobą zrobić. (JG18102018K1K)

Przyjmowanie substancji psychoaktywnych może mieć związek z poszukiwaniem akceptacji, swojego miejsca w towarzystwie oraz chęcią przynależenia do grupy.

Środowisko też miało swój ten, bo chciałam być lubiana, nie miałam koleżanek a jak miałam koleżanki to krytykowały cały czas mnie albo wyzywały od grubasów, od różnych. Jakoś tak, miałam przyjaciółkę, która czasami coś powiedziałam w tajemnicy, ona potrafiła to

powiedzieć. Dwa lata temu rzuciła się pod pociąg, młoda dziewczyna była o rok ode mnie młodsza, miała 15 jak się pod pociąg rzuciła.

R. Taka zazdrość do siostry, brata i to środowisko, w którym się obracałam, żeby mnie zaczęli lubić. (PB27092018K1W)

Korzyści płynące z używania mogą mieć charakter długofalowy i dotyczyć poszerzenia repertuaru zachowań i zdobycia umiejętności rozluźniania się również w sytuacjach, którym nie towarzyszy używanie substancji.

R. Mi w ogóle pomogły te rzeczy, szczerze powiem w tym, że otworzyły mi te nowe horyzonty na zasadzie pod wpływem, jak pierwszy raz wzięłam ten hexen ze swoją znajomą, to pierwszy raz od trzech lat zaczęłam tańczyć, co mi się w ogóle nigdy nie zdarzało, zawsze byłam spięta, miałam problem z rozluźnieniem się i tak dalej i od tamtej pory nie potrzebuję żadnej substancji do tego. Jestem w stanie to robić na trzeźwo jakby trochę poszerzyło mi to umysł i zburzyło schematy, które sama sobie narzuciłam. (JG06072018K1W)

A V. Wzory używania

1. Miejsca używania

Osoby, które używają nowych substancji psychoaktywnych rekreacyjnie robią to głównie podczas imprez, nie tylko organizowanych w klubach, ale też w prywatnych domach. Jedna z respondentek wspomniała o używaniu w trakcie spotkania towarzyskiego przy ognisku. Zdarza się, że używają również w swoich domach lub domach przyjaciół, znajomych.

Głównie na imprezy gdzie spotykamy się w gronie znajomych, po prostu razem się w jakiś sposób odurzamy i rozmawiamy. (AŁ01082018M1W)

R. U znajomych na przykład. (AŁ01082018M1W)

Młodzi ludzie używają też nowych substancji psychoaktywnych w przestrzeni publicznej, ale w miejscach raczej nieuczęszczanych przez innych, gdzie łatwo się schować. Zdarzają się również przypadki używania na klatkach schodowych.

Najczęściej to brałam u koleżanki, bezprzypałowu było, była jej mama oczywiście, a tak to ciemne zakamarki, wie pani o co chodzi, jakieś miejsce gdzie jest zawsze młodzież a ludzie nie chodzą. (BS27092018K1W)

Wybór miejsca i kontekstu używania może się łączyć z rodzajem używanej substancji i celem jej zażywania. Substancje z grupy stymulantów zażywane są głównie podczas imprez, podczas gdy substancje o działaniu psychodelicznym w innych miejscach.

R. Po prostu to, że jestem w stanie dłużej imprezować, lepiej się bawić, albo przeżyć coś ciekawego na psychodelikach na przykład. Ale głównie do klubu to typowe stymulacje i euforia, a poza klubami to raczej tylko psychodeliki. (EW14082018M1K)

2. Towarzystwo, z którym respondenci używają substancji

Większość osób preferuje używanie substancji w grupie, ale są też osoby, którym zdarza się używać w samotności.

R. Najbardziej lubię używać jednak w samotności. Wolę to niż z kimś. (AŁ01082018M1W)

R. Zdarzało się, taki patent robiłam, że mówiłam chłopakowi, że za mało dał diler, że połowę tego co dawał brałam i jeszcze ja od niego dostawałam, od chłopaka. Potrafiłam iść do domu i sama palić, co godzinę półtorej się budzić, zrywało mnie ze snu, co mnie puściło to musiałam z powrotem, żeby przespać całą noc. (PB27092018K1W)

3. Sposoby przyjmowania substancji

Nowe substancje psychoaktywne używane są głównie donosowo. Zdarza się wcieranie substancji w dziąsła. Rzadko substancje te przyjmowane są doustnie.

R. No to przede wszystkim wciągając. Rzadko wcieram w dziąsła czy w coś innego, chyba że nie działa mi nos, to się zdarza. (JG05072018M1W)

4. Politoksykomania

Respondenci wymieniali łączenie nowych substancji psychoaktywnych ze stymulantami, alkoholem i marihuaną. Przy czym chodzi im o stabilizację swojego stanu psychicznego lub wzmocnienie doznań.

R. Stymulanty z marihuaną. To jest świetne połączenie dla mojego, przynajmniej, mózgu. Stymulanty powodują stan takiego strzęsienia, takiego nie do końca spokoju i marihuana świetnie się uzupełnia z tym. To znaczy jak już używam stymulantów, to zawsze je łączę z marihuaną. Nie używam ich samych. (AŁ08102018M1W)

R. Nie używam samych stymulantów bez marihuany, bo one wtedy mają na mnie inne, takie bardziej, jestem bardziej niestabilny i nie czuję komfortu takiego fizycznego. Psychiczenie czuję, że się coś dzieje, ale fizycznie jestem bardziej... (AŁ01082018M1W)

R. No, wszystko łączyłam. Dopalacze, mefedron z amfetaminą. Mieszałam wszystko. (BS27092018K1W)

Łączenie substancji jest częstym sposobem na uzyskanie pożądaných stanów psychicznych. Jednak może też być przypadkowe z powodu braku informacji co do składu substancji.

R. Zdarzało się, zdarzało się mi pomieszać klefedron z FMA, ale to było, że normalnie braliśmy klefedron i do tego tam było 100mg tego FMA, tego było malutko, żeby było pobudzenie a nie tylko sama euforia. No i zdarzało się też tak, że coś robiliśmy całą noc, skończyło się i jeszcze domawialiśmy i to było inne źródło więc też inna substancja. Mówię, że nawet ciężko mi by było... dobra, pamiętam jak to dilerzy nazwali, najpierw to był mefedron, a później ten klefedron, ale...(JG06072018K1W)

Niektórzy deklarują, że starają się nie łączyć substancji ze względu na złe samopoczucie kolejnego dnia.

Zdarza mi się, ale staram się tego nie robić. Zdarzało się też tak, że w jedną noc mieszałem pięć substancji ale na następny dzień jednak dochodziłem do wniosku, że to wcale nie było najlepszym pomysłem. Te pięć substancji to było łączenie MDMA, klefedronu, 4CMC, amfetaminy, 2CB i jeszcze ulicznego mefedronu. Ciężko mi pić alkohol na stymulantach. Marihuanę dosyć lubię palić na stymulantach, bo to daje dosyć ciekawy efekt.
(EW14082018M1K)

A VI. Rynek narkotykowy

1. Sposoby pozyskiwania substancji

Większość osób pozyskuje substancje poprzez bezpośredni kontakt z dilerami lub przez tzw. „narkotaksówki”. Część osób stara się pozyskiwać nowe substancje psychoaktywne od tych samych, zaufanych dilerów. Substancje, które są legalne kupowane są również w stacjonarnych sklepach.

R. Marihuanę kupuje się od ludzi, których się zna, którzy sprzedają marihuanę. Natomiast dużo z tych stymulantów są legalnymi środkami, które można zamówić w internecie. Na przykład NEP, hexen czy mefedron 4CMC, to są substancje, które są legalne w Polsce, prawdopodobnie jeszcze, jak już zaktualizują ustawę o przeciwdziałaniu narkomanii, w 2010 roku na terenie całej UE zdelegalizowano mefedron, prawdopodobnie klefedron też zdelegalizują ponieważ to jest analog, działa tak samo. (AŁ01082018M1W)

R. Zdobywam, no to przede wszystkim nie jest to ciężkie, mam sporo numerów gdzie dzwonisz i to są tak zwane dowozy, dzwonisz i oni przyjeżdżają, zajmują się tym, jeżdżą z tym po całej Warszawie, tu jest tam, tu tam, dzwonisz do niego, wysyłasz mu sms-em numer ulicy i on przyjeżdża do ciebie. Albo mam inne takie osoby, z którymi się mogę umówić. No ale przede wszystkim to dowóz raczej. Dowóz, większość z dopalaczami to jeżdżą głównie dowozy.
(JG05072018M1W)

Młódzież zamawia nowe substancje psychoaktywne przez Internet, ale nie jest to w tej grupie rozpowszechniony sposób pozyskiwania substancji. Respondenci zwracają uwagę

na długi czas oczekiwania na przesyłkę jako na wadę tego źródła. Inne wady to brak bezpośredniego kontaktu z osobą sprzedającą, co obniża jej wiarygodność oraz ryzyko bycia namierzonym przez policję.

R. Tak, tylko trzeba było czekać aż przyjedzie. Zwłaszcza, że często przywożą to z Holandii. Ta dostawa trwa tak od dwóch do dziesięciu dni. (AŁ01082018M1W)

R. Nie, tylko kupuję zawsze. Przez internet trochę niebezpieczne. Bo może przyjdź policja, czy coś tam. A też nie znam osoby, nie wiem czy ona mi daje to co akurat chcę. (PB30092018M1W)

Niektórzy sami zajmują się sprzedażą i dystrybucją substancji i przy okazji pozyskują je na swój użytek. Niektóre osoby nie kupują nowych substancji psychoaktywnych osobiście, ale dostarcza im je ich partner lub inna zaufana osoba. Osoby te nie mają bezpośredniego kontaktu z dilerami.

R. No co tu powiedzieć, biegałem z tym i z tamtym. Zarabiałem na swoje.

R. No zarabiałem pieniądze, nieraz podbierałem z paczek i jakoś to było. (BS25092018M1W)

R. w zasadzie sam nie załatwiam sobie tych środków, zazwyczaj przynosi je partner do domu. (AŁ08102018M1W)

W sytuacji kiedy substancje ze stałego źródła zaopatrzenia się skończą młodzi ludzie są skłoni sięgać po substancje pozyskiwane ze źródeł przypadkowych.

R. Przyznam się, że mi się zdarzyło, ale to było też pod wpływem znajomych, że tak to ujmę. Dobra, nie będę też zrzucać wszystkiego na znajomych. Wiadomo jak siedzieliśmy, była 3 i się skończyło i oni zamawiali, to przecież nie powiem, że nie bo ja nie wiem skąd to jest. (JG06072018K1W)

2. Zaobserwowane zmiany na rynku

Jeden z respondentów zwrócił uwagę na dużą popularność pochodnych mefedronu i wypieranie przez te substancje z rynku tradycyjnych stymulantów, np amfetaminy.

R. Popularne stają się bardzo te wszystkie z serii mefedronu, klefedron, metaklefedron, to są rzeczy teraz najpopularniejsze jeżeli chodzi o rynek stymulantów i dopalaczy, w moim środowisku wydaje się, że jest łatwiej zdobyć mefedron niż amfetaminę na ulicy. (AŁ01082018M1W)

Respondenci dostrzegają także pogorszenie jakości substancji obecnych na rynku, co uważają za efekt uboczny przepisów prawnych delegalizujących kolejne substancje.

R. No jest coraz więcej różnych szkodliwych substancji typu dolewają jakieś środki typu domestos, różne chemikalia łączą jakieś rozpuszczalniki i tym podobne, żeby uzyskać ten efekt. Bardzo dużo takich śmieciowych substancji. Przez tą ustawę, bo zdelegalizowali mefedron czy jakieś takie, to z każdym kolejnym zakazem na te środki dozwolone, powstawały nowe i to dało taki mechanizm trucizn. Były tworzone, żeby uzyskać ten sam efekt co po tej substancji, która została zdelegalizowana. (AŁ08102018M1W)

Według respondentów większych zmian na rynku należy się spodziewać w najbliższym czasie w związku z delegalizacją wszystkich substancji obecnych w tej chwili na rynku.

R. Teraz wydaje mi się, że wchodzi delegal na wszystkie dopalacze obecne, te klefedrony, hexen i tak dalej, że teraz zamykają wszystkie te wszystkie taksówki i tak dalej. Dopiero teraz chyba się zdarzy większa zmiana w rynku. Nie zaobserwowałem na razie, dosyć wolno się to wszystko zmieniało, bo te delegale to są co trzy lata, czy coś takiego, w sumie trochę żart ze strony władzy, jeżeli chodzi o taką walkę z dopalaczami, ale w sumie większych zmian nie zaobserwowałem przez ten rok. (EW14082018M1K)

A VII. Percepcja ryzyka

1. Percepcja potencjalnego ryzyka

Najwięcej osób wspomina o ryzyku związanym z doznaniem szkód w obszarze zdrowia somatycznego i psychicznego. Są to szkody zarówno o charakterze krótkotrwałym jak i długotrwałym. Młodzi ludzie używający nowych substancji psychoaktywnych ryzykują rozwinięciem się u nich uzależnienia. Według respondentów szczególnie niebezpieczny może być pierwszorazowy kontakt z substancją, kiedy trudno przewidzieć reakcję własnego organizmu. Najpoważniejsze ryzyko ponoszone przez młodych ludzi to utrata życia.

R. No wystawiają się na psychozę, która może być nawet przy jednorazowym zażyciu stwarzać sytuację bardzo problematyczną, mianowicie zagrażającą zdrowiu tych osób i osób dookoła nich. Zwłaszcza mówię o osobach, które nie miały styczności wcześniej z tymi rzeczami głównie, bo to chodzi o ludzi, którzy nie wiedzą jak to działa i czego się spodziewać. Tendencja do zachowań paranoidalnych po marihuanie jest o wiele większa niż po alkoholu i ludzie potrafią dostać paranoi, trafić do szpitala, wymiotować po zwykłej marihuanie przez to, że nie wiedzą w ogóle czego się spodziewać i się boją tego. Po stymulantach jest podobnie, bo stymulanty bardzo nakręcają procesy myślowe, powodują bardzo emocjonalne reakcje na wszystko właściwie, ludzie bardzo często płaczą, albo euforycznie zachowują się po tych substancjach, wahania nastroju są niebezpieczne,

R. No i oczywiście ryzykują uzależnieniem, po prostu tak długo jak się ma je przy sobie będzie się ich używać. I jak się będzie je do siebie dostarczać, to będzie się dostarczać coraz więcej.
(AŁ01082018M1W)

R. To znaczy różne stany lękowe, jakieś fobie, paranoje, że się oglądają ciągle, wszędzie widzą policję. (JG05072018M1W)

Ryzyko szkód zdrowotnych podnosi nieznaną składni zażywanej substancji, gdyż za każdym razem pod tą samą nazwą może być sprzedawany inny produkt.

R. No przede wszystkim takie, że nigdy nie wiedzą co dostaną, ja sam zażywam i można powiedzieć, że prawie za każdym razem nie mam pewności co to jest. Można powiedzieć, że prawie za każdym razem. Nigdy się zbytnio nie dowiedziałem i nie mam 100% pewności, że to jest to co faktycznie ta osoba mi powiedziała. I nie wiadomo jak to na ciebie zadziała, jeden może zażyć i wszystko będzie w porządku, będzie się super bawił a drugi zażyje i będzie miał

tak zwanego bad tripa po prostu i wyląduje w szpitalu bo tak się to zazwyczaj kończy.
(JG05072018M1W)

Zredukowanie swoich zainteresowań i aktywności do używania substancji, które stają się głównym motorem napędowym wszystkich działań również postrzegane jest w kategoriach ryzyka.

R. Myślę, że nie jest to dla wszystkich, może mocno namieszać w głowie bądź co bądź i jakieś choroby psychiczne czy coś takiego i potrafi to również nieźle pochłonąć człowieka, że potrafi się kręcić tylko wokół tego właściwie. Nie wiem, tyle chyba. Że mogą stać się głównym motorem w życiu człowieka. (EW14082018M1K)

Młodzi ludzie wspominają też o ryzyku popadnięcia w konflikt z prawem z powodu handlu niedozwolonymi substancjami lub ich posiadania.

R. To jeżeli się tym handluje to można iść do więzienia na przykład. Jak policja cię złapie jak będziesz mieć to przy sobie to też, moim zdaniem, może być przypał. Nie wiem, mnie jeszcze policja z tym nie złapała. (EW14082018M1K)

Podnoszona jest sprawa strat materialnych oraz ryzyko popadnięcia w problemy finansowe w związku z używaniem substancji. Jedna z respondentek wspomniała również o wyprzedawaniu rzeczy osobistych, a także należących do rodziny.

R. No tak, to też mało nie kosztuje, więc można mieć stratę finansową jak ktoś jest uzależniony to wiadomo, że przeznaczają na to środki, które są potrzebne na utrzymanie.
(AŁ08102018M1W)

Młodzi ludzie używający substancji mogą się spotkać z ostracyzmem społecznym, gdyż jest to zachowanie nieakceptowane społecznie. Wspominają też o ryzyku popsucia relacji z rodzicami w razie gdyby dowiedzieli się o problemie.

R. Na pewno narkotyki nie są w ogóle tolerowane w polskim społeczeństwie. Marihuana jeszcze może się zdarza, ale z takimi cięższymi rzeczami, to budzą obrzydzenie straszne społecznie, chociaż nie powinny według mnie. (EW14082018M1K)

R ... jeśli się rodzina oczywiście dowie to wątpię, żeby to zaakceptowali, mogą się też zdarzyć tacy co zaakceptują, ale raczej niekoniecznie i to jest pogorszenie takich no dosyć ważnych relacji z ważnymi osobami. (JG05072018M1W)

Potencjalne ryzyko związane jest z przyjmowaniem substancji o nieznanym składzie, ale też przypadkowego spożycia w klubie, podczas imprezy, niechcianej substancji, p.. "tabletki gwałtu".

R. Też wiadomo, że jak się bierze w klubie i nie wiadomo co się bierze i nie wiadomo z kim się to bierze, to są ryzyka, że a wciągnęłaś tabletkę gwałtu. Może przesadzam aczkolwiek pewnie też były takie sytuacje, chociaż pewnie nie wciągnęłaś, ale na pewno jak się tego nie robi z głową w sensie w miejscu w miarę bezpiecznym i z ludźmi, którym się ufa to ktoś może nam jakąś krzywdę zrobić, możemy też siebie nie ogarnąć, możemy coś odwalić, nie będzie kogoś kto będzie potrafił nas ogarnąć. No jednak pod wpływem tych rzeczy jest się bardziej podatnym na sugestie. (JG06072018K1W)

2. Percepcja ryzyka własnego

W zasadzie młodzi ludzie oceniając ryzyko własne wymieniają te same rodzaje zagrożeń, które postrzegają jako potencjalne. Dostrzegają oni ryzyko szkód zdrowotnych, włącznie z przedawkowaniem. Jedna z respondentek doświadczyła już poważnych szkód zdrowotnych kiedy użycie nowej substancji psychoaktywnej skończyło się dla niej pobytem w szpitalu. Inna wspominała o poważnych zaburzeniach psychicznych, doświadczeniach stanów lękowych i urojeń oraz próbie samobójczej.

R. To, że przedawkuję kiedyś tam. (BS25092018M1W)

R. Moim zdaniem to śmierć bo ja prawie zdechłam w tym szpitalu. Zależy też kto jak co weźmie. Nikt nie wie co weźmie tak naprawdę, niby tak samo smakuje, czuje się to samo ale to

może zabić, nie wiem. Ja się prawie zabiłam przez to, przez głupotę. Mam prawie 18 lat, ale jak się zachowywałam przez to, miałam umysł, nie wiem. Teraz mam tak zniszczony łeb, ja tak nie mówiłam, nie miałam takiej mowy, nie miałam takich ruchów jakichś, że mam czasem czasami ruchy, siedzę to nie mogę w miejscu siedzieć, nogi mi chodzą cały czas, przez sen mi chodzą. (BS27092018K1W)

R. Najgorsze ryzyko? Psychiczne. Mam tak psychikę zajechaną, potrafiłam siedzieć w domu i słyszeć głosy, chodziłam po całym domu szukałam tego kogoś, nie było już miałam swoje urojenia. W głowie mi się pojawiały urojenia. Jak mówiłam w nocy potrafiłam się przebudzić widziałam, że ktoś stoi nad moim łóżkiem, zamykałam oczy na chwilę nie było tego kogoś i po prostu po tym jest taka psychika słaba. Próbowałam popełnić samobójstwo, nałykałam się tabletek ale mi się to nie udało, nie wiem czy to była za mała ilość, czy to były za słabe leki. (PB27092018K1W)

Badani obawiają się również konsekwencji prawnych, które mogliby ponieść. Dla niektórych dotkliwą konsekwencją byłaby utrata zaufania rodziców .

R. Myślę, że najgorsza rzecz jaka mogłaby mnie spotkać, to zostać złapanym z jakimiś substancjami psychoaktywnymi. Myślę, że to mogłoby być ciężkie, bo jakimiś konsekwencjami zdrowotnymi, czy co do zdrowia psychicznego się nie przejmuję. (EW14082018M1K)

R. Myślę, że przede wszystkim zdrowotne i takie, że dowie się w końcu moja mama o tym, że zażywam takie substancje no i raczej będą z tego niemiłe konsekwencje. (JG05072018M1W)

3. Percepcja ryzyka ponoszonego przez innych

Respondenci zaobserwowali problemy w związkach swoich znajomych. Używanie substancji przez jedną z osób w parze było przyczyną rozstania. Inne ryzyko, które ponoszą znajome osoby, to prostytuowanie się w celu pozyskania substancji bądź środków na jej zakup.

R. Społeczne też, niektórzy uzależnieni, którzy używają codziennie tych środków, zaobserwowałam bo to są osoby, które znam, że zdarzały się rozwody, zakończenia związków i tak dalej ponieważ ta osoba, która używała tak się zmieniła, że partnerka lub partner już nie chce z nią być. (AŁ08102018M1W)

R. Moim zdaniem jedyny skutek uboczny to, że niektóre dziewczyny dawały dupy, żeby to brać. To już jest dla mnie choroba. Ja się umiałam psychicznie nastawić na to, że mogę nie mieć to sama poszłam do pracy, ale nie żeby mieć za darmo to dawała dupy. To nie jest wyjście dawanie dupy, żeby mieć co ćpać. Jak chcesz mieć za co ćpać to idź do pracy czy coś.
(BS27092018K1W)

Po zażyciu nowych substancji psychoaktywnych młodzi ludzie mogą także działać brawurowo i podejmować niebezpieczne zachowania, w związku z tym, że substancje powodują, że ich odczuwanie bólu czy postrzeganie ryzyka jest upośledzone.

R. No jak ktoś ćpa to może jakaś korba i no naćpany człowiek nie myśli racjonalnie jak zawsze. Też dużo mam kolegów, którzy ćpają i biegną nad Wisłę po Krakowie i nie myślą. Na przykład nie czują bólu w ogóle, nie czują strachu przed niczym więc to też się zdarza, może być niebezpieczne. (JG18102018K1K)

A VIII. Źródła informacji o substancjach psychoaktywnych

Wielu respondentów pozyskuje informacje o nowych substancjach psychoaktywnych na drodze eksperymentowania z nimi. Bywa, że źródłem informacji są też inni używający.

R. Z doświadczenia.. Swojego. AŁ01082018M1W

R. Od chłopaka siostry. (JG17102018K1K)

Znaczącym źródłem informacji jest Internet. Respondenci odwiedzają fora, na których użytkownicy wymieniają się swoimi doświadczeniami i wiedzą. Są też tacy, którzy szukają opinii wyrażanych przez profesjonalistów, np. lekarzy. Jeden z respondentów podkreśla, że informacje pochodzące z Internetu mają wątpliwą rzetelność, ale nie ma specjalnego wyboru, bo nie ma takich informacji pochodzących z bardziej wiarygodnych źródeł.

R. Z internetu. Nie jestem w stanie teraz sobie przypomnieć, ale są różne strony porad, osoby które zażywają i opowiadają o tym. R. Plus też patrzenie z drugiej strony, opinie lekarzy którzy są przeciwni, informacja z czym to się wiąże. (AŁ08102018M1W)

R. No głównie internet, dopalamy, hyperreal, fora na facebooku i tak dalej. To są takie kiepskie informacje, ale w sumie lepszych nie ma. No bo rząd nie zapewnia nic takiego, a jeżeli już zapewnia, to nadal jest to w taki sposób robione, że nie zapewnia informacji. Tak, że głównie internet. (EW14082018M1K)

Niektóre osoby miały styczność ze Społeczną Inicjatywą Narkopolityki (SIN), którą postrzegają jako wiarygodne źródło informacji.

R. Informacje? Ja na przykład z SIN-u biorę. Jak nie wiem czegoś, boję się, że coś może kolidować, że coś się może stać, to piszę posta na SIN-ie, albo szukam takiego wątku już. (JG06072018K1W)

A IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód

1. Znajomość sposobów ograniczania ryzyka

Według respondentów trudno wyznaczyć granice przyjmowania nowych substancji psychoaktywnych w bezpieczny sposób lub jest to wręcz niemożliwe. Respondenci wspominają o zażywaniu niewielkich dawek oraz nie używaniu jednej dawki zaraz po drugiej. Kluczowa jest jakość przyjmowanych substancji, ale na to, jak podkreślają, mają niewielki wpływ. Wspominają też o przyjmowaniu w towarzystwie zaufanych osób, które zareagują odpowiednio w razie kryzysowej sytuacji.

R. Jeżeli chodzi o te nowe substancje, to raczej ciężko jest mówić o bezpiecznym używaniu. Myślę, że ciężko jest zdefiniować jak można bezpiecznie używać mefedron. Myślę, że jest to chyba mało prawdopodobne. (AŁ01082018M1W)

R. Nie używać dużych dawek i godziny, nie zażywać jednej po drugiej. Sposób przyjmowania też ma na to jak najbardziej wpływ, ilość i jakość tego towaru. Gdyby nie delegalizowano tych, które były poprzednio to nowe by nie powstały. Największą moim zdaniem winę ponosi za to

państwo.. (.....) to oczywiście ma duży wpływ, że ktoś jest i gdyby się coś działo to reakcja tych osób byłaby kluczowa. (AŁ08102018M1W)

R. Jeżeli to byłoby jakoś kontrolowane przez rząd i sprawdzane wszystkie partie czy to na pewno to co sprzedają i tak dalej, czystość. Dużo więcej informacji o tym, jeżeli już. No ale jeżeli mają walczyć z tymi dopalaczami, to nigdy do czegoś takiego nie dojdzie. A tak czy siak będą to sprzedawali, bo to jest taki rynek, który raczej szybko nie umrze. (EW14082018M1K)

Młodzi ludzie mówią o poszukiwaniu informacji na temat substancji psychoaktywnych w Internecie jako sposobie na ograniczanie szkód.

R. No tak naprawdę chyba jedyne co można zrobić, to spróbować dowiedzieć się czegoś z internetu ale i tak to wszystko jest tak indywidualną sprawą, że dla jednego taka dawka nie zrobi nic a drugiego zabije, więc tutaj ciężko właściwie się czuć takim... to są nieznane jeszcze substancje więc ciężko tutaj o nich cokolwiek powiedzieć, jakby były jakieś badania prowadzone, czy to co robi teraz SIN, że badają te nowe substancje psychoaktywne, to jest spoko, ale nic nie wiadomo nadal. (EW14082018M1K)

Według respondentów działaniem z zakresu ograniczenia szkód płynących z zażywania nowych substancji psychoaktywnych byłaby legalizacja posiadania marihuany. To ta substancja byłaby preferowana przez młodzież.

R. Nie wiem, dopalaczy nie ma bezpiecznych jakichś. Myślę, że jakby marihuana była zalegalizowana, to ludzie paliliby marihuanę a nie dopalacze. Ja takie mam spostrzeżenie. (...) Paliłbym oczywiście, że tak. Jak się pali marihuanę to jest się spokojniejszym. A jak się pije alkohol, to nie jest się spokojnym. Większość młodych ludzi to oni nie są spokojni. Jakby sobie zapalili to byliby spokojni. (PB30092018M1W)

2. Sposoby ograniczania ryzyka stosowane przez respondenta

Jeden z respondentów wspomniał, że nosi ze sobą substancje psychoaktywne, które mogą być pomocne przy wystąpieniu niepożądanych konsekwencji zażycia nowych substancji psychoaktywnych, aby łagodzić nieprzyjemne objawy.

R. No ja staram się jak używam substancji stymulujących mieć w zapasie neuroleptyk i benzodiazepinę gdyby ktoś zaczął się źle czuć. Proszę znajomych, żeby w takich sytuacjach wzięli... chociażby zaczynali od hydroksyzyny, nie czekając, sam miałem doświadczenie z takim stanem nieogarnięcia się i widzę kiedy ktoś zaczyna się zachowywać i wiem jak zareagować. To pomaga. Tak, myślę że posiadanie benzodiazepiny przy ludziach, którzy pierwszy raz albo niewiele razy stosowali stymulanty jest dobrym takim zwyczajem, żeby po prostu nie zrobili sobie krzywdy. (AŁ01082018M1W)

Respondenci ograniczają ponoszone przez siebie ryzyko przez przyjmowanie niewielkich dawek substancji, pilnowanie odstępu czasowego pomiędzy dawkami oraz korzystanie ze sprawdzonego źródła zakupu substancji. Nie używają produktów pakowanych w torebkach, sprzedawanych pod nazwami handlowymi ani takich, co do których mają podejrzenie, że są fałszowane.

R. Jeżeli zażywam staram się z głową zażywać, pilnować godzin, w których przyjmuję, żeby nie było i małe dawki. Powiedzmy taka jedna normalna dawka donosowa, którą ludzie zażywają to jest dla mnie w zależności od 5 do 10 razy. Bo ja to bardzo mało, nawet ludzi to dziwiło. Staram się, żeby to nie było częściej niż... zdaję sobie sprawę, że bardzo małe ilości biorę, jeden na 40 minut, taka jedna malutka dawka. (...) Sprawdzone źródło przede wszystkim. (AŁ01082018M1W)

Druga sprawa, jakby wezmę tylko od tej jednej osoby te narkotyki, właśnie od mojego chłopaka, albo od przyjaciela i nie będę brać od kogoś obcego. (JG06072018K1W)

R. Trzeba unikać samych substancji jakichś mocarzy nasączanych chemikaliami, czy suszu do palenia czy tego typu rzeczy. Ważne, żeby nie brać takich w niewiadomych opakowaniach, nie wiadomo co. Skupić się na substancjach, które ktoś już przetestował działanie. (AŁ08102018M1W)

Jeden z respondentów wspomniał o konieczności uzupełniania płynów w organizmie, kiedy jest pod wpływem tych substancji, szczególnie w trakcie imprez.

R. Nie da się tego nazwać, nie ma czegoś takiego, że spełnisz jakieś warunki to będzie bezpieczne, można ciutkę zadbać bardziej o to, żeby mieć jakieś pieniądze na dużo wody, przede wszystkim woda, nie ma co pić innych napojów, zawsze zostawiam jakieś pieniądze na

nawadnianie się. Zdarzają się takie substancje, które wygrzewają cię tak po prostu, że trzeba pić cały czas. Nieraz miałem tak, że w jedną noc potrafiłem wypić około 10 litrów wody. (...) I nic nie zjesz przy tym. (...) Staram się jeść wcześniej, ale jak już jestem w takim powiedziałbym ciągu, to tak jak jestem teraz to zazwyczaj spożywam jeden posiłek dziennie. Jakieś tam tosty, czy coś takiego, więcej nawet mi się nie chce robić, bo nie jestem głodny, więc tylko ten jeden posiłek przez czysty rozsądek. (JG05072018M1W)

Jedna z respondentek podkreśla, że stara się przebywać w grupie osób, która wie jak działać w sytuacji kryzysowej i nie zostawi osoby wymagającej pomocy samej sobie.

R. Znacząca podstawa jest taka, że zawsze jestem z kimś, kto mam pewność że mnie ogarnie jakby się coś stało ewentualnie. Też nie zdarza się, że jestem w towarzystwie jako jedyna pod wpływem i nikt o tym nie wie. Po prostu dbam o to, żeby ludzie wiedzieli, że jestem pod wpływem czegoś, żeby wiedzieli. (...) Tak, że ktoś zobaczy, że mi się coś dzieje i żeby nie było tak, że o dobrze się bawiła, zemdlała, naćpała się, żeby to było wiadome. (...) Właśnie, żeby ludzie wiedzieli jak reagować. Druga sprawa... zaraz bo ja się też trochę gubię w tym co mówię. (JG06072018K1W)

Zdarzały się też wypowiedzi osób, które nie podejmowały żadnych działań w celu ograniczenia ryzyka i szkód związanych ze swoim używaniem. Wskazują one na brak wiedzy na ten temat.

R. Nie wiem. Nic chyba. Wiedziałam co robię ale nie zdawałam sobie z tego sprawy. (JG17102018K1K)

3. Sposoby ograniczania ryzyka stosowane przez innych

Jedna z respondentek wspomniała o tym, że choć istnieje możliwość testowania substancji, mało kto z jej znajomych z takiej możliwości korzysta.

Fajnie byłoby jakby ludzie mieli też przy sobie te testy badające substancje, ale mało kto je kupuje. Raczej nie spotykam się z tym za bardzo u moich znajomych, żeby ktoś sprawdzał, i żeby robili to w miejscach gdzie nikt im krzywdy nie zrobi. (JG06072018K1W)

Kolejna z osób, zwraca uwagę, że dopóki nie stanie się coś poważnego i ktoś nie poniesie poważnej straty, np. zdrowotnej to nie myśli o konsekwencjach używania.

R. Ale właśnie oni tak robią, że jeszcze więcej biorą. Mój brat cioteczny tak miał, że miał arytmie serca przez narkotyki, ale od dwóch lat już nie bierze, nauczył się. Ja myślę, że ludzie się nauczą dopiero jak stracą coś ważnego, jak im się coś stanie. Jak im coś się nie zabierze, wolności albo czegoś to nie rozumieją tego. (PB30092018M1W)

A X. Negatywne konsekwencje używania

1. Zdrowie somatyczne

Na skutek używania nowych substancji psychoaktywnych niektórzy respondenci odczuwają dolegliwości fizyczne, p.. bóle w klatce piersiowej, pieczenie w żołądku, bóle głowy, wymioty, mroczki przed oczami, reakcje skórne, problemy z nerkami itp.

R. ..boli mnie serce często dosyć, nawet na trzeźwo, nie podczas zażywania tej substancji. Pojawiają mi się pod sercem, na klatce piersiowej takie fioletowe żyły, znaczy mam teraz już cały czas tutaj takie, mroczki różne przed oczami, czarne migające takie. (JG05072018M1W)

R. No mam problemy z nerkami do teraz. Ze wzrokiem, z oczami. No ze skórą, co jakiś czas... Co jakiś czas pojawiają mi się jakieś suche na dłoniach, pękająca taka skóra jakby coś mi wyżerało tą skórę. Po jakimś czasie to znika. (PK28092018K1W)

Bywa, że konsekwencje fizyczne po zażyciu substancji są bardzo ostre, np. paraliż kończyn.

R. Miałam. Najpierw zacznijmy od mefedronu, po tym jak mnie wykręciło, to przez 3 godziny mnie wykręcało, potem jak się lepiej poczułam to zwałę miałam, bolało mnie wszystko, głowa mnie bolała, spać się nie da, to jest istotne spać się nie da, nie jesteś głodny, nie masz apetytu, ogólnie katar cały czas, czasem krew leci z nosa. A miałam przygodę z amfetaminą, tak

zwaną szmatą i ogólnie wtedy zjadłam najpierw jedną kreskę i nic, drugą nic i tak naprawdę zjadłam dwie kreski na początek i ogólnie przyniósł kolega sztukę i wyszło chyba ze trzydzieści kresek z tego, zjedliśmy 15, potem kolejne 15, więc zjadłam już bardzo dużo i nic dalej, więc myślę jak nic to idę do domu. Wchodzę do domu, moja mama się na mnie patrzy i mówi idź spać, położyłam się i nagle bomba mi weszła, oczy jak pięcioletówki, zaczęło mnie wykręcać, dobrze że moja mama poszła spać. Poszłam do łazienki, chcę wychodzić z łazienki i nagle paraliż miałam. Normalnie paraliż miałam, nie mogłam wstać, czołgałam się do łóżka, później leżałam bez ruchu, wymiotować mi się chciało, nie spałam całą noc. A po marihuanie to w sumie lubię jak się przepalę, mam helikopter i jest fajnie. (JG18102018K1K)

Z kolei część doświadczanych przez młodych ludzi problemów somatycznych wymaga hospitalizacji.

R. Wylądowałam parę razy w szpitalu. Ostatnio byłam też w szpitalu. Zaczęłam po szpitalach chodzić, coraz więcej lekarzy się pojawiło. Głowa mnie często bolała, to coś. (...) Dwa razy byłam po trzy dni i ostatnio osiem dni. (...) Miałam zakażenie krwi tak naprawdę. (JG17102018K1K)

2. Zdrowie psychiczne

Konsekwencje te mogą mieć charakter krótkotrwały tzn. związany z używaniem substancji w danym momencie lub długotrwały, który nie ustępuje wraz z zaprzestaniem używania substancji. Jeden z respondentów zwrócił także uwagę na popadanie w stany psychotyczne i doświadczenie lęków podczas dłuższego ciągu używania substancji, czemu towarzyszy temu brak snu i łaknienia. Inne problemy to wahania nastroju oraz brak panowania nad emocjami.

R. Gdy zaczyna się ich używać, to wpada się w ciągi, czyli nie je się przez kilka dni, często się nie śpi i to powoduje, że zaczyna się wpadać w lekkie stany psychotyczne przez braku snu, czy leki, całkiem intensywne potrafią być. (AŁ01082018M1W)

R. No, od roku jakoś tak było. Miałam jakieś lęki, słyszałam że drzwi się otwierają, czasami widziałam jakby ktoś stał w pokoju a nikogo nie było i przestałam zażywać. (PB27092018K1W)

R. Byłam nerwowa, miałam wahania raz smutna, raz wesoła, za chwilę wybuch i nie panowałam sama nad sobą. (JG17102018K1K)

3. Relacje z innymi

Młodzi ludzie na skutek używania substancji mogą utracić zaufanie rodziców, ich relacje z rodzicami stają się napięte, nadwyrężone. Rodzice się martwią o nich. Młodzi ludzie często odbierają to jako moralizowanie. Zwracają uwagę na brak wiedzy po stronie rodziców.

R. Moi rodzice dramatyzują i to bardzo. Nie dziwię im się, że się martwią oczywiście. Teraz staram się nie mówić o czymś więcej niż o marihuanie, bo reagują bardzo paranoicznie, a mnie się wydaje, że jestem na tyle dorosły, że moralizatorstwo moich rodziców to jest coś, co mi w żaden sposób nie pomaga w tej sytuacji. Szczerze mówiąc moi rodzice też zielonego pojęcia nie mają o tym, mogą tylko mówić na podstawie tych stygmatów, które zostały stworzone w społeczeństwie. Nie rozumieją tego problemu w ogóle. (...) trochę chyba straciłem zaufanie u mojej mamy... (AŁ01082018M1W)

W bardziej drastycznych przypadkach może dochodzić do zerwania relacji z rodziną. Często również osoby używające odrzucane są przez środowisko nieużywających rówieśników.

R. No miałam problem wyzywali mnie, potem straciłam wszystkich, mama się przestała do mnie odzywać, raz mnie wyzywała od ćpunów bo już takie nerwy miała na mnie, bo coś tam krzyknęła ja coś krzyknęłam i ona ćpunie do mnie, tak się wtedy popłakałam tak mi przykro było, że się do niczego nie nadaję. Znajomi też się ode mnie odwrócili, przyjaciółka mnie nie zostawiła, właśnie ta co mnie zostawiła nagle wtedy co potrzebowałam jej najbardziej. Ja jej powiedziałam zadzwoń po karetkę bo już nie wytrzymam a ona mi się roześmiała w twarz i pojechała ze znajomymi. (BS27092018K1W)

R. Dużo ludzi się odsunęło jak się dowiedziało, że biorę. W sumie odwrócili się prawie wszyscy jak się dowiedzieli po jakimś czasie, że biorę. Nie chcieli w ogóle kontaktu utrzymywać. Dawali wybór albo to albo oni, tak. (JG17102018K1K)

4. Związane z funkcjonowaniem w roli ucznia

Zwykle bardziej natężone używanie nowych substancji psychoaktywnych prowadzi do wagarów, słabszych wyników w nauce lub porzucenia nauki w ogóle. Są osoby, które pomimo dość intensywnego używania starają się nie wpadać w kłopoty w szkole, nie opuszczają lekcji, wywiązywać się z obowiązków szkolnych. Niektórzy wykorzystują używanie substancji z grupy stymulantów do nauki.

R. Nie, mimo wszystko staram się szkoły nie zawalać. Jednak staram się mieć nad tym kontrolę, żeby móc to zażywać ale mieć kawałek normalnego życia poza tym. Zdam teraz do następnej klasy, idę do drugiej liceum i nie miałem problemów w zdaniu, nic nie musiałem poprawiać, obecności też, akurat nie wpływa mi to na obecności, nawet jak miałem ciągi podczas... miałem ciąg 15 dni normalnie w trakcie szkoły codziennie zażywałem i nie wpływało to na moje obecności, przychodziłem. (JG05072018M1W)

R. To zwiększało koncentrację i tak dalej, lepiej się po tym było uczyć po amfetaminie niż normalnie, ale jeśli chodzi o 3CMC to nie. To działa bardziej tak, mętlik w głowie po prostu. Z nauką to nie idzie w parze. (AŁ08102018M1W)

R. Pogarszanie w sumie. Znaczący przy stymulantach może być chwilowe polepszenie, ale zależy jakie się ma podejście do stymulantów, jeżeli będę je teraz brał po to, żeby się uczyć, no to może ktoś faktycznie z takim podejściem się będzie uczył, natomiast w moim przypadku podejście do stymulantów było takie, że teraz wezmę stymulanty i się nakręcę i zobaczymy co będę robił. Czasami zdarzało mi się uczyć, czasami zdarzało mi się pisać, czasami projekt tworzyć jakiś muzyczny i faktycznie czułem z tego powodu większą motywację, zadowolenie i zdarzyło mi się dzięki temu kilka rzeczy takich zrobić, których nie zrobiłem w ogóle wcześniej. (AŁ01082018M1W)

5. Konsekwencje o charakterze prawnym

Osoby używające substancji rekreacyjnie raczej nie ponoszą konsekwencji prawnych. Jednak dotyczy to osób, których używanie jest już bardziej zaawansowane. Konsekwencje prawne jakie ponoszą młodzi ludzie związane są głównie z ich zachowaniem i funkcjonowaniem pod wpływem substancji lub nielegalnymi sposobami na pozyskanie środków na zakup, np. kradzieżami.

R. Prawne tak, finansowe też. (...) Pobicia, groźby, byłam na izbie dziecka nawet. W sądzie sprawy zamknięte, nie na komisariacie, bardziej w sądzie wszystko. (JG17102018K1K)

R. Bo nie chodziłem do szkoły, a później brałem narkotyki i raz nie miałem na narkotyki, rozbój zrobiłem i później mnie policja zatrzymała. (P. I to było pod wpływem dopalaczy?) No. I później trafiłem do ośrodka. (...) Taka pani miała torebeczkę i jej wyrwaliśmy. I za to trafiłem do ośrodka. No tam trafiłem za wiele rzeczy, ale tu trafiłem za to. (PB30092018M1W)

Zdarza się, że osoby, które posiadają nowe substancje psychoaktywne trafiają na komisariat, natomiast zwykle interwencja prawa na tym się kończy.

R. A to tak, miałam, ścianę dalej miałam właśnie bo kiedyś przyszłam upalona do szkoły z przyjaciółką, żeby na obiad bo my głodne i akurat pani dyrektor przyszła i poczuła od nas, przyszłyśmy tu, przyjechała policja, sprawa w sądzie. No ale ogólnie nic nie było, nie miałyśmy tego przy sobie, byłyśmy pod wpływem, nic z tego nie było. Ale jak mam coś przy sobie to uciekam, nie ma co z nimi gadać w ogóle. Ogólnie tak się wydaje, że policja weźmie na komisariat, wypuszczą cię i w ogóle. Kiedyś jak mnie złapali to siedziałam na komisariacie, moja mama została powiadomiona, siedziałam 9 godzin. Wzięli mi to, zaczęli kruszyć to sobie, mówili że to spalą. (JG18102018K1K)

6. Konsekwencje o charakterze materialnym

Większość osób nie odczuwa negatywnych konsekwencji materialnych. To, co sami zarobią lub dostaną od rodziców wystarcza im na zakup substancji. Zdarza się jednak wyprzedawanie rzeczy z domu czy podkradanie pieniędzy rodzicom.

R. Nikt mnie nigdy nie złapał z niczym. A jeśli chodzi o finansowe, to raz na dwa tygodnie wydanie tych 50 złotych na coś takiego, jeśli w ogóle wydaję, bo to często jest tak, że ktoś kupuje, to nie jest duża strata. Nie, ja nie widzę tutaj strat nigdzie, bo myślę, że ja jestem w stanie utrzymać w tym kontrolę i pilnuję się, żeby sobie tym krzywdy nie zrobić. (JG06072018K1W)

R. Rodzice mi dawali dużo pieniędzy, potem się skapli, że za dużo wydaję, potem mi w ogóle nie dawali i zaczęło się sprzedawanie laptopów z domu, telefonów, dobrych sprzętów, żeby tylko mieć na narkotyki. (JG06072018K1W)

R. Nie wiem, ogólnie też jak się ktoś bardzo uzależni to może sobie problemów narobić to wiadomo. Ja miałam tak, że pracowałam w sklepie z dopalaczami kiedyś i zamiast sobie zarobić dobrze jako mała, kupić coś sobie to ja zamiast wypłaty sobie brałam dopalacze. A potem dzwoniłam do szefa, że na jutrzejszą wypłatę, na pojutrzejszą wypłatę... już tak popłynęłam, że w ogóle byłam na minusie. Zwolnili mnie i byłam na minusie, wynosiłam bardzo wiele rzeczy z domu do lombardu, dużo rzeczy mamie pozabierałam, jakieś pierścionki, nie pierścionki, później żałuje się dużo rzeczy. Najgorsze rzeczy jakie zrobiłam rodzicom to jak się ojczym pokłócił z moją mamą, to zjął obrączkę a ja ją poszłam zastawić. Do dzisiaj chodzi bez obrączki. No ogólnie są też takie konsekwencje, że jak się nie ma później pieniędzy jeżeli chodzi o dziewczynę, to niektóre mogą robić głupoty i stać sobie pod latarnią. No znam parę takich sytuacji. No i życie zmarnowane. Myślę, że chyba nie mam nic więcej.
(PK28092018K1W)

7. Konsekwencje związane z używaniem substancji przez innych

Jednej z respondentek zdarzyła się nieprzyjemna sytuacja, kiedy jej znajoma pod wpływem substancji przyszła do jej szkoły i opowiedziała wychowawcy o używaniu mefedronu przez respondentkę.

R. Ta znajoma, ta sama pani x, ta narkomanka odwalila akcję u nas w szkole, poszła do mojego wychowawcy i powiedziała, że ja to co tydzień mefedron walę, całymi weekendami i w ogóle, to ja mam problem i tak dalej.

R. Tak, a jakby ona sama będąc totalnie pod wpływem chyba DOCA, była wtedy strasznie wyćpana, nie do końca chyba wiedziała co się dzieje raz przyszła do naszej klasy i zrobiła jakąś aferę i rzuciła w mojego chłopaka czymś tam. I dziś się dowiedziałam od znajomego, którego nie widziałam jakiś czas, że spotkał ją w metrze i ona zaczęła się drzeć na cały głos i robić dramę w metrze, gdzie są ludzie i go obrażać, bo wiedziała, że ja się z nim przyjaźniłam i coś tam. (JG06072018K1W)

A XI. Profilaktyka i interwencje

1. Udział w szkolnych programach profilaktycznych

W przypadku większości respondentów, o ile przypominają sobie udział w jakichś szkolnych programach profilaktycznych, były to jednorazowe zajęcia, niewiele wnoszące do ich funkcjonowania. Ich jakość jest oceniana jako niska. Brakuje rzetelnej argumentacji i

podnoszony jest aspekt moralny używania. Przekazywane informacje są odbierane jako nieadekwatne i niewiarygodne.

R. W podstawówce może robiliśmy jakieś plakaty typu nie pal albo nie pij. Absolutnie nic nie pamiętam. (AŁ01082018M1W)

R. Miałem kiedyś lekcję przeciw dopalaczom i narkotykom w liceum, ale to było prowadzone na tak niskim poziomie, że to aż smutne było. W sumie, nie wiem już lepiej nie prowadzić takich lekcji niż coś takiego. Typowe takie wpajanie do głowy że złe, złe, złe bez nawet żadnych argumentów i nie wiem, sprawia to trochę, że ludzie nagle jak się dowiadują, że to wcale nie jest takie jak mówią do końca, to tracą całkowicie zaufanie do takich programów, że uważają to totalnie źle od szkoły.

R. Jeżeli miałem lekcję, mówią mi że świetnym sposobem na nieużywanie dopalaczy jest uprawianie sportu, picie dużo wody i jedzenie zdrowej żywności, no to uważam, że to jest bezcelowe wydatkowanie pieniędzy na coś takiego. (EW14082018M1K)

R. Szkoła ma w ogóle tak małą wiedzę, ogólnie ludzie mają strasznie małą wiedzę na temat narkotyków według mnie. Mało jest osób, które znają się na tym i można ich tak posłuchać, że oni faktycznie powiedzą ci coś, czego nie wiedziałeś jako osoba zażywająca. (JG05072018M1W)

Z kolei pozytywnie jest oceniana profilaktyka szkolna, gdzie wychowawcy i nauczyciele są w stanie udzielić rzetelnych informacji i gdzie jest to prowadzone w sposób ciągły a nie akcyjny. Taka profilaktyka nie powinna opierać się na powielanych schematach, czy stereotypach, np. że używanie marihuany jest furtką do używania innych substancji.

R. Znaczy nie, w ogóle u mnie w szkole, to jest szkoła jakby skierowana do narkomanów, w ogóle wychowawcy cały czas gadają o tych narkotykach i gadają, że to jest niebezpieczne, że można mieć HIV, że można umrzeć, że można się uzależnić, ble, ble, ble. Cały czas jest jakaś pogadanka i są cały czas wykłady dotyczące tego i tak dalej, więc jest ta profilaktyka, ja ją zauważyłam u siebie w szkole i to jest taka normalna profilaktyka, bo to nie jest takie stanie i gadanie, że marihuana prowadzi do heroiny i tak dalej tylko faktycznie w logiczny sposób da się z moimi nauczycielami, wychowawcami pogadać na te tematy w sposób taki sensowny, że to coś daje, nie, że się czegoś dowiesz. (JG06072018K1W)

2. Udział w pozaszkolnych programach profilaktycznych

Część młodych ludzi brało udział w szkoleniach czy warsztatach prowadzonych przez instytucje pozarządowe. Poznają na nich podstawy udzielania pierwszej pomocy, czy dowiadują się w jaki sposób ograniczać szkody płynące z używania.

R. Mam kilka szkoleń z SIN-u, stamtąd się znam z tymi ludźmi plus miałem tutaj szkolenie w terapii NIE i tak dalej, no troszkę mam doświadczenia pod względem profilaktyki, redukcji szkód i jakiejś pierwszej pomocy, ale to podstawy raczej niż cokolwiek. (EW14082018M1K)

Jeden z respondentów wspomniał też o styczności z partyworkerami podczas imprez, którzy rozdawali ulotki na temat szkodliwości mieszania różnych substancji.

R. Na pewno spotkałem się z takimi ulotkami na takich imprezach. Jak SIN rozdawał ulotki takie różne. Mam tą tabelkę czego nie można miksować i takie były też ulotki, że ketamina i takie różne. (JG05072018M1W)

3. Opinie na temat profilaktyki i ocena wpływu na młodych ludzi działań profilaktycznych

Respondenci dostrzegają potrzebę uzyskania rzetelnej informacji. Taka informacja według nich miałaby szansę dotarcia do młodych ludzi.

R. Ciężko mi powiedzieć, podejrzewam, że gdyby młody był edukowany w szkole, wiedziałby w jaki sposób to działa i tak dalej, bo generalnie bardzo ciężko uzyskać informacje nie o samym efekcie jaki dają używki tylko jak to wpływa na zdrowie konkretnie. Myślę, że wtedy na pewno nie miałbym takiej chęci spróbowania jak to jest, tylko miałbym wiedzę przybliżoną, nie musiałbym się domyślać jak to jest. (AŁ08102018M1W)

Jeśli chodzi o wpływ programów profilaktycznych na młodych ludzi, to raczej według młodych ludzi jest on ograniczony. Celem profilaktyki powinno być informowanie młodych ludzi jak zwiększyć bezpieczeństwo przyjmowania substancji.

R. No to taka młodzież, która nie używa to tylko utwierdza ich w przekonaniu, że to jest złe a młodzież która używa to traktuje to jako totalną bzdurę. W sumie tyle. (EW14082018M1K)

R. Wydaje mi się, że dalej będą brać, bo to jest ciekawość, nie wybijemy tego. Każdy chciałby spróbować raz w życiu, ciekawe jak to jest po kokainie albo coś, nie. Ale taka profilaktyka powinna prowadzić do tego, że człowiek bardziej świadomie będzie to robić i w bardziej bezpieczny sposób. (JG06072018K1W)

Jedna z respondentek uważa, że działania profilaktyczne mogą odnieść skutek odwrotny do zamierzonego i rozbudzić zainteresowanie używaniem substancji psychoaktywnych w odbiorcach.

R. One moim zdaniem nic nie dadzą, dziewczyny albo chłopaki zobaczą jak to działa to będą chcieli być fajni, to jeszcze jak będą mówić o tych skutkach, co to robi, że nosi to się spodoba jeszcze prędzej niż bardziej od... moim zdaniem to jest niepotrzebne, może jeszcze bardziej nakręcać na to.

R. Moim zdaniem to są negatywne skutki bo nieraz byłam na takim, nie u zakonnic tylko w normalnej szkole i ty dawaj, no weź, słyszałam między chłopakami, dawaj amfetaminę ogarniemy. Moim zdaniem to nie jest ten, ja dobrych stron z tego nie widziałam, widziałam tylko złe. Moim zdaniem wtedy to akurat było niepotrzebne. Moim zdaniem takie gimnazjum to nie, zawodówka czy coś jak są już doroślejsi, rozumieją z czym mogą się, nie wiem.(...) No, bez kitu bo jak tacy gówniarze jak w pierwszej gimnazjum albo szóstej, siódmej podstawówki słyszą o takich rzeczach to podjarani chodzą. (BS27092018K1W)

4. Rekomendacje

Według odpowiedzi badanych, skuteczne zajęcia profilaktyczne oferowane w szkole powinny być wplatanie w inne lekcje, takie jak godzina wychowawcza, gdzie wiedza mogłaby być przekazywana przy okazji innych wątków. Młodemu ludziom brakuje rzetelnych informacji w Internecie, potwierdzonych autorytetem instytucji państwowych. Pokazywanie osób bezdomnych, zniszczonych używaniem nie działa odstrasza. Młodzi ludzie raczej oczekują informacji, które są przydatne w ich sytuacji. Posługiwanie się językiem zrozumiałym dla młodych ludzi, przekazywanie treści w prosty i ciekawy sposób, to postulaty młodzieży dotyczące zajęć profilaktycznych.

R. No tak, przede wszystkim powinny być w szkole, można je połączyć z przedmiotem godzina wychowawcza czy w podobnych przedmiotach, które wprowadzają uczniów w dorosłe życie. Oczywiście też takie ośrodki, internet to też powinno być więcej informacji, jak strony państwowe znane, w których nie ma czegoś takiego jak szukałem. (AŁ08102018M1W)

R. Myślę, że powinno być jak najwięcej informacji o działaniu czy cokolwiek takiego o konsekwencjach takich prawdziwych a nie, że pokazują nam że jak będziesz pół roku zażywał dopalacze i będziesz wrakiem człowieka, tutaj patrz jaki jest bezdomny, śmierdzi fuj, no i kreowanie takiego nieprawdziwego obrazu użytkownika w tych kampaniach antynarkotykowych. (EW14082018M1K)

R. Postarać się mówić w ich języku a nie jakieś tam regułki tłumaczyć, bo to jest bez sensu. (...) Nie wiem jak to określić, nie tłumaczyć regulek bo to jest bez sensu. Nawet mnie to nie ciekawiło, nawet nudziło. Niech powiedzą normalnie, w prosty sposób a nie coś wymyślają, tyle sposobów na coś. (BS25092018M1W)

Jedna z respondentek zwróciła uwagę na potrzebę dostrzeżenia też innych problemów młodych ludzi jak i na konieczność postrzegania problemu używania substancji psychoaktywnych w kontekście tych problemów.

R. Nie wiem, no trzeba ich też zrozumieć. Niektórzy mogą brać narkotyki, bo mają sytuację w domu, niektórzy mogą przez to, że ktoś im kazał raz, jak mi powiedział chłopak weź będzie fajnie a potem o, co się stało. Może być sytuacja, że ktoś komuś umarł i właśnie w to uciekła, uciekła ta dziewczyna bo tata jej umarł, uciekła w alkohol a potem w narkotyki. (BS27092018K1W)

B. Użytkownicy substancji wziewnych *Katarzyna Dąbrowska, Jakub Greń, Łukasz Wiczorek, Krzysztof Ostaszewski*

B Streszczenie

Styl życia. Niektórzy spośród respondentów, którzy używają substancji wziewnych, łączy swój styl życia z uprawianiem sportu. Swój czas wolny poświęcają najczęściej na spotkania ze znajomymi, chodzenie po mieście, granie na komputerze, słuchanie muzyki, oglądanie filmów, a także chodzenie na imprezy klubowe. Niektórzy mają dość nietypowe zainteresowania, takie jak strzelanie z replik karabinów do celu. Młodzi ludzie przejawiają też zainteresowania artystyczne oraz naukowe. Respondenci zapytani o to, czy ich styl życia różni się od stylu życia rówieśników przytaczali różne odpowiedzi, jednak jeśli sądzą, że ich styl życia jest inny, to wyróżnikiem może być używanie narkotyków, oryginalne zainteresowania czy przynależność do danej subkultury.

Inicjacja. Substancje od których młodzież zaczyna swoje używanie różnią się: mogą to być substancje wziewne (w tym podtlenek azotu N₂O, klej, dezodorant czy gaz do zapalniczek), marihuana lub MDMA. W większości przypadków inicjacja przypada na wiek 14-15 lat. Ciekawość, trudna sytuacja w domu rodzinnym i brak zainteresowania ze strony rodziców, namowy znajomych oraz przebywanie w środowisku osób, które mają doświadczenie używania, a także używanie substancji psychoaktywnych wśród członków rodziny to wymieniane przez respondentów powody inicjacji.

Przyczyny używania. Według opinii niektórych spośród badanych chęć tworzenia rzeczy oryginalnych, czegoś innego, alternatywnego, wyobrażenie, że jest to możliwe do osiągnięcia tylko w odmiennym stanie świadomości może być motorem zażywania substancji. Zwiększone używanie substancji może towarzyszyć doświadczaniu trudnych sytuacji życiowych, jako sposobów radzenia sobie z nimi. Jeszcze innymi czynnikami ryzyka używania substancji psychoaktywnych było doświadczanie rozmaitych trudności, na przykład w kontaktach z rodzicami lub słabymi wynikami w nauce, z którymi młodemu ludziom ciężko sobie poradzić.

Powody ograniczania używania. Z kolei uprawianie sportu i chęć poprawiania swoich osiągnięć czy też zaangażowanie w swoją pasję, jak na przykład tworzenie muzyki, to wymieniane przez badanych czynniki mające wpływ na ograniczenia ich używania tych substancji. Jeden z respondentów zaprzestał używania pod wpływem perswazji dziewczyny i znajomych, którzy zwracali mu uwagę na negatywne strony sytuacji, w której się znajduje, np. brak wykształcenia. Natomiast obawa przed negatywnym oddziaływaniem twardych narkotyków oraz wiedza o ich wyniszczającym działaniu mogą być czynnikiem odstraszającym od ich używania.

Kluczowe wydarzenia. Jak opisywał jeden z respondentów, w jego przypadku wydarzeniami kluczowymi z punktu widzenia używania substancji był koniec kolejnych związków i wchodzenie w nowe. Z kolei inni respondenci wymieniali w tym kontekście zmianę towarzystwa na nowe, kolejny etap w edukacji, wyjazd z domu rodzinnego do internatu lub pobyt w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii, jako inne czynniki, które mogą mieć wpływ na rozpoczęcie używania i podejmowanie eksperymentów z kolejnymi substancjami. W przypadku jednego z respondentów, tragiczne wydarzenia życiowe, jak próby samobójcze w rodzinie, stanowiły bodziec do nasilenia używania. Z kolei bycie świadkiem śmierci rówieśnika doprowadziło do zaprzestania używania na jakiś czas u innej z badanych osób.

Rodzaje używanych substancji. Wśród używanych przez respondentów substancji wziewnych obejmują: klej, benzynę, rozpuszczalniki, dezodoranty, lakier do paznokci, gaz z zapalniczek, a także podtlenek azotu (N₂O). Jednak zwykle respondenci nie ograniczają swojego używania do jednej substancji. Według ich relacji, substancje wziewne stanowią zazwyczaj dodatek do używania innych substancji psychoaktywnych, lub też są używane przy braku dostępności do innych, bardziej preferowanych substancji, jak marihuana, stymulanty, nowe substancje psychoaktywne czy substancje o działaniu psychodelicznym. Jedna z respondentek zadeklarowała również używanie opiatów. Przy czym częstym zjawiskiem było także przyjmowanie substancji wziewnych podczas działania innych substancji w celu łączenia lub intensyfikacji ich efektu.

Opinie o substancjach wziewnych. Z relacji badanych wynika, że używanie substancji wziewnych postrzegane jest jako bardzo stygmatyzujące. Osoby, które używają tych substancji spotykają się z jeszcze większym potępieniem niż ma to miejsce w przypadku użytkowników innych substancji psychoaktywnych. Przykładowo, używany głównie na imprezach podtlenek azotu (N₂O), czyli potocznie gaz rozweselający, został przez jednego z respondentów opisany jako substancja dość bezpieczna, przez krótki czas trwania i komfort psychiczny. Jest to inaczej niż w przypadku substancji o działaniu stymulującym, gdzie ryzyko używania jest znacznie większe. Z kolei efekty przyjmowania kleju i dezodorantu zostały przyrównane do tych, które osiąga się po picciu alkoholu. Przy czym mogą być one oceniane negatywnie, jako nie przynoszące satysfakcji z używania.

Motywy używania substancji psychoaktywnych, w tym substancji wziewnych. Respondenci wymieniali wiele motywów używania substancji wziewnych. Według ich relacji, motywem do sięgania po nie może być łatwa dostępność, legalność oraz porównywalnie korzystna cena. Używanie substancji wziewnych może też stanowić alternatywę dla zażycia alkoholu lub być wyborem w przypadku braku dostępu do innych substancji psychoaktywnych. Używanie tych substancji może być też reakcją na doświadczane problemy i trudne sytuacje życiowe, jako sposób radzenia sobie z nimi. Ich działanie pozwala młodym ludziom się zrelaksować, nie myśleć o problemach czy też znaleźć się w innej rzeczywistości, gdzie są poza zasięgiem ich problemów, oraz zdystansować się i odseparować od świata zewnętrznego. Niektórzy spośród badanych chcą zwrócenia na siebie uwagi i bycia docenionym przez rówieśników jako motywy używania tych substancji. Używanie substancji wziewnych może być też sposobem na umilenie sobie czasu, zabicia nudy i rozweselenie się, a także być odpowiedzią na

poszukiwanie nowych wrażeń, doznań. Co więcej, młodzi ludzie mają czasem przeświadczenie, że substancje psychoaktywne pozwolą im przeżyć coś ciekawego, wyjść poza dotychczasowe schematy, przeżyć i zobaczyć coś intensywniej oraz rozwinąć się w sensie poznawczym.

Wzory używania. Z odpowiedzi badanych wynika, że substancje wziewne używane przeważnie w domu lub mieszkaniu oraz miejscach „w plenerze”, jak parki miejskie, lasy czy jeziora. Przy czym są to zwykle miejsca odosobnione. Innymi wymienianymi przez badanych miejscami używania tych substancji były imprezy klubowe, koncerty i festiwale muzyczne. Młodzi ludzie najczęściej używają substancji w gronie znajomych. Przy czym respondenci podkreślają, że są to raczej zaufane osoby, które w razie sytuacji ryzykownej udzielą wsparcia i pomocy. Może to być tylko jedna osoba, ale taka, której respondent ufa. Ponieważ jednak przyjmowanie substancji wziewnych może być definiowane przez rówieśników, którzy nie używają tego rodzaju substancji jako coś silnie degradującego, jeden z respondentów ukrywał swoje używanie i robił to tylko i wyłącznie w samotności.

Sposoby przyjmowania substancji wziewnych. Klej przyjmowany jest wziewnie, z plastikowych torebek jednorazowych. Podobnie, z tym że za pomocą przyłożonego do ust ręcznika czy bluzy lub też przy pomocy fioli do pakowania kanapek, przyjmowany jest gaz do zapalniczek oraz dezodoranty, a także perfumy. Z kolei gaz rozweselający (N₂O) przyjmowany jest bezpośrednio za pomocą syfonów do bitej śmietany lub pośrednio z napompowanych nim balonów lub woreczków foliowych. Przy czym substancje te są często łączone z innymi substancjami psychoaktywnym, takimi jak marihuana, MDMA, LSD czy mefedron, co ma miejsce głównie podczas imprez.

Sposoby zdobywania. Według relacji respondentów, substancje wziewne są kupowane samodzielnie, od znajomych lub też za ich pośrednictwem. Substancje takie jak dezodoranty czy gazy do zapalniczek, są zwykle kupowane samodzielnie w sklepach. Młodzież nie ma żadnego problemu z dostępem do nich, gdyż są legalne i przeznaczone do innych celów. Dotyczy to również młodzieży ze stacjonarnych Ośrodków Młodzieżowych. Z kolei jeden z respondentów opisał także powszechny i łatwy dostęp do N₂O w postaci „balonów” podczas imprez. Natomiast jeśli chodzi o zmiany na rynku substancji psychoaktywnych, respondenci wspominali o pogorszonej jakości obecnych na rynku stymulantów, a także, że niektóre substancje sprzedawane są w większych niż wcześniej porcjach i opakowaniach ale przy braku wzrostu cen.

Spostrzegane ryzyko. W opinii badanych, potencjalne ryzyko używania substancji psychoaktywnych związane jest ze szkodami zdrowotnymi. W ekstremalnych przypadkach może to być trwałe kalectwo lub nawet śmierć. Uzależnienie to kolejny rodzaj ryzyka, który nie przemija wraz z zakończeniem przyjmowania substancji, a jest problem na całe życie. Respondenci podkreślali, że w przypadku substancji wziewnych istnieje problem z określeniem jaką dawkę dokładnie się przyjmuje, co może zwiększać ryzyko przedawkowania. Obniżenie potencjału intelektualnego czy problemy z pamięcią to przykłady szkód, których potencjalnie mogą doświadczyć użytkownicy kleju. Poza tym osoby używające substancji wziewnych mogą popaść w konflikt z prawem na przykład z powodu nielegalnego zdobywania pieniędzy na zakup substancji. Natomiast, oceniając ryzyko własne respondenci zwrócili uwagę na to, że używanie substancji wziewnych może trwale obniżyć ich sprawność intelektualną oraz negatywnie wpłynąć na to są postrzegani przez inne osoby. Istnieje także ryzyko poniesienia wymagających hospitalizacji szkód zdrowotnych.

Źródła informacji. Z odpowiedzi badanych wynika, że źródła z jakich czerpią informacje na temat substancji wziewnych to przede wszystkim: Internet, w tym strony dedykowane tematyce substancji psychoaktywnych oraz znajomi. Natomiast główne informacje jakich poszukują to mechanizmy działania danej substancji oraz jej efekty. Przy czym jedna z respondentek podkreślała wszechobecność informacji na temat narkotyków.

Redukcja szkód. Respondenci wypowiedzieli się również na temat ograniczania ryzyka i szkód związanych z ich używaniem substancji psychoaktywnych. Według jednego z respondentów nie da się wyznaczyć granic bezpiecznego używania substancji wziewnych. Uważa on, że jedynym sposobem jest zaprzestanie ich używania, gdyż w innym przypadku prowadzi to do sięgnięcia po nowe substancje psychoaktywne albo nawet śmierci. Z kolei kilku z badanych przytaczało „higieniczne” sposoby ograniczania ryzyka i szkód przyjmowania różnych substancji psychoaktywnych, jak używanie czystych, jednorazowych torebek do inhalacji kleju, czy też jednorazowych „zwijek” do wciągania, w przypadku używania substancji donosowo. Natomiast w przypadku używania marihuany, fifka nie może być nieznanego pochodzenia czy używana po kimś. Osoby używające gazu rozweselającego (N₂O) podkreślały, że bezpieczeństwo używania tej substancji zwiększa przyjmowanie jej w przestrzeni, gdzie nie ma kantów, śliskich powierzchni, itp., co obniża ryzyko uszkodzenia ciała w razie omdlenia. Lepiej też nie stać podczas przyjmowania tej

substancji, gdyż istnieje możliwość upadku. Powszechnym sposobem ograniczania szkód związanych z używaniem tych substancji jest także używanie ich w towarzystwie zaufanych osób, które będą mogły pomóc w sytuacji wymagającej interwencji. Istotne znaczenia ma także robienie przerw w używaniu oraz kontrolowanie ilości przyjmowanych substancji wziewnych. Przy czym według opinii respondentów, pomocnym sposobem na ograniczanie używania może być zapełnianie sobie czasu alternatywnymi aktywnościami, np. wyjazdy rekreacyjne, spędzanie czasu z rodziną, uprawianie sportu. Z kolei według innych relacji badanych wynika, że picie wody, sprawdzanie substancji za pomocą testów kolorymetrycznych, zdobywanie potrzebnych informacji na temat używanej substancji, to inne sposoby na ograniczenia szkód.

Szkody zdrowotne i społeczne / zachowania problemowe. Jako negatywne konsekwencje używania substancji wziewnych respondenci przytaczali głównie szkody krótkoterminowe, w tym częste bóle głowy i zatrzymanie moczy. Jednak dwójka z badanych doświadczyła o wiele poważniejszych szkód zdrowotnych na skutek intensywnego przyjmowania substancji wziewnych, jak utrata przytomności i hospitalizacja. W przypadku kilku z respondentów konsekwencje te miały również charakter dolegliwości psychosomatycznych oraz szkód związanych ze zdrowiem psychicznym. Do konsekwencji tych należała wzmożona nerwowość, dezorientacja, stany lękowe i paranoiczne, a także senność i zmęczenie. Z kolei dwie spośród badanych dziewczyn wspominały sytuacje, w których były agresywne pod wpływem substancji wziewnych. Jeden z badanych chłopaków rozpoznawał u siebie objawy uzależnienia od przyjmowanych dezodorantów. Konsekwencje związane z używaniem substancji wziewnych mogą polegać na pogorszeniu potencjału poznawczego, upośledzeniu pamięci i zdolności koncentracji. U osób z dłuższym stażem stosowanie kleju może powodować trwałe skutki, takie jak upośledzenie mowy, czy zaburzenie logiki wypowiedzi. Pod wpływem substancji psychoaktywnych młodzi ludzie mogą także stać się ofiarą agresji lub wypadku. Natomiast wśród szkód społecznych respondenci wymieniali także pogorszenie relacji z innymi, co może być skutkiem poświęcania mniejsze ilości czasu na spotkania, oszukiwanie, czy też unikanie znajomych. Kilku z respondentów wspominało również o doświadczanej stygmatyzacji z powodu używania tych substancji. Według relacji respondentów, przyjmowanie substancji psychoaktywnych może mieć również negatywnie wpływ na naukę i przekładać się na gorsze wyniki, poprzez pogorszoną koncentrację, problemy z pamięcią czy wagarowanie. Przy czym w przypadku tych konsekwencji respondenci wymieniali także negatywny wpływ używania innych niż wziewne substancji

psychoaktywnych, jak marihuana. Choć substancje wziewne są legalne, kilku z respondentów spotkały różne konsekwencje prawne związane z ich używaniem, jak otrzymanie mandatu za zakłócanie porządku publicznego w przypadku jednego z chłopaków. Jednak pozostałe z wymienianych przez badanych konsekwencji prawnych były związane z używaniem innych substancji psychoaktywnych lub politoksykomania. Do konsekwencji tych należały kradzieże, pobicia i przeniesienie do Młodzieżowego Ośrodka. Niektórzy spośród respondentów wskazywali także na obciążenie finansowe w związku z chęcią używania substancji wziewnych, co paru z nich popchnęło do zaciągania długów lub dokonywania kradzieży.

Opinie o profilaktyce. Jeśli chodzi o udział w działaniach profilaktycznych, większość respondentów nie miało w ogóle żadnych doświadczeń z profilaktyką prowadzoną w szkołach. Jeden z badanych wspominał spotkanie z policją w ramach szkolnej edukacji narkotykowej. A jedna z respondentek przywoływała zajęcia poświęcone tylko i wyłącznie dopalaczom. Natomiast jeszcze inny spośród badanych wspominał, że w ramach oddziaływań profilaktycznych wyświetlane są filmy o dopalaczach. W opinii większości badanych profilaktyka szkolna jest odbierana jako „niepoważna” i nieadekwatna lub nawet bezsensowna. Respondenci zarzucali jej na przykład sztuczny podział pomiędzy dopalaczami a narkotykami, skupiane się na wyłącznie na konsekwencjach prawnych lub poważnych szkodach zdrowotnych. Filmy puszczone młodzieży o przekazie profilaktycznym są odbierane jako śmieszne. Krytykowano również moralizowanie lub korzystanie z udziału osób, które nie mają pojęcia o używaniu substancji psychoaktywnych. Przy czym jedna z respondentek zwróciła uwagę, że nieumiejętnie prowadzone działania profilaktyczne mogą rozbudzić, szczególnie u młodszych odbiorców, zainteresowanie i chęć używania substancji. Z kolei działania profilaktyczne, które dają młodym ludziom wiedzę w zakresie ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych, były opiniowane pozytywnie. Respondenci podkreślali, że osoby które przychodzą do szkół w celu prowadzenia zajęć profilaktycznych muszą mieć aktualną wiedzę na temat tego co się dzieje na scenie narkotykowej, oraz tego młodzi ludzie postrzegają substancje psychoaktywne. W innym przypadku ich przekaz nie będzie budzić respektu ani zainteresowania. Proponowane przez badanych oddziaływania powinny mieć charakter interaktywny i dotyczyć rzeczywistych zainteresowań młodych ludzi. Profilaktyka powinna także zawierać elementy wiedzy z zakresu ograniczania szkód i nie powielać stereotypów dotyczących na przykład tego, że marihuana jest furtką do używania

innych substancji. Według badanych, profilaktyka nie powinna też zawierać pierwiastka oceny moralnej.

B I. Styl życia

Wielu spośród respondentów łączy swój styl życia z uprawianiem sportu. Może to być jazda na rowerze, deskorolce, łyżwach, uprawianie gimnastyki lub sportów walki, jazda konna, granie w piłkę nożną czy też chodzenie na siłownię. Niektórzy mają dość nietypowe zainteresowania, takie jak strzelanie z replik karabinów do celu. Młodzi ludzie przejawiają też zainteresowania artystyczne oraz naukowe.

R. Biegam z psem, uwielbiam biegać albo jeździć na rowerze z psem, mam wilka 5,5 letniego, owczarka belgijskiego, lubię jeździć na rowerze, na łyżwach. „Gram w piłkę, chodzę na siłownię” (MM30092018M4W)

R. Chciałem powiedzieć, ćwiczę MMA trzeci rok. Tutaj na przykład są zajęcia na sali i ja chciałem tak dla zabawy, żeby się wyżyć bo to jest spokój między sobą bez żadnej spiny a tak w ogóle to reaguję, nie lubię przemocy tak na zewnątrz, ale jeżeli trzeba zareagować, to reaguję też. (AS25092018M4W)

R. Tak, owszem trenowałam kick-boxing, bardzo chciałabym do tego wrócić, ale że się tu przeniosłam to musiałam przerwać. Bardzo lubię też ASG, to są takie...repliki karabinów na takie małe, białe, plastikowe kuleczki.

R. Ze znajomymi, chyba że się nie ma jak zebrać, to sobie ustawiam tarczę w ogródku jak mam czas i po prostu sobie strzelam. No co jeszcze mogę powiedzieć na temat moich pasji? Chciałam iść do szkoły policyjnej bo skoro interesuję się tymi karabinami, a są niedobory w kadrze, bo czytałam o tym, ale musiałabym sobie jeszcze oczka naprawić, że tak powiem, bo mam wadę wzroku, minus jeden chyba z hakiem. (AS28092018K4W)

R. Fotografia analogowa i tańczyłam bardzo długo ale przestałam i bardzo lubię czytać książki naukowe głównie. (DG25102018K4W)

Czas wolny poświęcany może być na spotkania ze znajomymi, chodzenie po mieście, przesiadywanie w różnych miejscach, a także chodzenie na imprezy klubowe. Inaczej spędzany może być czas w okresie letnim, a inaczej w zimowym. W okresie letnim

dominuje spędzanie czasu ze znajomymi na łonie natury, a w okresie zimowym przed komputerem.

„Jeśli chodzi o weekendy no to najczęściej jeżdżę na imprezy albo spotykam się ze znajomymi, niekoniecznie na imprezach ale to najczęściej; Można tak powiedzieć jeśli to jest okres, że jest wrzesień, jak się zaczyna sezon klubowy to najczęściej, imprezy jeśli są w pobliżu, a tak to wychodzę ze znajomymi najczęściej też, tak po prostu, żeby się zobaczyć” (FK26092018K4I)

No a jak spędzam czas ze znajomymi to pójdziemy sobie, coś zjemy, coś wypijemy małego mówiąc szczerze, no a tak to lubię bardzo spać jak mam czas wolny, jeść również. Jedzenie życiem, tak to jest prawda. (AS28092018K4W)

R. Głównie z chłopakami siedzimy na osiedlu, na ławce, spotykamy się z koleżankami, jak mamy więcej czasu chodzimy do kina, jak jest ciepło chodzimy nad Wisłę. Jeździmy autobusem nad Zegrze, poza tym w okresie wakacyjnym, a jak jest zimno to głównie szkoła i siedzenie w domu przed komputerem. (AŁ20092018M4W)

Z kolei jeden z respondentów zwrócił uwagę, że on i jego znajomi uczestniczą lub prowokują “zadymy”, zdarzenia z użyciem przemocy fizycznej. Wyjaśniał to chęcią udzielenia nauczki osobom, które zachowują się nie w porządku wobec innych.

*R. Z chłopakami. Z dzielnicy z chłopakami. Idziemy do takiej miejscówki tak zwanej „lasek” na ostatnią ławkę i to jest t takim parku na Wawrze, albo się napijemy jakiegoś piwa, na pewno palimy papierosy, potem możemy pójść na szkołę, pograć w piłkę jak jest mecz, co niedzielę jest o 12 mecz. (...) Pokręcimy się po centrum jak się znajdzie jakaś zadyma to wiadomo.(...) To wkraczamy.(...) Kiedyś miałem taką sytuację, że szedłem z kumplem, którego znam od 1 podstawówki i znamy się jak bracia, byliśmy w Promenadzie. To idziemy do Promenady tym tylnym wejściem i wychodzi grupka ciapatych i jeden zaczyna drugiego tłuc. Ja się strasznie wkurwiłem i powiedziałem do Olka, żeby poczekał chwilę, podchodzę i się pytam dlaczego go bije, a on spokojnie, spokojnie, że to mój brat coś takiego. Ja powiedziałem, że jeżeli to twój brat, to powinieneś go szanować i bronić a nie bić i gnębić. A on, że jego brat strasznie odwala maniany w sklepie. A ja mówię, że zaraz ty będziesz odwalać maniany tylko głową na chodniku, no i powiedział że jak chcę to możemy iść za blok i zaczęliśmy się tak tłuc, że głowa mała, jeden pojechał do szpitala z połamanymi żebrami. **P. A czemu się wtrącasz w takie sytuacje?** R. Bo nie toleruję osób, które gnębią młodszych. Ja jestem akurat z takich osób, że jak jest się młodszym to trzeba też umieć wystartować do starszych, nie tylko do młodszych, nie toleruję czegoś takiego, tym bardziej jeśli to jest jego brat.*

R. Tak samo jak miałem taką sytuację jak wychodziłem centralnie z bloku i facet przy mnie uderzał kobietę. To tak samo mu się odwinąłem i powiedziałem, żeby ją przeprosił. I powiedział przepaszam przy mnie.(...), uderzyłem go raz. Facet ze 30 lat. (AS25092018M4W)

Respondenci poza tym, że spotykają się ze znajomymi lubią też spędzać czas w samotności, oglądając filmy, słuchając muzyki.

„Lubię bardzo słuchać muzyki, tak mam swój świat, potrafię siedzieć na przystanku i swój świat sobie wyobrazać, bardzo lubię słuchać muzyki. Poprzez to się zamykam można powiedzieć w sobie i jak mam muzykę to nic wokół mnie nie interesuje, tylko ta muzyka. Lubię też grać na pianinie, lubię śpiewać i lubię gimnastykę” (PK28092018K4W)

R. Głównie spędzam czas ze znajomymi, gdzieś wychodzę, czasem też lubię być sama pobyć sobie w swoim pokoju, w zaciszu, coś pooglądać na telefonie, na komputerze, jakieś filmiki, filmy i tym podobne, muzyki sobie posłucham. (AS28092018K4W)

Respondenci zapytani o to, czy ich styl życia różni się od stylu życia rówieśników odpowiadają różnie. Jeśli sądzą, że ich styl życia jest inny, to wyróżnikiem może być używanie narkotyków, oryginalne zainteresowania, czy przynależność do subkultury.

R. Bogatsi w moim wieku żyją inaczej, jeżdżą samochodami. Ja niestety poruszam się komunikacją miejską. Poza tym nie wiem co może mnie wyróżniać, chyba to że miałem kontakt z narkotykami w swoim życiu, chociaż wiem że i inni rówieśnicy mieli. Nie wiem co mnie wyróżnia, zbyt ogólne pytanie, jestem przeciętnym uważam 18-19 latkiem. (.....) może ideologia, bo troszeczkę jestem związany z subkulturą punków. (AŁ20092018M4W)

Jedna z respondentek podkreśliła, że jej styl życia nie jest typowy dla osób używających substancji psychoaktywnych.

R. Tak, różni się, ponieważ ja nie jestem typowym narkomanem, który stoi, pije piwo z kolegami przez pół dnia, tylko stara się żyć swoim życiem. Mam kilku znajomych, wolę mieć kilku prawdziwych niż 150 nieprawdziwych. Spędzam z nimi czas, spędzam z psem czas i wolę tak spędzać czas niż pić piwo, jak mam ochotę to sobie siądę wieczorem, wypiję jedno piwo w domu przy oglądaniu filmu. (AŁ02112018K4W)

B II. Historia używania substancji psychoaktywnych

1. Inicjacja

Substancje od których młodzież zaczyna swoje używanie różnią się: mogą to być substancje wziewne (w tym butapren, rozpuszczalnik, podtlenek azotu N₂O, dezodorant i gaz do zapalniczek), marihuana, MDMA czy „dopalacze”. W większości przypadków inicjacja przypada na wiek 14-15 lat.

*R. To było nie pierwsze nasze wyjście, ale spotkaliśmy się w parku na ławce, kolega wyciągnął ten butapren i powiedział, że po tym są niezłe jaja, żebym sobie złapała, faktycznie zrobiło mi się gorąco w organizmie i nagle jakbym była w ogóle w innym świecie. Mój kolega położył się na trawie i miał filmy, leżał półtorej godziny na trawie i się patrzył w sufit, znaczy w niebo i jemu się coś tam wyobrażało. Ale mój pierwszy kontakt był taki, że siedzieliśmy w osiem osób w parku Skaryszewskim i żeśmy spróbowali tego specyfiku. **P. Ile pani miała wtedy lat?** 17. AŁ02112018K4W*

R. Pierwszą jaką spróbowałam to było MDMA. Jakoś tak bardzo spontanicznie w centrum handlowym z koleżanką, ponieważ ona bardziej doświadczona była wtedy. (DG25102018K4W)

P. Ile miał pan wtedy lat, R. 14. (...) rozpuszczalnik nitro. (AŁ20092018M4W)

R. Pierwsza marihuana.(...) To była pierwsza gimnazjum. Z kumplem, powiedział że idzie zająć, to powiedziałem że mogę też spróbować. Ja miałem efekt radia, czyli że miałem wszystko w spowolnionym tempie. Najpierw tak jakby zobaczyłem...AS25092018M4W

*R. Tak, było to jakoś w lipcu tego roku z początkiem albo w połowie. Były bunkry, to był taki rave organizowany trochę nielegalnie w opuszczonych bunkrach w Krakowie. Pierwsze balony były trochę takie nieudane ze względu na to, że na tej imprezie dmuchali podwójne balony, naprawdę duże a ja byłem już po jednodniowym maratonie i nie miałem siły już oddechu wziąć w stu procentach więc za każdym razem jak próbowałem wchłonąć ten dym to praktycznie wymiotowałem. A taki dobry pierwszy raz, chociaż tamten był ciekawy bo byłem już po emce i przez parę sekund miałem coś innego niż po zwykłych balonach, całe pole na pół sekundy było zasłonięte fraktalami. Taki pierwszy gotowy **P. Fraktalami czyli geometrycznymi wizualizacjami?** R. Tak. **P. One się dzieją... masz możliwość je zobaczyć***

po samym balonie czy w połączeniu z innymi substancjami? R. Tylko w połączeniu z innymi substancjami. FK14112018M4K

R. Zaczęło się pewnie od alkoholu jeszcze w gimnazjum ale nie wiem ile dokładnie miałam wtedy lat. Pewnie mniej więcej w podobnym okresie jeszcze papierosy, marihuana zakładałam w wieku 15-16 lat ze znajomymi, później były psychodeliki jak miałam 17 lat na festiwalu i potem miałam styczność z jakimiś stymulantami, z MDMA może tak, podczas imprezy ze znajomymi jak miałam 17 i wtedy też balony. JG13122018K4W

Ciekawość, trudna sytuacja w domu rodzinnym i brak zainteresowania ze strony rodziców, namowy znajomych oraz przebywanie w środowisku osób, które mają doświadczenie używania, to powody inicjacji wymieniane przez respondentów.

R. Kurczę, jeśli chodzi o alkohol i papierosy to może nie presja społeczna, ale to normalne i naturalne, idziesz na imprezę ktoś ma alkohol, szczerze to nie byłabym w stanie przypomnieć sobie momentu kiedy pierwszy raz piłam alkohol, to się wydaje takie odległe. Do innych substancji to myślę, że to była głównie ciekawość. Szczególnie kiedy zaczęłam się więcej na ten temat, szczególnie marihuanę, którą jak pierwszy raz zapaliłam to nie bardzo miałam o niej pojęcia w sensie wiedziałam, że jest, wiedziałam jak się mogę po niej czuć i to wszystko. Każda inna substancja, z którą miałam styczność to zanim ją wzięłam miałam jakieś minimalne pojęcie na jej temat, więc była to chyba głównie ciekawość. JG13122018K4W

R. (...) alkoholizm mojego ojca. Ojciec pił, wracał do domu pijany i chciał mnie wyrzucić z domu, więc uciekałam z tego domu. A mama pracowała po 14 godzin wtedy, jak wstawałam to już mamy nie było a jak szłam spać to mamy jeszcze nie było. Widziałam się z nią tylko w weekendy, a ojciec chodził i pił. Mnie wychowało podwórko. AŁ02112018K4W

R. W mojej rodzinie ojciec szybko zmarł, matka zachorowała, nadal jest chora. Ja mam swobodę, wie pani, mogę wrócić do domu, o której chcę, wyjść gdzie chcę, nie muszę się tłumaczyć gdzie byłem. Miałem swobodę i ta swoboda spowodowała to, że zacząłem sobie zażywać bo wydawać mi się zaczęło, że to jest tak zwana moja wolność

R. Przebywałem ze starszymi kolegami, zobaczyłem co oni biorą, jak oni biorą i któregoś dnia czy chcę spróbować zadano mi pytanie i zgodziłem się, później to już sam eksperymentowałem i ze mną moi rówieśnicy. (AŁ20092018M4W)

R. Znaczący pierwszy raz jak wzięłam psychodelik, to było na festiwalu, wtedy bardziej się zaczęła przygoda z substancjami typu psychodeliki, MDMA i tak dalej. Te kolejne substancje mogły już być... weszłam w to środowisko więc to mogło mieć wpływ ale ten pierwszy raz to mogło być, w jakiś sposób też to się pewnie łączyło, bo chodziłam na różne imprezy, tam ludzie mogli być pod wpływem różnych substancji i tak dalej ale myślę, że to nie był główny powód. Dzięki temu więcej się też dowiedziałam i miałam sposobność do spróbowania tego, inaczej bałabym się pewnie pierwszy raz wziąć jakieś psychodeliki w mieście, w domu, z nie wiadomo kim, wtedy nie znałam jeszcze w Łodzi ludzi. JG13122018K4W

2. Powody sięgania po substancje psychoaktywne

Chęć tworzenia rzeczy oryginalnych, czegoś innego, alternatywnego, wyobrażenie, że jest to możliwe do osiągnięcia tylko w odmiennym stanie świadomości może być motorem zażywania substancji.

A muzyka, kiedyś mnie mocno pchało do tego, żeby cokolwiek tworzę, tworzyć na fazie jakiegokolwiek. Wszelakie grupy substancji i tu też się złapałem na tym, że feta i metylofenidad przez to, że byłem bardziej przyspieszony to wydawało mi się, że wszystko robię lepiej. Zaczęłam sobie sam wkręcać, że nic nie jestem w stanie robić dobrego bez tego, więc pożegnałem się ze stimami, ze łzami w oczach. Metylofenidad ostatnio półtora miesiąca temu mi się zdarzył, feta jakoś dwa miesiące temu. Feta, potem wyszło, że to była metamfetamina (...). Pchało, żeby tworzyć w innym stanie świadomości, że to będzie coś oryginalnego, że to będzie coś alternatywnego od trzeźwego umysłu. (JG16102018M4K)

Zwiększone używanie substancji wziewnych może towarzyszyć doświadczaniu trudnych sytuacji, jest sposobem radzenia sobie z nimi. Czynniki ryzyka obejmują doświadczanie rozmaitych problemów, z którymi młodym ludziom ciężko sobie poradzić. Szczególnie mają tu znaczenie problemy doświadczane w kontaktach z rodzicami. Mogą one wynikać z uzależnienia rodzica, ale też z braku zrozumienia. Inna kategoria problemów, które mogą być bodźcem do używania to problemy szkolne, słabe wyniki w nauce.

R. Jak coś złego się dzieje w mojej rodzinie albo w moim otoczeniu.

R. Ogólnie nigdy nie potrafiłam się dogadać z rodzicami. Odkąd jestem w liceum jest o wiele lepiej i zapijałam niestety ze smutku.(...) Ogólnie ze smutku, z problemami z rodzicami, ogólnie ze szkołą, miałam tam jakieś oceny, ogólnie byłam słabą uczennicą w pierwszej klasie liceum. (AS28092018K4W)

„Może problemy w domu, bo ojciec pił czy coś” (PK23092018M4W)

Innymi czynnikami ryzyka wymienianymi przez respondentów było używanie substancji wziewnych lub innych substancji psychoaktywnych przez znajomych lub członków rodziny.

„Grono znajomych, które ciągnęło mnie w to (...) Miałem takiego chłopaka w domu dziecka, on właśnie powiedział dawajcie zaczniemy ćpać dezodorant. Przyłożył sobie ręcznik do mordy i zaczął go sobie wtryskiwać do buzi. No już jeśli jesteśmy we trzech, to czemu by nie spróbować (...) To jest tak, że człowiek się naprawdę uzależnia od tego, jeżeli już zaczniesz przynajmniej tą pierwszą butelkę to już jej nie skończysz znaczy robisz ją dopóki jej nie skończysz. Dopóki się ma dezodorant, żeby cały dezodorant zrobić to potrafiłem całą noc” (MM30092018M4W)

„(...) przez tych znajomych, zaczęłam z nimi wychodzić i zamiast dotrzeć do szkoły, to z nimi wychodziłam, no i zaczęliśmy próbować, ja na początku się bałam, ale potem jak zobaczyłam jak oni się czują w ogóle i dobrze się bawią, to zaczęłam z nimi brać. Tak więc przez znajomych, przez towarzystwo (...) Mój ojczym konkubent mamy brał i moja mama brała, i mój brat brał, i moje siostry brały. Wszyscy brali w mojej rodzinie” (PK28092018K4W)

2. Powody ograniczania używania

Uprawianie sportu, aktywność fizyczna chęć poprawiania swoich wyników w sporcie może wpływać na ograniczenia używania. Również chęć tworzenia muzyki może spowodować ograniczenia używania substancji, które procesowi twórczemu nie służą.

R. Na pewno deseczka mnie odciąga od czegokolwiek, może... już teraz staram się w stimy nie bawić bo skończyło się to źle, zjazdy, wypłukanie organizmu z minerałów i tak dalej. Bardzo źle się czułem po stimach, wydaje mi się że zjazdy też przeżywałem boleśniej niż inni ludzie natomiast deseczka mnie odciąga bardzo od palenia, o dysocjantach nie mówię, bo na tym się

nie da ale jak już mnie pchało to do fety albo metylofenidadu, bo to mnie bardziej koncentrowało, sprawiało że byłem bardziej żywy. Natomiast marihuana się kompletnie na deseczkę nie nadaje, jestem niezsynchronizowany, nóżki mi się nie synchronizują z ciałem i niby przyjemnie mi się jedzie, ale nic nie potrafię wykręcić konkretnego co jestem w stanie na trzeźwo. (JG16102018M4K)

Trochę też fety używało się, bo wiadomo nie tylko jedno źródło. Nie tworzyłem nigdy na kryształach, bo brałem lajna siadałem przed kompem, myślałem dobrze zaraz zacznę produkować ale najpierw sobie przesłucham to. Potem osiem godzin mijało mi tak, że słuchałem muzyki tylko, potem zjazd, nic nie stworzone nic do przodu, noc warta zapomnienia. (JG16102018M4K)

Jeden z respondentów zaprzestał używania pod wpływem perswazji dziewczyny i znajomych, którzy zwracali mu uwagę na negatywne strony sytuacji, w której się znajduje, np. brak wykształcenia.

R. Dziewczyna i przyjaciele powiedzieli, że się niszcę strasznie przez to, że coraz bardziej mam już wywalone. Że tak naprawdę interesował mnie tylko sport i marihuana, a szkoła w ogóle. A wiadomo, że bez szkoły tak naprawdę nic się w życiu nie osiągnie. Powiedzieli, żebym się ogarnął i sam zacząłem głęboko myśleć i rzuciłem to po prostu. Nie czuję potrzeby tak jakby. AS25092018M4W

Obawa przed negatywnym oddziaływaniem twardych narkotyków oraz wiedza o ich wyniszczającym działaniu może być czynnikiem odstrasającym od ich używania. Przy czym jeden z badanych ograniczył swoje używanie ze względu na rodzinę, zarówno tą którą posiada, jak i tą którą będzie chciał założyć.

R. Nie, bo miałem zasadę taką mimo wszystko, że nie ćpam. Dla mnie ćpanie to jest najgorsze co może być.(...) Bo to strasznie niszczy, z wyglądu też jedzie, bo zęby wypadają i tak dalej. P. A skąd to wiesz? R. Bo w MOS-ie mieliśmy takie zajęcia gdzie było pokazywane co robi z człowiekiem jakiś narkotyk i te wszystkie mefedrony i tak dalej to potem wchodzi na ten, chudnie się strasznie, te wszystkie szczękościski. AS25092018M4W

„Ze względu na rodzinę. Bo na pewno będę chciał założyć swoją, a nie chciałbym do swojego dziecka z taką przeszłością jaką mam teraz... i tą co teraz mam i ta co będę miał. Ograniczyłem właśnie przez rodzinę, bo zauważyłem, że coraz bardziej się w to zagłębiam, a

nie chciałem tego, bo im bardziej się idzie w coś to trzeba o tym mieć jakieś pojęcie a jak się go nie ma, to kończy się na dnie” (MM30092018M4W)

3. Wydarzenia kluczowe z punktu widzenia przebiegu używania

Jak opisuje jeden z respondentów w jego przypadku wydarzeniami kluczowymi z punktu widzenia używania substancji był koniec kolejnych związków i wchodzenie w nowy związek. Koniec związku i czas kiedy respondent był sam, związany był z nasilonym używaniem substancji. Z kolei w związku respondent odczuwał potrzebę ograniczenia używania, bo miał poczucie, że mam dla kogo żyć i się starać.

R. Pamiętam, jak pierwszy raz odrzuciłem kryształ, byłem przez pół roku czysty, zerwała ze mną dziewczyna i jak mnie rzuciła to mi było smutno, więc sobie zacząłem użytkować bo mi było smutno, generalnie takie poczucie, że nie miałem dla kogo żyć. Jak byłem pomiędzy związkami to się wiodło zdecydowanie o wiele źle, jak jestem z kimś to mam poczucie że mam osobę dla której żyję, muszę pilnować też siebie, żeby innym się żyło dobrze ze mną. To jakoś motywuje natomiast jak byłem sam sobie powierzony no to w sumie wyjebane co się ze mną stanie czy za rok, czy za dwa, czy za pięć zdechnę, nic nie jest ważne, mogę sobie polecieć, będę sobie latał bo czemu nie. Nie widziałem powodu dla którego mam siebie szanować samego, nie. Na ten moment mam dziewczynę, którą bardzo kocham, ona też jest po przejściach, razem powychodziliśmy z różnych shitów, na ten moment tylko sobie popalamy, to mnie też mocno motywuje. JG16102018M4K

Zmiana towarzystwa na nowe, kolejny etap w edukacji, wyjazd z domu rodzinnego z powodu rodzinnej przeprowadzki, wyprowadzki do internatu czy też przeniesienia do Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii to inne czynniki, które mogą mieć wpływ na rozpoczęcie używania i podejmowanie eksperymentów z kolejnymi substancjami. Jeden z respondentów sięgnął po substancje wziewne podczas swojego pobytu w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii, gdzie po raz pierwszy zetknął się z tym.

(...) jak się zaczęliśmy co rok przeprowadzać, to te przeprowadzki, zmiana towarzystwa (...) W szkole miałam klasę bardziej dojrzałą, oni to już pilni uczniowie, ja nie czułam się tam komfortowo, czułam się strasznie, że mnie znowu przenieśli gdzieś. Czułam się inna, takim odludkiem się czułam. I przez tych znajomych, zaczęłam z nimi wychodzić i zamiast dotrzeć

do szkoły, to z nimi wychodziłam, no i zaczęliśmy próbować, ja na początku się bałam, ale potem jak zobaczyłam jak oni się czują w ogóle i dobrze się bawią, to zaczęłam z nimi brać” (PK28092018K4W)

R. Znacząca była w szkole z internatem, pojechałam do niej jak miałam 14 lat i na drugim roku zapoznałam się z większą ilością osób i zaczęłam próbować rzeczy. DG25102018K4W

Ale przejście do liceum było wydarzeniem? R. Było ogromnym wydarzeniem, był stres, czułam adrenalinę, nowi ludzie, nowi nauczyciele (...). Tak, bałam się. Wtedy się cholernie bałam i to przyznaję szczerze i to było głupie, że nie potrafiłam się z tego wyłamać. Mówiąc szczerze w gimnazjum byłam średnio lubiana i chciałam się przypasać do środowiska. AS28092018K4W

R. W MOS-ie.(...) Zobaczyłem co to jest, że śmiesznie jest, chwilę to trwa taka halucynacja. **P. A to jest przyjemne?** R. No, znacząca było. Teraz już nie. AS25092018M4W

Z kolei jedna z respondentem, chociaż swój pierwszy kontakt z substancjami wziewnymi miała dużo wcześniej, po raz pierwszy spróbowała jednej z nich dopiero kilka miesięcy później, podczas festiwalu muzycznego, będąc w dodatku pod wpływem innych substancji psychoaktywnych (halucynogenów).

„Pamiętam, że bardzo długo broniłam się przed balonami bo słyszałam, że to bardzo łatwo uzależnia, że można sobie tym bardzo krzywdę zrobić. Odkąd się pierwszy raz dowiedziałam o balonach, to spróbowałam ich jakieś osiem miesięcy później i to było na jednym z festiwali i byłam też po kwasie no i to też było bardzo wstrząsające przeżycie, bo nie wiedziałam co się dzieje, ale nie uznaję tego jako negatywne” (FK26092018K4I)

Tragiczne wydarzenia życiowe, w tym przypadku próby samobójcze ojca stanowiły bodziec do nasilenia używania. Z kolei bycie świadkiem śmierci rówieśnika doprowadziło do zaprzestania używania na jakiś czas.

R. Miałam dwa takie przypadki, jak ojciec wyskoczył z 6 piętra i się truł jakimiś lekami. To było w odstępie kilku lat tak naprawdę, ale za każdym razem jak on to robił, to zwiększałam liczbę ćpania. A jak mi kolega umarł na rękach to przestałam, wstrząsnęło to mną tak, bo 23-latek poszedł do piachu i przestałam wtedy. AŁ02112018K4W

4. Rodzaje używanych substancji

Wśród używanych przez respondentów substancji wziewnych obejmują: klej, benzynę, rozpuszczalniki, dezodoranty, lakier do paznokci, gaz z zapalniczek, a także dystrybutorów bitej śmietany zawierających podtlenek azotu (N₂O), który jest również obecny na niektórych imprezach klubowych w postaci wypełnionych tym gazem balonów (stąd jego potoczna wśród młodzieży nazywa „balon”). Zwykle respondenci nie ograniczają swojego używania do jednej substancji. Substancje wziewne stanowią zazwyczaj dodatek do używania innych substancji, lub też są używane przy braku dostępności do innych, bardziej preferowanych substancji. Pojawia się marihuana, nowe substancje psychoaktywne (jak mefedron), substancje o działaniu psychodelicznym (jak LSD czy grzyby halucynogenne) i stymulanty (w tym amfetamina i MDMA). Jedna z respondentek zadeklarowała użycie opiatów. Próbowanie różnych substancji, eksperymentowanie z możliwie szeroką gamą substancji, zarówno tradycyjnych jak i nowych może być założonym planem działania, pomysłem na życie.

*R. Tak. To już była 16-ka. Pierwszy kwasik to jak miałem 17 lat. Jak to uporządkować? Jak miałem 15 lat to zacząłem palić marihuanę w większym stopniu. Jak miałem 17 i pół roku to zacząłem palić szlugi. Paliłem zielone, zawsze czyste bez tytoniu, bałem się że dostanę raka. Zacząłem palić szlugi, palę do teraz. Pierwsza klasa technikum 16 rok życia prawie przed 17-ką to się wbiłem w ciąg, jedyńka palenie na dzień to jest minimum. Kwasiki to niedawno przed 18-ką się zdarzyły. Z kwasem sobie postanowiłem tam bo miałem bardzo intensywnego tripa we własnym domu, było idealnie, cudownie i nie chcę sobie z kwasu zrobić tego co sobie zrobiłem z paleniem, że na początku to był rytuał, to był sakrament a potem to się zrobiło strasznie monotonne. Dlatego stwierdziłem, że nie chcę tego zrobić z kwasem, żeby kolory były dla mnie monotonne, wolę sobie pozostać z tym dobrym doświadczeniem we wspomnieniach. MDMA się zaczęły jak się pojawiły rave'y. Grzyby psylocybe to na Woodstocku w tym roku. W sumie jakbyśmy rozmawiali jeszcze za tydzień to bym ci powiedział o 2CB, bo planuję.(....) Kokaina i tym podobne, jakaś feta, jakieś różowe słoniki tylko nie pamiętam jak to się nazywa. Takie pigułki. **P. A dopalacze?** Nie, dopalacze nie, absolutnie nie. Jakieś LSD, THC i tym podobne. **P. A opiaty, heroina?** Heroina w niewielkim, dosłownie niewielkim stopniu. AS28092018K4W*

„Na początku zaczęło się od jednego kryształu i tam po troszku, po troszku no ale później już coraz gorzej, wciągałam się strasznie w to. Później jak już nie było co, to były dezodoranty w łazience, w domu dziecka bo już nie było co brać. Zwała była i brało się dezodorant, wachało się w łazience przez wychowawcami, bo już nie dało się wytrzymać, zwała, ból głowy, taka głowa, że nie wiadomo co się dzieje (...) Nie ma się co wziąć to w ośrodkach są osoby, które kiedyś brały, cokolwiek próbują, perfumy nawet. Jak nie ma dezodorantu, bo w niektórych ośrodkach nie pozwalają, to perfumy czy jakieś mgiełki w ręcznik się wpsikuje jak najmocniej, żeby czuć” (PK28092018K4W)

Przy czym częstym zjawiskiem było także przyjmowanie substancji wziewnych podczas działania innych substancji w celu łączenia lub intensyfikacji ich efektu. Respondenci wspominali także o łączeniu innych niż substancji przy jednej okazji.

„Balon N2O podczas działania psychodeliku lub stymulantów (...) zazwyczaj jem je jak jestem naspidowana. Najczęściej zaczynam od kreski na imprezach i też zależy czy mam ochotę brać coś więcej czy nie, najczęściej biorę emkę, ćwiartkę kwasu i jeśli jest możliwość, jeśli są balony to wtedy tak” (FK26092018K4I)

„Wszystko wtedy leciało, wszystko. Nie zastanawiałam się wszystko mieszałam ze sobą alkohol, marihuanę, ćpanie te dezodoranty, gazy, spirytus nie spirytus, bimber. Wszystko mieszałam. No i około 3 razy miałam już prawie zgon przez to właśnie” (PK28092018K4W)

„Ja robiłam tak, że jak szłam na imprezę to przed piciem musiałam zawsze wziąć mefedron czy amfetaminę, żeby później... bo jak się weźmie to i się pije, to się nie upija tak bardzo. Dlatego to zawsze było, a później jak spać czy coś, już jak jestem pijana to zapalić sobie marihuanę i się położyć” (PK28092018K4W)

B III. Opinie na temat substancji psychoaktywnych

1. Opinie o dominującej substancji psychoaktywnej

Używanie substancji wziewnych postrzegane jest jako bardzo stygmatyzujące. Ludzie, którzy używają tych substancji spotykają się z jeszcze większym potępieniem niż ma to miejsce w przypadku innych substancji. Jak to jedna z respondentek ujęła to słowami: *“Mają rację, nie powinno się w wieku 18 lat brać wziewnych”.*

P. Jak wśród pani rówieśników i znajomych postrzegane jest używanie kleju? R. Bardzo źle. (...) Potępia to. P. A może trochę pani nazwać, jakieś przykłady co oni mówią? . Że to

dno, skończymy w piachu. Mają rację, nie powinno się w wieku 18 lat brać wziewnych.
(AŁ02112018K4W)

Używany głównie na imprezach podtlenek azotu, czyli potocznie gaz rozweselający został przez jednego z respondentów opisany jako substancja dość bezpieczna, której używanie wiąże się z komfortem psychicznym, że specjalnie nic złego nie może się wydarzyć jeśli zachowa się proste zasady bezpieczeństwa. Jest to inaczej niż w przypadku substancji o działaniu stymulującym, gdzie ryzyko używania jest znacznie większe. Jego używanie jest krótkotrwałe co również zostało ocenione pozytywnie.

R. Widziałem ludzi, którzy to robią, z jakiegoś powodu muszą to robić, bo nikt nie płaciłby piątki za balon z N2O, nikt by tego nie kupował. A też troszeczkę słyszałem o tym trochę, że synergicznie z MDMA więc stwierdziłem, że spróbuję sobie, pierwszy balon poleciał i mi się spodobało, to чудо. Szybko schodzi, nie czujesz się po tym źle, trzeba pilnować, żeby powietrze wypuścić bo odleciś, ale takie poczucie, takiego bezpieczeństwa, poczucie tego, że to jest legalne o wiele bardziej niż wszystko, co się dzieje na tego typu imprezach, coś lekkiego. Nie mam świadomości jakie to zagrożenie niesie, ale taki poczucie, że to mnie nie zabije. Bo ze stimami to zawsze jest taka myśl w głowie, że może dzisiaj piana poleci z pyska, wytelepie mnie a potem się ugotuję. Zawsze taka myśl z tyłu głowy była, a przy tym poczucie bezpieczeństwa, przyjemność, szybko schodzi. Jak N2O się przyjmuje to trzeba siedzieć, bo na stojąco to nikomu bym nie polecał, bo zaraz padnie. Właściwości samej substancji, czas działania, to jest fajny świat, w którym nie chciałoby się zostać dłużej, te 30 sekund wiadomo czas różnie płynie, ale takie 30 sekund jest idealne, dłużej byłoby nudzące, krócej byłoby takie niezadowolenie, że się nie nacieszyło tym. Szybko schodzi po tej minucie półtorej to jesteś w stanie robić wszystko co było przed balonem, nogi się nie plączą, stoisz równo, jest fajnie.
(JG16102018M4K)

„Pamiętam je [działanie „balonu”] dosłownie przez parę sekund i w momencie kiedy chcę je powiedzieć, chociaż za bardzo też nie chcę mówić, bo zacznę się wybijać z tego spokoju i z tego przyjemnego uczucia no to właśnie wtedy wszystko mi nagle ucieka z głowy i mało co pamiętam. Chociaż mam balony, które pamiętam i to są bardzo ciekawe balony ponieważ one jakby opowiadają historię i to nie jest tak, że w jednym balonie jest cała historia tylko ona się rozpada na kilkanaście balonów i one się zdarzają raz na jakiś czas. Mam dwie takie historie, które dobiegły końca i właśnie się zastanawiam czy to są jakieś wspomnienia kogoś z poprzedniego życia, bo to naprawdę tak wygląda. Na przykład pierwszy balon z rozwiązana

historią to przedstawia biegające kinderpunki, które malują na ścianach anarchię i to wygląda jakby było w latach 60-tych, 70-tych albo 80-tych. Nie wiem, nie jestem pewna, bo nie żyłam wtedy a drugi, który tak mną mocno ruszył przedstawiał umierającego chłopca w szpitalu i to wyglądało na takie lata 40-ste i to wtedy mną wstrząsło, bo to wyglądało jak wspomnienie z poprzedniego życia" (FK26092018K4I)

P. A co czujesz po takim balonie? R. A to jest ciężkie bardzo do opisanie bo to jest jednak dysocjant jeżeli się nie mylę. W pewnym momencie świat się zaczyna jakby rozmazywać, po chwili czujesz efekty takiego oderwania od ciała jak zamknięty oczy, gdzieś w ciemnej przestrzeni poza ciałem i słyszysz tylko swoje myśli na zmianę z lekko zniekształconą muzyką i po paru sekundach wracasz do normalności. FK14112018M4K

R. Najprościej jest określić jak mały trip na DMT. Po prostu mamy normalny trip nawet podczas zejścia jak walniemy balona to jesteśmy w innym świecie. Nam się wydaje, że to trwa parę godzin, ale to jest z reguły dobre, nie spotkałem się z osobą, która na bad tripie by dmuchała balona. Nie powiem ci jak jest w tamtym przypadku. FK14112018M4K

Z kolei inny z respondentów, który odurzał się gazem do zapalniczek i dezodorantami, określił działanie tych substancji jak uspokajające, rozluźniające i znieczulające, a także pozwalające mu odejść od zmartwień.

R. „Tak jakby mi się zatrzymywał czas. Tak siedziałam i czas tak szybko biegł, ale ja nie czułam że coś się dzieje, że ktoś na przykład koło mnie przechodzi, nic nie czułam. Tak sobie siedziałam spokojnie i w ogóle niczym się nie zamartwiałam, że coś się dzieje, że mama, że tata, że coś. Tak sobie siedziałam i spokój. Taki cziloucik. To właśnie chciałam taki spokój uzyskać, taką ciszę, taką głowę, żeby odpocząć. Bo ja jestem osobą strasznie wrażliwą i ja na przykład wszystkim się przejmowałam, że ktoś coś powiedział, coś zrobił, przejmowałam się innymi i bardzo mnie to bolało, żeby nie czuć nic. Bo jak to brałam to nic nie czułam. Czułam się tak spokojnie, tak luźno, tak się fajnie chodziło, głowa w ogóle pusta" (PK28092018K4W)

R. Kurczę, po prostu działa przyjemnie, to jest paręnaście sekund przyjemności, która jest okej i można fajnie podbić fazę po czymś innym, można zmienić kierunek w którą to stronę idzie, może tak. (...) Ewentualnie to głównie rozluźnienie i rozmycie tego co widzę. Raczej nic więcej. To jest takie specyficzne uczucie w ciele czasem i rozluźnienie, wydaje mi się. Nie wiem czy byłabym to w stanie jakoś inaczej opisać. JG13122018K4W

Efekty użycia kleju i dezodorantu zostały przyrównane do tych, które osiąga się po zażyciu alkoholu. Mogą być one oceniane negatywnie, jako nie przynoszące satysfakcji z używania.

R. No nie jest to mnie też właśnie, ja kojarzę chciałem jakąś fazkę złapać jedną z pierwszych może i alkohol nie był dostępny bo dowodziku brak, a klej w sklepie był więc się zaczęło eksperymentować. Klej mnie nie poruszył w żaden sposób, nie było to przyjemne doświadczenie, otępienie, chwiejność takie coś jak dysocjacja po alkoholu, nie wiem nazwałbym to takim działaniem depresyjnym, jak alkohol ma działanie depresyjne, otumanienie i działasz jak zombie. JG16102018M4K

„Trochę jak po alkoholu. Kręci ci się w głowie, jest ci ciepło, fajnie. To jest tak, że człowiek się naprawdę uzależnia od tego, jeżeli już zaczniesz przynajmniej tą pierwszą butelkę to już jej nie skończysz znaczy robisz ją dopóki jej nie skończysz. Dopóki się ma dezodorant, żeby cały dezodorant zrobić to potrafiłem całą noc, [psikałem] co chwilę. [Działanie] utrzymuje się dłużej, ale jeżeli ktoś chce więcej to już nie może przestać, to już jest amok taki. [Używałem tak] Około 3 tygodni” (MM30092018M4W)

2. Opinie o innych substancjach, w tym o alkoholu i nikotynie

Jedna z respondentek wyraziła swoją negatywną opinie o nowych substancjach psychoaktywnych, szczególnie mefedronie, którego używanie w jej opinii szybciej degeneruje psychicznie i fizycznie niż zażywanie heroiny. Podaje przykład znajomego, który przez wiele lat używał heroiny i w tym czasie szkody nie postępowały tak szybko, jednak od momentu kiedy zaczął używać mefedron tempo przyrastania szkód zdrowotnych wzrosło.

R. Dopalacze, które są dla mnie najgorszym z najgorszych. Już heroina jest dla mnie lepszym, uważam że heroina, chociaż nigdy jej nie ćpałam, heroina jest sto razy lepsza niż mefedron. Mam znajomych, którzy brali i to, i to i bardziej ich zniszczył mefedron przez 1,5-2 lata brania niż heroina w ciągu 10 lat.

R. Coś w tym jest. Wiele osób trafiło do szpitala, coś działo się z nogami albo obcinali im nogi, mój kolega ma w tej chwili 25 lat i zapierdala o kikucie takim i o kulach, przepraszam za wyrażenie, chodzi o kulach przez 3 lata, ma nogę obciętą poza kolano do połowy uda, wszystko przez ćpanie. 25 lat teraz ma i zmarnowane życie, jakoś tak 23 czy 25, 25 teraz ma.

W życiu bym nie mogła, tylko on tą heroinę brał i mefedrony, i mefedron go tak zaprowadził.
(AŁ02112018K4W)

Alkohol może być postrzegany jako prymitywna używka o działaniu depresyjnym. Jeden z respondentów podkreśla, że alkoholu używa tylko w niewielkich ilościach i nie jest to wódka. Poczucie upojenia alkoholowego jest odbierane jako niemiłe, nieprzyjemne doznanie. Przypisuje mu się również wzmaganie agresywności. Jego efekty zostało przyrównane do efektów po zażyciu kleju. Może być używany w niewielkich ilościach w sytuacjach, kiedy zażycie innej substancji psychoaktywnej dawałoby zbyt intensywne efekty.

R. Alkohol w sumie nie lubię bardzo, nie lubię się upić. Dla mnie jedno, dwa piwka i to jest góra, wódy w ogóle nie piję. Winko, szampan generalnie uczucie srogiego upicia się jest dla mnie zgoła nieprzyjemne. Tego nie lubię. Podchmielić jedno, dwa piwka idealnie na deseczkę, może koncentracja nie jest tak dobra, ale akurat nie robię przeжебanych tricków, na umilenie czasu.

R. Na początku jak alkohol był dla mnie czymś łał, magicznym, że da się żeby świat się kręcił, dla mnie jest prymitywna używka, jakby ktoś w Amsterdamie palił szlugi po prostu. Wiadomo, mnóstwo osób to robi, ale w sumie paczka szlugów kosztuje niewiele mniej niż dobry gram w Amsterdamie.. JG16102018M4K

„Alkohol na mnie źle wpływa. Załącza mi się agresor (...) Po alkoholu ja tak mam, że cieszy mi się twarz a jak więcej wypijesz to kręci ci się w głowie” (MM30092018M4W)

B IV. Motywy używania

1. Motywy używania zewnętrzne

Czasem motywem do sięgnięcia po daną substancję może być jej korzystna cena w porównaniu do substancji obecnych na rynku o podobnym działaniu. Innym motywem do sięgnięcia po substancje wziewne może być łatwy dostęp dla młodych ludzi do tych substancji. Przed 18 rokiem życia dostęp do alkoholu może być trudniejszy. Używanie

substancji wziewnych może też stanowić alternatywę dla zażycia alkoholu lub być wyborem w przypadku braku dostępu do innych substancji psychoaktywnych.

R. Uwielbiam halucynogenne substancje, podobne do grzybów, a LSD jest za drogie, więc wywoływałem halucynacje przez rozpuszczalnik nitro. (AŁ20092018M4W)

„Jak sobie zapalę [marihuanę] to nie jestem nerwowy, odstresowuję się [gazu do zapalniczek używałem] Jak nie było co zajarać, ani innych takich... można powiedzieć, że jako produkt zastępczy” (PK23092018M4W)

„Jak nie było czego brać mefedronu, czy amfetaminy to wtedy to [substancje wziewne], żeby cokolwiek wziąć” (PK28092018K4W)

Legalność substancji wziewnych może stanowić motyw do używania. Młodzi ludzie używając na imprezie gazu rozweselającego mają poczucie bezpieczeństwa, którego nie daje im używanie innych substancji.

Szybko schodzi, nie czujesz się po tym źle, trzeba pilnować, żeby powietrze wypuścić bo odleci, ale takie poczucie, takiego bezpieczeństwa, poczucie tego, że to jest legalne o wiele bardziej niż wszystko, co się dzieje na tego typu imprezach, coś lekkiego. (JG16102018M4K)

2. Motywy używania wewnętrzne

Podobnie jak w przypadku innych substancji psychoaktywnych, używanie substancji wziewnych może być reakcją na doświadczane problemy, trudne sytuacje. Pozwala młodym ludziom zrelaksować się, nie myśleć o problemach, znaleźć się w innej rzeczywistości, gdzie problemy nie mają do nich dostępu, zdystansować się i odseparować od świata zewnętrznego.

*R. Mam duży problem natury rodzinnej w sferze psychicznej. Niestety uciekam w to. **P. Jakich efektów działania oczekuje pani sięgając po te substancje wziewne?** R. Odstresowania się od danej rzeczywistości, odpłynięcia całkowicie i nie myślenia o problemach.(...) Korzyści? Żadnych, zapomnienie na chwilę. (AŁ02112018K4W)*

R. Uspokaja mnie, relaksuje, nie myślę o problemach, właściwie one nie istnieją w momencie jak jestem na haju, tyle właściwie. (AŁ20092018M4W)

„Powiem tak, brałem to po to żeby odskoczyć od tego co było. Bo było źle po prostu i próbowałem sobie znaleźć jakiś sposób kojenia” (MM30092018M4W)

Rzeczywistość może być postrzegana przez młode osoby jako nudna i monotonna. Używanie rozmaitych substancji psychoaktywnych może być sposobem na zabicie nudy, przerwanie monotonii. Jest to też sposób na umilenie sobie czasu, zabicia nudy, rozweselenie się. Używanie substancji wziewnych może być odpowiedzią na poszukiwanie nowych wrażeń i doznań. Efekty, które wywołuje ich używanie mogą być postrzegane jako przyjemne.

„Po dezodorancie śmiejesz się, nie wiesz z czego się śmiejesz i wszystko ci wiruje. Ciężko ci się ogarnąć. Jest to przyjemne. Trochę jak po alkoholu. Kręci ci się w głowie, jest ci ciepło, fajnie” (MM30092018M4W)

R. Odcinania się od problemów po prostu, zapominacza. (AŁ02112018K4W)

R. Może sam nastrój nie tak jak halucynacja, że się kręci w głowie, jest tak śmiesznie, karuzela, że tak powiem.(...) **P. To miałeś też tak, że widziałeś jakieś rzeczy, których nie ma?** R. Pająki, miałem tak często że widziałem pająki. Bo nie boję się samych pajaków, ale to były duże i zawsze wchodziłem na stół i czekałem aż same wejdą gdzieś inaczej. Potem jak mi to schodziło, to patrzyłem że znikają. **P. A ile trwała ta jazda?** Ile się chce tak naprawdę. Im więcej tym dłużej trwa, może trwać 5-10 minut. To jest taki krótkoczasowe odurzenie się. **P. Czy widzisz jakieś korzyści z ćpania dezodorantu** Już nie.**P. A wtedy jakie widziałeś korzyści?** R. Dla zabicia czasu w sumie. Zabicie czasu, inny sposób odurzania się jak marihuana, czyli taka nowość jakby. (AS25092018M4W)

R. Kurczę, czy środowisko to bym może nie powiedział, chociaż może to poczucie bycia elitą co te kulki zażywają są w tym czarnym, odległym świecie, może to miało wpływ niemniej jednak jak miałem taki okres, że bycie trzeźwym było dla mnie bardzo nudne. Jak byłem zarobiony na czymkolwiek to było takie ła, teraz chcę sobie coś zjeść albo się położyć, ale byłem pewien tego co chcę robić, bo na trzeźwo to taka monotonia może, byłem znudzony byciem trzeźwym. (JG16102018M4K)

R. No tak, sposób na mnie to był na wolny czas, nie było co robić, czekałem albo cokolwiek, wolałem sobie stestować, tym bardziej że kiedyś miałem bardziej takie podejście, że w jakiś sposób to mnie rozwija tak bardziej, dobra doświadczenie mi to pokazało, miałem takie poczucie, że im więcej takich doświadczeń przeżyję to mi to coś pokaże, coś mi w głowie naprawi. Niemniej jednak teraz wiem, że to bullshit, stymulanty nic mi nie dały do myślenia, poza tym że wiem, że nie chcę spróbować więcej.

*„(...) jak się to [gaz do zapalniczek] to weźmie się robi gorąco w nogi i tak we łbie szumi. Nieprzyjemne i tak z jednej strony przyjemne, ale krótko i dziwnie, inaczej”
(PK23092018M4W)*

Młodzi ludzie czasem mają przeświadczenie, że substancje psychoaktywne pozwolą im przeżyć coś ciekawego, wyjść poza dotychczasowe schematy, przeżyć i zobaczyć coś intensywniej, rozwinąć się w sensie poznawczym.

Jeszcze inni spośród respondentów przytaczali chęć zwrócenia na siebie uwagi, bycia docenionym przez rówieśników czy też chęć wyróżnienia się, bycia inną, nieco tajemniczą, budzącą zainteresowanie osobą, jako motywy używania substancji wziewnych.

R. Podejrzewam zaburzenia osobowości, chociaż pewności nie mam, psycholog do którego poszedłem mi się nie spodobał, więc już nie chodziłem a jakby to nazwać, zawsze miałem chęć bycia coolkidsem, który się trzyma na uboczu, przyjaciół mam mnóstwo, mnóstwo ludzi z którymi się spotykam na co dzień, ale zawsze miałem parcie bycia takim tajemniczym dzieciakiem, z którym nie wiadomo co jest.. (JG16102018M4K)

R. „Jak się jest ze znajomymi to wiadomo odwala się, żeby zaiskrzyć. W sensie żeby poczuć się docenianym” (MM30092018M4W)

*R. „Wydaje mi się, że to jest na takiej zasadzie, nie wiem jak to pani opisać. Jeżeli wiesz, że komuś dzieje się krzywda, to wtedy bardziej komuś na tobie zależy i każdy stara się ci pomóc. Czuję się tak jakby nikt nie chciał na mnie zwrócić uwagi, próbowałem na siebie zwrócić. Wie pani, nas jest trzech, mam dwóch braci młodszych, skupienie było na tym najmłodszym”
(MM30092018M4W)*

Użycie substancji wziewnych może wzmacniać odczucia i doznania po zażyciu innych substancji, potęgować przyjemność odczuwaną z przyjmowania substancji psychoaktywnych.

P. W jakim celu używasz substancji wziewnych? R. Do podbicia fazy.(...) . Samych substancji wziewnych to samego nigdy nie brałam w sumie. Zawsze to było przy MDMA albo przy amfetaminie. Jeszcze raz jakie było pytanie? **P. W jakim celu używasz substancji wziewnych?** R. No to żeby było fajniej w momencie kiedy jest już fajnie, o. (DG25102018K4W)

Używanie gazu rozweselającego na imprezach może rozszerzać repertuar doświadczeń. O ile stymulanty powodują przypływ energii i chęć do zabawy, o tyle N2O sprzyja wyciszeniu i uspokojeniu. Niektórzy doceniają kontrastowość oddziaływania różnych substancji.

Korzyści to poczucie się lepiej przez synergiczne działanie do innych substancji. Jak jest się w takim ciągu, że jest rave, jest to MDMA, człowiek jest cały czas rozruszany, jest taka alternatywa na krótki moment, bardzo wyraźny kontrast, że tańczysz, skaczesz i nagle bierzesz balona i siedzisz, jesteś wyciszony, spokojny, oddala cię, mija pół minuty i znowu tańczysz i skaczesz. Taki kontrast mocny w fazie. Jakby sobie podróż zrobić w innych kolorach. (JG16102018M4K)

„Zazwyczaj jem je [balony z N2O] jak jestem naspidowana, ale kiedy zjem balona czuję się nagle jakbym zjadła emkę, jakbym już pikowała na tej emce i to się utrzymuje dosyć długo jednak. Też jak patrząc na balony, to nie trwają długo ale ten efekt emki się jednak trochę długo utrzymuje i nie wiem, balony są przyjemne bo lubię ten moment kiedy one schodzą i czuję błogi spokój, taką sielankę” (FK26092018K4I)

B. V. Wzory używania

1. Miejsca używania

Jako miejsce i kontekst używania substancji wziewnych, większość z respondentów wymieniała dom lub mieszkanie oraz miejsca „w plenerze”, jak park miejski, las czy jezioro.

Przy czym są to zwykle miejsca odosobnione, nie uczęszczane. Innymi wymienianymi przez badanych miejscami były imprezy klubowe, koncerty i festiwale muzyczne.

R. W domu albo w plenerze. (...) Tak, bo chodzimy w ustronne miejsca to robić, raz żeby nas nikt nie widział a dwa żeby jeden za drugiego brał odpowiedzialność... (AŁ20092018M4W)

„A to na wagarach najczęściej, nie chodziłam do szkoły to się chowało w lesie, ten gaz się brało, czy nad jeziorkiem. W zimę to pamiętam, że siedzieliśmy na dworze i było strasznie zimno, a my jak to brałyśmy to nam było gorąco. Strasznie gorąco. A, że chodziłyśmy całe dni po dworze, nie było gdzie pójść to brałyśmy. Miałyśmy na przykład cały plecak tego gazu” (PK28092018K4W)

R. Tak jak mówiłem imprezy, koncerty, festiwale, spotkania z szerszym gronem znajomych. (AŁ20092018M4W)

„Na imprezach, albo po imprezach” (FK26092018K4I)

2. Towarzystwo, z którym respondenci używają substancji

Według relacji badanych substancje wziewne są najczęściej używane w gronie znajomych. Przy czym respondenci podkreślają, że są to raczej zaufane osoby, które w razie sytuacji ryzykownej udzielą wsparcia i pomocy. Może to być tylko jedna osoba, ale taka, której respondent ufa. Osoby te są określane jako bliskie i godne zaufania.

*R. To muszą być osoby zaufane, wiem że są bliskie mi i którym ja ufam. To jest grono przyjaciół, to są też punkowcy. **P. A znaczenie obecności tych osób, czy to chodzi o bezpieczeństwo, z pana punktu widzenia?** R. Tak, bo chodzimy w ustronne miejsca to robić, raz żeby nas nikt nie widział a dwa żeby jeden za drugiego brał odpowiedzialność, bo kiedyś była taka sytuacja, że kolega miał halucynacje, że zaczął walczyć z kimś o kobietę, a ten ktoś to było drzewo więc on zaczął walczyć z drzewem, więc musieliśmy zareagować w pewnym momencie. (AŁ20092018M4W)*

*R. Ze znajomymi, z którymi chodzę na te imprezy. To jest takie bardziej określone środowisko powiedziałabym. **P. A jakie znaczenie ma obecność tych osób?** R. Duże znaczenie ma, bo zawsze bardzo sceptycznie jestem nastawiona do używania substancji gdy nie ma chociaż*

jednej osoby, którą faktycznie się zna. Dla mnie duże znaczenie ma chociaż jeden przyjaciel.
(DG25102018K4W)

Respondenci nie proszą obcych osób o asystę w używaniu substancji wziewnych, w tym przypadku podtlenku azotu, choć obecność drugiej osoby znacząco poprawia bezpieczeństwo. Jeśli nie ma nikogo znajomego w pobliżu tobią to sami. Jeśli robią to z kimś, to nie jednocześnie, a na zmianę, by jeden dbał o bezpieczeństwo drugiego

R. Właściwie wziewne to samemu, masa ludzi to brała, może z kolegą z którym byliśmy na rave'ach to robiliśmy tak, że zaliczałem tripa na N2O, trzeźwiałem, potem on zrobił to samo, potem ja. On mnie pilnował jak ja byłem w świecie wziewnym, a jak doszedłem do siebie to pilnowałem jego. (JG16102018M4K)

R. Przypadkowi ludzie nie, jak byli przypadkowi ludzie to byli wszędzie wokół, ale nigdy z nimi o tym nie rozmawiałem ani nie wołałem popilnuj mnie. Jak się zdarzało, że samemu to siadałem w kącie, targałem tego balona w płuca i już się tam pojawiałem w tym świecie wziewnym. Jak to było z kolegą to nie robiliśmy tego naraz tylko zmianę, bo na pewno to daje poczucie bezpieczeństwa, to jest mało prawdopodobne, że się odleci to jednak człowiek zaczyna się robić wiotki, zaczyna się huśtać, czasem ciało odmawia posłuszeństwa. Koleżkę złapałem jak siedział w oknie w pustostanie, to było na pierwszym piętrze i targał tego balona, już widzę że się przechyla do tyłu więc go złapałem za plecy, on skończył tego balona no i siedzi buja się buja, już miał prawie odlatywać nawet mu mówiłem, ej ziomal wypuść powietrze bo odleczysz. Na pewno daje poczucie bezpieczeństwa co jest ważne, bo nikt nie chce umrzeć na imprezie. (JG16102018M4K)

„Częściej [używałem dezodorantu] z kimś (...) starałem się nie być sam, bo wie pani to jest tak, że jak zaczyna się coś brać, przynajmniej ja tak mam, staram się być z kimś, żeby móc mi pomóc. Ja mam tak, że się boję skutków danej rzeczy. Jeżeli nie wiem do końca jak to na mnie wpływa i nie będę wiedział na 100 procent to, żebym nie odwalił czegoś głupiego”
(MM30092018M4W)

Ponieważ jednak przyjmowanie substancji wziewnych może być definiowane przez rówieśników, którzy nie używają tego rodzaju substancji, jako coś silnie degradującego, jeden z respondentów ukrywał swoje używanie i robił to tylko i wyłącznie w samotności. Nie chciał, żeby ktoś z jego znajomych się o tym dowiedział, obawiając się stygmatyzacji.

R. Tak, sam. **P. Dlaczego?** R. Żeby nie widzieli co robię, inni nie robią na przykład. Bo to jednak w środowisku, w którym jestem, nikt nie brał dezodorantu nie ćpał, nie próbował i nie chciałem tego pokazywać. **P. Wstydzili się?** R. No. Miałem takie coś. (AS25092018M4W)

3. Sposoby przyjmowania substancji

Klej przyjmowany jest wziewnie, z plastikowych torebek jednorazowych. Podobnie, z tym że za pomocą przyłożonego do ust ręcznika czy bluzy lub też przy pomocy folii do pakowania kanapek, przyjmowany jest gaz do zapalniczek oraz dezodoranty, a także perfumy. W szczegółach proces inhalacji rozpuszczalnika i kleju opisał jeden z respondentów:

R. Wlewamy do worka odpowiednią ilość rozpuszczalnika lub kleju butapren i to są worki, grubsze takie, przykładam do ust, nos mam uwolniony i dmuchając wciągamy powietrze. (AŁ20092018M4W)

R. No to wężanie, wężanie z paczuski no i klej to bezpośrednio. Słyszałem o tej metodzie z siatką na głowie, ale tego się bałem. W łazience sobie otworzyłem klej i sobie wężałem bezpośrednio nosem. (JG16102018M4K)

„Jak nie ma dezodorantu, bo w niektórych ośrodkach nie pozwalają, to perfumy czy jakieś mgiełki w ręcznik się wpsikuje jak najmocniej, żeby czuć; Zamykałyśmy się w łazience i dezodorant przez ręcznik albo przez bluzę. Albo chodziłyśmy na wagary i nie miałyśmy pieniędzy, żeby kupić to kupowałyśmy ten gaz za 5 złotych i w taką folię co kanapki nakładało się, wciskało ten gaz i później się to wciągał” (PK28092018K4W)

Gaz rozweselający przyjmowany jest bezpośrednio za pomocą syfonów do bitej śmietany lub pośrednio z napompowanych nim balonów lub woreczków foliowych. Sposób ten polega na umiejętnym wdychaniu gazu z syfona lub balona i przetrzymaniu go w płucach przez krótką chwilę. Jeden z respondentów określa ten czas jako maksymalnie 30 sekund, gdyż przetrzymanie gazu zbyt długo grozi utratą przytomności.

„Zjedzenie [balona] czyli inhalowanie (...) Dostaje się balona napompowanego gazem N2O i trzeba się tym inhalować do momentu kiedy nie poczujesz, że to już dość, już się dalej nie da

bo jednak traci się czucie w całym ciele i jednak to się czuje kiedy jest ten moment”
(FK26092018K4I)

R. No mam kraszer do napoi i na imprezach, i balony, a jak są aftery to syfon do bitej śmietany. (DG25102018K4W)

R. Teraz mówiłem właśnie, to było do M20, no biorę dużego hita w płuca i trzymam chwileczkę, zaczyna się to niesłyszenie wysokich częstotliwości, oddalenie wzrokowe, że wszystko to się oddała. Żadne halucynacje czy wizuale przy tym nie były, po prostu było takie psychodeliczne wrażenie. Stopniowo, może nie w jakimś większym stopniu ale synchronicznie zwiększała się euforia na pewno, ja też czułem się bardziej przyjemnie. No i był taki moment kiedy już czuje się, że zaraz by się zemdlalo więc trzeba to wypuścić bo faktycznie widziałem jak ludzie mdleją, lecą do tyłu.

R. Tak, cały czas jesteś na tym wdechu i dopiero jak wypuszczasz to zaczynasz oddychać ponownie i wracasz do normy. Jak ktoś długo wytrzymuje to 30 sekund z tym balonem w płucach jest w stanie wytrzymać. 30 sekund to i tak jest dużo, chociaż wydaje mi się, że czas płynie wolniej, nie myśli się wtedy o czasie ani się go nie liczy. Powrót do stanu normalności jest w miarę szybki bo już kilka pierwszych wdechów i już odpuszcza. Poodycha się 30 sekund i już nic się nie czuje z tego efektu.. (JG16102018M4K)

4.Politoksykomania

Substancje wziewne mogą być łączone z MDMA i LSD głównie podczas imprez. Nie jest to jednak reguła, a raczej eksperymenty. Łączenie N2O i MDMA pozwala na uzyskanie efektu połączenia stymulacji płynącego z MDMA oraz dystansu i oddalenia, które powoduje używanie N2O. Łączenie marihuany i kleju może dawać nieprzyjemne objawy i zniechęcać do łączenia tych substancji.

*R. No to substancje wziewne to na rave'ach to przy MDMA teraz mniej ogólnie, zdarzyło mi się z kwasem.P. **Czyli najpierw kwas a potem substancje wziewne?** R. Tak, najpierw jedno potem substancje wziewne. Ogólnie mieszanki to benzodiazepiny z alkoholem, bardzo źle ale często mieszam i MDMA z amfetaminą i tyle.* (DG25102018K4W)

R. Przeżyłem tylko mieszanie N2O z MDMA i to było bardzo przyjemne, zdecydowanie podwyższyło euforię, stymulację. No tylko i wyłącznie na tą minutę, pół minuty bo później już wszystko wracało do normy. Był ten świat N2O jak to opisałem wcześniej z tym oddaleniem, dysocjacją ale jeszcze do tego była ta euforia i stymulacja spowodowana MDMA, którą N2O zdecydowanie podbijało, że jednocześnie odczuwałem świat wziewny i MDMA odczuwałem też mocniej. Takie synergiczne działanie. (JG16102018M4K)

R. Zdarzało mi się [łączyć przymowanie marihuany i kleju], tak ale nie był to pożądaný efekt. Zioło mnie przymuliło, tamto mi zrobiło jakiś film i niezbyt dobrze się po tym czułam. Na mnie to źle wpłynęło. Staram się nie łączyć, albo jedno albo drugie. (AŁ02112018K4W)

B VI. Rynek

1. Sposoby pozyskiwania substancji

Substancje wziewne, takie jak dezodoranty czy gazy do zapalniczek, są zwykle kupowane samodzielnie w sklepach. Młodzież nie ma żadnego problemu z dostępem do nich, gdyż są legalne i przeznaczone do innych celów. Dotyczy to również młodzieży ze stacjonarnych Ośrodków Młodzieżowych.

„(...) gaz do zapalniczek kupuje w sklepie po prostu” (PK23092018M4W)

„[dezodorant] Kupowałem z sklepie” (MM30092018M4W)

R. Jakiś klej, jakiś zmywacz, dezodorant to wiadomo, że można to kupić wszędzie. Ale taką benzynę to tylko u tego... (AS28092018K4W)

„Ze zrywów. Albo na przykład też na początku było tak, że się dostaje chemię, to każdy brał dezodorant, jak się już nie miało swojego to każdy brał do pokoju dla koleżanek i kolegów i się brało. Ale taki gaz kosztuje, 4 złote, 5. Jak brałam ten dezodorant, to potrafiłam tydzień brać, jak brałam to już konkretnie jechałam i zamiast kupić sobie coś, papierosy albo coś to szłam do sklepu i kupowałam sobie 4 dezodoranty. Pani się aż patrzyła, po co tyle. Codziennie tak przychodziłam” (PK28092018K4W)

Jeden z respondentów opisał także powszechny i łatwy dostęp do N2O w postaci „balonów” podczas imprez.

R. Nie muszę się starać bo N2O jest całkowicie legalne w Polsce więc na imprezach to było na barze. Wszyscy są świadomi tego, że tajniacy na pewno są, ale oni szukają tego co jest nielegalne, a balony są na barze zawsze. Albo ludzie przychodzą sobie z maszynkami i z pojemniczkami z N2O, na barze było zazwyczaj za piątkę albo za dwa złote ci balona napełni. Problemu z tym nie było, bo jest legalne więc nikt się z tym nie kitrał, wręcz było propagowane. bo bar na tym zarabiał. Butapren to kupiłem sobie w sklepie, kilka lat temu, w sklepie kupiłem, a popersik to zostałem poczęstowany, nie kręciłem się w świecie kupowania tego na czarnym rynku, bo to nie jest grupa substancji, która mnie bardzo poniosła. (JG16102018M4K)

R. Szczególnie na wixapolach jest butla z gazem i balonami do kupienia to tam z reguły dużo osób z tego korzysta a jeśli chodzi tak na imprezy, to tylko paru znajomych faktycznie nosi ze sobą kraker i kupuje naboje wtedy weźmie się parę balonów i tyle. Zwykle na co dzień do pojedyncze mają ciagle w domu i sobie dmuchają te balony. FK14112018M4K

2. Zaobserwowane zmiany na rynku

Ze względu na bardzo poważne szkody zdrowotne używanie kleju jest rzadkie. Z relacji badanych wynika, że młodzi ludzie mając do wyboru alkohol lub klej, wybierają tę pierwszą substancję.

R. (...) ludzie się przejeżdżali na tym, szkodliwość butaprenu jest o wiele większa niż korzyści, jak ktoś szuka takiej ucieczki to pójdzie się schlać niż zacznie wąchać klej, bo już po krótkim czasie się orientuje, że lepiej tak. (JG16102018M4K)

Jeśli chodzi o inne substancje, respondenci wspominali o pogorszonej jakości obecnych na rynku stymulantów, a także, że niektóre substancje sprzedawane są w większych niż wcześniej porcjach i opakowaniach. Jednocześnie nie odnotował wzrostu cen. Jeden z badanych podkreślił też, że nie ma żadnej pewności, że to co się kupuje jako np. LSD rzeczywiście jest tą substancją.

A co do niewziwnych to pigułek z MDMA ilość się zwiększa. Jak kiedyś 120-ki były powszechne teraz 220-250 mikrogram. Kiedyś powszechne były kartony, że maks 100 mikrogram kwasu, teraz to jest od 150 do 200 mikrogram, przynajmniej u mnie. (...) W przypadku LSD z mojego doświadczenia to cena została taka sama ale ilość substancji jest większa więc wychodzi na

to, że staniała. Niemniej jednak no wszyscy dobrze wiedzą o tym, że pewności czy to jest LSD nie ma żadnej... (JG16102018M4K)

„Fetę jak brałem to kiedyś była biała, nie. Teraz nawet pod żółty kolor podchodzi bo jest nasączona w jakimś gównie. Mój kolega jest uzależniony od fety i ćpa cały czas fetę to widać, że się zmienia ta feta strasznie. Albo mniej klepią, albo jest tak, że jednego razu jak przychodzą to bardziej klepie ich” (PK23092018M4W)

„No było tak, że amfetamina to już taka lepsza i droższa, a teraz jest tak, że ludzie i młodzież wszyscy biorą to najtańsze. Na przykład jest taka krajówka, to jest wszystko mieszane, to pachnie rzeżuchą, tam jest pełno tej trutki na szczury, wszystko jest pomieszane, wrzucone a że jest tanie to biorą. Amfetamina teraz jest droga, to amfetaminy nie biorą bo nie stać. Za połówkę amfetaminy mogą mieć więcej tej krajówki. To wolą wziąć coś co jest więcej tego” (PK28092018K4W)

Obserwacje te nie są jednak regułą, ponieważ jedna z respondentek przytoczyła zupełnie przeciwną opinię na temat aktualnych zmian na rynku narkotykowym. Przy czym respondentka była użytkownikiem głównie substancji halucynogennych oraz balonów z podtlenkiem azotu w kontekście imprez klubowych.

„Jest więcej czystsze go towaru jakby to powiedzieć i to nawet patrząc na przełomie roku, rok temu jeszcze nie było łatwo dostać tak czystych rzeczy jak teraz, naprawdę. To mnie aż szokuje. Ale to jest i tak dobre, bo wtedy wiadomo co się bierze” (FK26092018K4I)

Młodzi ludzie obserwują zwiększenie konsumpcji substancji psychoaktywnych, odnoszą wrażenie, że w ich środowisku jest to dość powszechne zjawisko. Obserwują wzrost rozpowszechnienia nowych substancji psychoaktywnych. Jeden z respondentów wspominał też o zwiększającej się liczbie użytkowników heroiny wśród mieszkańców blokowisk.

R. Mam wrażenie, że coraz bardziej popularne stają się tak zwane dopalacze jako zamienniki na przykład kokainy i zauważyłam jakoś, że MDMA stało się jakoś, wcześniej byłam młodsza to nie wiedziałam o niektórych rzeczach ale właśnie piguły są w bardzo dużym obrocie. Teraz nawet jak poszłam na uczelnię, to chodź na rave'a, czemu wszyscy moi znajomi biorą

narkotyki. To chyba wszystko wyjaśnia, że wszystko stało się bardziej popularne. (DG25102018K4W)

R. Młodzi ćpają różne rzeczy. Modne są dopalacze te do palenia i wciągania, heroinistów coraz więcej jest na osiedlach miast. (AŁ20092018M4W)

R. Na pewno dochodzi więcej substancji zauważyłem. Na przykład jak kiedyś dosyć popularne były podstawowe stymy emka czy feta to zauważyłem, że dużo więcej osób korzysta z leków na receptę, erceków, ma dosyć większą wiedzę na ten temat i tak dalej. Nie wiem czy to środowisko, może się coraz bardziej zagłębiać w ilość osób, które korzystają czy naprawdę ogólnie się tak dzieje. FK14112018M4K

B. VII. Percepcja ryzyka

1. Percepcja potencjalnego ryzyka

W opinii badanych, potencjalne ryzyko używania substancji psychoaktywnych związane jest ze szkodami zdrowotnymi. W ekstremalnych przypadkach może to być trwałe kalectwo lub nawet śmierć. Uzależnienie to kolejny rodzaj ryzyka, który nie przemija wraz z zakończeniem przyjmowania substancji, a jest problem na całe życie.

P. Jakie według pani ryzyko podejmują osoby, które używają substancji psychoaktywnych? R. Ryzyko utraty życia, kalectwo do końca życia. Psychiczne uzależnienie, które jest najcięższe bo można nie ćpać 10 lat, pójść do kicia i się zacznie ćpać. Coś się zadzieje w życiu na przykład umrze żona, on sobie z tym nie radzi i zaczyna ćpać. Takie niepowodzenia i zaczyna się coś dziać w mózgu i to jest najgorsze. (AŁ02112018K4W)

R. Zależy jakich substancji, ale ryzyko jest duże w większości przypadków ponieważ jednak jest to inny stan świadomości niż jesteśmy do tego przygotowani. Ale jak osoba podejmuje już taką decyzję, jest osobą ryzykowną powiedziałabym, ale takie największe ryzyko to jest utrata zdrowia, śmierć w jakichś przypadkach. (DG25102018K4W)

Jeśli chodzi o uzależnienie od N2O to raczej nie jest ona duże, gdyż jak stwierdził jeden z respondentów nie jest to substancja, która działa na tyle atrakcyjnie, by się do niej przywiązać. Jej potencjał uzależniający ocenia jako niższy w porównaniu do innych

substancji. Niemniej jednak jedna z respondentek wymieniała liczne zagrożenia związane z używaniem tej substancji w postaci „balonów”.

„Jeśli nie robi się dłuższych przerw pomiędzy balonami, to naprawdę można się uszkodzić i w sumie byłam tego świadkiem, ale to jednak był ciąg balonowy bardzo długi bo trwał dwa dni (...) Jest bardzo duże ryzyko bo jednak balony wypłukują chyba witaminę B12 z tego co pamiętam i jeszcze coś tam, trzeba się suplementować. Niby takie balony, ale też trzeba się suplementować (...) Jeśli się używa balonów w małej ilości to nie niesie takiego ryzyka ale jeśli się używa tego naprawdę bardzo często i na co dzień to jest duże ryzyko, bo to jest niedotlenienie mózgu” (FK26092018K4I)

R. Znaczący o ludziach uzależnionych od kleju to tylko słyszałem, co ostatnie pieniądze wydawali na butapren i raczej niebezpieczeństwa społecznego w tym nie widzę. Głównie się odnoszę do M20, to nie jest substancja która bardzo powiedzmy ciągnęła w swoją stronę, nie dawała o sobie zapomnieć. Jest cała masa choćby opio, stymulanty, nie tylko substancji które o wiele dobitniej wbijają się w pamięć ze względu na swoje działanie, zaspokajanie ośrodka nagrody i tak dalej. Wydaje mi się, że wszystko co psychodeliczne, dysocjacyjne nie zawiera tych elementów euforii i stymulacji ma o wiele mniejszy potencjał do uzależnienia. Wydaje mi się że stosunkowo substancje wziewne są bezpieczniejsze niż te co są na rynku, bezpieczniejsze w sensie uzależnienia. (JG16102018M4K)

Respondenci podkreślali, że w przypadku substancji wziewnych istnieje problem z określeniem jaką dawkę dokładnie się przyjmuje. Może to zwiększać ryzyko przedawkowania.

R. Problem substancji wziewnych jest taki, że o wiele ciężiej jest dawkować na pewno bo nigdy nie wiesz, dawkujeś sobie na niuchy, jeden, dwa albo ileś tam, w przypadku proszku czy roztworu to możesz sobie dokładnie wymierzyć to. Kiedy substancja jest wziewna to nie wiesz ile tej substancji jest zmieszane z powietrzem i jak ona paruje. (.....) R. Przedawkowanie zawsze jest ryzykiem. (JG16102018M4K)

Obniżenie potencjału intelektualnego czy problemy z pamięcią to przykłady szkód, których potencjalnie mogą doświadczyć użytkownicy kleju.

R. Zdaję sobie z tego sprawę, że klej albo rozpuszczalnik zabija szare komórki. No powoduje wrzody zdecydowanie, powoduje zaniki pamięci... (AŁ20092018M4W)

Poza tym osoby używające substancji wziewnych mogą popaść w konflikt z prawem z powodu nielegalnego zdobywania pieniędzy na zakup substancji. Natomiast użytkownicy nielegalnych substancji muszą się liczyć z ryzykiem zatrzymania przez policję.

R. Oczywiście, ktoś kradnie po to, żeby mieć na działkę. Wiadomo, wyrok karny i tak dalej. (AŁ02112018K4W)

R. Jakie ryzyko podejmują? No że mogą być w każdej chwili złapani. (...) R. Że może ktoś to zauważyć, sąsiad czy ktoś, zadzwonić na policję. (AS25092018M4W)

„Problemów sobie można narobić... jak ktoś nie ma za co to idzie kraść no i potem są problemy” (PK23092018M4W)

2. Percepcja ryzyka własnego

Niektóre z respondentek, która używa przytaczały swoje obawy o to, że używanie substancji wziewnych jak i innych substancji psychoaktywnych, trwale obniży to ich sprawność intelektualną, doprowadzając do nieodwracalnego zniszczenia komórek w mózgu, a także obawy przed wystąpieniem długoterminowych kłopotów ze zdrowiem psychicznym.

R. To, że mi komórki mózgowe siądą i będę jakaś głupia. (AŁ02112018K4W)

R. Myślę, że ten problem ze zdrowiem psychicznym długoterminowym, bo szkoda by było, niefajnie. Problemy z pamięcią mogą się wiązać z braniem benzodiazepin często. Z jednej strony wiem, że bardzo je lubię a z drugiej strony wiem, że nie będą dobre dla mojej przyszłości. Prawdopodobnie będę miała problemy z uczeniem się i ta strona mi najbardziej przeszkadza. Ze strony zdrowia fizycznego też szkoda ale bardziej intelektualnie. (DG25102018K4W)

Z kolei w przypadku używania podtlenku azotu, badani wymieniali przede wszystkim możliwość utraty przytomności i na przykład bycia okradzionym w tym czasie. Ryzyko śmierci czy uduszenia nie jest brane pod uwagę.

R. Największe ryzyko, że możliwe że nie wypuszczę tego z płuc w odpowiednim czasie, odleczę na chwilę i w tym czasie ktoś mi skroi portfel, ja się obudzę za 30 sekund już będę bez portfela. Tak szczerze mówiąc nie czułem żadnego zagrożenia że umrę, że się uduszę. Wiadomo, że gdybym zemdłał to wypuściłbym ten dym z płuc natychmiastowo jakbym zemdłał no i właściwie kilka pierwszych wdechów i jestem... nie bałem się siedząc na ziemi bezpiecznie pod ścianą nie bałem się jakiegokolwiek zagrożenia społecznego.
(JG16102018M4K)

Jeden z respondentów mówi o tym jak on i jego koledzy są postrzegani przez społeczeństwo w związku z używaniem kleju. W jego ocenie społeczeństwo używa bardzo pejoratywnych określeń na takie osoby jak on, stygmatyzuje użytkowników kleju, dehumanizując takie osoby.

R. Moi znajomi akurat zażywają, ale jesteśmy uznawani z brudasów, lumpów, traktowani jako element niegodny tego by żył, takich szcurów kanałowych. Jesteśmy źle postrzegani bo śmierdzimy. (AŁ20092018M4W)

W opinii badanych, użytkownicy innych niż alkohol czy tytoń substancji psychoaktywnych w ogóle muszą się liczyć z ryzykiem stygmatyzacji, czy tego, że ktoś na nich napadnie.

R. Chodzę do szkoły większościowo osiedlowej, osiedla bardzo się lubują w stimach, fecie, kryształach, ale to jest też nisza. Zdecydowana większość podejścia jest taka „ćpuna do worka, wór do jeziora” dlatego ludzie się z tym nie obnoszą, dlatego to jest wszystko po cichutku, bo każdy powiedzmy, mogę powiedzieć z nas, przecież ja już stymulantów nie używam, ale miałem taką świadomość, że jakimś dresikiem to się nie spodoba, że zrobią coś dobrego dla świata, usuną ze mnie ćpuna, poczekają na mnie pod szkołą i wpierdolą albo coś tam.
(JG16102018M4K)

B. VIII. Źródła informacji o substancjach wziewnych

Z odpowiedzi badanych wynika, że źródła z jakich czerpią informacje na temat substancji wziewnych to przede wszystkim: Internet, w tym strony dedykowane tematyce substancji psychoaktywnych oraz znajomi. Przy czym jedna z respondentek podkreślała wszechobecność informacji na temat narkotyków. Główne informacje, jakich poszukują to mechanizmy działania danej substancji oraz jej efekty.

„Sama sobie czytam o tym wszystkim jakoś tak, wyszukuję sobie jeśli jestem ciekawa (...) Na internecie, to jest największe źródło informacji jeśli chodzi o te rzeczy, najwięcej się można dowiedzieć i też w sumie z SIN-u, wiadomo” (FK26092018K4I)

R. Z internetu, z literatury. Częściej z internetu. (AŁ02112018K4W)

R. Na ogół z internetu i od moich znajomych. P. A z internetu to skąd? Masz jakieś swoje strony, fora? R. No to są strony SIN-u, to główne źródło informacji jeśli chodzi o daną na przykład pigułkę. A tak to jeżeli jestem zainteresowana działaniem czegoś to wchodzę na strony typu wikipedia czy coś takiego gdzie mogę się dowiedzieć jak dana substancja oddziałuje na receptory. Albo z książek z ciekawości, jak mam książkę o psychologii to zawsze mnie tak ciągnie do tych rzeczy. (DG25102018K4W)

„To huczy wszędzie. Narkotyki nie narkotyki. To huczy wszędzie. W telewizji, w internecie, że tutaj coś, że trafił za coś i w ogóle. Każdy się dowiaduje, a później znajomi” (PK28092018K4W)

R. Internet. Czytam dużo na temat substancji psychoaktywnych. P. Jakież konkretne portale czy gdzie znajdziesz? R. Erowid, psychonautwiki, jakieś fora typu hyperreal, zagraniczne albo polskie, grupy na facebooku od SIN-u, konwersacje. FK14112018M4K

B IX. Redukcja szkód

1. Znajomość sposobów ograniczania ryzyka

Według jednego z respondentów nie da się wyznaczyć granic bezpiecznego używania substancji wziewnych. Uważa on, że jedynym sposobem jest zaprzestanie ich używania, ponieważ w innym przypadku prowadzi to do sięgnięcia po nowe substancje psychoaktywne albo śmierci.

R. Nigdy nie będzie bezpieczne. Albo to przerwę w swoim życiu i chyba to zrobię, albo zaćpam się na śmierć. Są dwie drogi. Albo przestaniesz, albo otworzysz furtkę do zażywania nowych narkotyków albo trzecia droga czyli zaćpasz się na śmierć i umrzesz. Słyszałem o takim człowieku, który umarł od substancji wziewnych. (AŁ20092018M4W)

Kilku z respondentów przytaczało „higieniczne” sposoby ograniczania ryzyka i szkód przyjmowania różnych substancji psychoaktywnych, jak używanie czystych, jednorazowych torebek do inhalacji kleju, czy też jednorazowych „zwijek” do wciągania, w przypadku używania substancji donosowo. Natomiast w przypadku używania marihuany, fifka nie może być nieznanego pochodzenia czy używana po kimś.

R. Musi być czysta torebka i świeży klej. Nie torebka brudna ze śmietnika z jakimiś resztkami żarcia, tylko musi być świeża ze sklepu i czysty klej i to jest to. A marihuana tak samo, musi być czysta fifka nie po kimś czy znaleziona. Może być fifka po czymś, nie wiadomo po czym. (AŁ02112018K4W)

„No to wiadomo, zawsze mam swoją zwijkę i w sumie to jest tak, że jeżeli raz nią wciągnę to staram się znaleźć inną, świeżą, nową. Najczęściej noszę przy sobie kartki albo jeśli jest SIN, albo mam z SIN-u zwijki. Nigdy nie używam banknotów albo od kogoś bo jednak wolę nie ryzykować” (FK26092018K4I)

Bezpieczeństwo używania gazu rozweselającego (N2O) zwiększa przyjmowanie tej substancji w przestrzeni, gdzie nie ma kantów, śliskich powierzchni, itp. co obniża ryzyko uszkodzenia ciała w razie omdlenia. Lepiej też nie stać podczas przyjmowania tej substancji, gdyż istnieje możliwość upadku.

P. A jakie twoim zdaniem warunki muszą być spełnione, żeby używanie substancji wziewnych mogło być bezpieczne? R. Na pewno, aha, myślę że warunki otoczenia, które jest, bo jest prawdopodobieństwo zemdlenia, taka dezorientacja jest, więc uważałabym na śliskie powierzchnie, kanty i tak dalej. Raczej usiadłabym na czymś miękkim, na trawie, na kanapie. (DG25102018K4W)

2. Sposoby ograniczania ryzyka stosowane przez respondenta

Powszechnym sposobem ograniczania szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych jest używanie ich w towarzystwie zaufanych osób, które będą mogły pomóc w sytuacji wymagającej interwencji.

R. No to jak już mówiłam obecność kogoś bliskiego jest dla mnie kluczowa, bo wiem że jak mam przyjaciół z którymi chciałabym wyjść to mogę im ufać. To zależy od substancji, bo w jednych przypadkach trzeba pamiętać o nawodnieniu, w innych o oddychaniu normalnym powietrzem. (DG25102018K4W)

„Staralem się nie być sam, bo wie pani to jest tak, że jak zaczyna się coś brać, przynajmniej ja tak mam, staram się być z kimś, żeby móc mi pomóc. Ja mam tak, że się boję skutków danej rzeczy. Jeżeli nie wiem do końca jak to na mnie wpływa i nie będę wiedział na 100 procent to, żebym nie odwalił czegoś głupiego” (MM30092018M4W)

Robienie przerw w używaniu oraz kontrolowanie ilości używanych substancji wziewnych to również sposoby na ograniczenie szkód. Według odpowiedzi respondentów, pomocnym sposobem na ograniczanie używania może być zapełnianie sobie czasu alternatywnymi aktywnościami, np. wyjazdy rekreacyjne, spędzanie czasu z rodziną, uprawianie sportu.

R. Określoną ilość przyjmuję, nie wychodzę poza nią. Czyli tyle i tyle kleju i więcej nie. Czyli dmuchamy do 20 a później koniec wracamy do domu. (AŁ20092018M4W)

P. W jaki sposób stara się pan ograniczyć ryzyko związane z używaniem tych substancji? Jak to są sposoby? *R. Jak mówiłem na początku jakieś pozytywne zajęcia. Uwielbiam grać w piłkę, jak było ciepło jeździmy nad to Zegrze kąpać się, wypożyczamy kajaki. Oprócz tego chodzimy na bulwary wiślane, tam też tego nie robimy.***P. Czyli rozumiem, że pan mówi o tym, że robi pan przerwy albo ma jakieś inne zajęcia zamiast tego, ale chodzi o to...***R. Spędzam czas z rodziną, bo mam braci, dwie siostry, jakiś grill rodzinny się robi. Albo mam też środowisko osób, które nie biorą i z nimi spędzam czas. (AŁ20092018M4W)*

Z kolei według innych relacji badanych wynika, że picie wody, sprawdzanie substancji za pomocą testów kolorymetrycznych, zdobywanie potrzebnych informacji na temat używanej substancji, to inne sposoby na ograniczenia szkód.

R. Ja osobiście jestem najczęściej tą bezpieczną osobą wśród moich znajomych. Testy SIN-u zdarzyło mi się tylko dwa razy kupić, ale patrzę na stronie co biorę i zawsze dbam, pytam czy okej, pilnuję żeby inni pili wodę, żeby mieli czym oddychać. Jestem taką mamą, a o siebie dbam najbardziej, bo się boję o swoje życie. (DG25102018K4W)

3. Sposoby ograniczania ryzyka stosowane przez innych

Jedna z respondentek obserwuje w swoim otoczeniu starania, by jak najrzadziej używać kleju. Według jednego z respondentów, który uważa, że większość użytkowników substancja wziewnych dba o to by ograniczać związane z nimi ryzyko i szkody, chociażby poprzez suplementacje witamin i minerałów, oraz niwelowanie nieprzyjemnych efektów za pomocą benzodiazepin.

P. Czy w pani najbliższym otoczeniu są stosowane jakieś sposoby, zasady, metody mające na celu ograniczenie ryzyka wynikającego z używania substancji? Jeśli tak to jakie? *R. Nie kojarzę, szczerze mówiąc każdy z nas się stara, żeby robić to jak najrzadziej. Jak się umawiamy to się umawiamy i nie umawia się ze mną cztery osoby tylko jedna, bo reszta osób nie chce akurat w tym dniu tego zrobić. (AŁ02112018K4W)*

R. Człowiek nie panuje nad sobą, są tacy ludzie co do oporu i co dostaną to zjedzą, niemniej jednak to w środowisku narkomańskim jest też nisza, większość ludzi zdecydowana dba o siebie i też pilnuje tego czy to ich nie zabije, czy też zabije, czy jest szansa na to, ludzie się starają zabezpieczać. Nie rozumiem brania jakichkolwiek stymów bez zabezpieczenia przed zjazdem. Magnez podstawa, witaminy, benzodiazepiny na sen to jest jednakowoż taka podstawa dla mnie. (JG16102018M4K)

B X. Negatywne konsekwencje używania

1. Zdrowie somatyczne

Jako negatywne konsekwencje używania substancji wziewnych respondenci przytaczali głównie szkody krótkoterminowe, w tym częste bóle głowy i zatrzymanie moczu.

R. Częste bóle głowy spowodowane tym, że biorę to w ogóle. AŁ20092018M4W

R. *To zatrzymanie, w sensie, że nie mogłam oddać moczu przez około 5-6 godzin i to było po dwóch pigułkach no i nie mogłam właśnie, bardzo mi się chciało i bardzo mi się to nie podobało. Kolega mi dał 4mg alpry ale ja mam dużą tolerancję więc one mi nic nie dały, potem chciałam sobie kupić no-spę na rozkurczanie ale to była niedziela niehandlowa więc nie mogłam, poszłam do domu, bo to było na festiwalu w Krakowie, więc nie byłam w domu, miałam jeden dzień zmarnowany na festiwalu, poszłam do domu oni sobie afterowali a ja siedziałam na kiblu i próbowałam się wysikać. (DG25102018K4W)*

„Może łeb mnie bolał nieraz” (PK23092018M4W)

Jednak dwójka z badanych doświadczyła o wiele poważniejszych szkód zdrowotnych na skutek intensywnego przyjmowania substancji wziewnych. Jednej z badanych chłopaków, który używał dezodorantów stracił przytomność i był hospitalizowany. A jedna z respondentek, która używała gazu do zapalniczek oraz dezodorantu wspominała o nieprzyjemnych dolegliwościach pod ich wpływem, a także zapaści na skutek mieszania tych substancji z innymi.

„(...) straciłem przytomność. Zaczęli mnie budzić, obudzili mnie z ręcznikiem i dezodorantem przy twarzy. Przez to omdlenie byłem w szpitalu właśnie. Na szczęście niczego nie wykazało nic złego, tylko doprowadziło to do tego zemdlenia” (MM30092018M4W)

„Brało się dezodorant, wachało się w łazience przez wychowawcami, bo już nie dało się wytrzymać, zwała, ból głowy, taka głowa, że nie wiadomo co się dzieje (...) Wszystko mieszałam. No i około 3 razy miałam już prawie zgon przez to właśnie. Zapaść miałam” (PK28092018K4W)

2. Zdrowie psychiczne

W przypadku kilku z respondentów konsekwencje te miały również charakter dolegliwości psychosomatycznych oraz szkód związanych ze zdrowiem psychicznym. Do konsekwencji tych należały: wzmożona nerwowość, dezorientacja, stany lękowe i paranoiczne, a także senność i zmęczenie.

R. *„To strasznie głowę psuje strasznie. Po 4 dniach brania [dezodorantów] to już nie wiedziałam co się ze mną dzieje, nie chciało mi się rozmawiać. Ktoś coś do mnie mówił, a ja już wielkie zdenerwowanie, bulwers, ktoś coś do mnie powiedział a ja już wybuchałam. Mówiłam co wy ode mnie chcecie wszyscy, co ja wam zrobiłam. Strasznie nerwowa się*

robiłam, strasznie. Wyżywałam się na wszystkich. I tak też coraz gorzej, coraz gorzej (...) Taka nerwowa się robiłam i nie byłam sobą strasznie. I strasznie się po tym też wygląda. Oczy podpuchnięte, jakaś inna. Nie chce się rozmawiać, taka przymulona. Cały czas zdenerwowana chodziłam, zmęczona, senna. Na lekcjach cały czas spałam. Na przykład trzy dni nie brałam, to już nie do życia byłam” (PK28092018K4W)

R. Zdrowotne nie, natomiast psychiczne tak. Miałam, że mnie ktoś śledzi, jakieś lęki, bałam się przejść przez ulicę. To było już po zażyciu, jak ze mnie zeszło, jakieś 4 dni później. (AŁ02112018K4W)

Wtedy jeszcze psychodelików nie znałem, kwestia odstawienia pierwszego kryształu halucynacje słuchowe się pojawiały albo właśnie paranoje. Leżałem u siebie w pokoju to nie jest możliwe, żeby usłyszeć cokolwiek co się dzieje u mnie w piwnicy, ale słyszałem że ktoś chodzi po piwnicy i chce mnie zamordować, chodziłem z młotkiem czy z nożem cokolwiek szukałem po piwnicy, po domu włamywaczy, którzy nie istnieli. Czasem zdarza się, że idę sobie, jakiś cień mi mignie, odwracam się i nikogo nie ma. Jakieś takie właśnie, drzewo się obróci albo ktoś mi pomacha albo latarnia się wygnie delikatnie. (JG16102018M4K)

Z kolei dwie spośród respondentek wspominały sytuacje, w których były agresywne pod wpływem substancji wziewnych.

R. Może jedynie to, że byłam troszeczkę agresywna, czasami wesoła i to mniej więcej działało jak marihuana i psychiczne były podobne w sumie. (AS28092018K4W)

„(...) jak byłam pod wpływem to pobiłam taką dziewczynę. Moja koleżanka, przyjaciółka, przybiegła z płaczem, że ta dziewczyna, którą pobiłam rozsyła jej nagie zdjęcia po szkole i że ona chce się zemścić ta moja koleżanka. No i poszłam do tej dziewczyny, ja mówię że wysłałaś, a byłam w takim stanie, nabuzowana, a ona mówi wysłałam i się śmieje. Ja byłam w takim stanie, że nie mogłam się powstrzymać i nie panowałam nad sobą. Śmiała się dalej, dostała raz i się śmiała dalej, dostała drugi raz i się śmiała, trzeci raz dostała i już płakała. Moje koleżanki zaczęły mnie przytrzymywać i powiedziałam lepiej idź bo krzywda ci się stanie i ona poszła (...) [innym razem, przyjaciółkę] tak pobiłam, że prawie w szpitalu wylądowała. Ale to nie było zgłoszone, bo ona powiedziała, że pomimo krzywdy co jej zrobiłam, ona nie zgłosi bo jednak jesteśmy przyjaciółkami. No ale była w strasznym stanie” (PK28092018K4W)

Jeden z badanych chłopaków rozpoznawał u siebie objawy uzależnienia od przyjmowanych dezodorantów.

„To jest tak, że człowiek się naprawdę uzależnia od tego, jeżeli już zaczniesz przynajmniej tą pierwszą butelkę to już jej nie skończysz znaczy robisz ją dopóki jej nie skończysz. Dopóki się ma dezodorant. Żeby cały dezodorant zrobić to potrafiłem całą noc [psikałem] co chwilę. [Działanie] utrzymuje się dłużej, ale jeżeli ktoś chce więcej to już nie może przestać, to już jest amok taki” (MM30092018M4W)

3. Relacje z innymi

Jeśli chodzi o negatywne konsekwencje w relacjach z innymi, to jedna z respondentek wspomniała, że kiedy jest pod wpływem substancji stara się ograniczać swoje kontakty z przypadkowymi ludźmi. W związku z tym nie dostrzega efektu używania na relacje z innymi. Co najwyżej mogą się pojawić mało istotne kłótnie pod wpływem narkotyków ze znajomymi. Wspomina także o przejawach stygmatyzacji z jakimi się spotyka.

R. Staram się unikać ludzi jak jestem pod wpływem tych środków, więc żadnego nie ma. Ale jak ktoś mnie o coś zapyta to normalnie, rzetelnie o ile kontaktuję, bo jak nie kontaktuję to nie odpowiadam.

*R. Czasami były jakieś kłótnie między nami, nie jestem w stanie sobie przypomnieć o co to było, ale to było pod wpływem narkotyków. Głównie o tym zapominam, wybaczam koledze, koleżance i dajemy sobie rękę i wszystko okej. Ale kłótnie w naszym towarzystwie, jakieś niemiłe odzywki od ludzi, z którymi mam styczność, że wania mi z buzi klejem na przykład. Tego nie da się zniwelować. **P. Czyli też pani mówi o takim odrzuceniu?** R. Przez społeczeństwo. (AŁ02112018K4W)*

„W sumie tylko jedna moja koleżanka, która za bardzo nie ma ze mną kontaktu mówi, że jestem ćpunką” (FK26092018K4I)

Niekonwencjonalne zachowanie pod wpływem używania tych substancji może wzbudzać zainteresowanie oraz być postrzegane jako dziwaczne przez innych. Utrata przyjaźni, odsunięcie się osób nieużywających to kolejne negatywne konsekwencje w obszarze relacji z innymi ludźmi. Osoba używająca, która nie zmienia swojego zachowania mimo próśb i uwag ze strony osób ze swojego najbliższego otoczenia musi się liczyć z ryzykiem utraty kontaktu z nimi.

R. Jak jestem trzeźwy dogadam się, osiągam cel, jak jestem naćpany to różnie bywa. Czasami jestem bardziej odważny i mogę więcej, czasami ta odwaga powoduje, że mogę dostać w łeb od kogoś. A czasami jestem rozweselony, bo też rozweselenie powodują te substancje, które biorę, powoduje że ludzie patrzą na mnie jak na jakiegoś dziwoląga. (AŁ20092018M4W)

R. Ale też przez to, że w tamtym czasie odwróciło się parę ważnych osób i to też było powodem, bo próbowali mi pomóc, ale nie udało im się. W kwestii tego alkoholu całego. (...) Głównie tak, ale też nie potrafiłam się z nimi dogadać w tej kwestii, jeszcze paru innych, że nie miałam dla nich czasu, że byłam wiecznie zmęczona, widzieli że coś się dzieje, ale ja ich odrzucałam. (AS28092018K4W)

Wśród szkód społecznych respondenci wymieniali także pogorszenie relacji z innymi, co może być skutkiem poświęcania mniejsze ilości czasu na spotkania, oszukiwanie, „wprowadzanie paniki między ludzi o jakieś sytuacje, które nigdy się nie zdarzyły”, czy też unikanie znajomych z powodu wstydu.

R. Pogorszenie relacji zdecydowanie. Zdarzało się, że wolałam zamiast spotkać się z przyjaciółmi to wstydziłam się być przy nich naćpany to nie spotykałam się tylko poszedłam się naćpać. Okłamywanie, wciskanie jakichś kitów, paranoje po kryształach. Poczucie wygadania się komuś, wymyślanie jakichś fejkowych historii, że ktoś zginął, ktoś uciekł. Wprowadzałam panikę między ludzi o jakieś sytuacje, które nigdy się nie zdarzamy. Pamiętam jak już nie brałem a ziomeczek mój użytkował to staraliśmy się go mocno wyciągnąć i znajomi co nigdy nie byli w to wpakowani, ja im tłumaczyłam jak on się może czuć, po tym też zobaczyłem że jak oni tego nigdy nie poznali to było takie, spotykaliśmy się z nim, rozmawialiśmy, a on potem znowu był niefurany, to ci znajomi chuj z nim woli ćpać niż spotykać się z nami. Ja dobrze wiem, że to nie była jego decyzja tylko był uzależniony po prostu. To nie było tak, że on nie chce się spotkać tylko substancja, uzależnienie każe mu wybrać ćpanie ponad spotkanie z przyjaciółmi. (JG16102018M4K)

4. Związane z funkcjonowaniem w roli ucznia

Według relacji respondentów, przyjmowanie substancji wziewnych może mieć również negatywnie wpływ na naukę i przekładać się na gorsze wyniki, poprzez pogorszoną koncentrację, problemy z pamięcią czy wagarowanie.

R. Raczej nie pomaga mi to w nauce, wręcz przeciwnie. Kiedy jestem naćpany w czwartek a w piątek mam w szkole powiedzmy sprawdzian bądź klasówkę to raczej jestem nieprzygotowany no i problemy z pamięcią. Ale jestem trzeźwy jako uczeń, raczej przychodzę do szkoły trzeźwy. Czasami zdarza mi się wciągać gaz do zapalniczek bo mnie rozwesela i nie śmierdzi z ust. Około 4-5 zapalniczek przed szkołą czasami wciągnę. (AŁ20092018M4W)

R. Przychodzenie do szkoły pod wpływem substancji, czy doświadcznie objawów po jej odstawieniu nie sprzyja koncentracji na lekcjach. (JG16102018M4K)

„No ciężiej jest się uczyć, nie (...) nie chce się iść do szkoły, wagaruje się” (PK23092018M4W)

Przy czym w przypadku tych konsekwencji respondenci wymieniali także negatywny wpływ używania innych niż wziewne substancji psychoaktywnych, jak marihuana.

R. Tutaj najwięcej przeszkodziła marihuana, zdecydowanie po półtorarocznym ciągu, gram na dzień minimum, czasem mniej ale częściej było więcej. Koncentracja leży, pamięć leży krótkotrwała, ledwo istnieje. Ostatni miesiąc raz na tydzień się zdarza, dlatego biorę lecytynę sobie na poprawę pamięci ale wydaje mi się, że to jest placebo ale biorę dalej. Niemniej jednak motywowało mnie do tego, żeby wstać rano, mam duże problemy z budzeniem się. Jak miałem jakieś problemy to wstawałem rano i tylko chciałem sobie wziąć tego hita. Dobra jest ósma, do szkoły na 10 dużo czasu, albo sobie coś obejrzę, albo śniadanko albo pójde sobie albo te książki, a tych nie będę potrzebował, taka bieganina. Więc ostatecznie wychodziłem z domu o 11 i też w szkole często mi się zdarzało, że byłem zjarany. Siedziałem we własnej głowie, musiałem nadrabiać. Wyniki znacznie to pogorszyło moje, frekwencja tak samo kulała a w szkole też bycie na zjazdach i bycie po stymulantach nie było niczym dobrym z czego szybko zrezygnowałem. (JG16102018M4K)

R. Jak przyszedłem do ośrodka i przez całe wakacje nie paliłem zioła, ale jak byłem w pierwszej branżowej, bo ogólnie uważyłem rok, to jak byłem w szkole wcześniej to nie chodziłem do szkoły bo paliłem zioło. (AS25092018M4W)

„Jak się jara dużo zioła, to ma się problem z pamięcią, nie. Potem na lekcjach jest ciężko zapamiętać niektóre rzeczy, jak się odrabia lekcje to ciężiej jest, nie. Nauka spada w dół, ciężiej jest się uczyć” (PK23092018M4W)

Warto również dodać, że w przypadku kilku z badanych, konsekwencje używania tych substancji dla funkcjonowania w roli ucznia były na tyle poważne, że zostali przeniesieni do Ośrodków Młodzieżowych.

„(...) niby uciekałam ze szkoły strasznie, miałam dużo nieobecnych godzin ale ja lubiłam ogólnie szkołę, chodziłam na wagary ale wszystko miałam odrabiane. Z nauką nigdy nie miałam problemów, bardzo dobre oceny miałam. Dowiadywałam się, że dzisiaj jest test, przychodziłam na test i wychodziłam. Jak sprawdzian był, przychodziłam na sprawdzian. Z nauką nie miałam problemów w ogóle. Miałam stypendium dostać, ale miałam naganne zachowanie, to się nie zgodzili (...) Cały czas zdenerwowana chodziłam, zmęczona, senna. Na lekcjach cały czas spałam (...) Trafiłam tutaj [do Ośrodka Młodzieżowego]” (PK28092018K4W)

5. Konsekwencje o charakterze prawnym

Choć substancje wziewne są legalne, kilku z respondentów spotkały różne konsekwencje prawne związane z ich używaniem, jak otrzymanie mandatu za zakłócanie porządku publicznego w przypadku jednego z chłopaków. Jednak pozostałe z wymienianych przez badanych konsekwencji prawnych były związane z używaniem innych substancji psychoaktywnych lub politoksykomania. Do konsekwencji tych należały kradzieże, pobicia i przeniesienie do Ośrodka Młodzieżowego.

R. Prawne, to był mi wypisany mandat za zakłócanie porządku publicznego ze względu na to, że policja mnie zatrzymała z workiem w momencie kiedy zażywałem. (AŁ20092018M4W)

„Dużo złego robiłem ludziom, nie. Okradałem ludzi, biłem ich i trafiłem tutaj [do Ośrodka Młodzieżowego]” (PK23092018M4W)

„No najaraliśmy się i stwierdziliśmy, że trzeba ogarnąć pieniądze. No tak we trzech skopaliśmy jednego chłopaka, zabraliśmy mu wszystko. Ale udało mu się nas poznać. Generalnie trafił do mojego przyjaciela, zobaczył mnie, poznał moją twarz i po czasie przyszło do mnie pismo. Że mam sprawę tego i tego dnia. Odroczyli wyrok, ale dom dziecka stwierdził, że czy tak, czy tak jeśli już jestem zagrożony sprawą, to trzeba mnie umieścić w Ośrodku Socjoterapii” (MM30092018M4W)

6. Konsekwencje o charakterze materialnym

Używanie substancji psychoaktywnych może pochłaniać większość dochodów młodych ludzi. Jeden z nich zauważył, że nie jest w stanie nic odłożyć, zaoszczędzić. Oznacza to ograniczenie innych potrzeb, czy przyjemności, np. zakup kawy czy wyjście do kina. Może to także popychać młodych ludzi do zaciągania długów lub dokonywania kradzieży, niekoniecznie rzeczy przeznaczonych na sprzedaż, ale też takich, na które nie starcza im pieniędzy.

R. Mnóstwo kasy przetrawione. To jest pewne w sensie, w ciągu się nie da inaczej, jak tylko się uezbiera te 30-40 ale masz gramik. Oszczędności od 15 roku życia nie da się zrobić. Chociaż teraz już w miarę się uspokoilem, może być lepiej ale powolutku małe kroczki do przodu. Kiedyś było tak, że jaką tylko kasę miałem to wydawałem. Kiedyś nie mogłem sobie pozwolić na głupią kawę, czy wyjście do kina czy cokolwiek, bo dla mnie pieniądz to nie był pieniądz na wszystko tylko sposób na ćpanie. O niczym innym nie myślałem, że mógłbym na to wydać.

R. Z wziewnymi to nie. Ale muszę jeszcze powiedzieć, że użytkowanie generalnie uzależnienie to mnie skłoniło do kradzieży. Zaczęłem kraść po sklepach. Na początku to było coś w stylu markerów, bo chciałem sobie porysować, a nie chciałem kupować. Potem to co miałem na jedzenie to wydawałem na ćpanie, a jedzenie kradłem z marketu. Później to już się przerodziło w kradzieże elektroniki myszek, słuchawek, rzeczy które się dało łatwo wykroić nożem z pudełka, żeby nie pikało na bramkach. (JG16102018M4K)

„(...) też długi miałam straszne. Zapożyczałam się, sprzedawałam ciuchy. Miałam jedną dilerkę, która, taka młoda strasznie, która była mojej postury. Robiłam wszystko, mówiłam ej, potrzebuję połówki, co mam zrobić, za co mi dasz. Ona mówi, potrzebuję jakąś bluzę, spodnie i przynosiłam jej ciuchy. Mówiłam masz tu spodnie i bluzę za połówkę, okej. To buty masz za połówkę, wszystko sprzedawałam. Później się zaczęłam zapożyczać” (PK28092018K4W)

7. Inne konsekwencje

Pod wpływem substancji psychoaktywnych młodzi ludzie mogą także stać się ofiarą agresji. Bywa, że substancje sprzyjają brawurowym zachowaniom, które mogą w

konsekwencji prowadzić do tego, że osoba będąca pod ich wpływem stanie się ofiarą wypadku.

R. A ja też dostałem przez przypadek ogniem, próbowałem sobie palić papierosa, zapaliła mi się kurtka, którą miesiąc temu kupiłem sobie za 200 złotych, szybko ją zdjąłem żeby inne rzeczy nie zaczęły się palić, to było ryzyko. (AŁ20092018M4W)

Czasami jestem bardziej odważny i mogę więcej, czasami ta odwaga powoduje, że mogę dostać w łeb od kogoś. (AŁ20092018M4W)

Utrata poczucia własnej wartości związana z zachowaniami, których respondent się wstydzi to inny efekt uboczny używania. Myślenie o sobie w kategoriach "zera", "śmiecia", osoby, która nie ma już za wiele do stracenia, to przejawy utraty poczucia godności.

R. Takie zatracenie własnej wartości bym to nazwał, poniżenie siebie samego, chodzi mi o to jak człowiek sam siebie potrafi poniżyć, żeby poczuć jakąś substancję. Jednemu taksiarzowi wciskałem swój telefon bo nie miałem kasy, chciałem oddać swój telefon za dwa gramy kryształu. Wtedy byłem bardzo zrozpaczony z tego powodu. A kiedyś wróciłem do domu na zjeździe a pamiętałem, że wyrzucałem i jeszcze nie wzięli śmieci, wyrzucałem trzy samarki, które były z prochów wykończone a jedyne co zostało to pył na ściankach samarek więc o drugiej w nocy wychodzę, przewracam śmietnik i szukam samarek, żeby je wylizać. Nic mi to nie dało, ale grzebałem w śmieciach o drugiej w nocy. Poniżenie siebie, takie jakby obniżenie zdecydowanie własnego poczucia wartości. Bardzo często w użytkowaniu kryształu podobało mi się poczucie bycia śmieciem, zerem. Ten margines społeczeństwa, że nic się nie liczy tylko to że jestem naćpany, jest stymulacja, nieważne co się ze mną stanie, nic nie jest ważne, ja jestem śmieciem, to mnie jarało. To mi się podobało, że jestem nic nieznaczącym zerem, śmieciem i mogę sobie użytkować, bo to nie ma żadnego znaczenia. (JG16102018M4K)

B XI Profilaktyka i interwencje

I. Udział w szkolnych programach profilaktycznych

Wśród respondentów były osoby, które nie miały w ogóle żadnych doświadczeń z profilaktyką prowadzoną w szkołach. Jeden z badanych wspominał spotkanie z policją w ramach szkolnej edukacji narkotykowej. Z kolei jedna z respondentek przywoływała zajęcia poświęcone tylko i wyłącznie dopalaczom. Jeszcze inny spośród badanych

wspominał, że w ramach oddziaływań profilaktycznych wyświetlane są filmy o dopalaczach.

„Jak policja przyjechała. No, że przyszedł i gadał ogólnie, że narkotyki to takie i takie. Jakie konsekwencje mogą być tego. Nikt nie chciał z nim rozmawiać. Jak on sobie wyszedł, to zależy. Nieraz to się śmieliśmy z tego co on mówił” (PK23092018M4W)

„Tak, było głównie o dopalaczach. Nie mówili o takich rzeczach jak amfetamina, MDMA, psychodeliki i opio albo coś, nie. Zawsze były dopalacze i tyle” (FK26092018K4I)

R. Wyświetlają nam czasami o dopalaczach, nie wiem czy rządowe, uważam że to wszystko nie jest w sposób poważny. Różnica między dopalaczami a narkotykami. Dopalacze nie są przebadane, ale to co różni dopalaczy od narkotyków to jest, że dopalacz nie jest zakazany, nie jest na liście substancji zakazanych, narkotykiem jest wszystko to co jest ujęte na liście substancji zakazanych. Klefedron, dobra tego nigdy do końca nie przebadali. Było wiadomo co to w miarę jest, jaki jest profil działania, był dopalaczem dopóki nie zdelegalizowali.

R. wyświetlane filmy na jakichś zastępstwach, ale te filmy są zrobione tak, że klasa się z tego śmieje, ma beczkę nie przyjmuje tego poważnie. (JG16102018M4K)

*R. Miałem tylko jedną taką akcję w drugiej gimnazjum gdzie mieliśmy prezentację jednej osoby, on napisał książkę na temat jego używania narkotyków i jak teraz z większą wiedzą patrzę na to co napisał to są same bajki albo głupota samego autora.**P. Jak wyglądała ta akcja profilaktyczna?** R. Przyszedł on sam i dwie godziny rozmawiał. Mówił dosyć śmieszne rzeczy między innymi to, że każdy kto zapali marihuanę to będzie sobie wstrzykiwał heroinę tak jak on. FK14112018M4K*

2. Udział w pozaszkolnych programach profilaktycznych

Jeśli chodzi o pozaszkolne działania profilaktyczne to zdecydowana większość respondentów nie była w stanie przytoczyć żadnego z nich. Jedynie jedna z badanych dziewczyn, która używała podtlenku azotu i innych substancji psychoaktywnych w kontekście imprez klubowych wskazała na materiały i działania edukacyjne jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się partyworkingiem.

3. Opinie na temat profilaktyki i ocena wpływu na młodych ludzi działań profilaktycznych

W opinii większości badanych profilaktyka szkolna jest odbierana jako „niepoważna” i nieadekwatna lub nawet bezsensowna. Respondenci zarzucali jej na przykład sztuczny podział pomiędzy dopalaczami a narkotykami, skupiane się na wyłącznie na konsekwencjach prawnych lub poważnych szkodach zdrowotnych. Natomiast puszczone młodzieży filmy o przekazie profilaktycznym są odbierane jako śmieszne.

„Nie powinni mówić, że to może się skończyć nie wiadomo jak tylko jednak mówić o innych konsekwencjach na przykład zdrowotnych, tak. To też mówią, wiadomo, no nie wiem. Na pewno nie powinni mówić tylko o dopalaczach (...) [powinni mówić] O wszystkich zagrożeniach i o tym, że to nie jest tak, że raz weźmiesz i już się uzależnisz. To nie jest prawda. I tak każdy kiedyś czegoś spróbuje, może nie każdy ale większość i się przekona, że to nie jest tak, że wezmę i się uzależnię. Powiedzmy raz i nic się nie stanie, to potem będą brać i w końcu dojdzie do tego, że ktoś się uzależni prawda?” (FK26092018K4I)

„(...) moim zdaniem takie zajęcia i tak nic nie dadzą bo jak ktoś nie chce, to i tak się nie zmieni. Takie wbijanie komuś do głowy, na przykład jest grupka osób, które nigdy nie brały i mówi się, że branie narkotyków powoduje to i tamto i można przez to, to i to, to nic nie da. To nic w ogóle nie da. Mi też to było mówione, ja mówiłam nie, nigdy więcej nie wezmę, widzę jak moi rodzice się zachowują, ale towarzystwo. Wystarczy towarzystwo. Wystarczy ktoś, widzę że ktoś bierze, ja nigdy nie brałam, weź spróbuj, raz ci nie zaszkodzi. To wystarczy. Wałkowanie przez psychologów nic nie da. Nie w ogóle, zero. Wałkować można, ale nie” ()

Moralizowanie lub korzystanie z udziału osób, które nie mają pojęcia o używaniu substancji psychoaktywnych czy zatrudnianie aktorów, którzy niewprawnie udają użytkowników osłabia możliwość oddziaływania przekazu profilaktycznego.

R. Tak, ale jest wykonany w taki sposób, że ludzie w moim wieku to już rozdane. Jak widzą filmik, że dzieci to jest złe, albo są wywiady z ludźmi, że wydaje się że nigdy nie mieli z tym styczności tylko na potrzeby filmu udają użytkowników, którzy kiedyś tam mieli styczność, to wygląda śmiesznie, ludzie tego nie biorą na serio, nikt tego nie słucha, to jest beka od samego początku. (JG16102018M4K)

Dobre recenzje zbierają działania, które dają młodym ludziom wiedzę w zakresie ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Wedle tego punktu widzenia każdy sam decyduje czy chce zażywać, czy nie, natomiast ważne, żeby jeśli już to robi, robił to w oparciu o rzetelną wiedzę w tym zakresie i przy zachowaniu dostępnych środków bezpieczeństwa.

P. A co ogólnie sądzisz o działaniach profilaktycznych? *R. No akurat uważam, że trzeba dać ludziom do zrozumienia jakie mogą być konsekwencje, jak działać jak coś złego się stanie, tworzenie grup typu, takie jak tworzy SIN, ich działanie bardzo popieram, to jest ważne bo jakby nie wiem jak się powie komuś rób to czy nie, czy nie rób tego można go ewentualnie przestraszyć i powiedzieć o możliwych konsekwencjach, to wtedy osoba pomyśli za siebie samą. Ale myślę, że każdy powinien myśleć w swoim zakresie, że jak chcesz zrobić rosół to znać przepis na ten rosół. Podobnie z zażywaniem substancji. (DG25102018K4W)*

„Moim zdaniem, to ma troszkę sensu, bo się dowiadują, tak, trochę rzeczy i to już zależy od nich, czy ktoś będzie chciał to wziąć czy nie, tak. W sumie troszkę mają sensu, bo mają decyzję. Biorę, może mi się stać to czy tamto. Nie biorę nic mi się nie stanie, tak” (PK28092018K4W)

Jedna z respondentek zwróciła również uwagę, że nieumiejętnie prowadzone działania profilaktyczne mogą rozbudzić, szczególnie u młodszych odbiorców, zainteresowanie i chęć używania substancji.

R. Myślę, że takie zajęcia profilaktyczne w zbyt młodym wieku mogą takie zainteresowanie rozpocząć, taką ciekawość, że niby jest takie zagrożenie, że poczujesz się inaczej ale niektóre dzieci mogą chcieć spróbować i to można zobaczyć przez sam fakt, że dzieci są zaciekawione działaniem takich substancji. Nie wiem, na pewno trzeba dobrze prowadzić tego typu zajęcia, na pewno trzeba mieć dobre przeszkolenie przed rozmową z młodymi ludźmi, bo wiadomo że mogą wszystko przekręcić. (DG25102018K4W)

Natomiast jeden z badanych podkreślał, że działania profilaktyczne: *„Niekórym mogą pomóc, a niektórym nie, zależy od osoby” (PK23092018M4W)*

4. Rekomendacje

Według opinii respondentów osoby, które przychodzą do szkół w celu prowadzenia zajęć profilaktycznych muszą mieć aktualną wiedzę na temat tego co się dzieje na scenie

narkotykowej, oraz tego młodzi ludzie postrzegają substancje psychoaktywne. W innym przypadku ich przekaz nie będzie budzić respektu ani zainteresowania.

O wiele bardziej przydałoby się jakieś spotkania, że przychodziłby ktoś, pół szkoły by się gromadziło i ktoś by robił wykład z tego, ktoś obeznany w temacie a nie babeczka z MONARu. Nam słowo heroina nic nie powie, wiadomo abstrakcja. (JG16102018M4K)

Proponowane przez badanych oddziaływania powinny mieć charakter interaktywny i dotyczyć rzeczywistych zainteresowań młodych ludzi. Profilaktyka powinna zawierać elementy wiedzy z zakresu ograniczania szkód i nie powielać stereotypów dotyczących na przykład tego, że marihuana jest furtką do używania innych substancji. Według badanych, profilaktyka nie powinna też zawierać pierwiastka oceny moralnej.

R. Właśnie nie filmy tylko coś interaktywnego. Stoiska SIN-u na imprezach są fenomenalną rzeczą. Nic się nie powinno zmieniać, może to że na większej ilości imprez by się przydało. Powinno to być naprawdę bardzo powszechne, bo bardzo się przydaje a w kwestii szkół to zdecydowanie bardziej wywiady, że przychodzi ktoś, wykłady, zbiera się część szkoły i ktoś opowiada o metodach redukcji szkód a nie to klepanie, że marihuana to furtka do piekła, korzenie w piekle, że jak zapalisz marihuanę to zaczniesz amfetaminę, heroinę, wszystko inne. Generalnie taka mocna demonizacja bardzo negatywnie wpływa na młodzież bo od razu się zamykają na to co dalej ktoś chce powiedzieć. Jak teraz marihuana jest mocno komercjalizowana na całym świecie, jeszcze nie ma legalu w Polsce ale jest tyle reklam, treści, ubrań z kwiatkami konopi i tak dalej, jak ktoś swoją wypowiedź zaczyna, że marihuana to furtka a potem się pojawia wszystko inne, to wszyscy się zamykają na tą osobę, bo ona nigdy tego nie próbowała, nie wie o czym mówi, mówi to czego się wyuczyła z kartki. (JG16102018M4K)

C. Użytkownicy przetworów konopi *Jakub Greń*

C. Streszczenie

Styl życia. Z odpowiedzi badanych wynika, że większość z nich cechuje bardzo aktywny i towarzyski styl życia. Wymieniane przez nich zainteresowania i sposoby spędzania wolnego czasu, w mniejszym lub większym stopniu były również powiązane z używaniem

marihuany lub haszyszu. Niektórzy z respondentów wskazywali nawet, że substancje te „weszła” w ich styl życia stając się jego częścią. Do najczęstszych sposobów spędzania wolnego czasu wymienianych przez respondentów należało spotykanie się z dziewczyną/chłopakiem lub znajomymi oraz uprawianie różnych sportów i aktywności ruchowych, a także poświęcanie czasu swoim pasjom. Kilku z badanych podkreślało również spędzanie wolnego czasu na nauce. Z kolei dla dwójki innych respondentów częstym sposobem spędzania wolnego czasu, jak i istotnym elementem ich stylu życia, jest uczęszczanie na imprezy klubowe.

Inicjacja. W badanej próbie, pierwsze użycie przetworów konopi miało miejsce w gimnazjum lub z początkiem liceum, gdy byli w wieku 13-16 lat. Kontekstem tych inicjacji była domówka lub inne spotkanie ze znajomymi, którzy mieli dostęp i sami używali marihuany lub haszyszu. Jednym wyjątkiem był respondent, który swój pierwszy kontakt z marihuaną miał w wieku 10 lat, do czego namówili go wtedy starsi koledzy. Dla większości z badanych pierwszym przetworem konopi była marihuana, jednak w przypadku dwójki z respondentów pierwszy był haszysz, przy czym jeden z nich nazwał go pejoratywnie „syntetycznym haszyszem” wskazując na zafałszowaną substancję. Swoje pierwsze doświadczenia z przetworami konopi badani wspominali na ogół pozytywnie, nawet jeśli był w nich obecny lęk czy dezorientacja. Jednak niezależnie od motywów i jakości tych pierwszych doświadczeń z przetworami konopi, ich używanie było później kontynuowane przez wszystkich respondentów. Historię ich kontaktu z tymi substancjami różniły się jednak ze względu na wzory, częstość i trajektorię używania, a także ze względu na sięganie po inne substancje psychoaktywne.

Przebieg używania. Niektórzy z respondentów początkowo z różnych powodów stronili od marihuany i haszyszu, jednak po pewnym czasie wrócili do ich używania, szybko je nasilając/intensyfikując. Inni od razu kontynuowali swoje pierwsze doświadczenia z rosnącą częstością, jednak po okresie intensywnego palenia przetworów konopi straciły one „swoją magię” lub „zaczęły szkodzić”, przez co ograniczyli swoje używanie do okazjonalnego. Jeszcze inaczej było w przypadku dwóch spośród respondentek, które od samego początku wykazywały silną chęć kontynuowania swojego używania marihuany, że robiły to pomimo ścisłej kontroli ze strony rodziców, wizyt u terapeuty uzależnień, czy też ryzyka przeniesienia do Młodzieżowego Ośrodka. Z kolei dwie inne dziewczyny, które brały udział w badaniu kontynuowały swój pierwszy kontakt z marihuaną, ale na skutek

nieprzyjemnych doświadczeń pod jej wpływem „zraziły się” do tej substancji i szybko przestały ją używać. Wśród respondentów był również chłopak, który używał substancji w sposób problemowy. Oprócz przetworów konopi używał on jednak również innych substancji psychoaktywnych mieszając je ze sobą.

Kontekst i towarzystwo używania. Z relacji badanych wynika, że przetwory konopi są używane najczęściej w gronie przyjaciół czy znajomych. Przy czym większość podkreślała, że chodzi im o towarzystwo osób którym mogą zaufać i czuć się przez to bezpiecznie i swobodniej. Nie było to jednak regułą, ponieważ wśród badanych były również osoby nieprzywiązujące dużej wagi do osób, z którymi używają tych substancji. Jeśli chodzi o miejsce i kontekst używania marihuany/haszyszu badani przytaczali głównie dom lub mieszkanie (swoje lub znajomych), gdzie mogli po prostu czuć się bezpiecznie, zarówno ze względu na innych ludzi jak i ze względu na policję. Ale równie często badani wskazywali także na tak zwane „swoje miejsca”, z których w tym celu korzystają, w tym podwórko, park miejski, oczyszczalnia czy brzeg Wisły. Jako miejsca używania przetworów konopi wymieniano także domówki, imprezy klubowe i festiwale, czy też takie miejsca jak Zoo i galeria sztuki.

Sposoby przyjmowania. Zdecydowanie najczęstszym sposobem przyjmowania przetworów konopi jest palenie ich w postaci tradycyjnych „jointów”. Drugim z kolei najczęstszym sposobem palenia marihuany jest używanie do tego nabijanej suszem „lufki” czy też „fifki”. Częstym sposobem używania marihuany są również tak zwane „bonga”, będące rodzajem fajki wodnej, a także wykonane samodzielnie „wiadra” i „tłoki”, które cechują się intensywniejszymi i niemal natychmiastowymi efektami. Jeszcze innym i zdecydowanie rzadszym od palenia sposobem przyjmowania przetworów konopi jest jedzenie „ciastek” lub innych wyrobów przygotowanych z ich zawartością. Przy czym normą w przypadku wszystkich tych sposobów jest dzielenie się marihuaną lub haszyszem z osobami, z którymi się używa.

Rodzaje używanych substancji i politoksykomania. Pytani o używanie innych niż marihuana i haszysz substancje psychoaktywne respondenci wymieniali alkohol, tytoń oraz substancje z grupy stymulantów (MDMA, amfetamina, kokaina), psychodelików (LSD, grzyby halucynogenne) i nowych substancji psychoaktywnych (mefedron oraz inne substancje znane pod hasłem „dopalacze” lub „erceki”), a także opioidy. Przy czym, w

przypadku większości badanych substancje z tych grup były używane rzadko, dla „spróbowania”. Często było również łącznie różnych substancji przy jednej okazji (politoksykomania) w ramach czego respondenci wymieniali łączenie marihuany ze stymulantami, jak MDMA lub amfetamina, głównie w celu złagodzenia objawów abstynencyjnych (tzn. „zjazdów”), a także picie alkoholu wraz z paleniem marihuany. Niektórzy z respondentów wspominali, że po tym jak zaczęli używać przetworów konopi przestali lub znacznie ograniczali spożywanie alkoholu, między innymi ze względu na przekonania o mniejszej szkodliwości marihuany i haszyszu w stosunku do alkoholu. Opinie te nie były jednak regułą, ponieważ wśród badanych pojawiły się także zupełnie przeciwne głosy, co sugeruje, że w tej kwestii istotne znaczenie mają różnice indywidualne w postrzeganiu szkodliwości alkoholu i marihuany.

Motywy używania. Jako powody używania przetworów konopi respondenci wymieniali wiele różnorodnych motywów, dotyczących zarówno indywidualnych jak i sytuacyjnych celów, a także samych psychoaktywnych właściwości tych substancji, które były dla nich atrakcyjne. Z odpowiedzi badanych wynika, że używali przetworów konopi ze względu na: wcześniejsze zainteresowanie substancjami psychoaktywnymi czy też związanymi z nimi wyrazami kultury, jak muzyka, seriale tematyczne czy filmy dokumentalne; własną ciekawość efektów ich działania; pożądaną zmianę świadomości i postrzegania oraz intensyfikację wrażeń na przykład z jedzenia, słuchania muzyki, oglądania filmu czy interakcji z innymi; poszukiwanie nowych wrażeń oraz chęć odejścia od rutyny i normalności; a także ze względu na działanie rozluźniające, uśmierzające ból, pomagające zasnąć oraz redukujące objawy nieprzyjemnego przebiegu działania innych substancji psychoaktywnych, lub tak zwanych „zjazdów”, a także działanie towarzyskie i poprawiające samopoczucie; czy też jako forma radzenia sobie z problemami życiowymi; lub ze względu na postrzegany potencjał samorozwojowy tych substancji. Oczekiwane efekty działania przetworów konopi były tożsame z przytaczanymi właściwościami działania i motywami używania tych substancji. Respondenci oczekują, że pod wpływem marihuany lub haszyszu będą mieć lepsze samopoczucie, wewnętrzny spokój oraz przyjemniej spędzany czas. Wśród korzyści związanych z używaniem tych substancji respondenci wymieniali przede wszystkim pozytywny wpływ na relacje z innymi, zarówno poprzez wspomaganie otwartości i towarzyskości, co ułatwiło nawiązanie nowych znajomości, jak i poprzez pogłębienie dotychczasowych relacji. Celem używania przetworów konopi była możliwość osiągnięcia wyjątkowego w swojej intensywności

relaksu, a także pogłębienie czy też odświeżenie postrzegania. Z kolei dla niektórych spośród respondentów celem używania tych substancji było wspomaganie towarzyskości lub nawet procesu dorastania.

Czynniki mające wpływ na używanie. Wśród czynników ryzyka, mających wpływ na nasilenie używania przetworów konopi w badanej próbie młodzieży znalazły się głównie predyspozycje osobowościowe (poszukiwanie nowych doznań czy skłonność do nadużywania), normatywne używanie przetworów konopi wśród znajomych, rówieśników i członków rodziny, łatwa dostępność tych substancji oraz występowanie problemów ze zdrowiem i inne trudności życiowe. Z kolei do czynników chroniących zaliczało się wsparcie i monitorowanie przez rodziców, własna inicjatywa do ograniczenia swojego używania, zaangażowanie w naukę szkolną oraz posiadanie pasji.

Rynek i sposoby pozyskiwania. Według relacji respondentów głównym sposobem zaopatrywania się w nielegalne na polskim rynku przetwory konopi było pozyskiwanie ich od zaufanych znajomych, którzy mieli do nich dostęp, co było najbardziej preferowanym sposobem przede wszystkim ze względu na obawy co do jakości pozyskiwanej substancji. Badani zarówno z Krakowa jak i Warszawy podkreślali wysoką dostępność i łatwość pozyskiwania przetworów konopi i innych substancji psychoaktywnych w tych miastach. Z kolei innym wymienianym przez respondentów sposobem pozyskiwania przetworów konopi jest zamawianie ich przez Internet. Według relacji jednego z badanych używa się w tym celu popularnego forum poświęconego tematyce substancji psychoaktywnym Hyperreal oraz portalu Facebook, gdzie zamieszcza się ogłoszenia i osobiście umawia z oferującymi. Badani albo samodzielnie zamawiali lub odkupywali od znajomych pewne ilości przetworów konopi na własny użytek, albo też składali się na nie z innymi osobami. Natomiast zapytani o ewentualne zmiany jakie zaobserwowali na rynku substancji psychoaktywnych respondenci poruszali przede wszystkim temat nowych substancji psychoaktywnych, z którym wiązały się obawy co do jakości i zafałszowania obecnych na rynku przetworów konopi („domieszki”, „maczanki”), jak i innych substancji. Przy czym zwracano również uwagę na niedostateczną wiedzę i nieskuteczną edukację użytkowników substancji psychoaktywnych. Obecne były również komentarze na temat gorszej jakości i mniej korzystnego działania dostępnej obecnie marihuany.

Percepcja ryzyka. Pytani o opinie na temat ryzyka związanego z używaniem przetworów konopi respondenci wymieniali wiele rodzajów zagrożeń, które dotyczyły różnych obszarów funkcjonowania. Najczęściej wymieniane były jednak zagrożenia zdrowotne, w tym przede wszystkim niekorzystny wpływ używania tych substancji na funkcje poznawcze (jak pogorszenie pamięci, obniżenie żwawości, koncentracji i motywacji, a w rezultacie także „ogłupienie”). Większość spośród respondentów wskazywała również na ryzyko uzależnienia od marihuany lub haszyszu, przy czym podkreślano znaczenie zarówno częstości używania oraz indywidualnej podatności na rozwinięcie uzależnienia czy innych problemów ze zdrowiem psychicznym. Wymieniano także spadek kondycji, utratę wagi, osłabienie i wyniszczenie organizmu oraz utrzymujące się derealizacje lub zmiany poczucia własnego ciała. Przy czym istotnym jest, że badani użytkownicy przetworów konopi na ogół poddają w wątpliwość szkodliwość „czystej” czy „naturalnej” marihuany. Dostrzegają jednak liczne, z reguły poważne ryzyka związane z syntetycznymi kannabinoidami, tzw. „maczankami” i innymi dostępnymi obecnie substancjami, które można pozyskać jako marihuanę. Jako poważne ryzyko związane z używaniem przetworów konopi wymieniane były również konflikty z prawem, w tym przede wszystkim ryzyko aresztowania za posiadanie nawet nie wielkiej ilości substancji nielegalnych, jaką są marihuana i haszysz. Jeszcze innymi z wymienianych zagrożeń było pogorszenie relacji z rodzicami, partnerem lub przyjaciółmi oraz ogólnie zubożenie kontaktów społecznych, a także pogorszenie funkcjonowania w roli ucznia oraz straty materialne. Natomiast z prośby o refleksję na temat największego ryzyka jakie badani sami podejmują sięgając po marihuanę i haszysz wynika, że najwięcej z ich obaw sprowadza się do zagrożeń prawnych.

Negatywne konsekwencje używania. Do negatywnych konsekwencji używania przetworów konopi zaliczały się różne wymieniane przez respondentów szkody w obszarze zdrowia psychicznego i somatycznego, w tym zarówno szkody krótkoterminowe (jak trudne, niepożądane doświadczenia pod wpływem tych substancji czy różne dolegliwości somatyczne), jak i długoterminowe (wpływ na pogorszenie zdolności poznawczych czy objawy uzależnienia). Innymi szkodami był negatywny wpływ na relacje z innymi osobami (w tym kłótnie i pogorszony kontakt z rodzicami i znajomymi) oraz na funkcjonowanie w roli ucznia (odraczaniem odrabiania zajęć domowych lub nieobecności). Kilku z badanych miało również problemy prawne (jak zatrzymanie przez policję za posiadanie nielegalnych substancji). Poza tym, w badanej próbie obecne były również związane z używaniem marihuany szkody materialne oraz przytaczane przez kilku z

respondentów negatywne konsekwencje używania innych substancji psychoaktywnych (w tym alkoholu, stymulantów i „dopalaczy”).

Źródła wiedzy. Według odpowiedzi na pytanie badanych o to, skąd czerpią wiedzę na temat marihuany i haszyszu, głównym źródłem wiedzy na ten temat jest Internet, a tym: forma i kanały YouTube poświęcone tematyce substancji psychoaktywnych oraz programy i seriale telewizyjne. Przy czym do pozyskiwania tego typu wiedzy z Internetu potrzebne się jednak własne zainteresowanie i chęć „doksztalcenia się”. Drugim po Internecie źródłem wiedzy na ten temat są zaufani znajomi, którzy mają swoje doświadczenia w używaniu substancji psychoaktywnych. W kontekście tym jedna z respondentek podkreślała szeroką obecność informacji i przekazów na temat marihuany i haszyszu, w tym również od rodziców i w szkole.

Sposoby ograniczania ryzyka i szkód. Wśród sposobów ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem przetworów konopi badani przytaczali odpowiedzi dotyczące przede wszystkim minimalizacji ryzyka negatywnych konsekwencji zdrowotnych lub prawnych, ale także redukcji częstości używania z regularnego do okazjonalnego. Do odpowiedzi tych należały: uprzednie zdobywanie wiedzy na temat efektów działania marihuany i haszyszu; pozyskiwanie tych substancji z zaufanych źródeł; odpowiednie dawkowanie oraz podkreślana przez niektórych badanych „znajomość umiaru”; kontrolowanie i ograniczanie częstości używania marihuany lub haszyszu, zapobiegające rozwinięciu nawyku i tolerancji; branie pod uwagę obowiązków w kolejnych dniach przy określaniu ilości i intensywności używania podczas danej okazji; dbanie o poczucie bezpieczeństwa zarówno ze względu na odpowiednie towarzystwo i miejsce; a także sprzyjające ograniczaniu ryzyka i szkód normy i zasady w grupie znajomych, z którymi używa się przetworów konopi.

Profilaktyka – doświadczenia i opinie. Z kolei jeśli chodzi o udział w działaniach profilaktycznych, respondenci przywoływali liczne wspomnienia poświęconych tematowi substancji psychoaktywnych zajęć w szkole, w których znaczna większość była krótkimi i jednorazowymi spotkaniami. Prowadzącymi tych spotkań byli: straż miejska, policjanci, ratownicy medyczni, „ktoś z ochrony środowiska” lub chrześcijański raper. Przy czym w większości przypadków działania te nie dotyczyły tylko przetworów konopi ale narkotyków w ogóle, bądź też skupiały się na „dopalaczach”. Innymi formami

wspominanych działań w szkole były filmy o tej tematyce, puszczane na WDŻ lub godzinie wychowawczej. Znaczna większość z respondentów wypowiadała się na temat swoich doświadczeń z profilaktyką używania substancji psychoaktywnych bardzo krytycznie. Zwracali oni uwagę na nierzetelność przekazywanej wiedzy oraz nieadekwatność ich ogólnego przekazu ze względu na ciekawość, buntowniczość i potrzeby rozwojowe młodzieży. Pozytywnie do swoich doświadczeń z profilaktyką szkolną odnosił się tylko jeden z respondentów, wspominając o rzetelności przekazywanej w ramach tych zajęć wiedzy, zarówno po stronie negatywnych jak i pozytywnych efektów działania substancji psychoaktywnych. Przy czym istotne jest, że respondenci byli na ogół zgodni co do potrzeby organizacji działań profilaktycznych. Ponadto, dwoje spośród respondentów było uczestnikami programu Candis, a dwoje innych badanych, będących wychowankami Ośrodków Młodzieżowych, uczestniczyło w działaniach profilaktycznych na co dzień albo brała udział w specjalnych zajęciach „z kuratorami”. Osoby te wypowiadały się na temat swoich doświadczeń pozytywnie, przyznając, że były dla nich przydatne. Poza tym, kilku spośród respondentów wskazywało również na działania profilaktyczne jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się partyworkingiem, o których wypowiadali się bardzo pozytywnie. Natomiast jako swoje rekomendacje na temat skutecznych działań profilaktycznych respondenci wymieniali zaprzestanie podchodzenia do tematu substancji psychoaktywnych jak do tematu tabu oraz kładzenie nacisku na rzetelną edukację na temat efektów i konsekwencji działania tych substancji zamiast na „straszenie” i „karanie”. Jedna z respondentek wskazała również, że poza aspektem konsekwencji prawnych, działania profilaktyczne mogłyby „pogłębiać wiedzę” na temat skutków zdrowotnych, a także obejmować również dzieci z młodszych klas a nie tylko młodzież. Z kolei w opinii jednej z respondentek osoby prowadzące działania profilaktyczne powinny mieć własne doświadczenie w kontakcie z substancjami psychoaktywnymi. Jeszcze inni spośród badanych podkreślali zapotrzebowanie oraz brak łatwego dostępu do wiedzy z zakresu ograniczania ryzyka i szkód używania substancji psychoaktywnych.

C I. Styl życia

Z odpowiedzi badanych wynika, że większość z nich cechuje bardzo aktywny i towarzyski styl życia. Wymieniane przez nich zainteresowania i sposoby spędzania wolnego czasu, w mniejszym lub większym stopniu były również powiązane z używaniem marihuany lub haszyszu. Niektórzy z respondentów wskazywali nawet, że substancje te „weszła” w ich styl życia stając się jego częścią:

„Trochę mi to [palenie marihuany] weszło w styl życia. To zostaje w człowieku, jest takie dopasowane, wszyscy cię kojarzą właśnie z tym, wiesz że to będziesz robił czasem mniej, czasem więcej” (MK09092018M2K),

„Marihuana się stała jakby częścią mojego życia. To nie jest coś takiego, że ja muszę codziennie. Są tygodnie kiedy ja nie palę, ale przychodzi moment, że zapalę, bo ktoś mnie poczęstuje” (AŁ13092018M2W).

Do najczęstszych sposobów spędzania wolnego czasu wymienianych przez respondentów należało spotykanie się z dziewczyną/chłopakiem lub znajomymi oraz uprawianie różnych sportów i aktywności ruchowych, a w tym: piłka nożna, siatkówka, koszykówka, jazda na deskorolce, bieganie, pływanie, badminton, chodzenie na siłownię, taniec, jazda konna czy też „pewna odmiana zapasów”:

„Zazwyczaj to wygląda w ten sposób, że cały dzień mam zajęty, idę sobie na basen, lubię pływać, albo zajmuję się tym co mam do zrobienia w ciągu dnia, nawet w wakacje (...) albo spotykam się z dziewczyną, idę sobie poćwiczyć, albo jadę do kumpli, do innego miasta, które mam obok, spotykam się z nimi, wracam w nocy, czasem sobie zapalimy [marihuanę] i to bardziej tak, żeby sobie pochodzić i pogadać. Jak ludzie są w jednym stanie, to z jednego umysłu robi się kolektyw, ale to bardziej na zasadzie czystej zabawy” (BS11092018M2W),

„Najchętniej z przyjaciółmi, my się zajmujemy pewnym nietypowym sportem w Polsce, pewną odmianą zapasów i najbardziej tym się interesuję, no oprócz tego robimy różne rzeczy, zdarza się, że coś zbudujemy razem, bardzo kreatywnie spędzamy czas” (PK08102018M2W),

„Ja ogólnie zajmuję się sportem, bardzo lubię sport, nie lubię długo siedzieć w jednym miejscu bo szybko się nudzę (...) bardzo lubię zwierzęta, lubię grać w siatkę, lubię biegać, biegałam przez dłuższy czas. Strasznie lubię tańczyć, tutaj chodzę na zajęcia taneczne” (BS27092018K2W).

Kilku z respondentów wymieniało również swoje pasje, którym poświęcają sporo czasu, a wśród nich: rysunek, fotografię czy modę. Większość z badanych wykazywała żywe zainteresowanie muzyką a niektórzy są również zaangażowani w jej tworzenie:

„(...) moją największą pasją jest rysunek, zajmuję się grafiką warsztatową, manualnie nie na komputerze tworzę, fotografia, dlatego że mój ojciec jest

fotografem z zawodu, sztuka ogólnie szeroko pojęta, muzyka bardzo mocno siedzę w muzyce, filmy oczywiście dobre, różnie” (PB28092018K2W),

„Kolejna moja pasja [po sporcie] to jest muzyka, bardzo interesuję się muzyką i to nie zwykłą muzyką tylko ambientem bo na to też ma wpływ marihuana, bo muzykę po tym czuje się zupełnie inaczej (...) zacząłem się tym interesować po zażyciu THC ale potem na trzeźwo kupiłem sobie DJ zacząłem się na niej bawić, zacząłem zmieniać te dźwięki, eksperymentować w pewien sposób i zacząłem odkrywać bardzo ciekawe barwy, ciekawe tony dźwięków. Zapaliłem sobie i skupiłem się tylko i wyłącznie na sobie i na muzyce, na odbiorze tego wszystkiego” (BS11092018M2W),

„(...) zajmuję się modą, od zawsze w sumie, ale poza tym to nic więcej chyba” (JG11072018K2W).

Kilku z badanych podkreślało również spędzanie wolnego czasu na nauce, do czego albo zostają sami w domu albo spotykają się ze znajomymi:

„Czas spędzam głównie w domu zwłaszcza, że jestem w ostatniej klasie liceum” (MK06102018K2K),

„[ze znajomymi] możemy sobie gdzieś pójść czy do kawiarni czy do biblioteki na Koszykową często chodzimy i się uczymy” (AŁ16102018K2W).

Z kolei dla dwójki innych respondentów częstym sposobem spędzania wolnego czasu, jak i istotnym elementem ich stylu życia, jest uczęszczanie na imprezy klubowe, a także związane z nimi osoby, muzyka i taniec:

„To chyba ogólnie najbardziej sobie lubię potańczyć na Wixapolach lub takich innych rave’ach. To chyba jest na razie moja ulubiona rozrywka i najwięcej tam spotykam swoich znajomych, więc to też takie większe spotkanie” (JG11072018K2W),

„Ostatnimi czasy właśnie na rave’ach, w wakacje głównie bo w roku szkolnym praca i szkoła. Ostatnio te rave’y, wyjścia ze znajomymi, ostatnio się wziąłem też za robienie muzyki, właśnie tego hardcore’u. W sumie tak spędzam wolny czas” (JG24082018M2W).

Pozostałe sposoby spędzania wolnego czasu wymieniane przez badanych to czytanie książek, oglądanie filmów i seriali oraz „kolekcjonowanie breloczków i gadżetów”:

„Chłonę środki kultury. Książki, seriale, kocham kinematografię wszelaką” (JG16102018M2K),

„(...) albo się spotykam ze znajomymi, albo sobie oglądam jakiś film, albo śpię, albo się pouczę czegoś co mnie ciekawi, jakąś książkę, typowe rzeczy” (AŁ16102018K2W).

C II. Wzory i historia używania

Inicjacja

W badanej próbie, pierwsze użycie przetworów konopi wydarzyło się w gimnazjum lub z początkiem liceum, gdy byli w wieku 13-16 lat. Kontekstem tych inicjacji była domówka lub inne spotkanie ze znajomymi, którzy mieli dostęp i sami używali marihuany lub haszyszu. Przy czym nie wynikało to z presji rówieśniczej a raczej z zainteresowania i własnych chęci spróbowania:

„Pierwszy raz miałam w pierwszej liceum na imprezie, którą sama zrobiłam u siebie w domu, umówiłam się z moją przyjaciółką, żeby przyniosła [marihuanę] bo akurat jest dobra okazja, ona przyniosła i jak już większość ludzi poszła do domu to sobie zapaliłyśmy” (AŁ16102018K2W),

„(...) to była domówka (...) w wieku 16 lat, 15, no 16, coś koło tego. Jak pierwszy raz to w sumie towarzystwo paliło. Nie namawiali mnie do tego, ale mnie coś podkusiło, żeby spróbować. Nie to, że czułam się, że będę gorsza bo oni mnie nie namawiali do tego, ale w sumie ja sama chciałam spróbować” (BS27092018K2W),

„To się zaczęło mniej więcej tak, że miałam taką koleżankę, która zawsze była taka jakaś patologiczna i w młodym wieku już zaczęła te wszystkie rzeczy przyjmować i tak dalej, kiedyś się zapytałam czy miałyby coś takiego ogarnąć i zapaliłam z nią trawę” (JG11072018K2W).

Jednym wyjątkiem był respondent który swój pierwszy kontakt z marihuaną miał w wieku 10 lat. Wspominał on: *„Dwóch starszych kolegów jak miałem 10 lat to mnie zaprosiło, że tak powiem. Teraz z wiekiem wiem, że oni chcieli się pośmiać ze mnie. Ja myślałem, że niby ja się śmieję razem z nimi, ale ja nie wiedziałem z czego oni się śmieją” (AŁ13092018M2W).*

Dla większości z badanych pierwszym przetworem konopi była marihuana, czyli susz kwiatostanów i liści konopi. Jednak w przypadku dwójki z respondentów pierwszy był haszysz, czyli zlepiąca żywica tej rośliny. Przy czym jeden z nich nazwał go pejoratywnie „syntetycznym haszyszem” wskazując na zafałszowaną substancję:

„W pierwszej gimnazjum marihuana pierwszy raz, co nie było marihuaną oczywiście, bo tak się musiało stać w Polsce, że dostaliśmy kurwa syntetyczny haszysz, co musiało super swoją drogą wyglądać jak takie dzieciaczki to jarały. No i wtedy to było na zasadzie, że naprawdę myśleliśmy, że to jest super, używki są zajebiste i to najlepszy sposób na spędzanie czasu, bo tak robią dorośli ludzie, myślę że to tak działało na świadomość czy podświadomość dzieciackową jeszcze” (JG16102018M2K),

„(...) [kumpel] wyjął kulki haszu i pamiętam, że zapaliłem dwie takie kulki i wtedy poczułem (...)” (BS11092018M2W).

Przebieg używania

Swoje pierwsze doświadczenia z przetworami konopi badani wspominali na ogół pozytywnie: *„To naprawdę było bardzo fajne, przyjemne” (PB28092018K2W)*, nawet jeśli był w nich obecny lęk czy dezorientacja. Przy czym niektórzy z respondentów wspominali również, że wtedy jeszcze nie umieli się „zaciągać”, przez co w ogóle lub nie całkiem odczuli działanie substancji:

„To była druga gimnazjum. Spotkałem się ze znajomym, on miał kontakt do kumpla, to był dresiarz też. Uznaliśmy o kurczę, taka sytuacja może się już więcej nie powtórzyć, warto coś spróbować chyba, zawsze coś nowego i kto wie czy w przyszłości będziemy mieć taką okazję (...) Zapaliliśmy, mnie wtedy nie uderzyło, pamiętam, tylko mojego kumpla, bo ja nie potrafiłem się nawet zaciągać. Powiedziałem, że na mnie nic nie działa, jakiś majeranek dodajesz po prostu, powiedział dobra spokojnie, pójdziemy do mnie, wtedy wyjął kulki haszu i pamiętam, że zapaliłem dwie takie kulki i wtedy poczułem, że zaczyna mi się rozjeżdżać jaźń. Pojawiła się sytuacja, śmieszna bo ja się strasznie bałem, że mój tata się o tym dowie, zacząłem sobie wyobrazać że mój tata się o tym dowiedział. Nie potrafiłem sobie urzeczywistnić co się właśnie dzieje. Ale potem bardzo przyjemna była cała ta sytuacja” (BS11092018M2W),

„Za pierwszym razem to było, oj nawet dawniej zacząłem tylko tego nie robiłem tak konsumpcyjnie tylko bardziej dla spróbowania, to była 3 gimnazjum, ja jeszcze nie zdałem w szóstej klasie więc byłem starszy o rok. Były to urodziny kolegi, on tam

przyniósł coś, już nie pamiętam czy to było z lufy czy coś i po prostu zapaliłem, nie umiałem się zaciągać” (PK08102018M2W),

„Za pierwszymi razami w ogóle nic nie czułem. Dopiero po 6 miesiącach zacząłem czuć jak to jest być na haju. Tak się stało, z dwoma kolegami byliśmy u niego w mieszkaniu, miał akurat to zapaliliśmy” (MK09092018M2K).

Niezależnie od motywów i jakości tych pierwszych doświadczeń z przetworami konopi, były one później kontynuowane przez wszystkich respondentów. Historię ich kontaktu z tymi substancjami różniły się jednak pod względem wzorów, częstości i trajektorii używania, a także sięganiem po inne substancje psychoaktywne. Część z respondentów początkowo z różnych powodów stroniła od marihuany i haszyszu, jednak po pewnym czasie wróciła do jej używania, szybko je nasilając:

„W wieku 15 lat spróbowałam pierwszy raz marihuany. W małych ilościach i cóż, potem sobie myślałam, dobra nie będę tego robić bo to jest złe, ale od jakiegoś czasu znowu spróbowałam i tak już zostało, zdarzy się często czasami” (JG18102018K2K),

„Na początku to w ogóle mnie do tego nie ciągnęło, bo nic w sumie nie czułem po tym. Z czasem się rozkręcało (...) Od pierwszego razu przez dwa lata późniejsze to raczej nie wzrastało to szybko. Dopiero od jakiegoś roku, półtora jest tak, że chociaż dwa razy na tydzień to muszę, bo jestem zdenerwowany bardzo, wszystko mnie irytuje. Nie wiem co sprawiło, może grupa znajomych, bo oni też zaczęli więcej, nie wiem coraz więcej. Nie mogę do końca określić przez co” (MK09092018M2K),

„Jak tata mnie przyłapał, że paliłem nie zrobił mi nic złego. Przyniósł mi jedzenie i zapytał czy nie chcę czegoś do picia wiedział w jakim jestem stanie, sam kiedyś zapalił i wiedział jaki to jest stan. Nie był na mnie zły, ale powiedział że następnym razem będzie wkurzony za to co zrobiłem w tak młodym wieku. Wtedy przestałem i wróciłem dopiero wtedy jak zrobiłem się starszy” (BS11092018M2W).

Inni od razu kontynuowali swoje pierwsze doświadczenia z rosnącą częstotliwością, jednak po okresie intensywnego palenia przetworów konopi straciły one „swoją magię” lub „zaczęły szkodzić”, przez co ograniczyli swoje używanie do okazjonalnego. W innych przypadkach zaprzestano lub ograniczono jej używanie na skutek nieprzyjemnych doświadczeń pod wpływem marihuany lub innych substancji psychoaktywnych, które zaczęto używać później:

„Od 1,5 roku nie było takiej sytuacji, żebym nie zjarał sobie, nie było takiej sytuacji. A zacząłem jakoś 2 lata temu (...) A jak zacząłem to robić używkowo (...) to było bardzo fajnie, że nagle można było wyłączyć myślenie i zająć się samą zabawą, gadać o jakichś dziobakach, kolega wyjął ze śmieci stare mleko dolał do niego wody i powiedział, że to jest drink, takie rzeczy były śmieszne wtedy. Takie właśnie były akcje, później się to zaczęło tonować, wiadomo jak się częściej zażywa to traci swoją magię i teraz to trochę inaczej wygląda. Teraz to są spokojne posiadówki, nie ma takiego szału” (PK08102018M2W),

„[za pierwszym razem] naprawdę było bardzo fajne, przyjemne, najczystszy towar jaki paliłam w życiu. Wypaliłam dość dużo i po tygodniu zapaliłam małą ilość, bardzo mi się to spodobało. Po tygodniu zaczęłam palić z wiadra. Sporo. Trzeci raz jak paliłam marihuanę to było jednocześnie trzy buchty z lufy, cztery buchty z bongy i potem dali mi wiadro. Myślę, że dlatego, że z grubej ruty strzeliłam to dlatego jeszcze bardziej w to weszłam. (...) paliłam przez niecały rok i do tego stopnia, że paliłam co dwa dni. Na Woodstocku byłam sześć dni, bo przyjechałam 3 dni wcześniej i codziennie dużo piłam i dużo paliłam. Cały czas byłam skuta, paliłam codziennie po kilka blantów i nadal miałam jeszcze to 17 lat, to było trochę za wcześnie, szczególnie na tak krótki okres używania, niektórzy to od lat już robili. Mózg mi się przejarał, to też nie było dobre, bo było albo za darmo albo tanie i strasznej schizy dostałam, powiedziałam że to koniec, to nie był koniec, tylko ograniczyłam i teraz uznaję, że to koniec po tym jak zażyłam ten klefedron, powiedziałam dość, tak nie można” (PB28092018K2W),

„[później] spróbowałam emki [MDMA] potem fety i tak się wkręciłem. Zaczęło mnie to ciekawić, bo to nie jest tak szkodliwe jak wszyscy mówią. To są jakieś mity, zacząłem o tym czytać, próbować nowych substancji, doszło do tego że mam przerobionych ponad 70 substancji, do stowy dobijam (...) teraz staram się ograniczać, chyba że znajdę jakąś neosubstancję, która mnie zaciekawi z tych co ci mówiłem. A tak to się ograniczam do tego polodonu, do emki, trawę też przestałem prawie w ogóle palić bo zaczęła mi szkodzić, coś mi się stało z tolerancją, nie wiem dlaczego zaczęła mi szkodzić, chyba to moje nastawienie psychiczne, że po wypaleniu większej ilości mój organizm reagował na sam zapach i chęć wymiotowania. Nie wiem, czy coś się przejadło, jak się ujaram to zdarza mi się, że chce mi się wymiotować” (JG24082018M2W).

Jeszcze inaczej było w przypadku dwóch spośród respondentek, które od samego początku wykazywały do tego stopnia silną chęć kontynuacji swojego używania marihuany, że robiły to pomimo ścisłej kontroli ze strony rodziców, wizyt u terapeuty uzależnień, czy też ryzyka przeniesienia do Ośrodka Młodzieżowego:

„Na samym początku strasznie się zajarałam tym (...) To było takie wow, wielkie coś, straszna euforia, strasznie to dobrze na mnie działało. No i ograniczałam się tak do jednego razu w miesiącu, tak dwa razy w miesiącu maks. Potem to tak przychodziło coraz łatwiej takie kupowanie, palenie tego i tak dalej, szybciej schodziło to wszystko, zaczęłam trochę częściej palić, potem był taki okres w moim życiu jak moja mama przeczytała moje konwersacje z moją koleżanką, z tą nieciekawą koleżanką no i wielka afera, jakiś psycholog, terapia uzależnień (...) Strasznie szybko to wszystko nastąpiło, dopiero co zaczęłam i już się wkopałam, przez 4 miesiące potem miałam przerwę i wcale nie paliłam zielska, ale przez to, że skumulowały się te wszystkie problemy nagle z rodzicami, ze wszystkim, że wiedzieli i na każdym kroku badania jakieś, narkotesty takie tam, to przez to strasznie pogorszył się mój stan psychiczny i zaczęłam pić alkohol (...) Ale po 4 miesiącach już sprawa się mniej więcej ogarnęła i znowu zapaliłam (...) Teraz mniej więcej palę 3-4 razy w tygodniu ale to nie jest tak, że muszę czy coś takiego, ale zawsze zdarza się okazja, ktoś ma, ktoś zaprosi mnie. (...) od kiedy ta marihuana weszła do mojego życia, to do tego czasu cały czas była i nigdy się nic nie zmieniało oprócz tego, że coraz więcej zaczęłam palić, coraz częściej i tyle no” (JG11072018K2W),

„Ja jak pierwszy raz zapaliłam to sobie myślę, że więcej tego nie zrobię, bo jednak miałam stracha przed mamą gdyby mnie zobaczyła w takim stanie to, czy nawet pani kurator jakby mi chciała testy zrobić, a nie będę ukrywać, że dużo mnie nie dzieli od ośrodka. Chociaż nie będę ukrywać, że teraz zaczęłam używać tego więcej, bo sobie myślę dobra raz się żyje. Nie wiem, tak zostało teraz to już się tak z tym... wtedy byłam młodsza, teraz tak już na to nie patrzę. Jeżeli by ktoś z mojej rodziny, czy pani kurator zobaczyliby mnie w takim stanie, no trudno nie” (JG18102018K2K).

Z kolei dwie inne dziewczyny, które brały udział w badaniu kontynuowały swój pierwszy kontakt z marihuaną ale na skutek nieprzyjemnych doświadczeń pod jej wpływem „zraziły się” do tej substancji i szybko przestały ją używać:

„Marihuanę zdarzyło mi się tak szczerze zapalić chyba tylko z 5-6 razy i to też nie w dużej ilości, bo nieraz potrafiłam wziąć trzy buchty i szłam spać. Ale to też zależy od towarzystwa. Z tym towarzystwem, z którym wcześniej się zadawałam to namawiali mnie do różnych rzeczy, ale zazwyczaj odmawiałam, bo nie chciałam tego brać. (...) No teraz to już wcale [nie palę]” (BS27092018K2W),

„Nie widzę w tym przyjemności, mam dużo znajomych i oni mają jakieś dziwne fazy, czasem tak spokojnie pośmieją się i tak dalej, ja tak nie mam, źle się czuję, jest mi gorąco, jest mi zimno, chce mi się wymiotować. Może też tak miałam, bo wiadomo, że są różne te rodzaje, też się nad tym nie rozwodzę, może miałam jakiś gorszy okaz, jak zapaliłam jeden raz, drugi, trzeci. Bardzo się zraziłam do tego. Ciężko było, miałam raz tak, że paliliśmy z 3 lata temu, miałam inne towarzystwo trochę, oni bardzo dużo palili, zapaliłam u jednego z kolegów, zmiotło mnie totalnie, byłam totalnie przytłoczona, wszystko było dziwne, oni byli dziwni, już chciałam uciekać. Było dużo takich sytuacji, że czułam się źle i niefajnie (...) Chociażby ze swoim chłopakiem, z którym jestem już trochę, pamiętam, że gdzieś byliśmy na rynku i też zapaliłam i patrzyłam się na niego jakbym go w ogóle nie poznawała, dziwnie się zachowywał dla mnie, a robił to co zwykle robił zawsze. A ja sobie wkręcałam dziwne rzeczy (...) Stres, strach. Raz mi ręce ścierpły, tak to chyba nie. Fizycznie jakoś nie, ale wymioty no i ręce mi cierpły” (MK06102018K2K).

Wśród respondentów był również chłopak, który używał substancji w sposób problemowy i przejawiał objawy uzależnienia. Prócz przetworów konopi używał on jednak również innych substancji psychoaktywnych, mieszając je ze sobą:

„Początki były takie, że wolałam wziąć mniej, dobrać więcej. Potem już mówili mi weź połowę, bo mocne, a ja dawaj całe, co tam. Eksperymentowałam ze wszystkim, LSD z ziołem wziąłem, ze wszystkim z czym się da. Już byłem uzależniony, ale jeszcze się do tego nie przyznałem nikomu ani samemu przed sobą. Na początku zaczęłam pieniądze wyciągać, a to do szkoły, a to wycieczka, a to coś, a to wisiołek z komunii zastawić, a to telefon” (AŁ13092018M2W).

Towarzystwo używania

Z relacji badanych wynika, że przetwory konopi są używane najczęściej w gronie przyjaciół czy znajomych. Przy czym większość podkreślała, że chodzi im o towarzystwo osób którym

mogą zaufać i czuć się przez to bezpiecznie, a nawet że mają do tego jedynie paru stałych towarzyszy:

„Bardzo rzadko zdarza się, że palę sam. Raczej staram się palić w towarzystwie, w bardziej zaufanym gronie, gdzie się znamy wtedy każdy wie kto kiedy żartuje i tak dalej, nie ma jakichś później konfliktów, że co ty powiedziałeś czy coś” (AŁ13092018M2W),

„[palę] głównie podczas spotkań ze znajomymi albo na imprezach (...) ale najczęściej z tym moim przyjacielem, on dużo pali i on zawsze ma więc jak się spotykamy to spotykamy się żeby też zapalić. Z nim najczęściej. A tak, to jeżeli kupię od niego albo od kogoś innego to z moją przyjaciółką, z tą dwójką najczęściej” (AŁ16102018K2W),
„Przeważnie tak [z tą samą koleżanką], czasami się dołączą [inni znajomi], ale przeważnie tak, ta jedna tylko” (JG18102018K2K).

Pytani o znaczenie towarzystwa tych bliskich znajomych respondenci wskazywali, że mogą poczuć się „przy nich swobodniej”, że z nimi: „można dać bardziej upust temu co się czuje” (PB28092018K2W), lub też nawet, że: „To [obecność tych przyjaciół] definiuje dobrą zabawę” (JG16102018M2K):

„Może takie [znaczenie], że czuję się przy nich swobodniej. Jak jestem w gronie najbliższych to mnie nakręca tak czy siak, pozwala mi się rozluźniać, wiem że mogę powiedzieć wszystko, zrobić wszystko i jakby mogę robić z siebie kretynkę po ziole, bo wiem że mnie nie oceniają, że mogę powiedzieć wszystko, no śmieją się ze mnie czy ze mną, ale to nie jest niemiłe tylko wspólne” (AŁ16102018K2W),
„(...) założmy wyjazd wspólny, wypad gdzieś tylko w głowie, że wspólnie przeżywanie podobne stany. Czuje się taką jedność, stąd się wzięło słowo joint, że joint łączy” (PB28092018K2W).

Używanie marihuany i haszyszu jedynie w towarzystwie przyjaciół nie jest jednak regułą, gdyż pojawił się również głos na rzecz tego, że: „jakoś znaczenia to nie ma z kim. Bardziej, żeby była druga osoba, żeby z nią pogadać. Właściwie nie ma znaczenia z kim, ja aż takiej wagi nie przywiązuję” (MK09092018M2K). Z kolei innych chłopak tłumaczył, że zazwyczaj pali marihuanę z nowo poznanymi osobami: „Najczęściej palę z osobami, które dopiero poznaję niż z takimi, które znam już dłuższy okres czasu” (JG24082018M2W). Sugeruje to, że pierwszorzędne znaczenia ma samo w sobie towarzystwo innych osób używających marihuanę niż jakoś relacji z nimi. Za sugestią tą opowiadają się również wypowiedzi kilku

z respondentów, którzy wskazywali na specjalne okoliczności używania przetworów konopi w samotności, a także przytaczali niepożądane doświadczenia z tym związane:

„[palę również sama] ale to już jest taka sytuacja, że nie mogę zasnąć albo cokolwiek jest nie tak i marihuana mogłaby pomóc” (JG11072018K2W),

„Jak palę to z kimś, bo nie lubię palić sam, jak palę sam to jestem dezorientowany i taka cisza, że nie mam kogoś obok jest przygniatająca” (BS11092018M2W),

„Sama bardzo rzadko, to też jest śmieszne bo samemu jest o wiele inaczej, mało przyjemnie. Samemu to z pięć razy w życiu, dosłownie” (MK09092018M2K).

Z kolei dla jeden z respondentek głównie znaczenie miało to, żeby nie używać marihuany w zbyt licznym towarzystwie, co ograniczało ją do „kameralnego” grona najbliższych osób z którymi się spotykała, jak i wykluczało używanie tych substancji w kontekście imprez: *„Przeważnie paliłam w mniejszej grupie osób, z dwoma, z trzema (...) w dużej źle się czułam, wolałam być w kameralnym towarzystwie na przykład z moją przyjaciółką usiąść, pośmiać się i tyle. Bardzo źle reagowałam w dużej grupie, stresowałam się po prostu. Inaczej na ludzi patrzyłam jak byłam spalona to inaczej, wszyscy mi się wydawali dziwni, inni. Jakbym ich nie znała. Lubiłam z bliskimi osobami i to się przyczyniło, że na imprezach też nie paliłam i nie palę” (MK06102018K2K).*

Dla społecznego charakteru używania przetworów konopi istotna może być również ich ograniczona dostępność, gdyż przynajmniej niektórzy z respondentów używali tych substancji gdy byli nimi częstowani lub też składali się na nie ze znajomymi, z którymi wspólnie używali:

„Najczęściej nie kupuję własnego zielska, najczęściej jestem nim częstowana” (JG11072018K2W),

„Nie miałam okazji palić sama, zawsze paliłam z kimś (...) Najczęściej składaliśmy się, tak, składaliśmy się” (BS27092018K2W).

Kontekst i miejsce używania

Jeśli chodzi o miejsce i kontekst używania marihuany i haszyszu badani przytaczali głównie „dom” lub „mieszkanie” (swoje lub znajomych) gdzie mogli po prostu czuć się bezpiecznie, zarówno ze względu na innych ludzi jak i policję:

„Najczęściej palę u siebie w mieszkaniu. Czasami na mieście ale nie lubię tego robić, czasami jak jestem z przyjacielem moim, ale się boję więc najczęściej u siebie w mieszkaniu. Boję się na zewnątrz, że jakaś policja czy coś, stresuję się” (AŁ16102018K2W),

„Najczęściej właśnie mój dom” (JG11072018K2W),

„W domu u kogoś, albo z bratem u mnie ale to był dom” (MK06102018K2K).

Ale równie często badani wskazywali także na tak zwane „swoje miejsca” z których w tym celu korzystają, a wśród nich: podwórko, ławka przed blokiem czy *„ta oczyszczalnia (...) to było takie miejsce, że tam się szło po to, żeby zapalić”* (JG11072018K2W). Przy wyborze danego miejsca istotna jest jego znajomość i związane z nim poczucie bezpieczeństwa, jak i jego jakość otoczenia, przez co częstymi wyborami są parki miejskie i „łono natury” lub jak w relacji jednej z respondentek: *„też dla zabawy przychodzimy na jaranie w takie śmieszne miejsca, jakies zoo, galeria sztuki, tam trochę poeksplorować tego wszystkiego co może być trochę ciekawsze pod wpływem [marihuany]”* (JG11072018K2W).

„Preferuję w jakichś parkach czy coś ale to też za często nie ma okazji, najczęściej to w Krakowie u kogoś w domu, albo na jakichś miejscówkach naszych ładnych, czasami na kopcu Kraka, różne są, po całym Krakowie. Najchętniej to paliłbym w górach czy coś, z jakimś ładnym widokiem” (MK09092018M2K),

„Przeważnie przed blokiem, przed blokiem jest taka ławka. Przeważnie na ławce czy podwórko obok, jak lato było to i nad Zegrze się zabierało, na jezioro pojechaliśmy sobie tam zapalić, zdarza się w domu właśnie, w domu to na balkonie, w parkach” (AŁ13092018M2W),

„W lasach często, w domach, w parkach publicznych. W parkach to chyba najczęściej” (PB28092018K2W).

Jedna z respondentów wspomniał również o festiwalu „Woodstock” (JG18102018K2K), a inny wymienili domówki i imprezy klubowe:

„Na pewno imprezy i domówki. U mnie w mieście nie było klubów. Był jeden klub, więc bardziej domówkowe, albo siedzieliśmy w samochodach, jeździć tam i z powrotem (...) Kluby z muzyką z wysokim bpm, dużo rzadziej w gronie bliskich

znajomych bardziej od święta, na domówkach żeby sobie posiedzieć i pogadać do 7 rano” (JG16102018M2K),

„(...) jak już się z kimś spotykam i mam być nietrzeźwa, to prędeż na Wixapolu [impieza klubowa]” (JG11072018K2W).

Wymieniana przez badanych różnorodność miejsc i kontekstów używania przetworów konopi może wynikać z ich efektów działania w porównaniu z innymi substancjami psychoaktywnymi, o czym jeden z respondentów powiedział, że: *„(...) to nie robi żadnych halucynacji, żadnych schiz, to można brać na prawie każdym rodzaju imprezy” (PK08102018M2W).*

Sposoby przyjmowania

Respondenci wypowiadali się również na temat sposobów przyjmowania przetworów konopi. Według ich relacji, zdecydowanie najczęstszym sposobem jest palenie ich w postaci tradycyjnych „jointów” (nazywanych także: „skrętami” czy „gibonami”), czyli ręcznie przygotowywanych skrętów przypominających wyglądem (różnej grubości) papierosa, wypełnionego suszem marihuany pomieszanym zwykle z tytoniem. Drugim z kolei najczęstszym sposobem palenia marihuany jest używanie do tego nabijanej suszem „lufki” czy też „fifki”, czyli niewielkiej, zazwyczaj szklanej rurki pierwotnie przeznaczonej do palenia umieszczonego w niej papierosa:

„Najczęściej za pomocą skrętów, gibonów” (AŁ16102018K2W),

„Najczęściej to przez fifkę, kręcone jointy na imprezach” (AŁ13092018M2W),

„Palłam kiedyś bongo czy z lufki ale wolę jointa skręcić” (JG18102018K2K).

Przy czym zarówno w przypadku używania skrętów jak i lufki, normą jest dzielenie się nimi z osobami z którymi pali się marihuanę: *„Dzieliliśmy się oczywiście” (BS27092018K2W).*

Częstym sposobem używania marihuany są również tak zwane „bonga”, będące rodzajem fajki wodnej. Inspirowane tą ostatnią metodą są również wymieniane przez kilku z respondentów „wiadra” i „tłoki”, czyli wykonane samodzielnie za pomocą takich materiałów jak wiaderko, butelka, folia aluminiowa i korek, fajki wodne:

„(...) masz butlę i wodę, jak masz korek to wkładasz lufkę, opalasz ją i ciągniesz, żeby ciśnienie wszystko ściągało. To są właśnie tłoki. Potem odkręca się i wszystko się wtlacza do płuc” (JG24082018M2W),

„Teraz to już nie, ale kiedyś to jeszcze te bongy, były te rzeczy, były” (AŁ13092018M2W),

„Jointy, bongy, wiaderka czasem, ale to takie sytuacje, że po imprezkach najczęściej. Co jeszcze? Chyba to wszystko, jointy i bongy najczęściej” (JG11072018K2W).

Przyjmowanie marihuany lub haszyszu w ten sposób wiąże się z intensywniejszymi i niemal natychmiastowymi efektami. Niektórzy spośród respondentów przytaczali również wspomnienia trudnych doświadczeń związanych z używaniem przetworów konopi za pomocą tej metody: *„Raz dostałam zapalenia serca, właśnie po tym wiadrze, kiedy zapaliłam 3 raz w życiu. Też nie wiedziałam, że to aż tak mnie zgniecie. Wzięłam z tego wiadra sporą chmurę i nagle poczułam, że mi serce przyspiesza i po nie wiem jakim czasie zaczęło mi tak łomotać, że myślałam że kładę się na ziemi, wtapiam się w podłogę, przed oczami czarna plama, odzyskuję przytomność, wszystko mi faluje nie wiem co się dzieje, no i się okazało, że siedziałam cały czas z otwartymi oczami, no i potem sprawdzałam w internecie, że dostałam zapaści sercowej w momencie, kiedy mi zaczęło tak szybko bić” (PB28092018K2W).*

Innym i zdecydowanie rzadszym od palenia sposobem przyjmowania przetworów konopi jest jedzenie „ciastek” lub innych wyrobów przygotowanych z ich zawartością:

„Czasami ciastka jak koleczy zrobią to kupię od nich, ale najbardziej lubię gibony” (AŁ16102018K2W),

„Raz mi się zdarzyło ciasto zjeść, ale to było z dwa lata temu i nie poczułem, wcale nie zadziało, od tamtej pory nie próbowałem, tylko paliłem. Nie mam innego sposobu” (MK09092018M2K).

Rodzaje używanych substancji psychoaktywnych i politoksykomania

Pytani o używanie innych niż marihuana i haszysz substancje psychoaktywne respondenci wymieniali: alkohol, tytoń oraz substancje z grupy stymulantów (MDMA, amfetaminy, kokaina), psychodelików (LSD, grzyby halucynogenne) i nowych substancji psychoaktywnych (mefedron oraz inne substancje pod hasłem „dopalacze” lub „erceki”), a także opioidy. Przy czym w przypadku większości badanych substancje z tych grup były używane rzadko, dla „spróbowania”.

Jednak kilku z respondentów, zgodnie z opisywaną wyżej historią używania substancji psychoaktywnych, miało kontakt również z wieloma innymi substancjami:

„(...) mam przerobionych ponad 70 substancji, do stowy dobijam”
(JG24082018M2W),

„Z każdej z grup brałem, z opioidów kodeinę, ze stymulantów to mefedron MDMA i z psychodelików biorę kwas. Psychodeliki mi się najbardziej podobają”
(MK09092018M2K),

„Eksperymentowałem ze wszystkim, LSD z ziołem wziąłem, ze wszystkim z czym się da” (AŁ13092018M2W).

Natomiast jeśli chodzi o łącznie różnych substancji przy jednej okazji, czyli politoksykomanie, kilku z badanych wymieniło łączenie marihuany ze stymulantami, jak MDMA lub amfetamina. Przy czym z ich relacji wynikało, że zdarzało się to w trakcie imprez klubowych lub też po nich, kiedy marihuana były używana w celu łagodzenie objawów odstawiennych (tzn. „zjazdów”):

„Młodzi ludzie (...) idą na imprezę, chcą się dobrze bawić i często lecą za ostro tak jak ja poleciałem, że poszła amfetamina, poszło ecstazy i miałem depresję. Czułem się dobrze, ale odchorowałem to przez trzy dni” (BS11092018M2W),

„(...) żeby się wycizlować na bad tripie jeśli się go ma, albo na na zjazdy na stimy [stymulanty] jakieś. Bo już nie palę rekreacyjnie, tylko bardziej jak coś przeciwdziałającego, ale jeszcze kiedyś, niedawno jak paliłem to była odskocznia, to było coś czym mogłem się wyluzować, to było tak jak niektórzy biorą leki na ból głowy apap, ibuprom, to jak dla nich są leki, tak dla mnie była baka”
(JG24082018M2W),

„(...) często [używam marihuany] po prostu, żeby nie mieć takiego stanu niepokoju jak jestem na zjeździe i nie mogę zasnąć, nie wiem, mam jakieś odruchy jak na przykład tupanie nogą albo coś takiego. Poza tym marihuana strasznie pomaga, trochę mnie wylutowuje, jest wolniej dosyć, jak czasem jest trochę za szybko. Trochę pomagai” (JG11072018K2W).

Częściej wspomniano jednak o picciu alkoholu wraz z paleniem marihuany:

„Najczęściej jeżeli chodzi o łączenie to jest alkohol, w sensie jeżeli już to idę sobie na posiadówę i podstawa jak się najpierw napijesz i zapalisz to będzie źle, jak na odwrót to będzie fajnie” (BS11092018M2W),

„Alkohol zawsze (...) Nie zawsze, ale wiadomo czasami w tygodniu jest sama marihuana, jeśli już to piwko, ale raczej nie w piątek. W piątek muszę się napić alkoholu, jestem pobudzona i tak otwarta po alkoholu, to mam fajną schizę i to lubię łączyć” (AŁ16102018K2W),

„Tak, z alkoholem. Najczęściej z alkoholem, ze dwa piwa żeby fajniej weszło” (PB28092018K2W).

Niektórzy z respondentów wskazywali nawet, że po tym jak zaczęli używać przetworów konopi i innych substancji psychoaktywnych, zmienili swój stosunek do alkoholu, w rezultacie czego przestali lub znacznie ograniczali jego spożywanie:

„Nie, teraz już nie piję prawie. Nie ma sensu. Nie uważam tego za potrzebne” (JG16102018M2K),

„Alkohol jest drugorzędną substancją teraz, tak bym powiedział” (MK09092018M2K),

„(...) ja alkoholem strasznie gardzę. Bardzo rzadko piję alkohol, piję tylko piwo, wódy w ogóle nie tykam bo miałem sytuację, że przedawkowałem alkohol, za dużo wypilem, bardzo chorowałem. Nie kręci mnie coś takiego a faza nie jest tego warta, nie kręci mnie po alkoholu. To jest ostatnie wydarzenie, przez które przerzuciłem się na twardsze używki” (JG24082018M2W).

Wśród badanych obecne były przekonania i opinie na temat mniejszej szkodliwości marihuany i haszyszu w zarówno w stosunku do alkoholu. Na własnym przykładzie zwracali oni uwagę, że w przeciwieństwie do przetworów konopi alkohol wywołuje nieprzyjemne i niepożądane stany, w tym także zachowania agresywne:

„(...) przynajmniej jest to mniej szkodliwe od picia alkoholu przynajmniej w moim przekonaniu, że nie ma czegoś takiego, że jest zgon, wymioty, potem jest kac moralny (...) Jeżeli przesadzi się z ziołem to idzie się spać, ja przynajmniej tak miałem” (BS11092018M2W),

„Sprawia mi to przyjemność, powiem tak, dużo bardziej wolę zapalić marihuany, nawet jedną fijkę czy tam jointa z kimkolwiek na dwóch niż napić się wódki, bo po

wódce człowiek głupieje, a marihuana uspokaja, wycisza, dobry nastrój wprowadza, uspokaja po prostu, a jak wypiję wódkę to szukam awantury” (AŁ13092018M2W), „(...) byłam strasznie wyniszczona jak piłam ten alkohol. Totalnie. Źle to strasznie wspominam. Strasznie mi w ogóle głupio o tym mówić, że 15-latka tak, no strasznie byłam wyniszczona ale jak paliłam zielsko to było super, zawsze najedzona, wypoczęta bo szybko szłam zawsze sobie spać, wszystko było zawsze w porządku” (JG11072018K2W).

Jeden z respondentów wskazał również na mniejszą szkodliwość marihuany w stosunku do tytoniu: *„Na pewno [marihuana] mniej szkodzi niż papierosy” (AŁ13092018M2W).*

Doświadczenia te i opinie nie są jednak regułą, ponieważ wśród respondentów pojawiły się zupełnie przeciwne głosy na temat alkoholu:

„Preferuję bardziej alkohol [od przetworów konopi]. Po alkoholu dobrze się czuję” (MK06102018K2K),

„(...) z nowo poznanymi [osobami] to alkoholu się lepiej napić uważam. Nie chodzi o to, że bezpieczniej, po prostu każda używka ma swój charakter i alkohol jest najlepszy do poznania się z kims” (PK08102018M2W),

„(...) po alkoholu nie mam problemu, żeby podejść do chłopaka, który mi się podoba podejść, po marihuanie jest wręcz przeciwnie, zaczynam myśleć, że nie, nie dość że nie podejdem to pewnie on myśli, że jestem jakąś kretynką” (AŁ16102018K2W).

Z kolei dla jednego z badanych chłopaków zarówno działanie alkoholu jak i marihuany było porównywalne, co świadczy, że w kwestii tej istotne znaczenia mają różnice indywidualne:

„Mam tak, że normalnie rozmawiam, sobie siedzę, trochę się rozlewam, przyjemnie mi się rozmawia, muzyki się słucha, spędza mi się czas przyjemnie, tak samo jak ktoś się lubi napić piwa” (BS11092018M2W).

C III. Motywy używania

Cele używania

Pytani o powody używania przetworów konopi respondenci wymieniali wiele motywów, w tym zarówno indywidualnych i sytuacyjnych celów, jak i samych psychoaktywnych właściwości tych substancji, które były dla nich atrakcyjne. Badani byli zgodni co do

większości z wymienionych motywów, które jednak nie zawsze całkowicie się ze sobą pokrywały, skąd ich liczebność i różnorodność. Jedna z respondentek powiedziała nawet, że *„Fajne to jest w marihuanie, że niezależnie jak dużo byś palił to zawsze inaczej działa, każde palenie jest inne”* (PB28092018K2W).

Z odpowiedzi badanych wynika, że używali przetworów konopi ze względu na:

– wcześniejsze zainteresowanie substancjami psychoaktywnymi czy też związanymi z nimi wyrazami kultury, jak muzyka, seriale tematyczne czy filmy dokumentalne:

„Jak dorastałam to bardzo się fascynowałam hipisami, rockiem psychodelicznym, ogólnie pojętą psychodelią. Chciałam zawsze [spróbować]” (PB28092018K2W),

„Bardziej się interesowałam odmiennym stanem rzeczywistości, zawsze mnie to interesowało. Jak patrzyłem na różnych programach National Geographic i tak dalej, były też takie seriale o narkotykach, zawsze mnie to ciekawiło jak odmienne stany świadomości” (MK09092018M2K);

– własną ciekawość ich działania:

„To zawsze była eksploracja mojej ciekawości. Chciałem coś innego” (JG16102018M2K),

„(...) byłam ciekawa tego jak po tym wszystkim jest więc spróbowałam” (JG18102018K2K);

– pożądaną zmianę świadomości i postrzegania oraz intensyfikację wrażeń na przykład z jedzenia, słuchania muzyki, oglądania filmu czy *„interakcje z drugim człowiekiem”*, po wpływie działania marihuany lub haszyszu:

„(...) wszystko widzę inaczej, cały świat jest dla mnie fajniejszy. Wolę obejrzeć film po zjaraniu, bo będzie śmieszniejszy, ciekawszy. Albo myślę, że o napiszę wypracowanie z polskiego ale chciałabym też się zjarać, to mogę sobie zapalić gibona, żeby mieć większą wenę twórczą, ale kończy się tak, że nie mam siły i tego nie robię. Dlatego teraz najpierw robię lekcje i potem dopiero (...) lepiej przed jedzeniem obiadu czy kolacją fajnie zapalić bo będzie lepiej smakowało” (AŁ16102018K2W),

„[palę ze względu na] dobry czas jaki spędzam w tym. Mam tak, że normalnie rozmawiam, sobie siedzę, trochę się rozlewam, przyjemnie mi się rozmawia, muzyki się słucha, spędza mi się czas przyjemnie” (BS11092018M2W),

„Jak palę to czuję rozluźnienie, od razu mi kąciki ust idą do góry, wszystko jest śmieszne co się dookoła dzieje. Ludzie są w jednym stanie umysłu w danym momencie i patrzą na coś przez jeden pryzmat. Jak palimy to łatwiej nam się porozumieć. Dyskusje są na jednym poziomie, jemy coś kwaśno-słodkiego, żelki jakieś i sama dyskusja jak dobre one są sprawia nam przyjemność. Interakcje z drugim człowiekiem w takim momencie to jest coś wspaniałego” (BS11092018M2W);

– chęć „odcięcia się od normalizmu” i rutyny, „znudzenie rzeczywistością” i poszukiwanie nowych wrażeń, „jakiejś odmiany”:

„Odcięcia się od normalizmu, od tej rutyny no bo nie znoszę rutyny. Wstajesz rano, śniadanie, szkoła, lekcje, przerwa, lekcje, przerwa, drugie śniadanie lekcje, przerwa w międzyczasie zjebka od nauczyciela, po miesiącu zaczęłam dostawać już kurwicy, nie byłam w stanie wysiedzieć w szkole. Właśnie to jest jeden z powodów, że nie zdałam, moja frekwencja w szkole wynosiła 40 procent. Ogólnie uważam, że polskie szkolnictwo jest kompletnie do dupy, ale to jest na inny temat. Doszedłem do tego, że ziolo zapewnia coś takiego, że można się w pewien sposób odciąć, jakby przełamać tą rutynę” (JG24082018M2W),

„(...) nudziłem się rzeczywistością, chciałem jakiejś odmiany, to jest właśnie najważniejsze” (MK09092018M2K),

„Raczej żeby się odciąć od rutyny i świata, który może kiedyś był dobijający a teraz po prostu nudny” (PB28092018K2W);

– działanie rozluźniające i uspokajające, a więc redukujące napięcie i stres:

„Lubimy sobie zapalić tak dla rozluźnienia siebie i wszystkiego dookoła” (JG18102018K2K),

„(...) marihuana uspokaja, wycisza, dobry nastrój wprowadza, uspokaja po prostu” (AŁ13092018M2W);

– działanie uśmierzające ból i pomagające zasnąć:

„Palę w takich sytuacjach, w sytuacjach stresowych, ale czasem i przeciwbólowo jak głowa bolała to przeciwbólowo, a druga sprawa to związana z finansami, bo nie potrzebuję tych wszystkich jakichś naprawdę mocnych, bo wystarczy, że przed snem i zasypiam” (AŁ13092018M2W),

„(...) jak miałam jakąś mocniejszą migrenę, bo często mam migreny, to zapaliłam sobie i lżej było zasnąć, trochę mniej bolała głowa, nigdy nie widziałam żadnych negatywnych skutków tego” (JG11072018K2W),

„Daily basis palę, bo mam chorobę taką, że mnie boli wszystko, wszystkie stawy w ciele mam chujowo mi się kolagen syntetyzuje połowicznie no i to dlatego głównie palę, bo boli mnie wszystko, a tak to nie przeszkadza mi to w robieniu rzeczy a raczej sprawia, że jest ciekawsze. Ogólnie całe życie mnie bolą kości (...) No palę bo w miarę dobrze działa przeciwbólowo, jeśli nie mam wysokiej tolerancji na dany moment, ale uwielbiam, kocham palić marihuanę” (JG16102018M2K);

– działanie redukujące objawy nieprzyjemnego przebiegu działania innych substancji psychoaktywnych, lub tak zwanych „zjazdów”, czyli psychofizycznych objawów odstawienia na przykład substancji stymulujących, jako „coś przeciwdziałającego”:

„Palenie nie jest dobrą rzeczą na imprezy, raczej na imprezach się tego nie robi, robi się raczej po imprezach. Zwłaszcza lubią robić to ludzie, którzy lecą ze wspomagaczy, jak są na typowym zjeździe po amfetaminie” (BS11092018M2W),

„(...) żeby się wycilować na bad tripie jeśli się go ma, albo na zjazdy na stymy jakieś. Bo już nie palę rekreacyjnie, tylko bardziej jak coś przeciwdziałającego, ale jeszcze kiedyś, niedawno jak paliłem to była odskocznia, to było coś czym mogłem się wyluzować, to było tak jak niektórzy biorą leki na ból głowy apap, ibuprom, to jak dla nich są leki, tak dla mnie była baka [marihuana]” (JG24082018M2W),

„Teraz to już chyba często [używam marihuany] po prostu, żeby nie mieć takiego stanu niepokoju jak jestem na zjeździe i nie mogę zasnąć, nie wiem, mam jakieś odruchy jak na przykład tupanie nogą albo coś takiego. Poza tym marihuana strasznie pomaga, trochę mnie wylutowuje, jest wolniej dosyć, jak czasem jest trochę za szybko. Trochę pomaga” (JG11072018K2W);

– chęć „odcięcia się od rzeczywistości” czy też wejścia w inny, w „swój świat”, czyli odpoczynku i relaksu o bardziej psychicznym charakterze:

„Żeby się zrelaksować, odciąć się od tej rzeczywistości całej i w ogóle. Jednak jak zapalę to myślę sobie dobra, nic mnie więcej nie obchodzi, mam swój świat, swoje kredki; raczej tylko to, żeby się zrelaksować spędzić czas z koleżanką; Odcinam się od wszystkich innych, wyłączam telefon i mnie nie ma. To jest taka chwila dla mnie” (JG18102018K2K),

„(...) to mi pozwala się zrelaksować, wejść w inny świat i to mi się podoba, jest śmiesznie, jest inaczej, nie ma stresu” (AŁ16102018K2W);

– działanie poprawiające samopoczucie i odhamowujące poprzez możliwość „nagłego wyłączenia myślenia”, które wspomaga także zabawę:

„(...) to było bardzo fajnie, że nagle można było wyłączyć myślenie i zająć się samą zabawą, gadać o jakichś dziobakach, kolega wyjął ze śmieci stare mleko dolał do niego wody i powiedział, że to jest drink, takie rzeczy były śmieszne wtedy” (PK08102018M2W),

„W sumie tak weselej jest od razu” (JG11072018K2W),

„Myślę, że jak na tamtą chwilę to dla zabawy, bo byłam młoda” (BS27092018K2W);

– działanie wzmagające otwartość i towarzyskość, zarówno żeby odważyć się kogoś „zacześcić” jak i po prostu spędzić czas ze znajomymi:

„(...) żeby się spotkać ze znajomymi, bo zawsze idziemy, się składamy” (MK09092018M2K),

„[ze znajomymi] do dzisiaj w sumie wychodzimy cały czas na tego bucha i nigdy nie było czegoś takiego, że przez to się pokłóciliśmy ani nic, uważam że jakoś dobrze to wpłynęło na to i to jest w sumie też powód dla którego palę” (JG11072018K2W),

„(...) miałam taki mały problem, żeby z kimś porozmawiać, byłam strasznie wstydliwą osobą ... [po zapaleniu] byłam bardziej otwarta do ludzi no i potrafiłam zacześcić nawet nieznanego, żeby z nim porozmawiać. I to było tak po prostu bez powodu. Szedł sobie a ja potrafiłam go zacześcić, zapytać o imię, albo jak mu dzień minął, albo po prostu podejść i się przedstawić. To tak wyglądało” (BS27092018K2W);

– problemy życiowe, jako sposób radzenia sobie z nimi:

„(...) w pewnym momencie mojego życia jak już byłam przytłoczona moimi problemami, które mnie otaczały zewsząd i w końcu powiedziałam, że dobra w sumie spróbuję i tak po prostu poleciało” (MK09092018M2K),

„Ja ćpałem, żeby uciec od problemów i poszukiwałem coraz mocniejszych później wrażeń” (AŁ13092018M2W),

„I problemy własne, bo wtedy ciężko było” (PB28092018K2W);

– nudzenie się i brak innych zajęć:

„(...) siedzieliśmy w domu i z nudów i rozmawialiśmy” (JG16102018M2K),

„Najczęściej to jest tak, że nie ma co robić, jest zielsko, jest co jeść, po prostu się pali” (JG11072018K2W);

– postrzegany potencjał samorozwojowy tych substancji, w tym „nowy rodzaj poznania, swego rodzaju sposób na dojrzewanie” pod ich wpływem, czy też korzystną regulację emocji, powiązaną z brakiem lub nie dostrzeganiem negatywnych konsekwencji („nie robię krzywdy, bo tylko bardziej się rozwijam i mniej problemów mam ze sobą”):

„(...) ciekawość, eksperyment, sposób zmieniania świadomości, to jest bardzo przydatne, ludzie od lat to wykorzystują, bo zmienia sposób patrzenia na rzeczywistość. Młodzi ludzie zawsze się będą interesować tym, żeby zmienić poziom swojej świadomości bo to jest nowy rodzaj poznania, swego rodzaju sposób na dojrzewanie. Ja mam wrażenie, że bardzo dojrzałem od momentu kiedy spróbowałem marihuany i z każdą nową substancją dojrzewam coraz bardziej. Byłem coraz bardziej przekonany dlaczego tego chcę i dlaczego tego nie chcę, z czym to się wiąże (...) Nie robię nikomu krzywdy, mam wrażenie, że sobie też nie robię krzywdy, bo tylko bardziej się rozwijam i mniej problemów mam ze sobą. Mniej problemów mam ze światem, który widzę dookoła, mniej kompleksów mam, łatwiej mi powiedzieć dobra, człowieku wyluzuj, rozumiem cię, posłucham cię, nie ma problemu nie denerwuję się na ciebie. Jak widzę ludzi, którzy tyle problemów sobie robią nawzajem, po ziole zacząłem bardziej zauważać, że nie jestem ja, tylko my bardziej” (BS11092018M2W);

Oczekiwane efekty używania

Oczekiwane efekty działania przetworów konopi były tożsame z przytaczanymi właściwościami działania i motywami używania tych substancji. Respondenci oczekują że pod wpływem marihuany lub haszyszu będą mieć lepsze samopoczucie, „wewnętrzny spokój” oraz przyjemniej spędzany czas:

„Jak palę to mam nadzieję, że będzie fajnie, że będę się dobrze bawić, że wszystko będzie fajniejsze, świat będzie lepszy, żeby było tak czilersko” (AŁ16102018K2W),

„Tego oczekuję, na to czekam, żeby z kimś w fajny sposób spędzić czas. To tak jak napić się piwa z kumplem” (BS11092018M2W),

„[oczekuje] Żeby był ten wewnętrzny spokój, można siedzieć i zająć się sobą, chociaż w sumie nic nie robię. Tak, żeby po prostu wyczilować bombę. To jest najlepsze określenie (...) Wyczilować bombę, to być w super wygodnym miejscu, najczęściej zapalić buszka i mieć taki stan może się dziać wszystko, a teraz będzie spokój, cziluję bombę i nic mnie nie obchodzi” (JG11072018K2W).

Korzyści używania

Niektórzy z badanych podkreślali również korzyści związane z używaniem przez nich tych substancji. Wymieniali oni przede wszystkim pozytywny wpływ na relacje z innymi, zarówno poprzez wspomaganie otwartości i towarzyskości, co ułatwiło nawiązanie nowych znajomości, jak i poprzez pogłębienie dotychczasowych relacji:

„Marihuana strasznie mnie połączyła z wieloma (...) I też dużo osób poznałam w sumie ciekawych tym, że zaoferowałam im wyjście na jaranie. Dużo z tego benefitów mam z tego teraz” (JG11072018K2W),

„Główne korzyści, jestem spokojny, jest to dobre też do nawiązywania kontaktów z innymi jeżeli też palę” (MK09092018M2K),

„Strasznie ułatwiało mi relacje, bo wtedy ludzie nie troszczą się o jakieś pozory, bycie z kimś kim się nie jest, opowiadają na luzie, pomaga się otwierać ludziom gdzie ja dużo problemów rozwiązałem, bo gadałem, wylałem z siebie to wszystko, zniknęły z niektóre problemy” (JG24082018M2W).

Jedna z respondentek wskazała również na pozytywny wpływ używania marihuany na jej twórczość: „Nie chcę, żeby to zabrzmiało głupio ale [miało wpływ na] wenę twórczą. Mówi się, że [marihuana] podbija kreatywność, to nie jest prawdą, ale wenę twórczą mi podbiło na tyle, że zaczęłam inaczej postrzegać pewne rzeczy” (PB28092018K2W).

Z kolei jeden z badanych chłopaków uważał, że dzięki paleniu marihuany jego życie staje się mniej problemowe: „(...) mniej kompleksów mam (...) Nie robię nikomu krzywdy, mam wrażenie, że sobie też nie robię krzywdy, bo tylko bardziej się rozwijam i mniej problemów mam ze sobą (...) im dłużej palę tym mniej problemowe staje się moje życie. Mniej zwracam uwagę na pozorne problemy dzisiejszego świata, czyli w co się ubrać na imprezę, kto coś na mój temat powiedział, nie obchodzi mnie to, nie obchodzą mnie plotki, bardziej widzę, że więcej rzeczy da się na świecie rozwiązać niż tworzyć supły” (BS11092018M2W).

Znaczenie używania

W kontekście pytań o powody używania przetworów konopi badani byli zachęceni do refleksji na temat znaczenia czy też funkcji jakie te substancje pełnią w ich życiu. Niektórzy wskazywali głównie na znaczenie rekreacyjne, jak: „*Kwestia rozluźnienia się i spędzenia miło czasu*” (BS11092018M2W), czy też „*(...) stan do jakiejś przyjemności, do słuchania muzyki, do grania, bo się kreatywność włącza, czy do malowania chociażby. Tak, czasem pomaga mi to, wylutowuję się w ten sposób*” (BS11092018M2W).

Z kolei dla innych spośród badanych osób znaczenie używania marihuany lub haszyszu sprowadza się do umożliwiania wyjątkowego w swojej intensywności relaksu, dzięki któremu można: „*mieć taki stan [że] może się dziać wszystko a teraz będzie spokój, cziluję bombę i nic mnie nie obchodzi*” (JG11072018K2W). Według relacji badanych, stan ten osiąga się poprzez „*odcięcie się od wszystkich innych*”: „*to jest mój świat, siedzę w nim tylko ja i osoba, z którą przebywam (...) Odcinam się od wszystkich innych, wyłączam telefon i mnie nie ma. To jest taka chwila dla mnie*” (JG18102018K2K), czy też wejście w inny świat, co jeden z respondentów określił nawet jako: „*Bycie poza rzeczywistością*” (BS11092018M2W).

Niektórzy wymieniali także ważne dla nich znaczenie wpływu używania przetworów konopi na zmianę postrzegania, dzięki czemu doświadczają i „*widzą więcej*”. Dla nich substancje te są sposobem na pogłębienie czy też odświeżenie postrzegania czy to świata, czy np. dobrze znanego już filmu, czy nawet codziennych czynności:

„*Marihuana jest czymś takim co przykładowo oglądam teledysk na trzeźwo powiedzmy z 10 razy, nie ale zapalę marihuanę włączę go 11 raz, nagle ja widzę, że w tym teledysku jest coś czego ja wcześniej nie dostrzegłem, albo jest jakiś tekst, którego ja nie rozumiałem i nagle go zrozumiałem po marihuanie (...) nawet mycie naczyń staje się ciekawe, oglądanie telewizji teledysków ja widzę więcej*” (AŁ13092018M2W),

„*Ciekawe doznania po prostu. Wspomniałam też, zmiana postrzegania. Nie potrafię tego określić, nie, jednak potrafię, że wszystko jest takie mocno relatywne i względne, takie nieoczywiste. Jak jesteś pod wpływem to wszystko jest trochę jak sen na jawie*” (PB28092018K2W).

Z kolei jeden z respondentów mówił, że dla niego jest to: „(...) swego rodzaju sposób na dojrzewanie. Ja mam wrażenie, że bardzo dojrzałem od momentu kiedy spróbowałem marihuany i z każdą nową substancją dojrzewam coraz bardziej. Byłem coraz bardziej przekonany dlaczego tego chcę i dlaczego tego nie chcę, z czym to się wiąże (...) po ziole zacząłem bardziej zauważać, że nie jestem ja, tylko my bardziej” (BS11092018M2W).

Jeszcze innym, wymienianym głównie przez respondentki znaczeniem marihuany lub haszyszu w ich życiu sprowadzało się do wspomagania towarzyskości. Jedna z respondentek twierdziła, że ma to: „*Takie socjalizujące z innymi ludźmi [znaczenie]*” (AŁ16102018K2W), a inne mówiły, że: „(...) *to strasznie łączy ludzi*” (JG11072018K2W) lub wręcz, że daje: „*Takie poczucie jedności (...) Ogólnie myślę, że pogłębiają relacje intensywne, założmy wyjazd wspólny, wypad gdzieś tylko w głowie, że wspólnie przeżywacie podobne stany. Czuje się taką jedność, stąd się wzięło słowo joint, że joint łączy*” (PB28092018K2W).

Przy czym warto dodać, że działanie to ma również swój wpływ na osoby, które nie są pod wpływem marihuany, ale przebywają w tym samym towarzystwie. Według relacji jednej z badanych dziewczyn wpływ ten jest raczej negatywny, ponieważ prowadzi do „wyobcowania” trzeźwych współtowarzyszy: „*Jak jestem w towarzystwie to jak więcej osób pali to się fajnie bawią, mają jakieś rozkminy, a ta osoba, która nie pali to jest wyobcowany, wyalienowany nawet nie przez otoczenie tylko przez samego siebie, bo nie czuje tego co te osoby co palą, ja też miałam tak parę razy jak była taka grupka co miała, a ja nie miałam to czułam, o ale oni mają fajnie, mają fajną fazę a ja nie, no i taka szkoda*” (AŁ16102018K2W).

W tym kontekście warto również powtórzyć, że przynajmniej niektórzy spośród respondentów wskazywali iż palenie marihuany jest elementem ich stylu życia. Ma to więc dla nich znaczenie tożsamościowe.

C IV. Czynniki mające wpływ na używanie

Z kolei zamieszczona poniżej tabela 2 zawiera zestawienie czynników, które miały wpływ na używanie przetworów konopi przez badanych, o czym wspominali w ramach przedstawiania historii swoich doświadczeń z substancjami psychoaktywnymi, jak i w odpowiedziach na bezpośrednie pytania na ten temat. Czynniki te zostały podzielone na

czynniki ryzyka (i nasilające) oraz czynniki chroniące (i obniżające) częstość i szkodliwość używania marihuany i haszyszu. Dodatkowo rozróżniono je również na czynniki wewnętrzne (psychologiczne) i zewnętrzne (sytuacyjne, nie zależne od danej osoby). Do czynników ryzyka zaliczały się głównie predyspozycje osobowościowe, jak poszukiwanie nowych doznań czy skłonność do nadużywania, normatywne używanie przetworów konopi wśród znajomych, rówieśników i członków rodziny, łatwa dostępność oraz występowanie problemów ze zdrowiem i inne trudności życiowe. Z kolei do czynników chroniących zaliczały się wsparcie i monitorowanie rodziców, własna inicjatywa do ograniczenia swojego używania, w tym unikanie kontaktu ze związanym z tym towarzystwem, asertywne odmawianie, zaangażowanie w naukę szkolną oraz posiadanie pasji. Czynniki chroniące przed szkodliwym i problemowym używaniem przetworów konopi wśród respondentów zostały opisane w rozdziale „Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem marihuany i haszyszu”.

Tabela 2. Czynniki mające wpływ na używanie przetworów konopi wśród respondentów.

CZYNNIKI	RYZYKA/NASILAJĄCE:	CHRONIĄCE/OBNIŻAJĄCE:
WEWNĘTRZNE:	<ul style="list-style-type: none"> - Własna ciekawość działania przetworów konopi; - Potrzeba poszukiwania nowych doznań; - Skłonność do nadużywania, brak umiaru: „Są osoby, które nigdy nie odmawiają gibona, ja jestem taką osobą, ale są osoby, które nie, które mówią że jest już za dużo. Ja nie znam takiego określenia jak za dużo” (AŁ16102018K2W); - Wczesna inicjacja do używania SPA; - Problemy ze zdrowiem somatycznym i/lub psychicznym: „Mam chorobę taką, że mnie boli wszystko, wszystkie stawy w ciele mam chujowo mi się kolagen syntetyzuje połowicznie no i to dlatego głównie palę (...) bo w 	<ul style="list-style-type: none"> - Własna inicjatywa ograniczania używania poprzez unikanie kontaktu „z osobami, które to mają i mogłyby zaproponować [palenie marihuany]” (AŁ16102018K2W), „Raczej środowisko bo ja też się skusiłam, z kim się zadajesz takim się stajesz. Ale odcięłam się od większości” (JG18102018K2K), lub zajęcie się czymś innym: „w tym momencie się od tego odsunęłam bo uznałam, że mam dużo rzeczy do zrobienia i trzeba wrócić do rzeczywistości bo idę na studia w końcu” (BS11092018M2W), „jeżeli mam dużo czasu zajętego to o tym nie myślę” (AŁ16102018K2W); - Zaangażowanie w naukę szkolną: „(...) nigdy nie przyszedłem zjarać do szkoły. Nie zapaliłbym w szkole, bałbym się. Tam mam być skupiony, tam mam ogarniać. Jeżeli mam jakieś testy to raczej nie chcę ich zawalić” (BS11092018M2W);

	<p>miarę dobrze działała przeciwbólowo” (JG16102018M2K), „Ja przeszedłem depresję, leczyłem się pół roku, pomogło i szybko się z tego podniosłem ale bardzo nie lubię tego stanu” (BS11092018M2W);</p> <p>– Zastępcza opieka rodzicielska: „Myślę, że głównie dlatego, że to jest związane z moją przeszłością, jestem dzieckiem placówkowym, czyli z domu dziecka. Mam taki tryb życia koczowniczy, latałam od domu do domu” (PB28092018K2W).</p>	<p>– Posiadanie pasji i akceptacja samego siebie: „Przede wszystkim żeby ludzie jakąś pasję mieli, bo jak człowiek nie ma pasji to nie ma co robić i jedyną rozrywką jaką ma są substancje psychoaktywne. Pasja jest najbardziej w stanie odciągnąć od uzależnień, akceptacja samego siebie na pewno, stwierdzenie że ja jestem spoko” (PK08102018M2W);</p> <p>– Asertywność i odmawianie na niechciane propozycje znajomych: „Z tym towarzystwem, z którym wcześniej się zadawałam to namawiali mnie do różnych rzeczy, ale zazwyczaj odmawiałam, bo nie chciałam tego brać” (BS27092018K2W);</p> <p>– Cechy osobowościowe niesprzyjające używaniu marihuany: „Zawsze byłam typową osobą, która była bardzo cicha, nie lubiła ostrej zabawy i tak dalej. Na imprezach to zwykle nie paliłam nic takiego, bo bardziej jest taka zamula i nie pasuje do tego typu rzeczy po prostu i tyle (...) Ja o rave’ach wiedziałam od zawsze i wiedziałam od zawsze co tam się dzieje, ale nigdy nie byłam zainteresowana. Raz przyszedłam na wixapol trzeźwo, było też super” (JG11072018K2W).</p>
<p>ZEWNĘTRZNE:</p>	<p>– Normatywne używanie przetworów konopi wśród rówieśników: „Wszyscy palili, to stwierdziłam że ja też zapalę. Jakby ich nie było to nie miałam parcia” (MK06102018K2K), „[w poprzedniej szkole paliłam raz na jakich czas a] jak się przeniosłam do tej szkoły gdzie teraz chodzę, jest prywatna, ludzie mają dużo pieniędzy to częściej też palą, marihuana jest droższa niż alkohol no i ogólnie to jest styl u nas w szkole i się pali.</p>	<p>– Sugestie ograniczania używania przez ważne osoby: „Moja dziewczyna od niedawna mówi, żebym mniej palił” (MK09092018M2K);</p> <p>– Warunki otoczenia niesprzyjające paleniu marihuany lub haszysz: „W zimie o wiele rzadziej palę, w domu to trochę będzie śmierdzieć, nie chce się wychodzić” (JG11072018K2W);</p> <p>– Różne, obniżające lub</p>

	<p><i>Jest taka grupa tych fajnych, którzy się spotykają i palą gibony, to jest taka norma w tej szkole” (AŁ16102018K2W);</i></p> <p>– „Nciekawe”, „nieodpowiednie” czy też „zdemoralizowane” towarzystwo, które używało i proponowało marihuanę: „weszłam w nciekawe środowisko, dla innych osób, dla mnie było bardzo fajne, kręciłam mocno z panczorami, to oni właśnie a zajaraj, boję się, zajaraj no i sobie zajaralam i to dużą ilość” (PB28092018K2W), „W moim środowisku wszyscy palą bakę bądź palili. Ogólnie się obracam w środowisku zdemoralizowanym trochę” (JG24082018M2W), „(...) zadawałam się z bardzo nieodpowiednim towarzystwem” (BS27092018K2W);</p> <p>– Używanie przetworów konopi przez bliskich członków rodziny (tata, brat): „Chciałam spróbować, bo mam starszego brata i on dużo pali, jakby gdzieś to tam zawsze było, wiedziałam co to jest i i tak bym spróbowała” (MK06102018K2K), „Mój tata jest palący, dużo pali baki ze znajomymi, z którymi byliśmy w Grecji, ale kiedyś też znalazłem u niego kokainę. Wtedy jeszcze nic nie brałem” (JG24082018M2W);</p> <p>– Trudne wydarzenia życiowe: „rozwód rodziców” (BS11092018M2W);</p> <p>– Łatwa dostępność substancji: „(...) przez środowisko bo to było łatwo dostępne. Tylko trzy razy byłam u dilera, mówię poważnie, a dużo paliłam. Dostawałam”</p>	<p>odraczające używanie przetworów konopi reakcje rodziców: „(...) wielka afera, jakiś psycholog, terapia uzależnień, [kurator, testy na obecność] (...) ale po 4 miesiącach już sprawa się mniej więcej ogarnęła i znowu zapaliłam” (JG11072018K2W), „Jak tata mnie przyłapał, że paliłem nie zrobił mi nic złego. Przyniósł mi jedzenie i zapytał czy nie chcę czegoś do picia. Wiedział w jakim jestem stanie, sam kiedyś zapalił i wiedział jaki to jest stan. Nie był na mnie zły, ale powiedział że następnym razem będzie wkurzony za to co zrobiłem w tak młodym wieku. Wtedy przestałem i wróciłem dopiero wtedy jak zrobiłem się starszy” (BS11092018M2W).</p>
--	--	--

	<p>(MK09092018M2K), „to nie jest nawet to, że ja sam tego szukam, ale to znajduje mnie. Takie mam osiedle. Tam marihuana rządzi” (AŁ13092018M2W);</p> <p>- Obecność marihuany w przekazach kulturowych: „Na pewno w dużej mierze kultura masowa. W sensie wzorce pokazywane w kulturze masowej. W filmach się pokazuje to jako coś niesamowitego, ciekawego. Muzyka to zależy jakiej muzyki słuchasz, bo też w większości nurtów się pojawiają jakieś zawartości psychoaktywne” (JG16102018M2K).</p>	
--	--	--

C V. Rynek i sposoby pozyskiwania

Według relacji respondentów głównym sposobem zaopatrywania się w nielegalne na polskim rynku przetwory konopi było pozyskiwanie ich o znajomych, którzy mieli do nich dostęp:

„Najczęściej od mojego przyjaciela albo z różnych źródeł od jakichś znajomych albo pojedynczo jakoś albo wcześniej brałam też od innego kolegi bo miał dobre, teraz mi się najbardziej opłaca od mojego przyjaciela bo on mieszka obok mnie (...) jest łatwo, najprościej i najszybciej i bezpiecznie” (AŁ16102018K2W),

„No to od mojego kolegi starszego, wielu kolegów, ziomeczków w Krakowie, którzy mają dostęp do tego w większych ilościach i sprzedają, niektórzy mają drożej, niektórzy tańsze, lepsze. Właśnie dzwonię do ziomeczka starszego i on ma na ogół, podbijamy do bloku, biorę, wychodzę. Innych [sposobów] nie ma” (MK09092018M2K).

Było to najbardziej preferowanym sposobem często ze względu wygody i opłacalności, ale przede wszystkim ze względu na związane z obawami co do jakości pozyskiwanej substancji zaufanie:

*„To nie ja załatwiłam, tylko zawsze kolega miał ten zaufany, a skąd on miał to nie wiem. Wiem, że za przeproszeniem, gówna by nie wcisnął mi” (BS27092018K2W),
„(...) od dostawcy gdzie jestem pewien, że nikt niczego nie dosypie, niczego nie będzie tam chemicznego. Taka czysta jak z apteki na pewno nie jest, ale 90 procent tej czystości ma” (AŁ13092018M2W),
„Mój znajomy zanim jeszcze miał do tego dostęp był moim znajomym i ja go znam, ja mu ufam (...) Tylko znajomości, od nieznanego nie kupuję zioła bo nie znam tego człowieka, jemu zależy na tym żeby zarobić a nie na tym, żeby mi coś dać” (BS11092018M2W).*

Przy czym badani zarówno z Krakowa jak i Warszawy podkreślali wysoką dostępność i łatwość pozyskiwania przetworów konopi i innych substancji psychoaktywnych w tych miastach:

*„Jakoś się zawsze zdobywa, w Warszawie to na pstryknięcie palcem mam wszystko w sumie co chcę” (JG11072018K2W),
„Mam dużo znajomych takich, którzy biegają z różnymi rzeczami. W dużych miastach nie jest o to ciężko” (JG16102018M2K).*

Z kolei innym wymienianym przez respondentów sposobem pozyskiwania przetworów konopi jest zamawianie ich przez Internet. Według relacji jednego z badanych używa się w tym celu popularnego forum poświęconego tematyce substancji psychoaktywnym Hyperreal oraz portalu Facebook, gdzie prostują się ogłoszenia i osobiście umawia z oferującymi: *„Tak szczerze to ostatnio często bardzo na hyperreal (...) to jest forum, ale też jest grupa na facebooku. Tam są takie śmieszne ogłoszenia, totalnie niebrzmące jakoś podejrzenie, no i tam najczęściej pozyskuję jak nie mam od kogo (...) Jak jest się gdzieś na mieście i ziomeczek od którego najczęściej kupuję jest poza domem czy coś takiego to pościk jakiś, albo zapytam kogoś, kto powinien wiedzieć” (JG11072018K2W).*

Natomiast, popularny w ostatnich latach sposób pozyskiwania poprzez tzn. „dowozów”, czyli zamówień internetowych dostarczanych najczęściej za pomocą taksówek, nie był wykorzystywany w badanej. Pojawił się jedynie krytyczna o nim wzmianka u jednej z respondentek z Krakowa: *„(...) szkoda gadać z tymi taksówkami, bo jednak są te chemiory” (JG18102018K2K).*

Z odpowiedzi badanych wynika więc, że albo samodzielnie zamawiali lub odkupowali od znajomych pewne ilości przetworów konopi na własny użytek, albo też składali się na nie z innymi osobami: „Najczęściej składaliśmy się, tak, składaliśmy się” (BS27092018K2W). Jednak w przypadku kilku z nich najczęstszą sytuacją było „częstowanie” przez znajomych lub dilerów.

„Tylko trzy razy byłam u dilerów, mówię poważnie, a dużo paliłam. Dostawałam. To było dobre, śmieszna jesteś to chodź” (PB28092018K2W),

„Najczęściej nie kupuję własnego zielska, najczęściej jestem nim częstowana” (JG11072018K2W),

„Po znajomości, za darmo zawsze to dostawałam, to jest dosyć droga rzecz ale ludzie, którzy to mają zazwyczaj są bardzo hojni” (PK08102018M2W).

Natomiast zapytani o ewentualne zmiany jakie zaobserwowali na rynku substancji psychoaktywnych respondenci poruszali przede wszystkim temat nowych substancji psychoaktywnych, z którym wiązały się obawy co do jakości i zafałszowania obecnych na rynku przetworów konopi („domieszki”, „maczanki”), jak i innych substancji. Zwracano również uwagę na niedostateczną wiedzę i nieskuteczną edukację użytkowników substancji psychoaktywnych:

„Przede wszystkim te dopalacze, to jest najgorsze co może być i mało tego, w wielu miejscach dodają do marihuany te dopalacze, a w tych dopalaczach jest fentanyl, który jest silniejszy od metadonu, od amfy. Dzieciaki przesadzają, zachowują się bardzo dziwnie. Mi się wydaje, że w ogóle rynek narkotykowy to są teraz te dopalacze. Teraz po dopalaczach lekarze nie wiedzą jak to leczyć” (AŁ13092018M2W),

„Dopalacze. Tego jest coraz więcej i nie będzie mniej dopóki ktoś nie zacznie edukować ludzi na ten temat. Ludzie biorą to bo nie mają pojęcia co to jest a ponieważ to ma dużą siłę przebicia, bo to trafia do ludzi, to jest legalne pomimo że są kampanie w szkołach, że nie bierz dopalaczy to do ludzi nie trafia. Brak takiej edukacji daje dopalaczom wolną rękę na działanie. Kolesi nie wie często co sprzedaje bo tego nie testuje, bo oni sami to uzyskują wymuszając pewne reakcje chemiczne, które mają pseudoprowadzić do danego związku. To są nowe substancje których nikt nie zna działania poza ludźmi, którzy je przyjmują, ale na pewno nikt nie zna efektów ubocznych i jak bardzo to jest szkodliwe, my jesteśmy królikami doświadczalnymi, to

wyjdzie dopiero za pewien czas. Ludzie nie mają o tym niestety pojęcia. To naprawdę tak wygląda i to jest przerażające” (BS11092018M2W),

„Myślę, że mamy coraz gorsze, bo najwięcej chyba ludzie biorą stymulantów, imprezowicze, to mamy chyba najgorsze stymulanty w Europie, oprócz wschodniej. Nikt nie wie co wali tak naprawdę i mnie to boli w mózg, że mefedron... no. I to jest co zauważyłem, że ludzie mają okrutnie małą świadomość odnośnie tego co wrzucają sobie w organizm. To jest niemądre. I też dużo lata substancji jako inne substancje. Kropiona marihuana to typowe, im mocniej tym lepiej. Kwasu prawdziwego podobno też nie da się znaleźć, tak mówią ludzie, same analogi. Słabo jest u nas w kraju naprawdę” (JG16102018M2K).

W związku z tym obecne były również komentarze na temat gorszej jakości i mniej korzystnego działania dostępnej obecnie marihuany:

„Wydaje mi się, że bardzo możliwe jest to, że marihuana już też nie działa jak kiedyś” (PK08102018M2W),

„Prawda jest taka, że w Polsce nie ma czegoś takiego jak czysta marihuana i często się trafia gównno, przepraszam za wyrażenie, można to wyciąć (...) Mogę powiedzieć, że zmiany na rynku są od kiedy marihuana była popularna czyli lata 60-70, to są ogromne” (PB28092018K2W),

„Myślę, że kiedyś to było lepiej, były lepsze o wiele, bardziej oryginały bo teraz dodają różne rzeczy, żeby tylko więcej zarobić. Tak to nic się nie zmieniło, kiedyś były lepsze, teraz coraz słabsze są rzeczy” (MK09092018M2K).

Jedna z respondentek wskazywała również na wzrost dostępności i rozpowszechnienia używania marihuany: *„(...) może to że się więcej sprzedaje, więcej ludzi zaczyna chyba teraz palić marihuanę. Tak, myślę, że dostępność jest teraz dużo łatwiejsza” (AŁ16102018K2W).*

C VI. Percepcja ryzyka

Pytani o opinie na temat ryzyka związanego z używaniem przetworów konopi respondenci wymieniali wiele ich rodzajów, które dotyczyły różnych obszarów funkcjonowania. Najczęściej wymieniane były jednak zagrożenia zdrowotne, w tym przede wszystkim niekorzystny wpływ używania tych substancji na funkcje poznawcze, o czym badani mówili na podstawie obserwacji swoich znajomych lub samych siebie. Do zagrożeń tych należało

głównie pogorszenie pamięci: „(...) wtedy mózg nie pracuje tak samo, że traci się pamięć po tym, jest trochę gorsza” (AŁ16102018K2W), tak zwane „spowolnienie”, objawiające się między innymi jako obniżenie żwawości, koncentracji i motywacji: „Znam parę osób, które są spowolnione przez to. Niekumate trochę” (JG11072018K2W), „Widać po człowieku, że wolniej mówi też, nic mu się nie chce i dziury w pamięci też” (MK09092018M2K), a w rezultacie także „ogłupienie”:

„Jak się za dużo tego wypali, to zaczyna ogłupiać, to jest największe ryzyko. Mówię na swoim przykładzie (...) ogłupienie sam po sobie zauważyłem, zabrzmiało mega narcystycznie, ale to jestem czytany człowiekiem, dobrze potrafiłem budować zdania, dopasowywać słowa a teraz mówię, mówię i nagle takie zombie. Jak się za dużo tego wypali, to zaczyna ogłupiać, to jest największe ryzyko. Mówię na swoim przykładzie. Problemy z pamięcią, pamięć krótkotrwałą mam słabą, prawie zapomniałem o tym, że mieliśmy się spotkać. Z długotrwałą też są problemy, ale nie są już takie, że nie pamiętam że gdzieś byłem ale na przykład na jaką godzinę” (JG24082018M2W),

„Z marihuaną to większość osób ma tak właśnie jak ja, z tą częstotliwością, są strasznie zmuleni, inteligencja im spada, często nie pamiętają co robili przez ostatnie kilka lat” (PK08102018M2W).

Większość spośród respondentów wskazywała również na ryzyko uzależnienia od marihuany lub haszyszu:

„Ryzyko uzależnienia” (AŁ16102018K2W),

„(...) generalnie jak ludziom się to podoba to chcą brać częściej, łatwo się od tego uzależnić, ponieważ im częściej się to bierze to jest słabszy efekt, im jest słabszy efekt to tym częściej chce się to brać” (PK08102018M2W),

„Moim zdaniem od marihuany szybko się idzie uzależnić” (BS27092018K2W).

Przy czym kilku z badanych podkreślało znaczenie częstości używania oraz indywidualnej podatności na rozwinięcie uzależnienia czy innych problemów ze zdrowiem psychicznym w związku:

„Moim zdaniem uzależnić się można od wszystkiego, uzależnienie [od marihuany] jest takie samo jak od alkoholu, może mniejsze bo to jest bardzo intensywne doznanie mimo wszystko. Nie, to nie jest twardy narkotyk, to zależy od osobowości, jak ktoś ma silną osobowość, to się od tego nie uzależni. Jak ktoś ma słabą osobowość, to może w

to wejść. To też bardziej nas zamyka na samych siebie, a jak ktoś ma za przeproszeniem gówna w głowie to nie powinien tego robić. Osoby, które są zdrowe psychicznie to spoko, niech to robią, ale jak ktoś ma trudności ze sobą, na przykład ja to jest to schizoidalne” (PB28092018K2W),

„[można się uzależnić od marihuany] ale to bardziej jak masz problemy psychiczne a nie od samej używki tylko robisz to po to, żeby zapomnieć o czymś. (...) Znaczący jakby to dzień w dzień robić, to jakieś negatywne skutki by to przyniosło ale od czasu do czasu chyba wszystko w porządku” (JG11072018K2W).

Inne, dostrzegane przez respondentów ryzyka dla zdrowia to: spadek kondycji, „wychudzenie” i „wyniszczenie organizmu”, derealizacje lub zmiany poczucia własnego ciała:

„Na sto procent to jest zjazd kondycji (...) Trochę wyniszcza organizm, to sam doświadczyłem, przez zioło mam bardziej zniszczony niż przez fajki” (JG24082018M2W),

„[ryzyko], że weźmie się gówna lekkie i mózg wyżre. Mi się zdarzyło, używałam tego sporo jak na krótki okres używania, problemy z pamięcią, z koncentracją i z derealizacjami, tego się już pozbyłam ale przeszłam tak intensywnie, ale dużo osób ma pamięć, koncentracja, derealizacja, taki stan jakby ci się śniło trochę na jawie” (PB28092018K2W)

„Jeśli fizyczne to jeżeli palisz często przez miesiąc cały czas to wychudzasz się, nie spada ci waga, ale masz takie mniejsze ręce, przynajmniej mi się tak wydaje. Takim się mniejszym czujesz, nie wiem skąd to mam” (MK09092018M2K).

Przy czym istotnym jest, że badani użytkownicy przetworów konopi na ogół poddają w wątpliwość szkodliwość „czystej” czy „naturalnej” marihuany. Dostrzegają jednak liczne, z reguły poważne ryzyka związane z syntetycznymi kannabinoidami, tzw. „maczankami” i innymi dostępnymi obecnie substancjami, które można pozyskać jako marihuanę. W kontekście tym badani wskazywali więc na ryzyko wynikające z nieznamomości przyjmowanej substancji, a także bezpośrednio powiązane z tym ryzyko politoksykomani:

„Da się przedawkować marihuanę? W sumie jakieś dopały maczane czy inne gówna to na pewno się da, wiadomo (...) ryzyko jest takie, że dostaniesz jakieś świństwo i na OIOM-ie cię będzie można zobaczyć, na SOR, czy coś. To nie jest zbyt ciekawe, ale

wystarczy się chociaż trochę znać na rzeczy, czy mieć znajomych, którzy się znają na rzeczy, popytać się, ogarnąć sobie dobry kontakt” (JG11072018K2W),
„Podstawowe [ryzyko] to chyba to, że nie wiedzą co biorą, nie mają na ten temat wiedzy. Drugie ryzyko jest takie, że w drugą stronę nie wiedzą co biorą bo tego nie przetestowali. Bez testów nigdy nie wiesz co masz. Nawet zioło, nie wiesz czy to jest maczanka czy nie, tylko po znajomości możesz wiedzieć czy to jest maczanka czy nie. Dodatkowe ryzyko, przyjmują substancje w warunkach, które nie sprzyjają jej przyjmowaniu (...) im więcej jest substancji jedna za drugą, im więcej mieszanek, tym większe jest ryzyko efektów zdrowotnych” (BS11092018M2W).

Jako poważne ryzyko związane z używaniem przetworów konopi wymieniane były również konflikty z prawem, w tym przede wszystkim ryzyko aresztowania za posiadanie nawet nie wielkiej ilości substancji nielegalnych, jaką są marihuana i haszysz:

„Za parę listków, za parę gram marihuany można trafić do więzienia. Nie wiem na ile lat, nie interesowałem się tym, ja nie miałem przypału z policją. Można trafić. Moim zdaniem to jest bez sensu, takie lekkie narkotyki powinny być legalne do własnego użytku” (MK09092018M2K),

„Najbardziej ryzyko prawne” (AŁ16102018K2W),

„(...) policja, to jest straszny problem” (JG11072018K2W).

Jedna z respondentek, na podstawie obserwacji swoich znajomych, przytoczyła również inne ryzyko konfliktu z prawem z związku z przyjmowaniem tych substancji: „No to na pewno mają dużo kłopotów [z prawem] moim zdaniem. Na pewno się wdają w różne bójki. Znam takie osoby, które po zapaleniu marihuany chodziły do sklepu i kradły coś a wtedy były brane na policję i na policji testy miały robione. Też tam problemy miały” (BS27092018K2W).

Jeszcze innymi z wymienianych zagrożeń używania marihuany lub haszyszu było pogorszenie relacji z rodzicami, partnerem lub przyjaciółmi oraz ogólnie zubożenie kontaktów społecznych poprzez „izolacje” czy „wycofanie”:

„Na pewno może pogorszyć relacje z rodzicami, czy jeśli żyjemy z kimś jak druga połówka i ona nie wie, że [używamy]” (JG16102018M2K),

„Na pewno o wiele mniej czasu dla rodziny. No bo wiadomo, że jak ktoś pali to patrzy tylko na siebie, żeby zapalić” (BS27092018K2W),

„[palacze] się izolują, są mało kontaktowi po prostu (...) Nawet nieświadomie, tak się wycofują” (PB28092018K2W).

Przy czym w kontekście tym jeden z respondentów zwrócił uwagę, że: „Oczywiście, użycie jakiegokolwiek środka psychoaktywnego poza alkoholem i nikotyną wiąże się z możliwością stygmatyzacji i to okrutnej co jest absurdem moim zdaniem” (JG16102018M2K).

Pozostałymi zagrożeniami związanymi z używaniem przetworów konopi na jakie wskazywali respondenci było pogorszenie funkcjonowania w roli ucznia: „(...) można sobie narobić problemów w szkole (...) jeśli ktoś dużo pali to wiadomo, że odkłada lekcje, przychodzi nawet do szkoły po użyciu jak ten mój przyjaciel” (AŁ16102018K2W) oraz straty materialne: „Materialne tak, na pewno jednak to trochę kosztuje, mniej niż kokaina, ale dużo, jak ktoś sporo pali to jest to obciążenie” (AŁ16102018K2W), „Szczególnie, że jeżeli dużo się pali to znacznie wzrasta tolerancja i trzeba więcej. Więc się wydaje na to dużo pieniędzy” (PB28092018K2W).

Natomiast z prośby o refleksję na temat największego ryzyka jakie badani sami podejmują sięgając po marihuanę i haszysz wynika, że najczęściej z ich obaw sprowadza się do zagrożeń prawnych. Respondenci mówili o zagrożeniu bycia złapanym przez policję i aresztowaniem jako o „tragedii życiowej”, utracie kilku lat i negatywnym wpływie na możliwość dalszego rozwoju:

„Wychodzę na ulicę mając coś przy sobie, to jest największe ryzyko. Jak mnie ktoś złapie to zrobi mi nie fizycznie, ale krzywdę. Jak mnie ktoś z tym złapie wsadzi mnie po prostu do pierdła i tak się skończy moja szansa na dalszy rozwój (...) Wiem że jestem młody, ale to jest poważne zagrożenie jeżeli chodzi o życie człowieka, tragedię życiową. To jest największe zagrożenie, zostać z tym złapanym” (BS11092018M2W), „Myślę, że najbardziej z tą policją, że jeżeli mnie kiedyś złapią i będę miał dużą ilość przy sobie, to jednak będzie stracone trochę życie, jeżeli pójdę na 5 lat do więzienia. Mam 18 lat, wyjdę jak będę miał 22 lata, to trochę słabo, 5 lat to jednak dużo jest. Siedzieć w więzieniu to jest strata życia, myślę że to jest największe zagrożenie” (MK09092018M2K),

„To chyba szkoła, że to wyjdzie że palę na lekcjach. Wtedy mega miałbym problemy, w szkole, nieletni, nielegalnie. Sprawa byłaby w 100 procentach założona o to,

kurator byłby na 100 procent, to wiem. To chyba było takie największe ryzyko. Chociażby to, że dowiedzą się rodzice” (JG24082018M2W).

Prócz tych konsekwencji prawnych, kilku z badanych wskazało również na ryzyko powikłań zdrowotnych, w tym uzależnienia i śmierci:

*„(...) że się uzależnię i że te stany lękowe się włączają” (AŁ16102018K2W),
„Największe ryzyko to myślę, że kiedyś dostanę coś niesprawdzonego i się przekręcę”
(JG16102018M2K).*

Istotną obserwacją jest tutaj, że choć większość z respondentów podkreślała ryzyko pogorszenia funkcji poznawczych jakie obserwowali u swoich znajomych, żadne z nich nie odnosiło tego ryzyka do własnego używania przetworów konopi. Jedną z przyczyn tego zjawiska może być odroczone w czasie natura tych konsekwencji dla zdrowia psychicznego.

C VII. Negatywne konsekwencje używania

Do negatywnych konsekwencji używania przetworów konopi zaliczały się różne wymieniane przez respondentów szkody w obszarze zdrowia psychicznego i somatycznego, w tym zarówno szkody krótkoterminowe (jak trudne, niepożądane doświadczenia pod wpływem tych substancji czy różne dolegliwości somatyczne), jak i długoterminowe (wpływ na pogorszenie zdolności poznawczych czy objawy uzależnienia). Innymi szkodami był negatywny wpływ na relacje z innymi osobami (w tym kłótnie i pogorszony kontakt z rodzicami i znajomymi) oraz na funkcjonowanie w roli ucznia (odraczaniem odrabiania zajęć domowych lub nieobecności). Kilku z badanych miało również problemy prawne (jak zatrzymanie przez policję za posiadanie nielegalnych substancji). Poza tym, w badanej próbie obecne były również związane z używaniem marihuany szkody materialne oraz przytaczane przez kilku z respondentów negatywne konsekwencje używania innych substancji psychoaktywnych (w tym alkoholu, stymulantów i „dopalaczy”).

Szkody zdrowotne

Podobnie jak w przypadku odpowiedzi na temat ryzyka związanego z używaniem przetworów konopi, do najczęstszych wypowiedzi na temat związanych z tym szkód były

te dotyczące konsekwencji zdrowotnych, w tym przede wszystkim w obszarze funkcji poznawczych. Przy czym konsekwencje te były powiązane z częstym i/lub intensywnym używaniem marihuany lub haszyszu. Wśród konsekwencji tych wymieniano:

– pogorszenie pamięci, zarówno krótko- jak i długo-trwałej, co objawiało się w umykających treściach świeżych wydarzeń, zapominaniem słów czy zaplanowanych aktywności:

„Problemy z pamięcią, pamięć krótkotrwałą mam słabą, prawie zapomniałem o tym, że mieliśmy się spotkać. Z długotrwałą też są problemy, ale nie są już takie, że nie pamiętam że gdzieś byłem ale na przykład na jaką godzinę” (JG24082018M2W),

„(...) dużo paliłem i ciągle nic nie pamiętałem, byłem taki roztrzepany; pamięć mi szwankowała. W najgorszych momentach jechałem na miasto się z kimś spotkać, zapomniałem z kim, ale to było w najgorszych momentach. Czasami słów zapomniałem, coraz częściej słów zapomniałem, ale jak zmniejszyłem dawkę to powoli wraca mi pamięć” (MK09092018M2K),

„(...) nie pamiętałam tego co się działo podczas palenia, coś mi umykało” (AŁ16102018K2W).

– odczuwalne „spowolnienie reakcji” oraz obniżenie motywacji, powiązanej z przemęczeniem i „lenistwem”:

„Może mnie trochę spowolniło. Po prostu spowolnienie reakcji, cokolwiek ktoś do ciebie mówi – cooo” (JG11072018K2W),

„(...) nie chciało mi się ćwiczyć jak paliłem dużo, bo to normalne że upośledza motywację” (BS11092018M2W),

„Też lenistwo, bardzo mi się nie chce. To też jest śmieszne, bo dużo osób które tego używają są bardziej leniwe” (PB28092018K2W).

– odczuwalny ogólny spadek zdolności poznawczych, co jedna z badanych dziewczyn określała mówiąc: *„(...) nie ma wpływu w ogóle na inteligencję. To też jest śmieszne, bo dużo osób mówi, ogłupia, ogłupia, ale to nie ma wpływu na inteligencję tylko na, użyję wulgaryzmu, zajebanie, że nie wiesz co się dzieje”* (PB28092018K2W), a inni respondenci nazywali „ogłupieniem” czy „zmuleniem”:

„Ogłupienie sam po sobie zauważyłem, zabrzmiało to mega narcystycznie, ale to jestem odczytanym człowiekiem, dobrze potrafiłem budować zdania, dopasowywać słowa a teraz mówię, mówię i nagle takie zombie. Jak się za dużo tego wypali, to zaczyna

ogłupiać, to jest największe ryzyko. Mówię na swoim przykładzie” (JG24082018M2W),

„Z marihuaną to większość osób ma tak właśnie jak ja, z tą częstotliwością, są strasznie zmuleni, inteligencja im spada” (PK08102018M2W).

Przy czym warto również dodać, że osoby przeprowadzające wywiady z osobami używającymi przetworów konopi raportowały podobne odczucia i obserwacje, które występowały podczas prowadzonych z nimi wywiadów.

Wymieniano również liczne nieprzyjemne stany i szkody zdrowotne, od złego samopoczucia, przez mdłości i zmęczenie, aż po różne powikłania zdrowotne:

„(...) raz miałem tak że prawie upadłem (...) Był taki moment kiedy miałem drgawki w całym ciele, czułem dreszcze, miałem jedną taką sytuację gdzie przechodziły mnie dreszcze od stóp aż do głowy i jak podchodziły do głowy to poczułem, że nie mogę wstać bo zwymiotuję” (BS11092018M2W),

„Na następny dzień mi wzrok strasznie szwankował, nie mogłam ustać w jednym miejscu, też to że byłam przemęczona, ospała i że jakby nie pamiętałam tego co się działo podczas palenia, coś mi umykało. No i to, że dwa czy trzy razy czułam się bardzo źle po marihuanie, chciało mi się wymiotować, że czułam że zaraz umrę, zemdleję i tak dalej” (AŁ16102018K2W),

„(...) przestałem prawie w ogóle palić bo zaczęła mi szkodzić (...) po wypaleniu większej ilości mój organizm reagował na sam zapach i chęcią wymiotowania. Zaczęło się dziać tak, że strasznie dziwnie mój organizm zaczął reagować na to, jakby uczulenie, słabe samopoczucie, słabo się czuję” (JG24082018M2W).

Kilku z respondentów przytaczało również trudne, niepożądane doświadczenia, którym towarzyszyły poważne dolegliwości somatyczne i psychosomatyczne. Przy czym doświadczenia te występowały pod wpływem użycia „syntetycznego kannabinoidu” lub przyjęcia dużej dawki marihuany za pomocą „wiadra” (sposoby przyjmowania przetworów konopi opisanym w podrozdziale „Sposoby przyjmowania”):

„Kiedyś miałem przez moment w domu taki syntetyczny kanabinoid, który był legalny i wtedy bardzo nie mogłem spać i nie zadbałem o dawkowanie, nie czułem połowy

ciała przez dwa tygodnie. Miałem karę po syntetycznych, że umierasz, czujesz się jakbyś zdychał przez parę godzin” (JG16102018M2K),

„Raz dostałam zapalenia serca, właśnie po tym wiadrze, kiedy zapaliłam 3 raz w życiu. Też nie wiedziałam, że to aż tak mnie zgniecie że dostałam zapaści sercowej w momencie, kiedy mi zaczęło tak szybko bić (...) nagle poczułam, że mi serce przyspiesza i po nie wiem jakim czasie zaczęło mi tak łomotać, że myślałam że kładę się na ziemi, wtapiam się w podłogę, przed oczami czarna plama, odzyskuję przytomność, wszystko mi faluje nie wiem co się dzieje” (PB28092018K2W),

„[jak zapalę to] źle się czuję, jest mi gorąco, jest mi zimno, chce mi się wymiotować. Zraziłam się do tego (...) [kiedyś jak zapaliłam] zmiotło mnie totalnie, byłam totalnie przytłoczona, wszystko było dziwne, oni byli dziwni już chciałam uciekać. Było dużo takich sytuacji, że czułam się źle i niefajnie. Stres, strach. Raz mi ręce ścierpły, tak to chyba nie. Fizycznie jakoś nie, ale wymioty no i ręce mi cierpły” (MK06102018K2K).

Wśród relacji badanych obecne były również opisy trudnych doświadczeń, które miały bardziej psychiczny niż somatyczny przebieg, objawiając się stanami lękowymi czy derealizacjami. Przy czym podobnie jak w przypadku innych opisywanych wyżej konsekwencji, doświadczenia te występowały pod wpływem częstego i/lub intensywnego przyjmowania przetworów konopi lub „nie czystej” substancji:

„Miałam te bad tripy, taki lęk (...) było niefajnie, ciekawie ale niefajnie, myślałam że umieram. Albo że schizuję, że to nie zejdzie już nigdy i do końca życia będę taka (...) używałam tego sporo jak na krótki okres używania, problemy z pamięcią, z koncentracją i z derealizacjami, tego się już pozbyłam ale przeszłam tak intensywnie (...) To ta derealizacja, że przez pół roku się zaczęło i potem byłam jakaś senna, nawet jak już zrobiłam sobie detoks dwumiesięczny to bardzo się to utrzymywało i właśnie po tym epizodzie codziennym, że weszłam w ciąg dwutygodniowy, to potrafiłam nie pamiętać całych dni, nie wiedzieć co się dzieje. To było bardzo nieprzyjemne. Dziwny kac na co dzień [który trwał] Długo” (PB28092018K2W),

„(...) raz miałem nieprzyjemną rozkminę, która mi siedziała do momentu kiedy nie wytrzeźwiałem. To było po jakiejś marihuanie, ale w sumie się nie zdziwię jeżeli to nie było czyste bo dziwne to było. Nagle mi się wkręciła dziwna rozkmina, że wszystko co się dzieje jest totalnie losowe, to że ten słup tutaj się nie zamienia w smoka, to jest rzut kością i nagle cały świat przestał mieć sens, bo wszystko co podtrzymywało świat co miało sens, co straciło ten sens i się wydawało strasznie

prawdopodobne i to było nieprzyjemne i jeszcze rano miałem to w głowie i nie potrafiłem tej myśli wyrzucić z siebie” (PK08102018M2W),
„(...) wiem że czasami mam takie fazy, że jak wychodzę wieczorem to się boję wszystkiego, że wszyscy są policją i mogą mi zrobić coś złego albo, że wpadam w stany i fazy nefajne, że zaczynam się bać tego, że coś widzę” (AŁ16102018K2W).

Natomiast jeden z respondentów wskazał również na odczuwalne objawy uzależnienia od przetworów konopi: *„(...) czułem kiedyś, że byłem uzależniony psychicznie, tak że musiałem zapalić (...) Właśnie trochę się od tego uzależniłem, że jeżeli już gdzieś wychodzę, to chcę też już zapalić, zamieniło się to jakby z papierosem, też próbuję rzucić palenie jakby i w używki się bardziej wciągamy przez to. Tak, jest to związane. Od jakiegoś roku, półtora jest tak, że chociaż dwa razy na tydzień to muszę, bo jestem zdenerwowany bardzo, wszystko mnie irytuje. Czasami miałem ciśnienie i byłem znerwicowany” (MK09092018M2K).*

Poza tymi konsekwencjami zdrowotnymi jeden z badanych chłopaków przytoczył również: *„problemy z cerą są. Używam dużo kremów do twarzy bo inaczej bym wyglądał jak typowy 14-latek. Syfy wszędzie” (JG24082018M2W).* Natomiast jedna z respondentek wspomniała także o kłopotach wynikających z „przejedzenia” na skutek używania marihuany: *„Przytyłam strasznie przez gastrofazę (...) Jak zapalę, zjem strasznie dużo i na następny dzień budzę się jeszcze najedzona i jestem wtedy strasznie ociężała, to się chyba nazywa przejadanie jak dobrze mi się wydaje, jestem na następny dzień ciężka, taki kac marihuanowy” (JG11072018K2W).*

Szkody społeczne

Inną grupą szkód związanych z używaniem marihuany lub haszyszu był negatywny wpływ na relacje z innymi osobami. W tym kontekście niektórzy z respondentów zauważyli istotne pogorszenie ich kontaktów społecznych zarówno poprzez wpływ tych substancji na ich zachowanie: *„Czasami mam takie momenty, że bywam bardziej asocjalny niż bym był pewnie gdybym mniej palił” (JG16102018M2K),* jak i poprzez ich negatywny odbiór przez niektóre osoby: *„Ludzie z zewnątrz patrzą na mnie w różny sposób w zależności od charakteru, jedni mają mnie za ćpuna, pewnie i tacy są” (BS11092018M2W).*

Kilku z badanych wspominało również o związanych z używaniem przetworów konopi kłótniach lub pogorszeniem kontaktu z przyjaciółmi:

„Jak mówiłam że chcę rzucać i się pokłóciłam z paroma osobami, to jak zapaliłam następnego dnia albo byłam u pani dwa tygodnie temu i zaczęłam ten program, że byłam na tym pierwszym spotkaniu i potem zapaliłam następnego dnia czy dwa dni później to się moja przyjaciółka wkurzyła czemu to tak jest, że dalej palę. Ja jej tłumaczyłam, że to tak nie działa, że od razu z dnia na dzień, że jak pójde do lekarza to od razu rzucę i że to jest proces. Ale osoby tego nie rozumieją, czasami miałam kłótnie, że miałam nie palić. Albo się z kimś pokłóciłam po zjaraniu albo ktoś też był i wpadł w jakiegoś bad tripa i na przykład był na mnie o coś zły a jak jestem zjarana to mam rozbudowane bardzo emocje szczęścia ale też strachu i smutku, że się coś dzieje i mnie albo zasmuci albo rozżłości i jak ktoś był zły to bardzo mnie to wtedy dobijało” (AŁ16102018K2W),

„To jest tak, że mam przyjaciółkę i mam koleżankę, z którą częściej palę. Przyjaciółka nie pali często i jej jednak przeszkadza, że ja robię to bardzo często jak dla niej. Ale koleżanka, z którą palę nie przeszkadza jej to w ogóle” (JG18102018K2K).

Podobnie było również w przypadku relacji z rodzicami:

„W sumie to trochę mi się popsuł kontakt z rodzicami. Ale to tylko trochę, jak w domu mnie nie było to zdarzało się, że się sprzeczałyśmy” (BS27092018K2W),

„Relacje z rodzicami strasznie się pogorszyły, to na pewno, bo oni totalnie nic o tym nie wiedzą, są strasznie niedoedukowani. Zmarnowane miałam dzieciństwo chodzeniem po psychiatrach i psychologach, bo rodzice myśleli, że się wkopałam w jakieś gówno a w sumie dla mnie to była taka błahostka” (JG11072018K2W).

Jednak w przypadku kilku z respondentów pogorszenie relacji z rodzicami dotyczyło głównie używania innych niż marihuany czy haszysz substancji psychoaktywnych:

„Na pewno pogarsza relację moją z rodzicami, bo nawet jak jest super, mama wie, że sobie palę, bo o tych innych rzeczach to już MONAR” (JG16102018M2K),

„Już tak miałem parę razy, że moja mama znalazła różne substancje i kłóciliśmy się bardzo, ale jeżeli inne rzeczy znajdzie, to już jest wkurzona, trochę sobie popsułem relacje z nią” (MK09092018M2K).

Szkody związane z funkcjonowaniem w roli ucznia

Jeszcze inne z negatywnych konsekwencji używania tych substancji były związane z obowiązkiem szkolnym i funkcjonowaniem w roli ucznia. A wśród nich nieobecności w szkole oraz odraczanie odrabiania zadań domowych przez bycie pod wpływem marihuany:

„W liceum jak paliłem najwięcej w moim życiu, to było mnie mało w szkole ale zdałem” (JG16102018M2K),

„No tak jak miałam na początku tego roku szkolnego mówiłam, że coś zapalę i wtedy napiszę wypracowanie i wypracowanie oddałam tydzień po terminie bo paliłam tego gibona i tego nie robiłam. Teraz najpierw odrabiam lekcje i się uczę a potem dopiero mogę w ramach nagrody zapalić sobie czy się rozluźnić. Teraz już nie wpływa źle, ale zdarzało się też tak, że nie szłam następnego dnia do szkoły. Albo nie zrobiłam jakichś lekcji, albo nie mogłam spać, albo nie dawałam rady iść do szkoły i sobie odpuszczałam” (AŁ16102018K2W).

Natomiast pozostałe szkody w tym zakresie dotyczyły opisanego wyżej negatywnego wpływu na zdolności poznawcze użytkowników, w tym „przeszkadzającego w nauce” i podczas lekcji pogorszenia pamięci, koncentracji i motywacji:

„Przez ostatnie 1,5 roku więcej paliłem i jakoś w nauce nie odczułem tego za bardzo. Nie miałem motywacji, żeby coś robić, ale jakoś się udawało zdawać i ta pamięć czasami jednak przeszkadzała w szkole. A tak to nie, jakoś bardzo nie zauważyłem. Może troszeczkę spadł poziom, ale nadal zdaję spoko” (MK09092018M2K),

„(...) pamięć, na lekcjach omawiacie temat a ty siedzisz zbakany, następnego dnia pani do tablicy, to są powody dlaczego nie zdałem. Nie wiedziałem, cały tydzień przebakałem, weekend był cały weekend nie paliłem i cały następny tydzień, żeby tolerkę trochę zbić, no i oni o czymś mówią a ja mordo, czy obrabialiśmy ten temat? To przeszkadza w nauce” (JG24082018M2W),

„Raz nie zdałam, teraz ledwo co. Duży problem ze systematycznością, ze skupieniem się, z uwagą, słabo z pamięcią” (PB28092018K2W).

Problemy prawne

Kilku z badanych przytaczało również związane z używaniem przetworów konopi szkody prawne, do których należały zatrzymania przez policje za posiadanie marihuany oraz nadzór kuratora:

„Dwa czy trzy razy mnie złapali, siedziałem za to. Później coś tam umorzili ale jednak byłem karany” (AŁ13092018M2W),

„(...) mam na karku kuratora, w sumie psychiatrę i prawie bym w psychiatriku wylądowała (...) Jeszcze ta policja, jakieś dziwne zatrzymania, takie tam. To są w sumie najbardziej negatywne skutki, tak mi się wydaje” (JG11072018K2W),

„No kiedyś mnie zawinęli za 0,09 marihuany, za kawałek wielkości paznokcia, to było super przeżycie. To było najgorsze co mnie spotkało a propos narkotyków (...) Nie mogli mi tego nie umorzyć, gdyby mi tego nie umorzili to odwoływałbym się do wyższej instancji, potem do wyższej bo to absurd” (JG16102018M2K).

Szkody materialne

Nieliczne wypowiedzi na temat szkód materialnych dotyczyły obciążenia finansowego, obecnego szczególnie przy częstym używaniu i związanym z nim wzrostem tolerancji:

„Finansowe, zioło to nie jest tania sprawa. Zioło u nas to jest 50 złotych. Różnie w różnych rejonach Polski. To jest droga sprawa. W to się inwestuje raz na jakiś czas. Druga sprawa jak idę zjarany do sklepu to czasem brakuje mi hamulców. Kupuję dużo rzeczy słodkich, dobrych, nie zawsze zdrowych. A potem myślę, kurde wydałem tyle pieniędzy, więcej tego nie zrobię i zazwyczaj nie robię tego” (BS11092018M2W),
„(...) szczególnie, że jeżeli dużo się pali to znacznie wzrasta tolerancja i trzeba więcej. Więc się wydaje na to dużo pieniędzy” (PB28092018K2W).

Szkody związane z używaniem przez inne osoby

Kilku z respondentów wspomniało również o negatywnych konsekwencjach wynikających z używania innych substancji psychoaktywnych, zarówno przez siebie: *„Młodzi ludzie (...) często lecą za ostro tak jak ja poleciałem, że poszła amfetamina, poszło ecstasy i miałem depresję. Czułem się dobrze, ale odchorowałem to przez trzy dni” (BS11092018M2W),* jak i przez inne osoby:

„(...) okazało się, że tamten typak był pod wpływem jakiegoś klefedronu, mefedronu, czy nie wiadomo czego, złamaną miał rękę i tą złamaną ręką pobił mojego chłopaka, zabrał mu te 50 złotych, oczywiście nie oddał ani pieniędzy, ani marihuany. Ale to ziomek był taki mocno patologiczny, ostro uzależniony, że potrzebował pieniążków chyba na ćpanie” (JG11072018K2W),

„Tak, mam takiego kolegę, który jest aktualnie alkoholikiem. Jak nie ma szlugów i alkoholu to potrafi wpaść w furję. Nie jest tak, że on się wkurza, on wpada w furję. Potrafi nazywać nas zdrajcami, drzeć się i prawie, że atakować ludzi, jeszcze nikogo nie zaatakował ale było blisko. Po marihuanie strasznie schizuje i dostaje straszego ogłupienia i najgorsze jest to, że on nie potrafi bez używek nic” (PK08102018M2W), „No kolega mi umarł w zeszłym roku po przedawkowaniu analogów fentanylu. To było bardzo nieprzyjemne. Jedna moja koleżanka się bardzo wdupcyła w stimy ale to też jakby... robi to bardzo często” (JG18102018K2K).

Warto jednak dodać, że wśród badanych znalazły się również osoby, które nie dostrzegały takich negatywnych konsekwencji używania przetworów konopi, lub też którzy przekładali ponad nie doświadczane w związku z używaniem tych substancji korzyści:

„Szczerze, to ja nie widzę [szkód]. Nie, ja same plusy [widzę]. Jedyne to, że psychicznie może to jest jedyny minus, ale reszta jak dla mnie to na plus bo i spanie i byłem chory na grypę i paliłem marihuanę, to trzy dni byłem chory na grypę i przeszło jak ręką odjął” (AŁ13092018M2W),

„W sumie [używanie marihuany ma] dobry wpływ [na relacje z innymi]. Z większością dobry, bo mogę wtedy rozmawiać, pośmiać się, niektóre osoby lepiej poznać i ogólnie porozkminiać i cokolwiek, powspominać następnego dnia co się działo. Ogólnie dobry” (AŁ16102018K2W),

„Ja jednak jestem zdania takiego, że to nie jest jakoś specjalnie groźne, czy coś takiego, więc no. Wiadome, że ryzykowne jest ale czy by mi się coś stało przez to to nie” (JG18102018K2K).

C VIII. Źródła wiedzy o substancjach psychoaktywnych

Według odpowiedzi na pytanie badanych o to skąd czerpią wiedzę na temat marihuany i haszyszu, głównym źródłem wiedzy na ten temat jest Internet, a tym: forma i kanały YouTube poświęcone tematyce substancji psychoaktywnych (Hyperreal, Wiem co Ćpiem, Neurogroove, strona Społecznej Inicjatywy Narkopolityki), a także „Wikipedia oraz jakieś strony do polityki zwalczania uzależnień” oraz programy i seriale telewizyjne (National Geographic, „Narcos”):

„(...) taki kanał na YouTube, Wiem co ćpiem, osoba podchodzi całkiem profesjonalnie do tego, powołuje się na źródła, co nie znaczy, że nie zdarza mu się palnąć jakiejś

głupoty, oprócz tego podstawowe strony typu Wikipedia oraz jakieś strony do polityki zwalczania uzależnień, też czasem na to zajrzę. Staram się z różnych źródeł korzystać, nie zamykam się na jedno” (PK08102018M2W),
„Środowiskowo i z internetu trochę. Na strony SIN-u [Społecznej Inicjatywy Narkopolityki] czasem wchodzę, z Hyperreala” (PB28092018K2W),
„Głównie z internetu właśnie, ale też oglądałem parę seriali w telewizji. Na Netflixie był to Narcos, ale też były dokumentalne na National Geographic, a tak to głównie Internet. Na facebooku nie, ale jest SIN, o tym się dowiedziałem dopiero niedawno. Na Internecie to jest właśnie albo strona z podziałem na różne substancje i ludzie piszą swoje raporty o tym. Neurogroove też. Co chwila tam patrzę bo są ciekawe raporty. Fajnie sobie poczytać albo o jakiejś substancji się dowiedzieć jak zadziała przed zażyciem. Zawsze tak robiłem jak chciałem spróbować jakiejś innej to zawsze czytałem o niej. Co w niej jest, kiedy schodzi, ile działa, jakie są efekty po niej. I co, tyle w sumie; Jeszcze Hyperreal, tam wchodziłem ale to wszystko, to te dwie. Wcześniej je częściej przeglądałem, teraz raz na tydzień” (MK09092018M2K).

Przy czym do pozyskiwania tego typu wiedzy z Internetu potrzebne się jednak własne zainteresowanie i chęć „doksztalcenia się”:

„Ja się tym ogólnie interesuję” (BS11092018M2W),
„Internet. Gdybym słuchał rad ludzi, z którymi zaczynała się moja przygoda i nie doksztalać się sam to mógłbym już parę razy nie żyć” (JG16102018M2K).

Drugim po Internecie źródłem wiedzy na temat przetworów konopi i innych substancji psychoaktywnych są: *„znajomi, którzy mają na ten temat wiedzę” (BS11092018M2W).* W przypadku tym respondenci podkreślali wagę doświadczenia ich znajomych jak i zaufania do nich:

„No to od kolegi takiego jednego, znam już go w sumie długo. I od niego. A wiem, że on by mi raczej nie skłamał, tak, bo to jest bardziej zaufana osoba” (BS27092018K2W),
„Ze środowiska znajomych głównie, bo to nie jest napisane, nie jest zbagatelizowane czy przekolorowane tylko ktoś tego doświadczył” (PB28092018K2W),
„Chodzi o informacje, tych najwięcej mam od innych, od studentów którzy z czymś takim eksperymentowali albo kształcą się w tą stronę. Oni wiedzą coś na ten temat, często mieli takie sytuacje, że pomogli komuś” (BS11092018M2W).

Niektórzy wskazywali również własne, zdobyte z czasem doświadczenie i wiedzę:

„Wiadomo, na początku ludzie mi opowiadali. Znajomi, z którymi kiedyś miałam do czynienia i tak dalej i po czasie sama tego doświadczałam i sama się tego nauczyłam. Czyli różne informacje z różnych źródeł” (PK08102018M2W),

„Od znajomych, jak zaczęłam to mam sama o tym swoje indywidualne zdanie. Niektórzy mają takie, ja mam inne” (MK06102018K2K),

„(...) my ze swoimi znajomymi nie mamy innych źródeł jak doświadczenie na samych sobie albo pomoc osób, które są obok, które to znają” (BS11092018M2W).

W kontekście tym jedna z respondentem podkreślała szeroką obecność informacji i przekazów na temat marihuany i haszyszu, w tym również od rodziców i „w szkole”: „Od znajomych albo... w sumie wszyscy o tym mówią, albo w internecie się o tym czyta, albo rodzice próbują coś przekazać, w szkole też mieliśmy w tym roku” (AŁ16102018K2W).

Jeden z respondentów wymienił również używane przez siebie źródła wiedzy na temat redukcji szkód używania przetworów konopi i innych substancji psychoaktywnych: „Hyperreal, Erowid, Hyperreal grupa na facebooku, jest parę grup emergency to polecam. SIN oczywiście. W zasadzie Wikipedia, Psychonaut Wikipedia (...) Zdecydowanie Internet. Właśnie te strony co mówiłem wcześniej, dobra wiedza, to trzeba chłonąć” (JG16102018M2K).

Co istotne, wśród respondentów była również dziewczyna, która sama czuje się źródłem takiej wiedzy dla swoich znajomych: „W sumie większość moich znajomych wie o tym wszystkim ode mnie. Jestem dobrym stróżem narkotykowym, nie chcę żeby ktoś miał bad tripa więc najczęściej ja jestem tą osobą najbardziej dedukowaną, wiem co robić jak ktoś zgonuje, to nogi do góry, wapno z wodą, dobra może przeżyjesz, może będzie dobrze, no i ja najczęściej próbuję wszystkich ogarniać i oni ode mnie wszystko to wiedzą” (JG11072018K2W).

C IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem

Na pytania o stosowane sposoby czy strategie ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem przetworów konopi badani przytaczali wiele odpowiedzi, z których większość się powtarzała. Odpowiedzi te dotyczyły przede wszystkim minimalizacji ryzyka

negatywnych konsekwencji zdrowotnych lub prawnych, ale także redukcji częstości używania (z regularnego do okazjonalnego). Do odpowiedzi tych należały:

- uprzednie zdobywanie wiedzy na temat efektów działania marihuany i haszyszu: *„Tak naprawdę to edukacja, jeżeli mogę to streścić”* (JG16102018M2K). Przy czy niektórzy podkreślali, że istotne znaczenia ma również: *„znajomość reakcji swoich”* (JG16102018M2K), *„(...) trzeba znać swój umiar i swój mózg, bo na każdego to działa słabiej, mocniej, mówię po tym moim przeżyciu ostatnim kiedy myślałam, że już koniec”* (PB28092018K2W). W kontekście tym, jedna z respondentek stwierdziła nawet, że: *„Wystarczy się chociaż trochę znać na rzeczy, czy mieć znajomych, którzy się znają na rzeczy, popytać się”* (JG11072018K2W);

- pozyskiwanie tych substancji z zaufanych źródeł, jako że najbardziej szkodliwe w doświadczeniach i obserwacjach respondentów są nie same, „naturalne” czy „tradycyjne” przetwory konopi, ale ich „syntetyczne” czy „chemiczne” odmiany, szeroko dostępne na aktualnym rynku:

„Mój znajomy zanim jeszcze miał do tego dostęp był moim znajomym i ja go znam, ja mu ufam; Tylko znajomości, od nieznanego nie kupuję zioła bo nie znam tego człowieka, jemu zależy na tym żeby zarobić a nie na tym, żeby mi coś dać” (BS11092018M2W),

„(...) dobry kontakt [do pozyskania], to wiadomo” (JG11072018K2W),

„Chemicznych [mieszanek] nie [używałam] bo mam zaufane osoby, które nic nie dodają, nie mieszają” (JG18102018K2K);

- odpowiednie dawkowanie, ostrożność przy używaniu tych substancji z nieznanego źródła oraz podkreślana przez niektórych badanych „znajomość umiaru”:

„Kiedy ktoś mnie częstuje i wiem, że to jest z innego źródła, to wolę wziąć dwa mniejsze buszki czy maszki czy jak je tam nazwać, niż jednego dużego. Jak będzie wszystko w porządku po tych 3-4 minutach to mogę sobie pozwolić na [więcej] (...) przede wszystkim lepiej jest spróbować jednego mniejszego macha niż zachłannie i poczekać i ewentualnie dobrać drugiego, jeżeli będzie za mało, ale nie ryzykować. Ja kiedyś taki byłem, że się nie bałem i się przejechałem na tym” (AŁ13092018M2W),

„Bardzo małe [dawki używam], ja jestem przeciwnikiem palenia na umór; Dla mnie mała dawka to jest pół blanta. Jedna ósma, jedna dziesiąta grama może. To jest tyle ile by wystarczyło mi tak naprawdę” (BS11092018M2W),

„Chyba najbardziej to o to chodzi, żeby nie przesadzić i tyle, znać umiar, jak znasz umiar to wszystko powinno pójść chyba dobrze o ile nie masz jakiegoś syfu kupionego wtedy może być dosyć słabo jak jakiś syf jest to nie wiadomo jaka dawka podziała na ciebie tak jak by normalnie podziałało czego innego” (JG11072018K2W);

– kontrolowanie i ograniczanie częstości używania marihuany lub haszyszu poprzez rzadsze palenie i: „Robienie przerw. Od okazji bardziej niż tak [codziennie] (...) *Staram się nie stwarzać takiej sytuacji [do używania], już nie kupuję sama dla siebie, jak jest okazja to zapalę, ale staram się sama nie stwarzać takich sytuacji” (AŁ16102018K2W),* a także zajęcie się czym innym (jak pasja, nauka, spotkaniami ze znajomymi czy ćwiczenia na siłowni), żeby zapobiec rozwinięciu nawyku i tolerancji oraz mieć „trzymać kontakt z rzeczywistością”:

„Też moim zdaniem w wielu przypadkach użycie czegokolwiek, to wychodzi z głodu i z rutyny, żeby robić rzeczy różne, mieć jakąś pasję, zainteresowanie. Brzmi to bardzo protekcyjnie jeśli nie głupio, ale robić, działać nie siedzieć cały czas na dupie, tylko robić coś ze swoim życiem” (PB28092018K2W),

„(...) żeby ludzie jakąś pasję mieli, bo jak człowiek nie ma pasji to nie ma co robić i jedyną rozrywką jaką ma są substancje psychoaktywne. Pasja jest najbardziej w stanie odciągnąć od uzależnień, akceptacja samego siebie na pewno, stwierdzenie że ja jestem spoko” (PK08102018M2W),

„Teraz robię sobie przerwę [od używania], czuję się lepiej, bo zaczęłam ćwiczyć, nie chciało mi się ćwiczyć jak paliłem dużo, bo to normalne że upośledza motywację. Zaczęłam ćwiczyć bardziej, skupiłam się na tym, teraz idę do szkoły, pora na naukę, pora na zrobienie czegoś innego. Potem będzie czas na relaks i może się do tego wróci. Na razie trzymam się tego (...) dbam o to, żeby moje życie nie było oparte tylko na ziole to byłoby nudne, z czystego rozsądku. Trzeba dbać o to, żeby kontakt z rzeczywistością mieć, wychodzić do ludzi, uczyć się rzeczy które mnie interesują. Trzeba trzymać kontakt z rzeczywistością, sport, dziewczyna, znajomi, nauka, praca. Wszystko to trzyma, życie realne trzyma mnie z dala [od używania] często” (BS11092018M2W);

– branie pod uwagę obowiązków w kolejnych dniach przy określaniu ilości i intensywności używania podczas danej okazji, co ma na celu ograniczenie ewentualnych konsekwencji dla funkcjonowania w innych obszarach (np. nauki szkolnej):

„(...) w sobotę czasami na imprezy, jakiś gibon jeżeli nie ma dużo lekcji albo jakichś sprawdzianów czy dużo zadane” (AŁ16102018K2W),

„Czasem wolę sobie zapalić w momencie kiedy nie mam już nic do zrobienia. Wiem, że w takim stanie średnio będę mógł się na czymkolwiek skupić” (BS11092018M2W);

– dbanie o poczucie bezpieczeństwa zarówno ze względu na odpowiednie towarzystwo:

„Na pewno odpowiednie towarzystwo w sensie, że gdyby mi się coś stało, to czułabym się bezpiecznie i wiem, że zadzwoniliby po pogotowie. Jakby się coś stało a nie, że zaczęliby się śmiać, olaliby i dalej sobie poszli” (BS27092018K2W),

„(...) że jest się wśród znajomych, jakby się cokolwiek działo to się wie, że można na nich liczyć” (AŁ16102018K2W),

jak i miejsce (warunki otoczenia), *„żeby sobie nie wkręcić czegoś złego”*, jak i ograniczyć również ryzyko prawne:

„Dobre otoczenie, żeby sobie nie wkręcić czegoś złego. Bezpieczeństwo, jakieś bezpieczne miejsce na przykład tutaj w parku albo gdziekolwiek na mieście” (JG11072018K2W),

„(...) wystarczy, że w domu, ze znajomymi albo bez, jakaś fajna miejscówka w Krakowie co mamy i w sumie tyle, to wystarczy, jakieś miejsce bezpieczne. Nie tutaj główny rynek, bo tu policja jest, chodzi głównie o tą policję” (MK09092018M2K),

„Nie paliłam w miejscach publicznych, zawsze to było w domu, bądź w miejscach bardziej poufnych, gdzie nie było ludzi” (MK06102018K2K);

– a także sprzyjające ograniczaniu ryzyka i szkód „kumpelskie zachowania”, „nieopisane normy” i „zasady” w grupie znajomych, z którymi używa się przetworów konopi:

„Są niepisane normy [ograniczania szkód w mojej grupie znajomych], przede wszystkim nikt nikogo by tam nie zmusił do palenia. To jest grzeczne częstowanie, albo ktoś się decyduje albo nie. Jeżeli słyszymy, że ktoś robi sobie przerwę to mu nawet nie proponujemy, żeby nie ułatwiać mu złamania się w tym postanowieniu.

Tak samo jak ktoś czuje się źle i mówi o tym, może liczyć na to że wszyscy mu pomogą. Kolejna zasada, jeżeli ktoś nie ma przy sobie gotówki a składamy się na coś to nie ma problemu, żeby ktoś komuś pożyczył, no bo chyba sobie sami ufamy, że odda. Chyba, że nie oddaje to wprost mówimy no stary nie oddałeś ostatnio to nie licz teraz, dopóki nie oddasz. Normalne podejście do człowieka. Jakie jeszcze zasady, sami siebie wspieramy. Takie zasady jak paczki kumpli. Jeżeli ktoś ma problem i o tym mówi, to chce o tym pogadać i trzeba mu jakoś pomóc. Czysto kumplowskie zachowanie, ludzkie zachowanie. Jeszcze ważna zasada, jeżeli widzimy że ktoś przesadza z czymś to mu zwracamy na to uwagę” (BS11092018M2W).

C X. Profilaktyka – doświadczenia i opinie

Udział w szkolnych działaniach profilaktycznych

Na pytania o udział w działaniach profilaktycznych respondenci przywoływali liczne wspomnienia poświęconych tematowi substancji psychoaktywnych zajęć w szkole. W przypadku znacznej większości badanych były to krótkie i jednorazowe spotkania. Prowadzącymi tych spotkań byli: straż miejska, policjantka lub „panowie policjanci”, ratownicy medyczni, „ktoś z ochrony środowiska” lub „chrześcijański raper”. Przy czym w większości przypadków działania te nie dotyczyły tylko przetworów konopi ale narkotyków w ogóle, bądź też skupiały się na „dopalaczach”. Innymi formami wspominanych działań w szkole były filmy o tej tematyce, puszczone na WDŻ lub godzinie wychowawczej:

„(...) było gadane, była policja, dużo miałam takich. W gimnazjum miałam w liceum miałam. Zmieniałam liceum w jednym miałam i w drugim też. Raz była wychowawcza, każdy miał coś przygotować o tym i pani to komentowała. Policja głównie, miałam dużo zajęć z policją. Wyglądało to tak, że nie wiadomo po co przyszła do nas pani, która grała w tym W11, ona jest prawdziwą policjantką, nie tylko że gra, opowiadała nam, ciekawe to było nawet, to co mówiła to było ciekawe, w sensie słuchałam i było to wyjaśniane. Były konsekwencje coś tam, coś tam. Mówili że to szkodzi i bardziej się nie zagłębiali w to” (MK06102018K2K),

„To głównie miałem w gimnazjum, najwięcej tego, że jak 3 lata gimnazjum całe mi się udało zdać. Raz w roku przyjeżdżali policjanci i ratownicy medyczni, mówili o negatywnych skutkach. Jakies filmy były czasem na WDŻ czy godzinie wychowawczej o szkodliwości dopów. W trzeciej to już był okres kiedy ja zaczynałem furać i jak pani

puściła film nie o dopach tylko o zwykłych narkotykach, to powiedziałem, że weźmie mi pani wyłączty tą propagandę. Dostałem za to uwagę. Zadzwonili do rodziców. Nie oszukujmy się, większość tych filmów są strasznie propagandowe, w ten straszny sposób” (JG24082018M2W),

„Mieliśmy raz w gimnazjum i raz w liceum strażników miejskich, nie to byli policjanci kryminalni z mojego miasta, do szkoły przyszli, do liceum, świetnie się bawiłem tak się śmiałem, że prawie mnie musieli spod ławki podnosić (...) W gimnazjum to przyjechał jakiś chrześcijański raper bodajże, coś takiego. Opowiadał nam, że on od czasu jak zaczął palić marihuanę to w przeciagu, nie wiem, to była strasznie głupia historia, myślę że mu zapłacili żeby trochę podkoloryzował, że po dwóch latach to już heroinę, jakieś takie rzeczy. To było na zasadzie przestraszyć dzieciaki. A w liceum jak przyszli panowie policjanci, to mówili nam, to było w roku 2017 i 2016, to mówili że najpopularniejsza w moim mieście jest amfetamina co amfetaminy już od roku nikt nie widział, chyba że ktoś ją przywoził. Opowiadali absurdalne przykłady, że ludzie jeszcze biorą pseudoefedrynę, żeby się naćpać, że trafiają do szpitali, takie rzeczy. Naprawdę bardzo, nie było to informacyjne zdecydowanie” (JG16102018M2K).

Z kolei jedna z badanych dziewczyn przywoływała dłuższe i bardziej skupione na przetworach konopi spotkania, które były spowodowane incydem z tymi substancjami podczas jednej z wycieczek klasowych:

„(...) w szkole też mieliśmy w tym roku wiec, bo był przypał w pierwszej klasie na wycieczce, że się parę osób upaliło, jedna osoba trafiła do szpitala bo brała psychotropy, dlatego mieliśmy w tym roku taki więc trzygodzinny, dużo się rozmawiało o marihuanie” (AŁ16102018K2W).

Opinie na temat działań profilaktycznych oraz ocena ich wpływu na zachowania młodzieży

Znaczna większość z respondentów wypowiadała się na temat swoich doświadczeń z profilaktyką używania substancji psychoaktywnych bardzo krytycznie. Zwracali oni uwagę na nierzetelność przekazywanej wiedzy oraz nieadekwatność ich ogólnego przekazu ze względu na ciekawość, buntowniczość i potrzeby rozwojowe młodzieży. Jedna z respondentek powiedziała nawet, że to: *„Nie profilaktyka, tylko prędzej zmuszanie do negatywnego nastawienia” (JG11072018K2W):*

„Przychodzi ktoś, przychodzi strażnik miejski, dzieci siedzą i są wystraszone, bo jeżeli ktoś miał z tym kontakt to on zaraz będzie pytał, może będę miał jakiś problem i tak dalej (...) Jak przyjdzie strażnik miejski i zrobi dwie prezentacje na ten temat to myślę, że on nie ma dobrej wiedzy (...) Nigdy nie spotkałem się z rzetelną wiedzą na temat substancji. Ale ta kampania [profilaktyczna w szkole] też nie wygląda w ten sposób, że się tłumaczy dzieciom jak działają dane substancje, jakie mogą być konsekwencje. Mówi się to są dopalacze, to jest trucizna, to jest złe i macie tego nie brać. Nikt nie wytłumaczy tego racjonalnie, nikt nie wytłumaczy tego tak, żeby dotarło to do człowieka. Jeżeli powiemy młodemu człowiekowi nie bierz tego bo to jest złe przecież nie posłucha. Rodzice też mówią nie pij alkoholu bo ci nie wolno, bo jesteś za młody, ile razy dzieci w gimnazjum piły alkohol, to jest okres buntu, w którym naprawdę ludzie chcą spróbować wszystkiego czego im zakazywano bo chcą wiedzieć co to jest” (BS11092018M2W),

„Moim zdaniem takie programy nic nie dają w szkole, jak przychodzi jakaś osoba i mówi jakie to jest złe. Co z tego, że powie osobie która pali, że to jest niezdrowe i tak dalej skoro ta osoba wie jakie są konsekwencje, wie że to jest niezdrowe, nie liczy się wtedy z prawem i wie, że to jest niebezpieczne, jak ktoś pali to przeważnie wie to wszystko jakie są złe strony tego, ale podejmuje to ryzyko bo to lubi, bo to jest przyjemne. Jeżeli ktoś przyjdzie i powie to jest złe, bo coś tam, osoba która pali wie to” (AŁ16102018K2W),

„(...) zawsze to były takie strasznie głupie [zajęcia]. Przychodziła zawsze jakaś bardzo niemą pani policjantka, mówiła jakie to złe rzeczy robimy i że nie kupimy nic dobrego, że tutaj na pewno nasz oszukają, że nie sprawdzimy tego, chociaż jest to tak łatwe, na stronie SIN-u zakupić i już wiesz co ćpiesz i tyle. To jak mówię, jakaś niemą pani policjantka przyszła. Nagadała nam strasznie złych rzeczy, że na pewno kupimy marihuanę, a dostaniemy na pewno sztywnego misia syfiastego, umrzemy i to będzie nasz koniec. Albo cokolwiek kupimy policja czyha na każdym kroku, zza rogu wyjdzie, złapie cię i pójdiesz do więzienia na 4 lata i już nie wyjdiesz. To było straszenie, odciąganie jak bardzo się tylko da. Nie profilaktyka, tylko prędzej zmuszanie do negatywnego nastawienia (...) jeszcze taka ankieta, na której beka była, o zaznaczmy wszystko co jest możliwe. Wypiszmy multum narkotyków” (JG11072018K2W).

Z kolei jeden z respondentów wyszedł w swojej krytycznej ocenie poza profilaktykę i wypowiedział się także bardziej ogólnie o „narkopolityce”: *„Jest to tak potrzebne, jest to tak absurdalne, jest to niesamowicie głupie, że nasza narkopolityka to jest straszenie ludzi, straszenie dzieci i stygmatyzacji. W sumie te trzy rzeczy, których używa nasze państwo, a to jest niesamowicie potrzebne, żeby 13-latki nie umierały po analogu AlfaPVP jako mefedronu. No i uważam, że jest to świetna inicjatywa jeśli się to robi dobrze, za co uwielbiam SIN i hyperreal, może trochę mniej ale naprawdę popieram bo to jest potrzebne”* (JG16102018M2K).

Pozytywnie do swoich doświadczeń z profilaktyką szkolną odnosił się tylko jeden z respondentów. Wspominał on rzetelność przekazywanej w ramach tych zajęć wiedzy, zarówno po stronie negatywnych jak i pozytywnych efektów działania substancji psychoaktywnych. Przy czym jego opinii na temat tych zajęć profilaktycznych nie zmienił również fakt, że ich forma „zachęciła” jednego z jego kolegów do używania substancji, komentując to słowami: *„przynajmniej wie na co się pisze, lepiej żeby wziął to z pełną świadomością”*:

„Przede wszystkim, o, w gimnazjum było sensownie przeprowadzone, bo generalnie takie działania kojarzą się ludziom z mówieniem, narkotyki są złe, uzależniają, dają tylko negatywne efekty. Wtedy były takie zajęcia, że oni realnie powiedzieli co to robi, podali wszystkie efekty pozytywne, negatywne naprawdę obiektywnie. Rzetelne informacje i to było w porządku, co prawda jednego z moich kolegów zachęcili do substancji psychoaktywnych przez to. Zawsze jest takie ryzyko, no ludzie nie kłamią. Jego sprawa, przynajmniej wie na co się pisze, lepiej żeby wziął to z pełną świadomością, czyli wziął wszystko na klatę niż żeby to wziął z brakiem tej świadomości. Bo jeżeli będą mówić, że narkotyki to zło i tak dalej to wpadnie w złe środowisko znajomi, dilerzy i tak dalej będą mówić, stary to jest inaczej, zapal sobie i jest fajnie, widzisz oni kłamią. A jeśli mamy rzetelnych ludzi to człowiek ma wrażenie, że oni naprawdę prawdę mówią” (PK08102018M2W).

Z kolei opinia innego z respondentów na temat jego doświadczeń z profilaktyką w szkole była raczej neutralna: *„W gimnazjum przyszedł policjant i opowiadał o ryzyku, to trwało może z pół godziny. Już nic z tego nie pamiętam, mówił o kradzieżach i coś o narkotykach. A było jeszcze w szkole, rozdawali ulotki o zajęciach, coś tam było o narkotykach, jakieś zajęcia ale nie poszedłem na to. Mało osób poszło, to były jakieś dodatkowe, można było pójść. On*

głównie mówił o kradzieżach, że to przez narkotyki można zacząć kraść, że spadnie się na dno. W większości się zgadzałem, miałem taką myśl, że wszystko można jeżeli się nie przesadza zbytnio” (MK09092018M2K)

Przy czym istotne jest, że respondenci byli zgodni co do potrzeby organizacji działań profilaktycznych. A nawet, że: *„powinno być tego znacznie więcej” (JG24082018M2W)*. Zgodnie z powyższą krytyką, podkreślali oni jedynie, żeby działania te nie były prowadzone tak jak w obecnej formie:

„Są potrzebne na pewno, bo na przykład dla mnie problemem nie jest marihuana tylko coś innego, tak samo jak ten program Candis. Też byłem niedawno. Uważam, że są potrzebne” (AŁ13092018M2W),

„Od razu mówię, że u nas jest za mało w Polsce (...) Są potrzebne, jest ich potrzeba znacznie więcej, bo ja gdybym był tym typem człowieka, że wszystko z siebie białe rękawiczki, to mógłbym to zrzucić, że za mało tej profilaktyki, ale ja akurat spróbowałem z własnej woli. Raz w roku 45 minut mówienia narkotyki i dopalacze są złe, nie bierzcie tego, to tak jakby powiedzieć nie pijcie alkoholu” (JG24082018M2W),

„[działania profilaktyczne] Są potrzebne, są bardzo potrzebne ale jak są prowadzone profesjonalnie. Jak już wspomniałam zazwyczaj jest to demonizowanie różnych używek, robienie z igły widły, a im bardziej jest to demonizowane tym bardziej młodzież chce to robić bo wiadomo, że zakazany owoc smakuje najbardziej. Myślę, że brak profesjonalizmu u większości osób i telewizyjne podejście, że to zabija, skończycie w psychiatryku (...) Jak będzie prowadzone w sposób przystępny i jak rozmowa człowieka do człowieka a nie jakieś karcenie rodzica, że nie wolno bo ześwirujesz, nie wolno bo umrzesz, to myślę że będzie miało. Profilaktyka powinna być moim zdaniem tak prowadzona, że nie straszenie przed czymś, zakazywanie czegoś tylko jak tego używać, bo wiadomo że młodzi ludzie i tak to będą robić, tylko trzeba ich nauczyć jak, żeby to świadomie. Ja za bardzo nie wiedziałam jak na początku, że przesadzałam bo nie wiedziałam i dlatego sobie zrobiłam rysę na bani, ale też nie dlatego że ta substancja jest taka beznadziejna nawet jak nie jest czysta tylko z własnej głupoty, że no, już po niecałym roku paliłam co dwa dni” (PB28092018K2W).

Udział w pozaszkolnych działaniach profilaktycznych

Niektórzy z badanych potrafili przywołać także udział w pozaszkolnych działaniach profilaktycznych. Dwoje spośród respondentów było uczestnikami programu Candis (AŁ16102018K2W, AŁ13092018M2W). Z kolei dwójka z badanych dziewczyn, będących wychowankami Ośrodków Młodzieżowych, albo uczestniczyła w działaniach profilaktycznych na co dzień: „*W związku z tym, że jestem w ośrodku to na co dzień mamy taką profilaktykę*” (PB28092018K2W), albo brała udział w specjalnych zajęciach „z kuratorami”, które określała jako przydatne dla niej: „*Jeszcze jak byłam u siebie w mieście jak chodziłam, jak nie chodziłam do szkoły, to chodziłam na takie zajęcia z kuratorami, to tam trochę rozmawialiśmy o narkotykach, tam chodziłam przez pewien czas, przez parę miesięcy w sumie. No. To tylko wtedy na tych zajęciach trochę rozmawialiśmy (...) Fajne są [takie zajęcia profilaktyczne]. Mi się w sumie trochę przydały*” (BS27092018K2W).

Poza tym, kilku spośród respondentów wskazywało również na działania profilaktycznie jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się partyworkingiem, o których wypowiadali się bardzo pozytywnie:

„*Programów [profilaktycznych] było mało. Programów szukałem sam, ludzi którzy chcieli w ten sposób rozmawiać, którzy sami interesowali się działaniem danej substancji, czego z czym nie wolno. SIN prowadzi bardzo fajne rzeczy jeżeli chodzi o edukację, bo tam nie ma czegoś takiego, że nie bo nie wolno tylko podają tabele różnych substancji, czego z czym nie wolno, są całe wykresy, to jest bardzo fajna tabela, mam ją zawsze w domu i praktycznie uczę się jej. Czego z czym nie wolno mieszać, jak widzę człowieka, który czuje się gorzej pytam co z czym pomieszales, mogę mu pomóc*” (BS11092018M2W),

„*Działalność SIN-u mi się strasznie podoba. Oni pomagają, a nie utrudniają. Doedukowują ludzi na temat tego wszystkiego, a policja no to niezbyt, tylko najprędzej o tych szkodach może ci powiedzieć dużo a nie o tym jak zwalczyć te szkody i mieć dobry trip*” (JG11072018K2W),

„*Spółeczna Inicjatywa Narkopolityki. To powinno być wdrożone do szkół i innych środowisk. Ludzie nie wiedzą, moim zdaniem wszystko jest dla ludzi, każda substancja, tylko trzeba brać z umiarem i wiedzieć co jest dla kogo*” (PB28092018K2W).

Rekomendacje na temat skutecznych działań profilaktycznych

Badani byli również zachęceni do wskazania tego co ich zdaniem powinny zawierać „skuteczne programy profilaktyczne”. Wśród ich odpowiedzi na ten temat znalazło się zaprzestanie podchodzenia „do tego jak temat tabu” oraz kładzenie nacisku na rzetelną edukację na temat efektów i konsekwencji działania substancji psychoaktywnych zamiast na „straszenie” i „karanie”. Jedna z respondentek wskazała również, że poza aspektem konsekwencji prawnych, działania profilaktyczne mogłyby „pogłębiać wiedzę” na temat skutków zdrowotnych, a także obejmować również dzieci z młodszych klas a nie tylko młodzież:

„Przestać podchodzić do tego jak temat tabu, który jeszcze bardziej stał się tematem tabu od 20 sierpnia gdzie za posiadanie tego jesteś kierowany do pierdła. Przestać podchodzić do ludzi w ten sposób, że jak interesujesz się to trzeba ci nadzór dać bo na pewno jesteś ćpunem. Może zainteresować ludzi kwestią narkotyków, że to nie jest takie straszne jeżeli o tym wiesz. To nie jest takie okropne, być może łatwiej ci będzie powiedzieć nie, jeżeli będziesz wiedział co to jest i jakie są zagrożenia. A nie, że ktoś wchodzi do szkoły mówi jakie okropne są to rzeczy ile ludzi straciło życie przez to, a może powinni powiedzieć dlaczego stracili, może dlatego że stracili kontakt z rzeczywistością, może dlatego że nikt im rzetelnie nie powiedział jakie jest ryzyko z tym związane, może dlatego że zostali wykluczeni ze społeczeństwa. Edukować nie karać bo jak będziemy karać to jeszcze więcej ludzi będzie chciało to zrobić, bo to jest coś zakazanego. To co mogę powiedzieć, edukować nie karać. Więcej edukacji równa się mniej problemu z tym. Więcej ludzi będzie wiedziało co to jest, więcej ludzi będzie miało bezpośredni kontakt z tym i będą wiedzieli co ktoś próbuje mu wcisnąć, nie uwierzy temu co ktoś próbuje mu wcisnąć w jakieś bajki” (BS11092018M2W),

„Wiem na tyle dużo, że nie muszę słuchać o tym, ale [działania profilaktyczne] mogłoby pogłębiać wiedzę, mogłoby bardziej zahaczać o jakieś skutki zdrowotne bo akurat o tym nie wiem za dużo. Wiem jakie są konsekwencje prawne, bo to było wpajane nam, ale zdrowotne to nie. Uważam, że to powinno być rozszerzone. Nie, nie są złe. Ja uważam, że są okej. Spoko tylko nie wiem czy oni tego nie powinni tego robić w młodszych klasach nie w liceum, gdzie ludzie wiedzą to wszystko. Uważam, że powinni to robić dużo wcześniej, od podstawówki gdzie są mniej doedukowane dzieci tym co mogą brać czego nie i jak to na nie działa. Robienie tego w liceum jest bez sensu, bo już wiemy i dużo rzeczy się próbowało i tyle” (MK06102018K2K).

Inni badani podkreślali zapotrzebowania oraz brak łatwego dostępu do wiedzy z zakresu ograniczania ryzyka i szkód używania substancji psychoaktywnych:

„Gdyby mi ktoś wcześniej powiedział czego z czym nie wolno łączyć, okazało się że to było duże zagrożenie, bo w międzyczasie byłem jeszcze na psychotropach, mogłem zejść na imprezie i nikt mi o tym też nie mówił, nikt nie edukuje, nie wiem skąd mam wziąć takie informacje. W internecie nie ma tego zazwyczaj i nie ma organizacji pozarządowych takich jak SIN to skąd młody człowiek ma to wziąć. Przecież nie da się wyeliminować tego zagrożenia, nie obstawi się każdej imprezy w Warszawie policjantami, którzy będą stać przy każdym i patrzeć czy on nie daje komuś narkotyków. To jest mniejsze zagrożenie jak ktoś wie co bierze, zna narkotyki czy dopalacze” (BS11092018M2W),

„Myślę, że jest to spoko, społeczeństwo powinno wiedzieć o nielegalnych substancjach. Na pewno są niedaleko nas i jeżeli ktoś chciałby spróbować, to żeby wiedział te podstawowe rzeczy, a nie po pierwszym razie nie przedawkował i nie zaliczył zgona, żeby miał podstawowe informacje. A o drugich, o redukcji szkód to myślę, że to jedna z lepszych inicjatyw bo zamiast kazać ludziom przestać z tym czy coś, to się redukuje szkody, żeby jak najmniej te narkotyki robiły źle w człowieku (...) Myślę, że to jest nadal mało, nie zaspokaja większości ludzi i rzadko jest. Myślę, że powinno się o tym częściej mówić i robić takie wykłady (...) jeżeli ktoś będzie chciał to i tak to weźmie. Mogą go na chwilę zniechęcić ale jeżeli będzie miał okazję i chce wziąć coś, to weźmie to. Myślę, że jeżeli będą mówić o tym jak to bezpiecznie stosować, jak już ktoś stosuje, to jeżeli to jego pierwszy raz to zaleci się do tych wskazówek, które mu powiedzą, żeby od razy nie przedawkować i czuć się źle po tym” (MK09092018M2K).

Z kolei w opinii jednej z respondentek osoby prowadzące działania profilaktyczne powinny mieć własne doświadczenie w kontakcie z substancjami psychoaktywnymi: *„Moim zdaniem jeżeli chodzi o zajęcia profilaktyczne, to powinni prowadzić to ludzie, którzy przez to sami przeszli. To tak jakby ksiądz doradzał matrymonialnie parom, albo wychowywał dzieci w przedszkolu, to jest to samo (...) No tak, bo jak można mówić o czymś z czym się nie miało do czynienia. Nie da się. Po pierwsze brak demonizowania tego i profilaktyka, że nie zakazywanie bardziej zapobieganie temu i informowanie jak używać. Bo to nie wystarczy, że się powie nie możesz, albo nie powinieneś, bo to ci zrobi zło. Ale powiedzenie, że jak już to robisz, to rób to tak, rób to świadomie” (PB28092018K2W).*

Natomiast pozostałe rekomendacje dotyczyły organizacji serii, najlepiej indywidualnych spotkań: *„Może jakieś pojedyncze spotkania [indywidualne]. Tak, ale też nie jedno spotkanie co jest w tym złego tylko cała seria spotkań jeżeli już ma się coś przetłumaczyć”* (AŁ16102018K2W).

D. Użytkownicy leków OTC (Over-The-Counter) *Łukasz Wieczorek*

D. Streszczenie

Styl życia. Respondenci z grupy użytkowników leków OTC deklarują, że swój wolny czas spędzają w dużej mierze ze znajomymi. Często tym spotkaniom towarzyszy używanie substancji psychoaktywnych. Poza tym mają szereg zainteresowań, które zajmują im czas wolny. Niektórzy respondenci interesują się kinem, muzyką, grają w gry komputerowe. W ocenie badanych ich styl życia nie różni się szczególnie od stylu życia rówieśników. Swoją odrębność podkreśliło nieliczne grono respondentów. Cechami, które ich wyróżniają są zainteresowania, np. filozofia oraz używanie substancji psychoaktywnych.

Inicjacja. Wiek inicjacji używania substancji związany jest z ich dostępnością i waha się od 13-17 lat w zależności od respondenta. Substancjami, które są używane na etapie inicjacji są na ogół nikotyna i alkohol. Zapewne wynika to z dużej ich dostępności oraz powszechnej akceptacji dla ich używania. Jednak zdarza się, że młodzież wybiera inną substancję, jako tą która jest substancją inicjującą. Czasami jest to marihuana, nowe substancje psychoaktywne. Niektórzy wybierają substancje z grupy stymulantów – amfetaminę, MDMA, metaamfetaminę. Są uczniowie, którzy wybierali leki bez recepty z uwagi na ich dużą dostępność.

Powody używania oraz powody ograniczania używania. Ciekawość oraz używanie substancji przez rówieśników były dwoma czynnikami, które przyczyniły się do zażycia substancji po raz pierwszy. Na zmianę wzoru używania miały wpływ negatywne konsekwencje zdrowotne. Sprawiało to, że badani rezygnowali z używania niektórych grup substancji. Na zmianę wzoru używania substancji wpływały również różnego rodzaju negatywne wydarzenia życiowe – problemy w szkole, w relacjach z innymi.

Wzory używania. Badani z grupy użytkowników leków bez recepty mieli również doświadczenia z używaniem innych narkotyków. Niektórzy mają bogatą historię używania substancji. Oprócz leków OTC, używali nowych substancji psychoaktywnych, przetworów konopi, substancji halucynogennych, opiatów, itp. Użytkownicy leków OTC używają wielu ich rodzajów - thiocodin, sudafed, aflofarmicyna, acodin, dekstrometorfan, kodeina, tussidex, apselan, metomorfan. Aby spotęgować ich działanie łączą leki z różnymi

produktami, np. z alkoholem, napojem energetycznym, spritem bądź w celu obniżenia efektów działania używają leków z grupy benzodiazepin.

Opinie na temat używania. Wśród opinii na temat używania leków bez recepty dominowały raczej te negatywne. Respondenci twierdzili, że używanie leków OTC postrzegane jest przez społeczeństwo . gorzej niż używanie tradycyjnych narkotyków. Jest to raczej kojarzone z uzależnieniem, które jest społecznie nieakceptowane, a użytkownicy postrzegani są jak osoby uzależnione.

Opinie na temat używania innych substancji psychoaktywnych. Podobnie jak używanie leków bez recepty tak i używanie innych substancji zależne jest od grupy społecznej. Na ogół grupa, w której obraca się nastolatek i w której są użytkownicy narkotyków akceptuje to. Jednak są grupy, które odnoszą się do używania i użytkowników z dezaprobatą. Więcej akceptacji jest dla używania marihuany niż Nowych Substancji Psychoaktywnych, które są postrzegane negatywnie, a osoby je używające jako „patologiczne”.

Motywy używania. Cele, dla których używane są leki z grupy OTC związane są z chęcią poczucia uspokojenia, przyjemnego stanu, odprężenia, zapomnienia bądź doznania halucynacji. Leki z tej grupy bywają również używane w celach samobójczych. Można zaobserwować, że wśród motywów odpowiedzialnych za używanie substancji psychoaktywnych dominują motywy wewnętrzne. Wśród nich respondenci wymienili ciekawość i chęć doświadczenia czegoś nowego, doświadczone rozluźnienie, przyjemne doznania. Substancje pozwalają poradzić sobie z towarzyszącymi emocjami, problemami, odciąć się od otaczającej rzeczywistości. W ocenie młodzieży używa ona narkotyków, ponieważ nie czuje się zrozumiana przez dorosłych, czuje się przez nich odrzucona. Używanie leków OTC związane jest z chęcią pobudzenia, doświadczenia halucynacji, ponieważ niektóre z nich działają podobnie do amfetaminy lub LSD. Leki używane są również w sytuacji, kiedy nie ma dostępu do innych substancji psychoaktywnych, są traktowane jako substancje zastępcze.

Miejsca i kontekst używania. Z wypowiedzi badanych wynika, że substancje psychoaktywne są najczęściej używane w domu, w miejscu bezpiecznym dla młodzieży. Po zażyciu substancji, kiedy zaczyna ona działać, młodzież na ogół wychodzi z domu udając się do miejsc, w których lubi spędzać czas. Miejsca dokąd się udają związane są również z

rodzajem używanej substancji, np. po amfetaminie raczej udają się klubu muzycznego. Kiedy nie było możliwości używania narkotyków w domu respondenci robili to na świeżym powietrzu. Miejsce używania i częstotliwość uwarunkowane są również porą roku. W wakacje jest więcej okazji, aby używać substancji poza domem. Z kolei w trakcie trwania roku szkolnego raczej są one używane w weekendy. Niektórzy z respondentów używali leków OTC w samotności. Była to sytuacja, kiedy najlepiej się czuli, nie mogli być przez nikogo zdemaskowani. Jednak leki OTC przyjmowane są najczęściej w towarzystwie znajomych. Grupa wywiera również presję na używanie substancji. Zażywanie leków w grupie pozwala na doświadczanie wspólnych doznań, a dobre towarzystwo wpływa na jakość samopoczucia i atmosferę. W grupie użytkownicy leków czuli się bezpieczniej.

Sposoby przyjmowania i politoksykomania. Najczęstszymi sposobami używania leków OTC jest wypijanie syropu i połykanie tabletek. W przypadku używania innych substancji, oprócz używania doustnego dominuje wciąganie przez nos. Z doświadczeń respondentów wynika, że używanie różnych substancji podczas jednej okazji nie jest rzadkim zjawiskiem. Celem łączenia jest wzmocnienie efektów działania. Z wypowiedzi respondentów wynika, że łączyli oni leki OTC z alkoholem (na ogół piwem), marihuaną oraz benzodiazepinami.

Sposoby pozyskiwania.. Głównym sposobem pozyskania leków bez recepty był ich zakup w aptece. Niektórzy użytkownicy mają dostęp do tych substancji w apteczkach domowych. Zdarza się, że użytkownicy dostają je od znajomych, ale nie jest to zbyt częsta praktyka. Substancje nielegalne pochodzą najczęściej od dilerów oraz są kupowane w internecie, gdzie działają sklepy sprzedające NPS, fora internetowe na których zamieszczane są ogłoszenia, użytkownicy korzystają z sieci darknet. Użytkownicy preferowali zakup samodzielny leków, nie chcieli obciążać tym nikogo. Podobnie w przypadku zakupu narkotyków.

Rynek narkotykowy. Zmiany na rynku narkotyków identyfikowane przez respondentów związane są z popularnością substancji. Obecnie niektóre substancje są bardziej popularne niż były w przeszłości, a rozpowszechnienie ich używania jest większe. Dużą popularnością wciąż cieszy się marihuana. Dołączyło do niej MDMA oraz różne rodzaje NPS. Zmiany związane są również z dostępnością substancji – w ocenie badanych trudniej jest dostać niektóre substancje. Jednak za pomocą Internetu jest to coraz łatwiejsze. Także jakość substancji się pogarsza co może wpływać na występowanie większej ilości efektów ubocznych. Na rynku leków OTC również można zaobserwować zmiany związane z ich

dostępnością. Pojawiają się nowe substancje, które zastępują stare, dotychczas używane w celu odurzenia się.

Spostrzegane ryzyko. Zdaniem respondentów używanie leków OTC nie wiąże się ze zbyt dużym ryzykiem. W przypadku używania innych substancji można zidentyfikować ryzyko wystąpienia negatywnych konsekwencji zdrowotnych – dolegliwości kardiologicznych, uzależnienia, przedawkowania a nawet zgonu. Używanie narkotyków rodzi również prawdopodobieństwo wystąpienia trudności w relacjach społecznych, szczególnie z rodzicami, znajomymi bądź w pracy. Posiadanie narkotyków naraża użytkowników na wystąpienie konsekwencji prawnych. Wystąpienie różnego rodzaju ryzyka związane jest z brakiem wiedzy na temat substancji – działania, dawkowania, łączenia. Respondenci dostrzegają wiele rodzajów ryzyka, które może ich dotknąć używając substancji psychoaktywnych. Mają świadomość, że używanie leków OTC może doprowadzić do wystąpienia negatywnych konsekwencji zdrowotnych, ponieważ przyjmują je niezgodnie z zastosowaniem. W przypadku używania narkotyków, są świadomi że może to doprowadzić do przedawkowania, zdemaskowania przez dorosłych - rodziców bądź nauczycieli, wystąpienia konsekwencji prawnych z powodu posiadania nielegalnych substancji. Używanie substancji psychoaktywnych rodziło również konsekwencje finansowe.

Źródła informacji. Najpopularniejszym źródłem informacji o substancjach psychoaktywnych jest szeroko pojęty Internet. Użytkownicy, aby dowiedzieć się o działaniu substancji, dawkowaniu, negatywnych konsekwencjach, itp., przeszukują fora dedykowane używaniu narkotyków, grupy dyskusyjne na portalach społecznościowych, oglądają filmy na youtube, przeszukują wyszukiwarke Google. Również znajomi, którzy mają doświadczenie z używaniem substancji psychoaktywnych są źródłem informacji na ich temat. Młodzież uzyskuje wiedzę na temat substancji z edukacji prowadzonej w szkołach w ramach działań profilaktycznych. Użytkownicy leków sprzedawanych bez recepty czerpią wiedzę na temat substancji z ulotek dołączonych do opakowań.

Redukcja szkód. Badana młodzież zna szereg strategii ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Są nimi trzymanie się dopuszczalnych dawek, obserwacja własnego organizmu i jego reakcji, szczególnie kiedy substancja jest używana po raz pierwszy, pozyskanie informacji o substancjach, których się używa, pewne źródło pochodzenia substancji, używanie wśród znajomych oraz w

miejscu, które jest postrzegane jako bezpieczne. Strategie ograniczania szkód, które były stosowane przez respondentów odnosiły się do wiedzy na temat substancji, której używają, dawkowania, przyjmowania w bezpiecznym towarzystwie, przyjmowania witamin i minerałów. Niektórzy użytkownicy, w celu ograniczenia dolegliwości kardiologicznych wynikających z używania substancji, trzymają w pogotowiu benzodiazepiny. Oprócz tego użytkownicy cały czas kontrolowali stan swojego zdrowia, a w razie wystąpienia niepokojących sygnałów wydłużali przerwy między kolejnymi dawkami, starali się używać testowanych wcześniej substancji, które już kiedyś ktoś użył, brali substancje w intymnym i bezpiecznym miejscu. Przy łączeniu substancji korzystali z tabeli miksów – opisującej możliwości łączenia różnych substancji i niebezpieczeństwo z tym związane. Użytkownicy, którzy przyjmowali substancje iniekcyjnie dbali, aby mieć czystą igłę i strzykawkę. W ocenie badanych młodzież bardzo rzadko stosuje jakiejkolwiek strategie ograniczania ryzyka. Najpopularniejsze z nich, które są powszechnie znane odnoszą się do zaczynania od małych dawek, robienia przerw między kolejnymi dawkami, aby nie przedawkować. Powszechną strategią jest również używanie substancji w towarzystwie. Jednak zdaniem badanych są takie środowiska, w których w ogóle nie stosuje się strategii ograniczania ryzyka.

Negatywne konsekwencje dla zdrowia. Wśród negatywnych konsekwencji dla zdrowia somatycznego, których doświadczyli respondenci znalazły się zaburzenia kardiologiczne, dolegliwości gastrologiczne, wystąpienie zespołu serotoninowego, pojawiał się świąd. Nieprzyjemne konsekwencje pojawiały się również na drugi dzień po używaniu narkotyków i były związane z reakcjami organizmu na wydalanie substancji. Leki OTC wywoływały senność, z kolei ich odstawienie prowadziło do bezsenności. W wyniku przyjmowania leków użytkownicy doświadczali także wymiotów. Używanie substancji psychoaktywnych wywołuje szereg zaburzeń z obszaru funkcjonowania psychicznego i psychologicznego takie jak zachowania agresywne, halucynacje, lęk, nerwica. Używanie substancji wpływa na funkcjonowanie poznawcze mózgu. Również dostrzegane są zmiany w osobowości. Regularni użytkownicy dostrzegają syndromy charakterystyczne dla uzależnienia takie jak zaniedbanie dotychczasowych zainteresowań na rzecz używania substancji czy nieodpartą chęć ich użycia.

Konsekwencje społeczne / zachowania problemowe Z doświadczenia badanych wynika, że używanie leków OTC nie wpłynęło na zmianę w relacjach z innymi. Ze

znajomymi mogło nawet ich bardziej zintegrować. Jednak była część respondentów, która doświadczyła pogorszenia relacji z innymi – z partnerem, znajomymi, rodzicami, w wyniku używania zarówno leków OTC jak i innych substancji. Negatywne konsekwencje związane ze szkołą odnoszą się głównie do obniżenia poziomu nauki – gorszych ocen, absencji. W wyniku tego respondenci nie zdawali do kolejnej klasy, byli usuwani ze szkoły. Była również grupa respondentów wśród której używanie substancji nie wpłynęło na wystąpienie negatywnych konsekwencji w obszarze edukacji. Byli także uczniowie, którzy doświadczyli negatywnych konsekwencji używania substancji wykonując pracę zawodową. W przypadku używania leków bez recepty respondenci nie doświadczyli żadnych negatywnych skutków prawnych. Niektórzy mieli takie doświadczenia, jednak były one związane z używaniem nielegalnych substancji. Używanie substancji psychoaktywnych może doprowadzić do wystąpienia negatywnych konsekwencji finansowych – przeznaczania znacznych środków na zakup substancji, pożyczania pieniędzy, itp. Użytkownicy leków OTC są zdania, że używają ich w taki sposób, aby nie powodowało to żadnych szkód materialnych w ich życiu. Wśród negatywnych konsekwencji doświadczanych przez respondentów a wynikających z używania substancji przez inne osoby znalazły się: ograniczenie kontaktów bądź zerwanie relacji ze znajomymi z powodu nadużywania przez nich substancji, zachowania agresywne, które były niebezpieczne dla otoczenia oraz szkody materialne związane z pożyczaniem pieniędzy i niemożnością ich odzyskania.

Opinie o profilaktyce. Udział w programach profilaktycznych bądź oddziaływaniach interwencyjnych prowadzonych w szkołach jest dość częste wśród tej grupy młodzieży. Jednak są szkoły, w których tego typu oddziaływania nie są prowadzone bądź respondenci w nich nie uczestniczyli. Respondenci rzadziej mieli doświadczenia z udziałem w programach profilaktycznych lub oddziaływaniach interwencyjnych prowadzonych poza szkołą. Jeśli mieli jakiś kontakt to były to ulotki, plakaty, filmy. W ocenie badanych działania profilaktyczne i edukacyjne prowadzone w szkole są na niskim poziomie, często wzbudzają śmiech i irytację. Brakuje w nich rzetelnej informacji na temat substancji. Prowadzone są w formie pogadarek lub plakatów, co nie przynosi większego rezultatu. Personel zatrudniony w szkole, głównie nauczyciele i pedagodzy, mają małą wiedzę na temat substancji. Jednak są również uczniowie, którzy dobrze oceniają prowadzone oddziaływania. Działaniami, które cieszą się uznaniem uczniów są te z obszaru redukcji szkód, które są prowadzone w bezpośrednim kontakcie z użytkownikiem.

Rekomendacje dla profilaktyki. Wśród rekomendacji odnoszących się do projektowanych działań profilaktycznych i interwencyjnych znalazł się postulat włączenia kwestii ograniczania szkód - przekazywania rzetelnej wiedzy o substancjach psychoaktywnych, a nie straszenia negatywnymi konsekwencjami. Powinno się zagwarantować większy dostęp do testów sprawdzających jakość narkotyków, co wpłynęłoby na poprawę bezpieczeństwa związanego z używaniem. Rekomendowaną formą oddziaływań są również kontakty z byłymi użytkownikami substancji, którzy opowiadaliby o swoich doświadczeniach – przyczynach używania, negatywnych konsekwencjach, działaniach, które podjęli, aby ograniczyć używanie. Postuluje się również prowadzenie programów profilaktycznych skierowanych do użytkowników leków. Mogłyby być one przydatne, szczególnie dla osób, które ich nadużywają.

D I. Styl życia

Młodzi ludzie deklarują, że czas wolny spędzają głównie ze znajomymi. Często tym spotkaniom towarzyszy używanie substancji psychoaktywnych. Jednak oprócz spotkań ze znajomymi mają szereg zainteresowań, które zajmują im czas wolny. Niektórzy respondenci interesują się kinem i w czasie wolnym oglądają filmy, część z nich interesuje się muzyką, śpiewa, gra w gry komputerowe. Młodzi ludzie z tej grupy uprawiają również sport.

W tygodniu to jeżdżę na desce, słucham hip hopu, spotykam się ze znajomymi na osiedlu. Hip hop to moje życie, z ziomkami na osiedlu lubię wyjść, lubię siedzieć, pogadać, pośmiać się, coś odwalić. (PB30092018M5W)

Tak to głównie śpię jak mam wolne, z tym wolnym jakieś filmy klasycznie i tak dalej, to na takie wolne ale to jest bardzo ciężkie pytanie. (DG23082018K5W)

Lubię chodzić do kina, czasem na jakieś koncerty, kiedyś trochę trenowałam gimnastykę i zapasy ale już mi się nie chce. (PB30092018K5W)

Najchętniej to gram na komputerze, czytam książki i gdzieś wychodzę. Lubię czytać książki, lubię też śpiewać. (AS03102018M5W)

Jak było cieplej wychodziłam na dwór rolki, rower, biegam na przykład, w wakacje codziennie wieczorami biegam. A tak to nie mam jakichś szczególnych zainteresowań czy pasji. (JG19102018K5K)

Wśród użytkowników leków OTC znalazł się jeden respondent, który angażował się w działalność naukową i społeczną.

Mam dużo zajęć pozaszkolnych, interesuję się naukowymi rzeczami, więc głównie na to poświęcam swój wolny czas, robiłam przez ostatni rok olimpiadę filozoficzną i na to szło jakby większość mojego czasu i też działałam społecznie w organizacji politycznej więc to jest też coś, co mi zajmuje. (DG23082018K5W)

W ocenie badanych ich styl życia nie różni się szczególnie od stylu życia rówieśników. Swoją odrębność podkreśliło nieliczne grono respondentów. Ich zainteresowania wyróżniały ich spośród grupy rówieśników. Cechą która wyróżniała młodych ludzi używających leków OTC spośród grona rówieśników było również używanie substancji.

Trochę tak w sensie, że dużo czasu poświęcam właśnie tym dosyć odrębnym zainteresowaniom jakby nie działałam z nikim, ta filozofia przede wszystkim, ale tak ze względu na to, że chodzę do szkoły to wydaje mi się że tryb jest bardzo podobny i też z moimi znajomymi spędzamy czas w bardzo podobny sposób, spędzamy go po prostu razem więc wydaje mi się, że tak. (DG23082018K5W)

Tak, mam takie wrażenie, że po prostu towarzystwo, z którym się zadaję nie korzystało z takich rzeczy i czuję się trochę inna, inaczej się po prostu czuję, jak z nimi rozmawiam to nie bardzo wiem, o których rzeczach mogę mówić, o których nie bo ludzie mają różne poglądy na ten temat, taka jest prawda. (DG17122018K5W)

D II. Historia używania

Inicjacja – wiek i powody

Wiek inicjacji używania zróżnicowany jest przez substancję, której młodzież używa. Nikotyna i alkohol są substancjami, które są na ogół używane są wcześniej niż narkotyki. Respondenci używali marihuany i leków po raz pierwszy będąc w ostatniej klasie gimnazjum, czyli w wieku 14-15 lat. Niektórzy pierwszy raz używali substancji trafiając do szkoły średniej.

Alkohol to 11-12 rok życia. Na działce z rodzicami jak wychodzili na spacer a ja zostawałam to na działce, mieliśmy daleko do sklepu i oni zawsze kupowali zapas piwa na cały urlop no i gdzieś tam podkradałam im to piwo. (DG23102018M5W)

No marihuanę to wcześniej, bo to jest bardzo popularne i to po prostu jakoś tak otwiera, jest to nielegalne ale to nie robi krzywdy, nie jest to nic takiego. Wtedy to w 3 klasie gimnazjum, tak w 1 liceum, czyli 2-3 lata temu. (DG23082018K5W)

Pierwszy był ten acodin. **M: Ile miałaś lat wtedy?** Nawet nie miałam 13 skończone. (AS26092018K5W)

Generalnie zaczęło się tak, że poszłam do internatu, bo mieszkałam w małym mieście w którym wszyscy się znali i rodzice mnie pilnowali, rodzice mnie pilnowali, poszłam do dużego miasta, wpadłam w nowe towarzystwo, w nowy wir tego większego miasta, nowych możliwości i tak wyszło, że podsunęło się to a że ja jestem osobą, która raczej lubi próbować nowych rzeczy i dałam się skusić. **M: A ile miałaś wtedy lat?** 16. Miałam już chyba skończone 16 lat. (DG17122018K5W)

Zacząło się od tego, że mój kolega czytał tego hyperreala i właśnie zaczęło się od dextrometofanu, od tussidexu, potem były dalej leki z apteki, potem były jakieś dostępne dopalacze, które można było zamówić z internetu i jakoś to poszło. **M: Pamiętaj ile miałeś lat wtedy?** To było jak miałem 17 lat. W sumie to było świeżo po 17. Coś koło tego. (FK25102018M5I)

Przebieg (trajektoria) używania

Substancją, którą młodzież używa najczęściej jako pierwszą jest nikotyna bądź alkohol. Na ogół kolejną substancją używaną przez respondentów przyjmujących leki OTC była marihuana. Wynika to z dużej dostępności tych substancji, ich legalności i akceptowalności społecznej dla ich używania.

Najpierw był alkohol, potem alkohol i marihuana wymiennie, potem miałam trochę problem z alkoholem jak miałam gorszy okres w życiu. I wyszłam z tego okresu właśnie zaczynając MDMA. I wtedy był taki okres, że faktycznie bardzo dużo tego było w moim życiu, trochę za dużo, na przełomie maja i czerwca to był główny sposób spędzania czasu, był MDMA, potem odkryłam opioidy i to tak przeszło w okres opioidowy a teraz to się wszystko tak wyrównało i czasem jak mam na coś ochotę to sięgam. (DG23082018K5W)

No i mieliśmy taki okres z kolegą, zaczęło się to wszystko w sumie od OTC bo mój kolega zaczął czytać hyperreala tam się dowiedział, że tabletkami na kaszel z apteki można się naćpać. **M: Acodinem na przykład?** No tak. Wtedy to już był tussidex to nie było

tak dawno, acodin już wyszedł z mody. I tak substancja po substancji różnymi sposobami zdobywaliśmy i coraz ciekawsze doznania. (FK25102018M5I)

Jednak zdarza się, że młodzież wybiera inną substancję, jako tą która jest substancją inicjującą. Często jest to marihuana. Są to także nowe substancje psychoaktywne. Niektórzy wybierają substancje z grupy stymulantów – amfetaminę, MDMA. Dla jednego z respondentów była to metaamfetamina. Badany twierdził, że przed pierwszym użyciem zapoznał się z zagrożeniami jakie są związane z używaniem narkotyku i uznał, że chciałby spróbować.

Marihuana. Później haszysz, później amfetamina, acodin, mefedron. (AS03102018M5W)

Gimnazjum, miałem wtedy 13 lat, spotkałem się z kolegą z 3 klasy i jakieś dopalacze paliliśmy na trzepaku, to był mój pierwszy kontakt poza alkoholem. (DG23102018M5W)

Pierwsza była amfetamina, a później mefedron, leki doszły. Tak wszystko po kolei, kokaina, ziolo. (PK10092018K5W)

Tak, to był dokładnie luty ostatnia klasa gimnazjum. To były ferie z koleżanką, z dwoma koleżankami, chciałyśmy czegoś spróbować innego, dużo czytałyśmy na internecie o różnych substancjach i ta substancja MDMA nam się najbardziej spodobała. Stwierdziłyśmy, że są ferie, coś wymyślimy, wiedziałyśmy że jedna taka koleżanka z naszej szkoły z równoległej klasy ma kontakt z takimi substancjami, zapytałyśmy czy nie ogarnie nam czegoś, na następny dzień już to miałam, to były dwie tabletki. (JG19102018K5K)

Pierwszą substancją jakiej spróbowałam była metamfetamina. Początki były bardzo miłe z tego co pamiętam i bardzo mi się to podobało, nie przynosiło takiego dużego zagrożenia jak mi się wydawało, że może mieć i generalnie każda substancja, której próbowałam to najpierw starałam się wiedzieć, niektórych substancji odmówiłam ze względu na to, że wyczytałam jakieś informacje, że po prostu nie przekonywało mnie to i jakoś tak nie chciałam, ale były substancje, które mnie zaciękawiały i których chciałam spróbować. Początki bardzo mi się podobały, że tak powiem. (DG17122018K5W)

Powody używania

Wśród powodów użycia substancji po raz pierwszy respondenci podnosili ciekawość i otwartość na nowe doświadczenia. Respondenci mieli świadomość negatywnych

konsekwencji, które mogą towarzyszyć używaniu substancji psychoaktywnych, jednak to ich nie zniechęcało.

Pierwszy raz się w ogóle zaciekawiałam jak zaczęłam się interesować jak to wpływa na artystów i ich tworzenie, przeczytałam książkę Witkacego o substancjach psychoaktywnych. Ja w ogóle byłam bardzo przeciwna używaniu tego i zawsze byłam negatywnie nastawiona a potem otworzyłam się, że to jest coś co niekoniecznie nielegalne, dlatego że jest złe, że mogę mieć własne przemyślenia na ten temat i to mnie skłoniło do spróbowania. Pierwszy raz był taki poważniejszy na imprezie właśnie. (DG23082018K5W)

No ja zawsze byłem bardzo otwartą na nowe doświadczenia osobą więc stwierdziłem czemu nie. Jakby słyszałem, że to nie jest takie bezpieczne, ale są ludzie, którzy tak robią i nie umierają. (FK25102018M5I)

Pozytywne skutki użycia narkotyków zachęcały użytkowników do kontynuowania przyjmowania substancji. Wrażenia, których doświadczali, były dla nich lepsze niż te wynikające z picia alkoholu. Niektórych użytkowników angażowało to tak bardzo, że nie mogli o tym przestać myśleć. Używanie przez innych również było czynnikiem, który sprzyjał użyciu substancji po raz pierwszy. W sytuacji, gdy substancja była używana przez grupę rówieśników, do której należał respondent, on również decydował się na jej zażycie.

Generalnie to, że jak pierwszy raz spróbowałam to spodobało mi się to bardzo i już wiedziałam, że to jest lepsze niż alkohol, są lepsze doświadczenia, mam o czym opowiadać, mam się czym chwalić, mogę się bawić, mogę próbować nowych doświadczeń, czuję się inaczej za każdym razem i ciągnęło mnie to dalej i dalej, i zaczęłam tym żyć nawet jak nie brałam to zaczęłam czytać o tym co się wydarzy jak wezmę tyle, jak coś tam zmieszam. To tak samo wychodziło, że zaczęłam tym żyć. (DG17122018K5W)

Byłem na takim obozie windsurfingowym na Mazurach, tam była grupa koleśki ze Śląska, oni mieli te leki. Później się okazało, że sami możemy kupować w aptece, oni nam to pokazali jak się zapoznaliśmy. W sumie efekty były fajne tak mi się wydaje. (PB30092018M5W)

Powody ograniczania używania

Respondenci doświadczali również sytuacji, które zniechęcały ich do używania narkotyków z poszczególnych grup substancji. Najczęściej były to negatywne konsekwencje zdrowotne lub inne problemy, których doświadczali. Na zmianę wzoru używania substancji wpływały również różnego rodzaju wydarzenia życiowe – problemy w szkole, w relacjach z innymi.

Na pewno stan na sylwestrze bliski zespołu serotoninowego spowodował, że nie biorę nic z grupy twardych narkotyków od dawnego czasu.(...) Ale to nie było, że powiedziałem że nie biorę już nic, uznałem że na razie nie mam zamiaru nic brać. Nie uznaję to za jakiś detoks czy coś w tym stylu, nie muszę się wysilać, żeby żyć bez tego. (FK25102018M5I)

Kiedy zaczynałam brać więcej, to wiadomo jakiś problem albo w szkole, albo coś w tym stylu, albo jakaś kłótnia to wtedy wiadomo, że więcej. Były też takie momenty kiedy musiałam odstawić takie rzeczy, bo zauważyłam że przeginam, prawie nie zdałam klasy, strasznie opuściłam się w nauce, potrafiłam przychodzić na dwie ostatnie lekcje albo w ogóle nie przychodzić. Prawie nie zdałam w sumie przez nieobecności, po takiej nocy wiadomo że nie wstałam rano, nie spałam do rana, potem musiałam odespać dwa dni, nie uczyłam się więc musiałam to ograniczyć. Tak samo jeżeli za dużo takich rzeczy spożywam jestem strasznie nerwowa, to się odbija na mojej rodzinie, na moim chłopaku są same kłótnie, zgrzyty, właśnie wtedy zauważam, że trzeba sobie powiedzieć stop. (JG19102018K5K)

Rodzaje używanych SPA

Użytkownicy leków OTC używają wielu ich rodzajów (thiocodin, sudafed, aflofarmicyna, acodin, dekstrometorfan, kodeina, tussidex, apselan, metomorfan), nie ograniczają się do jednej substancji. Wynika, to z różnorodności leków dostępnych na rynku. Badani z grupy użytkowników leków bez recepty mieli również doświadczenia z używaniem innych narkotyków. Niektórzy mają bogatą historię używania substancji. Oprócz leków OTC, używali nowych substancji psychoaktywnych, przetworów konopi, substancji halucynogennych, opiatów, itp.

Ja bym tak pogrupował. Były na pewno leki OTC, były substancje do wciągania, znana maczana, kanabinoidy do palenia, były psychodeliki 2 CB, LSD nawet DMT się udało zahaczyć. Czy coś jeszcze? Po kablach nie waliłem. Były takie niekonwencjonalne formy jak gałka muszkatołowa, przyprawa. Myślę, że tak pogrupowałem. Była

popularna amfetamina, kokaina też mi wpadła w ręce i bardzo dużo zielonego.
(FK25102018M5I)

MDMA. Tak dosyć klasycznie jak wszyscy, chociaż nie, THC to jest substancja psychoaktywna przecieź. No marihuanę to wcześniej, bo to jest bardzo popularne i to po prostu jakoś tak otwiera, jest to nielegalne ale to nie robi krzywdy, nie jest to nic takiego.
(DG23082018K5W)

No potem trawy dużo paliłem w gimnazjum, poznałem forum hyperreal, acodin, kodeina z apteki, poznawanie ludzi z tych kręgów, stymulanty, potem myślę, że takim przełomem był pierwszy raz z acodinem. (DG23102018M5W)

Generalnie leki bez recepty jakie zażywałam to był sudafed, to był lek który działał, miał trochę mniejsze działanie pobudzające niż amfetamina, generalnie najpierw spróbowałam a potem brałam go i kupowałam po to, żeby wytrzymać w pracy, bo miałam trochę presję i miałam presję taką, że i szkoła i praca, i tak się działo, że kupowałam to. Potem w aptece przestali mi sprzedawać, bo weszła ustawa, że od 18 lat można i nie chcieli mi tego sprzedawać w aptece. Próbowałam też thiocodin, który kupowałam przez internet, bo w aptece też nie chcieli mi sprzedać i próbowałam go tylko raz, bo tylko raz miałam okazję. Ale spróbowałam też dekstrometorfanu, coś takiego i to jest substancja, która znajduje się w acodinie i tego próbowałam kilka razy. To były wszystkie leki bez recepty, które udało mi się spróbować.
(DG17122018K5W)

My przede wszystkim kodeinę pijemy, w syropie thiocodin, albo w syropie aflofarmicyne, był moment kiedy było mi zaoferowane te DXM w thiocodinie ale odmówiłam bo to nie jest coś co by mnie interesowało, myślę że są grupy narkotyków, które nie wydają mi się na tyle ciekawe, że mam wrażenie, że nie są dla mnie tylko thiocodin w tabletkach albo thiocodin w syropie. (DG23082018K5W)

Użytkownicy leków OTC przerabiają je również łącząc substancje z innymi łatwo dostępnymi substancjami, np. z piwem, kawą, napojem energetycznym, spritem, w celu spotęgowania działania.

W sumie najczęstszy kontakt i największą ilość z takich leków to thiocodin, to jest kodeina. W sumie pierwszy raz próbowałam jakoś chyba rok temu, może to był grudzień, niecały rok temu. Po kłótni z chłopakiem bo mnie zdenerwował i że jak nie wezmę to nie wytrzymam, papierosy już mi nie wystarczały, szukałam jakichś leków na uspokojenie,

żeby było mi obojętne wszystko. Trafiłam na ten lek, a że jest bez recepty to nie będzie problemu, ubrałam się poszłam do pierwszej lepszej apteki w sumie obawiałam się czy mi sprzeda pani za apteki, ale żadnego problemu nie było. Kupiłam jedno opakowanie, potem do drugiej apteki, drugie opakowanie, pamiętam że kupiłam sobie jeszcze piwo, bo przeczytałam że to wzmacnia efekty. Już po drodze zjadłam te tabletki, doszłam do domu, zaczęło mi się robić ciepło, fajnie, zaczęłam mieć błogostan, nie obchodziła mnie w ogóle ta kłótnia z chłopakiem. Było mi fajnie, przyjemnie, wypiłam to piwo. Nie trwało to zbyt długo, skończyło się oczywiście strasznymi wymiotami przez pół nocy. (JG19102018K5K)

Parę miesięcy później, teraz w wakacje to było, koleżanka powiedziała, że nasz wspólny kolega wypił sobie ostatnio takie coś jak lin to jest zrobione z syropu thiocodin i sprite do tego, że po tym jest fajnie, że amerykańscy raperzy to piją w każdym teledysku to stwierdziliśmy, że też to zrobimy. Nadszedł weekend zaprosiliśmy parę koleżanek i do apteki, po piwie. Obawiałam się, że będę wymiotować jak za pierwszym razem i je ostrzegłam, że godzina fajnej fazy i potem cała noc wyjęta z życiorysu. Spożyliśmy to, muzyczka wszystko fajnie i od tego się zaczęło, bo później po tej nocy parę dni później znowu spróbowałyśmy tego, później znowu i znowu i w sumie do tej pory z sześć razy piłyśmy taki lin ale nie uważam, że to jest coś takiego żeby mnie to uzależniało. Nie potrafiłabym być od tego uzależniona. Fajny jest ten stan, w przeciwieństwie do innych narkotyków nie ma zjazdu, wszystko łagodnie przechodzi i jest zmęczenie, ale nie ma tak jak po innych narkotykach, żeby kolejną dawkę zażyć. (JG19102018K5K)

W celu obniżenia efektów działania leków oraz innych stymulujących substancji psychoaktywnych młodzież używa leków z grupy benzodiazepin. Pozwala im na przykład zasnąć po użyciu amfetaminy lub MDMA.

Zapomniałam o jeszcze jednej tabletkie te są już na receptę i w sumie stosuję je głównie, żeby zbić efekty innej substancji albo na zjazd założymy czy MDMA czy amfetamina czy cokolwiek innego, to są tabletki clonazepam, działają uspokajająco i tak dalej, można po nich zasnąć. Tak bardziej, żeby zbić efekty innej substancji, raz tylko chciałam spróbować z chłopakiem właśnie bo czytaliśmy, że też mają, że ludzie biorą je, żeby się uspać po prostu i zjedliśmy wtedy chyba po trzy tabletki i w sumie u obojga skończyło się to amnezją i zasnęliśmy. (JG19102018K5K)

D III. Opinie na temat substancji wiodącej

Postrzeżenie substancji zależy od grupy społecznej, w której młodzież funkcjonuje. Zdaniem badanych, używanie leków OTC ma negatywne konotacje społeczne. Nie chwalą się oni używaniem tego rodzaju substancji szerszemu gronu. Jedynie najbliżsi znajomi, którzy również używają leków OTC, akceptują to. Zdaniem respondentów używanie leków bez recepty jest postrzegane gorzej niż używanie tradycyjnych narkotyków, kojarzy się z fizycznym uzależnieniem, które jest społecznie nieakceptowane. Osoby, które biorą leki traktowane są jako osoby uzależnione, które muszą używać substancji z większą częstotliwością niż osoby używające narkotyków weekendowo np. LSD, MDMA.

To nie jest to czym ja się chwalę bo to się raczej źle kojarzy i to nie jest też coś co jakby brzmi dumnie i ja to rozumiem ale mam paru znajomych, którzy mają podobny pogląd na te sprawy jak ja i to są moi najlepsi przyjaciele, ale większość mojego towarzystwa jest raczej przeciwko temu. (DG23082018K5W)

To zależy, bo mam bardzo różnych znajomych. To jest postrzegane jako coś takie bardziej ćpuńskie, w sensie, że te leki bardziej się kojarzą z uzależnieniem, to nie są takie weekendowe dragi jak MDMA czy LSD, że sobie weźmiesz weekend jeden i tak dalej a potem sobie wracasz do normalnego życia a to jest takie coś czym się nie chwalę, ale z drugiej strony są moi znajomi, którzy są też na to otwarci i ich to ciekawi jak im to przedstawiałam. Nigdy się nie staram namawiać ale też pokazywałam niektórym, że to nie jest aż takie straszne jak się wydaje przynajmniej według mnie. (DG23082018K5W)

To skupmy się na OTC może, jak się zdarzy komuś powiedzieć, że leki z apteki to nie jest popularne, ludzie dziwnie się patrzą na takie osoby. Sam też kiedyś jakbym usłyszał, że ktoś bierze coś z apteki to pomyślałbym, że jakiś świr. Powiedziałbym, że to nie jest dosyć szanowana grupa. (...). Powiedziałbym nawet, że pomimo tego jak się patrzy na tą grupę to jest jedna z bezpieczniejszych grup bo ma się sprawdzony towar, bo wiadomo to jest apteka, wszystko tak jest farmaceutycznie co do miligrama, można dokładnie dobrać dawkę, ale ciężko określić to patrząc na ludzi, którzy biorą leki. Też nie spotkałem się z jakimiś miarodajnymi opiniami, nikt jeszcze niczego nie powiedział. (FK25102018M5I)

Inne substancje

Podobnie jak używanie leków bez recepty tak i używanie innych substancji zależne jest od grupy społecznej. Respondenci na ogół obracali się w grupie rówieśników, która używa substancji psychoaktywnych. W takim środowisku używanie narkotyków nie jest negatywnie postrzegane. Używanie marihuany jest w ocenie badanych popularne w różnych grupach. Są przekonani, że mimo nielegalności marihuany, jej używanie nie powoduje żadnych negatywnych konsekwencji. Jednak są grupy, które odnoszą się do używania i użytkowników z dezaprobatą.

Wśród moich znajomych to neutralnie, bo wielu korzystało z nich i wiem, że wielu moich znajomych korzystało albo korzysta z innych narkotyków więc leki z apteki nie są wielkim zdziwieniem. A wśród moich rówieśników generalnie zażywanie narkotyków jest różnie postrzegane. W wielu momentach skrajnie i ludzie potrafią bardzo negatywnie patrzeć na osobę, która bierze narkotyki. Ale są też i bardzo pozytywne reakcje jak próba zgadania się na blanta czy coś takiego. (DG23102018M5W)

Rok temu kiedy ja dopiero zaczynałam przygodę z tymi rzeczami to w moim środowisku to jak ktokolwiek czegoś spróbował to od razu był wykreślany z towarzystwa, że ćpun że w ogóle jak tak można, że tylko alkohol i marihuana, że to są rzeczy które można zażywać a jakieś inne substancje to kategorycznie nie, ale z czasem jedna osoba coś spróbowała, druga coś spróbowała. Zależy to od znajomych oczywiście, bo mam też takich dalszych znajomych, którzy w życiu by czegoś takiego nie wzięli tylko alkohol i marihuana, ich namówić się nie da. Oni właśnie postrzegają nas jako powiedzmy ćpunów i tak dalej, no ale jednak raczej to jest powszechne teraz. Czy to na imprezach, kiedyś jak się szło na imprezę to raczej nie było takiego wyboru, raczej alkohol i była taka podstawa, no a teraz przed imprezą od razu się pytają co kupować, co brać, co dzisiaj bierzemy. To jest powszechne po prostu. (JG19102018K5K)

No marihuanę to wcześniej, bo to jest bardzo popularne i to po prostu jakoś tak otwiera, jest to nielegalne ale to nie robi krzywdy, nie jest to nic takiego. (DG23082018K5W)

Używanie nowych substancji psychoaktywnych postrzegane jest negatywnie. Zdaniem respondentów młodzież wstydzi się przyznawać do brania tych substancji. Są one używane, ponieważ są tańsze niż tradycyjne narkotyki więc bardziej dostępne dla osób mniej zamożnych.

To wydaje mi się jakaś patologia dopalacze. W ogóle ciężko się czegokolwiek dowiedzieć na ich temat. Można zginąć, umrzeć, zatruć się, nieodwracalne zmiany mieć. Więcej słyszy się złego niż dobrego. Może ludzie się wstydzą, że to biorą. Myślę, że ta otoczka, która została wytworzona w mediach może doprowadzać do tego, że ludzie się wstydzą. Bo to jest raczej chyba tanie z tego co ja słyszałam. Tak jak ktoś nie może kupić sobie narkotyków, bo nie ma pieniędzy, to na dopalacze mu starczy. (PB30092018K5W)

Jesteśmy normalnymi dzieciakami, chodzimy do dobrej szkoły, dobrze się uczymy, nie jesteśmy żadną patolą, żeby brać dopalacze, które mogą być fatalne dla naszego zdrowia. Myślę, że można by było mieć ze sobą problemy, żeby się uczyć. Kiedyś tam przewinęli się jacyś ludzie co to biorą, to oni nawet nie umieli zdania porządnie złożyć. Jakby byli już jacyś upośledzeni, nie wiem. (B30092018K5W)

D IV. Motywy używania

Cele, korzyści, znaczenie

Leki OTC są używane przez młodzież w celu: doznania uspokojenia, przyjemnego stanu, odprężenia, zapomnienia o problemach, doświadczenia halucynacji. Zdarza się, że leki OTC są używane przez młodzież w kontekście myśli samobójczych.

Od kodeiny oczekiwałam uspokojenia i takiego przyjemnego czilu bo się naczytałam, że coś takiego może wystąpić i faktycznie coś takiego wystąpiło. (DG17122018K5W)

Ucieczka od rzeczywistości, ucieczka od problemów, chęć zrobienia dobrze samemu sobie. Zażywając te leki nie trzeba myśleć o problemach, o rzeczywistości. Wszystko co otacza, cały ten syf, problemy rodzinne odchodzą, to było motywacją w tym. (DG23102018M5W)

Od drugiego w sensie dekstrometofanu oczekiwałam wrażeń psychodelicznych, ale to nie wystąpiło, wystąpiły tylko niewielkie zmiany obrazu, czarne kreski kiedy zgasiałam światło i też bardzo nieprzyjemne, nie wiem jak to nazwać, nie mogłam utrzymać wzroku w jednym punkcie. I to chyba tylko to, nieprzyjemne uczucie, człowiek ma wrażenie że umrze, takie nieprzyjemne. (DG17122018K5W)

Oczekiwałam czegoś fajnego, bo ludzie którzy zażywali duże dawki tussidexu opisywali swoje mistyczne podróże, tam było oddzielanie się od ciała, to jest bardzo ciekawa substancja. Czytałem, że ludzie potrafili oddzielać się od swojego ciała, latać nad miastem i podziwiać widoki ale to już były takie większe dawki, raz się zbliżyłem do

takich potężnych dawek, kupiłem trzy opakowania i zażyłem je wszystkie, popiłem energetykiem, nie wiem co się wtedy ze mną działo, nie pamiętam tego zbyt dobrze. Wiem, że na jakimś poziomie fazy są problemy z pamięcią, też nie pamiętam dokładnie tej podróży. (FK25102018M5I)

Oczekuję, żeby zasnąć i już więcej nie wstać, żeby to wszystko się jakoś skończyło, żeby mieć spokój od tego wszystkiego. (PK10092018K5W)

Motywy wewnętrzne i zewnętrzne

Wśród motywów przyczyniających się do używania substancji można wyróżnić motywy wewnętrzne oraz zewnętrzne. Wśród motywów wewnętrznych można wyróżnić ciekawość i chęć doświadczenia czegoś nowego. Użytkownicy leków bez recepty przyjmują je z uwagi na doświadczane rozluźnienie i inne przyjemne doznania.

Żeby zaspokoić ciekawość, żeby nowe doświadczenia nabyć. W sumie tylko dlatego próbowałam na początku substancji w tym leki. (JG19102018K5K)

Te leki konkretnie to ogólnie rozluźnienie, bardzo poprawia to kreatywność u mnie przynajmniej i najczęściej kończy się tak, że siedzimy czy na plaży, czy idziemy na długi spacer bo ogólnie dobrze mi się po tym chodzi, idziemy i ja piszę wiersze, to jest też coś co robię, inni rysują, słuchamy muzyki też dużo. (DG23082018K5W)

Najfajniej jak taki luz jest i tak się rozluźniamy, jest tak przyjemnie, trochę się kręci ten świat, jest ciekawszy, inny niż zawsze. (PB30092018M5W)

Jeżeli chodzi o kodeinę to po prostu to jest przyjemne opiatowe ciepło. Nie potrafię wytłumaczyć dlaczego opiaty się ludziom podobają, po prostu są przyjemne. To ciepło, które rozlewa się przez cały organizm to jest stan nie do powtórzenia przez cokolwiek innego, przez sport, inne używki, jakieś ekstremalne przeżycia, to jest coś czego nie da się powtórzyć w żaden sposób. (DG23102018M5W)

Młódzież używa leków OTC w celu pobudzenia, ponieważ niektóre z nich działają podobnie jak amfetamina. Leki były używane również w celu doświadczenia halucynacji.

Apselan. Słyszałam, że działa jak amfetamina. Chyba o tym też znalazłam informację, nie pamiętam, chciałam poczuć powera i pierwszy raz wzięłam jak jechałam na oddział. Byłam bardzo pobudzona, ale to nie tak że ludzie widzieli, że jestem naćpana czy coś. Starłam się ukrywać czasem pani sprzątaczką mówiła co ty taka pobudzona jesteś,

albo pani od polskiego widzę że nie jesteś senna. Nauczyciele może coś ogarniali ale to nie było takie skrajne. Chciałam się poczuć jak po amfetaminie ale nie chciałam kupować, bo była za droga jak na mój budżet wtedy. Po łatwiej, wygodniej i bezpieczniej było dla mnie kupić lek w aptece za 11 złotych i popić go energetykiem.
(AS26092018K5W)

Z leków bez recepty zażywałam metomorfan, acodin i kodeinę w postaci antidolu albo thiocodinu. Acodin miał działanie mocno bliskie temu co ludzie często myślą co psychodeliki robią, po prostu stan na tripie acodinowym jest dla mnie bardzo przyjemny, był. Takie wizje się pojawiały, dziwne myśli. W lesie bardzo lubiłam zażywać, ten kontakt z przyrodą, siedzenie gdzieś tam samemu, abstrakcyjne myśli.
(DG23102018M5W)

Doświadczeni użytkownicy narkotyków używali substancji psychoaktywnych, aby poradzić sobie z towarzyszącymi emocjami, problemami. Przyczynami pierwszego użycia była w ich przypadku ciekawość jednak z czasem zauważyli, że dzięki substancjom łatwiej im poradzić sobie z problemami, których doświadczają. Młodzież używa substancji ponieważ czuje się niezrozumiana przez dorosłych, odrzucona. Używanie substancji pozwala im o tym zapomnieć, odciąć się od otaczającej rzeczywistości.

W sumie ciekawość, nie jakieś problemy. Ja w sumie zawsze byłam ciekawa takich rzeczy jaki jest stan po tym, jak się czuje człowiek i w sumie tylko dlatego, później rzeczywiście zaczęłam takie rzeczy brać jak się zdenerwowałam, chciałam zapomnieć o jakimś problemie, stresie, szkole czy jakiś tam problem. Ale na początku to była tylko i wyłącznie ciekawość. (JG19102018K5K)

Żeby się oderwać i wyluzować, żeby się nie martwić niczym. Nie myśleć, że mam jakieś słabe oceny a powinnam mieć lepsze. (PB30092018K5W)

Niezrozumienie też przez osoby dorosłe, przez rodzinę, takie odrzucenie. Wszystko też się wiązało. Wiązało się i pękło w którymś momencie. Było później łatwiej jak się brało. Zapominałam chociaż na chwilę. (PK10092018K5W)

Znaczy, tak zdarzało się, żeby mieć od kogoś, od rodziców spokój, szczególnie od mamy, żeby nie wybuchać tak agresją to wzięłam, żeby się wszyscy ode mnie odczepili, żeby być otumanioną. Czasami po to, żeby nie kontaktować, nie zwracać na nic uwagi.
(PK10092018K5W)

Wśród motywów zewnętrznych przyczyniających się do użycia substancji psychoaktywnych młodzież wyróżniła używanie pod wpływem grupy rówieśniczej. W przypadku używania leków OTC, są one używane kiedy nie ma dostępu do innych narkotyków. Młodzież traktuje je jako substancje zastępcze.

W sytuacjach gdy nie miałam dostępu do prawdziwych narkotyków i nie miałam kiedy spotkać się ze znajomymi a miałam wolny dom. Wtedy udawałam się do apteki albo prosiłam znajomych, żeby mi coś załatwili, którzy byli pełnoletni. (DG17122018K5W)

D V. Wzory używania

Miejsca używania

Z wypowiedzi badanych wynika, że substancje psychoaktywne są najczęściej używane w domu, w miejscu bezpiecznym dla młodzieży, co pozwala uniknąć nieprzyjemnych sytuacji. Po przyjęciu substancji, kiedy zaczyna ona działać, młodzież na ogół wychodzi z domu. Miejsca, gdzie się udają są różne w zależności, gdzie młodzież lubi spędzać czas jak również związane z przyjętą substancją, np. użycie amfetaminy, MDMA związane jest z wyjściem w konkretne miejsce – klub muzyczny. Jednak w sytuacji, gdy nie ma możliwości używania narkotyków w domu robi się to na świeżym powietrzu.

Najbezpieczniej to w domu próbujemy, na domówkach. Jak nie ma rodziców to często są imprezy u znajomych, czasem w plenerze. Tak się staramy nie w przypałowych miejscówkach, żeby na nas się krzywo nie patrzyli. (PB30092018M5W)

Zazwyczaj to był dom, było najbezpieczniej w sumie. Ogólnie w domu zaczynałyśmy z koleżankami spożywanie a jak się rozkręciło, weszło to ewentualnie wychodziłyśmy na miasto, ale to się zazwyczaj źle kończyło, bo ma się takie poczucie, że ludzie widzą po tobie, że się inaczej zachowujesz i w sumie najbezpieczniej w domu, można posłuchać muzyki, można robić co się chce, można się położyć słuchać muzyki i to jest najcudowniejsze co można w tym momencie robić. Chyba tylko dom. (JG19102018K5K)

Zazwyczaj zażywamy je w domu i potem idziemy na spacer. Ja mieszkam w Olsztynie, to małe miasto, że łatwo jest wyjść gdzieś poza miasto gdzieś, pola i tak dalej, potem po mieście, czasem siedzimy czy w parku, po dachach często gdzieś, to też jest taki urban exploring trochę. I to jest też, że lubię sobie ładne miejsca pozwiedzać, one też po

narkotykach wydają się jeszcze ładniejsze, nabiera takiego klimatu, magii i tak dalej, to też jest takie dosyć ważne zdaje mi się, no to tyle. (DG23082018K5W)

Powiem ci, że moje przygody były na tyle szalone, jesteśmy młodzi z moimi znajomymi, nie mamy swoich mieszkań, nie mamy możliwości wynajęcia jakiegoś mieszkania i tam przeprowadzenia jakiegoś tripa, bardzo często był to dwór, na dworze jakieś miejscówki swoje mamy, albo osobiste tripy jak tussidex się w domu robiło, w zamkniętym pokoju. (FK25102018M5I)

Towarzystwo (z kim; znaczenie ich obecności)

Niektórzy z respondentów używali leków OTC w samotności. Była to sytuacja, kiedy najlepiej się czuli, nie mogli być przez nikogo zdemaskowani. Dla respondentów było ważne aby nikt nie ingerował w używanie przez nich leków.

Jak byłam tylko sama w domu to już od razu, jak się dowiadywałam że będę sama w domu, to szukałam okazji, żeby sobie coś załatwić. Leków nie brałam ze znajomymi, generalnie tylko sama. (DG17122018K5W)

Albo w domu, bo wiem o której dziadkowie przychodzą i wychodzą z domu, a założmy, że nawet jak wezmę oni wyjdą o ósmej, ja sobie wezmę o 9, oni przyjdą koło 18, albo to już ze mnie zejdzie i się będę lepiej czuć, albo się będę męczyć, albo gdzieś wyjdę albo zostanę w pokoju, będę udawać, że śpię i jeszcze będę bardziej się męczyć. To zależy. Albo tam, gdzie nie ma ludzi, żeby nikt nie pomógł, żeby nie zwrócił uwagi, bo nad niektórymi rzeczami się nie panuje po lekach albo po innych rzeczach, żeby nikt w to nie ingerował, o. (PK10092018K5W)

Jednak jak wynika z doświadczenia respondentów, leki OTC przyjmowane są najczęściej w towarzystwie znajomych. Grupa rówieśnicza często ma wpływ na używanie substancji. Jest to również sposób spędzania czasu z rówieśnikami. Używanie substancji w grupie pozwala na doświadczanie wspólnych doznań. Użytkownicy są przekonani, że dobra atmosfera, w której używali substancji sprawiała że doznania były przyjemniejsze. Grupa, w której używa się narkotyków wpływa na jakość samopoczucia. Respondenci używając substancji ze znajomymi czuli się bezpieczniej, mogli z nimi porozmawiać, wymieniać się doświadczeniami na temat swojego samopoczucia.

Może trochę mają zły wpływ bo to oni mi pokazali ten acodin. Chodzą po tych aptekach, ja czasami nie mam siły, kupić jedną paczkę, iść do innej, nie można za często do apteki bo te panie często się powtarzają. (PB30092018K5W)

Zmienia też sposób spędzania czasu ze znajomymi przede wszystkim bo to jest nasz sposób na bycie razem, chociaż to wymieniło alkohol w którymś momencie po prostu. Spotykałam się ze znajomymi na piwo, zaczęliśmy eksperymentować w którymś momencie. Jak mamy jakieś wyjście i tak dalej, idziemy sobie na plażę czy coś to czasem czy po piwo sięgnąć, czy coś takiego to albo iść na trzeźwo, bo to nie zawsze tak się zdarza, że wszystkie moje kontakty ze znajomymi opierają się na narkotykach, to czasem coś takiego próbujemy. Na początku to było właśnie próbowanie, zobaczenie na czym by się to opierało a potem jakby kupujemy sobie coś takiego, jemy to i spędzamy czas. (DG23082018K5W)

Bez ludzi raczej bym nie brała. Na pewno bym nie brała. Bo chyba nie czułabym potrzeby takiej, to ma takie imprezowe znaczenie dla mnie, czy takie towarzyskie niż samej. Nie wiem czy by mi nie było jakoś smutno, nie wiem. Może się sama boję siebie. (PB30092018K5W)

Jednak lepiej być w towarzystwie, żeby ktoś pomógł. Żeby lepiej się bawić, ale też gdyby coś miałyby mi się stać, to żeby ktoś zareagował. (PB30092018K5W)

Można z kimś porozmawiać, jak brałam sama to dużo z kimś pisałam przez sms czy Messenger albo rozmawiałam przez telefon, nawet do mamy dużo rozmawiałam. Czuje się potrzebę porozmawiania z kimś, taka samotność w sumie też dobija, ja takie substancje wolę brać z kimś, można się wymienić doświadczeniami jak się czujesz, czy tak samo czy inaczej, to jest ciekawsze dla mnie. (JG19102018K5K)

Sposoby przyjmowania

Sposób przyjmowania leków OTC uzależniony jest od formy, którą przyjmują – tabletki, syrop. Tym samym substancje te są przyjmowane doustnie – syrop wypijany a tabletki połykane. W przypadku pozostałych substancji (narkotyków) najczęściej przyjmowane są donosowo, np. NPS, amfetamina. Są również inne drogi przyjęcia substancji jednak są one mało rozpowszechnione.

My przede wszystkim kodeinę pijemy, w syropie thiocodin, albo w syropie aflofarmicyne. (DG23082018K5W)

Zjadałam je i to głównie było wszystko, bo w formie tabletek, więc zjadałam wszystko. Popijałam czasami sokiem z grejpfruta bo naczytałam się, że podbija działanie. (DG17122018K5W)

No jeden z dwóch i jedyne to oralny, doustny. No i ewentualnie jak się zdarzały jakieś dopalacze do nosa to się wciągało. Mój kolega wiem, że zahaczył lepsze metody typu pod napleta. Mam też kolegę, który potrafił sobie nakłuć śluzówkę jak miał resztkę jakichś dopalaczy, żeby wciągnąć. Ja aż tak szalony nie byłem więc tylko doustnie czy do nosa. (FK25102018M5I)

Politoksykomania

Z doświadczeń respondentów wynika, że używanie różnych substancji podczas jednej okazji nie jest rzadkim zjawiskiem. Może się z nim wiązać szereg poważnych konsekwencji, jednak jest to wzór używania który jest znany młodzieży. Motywem łączenia różnych substancji jest na ogół wzmocnienie ich działania. Respondenci łączyli leki OTC z alkoholem, marihuaną, benzodiazepinami i z opiatami.

Tak, zdarza się to często z wszelakimi substancjami, tak doszło do tego, że dostałem zespołu serotoninowego. Wtedy wciągałem w ciągu dnia i zapomniałem kompletnie o tym a potem wziąłem całą pigwę ecstazy. To się nie skończyło zbyt dobrze. (FK25102018M5I)

Bo synergia [podczas łączenia heroiny i kokainy – autorzy] jest olbrzymia jak się podbija razem działanie. Ja sobie o tym poczytałem, najniebezpieczniej jest wtedy jak się wali w jednej pompce dużą dawkę. Jak jest mało, to możesz sobie bezpiecznie, znaczy nie polecam tego nikomu, ale można bezpiecznie to dawkować, a jeszcze jak są benzodiazepiny, no to już w sumie troszkę niebezpieczne. Ale nie, myślę, że spokojnie można bezpiecznie to robić. Ale wiadomo jak się w ciągu jest i się wali coraz większe dawki to wtedy można przedawkować. Miksowałem różne rzeczy ze sobą. (AS03102018M5W)

Chyba najlepsze połączenie do tego ewentualnie alkohol ale to jedno piwo maksymalnie bo jak więcej to się kończy z wymiotami. (JG19102018K5K)

Z marihuaną to głównie, czy to ta kodeina to głównie z marihuaną bo podbija działanie i jest bardziej psychodeliczne przez marihuanę o wiele lepiej jakoś to współgra ze sobą. (JG19102018K5K)

Ja tego syropu nie lubię strasznie, jest to paskudne, niesmaczne, zazwyczaj decyduję się na tabletki jednak, jest tam pół na pół 10 tabletek i syrop to wychodzi średnia między ekonomicznością a działaniem, to da się przełknąć jedną butelkę jak szota wódki tak szczerze i potem jak zaczyna schodzić po paru godzinach to palimy blanta, zaczyna wracać i mamy naprawdę taki długi wieczór i śpi się po tym bardzo dobrze. (DG23082018K5W)

Kodeinę często z benzodiazepinami łączę, jak alprazolam albo clonazepam. Opiaty z innymi opiatami. Często łączyłem fentanyl z oksycodonem. No i do wszystkiego alkohol szedł w parze. (DG23102018M5W)

D VI. Rynek

Sposoby pozyskiwania

W przypadku leków bez recepty, głównym sposobem ich pozyskania był zakup w aptece. Jednak z uwagi na ograniczenia w dostępności użytkownicy musieli zrobić zakupy w kilku aptekach, aby zebrać niezbędną ilość substancji.

Po prostu w aptece kupujemy, można kupić jeden na głowę, więc idziemy do dwóch aptek w jakichś odstępach czasu, w Centrum akurat jest pięć około, starcza, idziemy do jednej, drugiej, trzeciej i tak to działa. Nigdy nie kupowałam od nikogo. Raz dostałam od koleżanki, ona ich używała zgodnie z przeznaczeniem. (DG23082018K5W)

No tak, akurat w mieście rodzinnym i w mieście w którym aktualnie mieszkam mam kilka aptek, mogę obejść wszystkie w ciągu 15 minut, tak. Bo jest ta ustawa z 15 lipca 2015, która mówi o tym, że można sprzedawać tylko jedną paczkę niektórych substancji. Więc dlatego robiłem obchód po okolicznych aptekach. (DG23102018M5W)

Leki są również pozyskiwane z apteczek domowych. Zdarza się, że użytkownicy dostają je od znajomych, ale nie jest to zbyt częsta praktyka.

Miałam takie parcie żeby znowu czegoś spróbować, ale pieniędzy nie było, nikt nie chciał ze mną niczego brać no i stwierdziłam, że przeczytam sobie na internecie co można w domu znaleźć na przykład. I tam pisali o lekach i stwierdziłam, że przepatrzę apteczkę w domu za jakimiś lekami, patrzyłam po nazwie wpisywałam w internet czy to ma działanie narkotyzujące i trafiłam na chyba claritine activ to jest pseudoefedryna były tego dwa opakowania, przeczytałam że to jest podobne do działania amfetaminy, że

jak się do tego wypije mocną kawę to już w ogóle, że jest pobudzenie, zadowolenie i błogostan. Wzięłam całe dwa opakowania tabletek, wypiałam kawę, rzeczywiście efekty były fajne no i w sumie to na tyle. (JG19102018K5K)

Zazwyczaj ma się bardzo dużo leków w domu więc to też, zresztą moja babcia ma cukrzycę, więc były nieraz tabletki na serce, nie na serce, jakieś leki, matki jakieś leki. Więc zawsze coś było. Nie trzeba było za bardzo kombinować. Nie trzeba było wydawać praktycznie przy tym pieniędzy. Zawsze coś się znalazło. (PK10092018K5W)

Najczęściej to u mojej przyjaciółki, jej rodzice wyjeżdżają ona robi te imprezy, zaprasza, ma takich kolegów, jeden to zawsze to ma. Ma jakąś siostrę z apteki, czy nie wiem. Często ma dużo paczek. Wtedy mamy łatwiej bo nie musimy dużo chodzić tylko on przynosi. Nie wiem czy się podkochuje w tej Olce czy co, ale załatwia. (PB30092018K5W)

W przypadku sposobu pozyskiwania substancji nielegalnych to pochodzą one od dilerów. Popularnym źródłem zakupu substancji jest internet. Są to strony sklepów sprzedających nowe substancje psychoaktywne, grupy na portalach społecznościowych, gdzie są zamieszczane ogłoszenia z numerem telefonu. Użytkownicy korzystają z sieci darknet, gdzie można dostać tradycyjne narkotyki. Użytkownicy preferowali zakup samodzielny leków, nie chcieli obciążać tym nikogo. Podobnie w przypadku zakupu narkotyków. Chcieli mieć osobisty kontakt z dilerem, aby nikt ich nie oszukał.

Generalnie mam swoich dilerów, zależy od czego ale są rzeczy, które mogę załatwić w moim mieście a są rzeczy, które muszę załatwić w większym mieście, bo w moim mieście tego nie ma. Ale mam dużo znajomych, którzy się tym zajmują, towarzystwo z tego internatu, także oni zawsze służą pomocą, jeśli chodzi o takie kwestie. Ale poznałam też dużo osób z mojego miasta, nie miałam pojęcia że się tym zajmują i mam kontakty praktycznie na wszystko teraz, chociaż nie używam. (DG17122018K5W)

Wtedy cofając się, to było łatwo, zamawiało się na stronach, przychodziło do domu w paczkach i tak się miało. Jakaś tam kokaina co ciekawe, czy DMT zamówiłem z darkneta drogą czarnego rynku. (FK25102018M5I)

Jeżeli ten clonazepam to przez internet. Bo jest na receptę i jedynie może wypisać psycholog albo psychiatra. (...) Wystarczy strona na facebooku tam wszyscy ogłaszają się co mają, nie ma z tym problemu. (JG19102018K5K)

Najchętniej preferuję osobisty kontakt z dilerem bo wtedy wiem, że nikt nie może mnie zrobić, nikt sobie nie odsypie czegoś, nie weźmie więcej pieniędzy za fatygę.

Generalnie wolę załatwić sobie wszystko sama, żeby mieć pewność, że nic się nie stanie poza moją wiedzą. (DG17122018K5W)

Zaobserwowane zmiany

Zmiany na rynku narkotyków identyfikowane przez respondentów związane są z popularnością substancji. Obecnie niektóre substancje są bardziej popularne niż były w przeszłości a rozpowszechnienie ich używania jest większe. Dużą popularnością cieszy się marihuana oraz MDMA. Coraz chętniej używane są nowe substancje psychoaktywne. Zmiany na rynku substancji psychoaktywnych związane są z ich dostępnością. Niektóre substancje są coraz trudniej dostępne, co przekłada się na ich cenę. Jednak internet znacznie ułatwia ich zdobycie.

Są substancje teraz mega popularne, a kiedyś nie były, chociaż były albo mniej. U mnie bardzo często sięga się po marihuanę, praktycznie teraz nie ma osoby, która by z tego nie korzystała, każdy jest za i MDMA też dużo osób ma dostęp tutaj i na imprezach jest praktycznie wszędzie. (DG17122018K5W)

O wiele bardziej popularny jest tak zwany kryształ, wszystkie te CMC, erceki zauważyłem, że więcej młodych ludzi to zażywa. (DG23102018M5W)

Jeśli chodzi o rynek, widać te ruchy ze strony prawnej, wydaje się, że państwo usiłuje walczyć, niektóre substancje są coraz cięższe do zdobycia. Coraz droższe tym samym. (FK25102018M5I)

No tak, była delegalizacja tych wszystkich research chemicals, weszła jakaś dziwna ustawa której nie do końca rozumiem. Nastąpiło jeżeli chodzi o erce duże pogorszenie rynku, jakość tych narkotyków łatwo dostępnych spadła. (DG23102018M5W)

Teraz wystarczy grupka na facebooku i wszyscy piszą, że coś mają. Wystarczy jak raz coś kupisz i wysyłają do ciebie smsy. Dzięki Internetowi wszystko jest dostępne, przeróżne rzeczy można dostać i ludzie przeróżne rzeczy biorą, bo jest łatwa dostępność niż parę lat temu. (JG19102018K5K)

Kiedyś wystarczyło znać jakąś osobę taką, w szkole czy na zewnątrz, tak zwany diler, teraz nawet nie trzeba znać takiej osoby, wystarczy facebook. (JG19102018K5K)

Również jakość substancji dostępnych na rynku się pogarsza. Substancje dostępne na rynku wywołują również więcej efektów ubocznych, zdaniem użytkowników są bardziej szkodliwe.

Teraz marihuana jest bardziej chemiczna w Polsce. Kiedyś było inne prawo, zaostrzyło się prawo no i teraz nie ma takiego dostępu jaki był kiedyś.

Widzę zmiany, bo teraz jakby chciał pan wziąć sztukę białego to pan to wciągnie całe na parę razy, naćpa się pan na godzinę czy dwie, a wcześniej pan by wziął sztukę i jadł ją całą noc bo było takie mocne. A teraz jest podsypywane, chemiczne wszystko. (JG18102018M5K)

*W ostatnim czasie tworzą coraz nowsze pochodne mefedronu i coraz chujowsze. Teraz na chlorkach, cały czas je delegalizują, tworzą jeszcze bardziej chujowsze i cały czas jest legalne, tylko legalne jest gówno po prostu. Prawdziwego mefedronu już nie ma. Są bardziej neurotoksyczne. Mają więcej efektów ubocznych. **M: A skąd to wiesz?** Bo przetestowałem. 5-10 betaketonów przetestowałem, 4CMC, 3MMC, hexen... wszystko to przerobiłem, porównałem stwierdziłem jak działa. (AS03102018M5W)*

Na rynku leków OTC respondenci również obserwują zmiany. Przez to, że coraz więcej mówi się w mediach o używaniu leków bez recepty w celach niemedycznych to dostęp do nich jest utrudniony. Sprzedawcy mają świadomość, że substancje te są używane w celach odurzania się. Na rynku leków OTC pojawiają się nowe substancje, które zastępują te wykorzystywane dotychczas w celach odurzania się.

*Chyba sporo się zaczęło mówić w telewizji i tak dalej w jakich celach to jest używane i czasem krzywo się spojrzy sprzedawca w aptece. No i tak chyba więcej ludzi wie, zdaje sobie sprawę, że to nie tylko na kaszel. **M: A czy to ma dla Ciebie, czy dla Twoich znajomych jakieś znaczenie?** Tak się trochę czasem głupio człowiekowi zrobi w tej aptece, no ale co. (PB30092018M5W)*

Odnosnie acodinu to nie jestem w stanie oddać jak to wygląda ale tak mi się wydaje obiektywnie myśląc, że inna jakaś, inna firma wypuściła inny lek i on się przyjął. Acodin też miał mniej substancji psychoaktywnej niż wspomniany tussidex. (FK25102018M5I)

D VII. Percepcja ryzyka

Znajomość rodzajów ryzyka używania leków OTC

Zdaniem respondentów z używaniem leków OTC nie wiąże się ze zbyt dużym ryzykiem.

Jeśli chodzi o leki OTC to mi się wydaje, że dużego ryzyka nie ma. Jak dużo czytałem na stronach typu hyperreal tak od naukowego punktu widzenia to nie ma chyba jakiegoś udokumentowanego przykładu, żeby ktoś umarł od dextrometofanu, od przedawkowania tej substancji. (FK25102018M5I)

W przypadku używania innych substancji można zidentyfikować ryzyko wystąpienia uzależnienia oraz przedawkowania substancji, które może prowadzić do śmierci. Badani dostrzegają również ryzyko wystąpienia dolegliwości kardiologicznych. Wśród znajomych mają osoby, które przedawkowały narkotyki i trafiły z tego powodu na oddział ratunkowy bądź do szpitala.

Ryzyko uzależnienia przede wszystkim, to największe ryzyko takie długofalowe a z takich krótkofalowych ryzykownych rzeczy to przedawkowanie. Mnóstwo ludzi umiera przez przedawkowanie, nieodpowiedzialnie dawkują, potem kończą w karawanie. (DG23102018M5W)

No pierwsze to takie, że można zaliczyć zgon. Można się w to wkręcić i stracić wszystko co się miało. Albo można wejść w koszmarny stan, ten koleś który mnie odwoził powiedział, że ja nie będę spać po tej trawie, bałam się że będę przechodzić jakieś tortury psychiczne przez parę godzin, że to jest takie straszne. Można dostać jakiejś zapaści, zniszczyć sobie poważnie zdrowie. (AS26092018K5W)

Mam znajomego, który zjadł 9 pigułek, tych tabletek ecstasy i trafił do szpitala z zapaścią serca, to jest takie ryzyko na przykład. Nie znał się kompletnie na rzeczy, nie wiedział co się stanie i wyszło jak wyszło. (DG17122018K5W)

No ryzyko, serce może stanąć nie. Ogólnie mogą pójść spać i się nie obudzić, bo organizm na tyle zmęczony będzie, że już nie pozwoli, albo jak już ktoś ćpa tydzień i wali kolejną kreskę, to organizm już nie wytrzyma po prostu. (JG18102018M5K)

Respondenci dostrzegają możliwość wystąpienia negatywnych relacji społecznych w związku z używaniem narkotyków. W ich ocenie osoby, które nadużywają substancji mają konflikty z rodziną, znajomymi, problemy w pracy. Inni użytkownicy są również narażeni na konsekwencje prawne, związane z posiadaniem nielegalnych substancji. W ocenie badanych są osoby, które ponoszą tego typu konsekwencje.

Bardzo duże, to psuje relacje z innymi, psuje całe życie, pracę, rodzinę, relacje, wszystko. Odbija ludziom po tym strasznie. Później się zmieniają i nie są tymi osobami, którymi były. Nawet jak przestaną w którym tam momencie, czy wcześniej czy później. (PK10092018K5W)

No tak, ryzyko prawne ale jakby nie myślę o tym nigdy, nie biorę tego pod uwagę. Mówi się, że można sobie zniszczyć życie przez grama marihuany czy coś takiego, to jest prawda ale naprawdę nie potrafię zrozumieć jak ci ludzie dają się złapać. (DG23102018M5W)

Wystąpienie różnego rodzaju ryzyka związane jest z brakiem wiedzy na temat substancji – działania, dawkowania, łączenia. Są również tacy użytkownicy, którzy nie wiedzą, jakie ryzyko wiąże się z używaniem substancji, jakie mogą wystąpić konsekwencje, itp.

Ogromne ryzyko jest też z tego, że jak kupujesz coś co nie jest z apteki, to nie wiesz co to jest. Widziałam nieraz bardzo nieodpowiedzialne branie, to ma też to do siebie, że nie ma tak łatwo jak tutaj, żeby przejść się do SIN-u po testy, nie da się tak łatwo sprawdzić co to jest. Łatwo ludziom wcisnąć cokolwiek jak nie wiesz co to jest, łatwo jest zmieszać coś nie tak. Miałam koleżankę, która nie wiedziała, że opiatów nie można mieszać z alkoholem, a to jest bardzo niebezpieczne połączenie i to nie było coś o czymkolwiek się dowiedziała i nie znalazła tego na pierwszej stronie Google, mimo że mogła sprawdzić ale nie przyszło jej do głowy, że to można ryzykować nawet zatrzymaniem akcji serca. To jest niebezpieczna zabawa. (DG23082018K5W)

Nie do końca znają się na rzeczy, przynajmniej większość. Nie zdają sobie sprawy z tego co może ich czekać, nie znają ilości, które powinni zażyć bo nie interesują się tym, tylko idą na czuja. Generalnie często próbują jak są pijani, nietrzeźwi, jak już coś zażyli wcześniej. Próbują nowych rzeczy i to może się dla nich źle skończyć, taka jest prawda. (DG17122018K5W)

Ocena ryzyka własnego

Używając leków OTC respondenci są świadomi możliwości wystąpienia negatywnych konsekwencji zdrowotnych, ponieważ przyjmują je niezgodnie z zastosowaniem, do którego są przeznaczone. Jednak ich zdaniem przyjmują je ostrożnie. W przypadku używania narkotyków, mają świadomość, że mogą je przedawkować, co może doprowadzić do wystąpienia zaburzeń poznawczych.

Leki, myślę że biorąc ich za dużo i nie znając konsekwencji to ryzyko zdrowotne, bo jak wspominałam robiłam to ostrożnie, tak aby nikogo nie było i aby po prostu nie zrobić nikomu krzywdy, mogłam sobie zrobić krzywdę zdrowotną, bo to nie jest zdrowe, te leki nie służą do tego, taka jest prawda. Nie służą do odurzenia tylko mają inne zastosowanie. (DG17122018K5W)

Myślę, że jak ktoś się kontroluje tak jak ja, że wiem ile można i nie alkoholem popija się, to myślę, że nie. Myślę, że to może być najgorsze połączenie. Jak ktoś to popija wódką. (PB30092018K5W)

Że mogę przedawkować. Albo coś z psychiką mi się stanie, to zależy, zależy też od organizmu przede wszystkim. Jak człowiek przedawkuje to może się pomęczyć ileś tam godzin albo coś się we łbie przekręci i coś będzie nie tak. (PK10092018K5W)

Dla badanych używanie substancji psychoaktywnych wiązało się z ryzykiem zdemaskowania przez dorosłych - rodziców bądź nauczycieli. Obawiali się reakcji jaka może się z tym wiązać – niemożności wychodzenia z domu, do kina, na koncerty.

No gdyby się dowiedzieli rodzice albo ktoś w szkole, albo rodzice mojej przyjaciółki co czasem razem bierzemy, to myślę że byłby duży przypał. Nie wiem jak byśmy się z tego wytłumaczyły. Miałybyśmy szlaban do końca życia. Nie chodziłybyśmy już na żadne koncerty ani nigdzie, do kina, wątpię żeby nam rodzice dawali pieniądze a nie mamy swoich. (PB30092018K5W)

Pierwsze to przychodzi do głowy to przypał przed starymi. Zdrowie to uważamy, nie przesadzamy. Raz mi się zdarzyło, że z alkoholem za bardzo to te lęki mi się załączyły, nie ogarniałem chyba co się dzieje, nie. (PB30092018M5W)

Zdaniem badanych używając substancji są oni narażeni na wystąpienie konsekwencji prawnych. Obawiają się, że mogą zostać złapani przez policje i oskarżeni o posiadanie bądź handel narkotykami. Przypisują temu duże znaczenie, są zdania że może to spowodować wiele negatywnych konsekwencji w ich życiu. Używanie narkotyków rodziło także konsekwencje finansowe dla respondentów. Ich zdaniem, ceny np. leków bez recepty, są dość wysokie w porównaniu do tradycyjnych narkotyków.

Też można sobie zniszczyć życie i tego ja mam cały czas świadomość, że noga się powinie i jesteś naprawdę martwy. Kara, wyrok prawomocny za posiadanie narkotyków, czy sprzedawanie mimo, że to nawet nie jest sprzedawanie. Kupujesz coś, dajesz znajomym i możesz sobie naprawdę zniszczyć życie, to jest coś co mnie mocno przeraża, ale to się ignoruje po prostu, tak. (DG23082018K5W)

Leki bez recepty są bardzo drogie w porównaniu do tradycyjnych narkotyków. (DG23102018M5W)

D VIII. Źródła informacji o substancjach psychoaktywnych

Z informacji uzyskanych od respondentów wynika, że najpopularniejszym źródłem informacji o substancjach psychoaktywnych jest szeroko pojęty Internet. Użytkownicy, aby dowiedzieć się o działaniu substancji, dawkowaniu, negatywnych konsekwencjach, itp., przeszukują fora dedykowane używaniu narkotyków, grupy dyskusyjne na portalach społecznościowych, oglądają filmy na youtube. Młodzież przeszukuje wyszukiwarkę Google, aby uzyskać wiedzę na temat substancji. Trafia na różne strony o tematyce narkotykowej.

Przede wszystkim strony internetowe, bo dużo jest wiedzy takiej, staram się ją jakoś selekcjonować. Często jakieś zagraniczne artykuły na stronach, tam się wymienia jakieś źródła, czasem to jest hyperreal, forum już z większym dystansem, jeżeli chodzi o dawkowanie to ludzie piszą swoje doświadczenia, to zawsze pomaga, nie jest to jakaś stricte wiedza ale są porady, łączymy się na tych grupach na facebooku, SIN-u i jakieś grupy, które się wymieniają większym doświadczeniem, bo bardziej w tym siedzą. (DG23082018K5W)

No generalnie to są różne grupy na facebooków, jest grupa freedom society. Na grupie SIN są różne rzeczy, jest grupa hyperreal, coś takiego, tam jest dużo rzeczy, ale trzeba ostrożnie, bo wiem, że dużo osób pisze fałszywe historie. (DG17122018K5W)

Hyperreal, z tej strony można się wszystkiego dowiedzieć o każdej substancji, dosłownie wszystko. Ja zanim jeszcze zaczęłam cokolwiek brać to czytałam sobie na tej stronie i dowiadywałam się różnych rzeczy. Wszystko jest tam opisane, jest forum, wszyscy mogą się wypowiedzieć, podzielić doświadczeniami, co robić czego nie robić, ostrzec kogoś jak się przegięło. Oprócz tego są grupy na facebooku przeróżne. Tam też się można dowiedzieć różnych rzeczy. (JG19102018K5K)

Również znajomi, którzy mają doświadczenie z używaniem substancji psychoaktywnych są źródłem informacji na ich temat. Są postrzegani bardziej wiarygodnie niż osoby prowadzące działalność profilaktyczną i edukacyjną.

Zdobywam też wiedzę od moich rówieśników, z którymi mam styczność i są też fora niekoniecznie znane ale na przykład jak się wpisze daną informację w Google to wyskakują różne rzeczy i można sobie poczytać. (DG17122018K5W)

*Bardzo różnie, różne źródła, czasami są filmiki, które były puszczane w szkole, czy na oddziale, czasami plakaty edukacyjne, czasami znajomi. **M: A na ile znajomi są wiarygodni tak naprawdę?** Potrafię to rozróżnić. Znajomi są o tyle wiarygodni dla mnie, że na przykład jak założymy ktoś przeciwdziała to odpowie, dzieci nie bierzcie i koniec, a znajomy mi powie, że słuchaj to możesz wziąć, tego lepiej nie tykaj, to jest bezpieczne. (AS26092018K5W)*

Programy profilaktyczne realizowane w szkole także przekazują informacje na ten temat. Jednak w ocenie badanych jakość ich jest dość niska.

Robili to dla każdej klasy albo parę klas razem, w gimnazjum na pewno coś takiego było w trzeciej klasie. Teraz jak chodzę to technikum do drugiej klasy to rok temu coś takiego było. Ale po pierwsze nikt tego nie słucha, wszyscy sobie robią jaja albo coś, to bez sensu. Wszyscy się śmieją, nie biorą tego na poważnie, osoba która to prowadzi też się nie przejmuje. Nawet nie stara się przekazać czegoś wartościowego, tylko żeby odbębnić i powiedzieć jakie to jest złe i tyle. Jakby to były odpowiednie osoby, odpowiednio zorganizowane to myślę, że coś takiego mogłoby być okej, ale w szkołach takie projekty nie odpalają. Nikt tego nie bierze na poważnie z uczniów. (JG19102018K5K)

Użytkownicy leków sprzedawanych bez recepty czerpią informację na ich temat z ulotki załączonej do opakowania.

Tam jest recepta, nie recepta tylko ulotka. Tam czytałam sobie jak można, jakie są skutki uboczne i w internecie sprawdzałam. Wiem, że tak naprawdę to trzeba byłoby wziąć ze 4 razy tyle co ja, gdzieś z 60. No żeby było jakieś zagrożenie zdrowia czy życia. Ja raczej biorę tylko, żeby mieć jakąś fazę, lepsze to niż jakieś narkotyki. W końcu to w

aptece sprzedają, to nie może być takie straszne jak to ludzie biorą na kaszel. Czyli można to brać. (PB30092018K5W)

D IX. Redukcja szkód

Znajomość sposobów ograniczania szkód związanych z używaniem substancji

Badana młodzież zna szereg strategii ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Przesłanką bezpiecznego używania substancji jest trzymanie się dopuszczalnych dawek, które zostały ustalone na początku, kiedy osoba robiła sobie plan. Szczególnie kiedy jest to substancja, którą używa się po raz pierwszy to należy najpierw poznać reakcje organizmu. Dlatego, w ocenie respondentów, ważne jest aby zdobyć jakieś informacje o substancjach, których się używa.

No po prostu trzeba się do tego stosować szczególnie jak się pierwszy raz bierze taką substancję czy to leki czy inna. Stosować się do tego co się postanowiło na początku, że się weźmie 20 tabletek a nie 30 i nie pójdzie się potem dokupić, trzymać się ustalonych zasad, dopuszczalnej dawki, nie przeginać tego. (JG19102018K5K)

Nie przesadzać, brać z głową, znać swój organizm, a jeżeli bierzemy pierwszy raz to poznać swój organizm nie ładując dawki sporej, wiedzieć jak organizm reaguje na dany lek. No myślę, że to bo jednak to są... może to zabrzmie głupio ale niektórzy ludzie mają uczulenie na paracetamol i dla nich może się to zabójczo skończyć. Nie znam badań na temat kodeiny i acodinu ale na przykład wiem, że moja znajoma dostała padaczki po acodinie przy mnie a też nie wzięła dużo. Trzeba spojrzeć szerzej na to. (DG23102018M5W)

Myślę, że powinno się o tym co nieco poczytać i się dowiedzieć na czym to polega i czy jest się na pewno na to gotowym i czy się tego chce. Poznać konsekwencje, to jest najważniejsze. Jak się ma znajomych, którzy z tego korzystają, to też się dobrze dowiedzieć. (DG17122018K5W)

To kupić i ustalić taką dawkę, na początku przeczytać jak najwięcej o tej substancji, czego można się spodziewać jak to ma wyglądać. W internecie jest wiele takich stron, można się dużo dowiedzieć, jest wiele takich osób, z czym tego nie łączyć, czy zjeść coś wcześniej, czy nie. W jakim miejscu być, czy to dom, czy lepiej być samemu, czy w towarzystwie, jaka muzyka wtedy. Dowiedzieć się co do danej substancji pasuje. Zrobić taki research. (JG19102018K5K)

Ważne jest również pewne źródło pochodzenia substancji. W przypadku leków OTC źródłem zakupu jest na ogół apteka więc ta strategia ograniczania ryzyka istotna jest dla użytkowników substancji nielegalnych. W ich przypadku bezpieczniej jest pozyskiwać substancje ze sprawdzonych źródeł. Okoliczności używania substancji są również istotne. W ocenie młodzieży bezpieczniej używa się wśród znajomych. W sytuacji wystąpienia jakichś problemów zawsze ktoś się znajdzie kto wezwie pomoc. Istotne jest również miejsce, najlepiej bezpieczne, w którym użytkownicy będą się dobrze czuli po zażyciu substancji.

Ale wydaje mi się, że to jest o tyle bezpieczne, że jest z apteki i wiesz co to jest, ale to działa na wszystkich w innej dawce i to też jest ważne. Są ludzie, którzy 50 mg i już strzelą w kosmos, a są ludzie którzy 150 muszą, żeby cokolwiek poczuć i to jest też niebezpieczne, wydaje mi się w tym. (DG23082018K5W)

Po prostu, żeby było w tym samym wieku, młodzież w tym samym wieku i towarzystwo hermetyczne, bezpieczne. Jak coś się komuś stanie, to żeby mu pomoże a nie odejdzie od niego. (JG18102018M5K)

W miejscu gdzie będziesz bezpieczny. Najlepiej to w domu, ewentualnie gdzieś w okolicach domu, żeby nie zapuszczać się gdzieś na środek miasta, gdzie jest dużo ludzi, gdzie kręci się policja a po tobie widać i się tym stresujesz wtedy, same problemy. Najlepiej w zaufanym środowisku gdzie nie będzie się człowiek stresował, gdzie się będzie czuł bezpiecznie, odstresowany. (JG19102018K5K)

Stosowane przez siebie sposoby ograniczania ryzyka i szkód

Strategie ograniczania szkód, które były stosowane przez respondentów odnosiły się do wiedzy na temat substancji, której używają, dawkowania, przyjmowania w bezpiecznym towarzystwie, przyjmowania witamin i minerałów. Niektórzy użytkownicy, w celu ograniczenia dolegliwości kardiologicznych wynikających z używania substancji, trzymają w pogotowiu benzodiazepiny. Ważna jest bieżąca kontrolna stanu zdrowia, np. mierzenie pulsu, ciśnienia. W razie wystąpienia niepokojących sygnałów użytkownicy robili dłuższe przerwy w przyjęciu kolejnej dawki. Osoby mające doświadczenie z iniekcyjnym używaniem narkotyków starają się mieć zawsze czystą igłę i strzykawkę. Respondenci starali się mieć substancje, które ktoś już wcześniej używał bądź są o nich jakieś opinie.

No tak, wiem ile dawkować, czytam kilka opinii, testuję. Mieć kogoś obok. Właśnie mieć benzodiazepiny jakby serducho zaczęło mocniej walić. Magnezu dużo pić, witaminy C (AS03102018M5W)

Przede wszystkim nie przekraczać ustalonej dawki, to jest podstawa zredukowania szkody. I trzeba wziąć pod uwagę swoją wagę, czy jesteś kobietą czy mężczyzną. Głównie waga, przeliczyć to jakoś. Można w internet, można przeczytać ile na kilogram masy ciała powinno być tej substancji i dostosować to pod siebie. A nie, że on wziął tyle i tyle i go nie klepło. Trzeba patrzeć na siebie i poznać swój organizm albo zrobić test uczuleniowy czy ta substancja cię nie uczula, na przykład dzisiaj wziąć 4 tabletki, jeżeli nie pojawią się objawy alergii czy nic się nie zacznie złego dziać to na następny dzień można więcej spożyć, wszystko z głową trzeba robić, Wiadomo, że mała część osób to robi, idzie się na żywioł, ja też tak nie robię, ale najlepiej zrobić taki test na sobie przed spożyciem substancji. (JG19102018K5K)

Mieliśmy taką manię sprawdzania pulsu, choćby ręką czy na pulsometrze na telefonie. Moi koledzy jak się zagłębili w temat dopalaczy to mierzyli sobie ciągle ciśnienie, żeby kontrolować tą pracę serca. Myślę, że tak, jak serce nawalało już zbyt mocno to można było też stwierdzić, że pora na przerwę. (FK25102018M5I)

To było różnie. To zahacza też, że jak się brało jakieś dopalacze takie substancje spidujące to skupialiśmy się na tym, żeby dużo wody, wtedy uważaliśmy bardziej na pracę serca, na rytm serca. (FK25102018M5I)

Staram się zawsze używać czystego i nowego sprzętu do iniekcji, staram się nigdy nie przesadzić, nigdy nie doprowadzić do tego, żeby mi się nie urwał film. (DG23102018M5W)

Staram się mieć testowane te rzeczy ale to nie jest za łatwe, jakby z polecenia czy ktoś testował i tak dalej. (DG23082018K5W)

Kolejnym sposobem ograniczania ryzyka stosowanym przez respondentów było używanie substancji w intymnym, ustronnym miejscu, tak aby nie prowokować niebezpiecznych sytuacji. Respondenci stosowali tabelę opisującą możliwości łączenia różnych substancji i niebezpieczeństwo z tym związane, tak zwaną tabelę miksów.

Po jakiejś substancji psychodelicznej uważaliśmy na dobre miejsce, nawet jeśli to był dwór to szukaliśmy miejsca gdzie mało osób chodzi. Zresztą zależało od substancji. Wiadomo

różne substancje, różne działanie, różnych rzeczy się spodziewasz, różne rzeczy robisz żeby było dobrze. (FK25102018M5I)

No to po prostu siedzieliśmy, nigdzie się nie ruszaliśmy z miejsca. Chyba, że do sklepu i wracaliśmy, nie chodziliśmy i nie szukaliśmy żadnych zaczepek, wiedzieliśmy jak to się skończy. Coś ktoś głupiego powie do nas i od razu awantura będzie. (JG18102018M5K)

Przy łączeniu substancji pierwsze co to sprawdzamy tabelę SIN-u, która może się wydać pomocna tak z grubsza patrzymy jak jest czerwono to nie startujemy a tymi innymi kolorami się nie przejmujemy. (FK25102018M5I)

Sposoby ograniczania ryzyka i szkód wśród rówieśników

W ocenie badanych młodzież bardzo rzadko stosuje jakiegokolwiek strategię ograniczania ryzyka. Najpopularniejsze z nich, które w ocenie badanych są powszechnie znane odnoszą się do zaczynania od małych dawek, robienia przerw między kolejnymi dawkami, aby nie przedawkować. Innym sposobem ograniczania ryzyka stosowanym wśród rówieśników respondentów jest używanie substancji w bezpiecznym towarzystwie. Są środowiska, w których metody redukcji szkód są w ogóle nieobecne. Wynika to z braku świadomości, że warto zdobyć jakieś informacje o substancji, której się używa.

Żeby powoli zaczynać w sensie od mniejszych dawek, taka popularna zasada, żeby poczekać, powoli to robić, robić przerwy, nie przesadzać. (DG23082018K5W)

Myślę, że tak, myślę że mają i to jest generalnie coś takiego, że idzie się grupką znajomych i część grupy pilnuje a druga część grupy zażywa. W razie jakichś problemów jest telefon na pogotowie albo pomoc indywidualna. (DG17122018K5W)

Mieć na pewno zaufane osoby przy sobie, jakąś osobę trzeźwą, która mogłaby w razie konieczności pomóc. Właśnie to jest to, że dużo osób bierze takie leki samemu, samemu w domu i to jest niebezpieczne bo zawsze coś się może stać, nie będziesz w stanie się z kimś skontaktować jak potrzebujesz pomocy. Towarzystwo właśnie. (JG19102018K5K)

Myślę, że jak jest się w grupie to się bezpieczniej czuje, bo zawsze ktoś bardziej ogarnia, ktoś mniej. Trzeba jakoś liczyć w takich sytuacjach, nie zdarzają się jakoś często jakieś mega przypały. (PB30092018M5W)

Mam wrażenie, że w niektórych środowiskach zupełnie nie, że to wynika z braku wiedzy, że coś takiego należy robić i że niektórzy ludzie to odkrywają, biegną w to i się skazują sami. (DG23082018K5W)

Moi znajomi idą raczej na żywioł, nie myślą o tym zazwyczaj, nie myślą, że coś się może wydarzyć takiego, że będą potrzebować pomocy, na żywioł robią wszystko. (JG19102018K5K)

D X. Negatywne konsekwencje używania

Zdrowie somatyczne

Używanie substancji psychoaktywnych wywoływało szereg negatywnych konsekwencji dla zdrowia somatycznego. Respondenci doświadczyli: zaburzeń kardiologicznych – ból w sercu, wysokiego ciśnienia, zaburzeń gastrycznych, zespołu serotoninowego, swędzenia różnych części ciała.

Wiele razy na przykład podczas zażywania serce mnie bolało, że jeżeli dołożyłabym parę tabletek więcej to mogłabym skończyć w szpitalu, mogłoby się to źle skończyć, to takie ryzyko. (JG19102018K5K)

No jak zżarłem grama tramadolu i zjadłem do tego klona i wypłem litra wody, cudem przeżyłem, myślałem że ciśnienie mi rozerwie łeb. Przez cały dzień zdychałem z bólu, serducho i wszystko. Nie powinno się tego łączyć, ale miałem wyjebane bo nie miałem nic żadnych opio, a miałem skręty po oxycodonie. (AS03102018M5W)

Serce może nachrzaniać trochę jak z tym energetykiem. Za mocno trochę, może jak na tym szkoleniu mówili, że może jakiś zawał, nie wiem. (PB30092018K5W)

Na drugi dzień czułam się nieprzyjemnie i czułam się nie do życia, byłam zmęczona i wyczerpana tym wszystkim. Miałam bóle brzucha, czułam się nieprzyjemnie, jak jadłam to niezbyt było przyjemne to. Organizm był chyba wykończony, wydaje mi się, tą ilością leków. (DG17122018K5W)

Cały czas mnie boli żołądek, mam problemy z jedzeniem, albo mam za duży apetyt albo nie jem nic całymi dniami. (JG19102018K5K)

To na pewno zdrowotne bo to wyniszcza strasznie wątrobę, nerki to takie, można dostać wrzodów i tak dalej, problemy z nerkami kamica, to wszystko są skutki zażywania takich leków, strasznie to obciąża organizm. (JG19102018K5K)

To było moje jedyne doświadczenie z większymi problemami. Na wstępie zaznaczmy, że nie jestem doktorem, ale sprawdziłem w internecie, że to mógł być zespół serotoninowy. Wtedy akurat wziąłem pigułkę i nie czułem się zbyt dobrze. Czułem przeładowanie energią, że chciało mi się tańczyć ale z drugiej strony czułem się bardzo dziwnie, zaczęłam słabnąć, pamiętam że już wtedy byłem w stanie jakoś to powstrzymać. Nie wiem czy to było do końca dobre rozwiązanie ale zamknąłem się sam w łazience, to może dobra może nie pytam czy to było dobre rozwiązanie, bo wiadomo, że to nie było dobre rozwiązanie. Szybko pomyślałem o tym, że potrzebne mi jest dużo wody, wziąłem też potas i magnez dwie tabletki żeby minerały uzupełnić bo na pewno mi brakowało, zacząłem się strasznie pocić do tego momentu, że musiałem wszystkie ciuchy z siebie rozebrać a mimo to czułem przeładowanie tą substancją, musiałem tańczyć, tańczyłem ściągając ubrania i pot się ze mnie wylewał. Już wtedy wiedziałem, że potrzeba mi wody jak otworzyłem łazienkę i coś powiedziałem do swojej dziewczyny i nie mogłem mówić, miałem taki suchy głos, to było coś w rodzaju chrypki. Pamiętam, że dużo wody wypiliśmy, zjadłem ten potas i magnez, jakoś mi się polepszyło z czasem. (FK25102018M5I)

Były też nieprzyjemne efekty uboczne na przykład swędzenie głowy, uszu, łokci i to było bardzo nieprzyjemne. (DG17122018K5W)

Nieprzyjemne skutki dla zdrowia somatycznego pojawiały się na drugi dzień po używaniu substancji. Były związane z reakcjami organizmu na wydalanie substancji. Leki OTC wywoływały senność, z kolei ich odstawienie prowadziło do bezsenności. Używanie leków prowadziło także do wymiotów, które były dotkliwe dla respondentów.

Po lekach akurat się dobrze czuję, bardzo się wysypiam i następnego dnia to tak trochę zostaje, a jeśli chodzi o inne substancje, to odwiódł mnie od częstego używania MDMA, bo te pozytywne efekty były poniżej tego co się działo następnego dnia, stan psychiczny jakies takie bardzo ciężkie te dni po. (DG23082018K5W)

Często takie dolegliwości, które można porównać do kaca, jakies bóle głowy, złe samopoczucie na drugi dzień, taki dołek. (DG23102018M5W)

Senność założmy, bo po takich lekach jak ta kodeina chce się spać i jeżeli biorę za często to jestem senna i potem odstawiam to pojawia się bezsenność. Na początku tego roku

miałam straszny problem ze snem, potrafiłam zasypiać o 4 a o 5 musiałam wstać do szkoły. Bóle głowy. Ogólnie człowiek czuje się zmęczony wiecznie, ospały, nie ma już takiej energii a jeżeli już jest energia to jest chwilowa, nie ma motywacji. Dużo ja zauważam u siebie i moi znajomi to samo, że odporność się zmniejsza. Wiele negatywnych skutków jeżeli ktoś spożywa takie substancje często. (JG19102018K5K)

Po tabletkach na ból to szedłeś spać i spałeś zamiast 8 godzin, to spałeś 20. Chciałeś się obudzić a nie mogłeś. Po jakimś czasie dopiero się budziłeś, brzuch bolał czasami. (JG18102018M5K)

Raz mi się zdarzył bardzo nieprzyjemny wieczór kiedy zamiast tabletek wypiałam ten syrop, tam jest tyle cukru, że skończyło się na wymiotowaniu. Nie było to jakieś tragiczne, raczej oczyszczające, trochę jak po alkoholu, że jest ci źle musisz to zwymiotować. Nie wpłynęło to jakoś... chociaż potem nie miałam ochoty bardzo długo na to, zrobiłam 3-4 tygodnie przerwy, ale nie było to aż takie dokuczliwe, żeby to przeszło, też po prostu mało jadłam, potem zjadłam dużo słodkiego, to takie okołonarkotykowe niż zupełnie z tego wynikające. (DG23082018K5W)

Zdrowie psychiczne

Wśród negatywnych konsekwencji używania substancji psychoaktywnych z obszaru funkcjonowania psychicznego i psychologicznego respondenci wymienili: zachowania agresywne, halucynacje, stany lękowe i inne.

Potrafię wyjść w środku lekcji z sali, bo mnie coś zdenerwuje, straszna agresja się we mnie obudziła, denerwuję się niepotrzebnymi rzeczami, stresuję się, mam wrażenie że ludzie mnie okłamują na przykład. Zaczyna mi się troszeczkę, poprzestawiało mi się w głowie. (JG19102018K5K)

Zależy na początku tak, kiedy jest kilka osób, które lubią poschizować. Chodziliśmy po lesie, który był mroczny i księżyc płonął i węże. Stymulator horroru. Jak ktoś tak lubi to tak, ja to parę razy zrobiłem, było fajne. Później przestałem. O, jeszcze dźwięki, cały czas słyszeć, że ktoś puka do drzwi. Albo puka w szybę, albo że ktoś zbił w szybę. Zależy czy jedna saszetka czy sześć. (AS03102018M5W)

Miałem taką schizofrenię, to było po jakiejś alfie, taką miałem schizofrenię, biegałem sprintem przez kilka godzin, taki zmachany, darłem mordę, wdarłem się do kościoła i krzychałem, żeby do mnie nie strzelali. Takie haluny. (AS03102018M5W)

Raz mi się zdarzyło, że z alkoholem za bardzo to te lęki mi się załączyły, nie ogarniałem chyba co się dzieje, nie. M: A co to były za lęki i długo trwał ten stan? Godzinę, dwie. To ten stan co mówiłem, taki dół był. Przestraszenie. Wszystko takie było dziwne, w sumie trochę się bałem. (PB30092018M5W)

No to na pewno większe jeżeli ktoś często spożywa takie rzeczy, często czy w dużych ilościach to nie ma prawa, żeby się nie odbiło na zdrowiu psychicznym. Można się odizolować od znajomych, popaść tylko w tą substancję i przeróżne choroby, depresja, nerwica. Ja u siebie zauważam, wybieram się w niedługim czasie do psychologa, bo zauważam objawy nerwicy i się nie da ze mną wytrzymać, ja ze sobą też nie mogę wytrzymać. Na pewno zdrowie psychiczne najbardziej cierpi. (JG19102018K5K)

Używanie substancji wpływa na funkcjonowanie poznawcze mózgu. Również dostrzegane są zmiany w osobowości.

Wiem, że na jakimś poziomie fazy są problemy z pamięcią, też nie pamiętam dokładnie tej podróży. (FK25102018M5I)

Mam przykre doświadczenie, na przykład mój były chłopak używał takich substancji i strasznie jakby zauważyłam bardzo dużą zmianę charakteru i zmianę osobowości, jeśli się zajmują tym przez kilka lat, w dużych ilościach, to zauważam zmianę osobowości. (DG17122018K5W)

Użytkownicy, którzy biorą substancje regularnie zaniedbują swoje dotychczasowe zainteresowania i aktywności, rzadziej się w nie angażują, czują również nieodpartą chęć użycia. Może to być traktowane jako objawy uzależnienia.

No to substancje psychoaktywne najbardziej z tymi imprezami współgrają. W sumie przez te substancje coraz mniej spędzam czas na tym bieganiu albo ogólnie jakieś sporty, co wcześniej robiłam częściej, bo albo nie mam na to siły albo coś w tym stylu, no. (JG19102018K5K)

Później to wiadomo jak na przykład inne, bo jeżeli chodzi o leki to mnie w ogóle nie uzależnia i nie czuję potrzeby zażywania tego częściej ale jeżeli chodzi o inne substancje to zauważyłam że za często, co weekend biorę czy to tabletki MDMA czy założmy amfetamina bo dużo później takich rzeczy brałam, biorę to jest silna potrzeba, nie mam silnego powodu, żeby to wziąć czy ciekawość, bo tej ciekawości nie ma, tylko żeby znowu się tak poczuć, to już jest uzależnienie psychiczne. (JG19102018K5K)

Relacje z innymi

Używanie leków OTC nie wpłynęło w ocenie niektórych badanych na ich relacje z innymi znajomymi. Jednak była część respondentów, która doświadczyła pogorszenia relacji z innymi – z partnerem, znajomymi, rodzicami.

Na pewno zażywanie leków OTC nie miało szczególnego wpływu, to były bardziej pojęcia w stylu martwienie się, bo był taki rodzaj chwalenia się jak się coś brało, to się robiło zdjęcie i wysyłało na grupę ze znajomymi, ale będzie przygoda. Były też osoby, które nie siedziały tak dobrze w temacie, nasi dawni przyjaciele widzieli z boku co robimy ale nie byli obeznani z tematem i często się też martwili. (FK25102018M5I)

Ze znajomymi to trochę zacieśniło relacje, nie mogę powiedzieć, że nie to jest coś co możemy robić ze sobą, z nikim innym bo nie mamy takich innych znajomych, to jest coś co nas wspólnie ciekawi, ale tak to nie ma wpływu, staram się tym nie chwalić, żeby nie zepsuć sobie znajomości z kimś czy coś. Jak mówiłam, to łątka taka jest. (DG23082018K5W)

Z chłopakiem zaczęłam się trochę o to kłócić, w sensie to było coś co on średnio akceptuje, martwi się po prostu. (DG23082018K5W)

To jest ciężka sprawa, bo wiele kontaktów straciłam przez to. Moi znajomi tego nie popierali i no generalnie powtarzali mi zawsze, że robię głupotę. Zaczęłam się zadawać z takim towarzystwem, które ciągnęło mnie w dół, opuściłam się bardzo w nauce, chociaż byłam u mnie w miejscowości jedną z najlepszych uczennic w szkole. A poszłam tam, to bardzo się zmieniłam i bardzo mnie zabolęło, że taka zmiana mnie dotknęła. (DG17122018K5W)

Na przykład jeżeli chodzi o mojego chłopaka to w ogóle się nie kłóciliśmy, teraz jest taki okres w naszym związku, że nie ma dnia bez kłótni i to ja jestem prowokatorem zgrzytów, problemów. Nie mam powodów do złości a złości się bezsensownie, w domu jest to samo. Moja mama powie słowo, a ja od razu muszę powiedzieć kolejne trzy słowa. Nigdy czegoś takiego nie miałam, a teraz potrafię być agresywna. (JG19102018K5K)

Konsekwencje związane ze szkołą/ pracą

Negatywne konsekwencje związane ze szkołą odnoszą się głównie do pogorszenia poziomu nauki – gorszych ocen, absencji. W wyniku tego respondenci nie zdawali do kolejnej klasy,

byli usuwani ze szkoły. Jednak była również grupa respondentów, dla których używanie substancji nie wywołało żadnych negatywnych konsekwencji w obszarze edukacji.

Nie zdaję cały czas. Nie chodzę do szkoły. (...) Przez narkotyki i przez to, że po prostu przez ośrodek, bo tam nie mogłem zaliczyć szkoły. Stwierdziłem, że pierdolę to.
(AS03102018M5W)

*Zawsze byłem takim średniakiem nawet jak nie brałem tego i w sumie poniżej tego poziomu nie schodzę. **M: Czyli żadnych zmian tu nie widzisz? Nie dostrzegam.***
(PB30092018M5W)

Regularne używanie substancji, np. stymulantów oddziałuje negatywnie na funkcje poznawcze mózgu co odbija się na funkcjonowaniu w pracy, ograniczając możliwość pełnienia funkcji zawodowych.

Stymulanty jakby to kolokwialnie ująć wyżarły mózg, mam słabą pamięć krótkotrwałą, nie potrafię się skoncentrować, często mi to przeszkadza w pracy. (DG23102018M5W)

Prawne

W przypadku używania leków bez recepty respondenci nie doświadczyli żadnych negatywnych skutków prawnych. Dostrzegają możliwość ich wystąpienia w związku z używaniem innych substancji, które są zabronione przez prawo. Niektórzy mają takie doświadczenia wynikające z używania substancji.

No jak złapie cię z czymś policja albo ja jesteś pod wpływem zwłaszcza jak jesteś osobą niepełnoletnią to musisz się liczyć, biorąc to musisz się liczyć, że przypała będzie.
(PK10092018K5W)

Nie mam pieniędzy i mam sprawę w sądzie za fałszowanie dokumentów. Za robienie recept. Na benzo, na opio. (AS03102018M5W)

No może... tak, zdarzyło mi się. Handlowałam kiedyś, tak zdarzało mi się, ale nie byłam przy tym nigdy złapana, byłam sądzona bez dowodów, tylko pomówienia.
(PK10092018K5W)

Materialne

W ocenie badanych używanie narkotyków może doprowadzić do wystąpienia negatywnych konsekwencji finansowych. Badani doświadczyli również szkód materialnych w związku z pożyczaniem pieniędzy innym użytkownikom.

Może zdarzyła się raz taka sytuacja, że ktoś wydał pieniądze na narkotyki zamiast mi oddać pieniądze. Może to było raz, ale wydaje mi się, że nie było wiele takich sytuacji.
(FK25102018M5I)

Na pewno straciłam dużo pieniędzy na to, chociaż nigdy nie robiłam czegoś takiego, że zabrałam komuś pieniądze, żeby mieć te substancje, ale na pewno dużo pieniędzy wydałam swoich własnych zarobionych, to na pewno zamiast je oszczędzić to dużo wydałam, bo to nie są rzeczy tanie niekiedy. Wielu momentów zażywania tych substancji nie pamiętam a jednak wydałam na to pieniądze, nawet wspomnienia po tym nie zostały. Straciłam trochę pieniędzy, bo miałam kontakty z takim dilerem, który nie do końca był uczciwy. (DG17122018K5W)

Na to idą pieniądze, mnóstwo. Większa część moich wszystkich dochodów co miałem, mogłoby zahaczać nawet 80 procent tego co miałem wydawałem na okresowo na narkotyki, bywało że 80 procent moich dochodów szło na to. Nigdy nie wystarczało to, że kupisz sobie jakiś narkotyk i go zażyjesz szły pieniądze na inne rzeczy, czasem na to żeby wynająć apartament, żeby ze znajomymi przeżyć podróż, picie zawsze było po niektórych substancjach i jedzenie, dużo jedzenia ale to po marihuanie zwłaszcza. Ale to jak to skrobie pieniądze to o niektóre rzeczy zahacza wokół substancji.
(FK25102018M5I)

Związane z używaniem substancji przez inne osoby

Używanie substancji przez innych było przyczynkiem do ograniczenia bądź zerwania relacji. Respondentom nie odpowiadało, aby relacje między nimi a znajomymi oparte były tylko na używaniu substancji. Zależało im na dzieleniu wspólnych zainteresowań. Respondenci mieli również doświadczenia z wystąpieniem zachowań agresywnych po zażyciu substancji – amfetaminy.

O, bardzo duże, to jest coś co mi się wydaje jakby trzeba być odpowiedzialnym. Widzę moich znajomych, którzy robią sobie paskudną krzywdę i musiałam z wieloma osobami

zerwać kontakt, bo oni opierają swoje znajomości tylko na tym, że biorą narkotyki bo nie mają za bardzo innych zainteresowań, innych sposobów spędzania czasu, że to zastępuje im odpoczynek, to jest bardzo niebezpieczne. (DG23082018K5W)

No tak, straciłam bardzo bliskiego kolegę dlatego, że przestał się interesować czymkolwiek ciekawym, zaczął być narkotykowym świrem i nie ma w nim nic co by mnie interesowało, strasznie mnie ciągnął, bardzo często chciał to robić i nie chciał spędzać inaczej czasu. (DG23082018K5W)

Może być też ryzyko dla innych osób, dla osób które są w pobliżu, bo może się stać krzywda, też podam za przykład miałam znajomego też w klubie, miał pierwszy kontakt z amfetaminą i po tym co zażył wyrwał rękami metalowy stół z podłogi, który był przytwierdzony do podłogi. Może być niebezpieczeństwo i zniszczenia ogólne. (DG17122018K5W)

D XI. Profilaktyka i interwencje

Udział w szkolnych i pozaszkolnych programach/interwencjach

Na ogół respondenci mieli jakieś doświadczenia udziału w szkolnych programach profilaktycznych bądź edukacyjnych, które były ukierunkowane na ograniczenie używania substancji psychoaktywnych wśród młodzieży. Niektórzy mieli również doświadczenia z testowaniem na obecność narkotyków przeprowadzanym w szkole. Jednak są szkoły, w których takich programów się nie przeprowadza bądź respondenci w nich nie uczestniczyli.

Tak, u mnie w szkole. Moja szkoła jest generalnie bardzo taka, bardzo się interesuje używaniem narkotyków przez uczniów i u mnie w szkole były takie programy i to do tej pory funkcjonuje, że osobom podejrzanym robi się badania właśnie, jeśli są podejrzone o używanie substancji takich. Są raz na pół roku jakieś programy profilaktyczne na temat narkotyków i różne takie spotkania. To jest obowiązkowe u mnie w szkole, ale badań nie miałam, nie byłam podejrzewana o takie rzeczy. (DG17122018K5W)

*Nie, nigdy nie miałam rozmowy w szkole na temat narkotyków. Ewentualnie jakieś wykłady straży granicznej na temat przewożenia narkotyków. **M: Ale nie takich profilaktycznych stricte?** Nie rozmawialiśmy w ogóle na ten temat, nie było też nigdy poza szkołą. (DG23082018K5W)*

Respondenci rzadziej mieli doświadczenia z uczestnictwem w programach profilaktycznych lub oddziaływaniach interwencyjnych prowadzonych poza szkołą. Jeśli już to były to jedynie plakaty, ulotki straszące o negatywnych skutkach użycia bądź jakieś kampanie prowadzone w mediach.

No tak, to widuje się takie ulotki i plakaty ale no większość takich rzeczy jest nastawione na to, żeby zakazywać mówić, że to złe, niedobre, żeby po to nie sięgać. A nie ma czegoś takiego jeżeli już ktoś tego spróbował, żeby wytłumaczyć czemu tego nie brać, jakoś nie wiem, jakoś podejść do osoby. (JG19102018K5K)

Czasem coś w interencje, jakieś kampanie społeczne są, czasem coś oglądam na youtube coś, sporo jest takich filmików na youtube, które mówią jak brać, kiedy brać, ile żeby był dobry kop. Takie trochę dziwne w sumie. (PB30092018K5W)

Opinie na temat działań profilaktycznych i ocena wpływu działań profilaktycznych

W ocenie badanych działania profilaktyczne i edukacyjne prowadzone w szkole są na niskim poziomie, często wzbudzają śmiech i irytację. Prowadzone są w formie pogadank, wywieszanych plakatów co nie przynosi większego rezultatu. Personel zatrudniony w szkole, głównie nauczyciele i pedagodzy, mają małą wiedzę na temat substancji psychoaktywnych.

Na pewno, ta moja przygoda jak to można nazwać działa się na przestrzeni mojego technikum od końca pierwszej klasy nawet do teraz, bo kończę czwartą. Na początku chyba pojawił się wykład z jakimś panem, ale to było jeszcze zanim wszedłem w ten cały świat. Później długo, długo nic przewijały się jakieś plakaty na korytarzach z bardzo słabym działaniem, większość uczniów się bardziej wyśmiewa z takich plakatów więc one nie miały większego działania i wydaje mi się, że personel szkolny i ogólnie wszyscy ludzie, którzy pracują w szkole mają bardzo małą wiedzę na ten temat. Możliwe, że jakieś szkolenia mieli na ten temat ale na pewno nie wiedzą co się z czym je, na co uważać. (FK25102018M5I)

Myślę, że mają wpływ słaby, ale żeby jakkolwiek wpływ osiągnąć musiałyby być bardzo rzetelne. Na pewno brakuje rzetelnych działań, często jak wspominałem widząc takie plakaty, czy odnosząc się o alkoholizmie teksty nie pij nie są zbyt przekonujące. Brak rzetelnej informacji co może spowodować zagłębianie się w ten temat zażywanie, takie rzetelne punkty co naprawdę można stracić a co zyskać. (FK25102018M5I)

Tak, były różne spotkania, ale to nic nie wnosi tak naprawdę, bo strasznie niekompetentne osoby do tego są brane. Mówią, że to jest złe, że nie powinno się tego brać, nie tłumaczą dlaczego. Od razu wszystko jest na nie, że wszystko jest złe, żeby po to nie sięgać, nie ma wytłumaczenia, zrozumienia. (JG19102018K5K)

Dla niektórych respondentów działania profilaktyczne prowadzone w szkole były pomocne, dostarczały wiedzy o substancjach i konsekwencjach. Uznanie respondentów cieszyły się działania z obszaru redukcji szkód – wymiana igieł i strzykawek prowadzona w busie. Ich zdaniem takie działania prowadzone w kontakcie bezpośrednim z użytkownikami są najbardziej skuteczne. Jednak są to działania prowadzone poza systemem edukacji.

Myślę, że są pomocne, mogą dać do myślenia. Niektóre były dobrze przeprowadzone, były przeprowadzone z osobami z policji i z osobami, które korzystały z takich środków. Było to interesujące, nie powiem ale myślę, że każdy ma swój rozum i jeśli ktoś po prostu jest osobą, która bardziej woli iść po swojemu, niż słuchać innych to niekoniecznie one pomogą, bo każdy jest inny, każdy ma swój rozum i podejmie taką decyzję jaką będzie chciał. (DG17122018K5W)

Fajny jest ten bus, ta wymiana strzykawek, to jest bardzo fajne właśnie dla ludzi, którzy... może nie mnie bo ja w małym mieście mieszkam, ale gdy sięga do ludzi, którzy sięgają po to, to jest dla mnie wartościowe, że to są ludzie bezdomni, że to są ludzie którzy nie mają dostępu do internetu, żeby się dowiedzieć na ten temat i to jest fajne. (DG23082018K5W)

Rekomendacje dla profilaktyki pochodzące od osób badanych

Programy profilaktyczne czy edukacja prowadzona w szkoła powinna uwzględniać kwestie redukcji szkód, przekazywać rzetelną wiedzę o substancjach psychoaktywnych, nie straszyć negatywnymi konsekwencjami. Zdaniem badanych większy dostęp do testów sprawdzających jakość narkotyków wpłynąłby na poprawę bezpieczeństwa związanego z używaniem. Rekomendowaną formą oddziaływań są również kontakty z byłymi użytkownikami substancji, którzy opowiadaliby o swoich doświadczeniach – przyczynach używania, negatywnych konsekwencjach, działaniach, które podjęli aby ograniczyć używanie.

Na pewno brakuje takich w szkole różnych informacji, może form redukcji szkód to raczej ciężko o działania form redukcji szkód w szkołach ale czegoś mi tutaj brakuje jeśli chodzi o tą wiedzę na temat substancji psychoaktywnych. (FK25102018M5I)

To, że dosypują szkła, nie bierz tego, heroina uzależnia od pierwszego razu bla, bla, bla. Takie pranie mózgu, nic o redukcji szkód, jak brać bezpiecznie, co to jest. Tylko nie bierz bo to złe, źle skończysz, to uzależnia, takie pierdolenie. Odstraszanie, dyskryminacja tego wszystkiego, zamiast powiedzieć jakie są szkody, jak to działa bezpiecznie, tego się nie bierze teraz ale w ogóle to nie zalecam. I tak się przedstawia narkotyki. A nie kurwa tylko od tej złej strony, tylko od tej złej. (AS03102018M5W)

Te testy też, że można je kupić w Polsce, to jest coś co wydaje mi się, że może zmienić bardzo dużo, bo to jest przede wszystkim niebezpieczeństwo przedawkowania czy wzięcia czego innego dlatego te testy są fajne. (DG23082018K5W)

Że to nie powinny być slajdy, że człowiek coś po tym robi, tylko powinno być moim zdaniem nagrane z osobą zażywającą załóżmy leki, która przedawkowała, z osobą zażywającą na przykład heroinę, alkohol. Żeby każdy wypowiedział się, nie wiem, głupie parę rzeczy co przeżył, dlaczego wziął i w czym mu to pomagało, jak się po tym czuł, co stracił, żeby dzieciom uświadomić albo młodzieży co się po tym dzieje. (PK10092018K5W)

Taką młodą jak ten chłopak, który nam mówił o energetykach. Wyglądał jakby był od nas może rok starszy albo z dwa. Nie był w wieku mojej siostry, on na luzie do nas mówił, takim językiem jak my, bez takiego zbędnego pierdzielenia. Sam mówił, że sam to robił, ale nigdy nie liczył się z konsekwencjami. (PB30092018K5W)

Użytkownicy rekomendowali również prowadzenie programów profilaktycznych skierowanych do użytkowników leków. Ich zdaniem mogłyby być one przydatne, szczególnie dla osób, które ich nadużywają.

M: A gdyby pojawiły się takie programy wokół leków takich bez recepty i też na receptę? Myślisz, że one mogłyby być przydatne? Hm. Myślę, że mogłyby być przydatne, dla kogoś kto grubo przesadza, jest naprawdę taką patolką. A ktoś tak jak ja i moja grupa znajomych, która czasem sobie urozmaici wieczór to nie widzę raczej problemu, nie. (PB30092018M5W)

E. Użytkownicy leków na receptę *Krzysztof Ostaszewski*

E Streszczenie

Styl życia. Styl życia respondentów używających leków na receptę jest zróżnicowany. Kilka osób reprezentuje dość typowy (aktywny) sposób spędzania wolnego czasu, w którym są spotkania ze znajomymi, praca, szkoła, kino, zakupy, gra na komputerze, wyjazdy itp. W tle tych codziennych typowych zajęć są substancje psychoaktywne. Kilka osób z tej grupy prowadzi „podwójne życie” – w którym są elementy konwencjonalne (społecznie akceptowane i cenione) i niekonwencjonalne (społecznie nieakceptowane). Obok typowych sposobów spędzania wolnego czasu, takich jak wyjścia ze znajomymi, imprezy, używanie substancji psychoaktywnych wspólne wyjazdy z dziewczyną/ chłopakiem itp. są niebanalne zainteresowania i pasje związane z architekturą, kuchnią, harcerstwem, tworzeniem muzyki, teatrem, sztuką makijażu, rzeźbą.

Inicjacja. W przypadku kilku osób z tej grupy użytkowników inicjacja używania substancji psychoaktywnych miała miejsce dość wcześnie. Niektóre osoby zaczęły używać leków w wieku 7-8 lat z powodu ADHD. Kilka osób zaczęło w wieku 11 lat. Inni zaczęli używanie w wieku 14-15 lat lub nieco później. Powody inicjacji używania leków przez naszych respondentów nie były jednorodne. Niektórzy zaczęli używanie dość przypadkowo. Ktoś ich poczęstował, ktoś powiedział, że będzie fajnie, ktoś miał takie towarzystwo. W tych przypadkach pierwszymi substancjami był alkohol, przetwory konopi, stymulanty, kodeina. Istotnymi powodami inicjacji w tej grupie użytkowników były problemy zdrowia psychicznego np. depresja, nadpobudliwość, skłonność do samookaleczeń, problemy z zachowaniem. W tych przypadkach pierwsze leki pochodziły rzeczywiście od lekarza lub ktoś ze znajomych je organizował. Niektórzy dość długo przyjmowali leki z przepisu lekarza. Z czasem zaczęli eksperymentować z lekami na własną rękę. Kilka osób sięgnęło po substancje psychoaktywne (leki lub narkotyki) kierowani chęcią poznania, jak działają substancje psychoaktywne.

Powody używania. Niektórzy z badanych użytkowników mają sporą wiedzę na temat działania leków psychoaktywnych. Dlatego sami sobie je ordynują w zależności od swojej aktualnej potrzeby. Kiedy chcą się uspokoić sięgają po bezodiazepiny, kiedy mają problemy ze snem biorą leki nasenne, gdy sięgają po stymulanty lub substancje

psychodeliczne mają w zanadrzu leki, które łagodzą nieprzyjemne stany po ich użyciu, kiedy chcą rozluźnienia biorą leki z grupy opioidów, kiedy chcą skupienia i koncentracji sięgają po leki działające stymulująco. Dla niektórych decydującym motywem jest chęć poznania lub eksplorowania odmiennych stanów świadomości lub po prostu przyjemne doznania i rozluźnienie.

Powody ograniczania używania. Niewiele osób ograniczyło swoje używanie. Kilku respondentów wyrażało opinię, że leki są dość bezpiecznymi środkami psychoaktywnymi, kiedy stosuje się je rozważnie. Podkreślano, że są to produkty, których skład jest ściśle kontrolowany przez producentów. Niektórzy wskazywali na skutki uboczne przyjmowania leków jako powody do ograniczania ich używania. Inni ograniczali swoje używanie po tym jak doświadczyli silnych negatywnych konsekwencji jednoczesnego brania leków (np. bezodiazepin) i picia alkoholu.

Wydarzenia kluczowe. Nie wszyscy respondenci potrafili zidentyfikować wydarzenie kluczowe, które wpłynęło na używanie przez nich leków lub/ i innych substancji psychoaktywnych. Ci, którzy podzielili się takim wydarzeniem opisywali je najczęściej jako wpływ bliskich relacji / związków z dziewczyną / chłopakiem/ osobą znaczącą na postępowanie i wybory życiowe respondentów. Używanie substancji psychoaktywnych przez te znaczące osoby (ich przykład i doświadczenia) miało istotny wpływ na decyzję respondentów związane z używaniem substancji psychoaktywnych i historię ich dalszego używania.

Wzory używania. Użytkownicy leków psychoaktywnych mieli również doświadczenia z używaniem innych narkotyków. Niektórzy mają bogatą historię używania substancji. Oprócz leków na receptę, używali nowych substancji psychoaktywnych, przetworów konopi, substancji halucynogennych, opiatów, amfetaminy itp. Badani używają wielu kontrolowanych leków. Wśród nich są wymieniane np. concerta, xanax, hydroxyzyna, klonazepam, buprenorfina. Aby spotęgować ich działanie łączą leki z różnymi produktami innymi substancjami, np. z alkoholem, marihuaną w celu poszerzenia doznawanych efektów. Z doświadczeń respondentów wynika, że tworzenie mieszanek różnych substancji (leków z lekami, leków z innymi substancjami) jest zjawiskiem dość częstym. Respondenci podają, że łączyli leki (np. kodeinę, bezodiazepiny) z alkoholem (na ogół

piwem), marihuana, amfetaminą. Celem łączenia substancji jest wzmocnienie efektów ich działania lub łagodzenie objawów zatrucia.

Opinie na temat leków . Respondenci podkreślają różnorakie korzyści wynikające z brania leków kontrolowanych (na receptę). Do nich należą: poczucie większego bezpieczeństwa w porównaniu z narkotykami, większa ich dostępność, mniejsza toksyczność, przyjemne efekty i większa otwartość na kontakty z innymi ludźmi. Jedna lub dwie osoby wspominały również o tym, że niektóre leki mogą stać się wygodnym substytutem właściwej substancji (narkotyku) w sytuacji braku pieniędzy lub utrudnionego dostępu do docelowych substancji.

Opinie rówieśników o używaniu substancji psychoaktywnych. Praktycznie wszyscy respondenci (poza pojedynczymi wyjątkami) podkreślali, że opinie na temat brania leków w celach niemedycznych / brania narkotyków są bardzo podzielone. Wśród znajomych rówieśników są tacy, którzy w ogóle nie akceptują takich zachowań. Są zdecydowanymi przeciwnikami lub spoglądają na osoby biorące z lekkim pobłażaniem lub po prostu śmieją się z nich. Oraz są tacy, którzy to akceptują. Ci ostatni są niekiedy rekreacyjnymi użytkownikami substancji psychoaktywnych, np. marihuany lub substancji pobudzających. Marihuana zdaniem jednej z respondentek jest najbardziej akceptowanym narkotykiem wśród młodzieży.

Motywy używania. Kilka osób podkreślało, że istotnym motywem brania leków jest złagodzenie negatywnych stanów emocjonalnych związanych z problemami życiowymi lub problemami zdrowia psychicznego (obniżony nastrój, napięcie, podenerwowanie). Leki pozwalają normalnie funkcjonować w szkole lub w pracy. Odciać się od problemów i pracować efektywnie. Jedna z respondentek wskazała również, że działanie leków łatwiej jest ukryć przed rodzicami niż działanie tradycyjnych narkotyków. Po niektórych lekach nie widać objawów intoksykacji, np. po użyciu niewielkich dawek leków uspokajających.

Społeczny/ interpersonalny kontekst. Niektórzy respondenci w swoich wypowiedziach wskazywali na bardzo osobisty / intymny kontekst używania leków psychoaktywnych. Dla jednego z uczestników badania wspólne z dziewczyną używanie leków i towarzyszące temu przeżycia były spoiwem łączącym ich związek. Dla innej uczestniczki badań używanie leków z grupy opioidów było rodzajem przyjemnego relaksu połączonego ze słuchaniem

muzyki. Leki uruchamiały sny na jawie, które respondentka przeżywała samotnie lub z innymi. Przyjmowanie leków rzadko ma charakter grupowy, zazwyczaj dzieje się wąskim gronie znajomych/ przyjaciół. Niekiedy towarzyszy temu wzajemne wymienianie się lekami. Dane z wywiadów wskazują, że przyjmowanie leków w celach pozamedycznych zwykle odbywa się w domach, ale również i w szkołach. Niektórzy respondenci podkreślali, że te substancje można przyjmować praktycznie wszędzie. Nie wymaga to jakichś specjalnych urządzeń ani okoliczności.

Rynek i sposoby pozyskiwania. Respondenci sugerowali w swoich wypowiedziach, że zdobywanie leków na receptę nie sprawia im większych trudności. Wymaga od nich sprytu lub „odpowiedniego sposobu” w kontaktach z lekarzami i placówkami medycznymi. Kilku respondentów podkreślało, że leki zdobywają od swoich znajomych lub partnerów, którzy są aktualnie leczeni psychiatrycznie lub korzystają z terapii substytucyjnej. Leki można też kupić na ulicy lub w Internecie.

Negatywne konsekwencje używania. Badani wskazywali na zdrowotne konsekwencje używania leków. Objawy zatrucia (wymioty, problemy z oddychaniem) przydarzały się, kiedy respondenci stosowali mieszanki różnych leków, np. używali jednocześnie leków z grupy bezodiazepin i opiatów albo np. kodeinę i alkohol. Inny wspominali o negatywnym wpływie substancji na ich stan psychiczny (bezsenna, niestabilność emocjonalna, stany lękowe). Kilku respondentów przyznało, że używanie substancji miało dla nich negatywne konsekwencje rozwojowe. Utrudniło samorealizację, naukę szkolną, przyczyniło się do trudności w kontaktach z innymi ludźmi lub też naraziło ich na nieprzyjemne zdarzenia (próby pobicia). Kilku respondentów miało konsekwencje prawne (zatrzymanie/ przeszukiwanie przez policję).

Źródła wiedzy o lekach i innych substancjach psychoaktywnych. Podobnie jak w przypadku innych użytkowników substancji psychoaktywnych, internet, jest głównym źródłem informacji o substancjach psychoaktywnych dla użytkowników leków na receptę. Przede wszystkim czerpią oni swoją wiedzę z polskiego serwisu internetowego hyperreal, ale także z anglojęzycznego serwisu internetowego reddit oraz z różnych innych źródeł internetowych, w tym przede wszystkim z wikipedii oraz tematycznych forów internetowych. Niektórzy z respondentów podkreślali, że wiedza na temat leków jest łatwa do zdobycia. Wystarczy wpisać w wyszukiwarkę internetową nazwę leku. Kilku

respondentów wskazywało, że doświadczeni w używaniu znajomi są cennym źródłem informacji o lekach i ich działaniu.

Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem leków. Respondenci pytani o ich własne metody redukcji szkód przede wszystkim mówili o tym, żeby nie brać substancji regularnie i robić sobie przerwy w braniu. W wypowiedziach respondentów można dostrzec kilka zasad, których przestrzeganie zmniejsza ryzyko związane z używaniem leków i innych substancji psychoaktywnych. Należą do nich: zdolność do robienia sobie przerw w braniu, unikanie ciągów, dbałość o tzw. bezpieczne dawki, unikanie mieszania substancji, branie w zaufanym towarzystwie oraz pozyskiwanie leków / substancji z zaufanego źródła. W kontekście „zaufanego źródła” jedna z uczestniczek badania powiedziała wprost, że branie leków na receptę ma tę przewagę nad innymi substancjami, że leki pochodzą z apteki, a więc w miarę pewnego źródła. Jedna osoba, która używa leków opioidowych, posiada w domu nalokson, którym można sobie pomóc w razie przedawkowania. W grupie użytkowników leków na receptę były również takie osoby, które nie stosują żadnych własnych metod redukcji szkód. Te osoby, dopytywane przez ankieterów, nie potrafiły wyjaśnić, dlaczego nie stosują żadnych metod zmniejszania ryzyka. Wygląda na to, że albo nie są nimi zainteresowane albo je lekceważą.

Profilaktyka – doświadczenia i opinie. Bardzo interesujące były niektóre wypowiedzi, które wskazywały, że uczestnicy badania widzą w działaniach profilaktycznych dużą wartość. Przede wszystkim dotyczy to działań ratujących życie, ukierunkowanych na przekazywanie wiedzy z zakresu minimalizacji ryzyka i szkód. Taka profilaktyka – ich zdaniem- powinna być rozwijana. W tym kontekście, uczestnicy badań wskazywali na pozytywne przykłady tego typu działań profilaktycznych (np. prowadzonych przez holenderską telewizję, MONAR lub SIN) i jednocześnie bardzo krytycznie wyrażali się o działaniach nastawionych na abstynencję, moralizowaniu, i działaniach wzbudzających nieuzasadniony lęk przed używaniem substancji psychoaktywnych itd. W ich opinii działania profilaktyczne winni prowadzić ludzie doświadczeni, mający bezpośredni kontakt z użytkownikami tych substancji.

E I. Styl życia

Styl życia respondentów używających leków na receptę jest zróżnicowany. Kilka osób reprezentuje dość typowy (aktywny) sposób spędzania wolnego czasu, w którym są spotkania ze znajomymi, praca, szkoła, kino, zakupy, gra na komputerze, wyjazdy itp. W tle tych codziennych typowych zajęć są substancje psychoaktywne.

R. Zazwyczaj albo w domu coś robię, albo pracuję weekendami, w wakacje pracowałam, albo ze znajomymi, z którymi czasami gdzieś jeżdżę. AS27092018K6W

R. Wolny czas, raczej tak niezbyt aktywnie, ogranicza się to do takiego spotkania się ze znajomymi, nie mam takiego szablonu spędzania wolnego czasu. Jest tam jakieś molo, jakieś rowery wodne, jakieś pierdoły, siedzenie na ławce coś w tym stylu. A zainteresowania to od jakiegoś czasu cierpię na brak. Jakoś tak, nie wiem, od paru miesięcy. Wszystkie moje zainteresowania się okręciły wokół używek czyli jakieś imprezy i tak dalej. DG29082018M6W

R. Myślę, że robię to co wszyscy, nie ma w tym nic nadzwyczajnego.. Bardzo, bo ciężko mi wyjść z jakimś znajomym na trzeźwo, przynajmniej w ostatnim czasie, żeby czegoś nie wziąć, nie zapalić co no nie jest dobre. FK13092018M6I

R. No ja mam akurat taką dziewczynę i ja sam taki jestem, i mam takich znajomych, że raczej nie odmawiamy sobie takich rzeczy, czy to zapalić czasem. (...) na przykład podczas takiego oglądania netflixa siedzimy zażywając różne narkotyki. JG10122018M6W

Kilka osób z tej grupy reprezentuje jednak zróżnicowany jakościowo styl życia, w którym jest miejsce na te niecodzienne, niebanalne zainteresowania i pasje oraz na rzeczy codzienne. Są wśród nich osoby prowadzące podwójne życie – w którym są elementy konwencjonalne (społecznie akceptowane i cenione) i niekonwencjonalne (społecznie nieakceptowane). Obok typowych sposobów spędzania wolnego czasu, takich jak wyjścia ze znajomymi, imprezy, używanie substancji psychoaktywnych wspólne wyjazdy z dziewczyną/ chłopakiem itp. są zainteresowania i pasje związane z architekturą, kuchnią, harcerstwem, tworzeniem muzyki, teatrem, sztuką makijażu, rzeźbą.

R. Ogólnie śpiewam i gram na instrumentach, grałam swojego czasu w teatrze. Ogólnie jestem w szkole plastycznej więc to też zobowiązuje do tego, że jakieś tam zainteresowania mam w tych różnych przedmiotach artystycznych, bardzo lubię rzeźbę i meble robić też lubię. PK03092018K6W

- R. Pewnie byś nie powiedziała, ale prowadzę drużynę harcerską, maluszki takie wilczki, jestem przyboczną i to jest też styl życia, który uwielbiam i którym się jaram i myślę, że dzieciaczki lubią mnie bardzo. Prowadzę życie bardzo ekstremalne i też bardzo grzeczne, w obu kategoriach się odnajduję, umiem się dopasować. PK02112018K6W*
- R. Zawód nie, ale jest to jest bardziej moja pasja [makijaż], o tym myślę, ćwiczę dużo, zbieram materiały, żeby na założyć instagramu makijażowego. PK02112018K6W*

E II. Historia używania substancji psychoaktywnych

Inicjacja

W przypadku kilku osób z tej grupy użytkowników inicjacja używania substancji psychoaktywnych miała miejsce dość wcześnie. Niektóre osoby zaczęły używać leków w wieku 7-8 lat z powodu ADHD. Kilka osób zaczęło w wieku 11 lat. Inni zaczęli używanie w wieku 14-15 lat lub nieco później. Powody inicjacji używania leków przez naszych respondentów nie były jednorodne. Niektórzy zaczęli używanie dość przypadkowo. Ktoś ich poczęstował, ktoś powiedział, że będzie fajnie, ktoś miał takie towarzystwo. W tych przypadkach pierwszymi substancjami był alkohol, przetwory konopi, stymulanty, kodeina.

Poszedłem do swojego kolegi i on się tego, czy chcę spróbować, no to wziąłem od niego i spróbowałem. (...) To był haszysz. Pamiętam, że chyba ze dwa dni mnie trzymało. AS28092018M6W

Totalnym przypadkiem. Wcześniej już miałem problemy ze sobą w gimnazjum, gdyż do końca gimnazjum jakoś nie używałem nic, byłem negatywnego zdania, takiego wydzwięku o ludziach, którzy cokolwiek zażywali a potem jakoś tak, kolega z osiedla namówił mnie na pierwszego blanta, były wakacje, byłem już po gimnazjum i zaczęła mi się taka faza punka, zacząłem coraz więcej pić i w końcu się przełamałem. Tak doszło do tego, że w wakacje 2015 pierwszy raz zapaliłem. DG29082018M6W

Wiesz co, ja miałem 15 lat i mieszkałem w Grudziądzu, to jest generalnie dziura w Polsce, kompletnie zapomniane miejsce i mieszkałem też w takim nieprzyjemnym miejscu, raczej wszędzie było złe towarzystwo i w końcu stało się tak, że w wieku 15 lat zacząłem palić, szybko doszły jakieś stymulanty. Alkohol raczej nie, alkoholu raczej nie lubię, potem też jak poszedłem do szkoły średniej to zacząłem brać różne leki na receptę i nie na receptę. JG10122018M6W

Dla innych kilku osób powody inicjacji były związane z problemami zdrowia psychicznego: depresją, nadpobudliwością, skłonnością do samookaleczeń, problemami z zachowaniem. W tych przypadkach pierwsze leki pochodziły rzeczywiście od lekarza i były wypisywane na receptę lub ktoś ze znajomych je organizował. Niektórzy dość długo przyjmowali leki z przepisu lekarza. Z czasem zaczęli eksperymentować z lekami na własną rękę.

Te leki w ogóle. Zaczęła się moja terapia związana z ADHD i to było jakieś 7-8 lat. Osiem chyba. **P. I wtedy już ci przepisywali leki?** R. Mhm. R. Na początku byłem na ritalinie przez rok potem mi zmienili na concertę i jakby do końca 1 liceum stosowałem cały czas w normalny sposób. DG29082018M6W

Przez lata zmagalam się ze stanami, których nawet nie umiem opisać, jestem uzależniona od autoagresji od 12 roku życia. Myślę, że to może też miało wpływ. Takie pragnienie samozniszczenia po prostu. To, że zawsze czułam się gruba i myślałam, że przez używki schudnę. Teraz schudłam 15 kilo, ale byłam grubsza. Diagnozę dopiero po kilku latach, zmieniali z depresji na dwubiegunówkę, ostatecznie stanęło na tym co wydaje mi się najbardziej prawdopodobne, zaburzenie typu borderline i no takie w mniejszym stopniu zaburzenia kompulsywne. PK02112018K6W

Alkohol był jak miałam 11. No i leki od psychiatry rok temu, nie, pierwsze leki dostałam jak miałam 14. P. A powiesz o tym coś więcej, żebyś wiedział tylko skąd się wzięły te leki? R. Miałam je na nadpobudliwość, coś takiego. Po nich miałam być spokojniejsza. JG18102018K6K

R. Z tymi lekami było tak, że jak byłem młodszy, to miałem problemy z zachowaniem. Byłem agresywny, poszedłem do lekarza i zacząłem brać te leki. P. Czyli przepisał ci? Tak i brałem te leki i raz, któregoś dnia było coś takiego, że mama mi dała jedną tabletkę a ja tak z ciekawości wzięłem dwie. No i wtedy inaczej się czułem niż po jednej, bo po jednej spokojniejszy byłem po prostu. AS28092018M6W

Kilka osób sięgnęło po substancje psychoaktywne (leki lub narkotyki) kierowani ciekawością i własnymi zainteresowaniami ukierunkowanymi na to, jak działają substancje psychoaktywne.

R. Byłem ciekaw, zacząłem na jakichś forach czytać, że jakby ma potencjał psychoaktywny i tak podeszłem jeszcze raz, że byłem na swój sposób dziwnie zachwycony swoją

znajomą, która zażywała różne rzeczy i jakoś tak to mnie popchnęło w tym kierunku. I wtedy pierwszy raz zażyłem tą concertę pozamedycznie. DG29082018M6W

W sumie jak już miałem 11 lat, to wchodziłem na internet i czytałem o różnych narkotykach jak działają, na jakie receptory wpływają co się dzieje, potrafiłem nockami leżeć i czytać o tym, hyperreal, neurogroove ale głównie zaczęło się od marihuany. Gdybym nie chciał, to było takie nastawienie, że zapalić okej, spoko to byłoby w porządku, tylko jak zawsze chciałem iść gdzieś dalej, chciałem tego próbować bo mnie to po prostu interesuje. Ale ogólnie to było palenie. FK13092018M6I

To było na początku tego roku w sumie. Wiem, że się zainteresowałem tym tematem i stwierdziłem, że kupię etizolam i klonazolam, ja to odstawiałem ale potem wziąłem nieraz głównie nasennie wtedy brałem, to nie było rekreacyjne, bo potem szedłem spać. No i tyle chyba. JG09122018M6W

E III. Powody używania

Niektórzy z badanych użytkowników mają sporą wiedzę na temat działania leków psychoaktywnych. Dlatego sami sobie je ordynują w zależności od swojej aktualnej potrzeby. Kiedy chcą się uspokoić sięgają po bezodiazepiny, kiedy mają problemy ze snem biorą leki nasenne, gdy sięgają po stymulanty lub substancje psychodeliczne mają w zanadrzu leki, które łagodzą nieprzyjemne stany po ich użyciu, kiedy chcą rozluźnienia biorą leki z grupy opioidów, kiedy chcą skupienia i koncentracji sięgają po leki działające stymulująco. Dla niektórych decydującym motywem jest chęć poznania, eksplorowania odmiennych stanów świadomości lub po prostu przyjemne doznania i rozluźnienie.

ja mogę powiedzieć że byłem bardzo ciekawy innych stanów świadomości. JG10122018M6W
Każdy rodzaj substancji ma swój pewien inny cel. Kiedy miałam dostęp do benzodiazepin na sporą skalę, albo żeby było miło albo, żeby się uspokoić dużo przed maturą tego robiłam bo stres. Alprazolam, clonazepam, valium tego typu. Innych substancji używałam na sen, tu zawsze komuś podbierałam jakąś kwetiapinę coś takiego, co tam jeszcze jest na sen, zolpidem może być. Albo jeśli planuję jakiegoś tripa psychodelicznego czy na stymulantach, na różnych rodzajach euforyków czy czegokolwiek to muszę mieć zawsze coś co zbiję tą fazę to wtedy benzodiazepiny sobie załatwiam albo neuroleptyki. Coś jeszcze? Możemy jeszcze wymienić ten suboxon, bo to też jest lek wydawany. Teraz biorę go, to już jest odruch ćpuna dlatego, że mi źle po

prostu, że mam ochotę a że jest zawsze dostępny i jest całkiem przyjemny.

PK02112018K6W

Eksperymentowałam z metylofanidatem. I on był o tyle fajny, że wracałam do domu, uczyłam się, byłam skupiona na tej nauce, matematyka szła mi jak złoto, a matematykę uwielbiam a potem mogłam jeszcze przebiec 10 kilometrów, szłam spać o północy i wstawałam o szóstej, miałam cały czas energię. JG19122018K6W

R. To zależy od tych leków. Po kodeinie oczekiwałem takiej derealizacji, odcięcia, wyczulenia zmysłów a po acodinie oczekiwałem dziwnych myśli coś w stylu halucynacji, takiej derealizacji. PK08102018M6W

Powody ograniczania używania

Niewiele osób ograniczyło swoje używanie. Kilku respondentów wyrażało opinię, że leki są dość bezpiecznymi środkami psychoaktywnymi, kiedy stosuje się je rozważnie. Podkreślano, że są to produkty, których skład jest ściśle kontrolowany przez producentów. Niektórzy wskazywali na skutki uboczne przyjmowania leków jako powody do ograniczania ich używania. Inni ograniczali swoje używanie po tym jak doświadczyli silnych negatywnych konsekwencji jednoczesnego brania leków (bezodiazepin) i picia alkoholu.

*Znaczy ja nie twierdzę, że to jest bezpieczne, widzę że nie działa tak negatywnie, no po prostu tak negatywnie na mnie nie działa, ale wiem że tego nie można brać normalnie codziennie, bo wiadomo że to jednak jest też lek i oprócz tego, że ma substancje, które działają tak jak mi się podoba, to ma też inne substancje, które mogą działać na organizm negatywnie. **P. I to jest powód dla którego nie weszłaś dalej w to?** R. To, że wiem że to może na mnie działać negatywnie i też, że nie popieram, że można chodzić całe życie i raz na jakiś czas okej, wszystko jest dla ludzi, ale na pewno nie cały czas. AS27092018K6W*

Co zmniejszyło, żeby nie brał tak mogę powiedzieć bo ciężko mi opisać poprzednie pytanie, to było to kiedy udało mi się ogarniać recepty na clonazepam i dochodziło do takich dawek zapijanych alkoholem, że potrafiło mi kasować pamięć całkowicie, byłem właściwie wrakiem, ledwo chodziłem, bo przy takich dawkach równowaga odpada, bełkot i stwierdziłem, że troszkę za dużo (...) FK13092018M6I

E IV. Wydarzenia kluczowe

Nie wszyscy respondenci wspominali o wydarzeniu kluczowym, które wpłynęło na używanie przez nich leków lub/ i innych substancji psychoaktywnych. Ci, którzy podzielili się takim wydarzeniem opisywali je najczęściej jako wpływ bliskich relacji / związków z dziewczyną / chłopakiem/ osobą znaczącą na postępowanie i wybory życiowe respondentów. Używanie substancji psychoaktywnych przez te znaczące osoby miało istotny wpływ na decyzję respondentów związane z używaniem substancji psychoaktywnych i historię ich dalszego używania.

Doszło do tego tak, że moi rodzice rozwiedli się w wakacje i wcześniej już było wiadomo, że się rozwiodą przez jakiś rok, a moja rodzina była zawsze bardzo stabilna, wydawało się że jest nierozzerwalna, ale okazało się że się rozwiodą, rozwiedli się w sierpniu a we wrześniu pierwszy raz wziąłem, wcześniej miałem tylko kontakt z marihuaną, ale nigdy nic nie poczułem, a we wrześniu było tak, że poznałem dziewczynę, która mi się spodobała, ona brała umówiliśmy się, że razem weźmiemy, początkowo mieliśmy zapalić blanta, ale ona się zapytała czy wolę białe, czy zielone, powiedziałem żeby ona wybrała no i wybraliśmy stymulanty, dopalacze i tak się zaczęło. PK08102018M6W

Jak poznałem rapera, to też było w wieku 16 lat, z mojego miasta, nie wiem czy kojarzysz [wykreślono pseudonim artystyczny], nie powinienem chyba mówić, nie?..(.....) I zaczęłem z nim jeździć, pamiętam pojechaliśmy na koncert do Wrocławia, ja się z nim mocno trzymałem swojego czasu, on był generalnie kodeiniarzem. Ja już parę razy w swoim życiu wtedy wziąłem ale z nim jak zaczęłem jeździć to się zaczęło branie tego parę razy w tygodniu nawet. Było parę miesięcy, ale to już z nim za bardzo nie rozmawiałem, było parę miesięcy, że chodziłem codziennie na kodeinie i przez ten czas nawet spróbowałem mocniejszych opiatów, opioidów ale przestałem. Powiedziałbym, że właśnie znajomość z tym człowiekiem to było wtedy kiedy zamieniłem lekkie używki jak marihuana na opiaty. JG10122018M6W

R. Myślę, że bardzo mój związek ma na to wpływ, to jest toksyczna relacja i jakich on substancji używa to takich ja też używam. Kiedy przechodził uzależnienie od benzodiazepin i potem był w ośrodku właśnie to ja też dużo tego brałam. Kiedy teraz jest na programie substytucyjnym buprenorfinowym to cały czas mam zapas buprenorfiny, więc tego używam. A takie wydarzenie większe? Byłam pewna, że nigdy nie sięgnę po opiaty patrząc na niego ale po jednej mocnej kłótni zrobiłam to jemu na złość i jakoś tak spodobało mi się. No i został taki standard, że jak się kłócimy to idę po kodę.

E V. Wzory używania

Użytkownicy leków psychoaktywnych mieli również doświadczenia z używaniem innych narkotyków. Niektórzy mają bogatą historię używania substancji. Oprócz leków wypisywanych na receptę, używali nowych substancji psychoaktywnych, przetworów konopi, substancji halucynogennych, opiatów, amfetaminy itp. Badani używają wielu kontrolowanych leków. Wśród nich są wymieniane np. concerta, xanax, hydroxyzyna, klonazepam, buprenorfina Aby spotęgować ich działanie łączą leki z różnymi produktami, np. z alkoholem, marihuaną w celu poszerzenia doznawanych efektów.

Już były rekreacyjne benzodiazepiny, już apteczne były, dużo większe dawki. Potem były psychodeliki i też się zaczęło od dopalaczy, potem THC w wakacje, LSD już tak bardziej nielegalne, tak i w sumie chyba tyle. JG09122018M6W

*Jeszcze tylko marihuanę oprócz tego. Jeszcze tylko LSD, ale to tylko te trzy. **P. A jeśli chodzi o te leki na receptę?** No to benzo i opioidy. No na przykład xanax, hydroxyzyna i chyba tyle w sumie. AS27092018K6W*

Zacząła właśnie być takim zastępnikiem, ta concerta jakby rzeczy, których obecnie nie używam bo nie mam pieniędzy albo nie miałem pod ręką, różnych typu amfetamina albo coś innego stymulującego, to był taki mój zastępnik. P. Okej, jakich jeszcze substancji używasz oprócz tych leków? R. Hm, marihuany, zasadnicza sprawa w dużym stopniu. W tym roku zażywałem amfetaminę dość często. To było chociaż raz w miesiącu ale obecnie na razie tego nie zażywam. Ostatnio to było chyba dwa miesiące temu. Jakies psychodeliki z research chemicals. DG29082018M6W

- Na tym etapie do były dla mnie dość początki, brałam jeszcze zanim go poznałam, więc nie było tak, że to on mnie we wszystko wkręcił. Był łatwiejszy dostęp, no i tak przeszedł z tych psychodelików do stymulantów, ze stymulantów do benzodiazepin, z benzodiazepin do opiatów. Nawet nie zauważyliśmy kiedy. PK02112018K6W

Politoksykomania

Z doświadczeń respondentów wynika, że tworzenie mieszanek różnych substancji (leków z lekami, leków z innymi substancjami) jest zjawiskiem dość częstym. Respondenci podają, że łączyli leki (np. kodeinę, benzodiazepiny, klonazepamem) z alkoholem (na ogół piwem),

marihuaną, amfetaminą. Celem łączenia substancji jest wzmocnienie efektów ich działania lub łagodzenie objawów zatrucia.

No, czasami tak. Z marihuaną, z piwkiem, z alkoholem, z kodeiną. P. Czy wtedy leki mają jakieś inne działanie, jak to wygląda? R. No mają synergię z niektórymi substancjami albo też lubię się napić alkoholu, nie lubię być na lekach. P. Czy jeszcze z czymś innym oprócz alkoholu i marihuany łączysz czasem leki? R. Z kodeiną. MK18102018M6K

Tak. Ja się bawię w DJ-a, jeżeli chodzi o mieszanie to jestem bardzo otwarta. Stosowałam takie mieszanki, że 4 substancje z różnych grup. Mogło być to benzo z kodeiną, z amfetaminą i z alkoholem, takie próby mieszanki. Ja wiem czym się to może skończyć. No, ale też emka ze stymulantami, potem benzo i ketrel na sen, żeby tak już zasnąć do końca. Albo stymulanty ze stymulantami. Różne rzeczy. JG19122018K6W

Z paleniem kiedyś, bo teraz prowadzę samochodem i wiem, że potrafiąc zjeść troszkę benzo popić to piwem, jadąc nawet na tym głupim rowerze to spokojnie można zaliczyć kilka słupków, bo zupełnie nie ma orientacji. Póki prowadzę auto są to dawki minimalne. Z czym jeszcze łączyłem? Z alkoholem najlepiej ponieważ się wzmacniało. Z paleniem? Z paleniem to jest różnie, bo zależy co. Palenie i clonazepam pasuje dobrze, ale palenie i alprazolam średnio. Znaczą tam jest relanium i tak dalej. Przy czym jeszcze łączyłem z fetą, z amfetaminą, ale bardziej już tak na zejścia. FK13092018M6I

E VI. Opinie na temat substancji psychoaktywnych

Opinie o dominującej substancji psychoaktywnej

Respondenci podkreślają różnorakie korzyści wynikające z brania leków kontrolowanych (na receptę). Do nich należą: poczucie większego bezpieczeństwa w porównaniu z narkotykami, większa ich dostępność, mniejsza toksyczność, przyjemne efekty i większa otwartość na kontakty z innymi ludźmi. Jedna lub dwie osoby wspominały również o tym, że niektóre leki mogą stać się wygodnym substytutem właściwej substancji (narkotyku) w sytuacji braku pieniędzy lub utrudnionego dostępu do docelowych substancji.

Najwięcej chyba buprenorfiny czyli to jest taki lek, który się zażywa podczas odstawiania opiatów, takich mocniejszych, tego najwięcej w życiu zjadłam bo to w sumie nie uzależnia i jest bardzo fajne, brałam to w celu, żeby było pluszowo i ludzko i żeby

sobie pooglądać nody i tyle, jakby nie miało to jakiegoś większego celu tylko, żeby doświadczyć samego działania. PK03092018K6W

Teraz ciężko mi powiedzieć ale wtedy miałem pewność, że to jest czysta substancja. Czułem się bezpieczniej niż jak brałem narkotyki i też były one inne bo nie miałem nigdy dostępu do depresantów i do kwasów żadnych. A to były takie wersje, które mogłem zdobyć no i też dostępność była zaletą, wystarczyło pójść do apteki. PK08102018M6W

Korzyści? Narkotyki bardzo, znaczy ogólnie leki i takie substancje, nie tylko leki, wszystkie substancje psychoaktywne bardzo potrafią otworzyć i dzięki nim można złapać wiele znajomości. Ja bardzo wiele osób poznałam odkąd zaczęłam brać różne substancje bo to też jest temat do rozmów jest duża ilość osób w tym środowisku biorących, to jest też zawsze taki temat zaczepienia się na początku rozmowy czasem, to w sumie to PK03092018K6W

Zaczęła właśnie być takim zastępnikiem, ta koncerta jakby rzeczy, których obecnie nie używam bo nie mam pieniędzy albo nie miałem pod ręką, różnych typu amfetamina albo coś innego stymulującego, to był taki mój zastępnik.

Opinie o używaniu substancji psychoaktywnych

Praktycznie wszyscy respondenci (poza pojedynczymi wyjątkami) podkreślali, że opinie na temat brania leków w celach niemedycznych / brania narkotyków są bardzo podzielone. Wśród znajomych rówieśników są tacy, którzy w ogóle nie akceptują takich zachowań. Są zdecydowanymi przeciwnikami lub spoglądają na osoby biorące z lekkim pobłażaniem lub śmieją się z nich. Oraz są tacy, którzy to akceptują. Ci ostatni są niekiedy rekreacyjnymi użytkownikami substancji psychoaktywnych, np. marihuany lub substancji klubowych. Marihuana zdaniem jednej z respondentek jest najbardziej akceptowanym narkotykiem wśród młodzieży.

Jeżeli oddzielimy grupy znajomych typu harcerstwo, studia, kościół, znajomi z liceum od grupy ćpunów to tam to nie jest dobrze postrzegane, ludzie tego nie akceptują, jedynym akceptowalnym narkotykiem wśród młodzieży to jest właśnie marihuana. Leki nie, oni nie mają o tym pojęcia żadnego, nawet o antydepresantach, pożałuj Boże, no i nie mają do tego dostępu. Tyle mają co mają sami wypisane. Nie, nie jest używane, myślę, że to nie jest popularny problem. PK02112018K6W

Mam takich, którzy w ogóle są anty wszystko, mam takich którzy używają rekreacja, z ciekawości czy żeby raz na jakiś czas zobaczyć jak to działa, czy wiedzą jak to działa, żeby wziąć i bawić się przy tym. Mam bardzo podzielonych. AS27092018K6W

Tak, w domu i jeszcze w szkole. Jak chodziłem do szkoły jeszcze do mojego pierwszego liceum, ale to było zazwyczaj w stylu jak mieliśmy jakiś sprawdzian i jakby nie wierzyłem w to, że jakby zażyte normalnie ma mi pomóc albo jak spałem bardzo mało i chciałem się pobudzić do końca lekcji i ci ludzie raczej tak nieprzychylnie. Był to taki element do jakiegoś śmieszkowania, śmiania się ale nie było jakiegoś takiego megaostracyzmu. DG29082018M6W

Teraz jest dość modne po prostu, ale uważałam, że spoko, fajne, okej ale spotykam się też z bardzo negatywnymi opiniami, że po co, dlaczego. To zależy też moim zdaniem od grupy społecznej. PK03092018K6W

Motywy używania

Kilka osób podkreślało, że istotnym motywem brania leków jest złagodzenie negatywnych stanów emocjonalnych związanych z problemami życiowymi lub problemami zdrowia psychicznego (obniżony nastrój, napięcie, podenerwowanie). Leki pozwalają normalnie funkcjonować w szkole lub w pracy. Odciać się od problemów i pracować efektywnie. Jedna z respondentek wskazała również, że działanie leków łatwiej jest ukryć przed rodzicami niż działanie tradycyjnych narkotyków. Po niektórych lekach nie widać objawów intoksykacji, np. po użyciu niewielkich dawek leków uspokajających.

Jeżeli na przykład jestem w pracy na benzo to, chociaż nie zawsze, jeżeli jestem z klientem to potrafię bardziej się skupić, lepiej mi się rozmawia, jeżeli jestem w biurze to jest mi przyjemniej. Czasem jest tak, że potrafię się lepiej skupić na pracy, nie ma żadnych bodźców z zewnątrz, nic mnie nie denerwuje. A w takim normalnym życiu, zależy też jeśli chodzi o leki same, leki to są takie substancje, że głównie to znieczulenie emocjonalne prawie kompletnie, brak jakichś emocji negatywnych, a jeżeli chodzi o inne jak MDMA czy LSD, czy inne psychodeliki to doświadczam korzyści typu rozszerzenie umysłu. JG10122018M6W

*To przede wszystkim odcięcie się od jakichś moich problemów, to były te efekty, które były spełnione i których oczekiwałam czyli przede wszystkim to odcinanie się od problemów i spokój. Tylko, że benzodiazepiny różniły się od metylofenidatu tym, że metylofenidat brałam rzeczywiście w dawkach zalecanych a benzo brałam w większych ilościach, znacznie większych .P. **To czy możesz swoimi słowami nazwać***

znaczenie jakie te substancje miały dla ciebie? Takie jakby mini wakacje. Jak wyjazd w tropiki, to działa się w jakimkolwiek środowisku, bo czym tu się przejmować, otoczeniem jak się jest na lekach. Więc w dowolnym środowisku, w dowolnym miejscu, w dowolnym czasie, niezależnie co się miało na głowie. JG19122018K6W

Uważam, że są lepsze niż narkotyki bo nie widać po oczach. Zdarzyło się, że ze dwa razy rodzice złapali mnie na czymś, zawsze raban był, moja rodzina jest idealna, nie pasuję do niej. Po lekach nie widać, jestem tylko bardziej spokojna, nikt nie zauważy. Mogę funkcjonować wciąż normalnie i to nie jest coś co nie pozwala mi iść na studia czy się pouczyć, nie boli mnie nic w środku, bo czasem są takie stany, że nie byłabym w stanie wstać z łóżka albo czułabym się taka bezradna wobec całego życia, że nie mogłabym wyjść z domu. Wtedy potrzebuję czegoś. Myślę, że jestem lekomanką tylko dlatego, że czuję potrzebę wzięcia czegoś niezależnie od tego co to za lek. Kiedy miałam przepisane jakieś przeciwpadaczkowe w ramach terapii antydepresyjnej to też je przedawkowywałam, one nic nie dawały, ale jest mi źle i muszę wziąć 5 tych tabletek, żeby mi było lepiej. PK02112018K6W

E VII. Miejsca i kontekst społeczny używania leków na receptę

Społeczny/ interpersonalny kontekst

Niektórzy respondenci w swoich wypowiedziach wskazywali na bardzo osobisty / intymny kontekst używania leków psychoaktywnych. Dla jednego z uczestników badania wspólne z dziewczyną używanie leków i towarzyszące temu przeżycia były spoiwem łączącym ich związek. Dla innej uczestniczki badań używanie leków z grupy opioidów było rodzajem przyjemnego relaksu połączonego ze słuchaniem muzyki. Leki uruchamiały sny na jawie, które respondentka przeżywała samotnie lub z innymi. Przyjmowanie leków rzadko ma charakter grupowy, zazwyczaj dzieje się wąskim gronie znajomych/ przyjaciół. Niekiedy towarzyszy temu wzajemne wymienianie się lekami.

*Z dziewczyną jak byliśmy sami, to wtedy przede wszystkim. Leki też zdarzało mi się brać samemu, wieczorem brałem acodin czekałem aż mnie strzeli i potem sobie przeżywałem tą fazę w samotności. A tak to głównie brałem z dziewczyną i to była taka rzecz, która nas niby miała łączyć. **P. A wracając jeszcze do tego używania z dziewczyną, jakie to miało znaczenie, że ona była z tobą?** R. Na pewno postrzegałem to jako rzecz, która nas łączy i spaja ze sobą i to przeżywanie tego haju*

narkotykowego było dla mnie jakieś romantyczne, wtedy też człowiek inaczej postrzegał ten świat. Pamiętam kiedyś taką sytuację, że siedzieliśmy u mnie w domu, była noc ona siedziała na parapecie, paliła papierosa i oboje byliśmy strasznie naćpani, mówiliśmy sobie, że się kochamy i nic nie było za bardzo, nic poza tym bo byliśmy tak naćpani, że nic poza tym nie czuliśmy ale jednocześnie było to takie romantyczne i takie magiczne. PK08102018M6W

*Ogólnie to działa w taki sposób, że strasznie rozluźnia, jest ciepłutko ja zawsze się przykrywałam kocykiem, kładłam się w łóżku, zamykałam oczy i puszczałam sobie muzykę i pojawiały mi się różnego rodzaju obrazy przed oczami, jakieś sceny, normalny nod, nie wiem czy orientuje się pani co to są nody, myślę, że tak. **P. Nie, właśnie nie. Właśnie miałam o to zapytać.** To takie sny na jawie, tak to określają i oglądałam sobie obrazki, słuchałam sobie muzyki. Też często jak braliśmy to grupowo to sobie rozmawialiśmy w międzyczasie, ciężko to wychodziło bo każdy co chwilę zaczynał nodować, ale bardzo przyjemnie to wspominam w sumie. PK03092018K6W*

Głównie ze znajomymi, którzy też już coś brali. Jeżeli chodzi o benzo to łatwo każdego zachęcić do tego, muszę przyznać. Szczególnie spróbować jedną tabletkę, potem chętnie ktoś bierze drugą. Ludzie ze szkoły, z mojej szkoły są bardzo grzeczni, mało imprezują, nie mają tylu znajomych. Widać tą różnicę między osobami, które są tu od gimnazjum do liceum a przychodzą tutaj na przykład w drugiej klasie liceum albo w pierwszej, na przykład ja. Są tu osoby, które mało imprezują więc takich znajomych tu nie mam, są dwie wyjątkowe osoby, moje przyjaciółki. Z jedną głównie piłam, brałam parę razy emkę, raz to było na rave, raz w środowisku domowym, drugi raz też w domu, z inną koleżanką wymieniałam się parę razy lekami, ja dawałam jej alprę, ona ma całą gamę leków nasennych. Wiem, że jedno i drugie jest nasenne ale ona dawała mi takie leki nasenne, żebym rzeczywiście poszła spać a nie się dobrze bawiła. JG19122018K6W

Głównie samemu, nie pamiętam żebym, nie pamiętam momentu, żebym to z kimś zażył. Concertę pozamedycznie zawsze tylko samemu. DG29082018M6W

Miejsca używania

Dane z wywiadów wskazują, że przyjmowanie leków w celach pozamedycznych zwykle odbywa się w domach, ale również i w szkołach. Niektórzy respondenci podkreślali, że te substancje można przyjmować praktycznie wszędzie. Nie wymaga to jakichś specjalnych urządzeń ani okoliczności.

Wszędzie. W domu, w szkole znaczy nie byliśmy razem w szkole, ale używałem w szkole, w parku, na mieście, u znajomych różnie. PK08102018M6W

Gdzieś w domu najczęściej, zazwyczaj w domu. Zdarzało mi się gdzieś iść, pochodzić na mieście ale to bardzo rzadko, zazwyczaj siedziałam w domu z kilkoma osobami, rzadko też brałam takie rzeczy sama w sumie.

Zazwyczaj są to domówki jakieś, jak się spotykamy u kogoś w domu, siedzimy, śmiejemy się. No jest taka posiadówka.

Wszędzie, jeśli mam tylko przy sobie to dla mnie to nie ma problemu. Nie muszę sobie sypać kreski, nie muszę rozpalać niczego. FK13092018M6I

W towarzystwie nie, bo zawsze uważałam, że są substancje które działają tak, że po nich zasnę, urwie mi się film, czy coś się stanie to wiedziałam że jak zasnę to będę w swoim domu i nic się nie stanie więcej. AS27092018K6W

E VIII. Rynek i sposoby pozyskiwania

Respondenci sugerowali w swoich wypowiedziach, że zdobywanie leków na receptę nie sprawia im większych trudności. Wymaga od nich sprytu lub „odpowiedniego sposobu” w kontaktach z lekarzami i placówkami medycznymi. Kilku respondentów podkreślało, że leki zdobywają od swoich znajomych lub partnerów, którzy są aktualnie leczeni psychiatrycznie lub korzystają z terapii substytucyjnej. Leki można też kupić na ulicy lub w Internecie.

Mam jednego kolegę, którego mama jest chora psychicznie i jak kupował jej leki, to zawsze brał dwie recepty od lekarza. AS28092018M6W

Potrzebuję recepty, tą receptę sam zdobywam, bez żadnych druków, podrabiania, po prostu ją dostaję do ręki. Nie dostaję jej w sposób legalny, nie daje mi jej doktor, myślę że to jest błąd tej danej przychodni, która daje mi prawie gotowe recepty, zamiast pieczętki wypisane jest tam imię nazwisko, jakieś tam REGON-y, szmery, bajery, podpisik na tym i nikt nie łapie się, że potrzebna byłaby pieczętka. Przez to mogę sobie wypisać co chcę pod warunkiem, że to jest recepta RP. FK13092018M6I

Można kupić na ulicy, wiadomo, jak jest okazja, wgłębiać się w szczegóły nie będę. No i jest jeszcze deep web. . MK18102018M6K

Ja sobie chodziłam swojego czasu do lekarza psychiatry i nie jest ciężko dostać jakieś leki, tylko trzeba wiedzieć co powiedzieć. P. Czyli rozumiem, że miałaś taki sposób, że przez lekarza, tak? Znaczący ja raczej rzadko to robiłam, ale dostawałam leki, które były mi przepisane na to co rzeczywiście mi dolega, ale nie brałam ich tak jak powinnam tylko w sposób taki jaki chciałam. Ale zazwyczaj jeśli coś miałam to dostawałam, albo kupowałam od osób trzecich. PK03092018K6W

Percepcja ryzyka

W opinii respondentów, potencjalne ryzyko związane z używaniem substancji psychoaktywnych dotyczy różnych negatywnych konsekwencji dla zdrowia. W skrajnych przypadkach może to być trwała utrata zdrowia lub nawet śmierć. Te poważne/ tragiczne konsekwencje powiązane są ryzykiem przedawkowania i z sytuacjami, w których użytkownik nie, co tak naprawdę używa i jakich efektów może się spodziewać.

Uzależnienie to kolejny rodzaj poważnego ryzyka.

No bo nie wiadomo skąd one są, co w sobie mają, jak one działają, bo raz się coś kupi od kogoś co wie się kto on jest, co on nam da, że nie da nie wiadomo jakiej substancji, która nie wiadomo jak zadziała, a często ludzie biorą jakiś największy syf, który działa tak, że nie wiadomo co się z nimi dzieje. No i często jak już coś wezmą, to chcą wziąć więcej, uzależniają się od tego czy przedawkują. AS27092018K6W

No nie wiem, wiedzą, że coś im może być od tego, że mogą umrzeć na przykład jak przedawkują. Ale ich to nie obchodzi, tylko żeby się naćpać. AS28092018M6W

Ryzyko jest zawsze, bo nie wiadomo jak co na kogo zadziała, często też dostajemy coś z ulicy co nie wiemy co tam jest a wiadomo, że dla pieniędzy robi się różne rzeczy. Przede wszystkim to myślę, że silna wola jest ważna do tego i podejście, że wezmę raz, spróbuję zobaczę jak to jest, ewentualnie raz na jakiś czas i koniec. Tylko, że ja wiem, że to jest ciężko z tym wytrzymać. Jeżeli ktoś będzie to robił bardzo z głową i będzie wiedział co i jak, przygotowuje się na to wszystko, choćby ta podstawa przez zwykłymi stimami, zjeść dobrze witaminki, pić cały czas w trakcie, na drugi dzień odpocząć witaminki, szmery, bajery to jest to całkiem w porządku, ale leczenie dzień w dzień przez kilka tygodni to... FK13092018M6I

E IX. Negatywne konsekwencje używania

Badani wskazywali na zdrowotne konsekwencje używania leków. Przede wszystkim objawy zatrucia (wymioty, problemy z oddychaniem) przydarzały się, kiedy respondenci

stosowali mieszanki różnych leków, np. używali jednocześnie leków z grupy benzodiazepin i opiatów albo np. kodeinę i alkohol. Jeden z respondentów mówi o utracie sił po tym jak używał marihuany.

Często mi się zdarzało mieszać benzodiazepiny z opiatami bo było miło wtedy, jeszcze milej.

*W sumie nie wiem, nie mogę sobie teraz przypomnieć dokładnie takich sytuacji kiedy łączyłam leki z lekami. Kiedyś połączyłam leki z amfetaminą i nie wspominam tej sytuacji jakoś cudownie, po tamtej sytuacji się starałam nie robić tego. **P. A co się wtedy wydarzyło?** Dostałam lekkiej depresji oddechowej, znaczy naprawdę bardzo lekkiej, była naprawdę bardzo lekka, ja się jej bardziej wystraszyłam niż ją miałam na poważnie, ale sam fakt, że ona się zaczynała dość mocno mnie odstraszyć od mieszania ale znam ludzi, którzy sobie tak mieszają i się świetnie bawią.*

PK02112018K6W

Tylko z kodeiną miałam większą ilość, w sumie co brałam raz, właśnie raz naprawdę przedawkowałam nie wiem nawet czemu. Znaczą przedawkowałam, wymieszałam z alkoholem i marihuaną i jedyne co to wymiotowałam. AS27092018K6W

*Myślę, że byłem trochę pobudzony jak zapaliłem [marihuanę – red.], biegałem, różne rzeczy robiłem. W ogóle nie jadłem z czego wiem, że sporo osób spory ma głód(...). No w ogóle mi się nie chciało jeść. Do domu nie miałem zamiaru wracać. Potrafiłem spać na dworcu. **P. A dlaczego nie wracałeś do domu wtedy?** R. Bo nie miałem siły wrócić.*

AS28092018M6W

W związku z paleniem papierosów i tym czasem mocnego używania to strasznie spadła mi kondycja, trochę ją odbudowałem. Mimo, że po mnie nie widać, bo na siłownię nie chodzę to na basen zacząłem chodzić i biegać znowu zacząłem, no teraz nie. Ale zdecydowanie spadła mi kondycja, gdy musiałem przestać brać opiaty i to się pokryło w ogóle z ograniczeniem brania narkotyków, to kłopoty ze snem, spadła mi waga zdecydowanie, tak. Bardzo mi zapadły się policzki, chyba już nie, ale miałem okropną cerę, byłem bardzo blady i byłem przez jakiś miesiąc bardzo podatny na nerwy i stres.

JG10122018M6W

Jeden z respondentów doświadczył również konsekwencji prawnych. Został zatrzymany wspólnie z kolegami przez policję za posiadanie marihuany. Inna respondentka musiała oddać policji swój telefon a jej mieszkanie zostało przeszukane w związku ze śmiercią dość przypadkowego znajomego.

Byłem na dołku ale nie z mojego powodu(...) Byłem w samochodzie i policja nas zatrzymała a zatrzymała nas na przeszukanie bo byłem z kolegą dilerem, złapali go z dwójką

trawy w nerce a że nerka nie była na nim a była w bagażniku to on się... to wzięli wszystkich nas czterech a on się nie przyznał, że to jego i czekał trzy dni. Jego wspaniałomyślność zapewniła nam 48 godzin na dołku. Byłem bardzo zły na niego i go zwyzywałem jak wyszliśmy. JG10122018M6W

Ze względu na tą sprawę w hotelu właśnie w moje 18 urodziny, dzień później przyjeżdża policja do domu. W ogóle byłem przerażona bo miałam jeszcze ziolo w domu w całkiem sporej ilości, powiedzieli, że przeszukają dom ale nic nie znaleźli więc zeszła ta gula z gardła, ale zastanawiałam się co oni tu robią, okazało się, że Alek nie żyje. Ja Alka dosłownie dwa razy widziałam. Zarekwirowali mi wtedy telefon, to było rok temu, w styczniu. To jest moja strata materialna. Poza tym pieniądze, na to wszystko szły oczywiście. Kilkakrotnie miałam sytuację, że ktoś mnie oszukał, wziął pieniądze i zniknął. Nie mogę zadzwonić na policję, że ukradli mi pieniądze jak chciałam kupić od nich towar. Straty materialne tak. JG19122018K6W

Straty rozwojowe i relacje z innymi

Kilku respondentów przyznało, że używanie substancji miało dla nich negatywne konsekwencje rozwojowe. Utrudniło samorealizację, naukę szkolną, przyczyniło się do trudności w kontaktach z innymi ludźmi lub też naraziło ich na nieprzyjemne zdarzenia (próby pobicia).

No raczej taki negatywny, jeżeli zażywałem to potrafiło mnie to dziwnie zalienować od innych, albo potrafiłem czasami udawać, że mnie nie ma i jestem niedostępny, że coś robię, nie odbierać telefonów, nie odpisywać na wiadomości, żeby zająć się samym sobą, być w swoim pokoju, jeśli to było zażywane w domu. Potrafiłem nie wychodzić z pokoju nawet po 10-12 godzin. Byłem też w miarę bardzo, taki opryskliwy do innych. Zostałem prawie pobity przez paru pijanych typków czy jakaś jedna osoba, która mieszkała w moim bloku pod wpływem dziwnych stymulantów przyczepiła się do mnie, ale prawie zawsze to były kwestie pobicia. Zawsze zdarzało mi się wybronić, ale to nie należało do rzeczy przyjemnych.

No to właściwie bym powiedziała, że przede wszystkim pozbycie się pewnej rutyny, zaniedbałam wiele rzeczy, zaniedbałam samorozwój troszeczkę. Może nie aż tak bardzo, bo w sumie też lubiłam się uczyć, jak byłam w podstawówce uwielbiałam naukę i byłam bardziej beztroskim dzieckiem, oczywiście jakieś problemy były ale wiążą się z moją rodziną, ja byłam bardziej beztroskim dzieckiem, potem w gimnazjum miałam zły okres, potem czegoś spróbowałam. Na pewno zły okres i dojrzewanie połączone z

narkotykami bardziej odciągnęło mnie od samorealizacji i o wiele mniej zrobiłam niż na przykład gdybym poszła do psychiatry, zaczęła się leczyć i szukała jakiejś fachowej pomocy. Trochę mi to zaszkodziło, myślę że mogłabym być trochę w innym miejscu niż jestem teraz. Z drugiej strony jakoś tak bardzo nie żałuję mojej obecnej sytuacji.
JG19122018K6W

E X. Źródła wiedzy o lekach i innych substancjach psychoaktywnych

Podobnie jak w przypadku użytkowników pozostałych substancji psychoaktywnych, internet, jest głównym źródłem informacji o substancjach psychoaktywnych dla użytkowników leków. Przede wszystkim czerpią swoją wiedzę z polskiego serwisu internetowego hyperreal, ale także z anglojęzycznego serwisu internetowego reddit oraz różnych innych źródeł internetowych, w tym przede wszystkim z wikipedii oraz tematycznych forów internetowych. Niektórzy z respondentów podkreślali, że wiedza na temat leków jest łatwa do zdobycia. Wystarczy wpisać w wyszukiwarce internetowej nazwę leku. Poza Internetem, kilku respondentów wskazywało, że doświadczeni w używaniu znajomi są cennym źródłem informacji o lekach i ich działaniu.

*Albo to są grupki SIN kontrole lotów, hyperreal grupki na facebooku, coś się da stamtąd dowiedzieć albo oryginalny hyperreal albo po prostu nie wiem, wikipedia baza leków, działanie tej substancji. **P. Czyli głównie Internet** R. Tak. PK02112018K6W*

*Z internetu głównie, z forum, z hyperreala (...) Wikipedia, wiadomo, ogólnie internet wiadomo. Nietrudno wpisać sobie nazwę leku, opis, dawkowanie. Reddit, jest dużo forów, można sobie na pewno znaleźć. **P. Czy oprócz internetu też są jeszcze inne źródła informacji?** Nie, tylko internet. MK18102018M6K*

Z rozmów ze znajomymi, miałem znajomego, który miał dużą wiedzę chemiczną i w związku z tym też się dopytywałem o cokolwiek w związku z substancjami. DG29082018M6W

Jeżeli mam czerpać informacje to z forów angielskich jednak. Z psychonautwiki, czasem jak mi się nudzi to zdarza mi się przeczytać jakąś pracę naukową. Ale raczej to jest tak, że jeżeli potrzebuję informacji to wpisuję w Google jakąś frazę i 5-6 stron patrzę czy zgadzają się informacje, jeżeli się zgadzają to uznaję, że to jest prawda.
JG10122018M6W

E XI. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem leków

Respondenci z grupy użytkowników leków pytani o ich własne metody redukcji szkód przede wszystkim mówili o tym, żeby nie brać substancji regularnie i robić sobie przerwy w braniu. W wypowiedziach respondentów można dostrzec kilka zasad, których przestrzeganie zmniejsza ryzyko związane z używaniem leków i innych substancji psychoaktywnych. Należą do nich: zdolność do robienia sobie przerw w braniu, unikanie ciągów, dbałość o tzw. bezpieczne dawki, unikanie mieszania substancji, branie w zaufanym towarzystwie oraz pozyskiwanie leków / substancji z zaufanego źródła. W kontekście „zaufanego źródła” jedna z uczestniczek badania powiedziała wprost, że branie leków na receptę ma tę przewagę nad innymi substancjami, że leki pochodzą z aptek, a więc w miarę pewnego źródła. Jedna osoba, która używa leków opioidowych, posiada w domu nalokson, którym można sobie pomóc w razie przedawkowania.

I tak uważam, że branie leków nawet jak to jest wyłudzone, czy pozyskane od kogoś, niekoniecznie od lekarza jest zawsze o tyle lepsze, że masz skład i wiesz, a i przede wszystkim źródła. Jak wyłudzałam recepty od lekarzy to miałam pewność, że to jest lek wydany z apteki, ale od znajomych to raz ci sprzeda znajomy, a w innej sytuacji ktoś ci wciśnie jakieś inne leki zwyczajnie. Innym razem to może być paracetamol, nic ci się nie stanie po paracetamolu, ale innym razem to może być jakieś absolutne gówno i ci może zaszkodzić, warto wiedzieć od kogo się bierze, żeby to nie były jakieś przypadkowe osoby. JG19122018K6W

Nie brać codziennie to na pewno. Jak czułem się źle czuję to nie brałem więcej tylko czekałem aż się poczuję dobrze. I nie brać regularnie, robić sobie przerwy, żeby nie było rutyny. PK08102018M6

To uważam na dawkę, znam swoje możliwości i ich nie przekraczam, jeżeli przekraczam to bardzo ostrożnie, jeżeli biorę jakieś większe ilości czy coś takiego, to nie jestem sam tylko w parę osób to robimy. Mam w domu nalokson w razie zatrucia opioidowego.(....) Najczęściej jak biorę oksykodon to z dziewczyną najczęściej. R. Z jakiegoś powodu jest to mój ulubiony opioid, nic innego nie biorę, więc jest nas dwójka i ostatecznie ja jej pomogę albo ona mi. Ale jak mówię staramy się brać bezpieczne dawki, do 100 mg. JG10122018M6W

No to już powiedziałam, te zaufane źródła, nic od jakichś obcych, znalezione nie wiadomo gdzie i myślę, że głównie chodzi o to, żeby nie brać w jakichś miejscach obcych gdzie nie wiadomo jak się zachowamy, jak zareagujemy. AS27092018K6W

W grupie uczestników badania były również takie osoby, które nie stosują żadnych własnych metod redukcji szkód. Te osoby, dopytywane przez ankieterów, nie potrafiły wyjaśnić, dlaczego nie stosują żadnych metod zmniejszania ryzyka. Wygląda na to, że albo nie są nimi zainteresowane albo je lekceważą.

Nie wiem, raczej właśnie nie starałem się ograniczyć tego ryzyka. P. Nie starałeś czy nie starasz? R. Nie starałem się i nie staram bo to było zażywane w kabinie albo w domu mieszane z alkoholem, nie powinno się tego robić. Albo w szkole gdzie też wynikało ryzyko w związku z kadrą nauczycielską, zniszczeniem sobie opinii w szkole. DG29082018M6W

To co ty robiłaś, żeby było bezpieczniejsze? R. Nic. JG18102018K6K

E XII. Profilaktyka – doświadczenia i opinie

Bardzo interesujące były niektóre wypowiedzi, które wskazywały że uczestnicy badania widzą w działaniach profilaktycznych duży sens i dużą wartość. Przede wszystkim dotyczy to działań ratujących życie, ukierunkowanych na przekazywanie wiedzy z zakresu minimalizacji ryzyka i szkód. Taka profilaktyka – ich zdaniem- powinna być rozwijana. W tym kontekście, uczestnicy badań wskazywali na pozytywne przykłady tego typu działań profilaktycznych (np. prowadzonych przez holenderską telewizję, MONAR lub SIN) i jednocześnie bardzo krytycznie wyrażali się o działaniach nastawionych na abstynencję, pełnych moralizatorskich frazesów, wzbudzających nieuzasadniony lęk przed używaniem substancji psychoaktywnych itd. W ich opinii działania profilaktyczne winni prowadzić ludzie doświadczeni, mający bezpośredni kontakt z użytkownikami tych substancji.

R. Wydaje mi się, że jest duża grupa, którą można od tego uchronić, na którą ma się duży wpływ a są ludzie, którzy zrobią to niezależnie od wszystkich programów. (...) którzy żyją sami od 13 roku życia i walą dożylnie od 14, bo to są ludzie, którzy są na to skazani do końca życia. Taka normalna młodzież szkolna myślę, że tak, że można ich od tego uchronić. Nie mogę podać przepisu na dobry program niestety. PK02112018K6W

Widziałam jakieś anty coś, ale mnie to raczej bawi, bo wydaje mi się że jak dorośli o tym mówią, to tak jakby to było największe zło, a wydaje mi się że najlepszym podejściem jest coś takiego, że jest to, uświadamiać bardziej. Nie zakazywać tylko uświadamiać, myślę że bardziej dotrze do kogoś jak mu się powie co może się stać niż nie bierz tego i jakieś rzeczy z kosmosu. Wiadomo, że każdy ma w swoim otoczeniu kogoś kto coś brał i każdy wie jak to działa, więc takie gadki moralizatorskie nic nie zrobią.
AS27092018K6W

*No, może ich nie wiem, uchronić przed jakąś tragedią. Jakby ktoś wiedział co ma zrobić w związku z przedawkowaniem czegoś tam, czy zażycia to mogłoby go to uchronić od tego a w momencie kiedy każdy mówi tylko, żeby tego nie robić, żeby zgłaszać do nauczyciela jakby coś się działo. Jakby to nie przekonuje zbyt młodych ludzi. Ja rozumiem, że powinno się ale młodzi ludzie myślą trochę inaczej, to jest takie wystawianie się na ostracyzm przez klasę, czy przez ludzi. Nie kapujemy. A odpowiadając na twoje pytanie, to myślę że same pozytywne skutki by to przyniosło, żeby młodzi ludzie wiedzieli jak mają traktować, jak się z tym... nie to źle zabrzmi. **P. Jak uważasz.** R. Jak coś z czym się je raczej źle zabrzmi, ale raczej wiedzą jak mieliby się zachować w związku z przedawkowaniem, czy cokolwiek bo na obecną chwilę, przynajmniej ja parę lat temu w gimnazjum gdyby nie to, że czytałem o tym trochę w internecie, to bym nie wiedział nic.*
DG29082018M6W

Przychodzą i mówią o marihuanie, jakiś tam teścik. Zwykle jest tylko śmiesznie, bo skupiają się na marihuanie a nie na innych rzeczach. Brakuje czegoś takiego jak w Holandii, że jest program telewizyjny gdzie uczą cię co możesz brać, jak możesz brać, z czym łączyć, na co powinieneś uważać. Takiej polityki brakuje.
FK13092018M6I

Że jest ich za mało, że państwo naprawdę za mało uwagi poświęca temu problemowi, że w ogóle się o tym nie mówi. Podchodzi się do tego nie dość, że przestarzałe to jeszcze kompletnie źle. O tyle dobrze, że są MONAR-y i takie rzeczy jeżeli ktoś jest uzależniony to nie jest trudno o pomoc. A sama profilaktyka uzależnienia, bo wiesz nie dość że pomoc uzależnionym leży, to jeszcze profilaktyka czyli coś co powinno być rozwinięte lepiej w ogóle kwiczy. Uważam, że to jest strasznie zaniedbana sprawa i bardzo się cieszę, że jest coś takiego jak SIN i o ile mam mało czasu, to chciałbym udzielić trochę pomocy.
JG10122018M6W

Myślę, że tak bo w tych programach ludzie pokazują używki jako normalną rzecz, nie straszą ich tym. Opisują działanie jak to używać, dawkowanie, co się może stać, jak zapobiegać czemuś. Ludzie bardziej mi się wydaje są chętni do oglądania kogoś, kto w rzetelny sposób to opíše niż będzie straszyć cię używkami, że jakie one są złe i w ogóle tylko poda rzetelne informacje. MK18102018M6K

F. Użytkownicy stymulantów *Jakub Greń*

F Streszczenie

Styl życia. Objętą badaniami młodzież cechują na ogół bardzo aktywny i towarzyski styl życia, z którym powiązane jest używanie – a w przypadku niektórych także zainteresowanie tematyką – stymulantów i innych substancji psychoaktywnych. Wśród sposobów spędzania wolnego czasu respondenci wymieniali takie zajęcia jak: gry komputerowe, oglądanie filmów i seriali, słuchanie muzyki, czytanie książek, uprawianie sportu czy uczenie się lub oddawanie swoim zainteresowaniom i pasjom. Kilku z badanych wymieniało również regularne chodzenie na imprezy. Przy czym większości z tych aktywności towarzyszy spotkanie się z partnerem/partnerką, znajomymi lub rodziną. Dwójka z badanych osób była wychowankami Ośrodków Młodzieżowych co miało znaczący wpływ na ilość i sposób spędzania ich wolnego czasu, rozgraniczając go do czasu w i poza Ośrodkiem.

Inicjacja. W badanej próbie, pierwsze użycie stymulantów miało miejsce zazwyczaj w wieku 16-18 lat, w kontekście domówki, przyjęcia urodzinowego lub imprezy klubowej, oraz z propozycji znajomych, którzy takie substancje posiadali i sami ich używali. Przy czym inicjacja ta w większości przypadków była poprzedzona używaniem alkoholu, tytoniu lub marihuany. Jednak dwójka spośród respondentów miała swój pierwszy kontakt ze stymulantami w podobnym kontekście ale w wieku 13 lat, w tym w przypadku jednego z nich, pod wpływem alkoholu.

Przebieg używania. Według relacji badanych, pierwsze doświadczenia ze stymulantami były kontynuowane i prowadziły do regularnego i coraz częstszego używania o różnej trajektorii. Niektórzy spośród respondentów, którzy rozpoczęli używanie symulantów w kontekście imprez klubowych następowało regularne na nie uczęszczanie i bawienie się pod ich wpływem. Towarzyszyło temu również „wejście” w świat sceny klubowej, w tym muzyki, tańca, ubioru i obyczajów, a także poznanie wielu osób, które również używały stymulantów. Respondenci ci na ogół podkreślali wysoką wartość zyskania tych znajomych. W przypadku tych badanych, używanie stymulantów nie ograniczało się tylko do trwania imprezy ale rozciągało się także do tak zwanych „afterów”, trwających od kilku godzin do paru dni. Natomiast w przypadku innych badanych, pierwsze doświadczenia ze stymulantami prowadziły do zwiększonej częstości i nasilenia używania, które przeradzały się do liczonych w kilku tygodniach lub miesiącach „ciągów”. Używanie to było powiązane z postępującym wzrostem tolerancji i zwiększaniem dawek, a tym samym coraz większej szkodliwości. Liczne, doświadczane początkowo korzyści stopniowo ustępowały na rzecz szkód i przymusu używania, chęci pobudzenia, poprawy samopoczucia lub nie doświadczania własnych trudności życiowych, będących często jednym z powodów używania.

Kontekst i towarzystwo używania. Podobnie jak w przypadku inicjacji, stymulanty były najczęściej używane w kontekście imprez klubowych, domówek, przyjęć, festiwali muzycznych lub w mieszkaniu znajomych podczas tak zwanych „afterów” oraz w gronie przyjaciół i znajomych. Miało to związek z pobudzającym działaniem tych substancji, które wspomagają – a według niektórych respondentów wręcz umożliwiają – wielogodzinną zabawę oraz działają towarzysko. Rzadziej, jak w przypadku używania stymulantów (a szczególnie amfetaminy) w celu poprawienia koncentracji i wspomaganie uczenia się, substancje te są przyjmowane w samotności i bez wychodzenia z domu. Jednak wśród respondentów były również osoby, które deklarowały używanie tych substancji „gdzie się dało”, niezależnie od kontekstu a czasem również i od towarzystwa. Przy czym używanie stymulantów wśród tych respondentów było powiązane z obecnością czynników ryzyka i wieloma szkodami.

Sposoby przyjmowania. Wymienianymi przez badanych sposobami przyjmowania tych substancji było: donosowo, w przypadku stymulantów w formie sproszkowanej oraz

doustnie, w przypadku gotowych tabletek („pigulek”) lub sproszkowanej czy też skryzalizowanej dawki substancji umieszczonej w kapsułce lub zawiniętej np. w kawałek chusteczki higienicznej, czyli tzn. „bombek”. Przy czym niektórzy z respondentów wspominali również o rozkruszaniu gotowych „pigulek” i przyjmowaniu ich donosowo, w celu osiągnięcia szybszego i intensywniejszego efektu.

Rodzaje używanych substancji i politoksykomania. Respondenci z tej grupy użytkowników substancji psychoaktywnych używali najczęściej: amfetaminy, MDMA (zarówno w postaci tabletek ecstazy jak i tak zwanego „kryształ”), pochodnych mefedronu (w tym 3CMC, 3MMC, 4CMC) oraz alkoholu. Jednak niektórzy spośród badanych wskazywali, że po poznaniu stymulantów ograniczono lub zupełnie zaprzestano pić alkohol, głównie ze względu na jakościową różnicę pomiędzy zabawą pod wpływem tych substancji. Poza tym, wśród używanych substancji psychoaktywnych respondenci wymieniali także: marihuanę, kokainę, dekstrometorfan, metamfetamine, LSD, opioidy, benzodiazepiny oraz tak zwane. „nowe stymulanty” (w tym HEX-EN, MDPV, 3-FPM i 4FMA). Powszechnym zjawiskiem była również politoksykomania, w ramach której badani wymieniali najczęściej łączenie amfetaminy, MDMA lub „nowych stymulantów” z alkoholem (w tym z piwem i wódką), MDMA z LSD (w tak zwany: „candyflipping”), MDMA z marihuaną, a także łączenie różnych substancji wewnątrz grupy stymulantów (amfetamina z MDMA, amfetamina z mefedronem). Większość respondentów wspominało również o częstym i wzmożonym paleniu tytoniu w związku z używaniem stymulantów.

Motywy używania. Na pytania o cele sięgania po stymulanty badani wymieniali różne, często mocno ze sobą powiązane powody jak i korzyści związane z używaniem tych substancji, do których należały: ciekawość, poszukiwanie nowych wrażeń i chęć poznania działania tych substancji; aprobata ze strony rówieśników, zdobycie znajomych i uznania; wyrażenie swojego buntu; wspomaganie długotrwałej zabawy poprzez pobudzenie, brak senności, rozluźnienie i poprawę humoru, co było związane z większą towarzyskością, pewnością siebie, odwagą i opanowaniem, a tym samym łatwością nawiązywania kontaktów; doświadczanie przyjemności i euforii, a także intensyfikacja wrażeń, w tym ze słuchania muzyki oraz przyjacielskiego lub seksualnego kontaktu z innymi; tymczasowe odejście od swoich problemów i trudności życiowych, jako forma radzenia sobie z nimi; wspomaganie uczenia się poprzez zwiększenie koncentracji i pozbycie się zmęczenia; a także zwiększenie samoświadomości i wglądu w siebie, głównie w przypadku używania

MDMA. Przy czym wymieniane cele używania stymulantów oraz korzyści z tym związane były tożsame z oczekiwanymi efektami działania tych substancji. Z kolei jako znaczenie stymulantów i ich używania w życiu respondentów wymieniano: znaczenie rekreacyjne, w tym głównie wspomaganie zabawy i intensyfikacja wrażeń, a także sposób bycia w stu procentach sobą i spełnienia się na kilka godzin trwania zabawy; odskocznia od codzienności i normalności; i radzenie sobie z trudnościami życiowymi. Przy czym wśród badanych znalazły się osoby, które uważały, że używanie stymulantów wspomaga ich twórczość i ekspresję, umożliwia osiągnięcie większej wydajności i lepszych rezultatów w nauce, lub nawet dodaje im ambicji życiowych. Wskazywano również na znaczenie działania czy też potencjału terapeutycznego MDMA przyjmowanego w odpowiednich warunkach.

Czynniki mające wpływ na używanie. Wśród czynników ryzyka, mających wpływ na nasilenie używania stymulantów znalazły się predyspozycje osobowościowe, jak ciekawość i poszukiwanie nowych doznań; używanie substancji psychoaktywnych przez partnerów, członków rodziny, rówieśników lub osoby ze środowiska klubowego; a także powiązana z tym wysoka dostępność i normatywność używania stymulantów w otoczeniu respondentów. Z kolei do czynników chroniących zaliczało się wsparcie ze strony rodziców, partnerów lub przyjaciół oraz własna inicjatywa ograniczenia używania stymulantów poprzez unikanie kontaktu ze związanym z tym towarzystwem, asertywne odmawianie lub chęć bycia w gotowości do pomocy osobom pod wpływem.

Rynek i sposoby pozyskiwania. Najczęstszymi sposobami zaopatrywania się w stymulanty wśród badanych było zdobywanie ich od lub poprzez znajomych, którzy mają do nich dostęp. Przy czym zwraca się uwagę, żeby były to osoby zaufane, ze względu na rozpowszechnienie zafałszowanych lub gorszej jakości substancji na rynku narkotykowym. Innym sposobem pozyskiwania tych substancji jest kupowanie ich bezpośrednio od dilera w klubie czy też „na ulicy”, co było rzadsze i mniej preferowane. W kontekście tym podkreślano również wysoką dostępność substancji psychoaktywnych w środowiskach klubowych. Respondenci wspominali również o zamówieniach internetowych, w tym przez tak zwany „darknet”. Jednak zamówienia te dotyczyły głównie „nowych stymulantów” lub innych substancji, określanych jako „dopalacze”. Wśród dziewczyn dominowało bierne pozyskiwanie substancji poprzez chłopaka lub znajomych, którzy zdobywali stymulanty na własny użytek i dzielili się z nimi lub odsprzedawali im mniejsze ilości substancji. Z kolei

jeden z badanych chłopaków opowiadał, że w zaawansowanym stanie przebiegu jego używania stymulantów, od których się uzależnił, pozyskiwał substancje poprzez kradzieże i bezpośrednią wymianę z dilerem. Natomiast pytani o zmiany jakie zaobserwowali na rynku substancji psychoaktywnych respondenci wskazywali zgodnie na pogorszenie jakości dostępnych obecnie stymulantów oraz rozpowszechnienie nowych substancji psychoaktywnych. Z kolei jeden z respondentów odniósł się również do najświeższej nowelizacji Ustawy o Przeciwdziałaniu Narkomanii (z dnia 21 sierpnia 2018 r.) na skutek której według niego na rynek wracają popularne kilka lat temu substancje, które zostały zdelegalizowane w poprzednich rozporządzeniach. Ponadto, wśród badanych pojawiła się również opinia na temat zwiększonego rozpowszechnienia przetworów konopi.

Percepcja ryzyka. Niezależnie od wzorów i motywów używania stymulantów respondenci przytaczali liczne ryzyka związane z tymi zachowaniami. Jako najpoważniejsze z nich wymieniono śmierć, komplikacje zdrowotne, w tym w obszarze zdrowia somatycznego (przemęczenie, problemy ze snem, obciążenie układu krążenia, odwodnienie czy rozregulowanie gospodarki hormonalnej) i psychicznego (obniżony nastrój i motywacja oraz stany psychotyczne), uzależnienie, hospitalizacje w konsekwencji przedawkowania lub zatrucia nieznanymi substancjami, utratę najbliższych osób oraz podwyższone ryzyko samobójstwa. Respondenci dostrzegali również ryzyko konsekwencji prawnych w związku z nielegalnym statusem większości używanych stymulantów, w tym zatrzymanie przez policję i aresztowanie, a także ewentualnie przeniesienie do szkoły specjalnej, przyznania kuratora sądowego lub skierowania na terapię w związku z używaniem substancji psychoaktywnych. Wśród odpowiedzi badanych pojawiły się także głosy na rzecz ryzyka stygmatyzacji społecznej osób używających stymulantów zarówno rekreacyjnie jak i problemowo, a także ryzyko konsekwencji materialnych, w tym obciążenie finansowego, szczególnie przy częstym używaniu i wzroście tolerancji. Jednak pomimo świadomości tych rodzajów ryzyka niektórzy spośród respondentów, odnosząc kwestie podejmowanego ryzyka do samych siebie stwierdzili, że ich największym zagrożeniem jest przyłapanie przez rodziców lub też sprawienie komuś zawodu.

Negatywne konsekwencje używania. Wśród negatywnych konsekwencji używania stymulantów jakich doświadczyli badani, wymieniane były przede wszystkim szkody zdrowotne, w tym najczęściej szkody krótkoterminowe, jak: różne dolegliwości somatyczne i psychosomatyczne (ból, przemęczenie, problemy ze snem czy spadek

nastroju) Z kolei najczęściej występującymi wśród respondentów szkodami długoterminowymi było postępujące objawy uzależnienia od stymulantów i związane z tym przejawy zaburzeń psychicznych, jak utrzymujący się niepokój czy myśli paranoiczne. Innymi wymienianymi przez respondentów szkodami były pogorszone relacje z rodzicami lub znajomymi, doświadczenie dyskryminacji oraz negatywny wpływ na funkcjonowanie w roli ucznia. Przy czym istotnym jest, że zarówno w obszarze relacji społecznych jak i uczenia się, niektórzy z respondentów podkreślali przewagę korzyści nad szkodami używania stymulantów. Idąc dalej, niektórzy spośród badanych osób mieli również różne problemy prawne z związku z używaniem tych substancji, w tym zaangażowanie w kradzieże w celu pozyskiwania substancji oraz przeniesienie do Ośrodka Młodzieżowego. Badani wspominali także o obciążających wydatkach finansowych w związku z pozyskiwaniem stymulantów. Oprócz tego, kilku badanych przytraczało również negatywne konsekwencje używania substancji psychoaktywnych przez inne osoby z ich otoczenia, w tym agresywność lub konieczność opiekowania się osobami będącymi pod wpływem, a także związane z używaniem substancji psychoaktywnych śmierć bliskich osób.

Źródła wiedzy. Według relacji respondentów ich głównym źródłem informacji na temat stymulantów jest Internet, a w tym fora internetowe, blogi i kanały YouTube dedykowane tematyce substancji psychoaktywnym, Wikipedia, a także strona i zamieszczone na niej materiały jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się edukacją narkotykową. Innym źródłem takiej wiedzy dla respondentów są zaufane im osoby, w tym przyjaciele, starsi znajomi oraz członkowie rodziny, którzy mają doświadczenie z używaniem tych substancji. Z kolei dla niektórych z badanych istotnym źródłem takiej wiedzy byli wolontariusze jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się edukacją narkotykową lub terapeuci i wychowawcy z Ośrodka Młodzieżowego. W kontekście tym wskazywano również na własne doświadczenie badanych oraz wymianę doświadczeń pomiędzy rówieśnikami. Przy czym niektóre z osób korzystały tylko z jednego czy dwóch z wymienionych źródeł, a inne wspominały, że chcąc dowiedzieć się czegoś na temat substancji psychoaktywnych porównują informacje z co najmniej kilku z tych źródeł, weryfikując ich rzetelność.

Sposoby ograniczania ryzyka i szkód. Pytani o stosowane strategie minimalizacji ryzyka i redukcji szkód związanych z używaniem stymulantów respondenci przytaczali wiele,

często powtarzających się odpowiedzi. Większość z nich dotyczyła przyjmowania stymulantów w kontekście imprez klubowych. Wypowiedzi te skupiały się na sposobach zapewniających porządne doświadczenie pod wpływem stymulantów (przez przyjmowanie ich jedynie w obecności zaufanych osób, a także w otoczeniu w którym ma się poczucie bezpieczeństwa) oraz ograniczaniu związanym z nim krótkoterminowych szkód (poprzez higienę i odpowiednie przygotowanie do używania, regularnie nawadnianie i odżywianie oraz suplementacje), a także minimalizacji ryzyka szkód i doświadczeń niepożądanych (dbanie o jakość używanych substancji przez pozyskiwanie ich jedynie z zaufanych źródeł oraz sprawdzanie pozyskanych substancji za pomocą testów kolorymetrycznych, a także odpowiednie dawkowanie substancji oraz zachowywanie wyraźnych odstępów w przypadku jej dobierania). Oprócz tego wymieniana była również aktywność fizyczna i inne elementy zdrowego trybu życia równoległe z używaniem stymulantów. Natomiast obecni w badanej próbie wychowankowie Ośrodków Młodzieżowych wskazywali głównie na próby kontrolowania swojego używania przez ograniczanie ilości i częstości używanych stymulantów, a także asertywne odmawianie na propozycje używania lub unikania towarzystwa osób które używają substancji psychoaktywnych.

Profilaktyka – doświadczenia i opinie. Jeśli chodzi o doświadczenia badanej młodzieży z działaniami profilaktycznymi deklarowali oni albo brak takich działań podczas ich obecności w szkole, albo przywoływali wspomnienia jednorazowych spotkań, w tym ze strażnikiem miejskim, policjantem, pedagog, byłymi narkomanami lub chrześcijańskim raperem. Jeden z badanych wspomniał również o oglądaniu filmów o „dopalaczach” podczas godziny wychowawczej. Jednak żaden z respondentów nie wspomniał o udziale w działaniach profilaktycznych, które byłyby oparte na dowodach naukowych. Z kolei na pytanie o objęcie pozaszkolnymi programami czy kampaniami profilaktycznymi większość respondentów odpowiadała przecząco. Niektórzy wspominali o informacjach w postaci plakatów i ulotek, poświęconych tej tematyce kanałach YouTube (jak *Wiem co ćpiem* lub *Drug Classroom*) oraz działania partyworkerskie jednej z organizacji pozarządowych zajmującej się edukacją narkotykową w kontekście imprez i festiwali. Badani odnosili się do swoich doświadczeń ze profilaktyką szkolną raczej krytycznie, zarzucając tym działaniom nierzetelność lub przesadność przekazywanej wiedzy oraz straszenie przedawkowaniem i śmiercią w wyniku używania substancji psychoaktywnych. Zwracano również uwagę na nieskuteczność obecnej w działaniach profilaktycznych narracji zakazu

używania narkotyków. Niektórzy z respondentów podważali również autorytet osób prowadzących te działania. Nie było to jednak wyrazem ich ogólnie negatywnego stosunku do działań profilaktycznych, ponieważ proszeni o opinie na ich temat respondenci wskazywali na realny wpływ takich działań na bardziej świadome i bezpieczniejsze zachowania młodzieży. Respondenci uważali także, że działań profilaktycznych w Polsce powinno być więcej. Z kolei proszeni o rekomendacje na temat skutecznej profilaktyki, respondenci kładli głównie nacisk na rzetelną edukację na temat efektów działania substancji psychoaktywnych oraz sposobach ograniczania ryzyka i szkód związanych z ich używaniem.

F I. Styl życia

Obecne w badanej próbie osoby przejawiały na ogół bardzo aktywny i towarzyski styl życia. Jako że wszyscy z respondentów byli użytkownikami substancji psychoaktywnych, w ten czy inny sposób były one powiązane z ich sposobami spędzania wolnego czasu, mając wpływ na ich styl życia:

„Prowadzę trochę niezdrowy styl życia jak mam być szczerą, właśnie dlatego się zgłosiłam do tego badania. Myślę, że to mnie może wyróżniać od moich rówieśników” (FK23082018K3I),

„Najbardziej lubię sport, aktualnie jak nie biorę no to staram się czymś zająć głowę, jakimiś rzeczami które nie sprawiają, że będę myślała o narkotykach, najbardziej to właśnie sport (...) Narkotyki zmieniły moje zachowanie i podejście do stylu życia. Kiedyś zanim zaczęłam brać to tak nie było, było normalnie a teraz nie wiem, czuję jakby mój styl życia był zależny od brania” (MM22092018K3W),

„(...) można by tak powiedzieć [że substancje psychoaktywne są powiązane z moim stylem życia], przede wszystkim dużo czasu spędzam i po prostu powiększając swoją wiedzę na ten temat, ale i przez samo użytkowanie ich, to jest pewien sposób spędzania wolnego czasu” (BS28092018M3W).

Pytani o najczęstsze sposoby spędzania wolnego czasu respondenci wymieniali: oglądanie filmów lub seriali; czytanie książek; słuchanie muzyki; uprawianie sportu (siatkówka, pływanie, piłka nożna, taniec, kitesurfing); spotykanie się z partnerem lub ze znajomymi; oraz chodzenie na imprezy, w tym klubowe, domówki lub festiwale muzyczne:

„Lubię słuchać muzyki, badać nowe horyzonty, czasami też spędzać aktywnie, jakiś sport typu piłka nożna ale najczęściej ze znajomymi, bo samemu to nie wchodzi w grę. Jeżeli czuję się bardzo na siłach to lubię trenować swój taniec i czasami też po prostu odpoczywam jak mam zabiegany dzień to jest dla mnie najlepszy wybór” (JG18072018M3W),

„Albo gdzieś wychodzę, obiad czy coś takiego, albo w domu seriale Netflix, książki, coś takiego raczej. No i w weekendy to imprezy czasami (...) Chodzę na basen” (DG05092018K3W),

„Festiwale muzyczne zdecydowanie, szczególnie teraz w okresie lata. Jakies wyjscia nad wodę oczywiście, normalnie w ciągu roku jestem bardzo towarzyską osobą, często spotykam się ze znajomymi” (FK23082018K3I).

Oprócz tego, w objętej badaniami próbie były także osoby spędzające sporo czasu przed komputerem, w tym na grach komputerowych lub śledząc fora internetowe, a także oddające się swoim zainteresowaniom, w tym tematyką substancji psychoaktywnych, neurobiologią, polityką, filozofią, ekonomią czy stosunkami międzynarodowymi:

„Aktualnie jestem dość mocno oddana nauce, pomimo że są wakacje, bo przez to że miałam kontakt z substancjami psychoaktywnymi stwierdziłam, że przepisuję się z humana na biol-chem, planuję pójść na neurobiologię ostatni czas spędzałam głównie na nauce” (FK23082018K3I),

„W tygodniu oglądam jakieś filmy, gram w gry, trochę książek czytam, ewentualnie chodzę na wykłady. Nie wiem czy korki się liczą jako czas wolny. Zdarza mi się zażywać różne substancje psychoaktywne, czytam też dużo forów, grup około tematycznych. Czasami wychodzę gdzieś ze znajomymi czy z dziewczyną (...) Wykłady to jest polityka, filozofia polityczna, ewentualnie ekonomia. Zdarza mi się też na jakieś prelekcje na temat substancji psychoaktywnych, ich użycia, ich roli w kulturze” (BS28092018M3W),

„Znaczący lubię czytać książki, kiedyś uprawiałem sport siatkówkę a teraz w lecie kitesurfuję. Wychodzę ze znajomymi, jednak trochę się uczę bo byłem w dobrej szkole więc to trochę angażowało. Jeśli chodzi o zainteresowania to interesują mnie stosunki międzynarodowe i z tym chciałbym wiązać moją przyszłość, chodzę na wykłady co mnie nie angażują bardzo mocno ale jest to czym są moje zainteresowania” (MK25092018M3K).

Niektóre z respondentek wspominały także o uczeniu się, podróżowaniu, spędzaniu czasu z rodziną i pomaganiu w czynnościach domowych, oraz swoim pasjom, jak fotografia czy tworzenie muzyki:

„Z rodziną, z bratem na spacerzy chodzę. Pomagam mamie w różnych czynnościach domowych, odrabiam z bratem lekcje jak ma zadane coś” (BS27092018K3W),

„W sumie spotykam się ze swoimi znajomymi albo zajmuję się swoją pasją między innymi tworzę muzykę albo na przykład spędzam czas z rodziną” (MK24082018K3K),

„Lubię robić zdjęcia, interesuję się fotografią analogową, lubię gotować, lubię się spotykać ze znajomymi, lubię oglądać filmy bardzo, thrillery, dramaty psychologiczne, seriale, lubię podróżować” (JG16072018K3W).

Z kolei obecna wśród respondentów wychowanka jednego z Ośrodków Młodzieżowych wyraźnie rozdzielała swój czas wolny spędzany w i poza Ośrodkiem: *„W ogóle, co ja tutaj [w Ośrodku] robię, codziennie to samo. Lubię słuchać muzyki bardzo. Tutaj często sobie w pokoju siadam i jak mam wolny czas słucham muzyki, dużo sobie myślę. A jak w domu jestem, to bardziej spędzam czas wolny pijąc alkohol i zażywając”* (PK28092018K3W).

F II. Wzory i historia używania

Inicjacja

W badanej próbie, pierwsze użycie stymulantów miało miejsce zazwyczaj w wieku 16-18 lat, na imprezie klubowej, domówce lub przyjęciu urodzinowym znajomych, oraz z propozycji znajomych, którzy takie substancje posiadali i sami byli ich użytkownikami. Inicjacja ta była w większości przypadków poprzedzona wcześniejszym używaniem alkoholu, tytoniu oraz marihuany. Dwóch spośród respondentów miało swój pierwszy kontakt ze stymulantami w podobnym kontekście jednak już w wieku 13 lat, w tym jeden będąc pod wpływem alkoholu:

„Siedzieliśmy sobie na domówce, świetnie się bawiliśmy i kolega zaproponował, żebyśmy sobie coś wzięli. No i coś załatwił, ten kryształ i amfetaminę i spróbowałam” (BS27092018K3W),

„Przyszło to w sylwestra parę lat temu, jakieś 6 lat temu, 7 może, coś koło tego. Byłem pijany, przyszedłem sobie do znajomych, spytali mnie czy chcę spróbować. No i spróbowałem” (MM22092018M3W),

„Na początku tego roku zaprosiłam znajomych do swojego domu i przynieśli ten kryształ, pigułki, ja nigdy nie miałam z tym styczności i stwierdziłam, że w towarzystwie gdzie oni się na tym znali mogę spróbować, dobrze to dawkując, zmierzyłam sobie czas tak jak oni mi to podpowiedzieli. Pierwszy raz miałam świetny, dobrze to wspominam” (MK24082018K3K).

Przebieg używania

Według relacji wszystkich badanych pierwsze doświadczenie z tymi substancjami było kontynuowane i prowadziło do regularnego i coraz częstszego używania o różnej trajektorii. W przypadku tych spośród respondentów, którzy rozpoczęli swoje używanie w kontekście imprez klubowych następowało regularne na nie uczęszczanie (przynajmniej raz w miesiącu) i bawienie się pod wpływem stymulantów. Osoby te jeszcze bardziej „wchodziły” w świat sceny klubowej i poznawały wiele osób, które również używały tych substancji, podkreślając wartość zyskania ich towarzystwa. Używanie stymulantów wśród tych osób zazwyczaj nie ograniczało się tylko do trwania imprezy ale przenosząc się z klubu do np. „mieszkania znajomych” rozciągało się na „aftery”, trwające często jeszcze kilka godzin, a nawet dzień lub dwa. Wspólne spędzanie czasu po imprezach miało funkcje nie tylko towarzyską ale również wzajemnego wsparcia w doświadczaniu objawów odstawiennych podczas tzn. „zjazdu”, oraz „powrotu do życia”, za czym stało zazwyczaj wrócenie do domu i rozpoczęcie nowego tygodnia w szkole:

„Trafiłam na Wixapol [impreza klubowa] i pomyślałam wow, wszyscy są pod wpływem jakichś dziwnych substancji, może ja bym też tego spróbowała. No i jakieś piguły jadłam i mi się spodobało, i tak mi zostało już” (JG16072018K3W),

„Wydaje mi się, że na pewno więcej od tamtego czasu, z biegiem miesięcy jakby coraz więcej zażywałam tej substancji (...) kiedy przyjmowałam to pierwszy raz, oni [moi znajomi] mi powiedzieli, że jest taka zasada, że nie przyjmuje się częściej niż raz na miesiąc i ja przez jakiś czas, może niedługo bo to trwało może dwa lub trzy miesiące trzymałam się tej zasady, ale potem sięgałam po coraz większe dawki i bardzo często i zauważyłam. Nic mi się właściwie nie działo więc stwierdziłam, że będę to kontynuowała” (MK24082018K3K),

„Zaczęłam imprezować z określoną grupą ludzi, których poznałam i dla mnie może nie powodem do brania, bo jak mówiłam je odnalazłam wcześniej, ale powodem że coś mnie przed tym nie zatrzymało było to, że widziałam, że są w porządku ludźmi.

Fakt, że biorą nie wpływa na ich życie, tylko jest to coś co robimy na imprezach a poza nimi nie stacza w żaden sposób i cieszyłam się, że mogłam zacząć z bardzo odpowiedzialnymi osobami” (FK23082018K3I).

Natomiast w przypadku innych badanych, pierwsze doświadczenia ze stymulantami prowadziły do zwiększonej częstości i nasilenia używania, które przeradzały się do liczonych w kilku tygodniach lub miesiącach „ciągów”. Używanie to było powiązane z postępującym wzrostem tolerancji i zwiększaniem dawek, a tym samym coraz większej szkodliwości, w tym wyjątkowo nieprzyjemnym stanom przedawkowania, które jednak nie miały istotnego wpływu na kontynuację tych zachowań:

„W tym roku kwiecień maj zacząłem na narkotykowskiej weekendy spędzać non-stop i coraz częściej zamawialiśmy ten kryształ, na początku raz na miesiąc była noc, potem co weekend było jeżdżone tutaj, potem było w czerwcu znowu (...) ja w sumie ocknąłem się po trzech tygodniach i mówię ja pierdołę, już trzeci tydzień walimy codziennie tu siedzimy i każdy wali proch. Każdy wiedział, że zaczyna się robić grubo ale nikt nie zrobił nic, żeby przestać czy cokolwiek” (JG20102018M3W).

Liczne, doświadczane początkowo korzyści stopniowo ustępowały na rzecz szkód i przymusu używania „żeby czuć się normalnie”, móc się pobudzić lub nie doświadczać własnych trudności życiowych:

„[na początku używałam] Żeby się fajnie bawić, ale z czasem zaczęłam brać, żeby funkcjonować normalnie. Wstawałam rano i zażywałam kreskę, wypitałam setkę i byłam. Jak wstawałam to nie widziałam sensu dnia. Musiałam sobie wziąć, żeby czuć się normalnie. Było mi dobrze w tym życiu, dobrze jak cały czas podtrzymywałam ten stan ale źle jak schodziło” (PK28092018K3W),

„(...) posmakowało mi to i tak zaczęłam z dnia na dzień jeszcze więcej, no i tak przez parę lat (...) coraz więcej używałem bo jak trochę mniej użyłem, to nie czułem nic a jak więcej zażyłem to czułem, że jestem pobudzony, bardzo jestem pobudzony, wtedy jak to brałem to byłem zamknięty w sobie, w sobie się zamykałem. Z nikim nie rozmawiałem, robiłem to co miałem swoje do roboty. W końcu zaczął się kontakt urywać ze znajomymi. Miałem tak, że sam musiałem już z nikim się nie dzielić. Miałem wszystko dla siebie (...) chciałem tego więcej, więcej, więcej. No i tak doszło, że w końcu zaczęła mi się głowa psuć, nie wiedziałem co już mam ze sobą zrobić. Już tego nie chciałem, nie chciałem tego zażywać. No i wylądowałem na ulicy przez to i

tak się to skończyło, że nie miałem nic, co jakie pieniądze miałem to na nic innego tylko na narkotyki” (MM22092018M3W).

Opisywane ciągi miały zazwyczaj miejsce w przeciągu ostatnich 12 miesięcy poprzedzających badanie, a w przypadku dwójki respondentów były one wspomniane sprzed okresu trafenia do Ośrodków Młodzieżowych, w których przeprowadzono z nimi wywiad.

Większość badanych deklarowała chęć dalszego używania stymulantów ale wśród badanych dwójka opisała istotne ograniczenie używania:

„Dwa miesiące wakacji, ostro przećpaliśmy [z chłopakiem, z którym zaczęłam używać], że tak prawie dzień w dzień, on był potem na odwyku, a ja sobie... zaczęła się szkoła, powiedziałam sobie 'nie' i wszystko było w porządku. Nastął moment kiedy wiedziałam, że mam maturę, rozsądek wziął górę i że teraz nie imprezuję, teraz się uczę i wybrnęłam ze wszystkim tak jak chciałam i dostałam się na studia, napisałam wszystko tak jak chciałam” (JG16072018K3W),

„Czułem taką trochę chęć zażycia więcej, więc stwierdziłem że to idzie w złym kierunku, więc wywaliłem wszystko. W roku szkolnym ograniczam się, żeby nie wpłynęło to w żaden sposób, czy nawet jeśli wpłynęłoby pozytywnie to już jest wtedy uzależnienie w gruncie rzeczy” (BS28092018M3W).

Jeśli chodzi o przebieg kontaktu ze stymulantami, jedna z respondentek, wychowanka Ośrodka Młodzieżowego, której członkowie rodziny oraz znajomi używali substancji psychoaktywnych, po jakimś czasie sama zaczęła używać stymulantów, w wyniku czego rozwinęły się u niej objawy uzależnienia:

„Amfetamina była pierwsza, wzięłam ją w wieku 18 lat kiedy mój tata był uzależniony od amfetaminy i prosił mnie żeby mu załatwiała towar, bo on nie miał dostępu chwilowo. Wtedy też dowiedziałam się że on jest uzależniony. Kilka razy mu ogarniałam i nie wzięłam aż w pewnym momencie kolega mnie namówił, spróbowałam, ćpałam w szkole na przerwach, wszędzie, w domu. Później jak tacie ogarniałam to tata sam mi też dawał bo go błagałam, już nie mogłam wytrzymać bez tego. No i tak brałam ponad rok czasu codziennie. No i później weszły te dopalacze i wszyscy znajomi ćpali dopalacze, ja nie chciałam aż w końcu nadszedł dzień w którym spróbowałam mefedronu i nie wyobrażałam sobie życia bez niego,

nie wyobrażałam sobie trzeźwego funkcjonowania w życiu codziennym bez narkotyków” (MM22092018K3W).

Kontekst i miejsce używania

Podobnie jak w przypadku inicjacji, w badanej próbie stymulanty były najczęściej używane w kontekście imprez klubowych, domówek, przyjęć, festiwali muzycznych (zazwyczaj plenerowych) lub w mieszkaniu znajomych podczas tzw. „afterów”, gdyż wspomagają – a według niektórych respondentów wręcz umożliwiają – one wielogodzinną zabawę oraz działają towarzysko:

„(...) bez imprezy [domówki] nie brałam nic” (BS27092018K3W),

„Domówki, rave’y, kluby (...)” (JG20102018M3W),

„(...) emka [MDMA] i amfetamina to najczęściej były domówki. Zazwyczaj są to sytuacje dość kameralne, w bliskim gronie, nawet jeżeli nie imprezy to na przykład biorę czasem z chłopakiem emkę i spędzamy razem czas na ogródku, czy żeby porozmawiać wśród znajomych. Chociaż szczególnie niektóre imprezy muzyczne są zawsze dla mnie powodem do wzięcia emki. Innego rodzaju imprezy wyjazdowe, gdzie jeździłam na różne imprezy muzyczne to tam była amfetamina, pozwalała mi bawić się całą noc bez konieczności powrotu do domu” (FK23082018K3I).

Nieliczni respondenci, których używanie stymulantów było związane z obecnością czynników ryzyka oraz wieloma szkodami, deklarowali używanie tych substancji „gdzie się dało”, w tym: na klatkach schodowych, w piwnicach, w samochodzie podczas nocnych objazdów lub na parkingu, *„na mieście, gdzieś na szkole, koło szkoły gdzieś na parapetach” (PK28092018K3W).* Przy czym jedna z respondentek, wspominając swój najintensywniejszy okres używania stymulantów powiedziała, że: *„W zeszłym roku to [używałam] niezależnie co robiłam i gdzie byłam. Siedziałam w domu, siedziałam nad Wisłą, siedziałam u znajomych w ciągu dnia, we wszystkich normalnych nieimprezowych sytuacjach, bardzo codziennych” (JG16072018K3W),* a inny respondent powiedział, że używał: *„Wszędzie. W domu, u kolegów, po klatkach, po piwnicach. Gdzie tylko mogłem” (MM22092018M3W).*

Towarzystwo używania

Według odpowiedzi badanych stymulanty są zazwyczaj używane w gronie przyjaciół i znajomych:

„Dla mnie to jest główny motyw, jak zdarzyło mi się przyjmować to samej, to nie było to samo. Zdecydowanie przeważa większość czasu, kiedy przebywałam z kimś niż sama pod wpływem tej substancji” (MK24082018K3K),

„Używki pojawiają się tylko kiedy jestem ze znajomymi (...) Na pewno nie kiedy jestem sam” (JG18072018M3W),

„Raczej spotykamy się z którąś z grup moich znajomych i razem zażywamy” (MK25092018M3K).

Rzadziej, jak w przypadku używania w celu poprawienia koncentracji i wspomaganie uczenia się, substancje te (a szczególnie amfetamina) są przyjmowane w samotności i bez wychodzenia z domu: *„(...) nie ma to [amfetamina] dla mnie żadnych konkretnych funkcji rekreacyjnych. To się nadaje do pracy (...) [używam] W domu. Zazwyczaj sam” (BS28092018M3W).*

Z kolei inny z respondentów, który wspominał o używaniu tych substancji w samotności, zaczął robić to na skutek postępującego uzależnienia: *„(...) A potem zacząłem sam to używać. Sam, nikomu nic nie mówiłem, tylko sam wziąłem, poszedłem, od znajomych się oddaliłem i sam to musiałem wziąć” (MM22092018M3W).*

Sposoby przyjmowania

Sposobami przyjmowania tych substancji było „wciąganie nosem” w przypadku stymulantów w formie sproszkowanej oraz doustnie w przypadku gotowych tabletek („pigulek”) lub sproszkowanej czy też skryształowanej dawki substancji umieszczonej w kapsułce lub zawiniętej np. w kawałek chusteczki higienicznej, czyli tzn. „bombek”. Przy czym niektórzy z respondentów wspominali również o rozkruszaniu gotowych „pigulek” i przyjmowaniu ich donosowo ze względu na szybsze i intensywniejsze działanie:

„Wciągam z tego powodu, że nie lubię czekać. Kryształ jak weźmiesz w kapsule czy w chusteczkę to czekasz 40 minut aż załaduje się ta faza. A ja nie lubię czekania, kreska i od razu czuć” (JG20102018M3W),

„Wiadomo jaka jest różnica, jak się połyka to jest dużo bardziej funkcjonalne. Przy wciąganiu jest to charakterystyczne uderzenie, gdzie po wciągnięciu 2-3 minuty jest taka fala adrenaliny czy dopaminy, przy połykaniu wszystko w ciągu 20 minut stopniowo dopiero się rozbija” (BS28092018M3W),

„Tylko połykanie i wciąganie nosem. Nie ma innej drogi, tylko te dwa” (JG16072018K3W).

Rodzaje używanych substancji psychoaktywnych i politoksykomania

Respondenci z tej grupy użytkowników substancji psychoaktywnych używali najczęściej: amfetaminy, MDMA (zarówno w postaci tabletek ecstazy jak i tak zwanego „kryształ”), pochodnych mefedronu (w tym 3CMC, 3MMC, 4CMC) oraz alkoholu i tytoniu. Jednak wśród używanych substancji wymieniali również: marihuanę, kokainę, dekstrometorfan, metamfetamine, LSD, opioidy, benzodiazepiny oraz tak zwane. „nowe stymulanty” (w tym HEX-EN, MDPV, 3-FPM i 4FMA).

Pytani o mieszanie różnych substancji psychoaktywnych przy jednej okazji (politoksykomania) badani wymieniali najczęściej łączenie amfetaminy, MDMA lub „nowych stymulantów” z alkoholem (w tym z piwem i wódką), MDMA z LSD (w tak zwany: „candyflipping”), MDMA z marihuaną, a także łączenie różnych substancji wewnątrz grupy stymulantów (amfetamina z MDMA, amfetamina z mefedronem). Większość respondentów wspominało również o częstym i wzmożonym paleniu tytoniu w związku z używaniem stymulantów.

„(...) z papierosami cały czas łączę, za każdym razem bo jak jestem pod wpływem to bardzo mam ochotę palić papierosy. Akurat wtedy kiedy jestem pod wpływem i nie mogę sobie tego odmówić” (MK24082018K3K),

„Tytoń to standardowo zawsze” (JG20102018M3W),

„Brałem czasem amfetaminę od razu połączoną z mefedronem. Albo najpierw amfetaminę a potem mefedron po paru minutach po godzinie, czy po dwóch. Albo łączyłem później albo zioło albo to, albo tamto i się mieszało wszystko” (MM22092018M3W).

Wśród respondentów były również osoby, które często łączyły substancje stymulujące z alkoholami:

„(...) pijąc alkohol zawsze zażywałam” (PK28092018K3W),

„Zdarza mi się przy małych ilościach alkoholu zarzucić emkę [MDMA] czy użyć amfetaminy, ale może raz było tak, że piłam coś co nie było tylko piwem, które jest towarzyskie, ale odczuwalną ilość alkoholu i łączyć to z tymi dwoma narkotykami” (FK23082018K3I).

Przy czym niektórzy spośród badanych podkreślali również jakościową różnicę pomiędzy zabawą pod wpływem stymulantów i pod wpływem alkoholu:

„Stwierdziłam, że o wiele lepiej się bawię na różnych domówkach, spotkaniach i tak dalej z kryształem niż z alkoholem albo z innymi używkami. Po prostu tak stwierdziłam i zamieniłam to” (MK24082018K3K),

„[gdy] idziemy na imprezę i chcę potańczyć 6 godzin, to pomaga [mi] to, że nie piję alkoholu, bo przestałam (...) amfetamina daje mi się, żeby potańczyć a nie mam tego zamętu w głowie, tylko jestem myślowo trzeźwa” (DG05092018K3W),

„[używam] MDMA bo ono w porównaniu do alkoholu dostarcza dużo bardziej ciekawszych wrażeń niż sam alkohol plus” (MK25092018M3K).

Co więcej, wspomniano nawet, że po poznaniu stymulantów ograniczono lub zupełnie zaprzestano pić alkohol, który jest jednak dostępny w każdym klubie: *„Bardzo rzadko piję. W sumie jak odkryłam narkotyki to przestałam pić alkohol” (JG16072018K3W).*

Ponadto, w kontekście tym jeden z respondentów wskazał także na ekonomiczny aspekt używania stymulantów, które w jego opinii są: *„(...) tańsze dużo niż alkohol. Jestem w stanie się bawić przez całą noc na jednej, maksymalnie na dwóch tabletkach [ecstasy], a gdybym chciał przełożyć te same pieniądze na alkohol, to nie wyjdzie to tak dobrze” (MK25092018M3K).*

F III. Motywy używania

Cele i korzyści używania

Na pytania o cele sięgania po stymulanty badani wymieniali różne, często mocno ze sobą powiązane powody jak i korzyści związane z używaniem tych substancji, do których należały:

– chęć poznania działania tych substancji jak i spróbowania „czegoś nowego”, zarówno poprzez własną ciekawość i poszukiwanie doznań, jak i wyrażenie swojego buntu:

„(...) ciągnęło mnie do zakazanego owocu” (FK23082018K3I),

„Chyba głównie ciekawość jak to będzie wyglądało. Często jest tak, że jak się czegoś bardzo mocno zabrania i mocno się mówi, że to jest złe to człowieka jeszcze bardziej ciągnie, żeby zobaczyć jak to wygląda” (MK25092018M3K),

„(...) może chciałam mamie na złość zrobić” (BS27092018K3W);

– wspomaganie długotrwałej zabawy poprzez pobudzenie (siła i brak senności), rozluźnienie i poprawę humoru, co było związane z większą towarzyskością, pewnością siebie, odwagą i opanowaniem, a tym samym łatwością nawiązywania kontaktów:

„Możesz być na imprezie bardzo długo, masz siłę tańczyć, nie śpisz i możesz się bawić ile tylko masz ochotę, nic cię nie powstrzymuje sen ani zmęczenie, ale też trochę to się stało taką tradycją wśród moich znajomych (...) W niektórych przypadkach [MDMA powoduje] jakieś pogłębienie relacji z kimś przez tą otwartość spowodowaną przez narkotyki, łatwość rozmowy i złapanie jakiegoś połączenia” (JG16072018K3W),

„(...) używałam jeszcze stymulantów w sensie amfetaminy tak częściej, to głównie po to, żeby całą noc być w stanie przetrwać, bawić się dobrze, nie zgotować, nie upić się to wolałam amfetaminę, żeby mogła bawić się całą noc i nie być zmęczona” (FK23082018K3I),

„(...) jeździ od ludzi do ludzi jak się dusza towarzystwa załączy, jakieś dziewczyny pogadać cokolwiek” (JG20102018M3W);

– doświadczanie przyjemności i euforii, a także intensyfikacja wrażeń (w tym ze słuchania muzyki oraz przyjacielskiego lub seksualnego kontaktu z innymi):

„(...) jest przyjemnie i chyba to jest najważniejsze, jest fajna faza po tym i to jest jedyną korzyścią” (JG20102018M3W),

„(..) od jakiegoś czasu spotykam się z chłopakiem i jak razem zażywamy to czujemy, to czuję z nim taką niesamowitą więź, to jak robimy różne rzeczy to wydaje się dziesięć razy przyjemniejsze” (MK24082018K3K),

„Muzyka jest dużo przyjemniejsza, kontakt z ludźmi staje się dużo przyjemniejszy, MDMA tak mocno otwiera człowieka” (MK25092018M3K);

– aprobata ze strony rówieśników, zdobycie znajomych i uznania:

„Na początku to [używałem] dla kolegów, żeby być bardziej lubianym, żeby mnie polubili” (MM22092018M3W);

– tymczasowe odejście od swoich problemów i trudności życiowych, jako forma radzenia sobie z nimi:

„Myślę, że używam tego po to, żeby w pewnym momencie nie przejmować się aż tak jak przeważnie się przejmuję” (JG18072018M3W),

„Myślałam, że to [stymulanty] mnie odzai od wszystkich moich problemów” (BS27092018K3W);

– wspomaganie uczenia się poprzez „zwiększenie koncentracji i pozbycie się zmęczenia” (BS28092018M3W), opisywane przez jednego z respondentów jako „nie-rekreacyjne” a „funkcjonalne” używanie i porównywane do picia mocnej kawy:

„Nie ma to dla mnie żadnych konkretnych funkcji rekreacyjnych. To się nadaje do pracy, jak trzeba się nauczyć ... wydaje mi się, że można używać stymulantów jako takich zwiększających osiągnięcia” (BS28092018M3W),

„(...) po amfetaminie jeszcze chętniej się uczyłam” (MM22092018K3W);

– zwiększenie samoświadomości i wglądu w siebie, głównie w przypadku używania MDMA:

„Odkąd zaczęłam brać narkotyki to jestem bardziej świadoma siebie i swoich problemów i swojej osobowości” (JG16072018K3W);

Oczekiwane efekty używania

Wymieniane cele używania stymulantów oraz korzyści z tym związane były tożsame z oczekiwanymi efektami działania tych substancji o których wspominali badani:

„Spodziewałem się, że będę szczęśliwy, że będę bardziej otwarty, że będę miał więcej kontaktów, że będę bardziej lubiany, większe grono przyjaciół” (MM22092018M3W),

„Po amfetaminie efekty, których oczekuję, to przede wszystkim energia, żeby mieć tą potencjalną energię na przetrwanie całej nocy (...) Kiedy biorę MDMA, to efektów które oczekuję, to przeważnie euforia bo bardzo mi się podoba ten nagły atak dużego szczęścia i chęci solidaryzowania się z innymi ludźmi wokół” (JG18072018M3W);

Znaczenie używania

Respondenci byli również proszeni o zastanowienie się nad znaczeniem jakie mają dla nich stymulanty oraz ich używanie. Większość przytaczała wtedy „*znaczenie rekreacyjne*”, w tym głównie „*żeby mieć siłę do długiej zabawy*” i czerpać z tego więcej przyjemności:

„(...) chodzi o to, żeby w jakiś sposób się spełnić na kilka godzin i czuć się sobą, bo bardzo stymulanty czy alkohol w odpowiednich ilościach budzą w nas trochę większą odwagę i możemy rzeczywiście pokazać kim jesteśmy tak w 100%” (JG18072018M3W).

Inni wspominali, że stymulanty to dla nich „*odskocznia od tego normalnego trybu życia*” (MK25092018M3K) czy wręcz że „*stymulanty dawały i fizycznie i psychicznie siłę do tego, żeby jakoś działać*” (BS28092018M3W), w przypadku nastolatków zmagających się z trudnościami życiowymi. Przytaczano również znaczenie wspomagania siły i koncentracji do nauki w samotności, dzięki czemu można zwiększać swoją wydajność i rezultaty. Natomiast jedna respondentka na pytanie to odpowiedziała nawet, że używanie tych substancji dodało jej ambicji: „*przestałam wagarować bo nie można tego połączyć, muszę mieć dobry styl życia, żeby ktoś nie zarzucił, że się przez to stoczyłam, więc no, ciekawy paradoks (...) bo przez to że miałam kontakt z substancjami psychoaktywnymi stwierdziłam, że przepisuję się z humana na biol-chem, planuję pójść na neurobiologię*” (FK23082018K3I). Z kolei inna z badanych dziewczyn wspomniała, że substancje te wspomagały jej twórczość i ekspresję: „*muzycznie mam większą łatwość tworzenia muzyki albo śpiewania albo robienia różnych takich rzeczy*” (MK24082018K3K). Poza tym, niektórzy z badanych wskazywali na duże znaczenie działania czy też „*potencjału terapeutycznego*” MDMA przyjmowanego w odpowiednich warunkach:

„Ale [przez] fakt, że emka [MDMA] ma jakiś potencjał w terapii stresu pourazowego, chciałam tego spróbować i w sumie spróbowałam tego z osobami, które były mi bliskie, mogłam z nimi porozmawiać, chciałam się jeszcze bardziej otworzyć właśnie porozmawiać na emce i muszę przyznać, że to działa, naprawdę bardzo otwiera, o wiele lepiej mi się rozmawiało, otworzyłam się do wewnątrz” (FK23082018K3I).

F IV. Czynniki mające wpływ na używanie

Tabela 3 zawiera zestawienie czynników mających wpływ na używanie stymulantów przez badanych o których wspominali w ramach przedstawiania historii swoich doświadczeń z substancjami psychoaktywnymi, jak i własnych opinii na ten temat. Zostały one podzielone na czynniki ryzyka (nasilające) oraz czynniki chroniące (obniżające) częstość i szkodliwość używania stymulantów. Dodatkowo rozróżniono je również na czynniki wewnętrzne (psychologiczne) i zewnętrzne (sytuacyjne, nie zależne od danej osoby). Wśród czynników ryzyka znalazły się predyspozycje osobowościowe, jak ciekawość i poszukiwanie nowych doznań, a także używanie substancji psychoaktywnych przez partnerów, członków rodziny, rówieśników lub osoby ze środowiska klubowego, a także powiązana z tym wysoka dostępność i normatywność używania stymulantów w otoczeniu respondentów. Z kolei do czynników chroniących zaliczało się wsparcie ze strony rodziców, partnerów lub przyjaciół oraz własna inicjatywa ograniczenia używania stymulantów poprzez unikanie kontaktu ze związanym z tym towarzystwem, asertywne odmawianie lub chęć bycia w gotowości do pomocy osobom pod wpływem.

Tabela 3. Czynniki mające wpływ na używanie stymulantów wśród respondentów.

CZYNNIKI	RYZYKA/NASILAJĄCE:	CHRONIĄCE/OBNIŻAJĄCE:
WEWNĘTRZNE:	<ul style="list-style-type: none"> - Własna ciekawość działania stymulantów; - Poszukiwanie doznań; brak pasji i pomysłu na siebie; „poczucie bycia trochę gorszą też i brak zainteresowania u innych osób moją osobą” (PK28092018K3W), „(...) bez tego już nie wyobrażałem sobie życia. Jak tego bym nie miał to nie wyobrażałem sobie co bym robił. Nie wiedziałem co mógłbym bez tego zrobić. Nie wiedziałem jak tego nie wezmę co potem będę robił ze swoim życiem” (MM22092018M3W). - Wczesna inicjacja do używania substancji psychoaktywnych; - Brak trzeźwych wzorów funkcjonowania: „nie widziałam trochę innego świata” (PK28092018K3W, dorastająca wśród używających i uzależnionych członków rodziny). 	<ul style="list-style-type: none"> - Odmawianie na propozycje znajomych i/lub unikanie kontaktu z osobami z którymi wcześniej się używało: „Próbowałem zostać w domu, nie wychodziłem, z nikim się nie zadawałem, nie chciałem, ludzie do mnie pisali znajomi odmawiałem wszystkiego” (MM22092018M3W), „(...) zablokowanie wszystkich jak to zrobiłam znów, zablokowanie numeru i nie przyjeżdżanie do mojego miejsca zamieszkania gdzie mam bardzo dużo znajomych [z którymi wcześniej używałam] i zawsze jak przyjadę do tego domu, to zmieniam numer żeby nikt się nie odzywał” (PK28092018K3W). - Samodzielne ograniczenie lub zaprzestanie używania żeby uniknąć

		<p>uzależnienia: „(...) <i>czułem taką trochę chęć zażycia więcej, więc stwierdziłem że to idzie w złym kierunku, więc wywalilem wszystko</i>” (BS28092018M3W) i/lub skupienia się na nauce: „(...) <i>nastał moment kiedy wiedziałam, że mam maturę, rozsądek wziął górę i że teraz nie imprezuję, teraz się uczę i wybrnęłam ze wszystkim tak jak chciałam i dostałam się na studia</i>” (JG16072018K3W);</p> <p>– Chęć bycia w gotowości do pomocy: „(...) <i>bardzo lubię ogarniać czyli być takim, nie tyle co na przykład tripsiterem, który dba o wszystko ale bardziej mieć kontrolę w razie nagłego przypadku</i>” (JG18072018M3W).</p>
<p>ZEWNĘTRZNE:</p>	<p>– Trudna sytuacja rodzinna oraz używanie i uzależnienie od substancji psychoaktywnych wśród członków rodziny: „(...) <i>przebywałam cały czas z nimi, często w domu gdzie tata cały czas pije, upija się, brat który też używa, pali zioło i siostra, która też pali zioło codziennie no to dla mnie to było takie normalne</i>” (PK28092018K3W), „(...) <i>nie byłam za bardzo pilnowana przez rodziców, to że tata też ćpał to</i>” (MM22092018K3W);</p> <p>– Używanie SPA wśród znajomych i propozycje od nich: „<i>większość moich znajomych a miałam ich bardzo dużo zażywało narkotyki</i>” (PK28092018K3W), „<i>jak się ma tych starszych znajomych to się podłapuje od nich te zachowania jak się widzi oni na imprezie robią tak i tak, to czemu ja mam być inny</i>” (DG05092018K3W), „<i>Towarzystwo głównie, wszyscy ćpali wokół, to zawsze z kimś</i>” (MM22092018K3W);</p> <p>– Wspólne używanie z partnerem: „(...) <i>poznałam tego chłopaka i dwa miesiące wakacji, ostro przećpaliśmy, że tak prawie dzień w dzień</i>” (JG16072018K3W);</p> <p>– Dorastanie w mieście gdzie: „<i>młódzież szybciej dojrzewa do takich rzeczy</i>” (JG20102018M3W) oraz „<i>zabiegane życie się prowadzi [a] to</i></p>	<p>– Posiadanie wspierającego partnera i/lub przyjaciela, który/a odmawia od używania substancji psychoaktywnych;</p> <p>– Wspierająca relacja z rodzicem lub opiekunem.</p>

	<p><i>akurat jest dobry sposób na rozluźnienie” (JG18072018M3W).</i></p> <p><i>– Poznanie środowiska klubowego: „(...) poznałam pewną osobę w Metronomie [klub] i zaczęła się moja przygoda z narkotykami zażywany donosowo” (JG16072018K3W), „Trafiłam na Wixapol [impreza klubowa] i pomyślałam wow, wszyscy są pod wpływem jakichś dziwnych substancji, może ja bym też tego spróbowała. No i jakieś piguły jadłam i mi się spodobało, i tak mi zostało już” (JG16072018K3W).</i></p>	
--	---	--

F V. Rynek i sposoby pozyskiwania

Sposobami zaopatrywania się w stymulanty wśród badanych były najczęściej załatwianie „przez znajomego” (BS27092018K3W), który ma do nich dostęp lub kupowanie bezpośrednio od dilerów w klubie czy też „na ulicy”, co było rzadsze i mniej preferowane. Przy czym zwraca się uwagę, żeby były to osoby zaufane, ze względu na rozpowszechnienie zafałszowanych lub gorszej jakości substancji na rynku narkotykowym. W kontekście tym podkreślano również wysoką dostępność substancji psychoaktywnych w środowiskach klubowych:

„Zazwyczaj po znajomych, wiadomo że jak się wdroy w te imprezy, w to towarzystwo to nie jest to jakieś trudne, nie korzystam w tym celu z Internetu tylko dwa smsy do znajomego i to są zazwyczaj znajomi a nie jacyś dilerzy po prostu, tylko znajomi (...) w zeszłym roku nabywałam te narkotyki na warszawskiej ulicy, to po prostu wchodzisz do kamienicy, było wiadomo, że można tam coś kupić i to wtedy nie było od znajomych, ale teraz już tam nie chodzę, nie no tak, tylko od znajomych” (JG16072018K3W),

„W sumie są to dilerzy, ale nie są to przypadkowe osoby, tylko przez znajomości poznane osoby, które się tym zajmują, tym handlują i jakby stałe kontakty” (FK23082018K3I),

„Jeżeli chodzi o pozyskiwanie to mam bardzo dużo przyjaciół bliskich, którzy mają dużo kontaktów i właściwie nie mam żadnego problemu z pozyskiwaniem czegokolwiek; Większość moich znajomych ma jakieś kontakty, ja też mam kontakty,

jeśli chodzi o łatwość to dzwonię i już mam. Nie ma żadnego problemu”
(MK24082018K3K).

Respondenci wspominali również o zamówieniach internetowych, w tym przez tak zwany „darknet”. Jednak zamówienia te dotyczyły głównie „nowych stymulantów” lub innych substancji, określanych jako „dopalacze”:

„Internet tylko. Jeżeli chodzi o legalne to sprzedawcy tych wszystkich dopalaczy, ale jest oczywiście ta głęboka sieć, w której jest wszystko w gruncie rzeczy i miałbym możliwość, gdybym popytał ludzi to na pewno nie miałbym problemu, żeby kupić tak na ulicy, ale nie chcę bo albo jakościowo jest gorzej i nigdy nie wiadomo do końca co to jest a też wiadomo, że trzeba zapłacić więcej” (BS28092018M3W),

„Kiedyś na darknecie się zdarzyło [kupić], przed zamknięciem AlphaBaya”
(JG18072018M3W).

Wśród dziewczyn dominowało bierne pozyskiwanie substancji poprzez chłopaka lub znajomych, którzy zdobywali stymulanty na własny użytek i dzielili się z nimi lub odsprzedawali im mniejsze ilości substancji:

„[znajomi od których pozyskuje] to są ludzie normalni obracający się w towarzystwie, którzy kupią czasem trochę więcej dla siebie i po prostu z racji tego, że mają więcej to odstępiają swoim znajomym za jakąś tam cenę” (DG05092018K3W),

„Zazwyczaj ktoś stawiał, albo jak miałam pieniądze to sama kupowałam, ale najczęściej ktoś miał pieniądze i tak” (MM22092018K3W),

„Najczęściej to było tak, że moi znajomi mieli w dużych ilościach i w ogóle, zawsze jak chodziłam do nich i oni brali to sypali i mnie. Czasami jak im podstawiałam, czasami kupiłam alkohol a oni narkotyki” (PK28092018K3W).

Z kolei jeden z badanych chłopaków opowiadał, że w zaawansowanym stanie przebiegu jego używania stymulantów, od których się uzależnił, pozyskiwał substancje poprzez kradzieże i bezpośrednią wymianę z dilerem:

„No i wylądowałam na ulicy przez to i tak się to skończyło, że nie miałem nic, co jakie pieniądze miałem to na nic innego tylko na narkotyki (...) Chodziłem i kupowałem. Albo chodziłem przez to kradłem, kradłem takie rzeczy co potrzebne były dilerowi to dla niego kradłem a on mi w zamian tego dawał narkotyki” (MM22092018M3W).

Natomiast zapytani o zmiany jakie zaobserwowali na rynku substancji psychoaktywnych respondenci wskazywali zgodnie, że „kiedyś były dużo lepsze te narkotyki” (JG20102018M3W), choć opinie tą budowali głównie na opowieściach starszych znajomych, z którymi używali stymulantów. Prócz pogorszenia jakości dostępnych na rynku substancji mówiono również o niebezpieczeństwach związanych z nowymi substancjami psychoaktywnymi:

„Teraz jest szczególnie niebezpieczeństwo jeśli się zamawia z tak zwanych dowozów, bo w tym momencie ludzie, którzy są za to odpowiedzialni podają różne jeszcze mniej znane substancje i robią taki jakby test na ludziach, bawią się, ludzie stają się królikami doświadczalnymi (...) Pojawia się coraz więcej substancji nieznanymi, tych dopalaczy” (DG05092018K3W),

„(...) nigdy nie wiadomo co tam jest, przez to jak wygląda ten rynek czy legalnych, czy nielegalnych. Tam może być cokolwiek” (BS28092018M3W),

„Wydaje mi się, że jest więcej lewych tabletek, które wcale nie mają w sobie MDMA tylko jakieś domieszki albo inne rzeczy. Łatwiej jest trafić na coś na co byś nie chciał trafić. Dostajesz nie to, co chciałbyś dostać” (JG16072018K3W).

Jeden z respondentów odniósł się również do najświeższej nowelizacji Ustawy o Przeciwdziałaniu Narkomanii (z dnia 21 sierpnia 2018 r.) na skutek której według niego: „wracają te dopalacze i te substancje, które były nowe i zostały zdelegalizowane 5-8 lat temu, no to teraz jak są takie same kary, to wracają” (BS28092018M3W).

Ponadto, wśród badanych pojawiła się również opinia na temat zmiany rozpowszechnienia używania stymulantów na rzeczy przetworów konopi:

„No kiedyś była bardziej popularna amfetamina a teraz zioło jest bardziej popularne” (MM22092018M3W).

F VI. Percepcja ryzyka

Niezależnie od wzorów i motywów używania stymulantów respondenci przytaczali liczne ryzyka związane z tymi zachowaniami. Jako najpoważniejsze z nich wymieniono: utratę najbliższych osób i „wszystkiego co się miało i mogło mieć”, wylądowanie w szpitalu w konsekwencji przedawkowania lub zatrucia nieznanymi substancjami, mieszankami itp., oraz ryzyko śmierci (DG05092018K3W), w tym podwyższone ryzyko samobójstwa.

Wskazywano również na możliwość uzależnienia „*jak codziennie się to bierze*” (BS27092018K3W):

„Podejmują takie ryzyko, że mogą stracić wszystko co mieli i co mogą mieć (...) Zmienia się głowa, urywa wszystkie kontakty. Wszystko się zmienia w jego [użytkownika stymulantów] życiu, traci rodzinę, traci wszystko po kolei co miał. Zmienia się całe jego życie o 160 stopni” (MM22092018M3W),

„Ryzykuję życie. Często miałam po narkotykach, po takich ciągach myśli samobójcze” (PK28092018K3W),

„W ciągu ostatnich dwóch lat pięciu moich znajomych popełniło samobójstwo. Wiem, że najczęściej narkotyki prowadzą do samobójstwa, też do jakichś zapaści, wylewów i tak dalej. No i strata wszystkiego, też znam osoby, które straciły rodzinę, żony, dzieci” (PK28092018K3W).

Wymieniano także inne szkody zdrowotne, w tym: „*uszkodzenie zatok*” (JG16072018K3W) przez częste przyjmowanie substancji drogą donosową; przemęczenie z braku snu; obciążenie układu krążenia, które może wywołać zawał serca; częściowy paraliż ciała; rozregulowanie gospodarki hormonalnej organizmu; odwodnienie i „*pozbawienie organizmu substancji odżywczych*” (JG16072018K3W) oraz „*problemy ze snem*” (BS28092018M3W). Wspomniano także o pogorszeniu cery: „*Niektórzy też się skarżą, że cera ale dziewczyny głównie, ja nie zauważyłem*” (JG20102018M3W).

Poza tym wymieniano również takie konsekwencje dla zdrowia psychicznego jak: doświadczenie stanów psychotycznych, w tym lęków i paranoi, obniżony nastrój i motywacja, a nawet depresja oraz trwałe „*zmiany w mózgu*” na skutek częstego używania lub przedawkowania.

„Fizycznie serducho, układ krążenia, to wszystko dostaje po dupsku cholernie (...) przyspieszone tętno i zawał serca to jest ewentualnym problemem (...) Zmiany w mózgu, mała kreska nie zauważysz tej zmiany, każda pojedyncza nie zmieni cię od razu, tylko dokładasz i jak się ueziera górka to zauważysz po jakimś czasie stosowania, niby nie wiesz co jest do końca nie tak, ale jest inaczej (...) Lęki i jakieś historie to się zdarzają jak się spidy [potocznie: amfetaminy] przedawkuje, albo za dużo dociąga albo jak wiesz przerośnie go albo dawka albo sama substancja. Lokalnie nazywamy to trzaski na bani, wklejki takie wiesz” (JG20102018M3W),

„Ryzyka zażywania MDMA to słabsza produkcja serotoniny, czyli znacznie obniżony nastrój, z amfetaminą to wiem, że zbyt duże zażywanie to wiąże się z jakimiś paranojami, brak snu przede wszystkim, pozbawienie organizmu substancji odżywczych, przemęczenie, uszkodzenie zatok” (JG16072018K3W),

Przy czym niektóre z badanych dziewczyn zwracały uwagę na znaczenie nasilenia używania, indywidualną podatność i potencjalną szkodliwość danej substancji przy określaniu podejmowanego ryzyka:

„Jakieś psychozy amfetaminowe to wiadomo, jakieś rzeczy typu po marihuanie, jakaś apatia czy zespół amotywacyjny, po MDMA depresja, wypłukanie serotoniny, no ale to już zależy od człowieka i od tego na co sobie pozwala z używaniem substancji i samej substancji” (DG05092018K3W),

„Ja właśnie tak mam, że jak zaczynam to nie myślę o takich rzeczach po prostu lecę na grubo” (PK28092018K3W).

Respondenci dostrzegali również ryzyko konsekwencji prawnych w związku z nielegalnym statusem większości używanych stymulantów, a w tym *„pójście do więzienia”* (BS27092018K3W) oraz to, że użytkownicy *„mogą zostać złapani przez policję i mieć problem do końca życia już”* (JG18072018M3W). Przy czym jedna z respondentek, wychowanka Ośrodka Młodzieżowego, na własnym przykładzie przytaczała ryzyko przeniesienia do szkoły specjalnej, przyznania kuratora sądowego oraz skierowania na terapię w związku z używaniem stymulantów lub innych substancji nielegalnych:

„No niestety przez narkotyki jestem też tutaj [do Ośrodka Młodzieżowego], bo przez czyny które popełniłam i jestem tutaj za to, były pod wpływem narkotyków lub z braku narkotyków” (PK28092018K3W).

Z kolei inna dziewczyna wspominała o ryzyku związanym z używaniem stymulantów przez inne osoby mówiąc, że: *„Nie zadaję się z osobami uzależnionymi od tego, bo ci mogą być nieobliczalni w stosunku do mnie jak za dużo tego wezmą”* (BS27092018K3W).

Jako istotne ryzyko postrzegano także formę i jakość aktualnie dostępnych na rynku stymulantów:

„(...) domieszki, w sensie to, że taki ewentualny towar może nie być czysty, może być zanieczyszczone” (MK25092018M3K),

„Jeżeli mówimy o tych pigułkach, to jeżeli tego nie przetestujesz to nigdy nie wiesz co tam jest. To może być wszystko” (MK24082018K3K).

Wśród odpowiedzi badanych pojawiły się także głosy na rzeczy ryzyka stygmatyzacji społecznej osób używających stymulantów zarówno rekreacyjnie jak i problemowo:

„(...) niektórzy ludzie mogą dyskryminować innych, uważać ich za ćpunów dlatego że biorą pigułki [ecstasy], zamiast się zalewać w trupa na imprezie” (MK24082018K3K),

„To jest odczuwanie tych ludzi, no bo to jest ktoś kto ma problem, to jest ktoś komu można pomóc w większości przypadków” (BS28092018M3W).

Jeden z badanych chłopaków na pytanie o ryzyka jakie podejmują osoby używające stymulantów wskazał również na ryzyko konsekwencji materialnych mówiąc, że: *„Finansowo koszty jak tolerancja wzrosnąć są ogromne” (JG20102018M3W).*

Jednak pomimo świadomości tych rodzajów ryzyka jedna z badanych dziewczyn, odnosząc to pytanie do siebie samej powiedziała: *„dla mnie zawsze największym ryzykiem było to, że moi rodzice się dowiedzą o tym, że biorę narkotyki” (JG16072018K3W).* Natomiast jeden chłopak zapytany o największe ryzyko, które on sam podejmuje używając stymulantów odpowiedział: *„boję się po prostu, że kogoś zawiodę” (JG18072018M3W).*

Tą rozbieżność pomiędzy oceną ogólnego i własnego ryzyka związanego z używaniem substancji psychoaktywnych podsumowuje wypowiedź jednej z respondentek:

„Wiadomo że jest to ryzyko zdrowotne, każdy jest tego świadom, ludzie o tym wiedzą, ale nie zwracają na to uwagi. To ryzyko gdzieś tam jest, ale na razie jak się nie widzi takich efektów to się o tym nie myśli. To jest takie daleko wysunięte do przodu” (JG16072018K3W).

F VII. Negatywne konsekwencje używania

Wśród negatywnych konsekwencji używania stymulantów wymieniane były przede wszystkim szkody zdrowotne, w tym zarówno dla zdrowia somatycznego jak i psychicznego. Najczęściej wymieniane były szkody krótkoterminowe, w tym różne

dolegliwości somatyczne i psychosomatyczne, takie jak bóle, przemęczenie, problemy ze snem czy spadek nastroju. Z kolei najczęściej przytaczanymi szkodami długoterminowymi było postępujące objawy uzależnienia od stymulantów i związanym z nich przejawów zaburzeń psychicznych, jak utrzymujący się niepokój czy myśli paranoiczne. Innymi wymienianymi przez respondentów szkodami były pogorszone relacje z rodzicami lub znajomymi, doświadczenie dyskryminacji oraz negatywny wpływ na funkcjonowanie w roli ucznia. Przy czym istotnym jest, że zarówno w obszarze relacji społecznych jak i uczenia się, niektórzy z respondentów podkreślali przewagę korzyści nad szkodami używania stymulantów. Idąc dalej, niektórzy spośród badanych osób mieli również różne problemy prawne z związku z używaniem tych substancji, w tym zaangażowanie w kradzieże w celu pozyskiwania substancji oraz przeniesienie do Ośrodka Młodzieżowego. Badani wspominali także o obciążających wydatkach finansowych używania stymulantów, szczególnie w przypadku częstego używania, któremu towarzyszy rozwinięcie tolerancji. Ponadto, kilku z badanych przytaczało negatywne konsekwencje używania substancji psychoaktywnych przez inne osoby z ich otoczenia, w tym agresywność lub konieczność opiekowania się osobami będącymi pod wpływem, a także związane z używaniem substancji psychoaktywnych śmierć bliskich osób.

Szkody zdrowotne

Wśród szkód zdrowotnych na pierwszy plan wysuwały się trudne doświadczenia pod wpływem długotrwałych ciągów, przedawkowań oraz podczas tzn. „zjazdów”, będącymi popularnym określeniem objawów abstynencyjnych po odstawieniu stymulantów. Do tych doświadczeń i objawów zaliczano: zapaść, utratę przytomności (zakończoną wizytą w szpitalu), drgawki, psychoza amfetaminowa, „*bóle w okolicach klatki piersiowej*” (BS28092018M3W), ból głowy, serca i brzucha oraz szczykość po charakterystycznym dla działania stymulantów szczykościsku, a także „*rozwalona śluzówka*” nosa (JG16072018K3W), widoczne schudnięcie i spadek wagi związany z brakiem apetytu, problemy ze snem, ogólne zmęczenie, gorsze samopoczucie, spadek nastroju i „*kac morlany*”:

„Na drugi dzień po imprezie zawsze jakieś zejście i często nie wychodziłam z łóżka cały dzień, bo bolały mnie kości, mięśnie, źle się czułam i miałam taki wstręt do ludzi, że nie chciałam się w ogóle widzieć z ludźmi i tak dalej” (PK28092018K3W),

„Byłam bardzo często smutna, niby się fajnie bawiłam, ale wracałam do domu, płakałam nie wiedzieć czemu, no wiadomo; gorsze samopoczucie na następny dzień czy dwa, trochę może spadek motywacji (...) straciłam też taką wiarę w siebie i strasznie samoocena mi spadła też” (JG16072018K3W),

„Kiedy miałam jakiegoś doła. Byłam smutna, zła i to wszystko wyładowywałam podczas brania ale to było wyładowanie tej agresji na samej sobie tak naprawdę. Później było jeszcze trzy razy gorzej kiedy był zjazd a wtedy nie myślałam tak, bo człowiek naćpany nie myśli” (MM22092018K3W).

Jedna z respondentem wskazała również na wpływ używania stymulantów na swój cykl menstruacyjny: *„Czasami mi się zdarzało, że pigułki [ecstasy] mi przerywały okres, jak miałam okres i brałam pigułkę [ecstasy] to w ciągu nocy zniknął mi okres” (MK24082018K3K).*

Prócz tych krótkoterminowych szkód dla zdrowia niektórzy respondenci przytaczali również odczuwalne dla nich konsekwencje, które utrzymują się od dłuższego czasu. Konsekwencje te miały charakter przede wszystkim szkód dla zdrowia psychicznego:

„Wydaje mi się że mam lekką paranoję. Mam takie odczucie, że czasami czuję się śledzona albo myślę o tej policji przesadnie. To nie jest przyjemne ale nie do takiego stopnia, że nie mogę sobie z tym poradzić, ale jest lekkie uczucie niepokoju u mnie występuje i wydaje mi się, jestem prawie przekonana, że wywołane do jest emką [MDMA]” (MK24082018K3K),

„Psychicznie to na pewno czuję, że zmieniło to moją głowę. Nie do końca wiem co konkretnie się zmieniło, nie czuję się tak samo jak przed ćpaniem ale nie czuję co konkretnie się zmieniło (...) Ciężko [określić co], jest inaczej, na pewno nie tak samo” (JG20102018M3W).

Szkody społeczne

Rzadziej przytaczano negatywny wpływ używania stymulantów na relacje z innymi osobami, w tym sprzeczki z rodzicami lub nawet „stracenie rodziny” jak w przypadku respondenta który używał stymulantów problemowo, a także pogorszenie lub utracenie kontaktu ze znajomymi, w tym z osobami które nie używają substancji psychoaktywnych:

„Ja przez to straciłem rodzinę” (MM22092018M3W),

„Wpłynęło to na moje relacje ze znajomymi, którzy nie ćpają albo wiesz odcinasz się od nich stopniowo albo całkowicie odcinasz kontakt bo wychodzisz z tymi co ćpają. Z

rodziną też jakieś tam, wiesz, rodzice spinają się, że nie wracasz na noc, albo późno wracasz” (JG20102018M3W),

„Straciłam kontakt z jedną znajomą ponieważ na imprezie na której brałam, jej mama odwoziła mnie do domu a później pilsa [tabletki ekstazy] nie zdążyła mi zejść i powiedzmy i to był jeden taki mały wpływ, ona dostała zakaz zadawania się ze mną, powiedzmy konsekwencja przypału, ale poza tym to nie” (FK23082018K3I).

Niektórzy z badanych wspominali również o doświadczeniu dyskryminacji i stygmatyzacji ze względu na swój kontakt z substancjami nielegalnymi lub odstępstwo od zabawy pod wpływem alkoholu:

„W relacjach z ludźmi to usłyszałem wiele razy, że jestem wrakiem człowieka, który nic już nie osiągnie” (JG18072018M3W),

„(...) może nie że się wytyka palcami, ale są krzywe spojrzenia, dużo ludzi mówi o mnie, że jestem jakimś ćpunem i tak dalej, a ja jestem naprawdę normalną dziewczyną, tylko lubię sobie czasami wziąć pigułę na imprezie, nie zachowuję się przez to jak wariat (...) często słyszę o sobie plotki, że jestem ćpunem, że jestem taka czy owaka. To nie jest przyjemne” (MK24082018K3K).

Przy czym większość respondentów przy pytaniu o wpływ używania stymulantów na ich relacje z innymi osobami wskazywała na istotne konsekwencje pozytywne, jak zyskanie nowych znajomości czy lepsze otwarcie się na swoich przyjaciół: *„Jeśli już jakiś wpływ na relacje to bardziej pozytywny niż negatywny” (JG16072018K3W).*

Szkody związane z funkcjonowaniem w roli ucznia

U niektórych spośród badanych można było zidentyfikować również negatywny wpływ używania stymulantów na ich funkcjonowanie w roli uczniów. Objawiało się to sporadycznym brakiem obecności w szkole poprzedzonym np. zabawą pod wpływem stymulantów lub problemami z nauką:

„Czasem się zdarza wyjątek, że nie jestem w stanie wstać [do szkoły] na drugi dzień [po imprezie]” (JG20102018M3W),

„(...) jakiś taki spadek formy ogólny, ciężko do sprecyzowania, ale nie chciało mi się robić rzeczy, które powinnam była robić, spałam w szkole, myślę że to było spowodowane zażywaniem substancji” (JG16072018K3W),

„Ja jak do szkoły chodziłem i jak zażywałem to uciekałem tylko z lekcji. Nie wiem jak to mogę, bo uciekałem z lekcji, mnie szkoła nie interesowała. Nie miałem tego w głowie, żeby iść do szkoły i się uczyć. Jak poszedłem to na jedną lekcję, nie wytrzymałem i wychodziłem, i od razu zażywałem narkotyki” (MM22092018M3W).

Jednak podobnie jak w przypadku konsekwencji społecznych, także i tutaj niektórzy respondenci podkreślali przewagę korzyści nad szkodami, co dotyczyło celowej poprawy koncentracji i motywacji do nauki pod wpływem działania stymulantów: *„po amfetaminie jeszcze chętniej się uczyłam” (MM22092018K3W).*

Problemy prawne

Konsekwencje prawne w związku z używaniem stymulantów, które były podkreślane jako poważne ryzyko przez większość badanych, deklarowała jedynie dwójka wychowanków Ośrodków Młodzieżowych, która znalazła się w badanej próbie. Ta dwójka respondentów mówiła również o swoim uzależnieniu od tych substancji oraz innych zachowaniach problemowych:

*„Przez to kradłem, kradłem takie rzeczy co potrzebne były dilerowi to dla niego kradłem a on mi w zamian tego dawał narkotyki (...) No, nie raz mnie na kamerach złapali (...) Z kamer ściągnęli. Sprawy za kradzieże miałem” (MM22092018M3W),
„No niestety przez narkotyki jestem też tutaj [do Ośrodka Młodzieżowego], bo przez czyny które popełniłam i jestem tutaj za to, były pod wpływem narkotyków lub z braku narkotyków” (PK28092018K3W).*

Szkody materialne

Do pozostałych konsekwencji używania stymulantów zaliczano szkody materialne, od *„dużych wydatków” (DG05092018K3W)* na te substancje, szczególnie po wzroście tolerancji na początkowe dawki, po zupełną utratę zasobów materialnych, o czym opowiadał wychowanek Ośrodka Młodzieżowego, który używał stymulantów problemowo:

„(...) wylądowałem na ulicy przez to i tak się to skończyło, że nie miałem nic, co jakie pieniądze miałem to na nic innego tylko na narkotyki” (MM22092018M3W).

Szkody związane z używaniem przez inne osoby

Kilku respondentów wspomniało również o szkodach związanych z używaniem stymulantów przez inne osoby, w tym: agresywność ze strony osoby pod wpływem (PK28092018K3W, JG18072018M3W , BS28092018M3W), opiekowanie się znajomymi będącymi pod wpływem (DG05092018K3W , JG18072018M3W) lub też obwinianie się za nieskuteczną pomoc osoby nadużywającej substancji psychoaktywnych: „starałam komuś pomóc, temu chłopakowi, tylko ćpaliśmy i w ogóle to było bez sensu wszystko, siedzi mi to w głowie cały czas. Może to była dla mnie w jakimś stopniu trauma” (JG16072018K3W), a także „wykorzystanie seksualne”: „Raz u znajomego tak się naćpaliśmy, on częstował mnie narkotykami i sam brał, no że mnie wykorzystał seksualnie. Znacząca się na to zgadzałam ale wiem, że jakbym była trzeźwa to nigdy bym się na to nie zgodziła. Miałam strasznie do siebie żal i do niego złość. Od tamtej pory już się nigdy z nim nie spotkałam” (PK28092018K3W).

W kontekście tym kilku spośród badanych osób wspomniała również o związanej z substancjami psychoaktywnymi śmierci bliskich osób:

„Miałam najlepszego przyjaciela na świecie, ale przećpał się i zmarł półtora roku temu. Razem też ćpaliśmy i w ogóle, i to było straszne, czułam się winna temu, nienawidziłam później narkotyków, że zabrały mi mojego przyjaciela, najwyraźniej tak musiało być, nie miałam na to wpływu ale to było bardzo przykre, negatywne” (MM22092018K3W),

„W ciągu ostatnich dwóch lat pięciu moich znajomych popełniło samobójstwo. Wiem, że najczęściej narkotyki prowadzą do samobójstwa” (PK28092018K3W).

F VIII. Źródła wiedzy o substancjach psychoaktywnych

Według relacji respondentów głównym źródłem informacji na temat stymulantów jest dla nich Internet, a w tym: fora internetowe (*hyperreal, neurogroove, erowid, psychonautwiki, reddit*), *Wikipedia*, strona i zamieszczone na niej materiały Społecznej Inicjatywy Narkopolityki („*SIN-u*”), kanały YouTube poświęcone tematyce substancji psychoaktywnych (*Wiem co ćpiem, PsychedSubstance, Drug Classroom*), blog Jerzego Vetulaniego oraz inne, niesprecyzowane bliżej „artykuły w internecie” (DG05092018K3W):

„Ogólnie to czytam dużo raportów na neurogroove, może to zabrzmie głupio ale czytam dużo na Wikipedii, nie wiem czy to jest najlepsze źródło na ten temat ale coś

tam czytam, wiadomo od znajomych i mam kilka ulubionych kanałów na YouTube na przykład Psycho Substancjes albo Wiem co Ćpiem, mnóstwo jest tych kanałów i też z tego czerpię większość moich wiadomości na ten temat. No i zdarza się, że w moje ręce trafia jakaś książka na przykład Jerzego Vetulaniego, to też sobie czytam. Musi być przede wszystkim sprawdzone” (MK24082018K3K).

Innym źródłem takiej wiedzy dla respondentów są zaufane im osoby: przyjaciele, „starsi znajomi” (JG20102018M3W), członkowie rodziny „którzy też mieli z tym styczność” (BS27092018K3W), wolontariusze jednej z organizacji pozarządowych zajmujących się edukacją narkotykową (JG18072018M3W), terapeuci i wychowawcy z Ośrodka Młodzieżowego (PK28092018K3W), a także „doświadczenie własne” jak i „na imprezach jakaś wymiana doświadczeń” (JG20102018M3W). Jeden z badanych wspomniał również, że czyta w tym celu „książki o narkotykach” (MK25092018M3K):

„Przyjaciel mi powiedział [o efektach i dawce] bo dbał o moje bezpieczeństwo, o moje zdrowie jak on tak ujął” (BS27092018K3W),

„(...) chyba najwięcej wiedzy zaczerpałem od chłopaków [wolontariuszy] z SIN-u” (JG18072018M3W),

„Od znajomych. Od mojej siostry, która miała z tym styczność, ta starsza paręnaście lat temu, od ojczyma, który też miał z tym styczność’ (BS27092018K3W).

Przy czym niektóre z osób korzystały tylko z jednego czy dwóch z wymienionych źródeł, a inne wspominały, że chcąc dowiedzieć się czegoś na temat substancji psychoaktywnych porównują informacje z co najmniej kilku z tych źródeł, weryfikując ich rzetelność:

„Spytałem [znajomych] jakie są najlepsze warunki i spytałem o ilość jaką mogę wziąć za pierwszym razem i spytałem też o to czy robić to w mniejszym gronie, czy w mniejszym, w sensie czy to bardziej ma być impreza czy bardziej posiadówka gdzie są bliżsi znajomi. No i otrzymałem różne odpowiedzi, skumulowałem to, po czym spotkałem się jeszcze raz z moim przyjacielem, stwierdziłem że zostanę z nim, on będzie moim tripsiterem [opiekunem] jeżeli coś by się miało stać” (JG18072018M3W),

„Może na początku zanim weszłam w temat i sama zaczęłam brać, no to opowieści znajomych, ale zawsze sięgałam do Internetu po zweryfikowanie tych informacji. Ta strona już została ze mną” (FK23082018K3I).

Wśród badanych był również chłopak, który sam czuł się źródłem informacji o substancjach psychoaktywnych dla swoich znajomych:

„Generalnie staram się przekazywać całą wiedzę na temat danej substancji jaką mam bo jestem zdania, że im więcej wiedzą tym mniej szkody mogą sobie wyrządzić”
(BS28092018M3W).

F IX. Sposoby ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem

Pytani o stosowane strategie minimalizacji ryzyka i redukcji szkód związanych z używaniem stymulantów respondenci przytaczali wiele, często powtarzających się odpowiedzi. Większość z nich dotyczyła przyjmowania stymulantów w kontekście imprez klubowych. Wypowiedzi te skupiały się na sposobach zapewniających porządne doświadczenie pod wpływem stymulantów oraz ograniczaniu związanym z nim krótkoterminowych szkód, a także minimalizacji ryzyka doświadczeń niepożądanych. Natomiast obecni w badanej próbie wychowankowie Ośrodków Młodzieżowych wskazywali głównie na próby kontrolowania swojego używania przez ograniczanie ilości i częstości używanych stymulantów. Wszystkie odpowiedzi respondentów uporządkowano według następujących kategorii:

– dbanie o jakość używanej substancji, a w tym pozyskiwanie stymulantów z zaufanych źródeł oraz stosowanie „prób alergicznych” przy pierwszym użyciu danej substancji, sprawdzanie zawartości pozyskanych substancji za pomocą testów kolorymetrycznych, a także korzystania z internetowych baz danych w przypadku używania stymulantów w formie tabletek („piguł”):

„[zanim przyjął „pigułkę”] sprawdziłam na Ecstasy Data” (FK23082018K3I),

„Próbuje się zawsze bardzo mało, to jest próba alergiczna, jeżeli wszystko jest okej i się nie odczuwa efektów, to można więcej” (BS28092018M3W),

„Na pewno sprawdzenie, wiadomo żeby sprawdzić dokładnie to trzeba wysłać do testów laboratoryjnych, ale jakiegokolwiek sprawdzenie nawet testem kolorymetrycznym to już daje coś, cokolwiek” (DG05092018K3W);

– higiena i odpowiednie przygotowanie do używania stymulantów, w tym posiadanie własnego sprzętu do „wciągania” w przypadku przyjmowania stymulantów donosowo:

„Powinno się mieć swoją własną słomkę, nie dzielić się ze znajomymi, nie wciągać z banknotów, to takie podstawowe, mieć dobrze pokruszoną substancję” (JG16072018K3W),

„(...) żeby być przygotowanym tak, żeby mieć przy sobie takie rzeczy jak woda, czy gumy do żucia, bo przy szczękościsku można sobie wywalić wszystkie zęby” (JG18072018M3W);

– regularnie nawadnianie i odpowiednie odżywianie oraz suplementacja, zarówno przed, w trakcie jak i po używaniu stymulantów, a także regeneracja organizmu poprzez sen, nawet w przypadku braku pragnienia, apetytu czy senności przy długotrwałym używaniu stymulantów:

„Wiedziałam, że jak będę imprezować z emką [MDMA] i amfetaminą to dzień wcześniej dbam o uzupełnienie magnezu, przed samą imprezą biorę jakieś antyoksydanty, dzień później uzupełniam zestawem witamin. Rozpisane konkretnie co biorę, ile godzin przed, jaki suplement. Mam zapisane, żeby zawsze wziąć wapno przy zażywaniu jakichś opioidów, żeby zredukować wyrzuty histaminowe. Więc takie dbanie niemedyczne, fizyczne dbanie o siebie. Fizyczna redukcja szkód” (FK23082018K3I),

„Suplementować się, bo wypłukujesz wszystkie minerały, magnez jeść, jeść na siłę, ciągów najlepiej nie stosować, bo to najbardziej wyniszcza brak snu, brak jedzenia. Mało pijesz, wysuszony jesteś, to bardziej niszczy niż substancja konkretna; jak nawet jest gruba impreza to zjem nawet na siłę, jedzenie bo wiesz głód pusty żołądek przez parę dni to wycieńcza organizm normalnie, jeść na siłę, pić na siłę, kłaść się spać nawet jak nie możesz usnąć to leżeć. To regeneruje organizm” (JG20102018M3W),

„Pamiętać o picciu wody, żeby się nie odwodnić, nie przegrzać organizmu (...) takie rzeczy w stylu branie magnezu przed imprezą, albo wypijanie elektrolitów po imprezie. W jakimś tam stopniu sobie ten organizm odbudować” (JG16072018K3W);

– odpowiednie dawkowanie substancji, zachowywanie wyraźnych odstępów w przypadku tzn. „dorzucania”, czyli przyjmowania kolejnych dawek substancji podczas jednej okazji:

„Na pewno powiem, że jest bardziej odpowiedzialnie połykać [niż wciągać substancje], więc tego bym się trzymał. Raczej jeżeli chodzi o amfetaminę, bo tego staram się używać, no bo też unika się kompulsywnego dawkowania tego” (BS28092018M3W),

„Na początku biorę połówkę albo całość i po 3-4 godzinach jak mam ochotę, czas, możliwości to mogę dorzucić tę drugą” (MK25092018M3K),

„(...) i też podstawowe rzeczy w stylu nie dorzucaj po 20 minutach i nie za dużo” (JG16072018K3W);

- aktywność fizyczna i inne elementy zdrowego trybu życia równoległe z używaniem stymulantów:

„(...) jednocześnie staram się prowadzić zdrowy tryb życia, staram się dobrze jeść, ruszać się i tak dalej więc jak to połączę, to myślę że nic złego mi się nie stanie” (MK24082018K3K);

- przyjmowanie stymulantów jedynie w obecności zaufanych osób, a także w otoczeniu w którym ma się poczucie bezpieczeństwa oraz gdzie można liczyć również na ewentualną pomoc w sytuacji wymagającej interwencji:

„(...) otoczenie i środowisko w jakim się znajdujesz [ma znaczenie], bo jeżeli są to ludzie, którzy są gotowi ci pomóc to możesz mieć pewność podczas brania stymulantów to oni się postarają jak najbardziej, żeby ci pomóc” (JG18072018M3W),

„Używki pojawiają się tylko kiedy jestem ze znajomymi i też nie zawsze, to jest kwestia tego czy jesteśmy w miejscu gdzie to jest bezpieczne, żeby zażyć jakkolwiek używkę” (JG18072018M3W),

„Wolę [używać stymulantów] w bezpiecznym środowisku, z ludźmi których znam” (MK24082018K3K);

- ograniczanie i kontrolowanie własnego używania stymulantów:

„Nie brać dużych ilości tego. Albo nie brać tego w ogóle” (BS27092018K3W),

„Może w mniejszych dawkach, raczej w mniejszych i nie codziennie, żeby tego nie brać codziennie tylko na imprezę, żeby się, nie wiem, głowa nie psuła, psychika, żeby się nie zepsuła” (MM22092018M3W),

„Strasznie dbam o te odstępy, to nie jest coś co się dzieje często, nie zabiera mi to dużo czasu (...) jest taka zasada, że [MDMA] nie przyjmuje się częściej niż raz na miesiąc” (FK23082018K3I);

– przyjmowanie postawy i odpowiednich zachowań sprzyjających ograniczaniu używania i unikaniu nadużywania stymulantów, w tym odmawianie propozycji używania lub nawet spotkania z osobami które używają substancji psychoaktywnych:

„To jest dodatek do imprezy a nie jej warunek (...) Też trzeba wiedzieć jak jest impreza o której się kończy, o którejś i już nie tam na siłę przed powrotem do domu jeszcze jedną, tylko trzeba wiedzieć dobra za tyle i tyle wychodzimy z imprezy to już koniec, stop” (DG05092018K3W),

„Próbowałem zostać w domu, nie wychodziłem, z nikim się nie zadawałem, nie chciałem, ludzie do mnie pisali znajomi odmawiałem wszystkiego” (MM22092018M3W),

„(...) zablokowanie wszystkich jak to zrobiłam znów, zablokowanie numeru i nie przyjeżdżanie do mojego miejsca zamieszkania gdzie mam bardzo dużo znajomych [z którymi wcześniej używałam] i zawsze jak przyjadę do tego domu, to zmieniam numer żeby nikt się nie odzywał” (PK28092018K3W).

F X. Profilaktyka – doświadczenia i opinie

Udział w szkolnych działaniach profilaktycznych

Jeśli chodzi o udział w szkolnych programach profilaktyki używania substancji psychoaktywnych czy innych zachowań ryzykownych większość respondentów albo deklarowała brak takich działań podczas ich obecności w szkole:

„Nie miałam takich zajęć żadnych ani nikt do nas nie przyjeżdżał (...) nigdy nie spotkałam się z żadną akcją profilaktyczną w szkole” (BS27092018K3W),

„W sumie nigdy nie mieliśmy takich zajęć ani nic o narkotykach” (JG16072018K3W),

albo przywoływała wspomnienia jednorazowych spotkań, w tym ze *strażnikiem miejskim, policjantem, pedagog, byłymi narkomanami lub chrześcijańskim raperem*. Jeden z badanych wspomniął również oglądanie „*filmu o dopalaczach*” (BS28092018M3W) podczas godziny wychowawczej. Żaden z respondentów nie wspomniął o udziale w działaniach profilaktycznych, które byłyby oparte na dowodach naukowych.

Jeden z respondentów będący wychowankiem Ośrodka Młodzieżowego opowiadał, że w ramach profilaktyki miał zapewnione: „*Jakieś spotkania z byłymi narkomanami czy coś, albo wycieczka do zakładu karnego i tam byli więźniowie w ramach programu resocjalizacyjnego, wypowiadali się jak złapali ich z tematem albo cokolwiek tylko, że ćpali to brakowało im pieniędzy i zaczęli kraść i takie doświadczenia życiowe opowiadali*” (JG20102018M3W). Opinia tego respondenta na temat profilaktyki dotyczyła tego, że: „*takie ulotki i plakaty nie trafiają do ludzi i dużo wydajniejsze jest jak ktoś ci opowie o swoich doświadczeniach*”.

Udział w pozaszkolnych działaniach profilaktycznych

Z kolei na pytanie o objęcie pozaszkolnymi programami czy kampaniami profilaktycznymi większość respondentów odpowiadała przecząco. Niektórzy wspominali „*jakieś plakaty i ulotki*” lub dostępne przez Internet „*kanały YouTube*” dotyczące substancji psychoaktywnych (jak *Wiem co ćpiem* lub *Drug Classroom*). Kilku spośród badanych przywoływała także działania partyworkerskie Społecznej Inicjatywy Narkopolityki („*SIN-u*”), na które trafiła w kontekście imprez klubowych w Warszawie lub Krakowie:

„*Na imprezach czasem pojawia się SIN. Właściciele klubów często się wypierają, że u mnie to nie ma narkotyków a jakby są imprezy na których jest SIN na przykład i można na nich dostać informator o narkotykach, można dostać jednorazowe zwijki, zatyczki do uszu, gumę do żucia, takie rzeczy i wydaje mi się, że przez to, że SIN zaczął tam uczyć ludzi zaczęli mieć większą świadomość i tam jak się coś komuś dzieje, to ludzie nawet jak nie ma tego SIN-u to reagują*” (DG05092018K3W), „*Jakieś plakaty i ulotki to nic więcej raczej. I jeszcze a propos bardziej redukcji szkód niż typowej profilaktyki to stanowisko SIN-u co można było sprawdzić swoje piguły [tabletki ecstasy]*” (JG20102018M3W).

Opinie na temat działań profilaktycznych oraz ocena ich wpływu na zachowania młodzieży

Badani określali swoje doświadczenia z profilaktyką szkolną jako negatywne. Wśród krytycznych wypowiedzi na ich temat zarzucali tym działaniom nierzetelność lub przesadność przekazywanej wiedzy, straszenie poważnymi szkodami zdrowotnymi, w tym przedawkowaniem i śmiercią. Były one również określane działaniami przynoszącymi odwrotne do zamierzonych skutki czy nawet jako „marnowanie pieniędzy”. Niektórzy z respondentów podważali również autorytet osób prowadzących te działania:

„Przychodził ten policjant brał parę klas i gadał co miał mówić i po każdej szkole chodził jeden policjant” (MK24082018K3K),

„W kręgu rówieśniczym wszyscy wiedzą, że to jest bardzo na wyrost do tego stopnia, że to jest w gruncie rzeczy wyśmiewane bo co innego z tym zrobić. Bardzo często wręcz to działa przeciwnie do zamierzonego skutku” (BS28092018M3W),

„Nie sądzę aby w szkołach była jakaś rzeczywiście prawidłowa edukacja o jakichkolwiek narkotykach. Osobiście nie doświadczyłem żadnego konkretnego programu nauczania, który tłumaczył ludziom co i jak, ani nie przedstawiał żadnych konkretów tylko właśnie bardziej z tej prawnej strefy gdzie tłumaczyli, że za to i za to jest taka kara i za taką ilość jest taka a za większą jeszcze gorsza” (JG18072018M3W).

Ogólnym przekazem wspomnianych programów profilaktycznym w odbiorze respondentów były: „narkotyki są złe” oraz „nie bierz”. Przy czym badani zwracali uwagę na nieskuteczność tej obecnej w działaniach profilaktycznych narracji zakazu (tego czego mają nie robić):

„W liceum było głównie straszenie na zasadzie, że przedawkujemy i że umrzemy. Nie było to na zasadzie jaka to substancja i co przedawkujemy tylko w ogóle, że narkotyki od razu przedawkujemy. Że to od razu nas zniszczy i tak dalej, że raz coś weźmiemy i zapalimy to od razu będziemy trupem i coś takiego. Jak raz ktoś zapali marihuanę i stwierdzi, że wciąż żyje i nic się nie zmieniło, to może bardzo mocno stracić zaufanie do tego typu źródeł z których dostał takie informacje więc no” (MK25092018M3K),

„W szkołach jest to bardzo ubogie. I też takie mówienie o narkotyki są złe, uciekajcie od narkotyków, to nie jest w żaden sposób pomoc” (DG05092018K3W).

Nie było to jednak wyrazem ich ogólnie negatywnego stosunku do działań profilaktycznych, ponieważ proszeni o opinie na ich temat respondenci wskazywali na realny wpływ takich działań na bardziej świadome i bezpieczniejsze zachowania młodzieży. Badani uważali, że odpowiednie działania profilaktyczne: „*mogą dużo pomóc, mogą przetłumaczyć coś do rozsądku*” (BS27092018K3W); że „*zwiększa to świadomość użytkowników [substancji psychoaktywnych]*” (FK23082018K3I); oraz, że profilaktyka „*może zwiększać chęć sięgania po informacje*” (FK23082018K3I). Respondenci uważali również, że działań profilaktycznych jest w Polsce za mało:

„Ja generalnie sądzę, że powinno być ich [programów profilaktycznych] jak najwięcej (...)” (FK23082018K3I),

„Myślę, że jest ich za mało i są one zbyt niepoważnie brane pod uwagę, bo według mnie powinno to być na bardzo szeroką skalę rozpowszechnione, żeby taki statystyczny obywatel miał chociaż połowiczną wiedzę o substancjach psychoaktywnych i o stymulantach” (JG18072018M3W),

„Zawsze lepiej być świadomym i lepiej uświadamiać. Myślę, że to jest ważne na pewno bo jest to lepsze niż zamiatanie pod dywan, w sensie na pewno jest lepsze tłumaczenie ludziom i mówienie jakie jest ryzyko i co robić, niż mówienie ‘nie bierz narkotyków’, bo wokół tego wszystko się kręci, bo jakby ludzie i tak będą to robić jeżeli będą chcieli, więc myślę, że to jest bardzo potrzebne i powinno coś takiego być w szkołach” (JG16072018K3W).

Rekomendacje na temat skutecznych działań profilaktycznych

Natomiast proszeni o przedstawienie tego jak takie „odpowiednie działania profilaktyczne” mogłyby według nich wyglądać, respondenci kładli głównie nacisk na rzetelną edukację na temat efektów działania substancji psychoaktywnych oraz sposobach ograniczania ryzyka i szkód związanych z ich używaniem:

„Trzeba się zastanowić czy tego typu programy w ogóle będą działać. Bo zwykle kiedy człowiekowi się mówi, że nie może czegoś robić bo nie może, to on zwykle będzie chciał to zrobić. Trzeba byłoby bardziej zadbać o tą minimalizację szkód niż o samo wpajanie ludziom, żeby czegoś nie robili bo to może przynosić marne skutki albo odwrotne” (MK25092018M3K),

„(...) gdyby im powiedziano co, jak, dlaczego i gdyby było to bardziej ogólnodostępne niż jest, to skończyłoby się to lepiej. Ćpać i tak będą, ale przynajmniej niech robią to z głową” (DG05092018K3W),

„(...) sądzę, że substancje, które nie są kulturowo u nas zakorzenione one nie muszą być wcale gorsze, a kto będzie chciał to i tak je weźmie więc dobrze, żeby społeczeństwo miało na ich temat taką samą świadomość (...) profilaktyka też powinna być, żeby osoby nie sięgały po te substancje, żeby osoby które sięgają mogły wiedzieć jak najwięcej, dbać o siebie, więc no ja jestem bardzo za takimi programami” (FK23082018K3I).

Z kolei jedna z respondentek twierdziła, że skuteczne byłoby: *„przedstawianie szkód i skutków ubocznych niebezpiecznych dla zdrowia oraz tego jaki się człowiek staje po narkotykach” (BS27092018K3W).*

W kontekście jeden z badanych pozytywnie opiniował działania z zakresu edukacji narkotykowej jednej z organizacji pozarządowej: *„Świetną robotę robi SIN z tymi ulotkami konkretnie dotyczącymi wszystkich substancji gdzie ma się wszystkie istotne informacje zawarte w formie nie wiem ile to może mieć strona A5 i jeżeli ktoś by się zastanawiał na jakiejś imprezie czy chce wziąć daną substancję, to może szybko przeczytać jakie są ryzyka, jakie są pozytywne efekty. Na pewno, to też SIN robi, jest ta tabela przetłumaczona różnych kombinacji, które są bezpieczne, które są niebezpieczne więc to jest też przydatna rzecz; jeżeli się powie ludziom, że są substancje bardziej szkodliwe i mniej szkodliwe, praktycznie wytłumaczy na czym polegają różnice, to ludzie którzy nieświadomie próbują różnych rzeczy byłiby mniej skłonni ich próbować a zarazem byłoby mniej piętnowane, gdyby ktoś używał substancji mniej szkodliwych” (BS28092018M3W).*

Zwracano jednak uwagę, że programy profilaktyczne zadziałają tylko na „poniektórych” (BS27092018K3W). Przy czym jedna z respondentek wskazywała, że: *„dla osób, które byłyby targetem [profilaktyki], które potrzebują większego otrzeźwienia, myślę, że jakieś konsultacje z psychologiem byłyby bardzo fajne, żeby to nie były tylko ulotki, informacje, strony internetowe, ale coś interaktywnego, że osoba siedząca w dragach też może brać w tym udział a nie tylko dostawać [informacje]” (FK23082018K3I).*

G. Profesjonaliści *Łukasz Wieczorek*

W próbie profesjonalistów znalazło się 4 pedagogów pracujących w szkołach – gimnazjum i liceum, 4 psychologów dziecięcych z których jeden zatrudniony był w poradni psychologiczno – pedagogicznej, kolejny pracował w placówce leczenia uzależnienia od narkotyków, a dwoje w organizacji pozarządowej oraz 4 streetworkerów/partyworkerów.

G. Streszczenie

Zachowania problemowe. Wśród zachowań problemowych respondenci zidentyfikowali takie które są związane z funkcjonowaniem psychologicznym, psychicznym, społecznym oraz związany z systemem edukacji. Wśród problemów związanych z funkcjonowaniem psychologicznym znalazły się presja rodziców i rówieśników której jest trudno sprostać i która może wywoływać problemy, lęk związany z obawami przed dojrzałością, funkcjonowaniem w przyszłości, autoagresja i agresja przejawiana do rówieśników i dorosłych, depresja, próby samobójcze. Zachowania problemowe związane z funkcjonowaniem społecznym związane są z relacjami społecznymi, brakiem zaopiekowania przez rodziców, sposobem spędzaniem czasu, naruszeniem prawa. Niektóre zachowania problemowe związane były z systemem edukacji, głównie z absencjami w szkole, złymi ocenami, naruszaniem regulaminu szkoły. Wśród przyczyn odpowiadających za występowanie zachowań ryzykownych znalazło się poszukiwanie swojej tożsamości i przez to wychodzenie poza ramy dopuszczalnych zachowań, słaby kontakt z rodzicami i chęć zaistnienia w grupie, aby nie zostać odrzuconym.

Rodzaje substancji psychoaktywnych. Spośród substancji legalnych najpopularniejsze są papierosy i alkohol, natomiast wśród nielegalnych – marihuana. Zdaniem respondentów dość

dużym zainteresowaniem młodzieży, szczególnie dziewczynek cieszą się leki. Popularnymi substancjami są również Nowe Substancje Psychoaktywne i różne stymulanty, szczególnie używane podczas imprez i festiwali muzycznych. Znacznie mniej rozpowszechnione jest używanie halucynogenów, opiatów oraz substancji wziewnych. Produktami spoza grupy substancji psychoaktywnych a które są popularne wśród młodzieży i pobudzające są napoje energetyzujące. Dość powszechne jest również zjawisko palenia e-papierosów.

Politoksykomania. Łączenie substancji podczas jednej okazji jest dość powszechnym zjawiskiem. Można wyróżnić dwie strategię łączenia substancji – używanie kilku substancji, aby wzmocnić efekt oraz używanie kolejnych substancji, aby zmienić efekt działania tej która została użyta jako pierwsza, np. w celu otrzeźwienia się. Młodzież najczęściej łączy picie alkoholu i używa narkotyków, rzadziej spotyka się łączenie dwóch substancji. Alkohol często łączony jest z paleniem marihuany. Marihuana jest również łączona ze stymulantami. Używają jej w momencie kiedy chcą wytlumić działanie stymulantów. Uczestnicy festiwali muzycznych najczęściej używają podczas jednej okazji różnego rodzaju stymulantów oraz łączą stymulanty z halucynogenami bądź euforykami takimi jak MDMA.

Profesjonaliści ocenili sposób postrzegania niektórych substancji przez młodzież – nowych substancji psychoaktywnych i substancji wziewnych. W ich ocenie nowe substancje psychoaktywne są traktowane przez młodzież jako substancje gorszej jakości, przeznaczone dla osób zmarginalizowanych, młodszych. Streetworkerzy i partyworkerzy są jednak zdania, że młodzieży zaciera się, które substancje są tradycyjnymi narkotykami, a które NPS-ami. Ich zdaniem nowe substancje psychoaktywne są substancjami współczesnej młodzieży, której z narkomanią kojarzą się tradycyjne substancje takie jak amfetamina, kokaina, heroina. Młodzież używając NPS chce się odciąć od tego starego porządku i wprowadzić w swoje życie coś nowego, coś co jest postrzegane jako substancje ich pokolenia. Zdaniem niektórych profesjonalistów, którzy uchwycili postrzeganie substancji wziewnych, są one traktowane gorzej niż inne, a ich użytkownicy są traktowani jako osoby zmarginalizowane.

Styl życia związany z używaniem substancji psychoaktywnych. Zdaniem respondentów z grupy profesjonalistów bardzo trudno zidentyfikować jest styl życia, który doprowadza do używania substancji psychoaktywnych. To w różnych stylach życia są czynniki, które przyczyniają się do używania substancji więc to ich należałoby szukać. Wystąpienie kilku czynników zwiększa prawdopodobieństwo sięgnięcia po substancje, np. przebywanie w środowiskach, gdzie narkotyki są powszechne. Mniejsza kontrola rodzicielska, brak zainteresowania ze strony dorosłych, luźny styl życia również zwiększa ryzyko używania

substancji. Badania pokazały również, że obecnie bardzo trudno jest zidentyfikować styl życia związany z używaniem określonej substancji psychoaktywnej. Powszechnym zjawiskiem jest używanie różnych substancji z czym nie wiąże się jakiś określony styl życia. Używanie określonych substancji nie wiąże się ze statusem społecznym i ekonomicznym z uwagi na dość dużą dostępność narkotyków. Z badań wynika, że uczestnicy imprez klubowych i festiwali muzycznych częściej niż innych substancji używają substancji z grupy stymulantów. Osoby poszukujące wyciszenia skłaniają się do używania marihuany. Jest grupa osób zwanych psychonautami, która testuje na sobie pojawiające się w sklepach nowości i opisuje na forach internetowych ich działanie.

Czynniki ryzyka i czynniki chroniące. W przeprowadzonych badaniach udało się zidentyfikować czynniki ryzyka, które przyczyniają się do używania substancji psychoaktywnych przez młodzież oraz czynniki chroniące zapobiegające używaniu. Do czynników ryzyka badani zaliczyli brak dobrych relacji z rodzicami. Z kolei do czynników chroniących zaliczyli kompetencje społeczne, które pozwalają młodzieży na odmawianie używania substancji, dobry kontakt z rodzicami i rówieśnikami, sposoby spędzania czasu, zaangażowanie w inicjatywy kościelne i wsparcie religijne, ograniczenie dostępności i zaangażowania w działania profilaktyczne.

Przyczyny (wewnętrzne i zewnętrzne). Wśród przyczyn wewnętrznych używania narkotyków można zidentyfikować te, które wiążą się z ciekawością, chęcią doświadczenia nowych wrażeń, odprężenia bądź otrzeźwienia na imprezie. Poza tym substancje pomagają radzić sobie z trudną rzeczywistością, doświadczanymi problemami, negatywnymi emocjami, poprawiają zły nastrój. Do czynników zewnętrznych przyczyniających się do używania substancji psychoaktywnych profesjonaliści najczęściej zaliczali chęć przynależności i zaistnienia w grupie oraz związaną z tym presję grupową. Substancje pomagają nawiązywać relacje co też może być traktowane w kategoriach motywów używania. Substancje są używane aby poprawić sobie oceny w szkole, osiągać lepsze wyniki. Również legalność substancji zachęca do ich używania, np. leków, substancji wziewnych oraz niska cena.

Zdaniem profesjonalistów rola grupy na etapie inicjacji i regularnego używania narkotyków jest istotna. Członkowie grupy są do siebie podobni, mają wspólne zainteresowania i cele. Jeśli w grupie znajdują się osoby, które wyjdą z inicjatywą używania substancji to część członków może za nimi podążać. Takie wspólne doświadczenia jednoczą i spajają grupę. Na etapie inicjacji i regularnego używania doświadczeni w używaniu członkowie grupy dostarczają substancji i instruuja pozostałych co do działania, dawkowania. Z kolei na etapie używania problemowego

rola grupy rówieśniczej jest już ograniczona. Użytkownicy dystansują się od grupy, pozyskując substancje na własną rękę i używając jej na ogół w samotności.

Wzory używania. Profesjonaliści niewiele potrafili powiedzieć na temat wzorów używania narkotyków przez młodzież. Twierdzili, że substancje są używane najczęściej w towarzystwie, rzadko samemu. Jest już ono kojarzone raczej jako problemowe. Najczęstszym miejscem użycia substancji przez młodzież jest dom bądź mieszkanie, czyli przestrzeń, która jest bezpieczna. Zdarza się, że narkotyki używane są również w klubie, rzadko dzieje się to w szkole.

Sposoby zdobywania. Można wyróżnić szereg sposobów pozyskiwania narkotyków przez młodzież. Część osób kupuje substancje sama bądź w grupie. Jeśli kupują w grupie to się składają i zamawiają większe ilości narkotyków telefonicznie bądź przez internet dzieląc je później między siebie. Młodzież jest również częstowana substancjami przez znajomych. W takich sytuacjach nie muszą za nie płacić. Niektórzy użytkownicy substancji wymieniają się nimi lub pozyskują narkotyki w zamian za świadczenie usług seksualnych. Źródło pozyskania substancji związane jest z jej legalnością. Substancje legalne, takie jak tytoń, alkohol kupowane są w sklepie. Natomiast leki, zarówno bez recepty jak i na receptę najczęściej pozyskiwane są z apteki bądź z domowych apteczek. Substancje wziewne kupowane są w drogerii. Niektórzy użytkownicy potrafią przerobić substancje, które pierwotnie nie miały właściwości psychoaktywnych na takie, które je posiadają. Substancje nielegalne zazwyczaj pozyskiwane są od dilerów. Często jest to znajomy diler, który wywodzi się z jednej szkoły bądź grupy rówieśniczej. Dość powszechnym źródłem zakupu substancji są różne strony internetowe sklepów sprzedających NPS-y, grupy na portalach społecznościowych, portale aukcyjne, fora internetowe poświęcone tematyce narkotyków. Jeśli użytkownicy zamawiają przesyłkę przez internet to najczęściej wykorzystują do tego paczkomaty bądź skrytki pocztowe.

Źródła wiedzy. W ocenie badanych podstawowym źródłem wiedzy o sposobach ograniczania szkód wynikających z używania narkotyków jest internet oraz znajomi, którzy sami używają narkotyków. Jednak te informacje są często mało rzetelne, mogące stanowić niebezpieczeństwo dla użytkowników. Rzetelne informacje są przekazywane przez pracowników organizacji pozarządowych, które świadczą pomoc w obszarze redukcji szkód.

Działalność, której celem jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych przez uczniów to zdaniem pedagogów przede wszystkim profilaktyka uniwersalna polegająca na prowadzeniu zajęć edukacyjnych, pogadanek. W ramach działalności edukacyjnej zapraszani są pracownicy różnych instytucji, np. sanepidu. Pedagodzy przekazują również informacje

rodzicom o miejscach w których mogą znaleźć pomoc w razie wystąpienia problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

W ramach działań podejmowanych przez organizacje pozarządowe, których celem jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych wśród młodzieży znalazło się prowadzenie grup wsparcia, warsztatów, treningów umiejętności społecznych, organizowano spotkania z osobami, które w przeszłości doświadczały problemów społecznych. Większe organizacje prowadzą kluby młodzieżowe gdzie osoby mogą spędzić wolny czas, rozwijać swoje zainteresowania. Działania organizacji pozarządowych obejmują również rodziny osób doświadczających różnych problemów, udzielając im wsparcia, organizując warsztaty w których wspólnie uczestniczą rodzice i dzieci. Organizacje pozarządowe prowadzące działania z obszaru redukcji szkód są aktywne podczas imprez klubowych i festiwali muzycznych. Najczęściej prowadzą tam edukację, rozdają prezerwatywy, sprzedają testy kolorometryczne do testowania substancji, itp. Działania tego rodzaju organizacji często przyciągają młodych ludzi, którzy chcą się zaangażować w prowadzenie tego rodzaju oddziaływań.

Profilaktyka. W ramach badań z profesjonalistami udało się zidentyfikować rekomendacje dla poprawy działań profilaktycznych. Zdaniem badanych należałoby się przyjrzeć jakości prowadzonych oddziaływań, które nie zawsze są odpowiednie do grupy odbiorców. Do ich projektowania należałoby zaangażować młodzież dzięki temu język i forma przekazu byłaby bardziej adekwatna. Wykorzystany język powinien być prosty i atrakcyjny, a wiedza oparta na dowodach naukowych. Należy odejść od strasznie młodzieży negatywnymi konsekwencjami używania narkotyków. Oprócz działań o charakterze edukacyjnym, respondenci postulowali, aby zwiększyć dostępność do psychologa, z którym młodzież mogłaby rozmawiać indywidualnie, jak również objąć oddziaływaniami rodziców. Należałoby poprawić również współpracę międzyinstytucjonalną.

G I. Zachowania problemowe

Profesjoniści zidentyfikowali szereg zachowań problemowych, których doświadczą młodzież. Ich obserwacje różnią się doświadczeniami, które zdobyli pracując z różnymi grupami odbiorców. Pedagodzy dostrzegają inne problemy niż streetworkerzy i partyworkerzy. Tym samym wachlarz tych zachowań jest dość zróżnicowany. Respondenci identyfikowali problemy związane z funkcjonowaniem psychologicznym i chorobami psychicznymi młodzieży. Zdaniem badanych młodzież obecnie poddawana jest dużej presji ze strony rodziców, której ciężko jest sprostać. Z drugiej strony jest presja grupy rówieśniczej. Takie obciążenie może w efekcie

prowadzić do rozwoju problemów psychologicznych. Z doświadczenia badanych wynika, że za zachowania problemowe odpowiedzialny jest lęk, którego młodzież doświadcza. Może on powstawać w związku z doświadczaną presją. Lęk związany jest z obawami przed dojrzałością, funkcjonowaniem w przyszłości.

To jest presja dorosłych w takim sensie nakładania obowiązków, odpowiedzialności, wymagań dorosłości, dojrzałości, a z drugiej strony traktowania jak dziecko czy jak kogoś gorszego i głupszego. Więc myślę, że tu już jest taki zgrzyt czy główny jakiś zgrzyt na linii młodzież-dorośli. Z drugiej strony presja rówieśnicza różnego rodzaju, bo też taka presja związana teraz z sukcesem, z jakimś prymatem nauki, ale w takim też sensie multikulturowości, to znaczy otwartości całego świata. (AL30082018K1PROF)

No do tego też jakoś tak społecznie trochę, taka presja kulturowa związana z ciałem, z wyglądem, ze stylem życia, wszystkie metody na zdrowie, suplementy. (AL30082018K1PROF)

Szczerze powiedziawszy ja widzę coraz większy lęk. Młodzież w liceach warszawskich, przynajmniej w moim, w tym, w którym ja pracuję ma bardzo wysoki poziom lęku. Lęku przed przyszłością, przed jakimiś tam, nie wiem, utrzymaniem statusu majątkowego swoich rodziców, albo przed utrzymaniem się, przed dojrzałością. Bardzo duży poziom lęku. I te zachowanie... To jest baza, tak, czyli taka podstawa, a na bazie tego lęku, no różnie się potem zachowują. (AL20072018K1PROF)

Wśród problemów psychologicznych i psychicznych doświadczanych przez młodzież badani rozpoznali autoagresję oraz agresję skierowaną do rówieśników oraz dorosłych. Wśród czynników za nią odpowiedzialnych respondenci wyróżnili przemoc, której doświadczają w domu oraz używanie substancji psychoaktywnych.

Najczęściej są to zachowania autoagresywne i agresywne w stosunku do rówieśników i eksperymentowanie z używkami. Czyli na przykład samookaleczanie, jakieś w formie cięć, czy nie wiem, niejedzenia, niespania, itd., to występuje, myślę, że u co trzeciego naszego beneficjenta. Tak średnio. Tak myślę. Z kolei zachowania agresywne w stosunku do rówieśników są dosłownie nagminne, więc tutaj jakby większość wykazuje takie zachowania. (AL05092018K1PROF)

Jeszcze to co jest nagminne, to to, że oni się tną. Ostatnio chłopak, z którym mamy do czynienia, to jest taki dylemat, co z nim zrobić... robi to notorycznie, wysyła zdjęcia gdzieś... bo oni tu mają taką swoją grupę... wysyła zdjęcia i namawia innych do tego i jak ktoś mu tam

zadał pytanie w tej grupie, dlaczego on to robi, to powiedział, że to robi bo mu to daje poczucie rzeczywistości, że ten ból mu daje poczucie rzeczywistości.
(AL14082018K1PROF)

My ogólnie pracujemy z taką młodzieżą, która trafia na ulicę, ale nie, w sensie, że mieszka na ulicy, tylko przebywa tam, spędza tam wolny czas, to jest młodzież, my to określamy z takich rodzin wieloproblemowych. Często jest tak, że oni wykazują pewne zachowania problemowe, natomiast to się wszystko wiąże z tym, czego oni doświadczają w życiu więc po 1 przemoc i to jest wśród... oni doświadczają przemocy, ale też tą przemoc stosują w ramach swojej grupy, bo też my pracujemy z taką grupą, która gdzieś wspólnie spędza dużo czasu, ona jest taka bardzo mobilna, w kontekście takim, że w różne miejsca się przemieszcza, też ta grupa jest taka bardzo płynna, przychodzą, odchodzą... i to się wszystko bardzo zmienia. I w ramach tej grupy często ta przemoc też się pojawia.
(AL13082018K1PROF)

Do zachowań problemowych związanych z funkcjonowaniem psychologicznym i psychicznym profesjonaliści zaliczyli depresję, na którą ich zdaniem coraz częściej choruje młodzież. Również inne problemy/ zaburzenia psychiczne mogą być traktowane w kategoriach zachowań problemowych. W wyniku różnych problemów i negatywnych wydarzeń życiowych młodzież podejmuje próby samobójcze.

Depresji jest bardzo dużo w tej chwili, naprawdę. Tych zaburzeń takich psychologicznych, psychiatrycznych wręcz, coraz więcej. Takie pozytywne jest to, że obserwuję coraz mniej zaburzeń odżywiania. Bo była taka moda w którymś momencie, że bardzo dużo mieliśmy anorektyczek czy bulimiczek, natomiast w tej chwili jakby trochę zmalała ilość albo ja nie widzę. Ale wydaje mi się, że jest mniej. Jeśli mają różne zaburzenia psychiczne, łącznie z takimi leczonymi przez psychiatrów, no to też bardzo trudno jest opanować takie dzieciaki czasami na lekcjach. Ja nie mam z nimi kłopotu, ale nauczyciele się skarżą. Bo na przykład, jeśli ktoś ma depresję dwubiegunową, to jest czasami nie do ogarnięcia na lekcjach. Bo albo jest w mani i wtedy po prostu wszystko chce, wszystko widzi, wszystko gdzieś tam chce ogarnąć, zabiera się za milion rzeczy naraz, których nie dopilnowuje, a jak jest w takim, no dole, no to albo nie przychodzi na lekcje, albo jak jest, to też jakoś tam destrukcyjnie działa na grupę. Więc, no nauczyciele mają duży kłopot z takimi zachowaniami na lekcjach. (AL20072018K1PROF)

Jeżeli chodzi o takie, które mnie dotyczą jakoś najbardziej, no to na przykład takie, jeżeli ktoś sobie nie radzi na tyle z emocjami, że targa się na swoje życie. Że to są takie, gdzie się

czuję najbardziej bezradna, i... No i to jest najtrudniejsza sytuacja, no bo nie wiadomo, czy ktoś sobie nie zrobi krzywdy (AL20072018K2PROF)

Zachowania problemowe są również związane z funkcjonowaniem społecznym młodzieży – z relacjami społecznymi, trudną sytuacją rodzinną, brakiem odpowiedniego zaopiekowania przez rodziców, sposobem spędzaniem czasu. Zachowania problemowe wiążą się często z naruszaniem prawa oraz absencjami w szkole, złymi ocenami, naruszaniem regulaminu szkoły.

Z jednej strony hormony, z drugiej strony grupy rówieśnicze, z trzeciej strony takie trochę strukturalizowanie siebie, szukanie siebie. Więc jakby to wszystko razem powoduje, że w ogóle ten czas jest czasem problemowym, stąd jakieś szybkie relacje, krótkie relacje, intensywne, od zakochania po nienawiść, po jakiejś bójki, intrygi czy tą taką też przemoc telefoniczną, internetową w tej chwili. Więc ja myślę, że to jest w ogóle taki specyficzny czas, gdzie problem goni problem. Ja czasem tak sobie mówię, że nastolatki nie muszą nawet brać, bo i tak zachowują się jakby były pod wpływem. Więc ja tutaj myślę, że pierwsze to jakoś takie szukanie tożsamości, drugie radzenie sobie z presją taką zewnętrzną, która jest coraz większa jeśli chodzi o nastolatków. (AL30082018K1PROF)

Bardzo duże konflikty z rodzicami, bądź też z opiekunami, bo też to są dzieci z rodzin zastępczych i konflikty rówieśnicze. (AL14082018K1PROF)

Boją się relacji z ludźmi, bo są sami jakby... Mają bardzo mało swoich... mało kompetencji takich społecznych, i w związku z tym, no bardzo dużą trudność im sprawiają kontakty z ludźmi. I nie wchodzi w bliskie relacje wtedy też, no że się czują wyizolowane, a w domu też się czują samotne oczywiście, ale jakby dużo większy koszt jest dla nich w ogóle nawiązywania relacji niż tej samotności. Więc wolą siedzieć w domu, a ewentualnie mają jakieś kontakty internetowe. (AL20072018K2PROF)

Mamy kilku chłopców, którzy są po jakiś tam karnych sytuacjach i mieli konflikty z prawem, jakieś włamy. (AL14082018K1PRO)

Niszczenie mienia, kradzieże takie rzeczy też się tutaj zdarzały. (AL12072018K1PROF)

Mamy dzieci, które potrafię po pół roku nie chodzić do szkoły zanim się ktoś zorientuje, że oni nie chodzą do szkoły, dopóki szkoła się nie zorientuje i nie obejmie ich kuratorem. Nawet pół roku czasem mija, nie odrabiają lekcji, nie zdają. Dla nich to jest takie normalne, że drugi raz nie zdał, że idzie do ośrodka, dla nich to jest normalne. I to co jest najtrudniejsze to właśnie szkoła, bo jakby ciągle walczymy o to, żeby oni do tych klas

kolejnych przechodzili, więc to jest dla nas trudne i myślę, że tak, że alkohol i narkotyki... że to jest to. (AL14082018K1PROF)

Bo tak naprawdę dla mnie, to nic nie jest problemowe dopóki nie zaczyna się konflikt interesów, a szkoła ma konflikt interesów wtedy, kiedy dziecko nie realizuje obowiązku. Czyli problemowe są te z zachowań, które powodują, że dziecko nie przychodzi do szkoły albo przychodzi do niej i z niej wychodzi, albo przychodzi do niej pod wpływem substancji. (AL23072018K1PROF)

2. Przyczyny występowania zachowań problemowych

W ramach badań udało się zidentyfikować kilka przyczyn występowania zachowań problemowych. Nie wyczerpują one pełnej puli czynników za nie odpowiedzialnych, ale mogą być przyczynkiem do ich poszukiwania w innych badaniach prowadzonych wśród młodzieży. Zachowania problemowe występują, ponieważ młodzież poszukuje swojej tożsamości i przez to wychodzi poza ramy dopuszczalnych zachowań, ma trudności w kontakcie z dorosłymi.

Ja bym się skupił na poszukaniu własnej tożsamości i jakiejś takiej chęci wyrazu czy właśnie szukanie siebie, trudności w kontakcie ze światem dorosłych tak na progu przejścia, ryzykowne zachowania seksualne – to na pewno, ryzykowne używanie substancji psychoaktywnych. Bo to jakby nie chodzi o uzależnienie, tylko w ogóle o używanie substancji, jakąś taką obecność substancji w życiu czy to kiedy one i czemu się pojawiają (AL30082018K1PROF)

*I tutaj powiedziałbym, że jakby takie wzrastanie w ogóle aparatu psychicznego jest pod dużym naporem, nie? Więc jakby takie radzenie sobie z wyrażaniem siebie, z odkrywaniem siebie, z akceptacją siebie, no i plus do tego różne ryzykowne zachowania, no bo to frustracja gdzieś musi mieć ujście. **M:- Miewa ujście albo w ryzykownych zachowaniach seksualnych albo w używaniu substancji, tak?-** Tak. Albo w jakichś, nie wiem, samookaleczaniu, nie wiem, głodzeniu się, stosowaniu diet, jakimś takim mobingu internetowo-telefonicznym, w sensie jakiejś seksualności czy jakoś wzrastania w seksualności czy takiego robienia z siebie trochę produktu. (AL30082018K1PROF)*

Również słaby kontakt z rodzicami był postrzegany przez respondentów jako czynnik przyczyniający się do występowania zachowań problemowych. Chęć zaistnienia w grupie także było postrzegane w kategoriach źródła zachowania problemowego.

Brak kompetencji społecznych wynika przede wszystkim z sytuacji rodzinnej, w moim odczuciu, i jakichś tam deficytów, które przez ileś lat narosły i nikt się nimi nie zajął, tak. To wracamy z powrotem, no że dzieci są samotne. Do mnie bardzo często dzieci przychodzą i mówią, że chcą po prostu pogadać, bo oni nie mają z kim rozmawiać z dorosłymi.
(AL12072018K1PROF)

Według mnie też pragną zaistnieć w grupie, wobec tego próbują różnych rzeczy pod wpływem grupy, typu alkoholu, narkotyków, żeby zaistnieć w grupie, żeby wydać się fajnym grupie i tak dalej, żeby nie być kujonem, tak, bo bycie kujonem jest niefajne.
(AL12072018K1PROF)

G II. Rozpowszechnienie używania substancji psychoaktywnych

Substancje, których używa młodzież

Młodzież używa różnego rodzaju substancji psychoaktywnych, zarówno tych legalnych jak i nielegalnych. Spośród substancji legalnych najpopularniejsze są papierosy i alkohol, natomiast wśród nielegalnych – marihuana. Dość dużym zainteresowaniem wśród młodzieży cieszą się leki, zarówno te które można zakupić bez recepty jak również takie, które jej wymagają. W przypadku leków badani byli zdania, że są one częściej używane przez dziewczynki niż przez chłopców.

No najczęściej to jest marihuana, to jest podstawa podstaw. Jeśli chodzi o naszą młodzież, którą teraz mamy w klubie, bo teraz mamy około 60-tki osób, które do nas przychodzi w miarę regularnie. Myślę, że śmiało mogę powiedzieć, że 90% z nich marihuanę traktują jako chleb powszedni i nie zawsze mają na nią pieniądze, ale jeśli tylko mają to zawsze z tego korzystają. (AL14082018K1PROF)

No na pewno alkohol, bo to od zawsze tak było i pewnie będzie, bo on jest obecny, więc ten alkohol się jakoś tam pojawia. I reszta to tak jak wygląda rynek narkotykowy, to głównie tak zwane nowe substancje psychoaktywne. Nie wiem jak teraz po bubloustawie będzie, ale przed nią no to głównie te nowe substancje. (AL30082018K1PROF)

Jakieś Acodiny, albo tramal – na recepte. M: A to są jakieś leki na recepte, czy bez recepty, które oni biorą? To jest też tak że wśród tej naszej grupy są osoby, które miały jakieś nie wiem czy poważniejszy wypadek, czy sytuacje jakiś większych problemów zdrowotnych i jakby wtedy mam wrażenie, że oni czasami nadużywają możliwość pozyskiwania tych leków. Potrafią tak porozmawiać z lekarzem, że mają tego więcej niż potrzebują.
(AL13082018K1PROF)

O we wszystkich konfiguracjach, jakich Państwo się zdążą ogarnąć. Pseudoefedryna w dużych ilościach, w różnych dostępnych bez recepty lekach. Mówimy o dostępności w aptekach, przecież są przepisy, tak, ile, czego można kupić, ile, czego można sprzedać osobie na raz. Nie ma żadnego problemu z dostaniem, ze skonfigurowaniem sobie leków tak, jak się chce. (AL23072018K1PROF)

Ja do męskich toalet zaglądam rzadziej, więc tam nie widuję tych listków pustych po lekach. Częściej jestem w toaletach żeńskich i tutaj spotykam takie rzeczy. Więc można by było na ten temat sądzić, że jednak to jest domena dziewczyn. Ale, tak jak mówię, ja rzadziej zaglądam do męskich toalet, więc tego nie wiem. Więc tego nie wiem. Rozmawia się ze wszystkimi. (AL20072018K1PROF)

Młodzież używa również Nowych Substancji Psychoaktywnych i stymulantów. Używane są również substancje halucynogenne, ale zdaniem profesjonalistów nie są to powszechnie używane narkotyki. Jest specyficzna grupa młodzieży, która używa opiatów. Wśród nich można wyróżnić dwie grupy, z których jedna jest przywiązana tylko do morfiny a druga używa różnego rodzaju opiatów – morfiny, heroiny, fentanyli. Osoby, które mieszają używanie różnego rodzaju opiatów zafascynowani są subkulturą narkomańską i osobami, które używają opiatów od wielu lat. Osoby te próbują żyć w sposób, w jaki żyją osoby uzależnione od heroiny, kompotu.

Na pewno, aczkolwiek oni się ukrywają, nie do końca mówią co, bo kupują to z różnych źródeł, więc na pewno kupują jakieś świństwo, jakieś dopalacze (AL14082018K1PROF).

Jeśli chodzi o stymulanty to jest ich w ogóle cała masa, empatogenne, halucynogenne i oni nawet nie łapią myślę, że mogą nie identyfikować, że to są stymulanty. Raczej kojarzą po nazwach. Ale tak, myślę, że jak najbardziej, nie widuje, ale słyszę to co mówią. (AL16082018K1PROF)

Jeśli chodzi o jakieś psychodeliki to bardziej się pojawiały jakieś takie anegdotki śmieszne, że ktoś tam, gdzieś tam... ale raczej to nie jest jakaś taka rzecz bardzo powszechna. (AL13082018K1PROF)

Miałam do czynienia i z opiatowcami młodymi, niepełnoletnimi opiatowcami, których też mogę na dwie grupy sobie podzielić. Tych, którzy używają morfiny, ja na nich mówię młodzi dekadenci, bo używają tylko i wyłącznie morfiny, brzydzą się innymi substancjami, też jakby ubierają się charakterystycznie i tak dalej, po prostu wraca ta moda na opiaty. No i drudzy, którzy jakby mieszają różne substancje i jeśli chodzi o opiaty, to jest i morfina, i heroina, i fentanyle się pojawiają. Zwłaszcza we Wrocławiu, jakby to wiem z drugiej ręki, to znaczy od koleżanki, która pracuje w klubie wrocławskim, że zwłaszcza we Wrocławiu

jest właśnie moda, pojawiła się moda też na branie opiatów takich mocnych, na takich imprezach. (AL26072018K1PROF)

A ci mieszkający to oni są bardziej zafascynowani tym życiem ulicznym, takim tych starszych opiatowców. Często gdzieś próbują się dostać w te środowiska starszych opiatowców, próbują zamieszkać z nimi na skłotach na przykład. To jest taki wyraz buntu. Często to są osoby gdzieś tam uważające się za anarchistów, punkowców. Że to jest jakiś tam ich po prostu na ten moment najlepszy styl życia.

M: A używają kompotu, jest kompot wśród tych środowisk?

Nie, raczej nie. To znaczy, jeśli pojawia się kompot w Krakowie, to jest raczej między tymi starymi użytkownikami i to są pojedyncze przypadki. (AL26072018K1PROF)

Równie mało popularne wśród osób w wieku 17-18 lat są substancje wziewne. Zdaniem profesjonalistów używanie substancji tego rodzaju jest bardziej rozpowszechnione wśród osób młodszych z uwagi na ich łatwy dostęp, np. w drogeriach oraz dość niską cenę.

Ale to też jakby ja o tym słyszę, ale to nie jest wśród mojej młodzieży, bynajmniej tak mi się nie przyznają jeszcze, o stosowaniu różnych aerozoli dostępnych gdzieś tam w drogeriach, typu jakieś dezodoranty i wdychanie dezodorantów. To o tym słyszę często, szczególnie też od jakichś takich młodszych dzieci eksperymentujących, dzieci ulicy. Często słyszę o czymś takim, jednakże przez moją młodzież jest to wspomniane, ale obśmiewane, że coś takiego się dzieje. (AL05092018K1PROF)

Produktami, które są popularne wśród młodzieży są napoje energetyzujące, które bardzo ich pobudzają. Również dużą popularnością cieszą się e-papierosy.

Piją np. dużo energetyków. W tym roku wprowadziliśmy zakaz tutaj u nas picia energetyków bo pili przez jakiś czas się godziliśmy na to, bo wiedzieliśmy, że jak wszystkiego zakażemy to przestaną do nas przychodzić. Piją olbrzymie ilości i są później bardzo pobudzeni. (AL14082018K1PROF)

Energetyki - te napoje. Bo oni to na śniadanie - bułka i Tiger jedzie na drugiej przerwie już, żeby się obudzić. (AL23072018K1PROF)

E-papierosy, które są bardzo popularne w tej chwili. Już mi się zdarzyło kilka gdzieś tam skonfiskować tych e-papierosów. M: Czy one są traktowane tak samo, jak normalne papierosy, znaczy takie tradycyjne papierosy? W szkole tak. Nawet gdzieś tam w tych statutach szkolnych muszą być zapisy, że one też. No dla nas papieros, to papieros. Czy

on jest e czy jakiś inny, to nieważne, no szkodzi. Natomiast wiem, że oni a to na długich przerwach, a to przed lekcjami, a to po lekcjach, bo w szkole naprawdę się pilnuje.
(AL20072018K1PROF)

Politoksykomania

Łączenie substancji podczas jednej okazji jest dość powszechnym zjawiskiem. Można wyróżnić dwie strategie łączenia substancji – używanie kilku substancji, aby wzmocnić efekt oraz używanie kolejnych substancji, aby zmienić efekt działania tej, która została użyta jako pierwsza, np. w celu otrzeźwienia się. Zdaniem profesjonalistów dość częstym wzorem łączenia jest używanie marihuany, ewentualnie benzodiazepin, aby uspokoić się po użyciu stymulantów. Z doświadczenia respondentów wynika, że młodzież najczęściej łączy picie alkoholu z używaniem narkotyków. Często ma to miejsce podczas spotkania, gdzie część uczestników pije alkohol oraz pali marihuanę.

Ja bym powiedział, że jeśli łączą, to łączą właśnie z alkoholem, marihuanę z alkoholem. Czasami zdarzyło się, że opowiadali o jakichś takich imprezach większych, no to faktycznie wygląda to tak, że wszyscy piją, część pali jeszcze marihuanę, ewentualnie ktoś tam jeszcze coś dodatkowo, jakiś stymulant zażyje. Natomiast jakby tym wspólnym mianownikiem jest alkohol i każdy kto co tam jeszcze potrzebuje to bierze.
(AL13082018K1PROF)

Oni bardzo często łączą alkohol z marihuaną np. czy alkohol z dopalaczami, ale tak jak mówię to nie jest zaplanowane. Spotykają się w grupie i każdy kto co ma to rzuca na stół i używamy. (AL14082018K1PROF)

Na pewno marihuana, syntetyczne kannabinoidy rzadziej, w połączeniu ze stymulantami. Najczęściej najpierw biorą stymulanty, później uspokajają się albo marihuaną, albo syntetycznymi, ewentualnie benzodiazepinami. (AL26072018K1PROF)

Uczestnicy festiwali muzyki elektronicznej używają najczęściej różnych stymulantów, które mieszają ze sobą, aby spotęgować efekt działania. Łączą amfetaminę z nowymi substancjami psychoaktywnymi bądź substancjami halucynogennymi. Zdarza się łączenie stymulantów z euforykami, np. MDMA. Z doświadczenia profesjonalistów wynika, że używanie leków jest na tyle powszechnym zjawiskiem wśród młodzieży, że nieświadomie są one łączone z różnymi narkotykami, na przykład stymulantami podczas imprezy.

Najczęściej używają stymulantów, amfetaminy, kokainy raczej nie ma, amfetaminy, mieszanki amfetaminy z nowymi substancjami psychoaktywnymi czy to są syntetyczne katynony, pochodne mefedronu. To jest tak, najczęściej są też wszelkiego rodzaju nowe substancje halucynogenne. Tak że to tego typu substancje też używają. Generalnie mieszają, mocno mieszają te substancje ze sobą. Też i ze sobą, i ogólnie tu jakby mają duży repertuar tych substancji. (AL26072018K1PROF)

To są stymulanty głównie, no bo to jest gdzieś świat imprezy, jakiegoś spędzania wspólnie czasu, więc to są stymulanty, czyli wszystkie tam pochodne mefedronu, ketony, itd. To są też euforyki idące w kierunku jakoś kokainy czy MDMA, żeby tak trochę zobrazować o co chodzi. I to może być i heksen i CMC i MMC, no alfy mniej, bo one bardziej stymulujące jednak są, czy MBOM-y, czy ptaminy, wszelkiego rodzaju susze, które tak naprawdę nie wiedzą czym są: czy syntetycznym kanabinoidem, czy może... No tam teraz trochę jest zamieszanie, bo syntetyczny fentanyl jest w postaci olejku do palenia i to jest trochę niebezpieczne, bo no można użyć, nie wiedząc, że to opioid i można go bardzo łatwo przedawkować. Więc no to tak łączą. Tak z moich doświadczeń. No i czasem alkohol bywa, choć to też jest ciekawe, że jakoś ten alkohol jest tak najniżej, powiedziałbym, w hierarchii. (AL30082018K1PROF)

Też ogólnie zaczynają nadużywać leków psychiatrycznych, które gdzieś tam zaczynają brać nie tylko na imprezach, ale biorąc na co dzień po prostu zaczynają je brać na co dzień, więc jakby na imprezie są pod wpływem też tych leków, plus na przykład wtedy stymulanty ekstazy. (AL26072018K1PROF)

Postrzeganie substancji przez młodzież

Profesjonaliści ocenili sposób postrzegania niektórych substancji przez młodzież – nowych substancji psychoaktywnych i substancji wziewnych. W ich ocenie nowe substancje psychoaktywne są traktowane przez młodzież jako substancje gorszej jakości, przeznaczone dla osób zmarginalizowanych, młodszych. Pedagodzy twierdzą, że nie są one popularne wśród uczniów liceów.

Moi uczniowie z mojego liceum uważają, że dopalacze to są dla gówniarzy, cytuję ich w tej chwili, i dla takiego marginesu społecznego. Oni się za taki margines nie uważają. Więc jeśli mają swoje samopoczucie na swój temat bardzo dobre i raczej aspirują do grupy takiej społecznej, no wysokiej klasy albo średniej klasy, to dla nich dopalacze kojarzą się właśnie z takim marginesem społecznym, z kimś niżej. Nie sądzę, żeby to było popularne wśród moich uczniów. No chyba tak się nawet kojarzy, że to gdzieś na wsi łatwiej będzie

o dostęp do dopalaczy albo, że to biorą gówniarze i tak dalej. Nie jest to chyba popularne. (AL20072018K1PROF)

Zdaniem streetworkerów i partyworkerów, nowe substancje psychoaktywne są substancjami współczesnej młodzieży, której z narkomanią kojarzą się tradycyjne substancje takie jak amfetamina, kokaina, heroina. Młodzież używając NPS chce się odciąć od tego starego porządku i wprowadzić w swoje życie coś nowego, coś co jest postrzegane jako substancje ich pokolenia. Dla młodzieży zaciera się co jest tradycyjnym narkotykiem a co nową substancją psychoaktywną. Młodzież nie używa określenia dopalacze ani nowe substancje psychoaktywne, posługując się nazwą handlową bądź chemiczną.

Nowe substancje no w takim sensie, że one też są jakieś takie bardziej osadzone w świecie młodzieżowym, w sensie że tam o nich się mówi, gdzieś są spotykane. Jakby też taka narkomania szeroko pojęta nastolatkom kojarzy się, nie wiem, z amfetaminą, kokainą, heroiną, niejako się od tego odcinają i to nie jest ich świat, z związku z czym też tak mają... czy te nowe substancje są trochę takim duchem odcięcia się od starego i no wprowadzenia w życie czegoś nowego, co mamy my. No bo to są ich narkotyki. My to nazywamy nowymi substancjami psychoaktywnymi czy jakby w literaturze czy jakoś naukowo czy żeby to rozgraniczyć, no ale dla nich to nie są nowe substancje psychoaktywne, tylko to są substancje psychoaktywne. (AL30082018K1PROF)

Raczej słyszę, że to jest fajne, bo tanie, bo łatwo dostępne. Może tak trochę pół żartem i z przymrużeniem oka się o tym mówi, ale nie mam takiego przeświadczenia, że dlatego, że oni uważają, że są na tyle gorsze od tradycyjnych, zwłaszcza, że to się zaciera. Mefedron to jest już tradycyjny narkotyk, czy to jednak dopalacz. (AL16082018K1PROF)

O opiatach nie słyszę. Pewnie to są inne grupy, bo Ci z którymi pracujemy to są takie dzieciaki dla których heroina, opiaty to zostały gdzieś tam w dzieciach z dworca zoo pogrzebane i tego już w ogóle nie ma i nigdy nie istniało, przynajmniej taką słyszę od nich perspektywę, natomiast słyszę, że nowe substancje, dopalacze to słyszę od nich, no czysta ekonomia. (AL16082018K1PROF)

Nigdy nie usłyszałem dopalacze. M: A co usłyszałeś? Nowe substancje psychoaktywne? Nie, też nie. albo slangowe nazwy albo wzory chemiczne. Nigdy nie usłyszałem dopalacze na nowe substancje, nie wiem czy nawet wiedzą, że jest takie pojęcie. Ja mam takie doświadczenia i ja bym tu też nie wrzucał do jednego worka. Ja też jakoś jestem bliski tej nomenklaturze młodzieżowej posługiwania się no nazwami konkretnymi, a nie jakimś zbiorem, który się nazywa dopalacze. No bo też nieprawdą by było jakbyśmy powiedzieli,

że wszystkie dopalacze są bardzo toksyczne, trujące i złe. To nie jest prawda. Jest tam też szereg takich, które mają mało szkód, tak? może ten efekt też nie jest jakiś tam szalowy, ale no nie są aż tak toksyczne jak inne, o których tam się mówi czy które wychodzą no tak medialnie na plan pierwszy, ale to też po latach, bo się nagle telewizja ocknęła, że jest jakaś substancja, która no już od wielu, wielu lat funkcjonuje. więc ja nie powiedziałbym, że wszystkie są złe i że to jest jedna grupa, nie? Ja bym tu dzielił na szkodliwość związaną z użyciem czy w ogóle z toksycznością substancji. (AL30082018K1PROF)

Używanie substancji wziewnych jest oceniane przez młodzież w wieku 17-18 lat negatywnie. Mimo łatwej dostępności do tych substancji ich używanie nie kojarzy się dobrze, młodzież wyśmiewa użytkowników, marginalizuje. Ich używanie jest częstsze wśród młodszych osób. Młodzież rzadko przyznaje się do używania substancji wziewnych.

Myślę, że jest to (substancje wziewne – autorzy) bardzo łatwo dostępne, niedrogie i tak jakby jeszcze niezbadane, więc młodzież nie słyszała o jakichś negatywnych skutkach takiego używania, a daje to bardzo szybką reakcję (...) Właśnie nie wiem jak to jest. Zastanawiałam się nad tym i często jak rozmawiam z młodzieżą, to jakby ta moja młodzież, z którą ja pracuję, oni się z tego śmieją, że to jest niepoważne, że to jest okropne i bardzo negatywnie oni to postrzegają, wręcz myślę, że bardziej negatywnie niż marihuana. Ale jakby z jakiegoś powodu młodsze dzieci, te które gdzieś tam bawią się na ulicach, sięgają po coś takiego, tak? Więc nie znam, jeszcze też nie miałam możliwości pracy z takim dzieckiem, żeby dowiedzieć się o jego motywacjach. Ale wiem, o tym się słyszy gdzieś, ale dzieci się do tego nie przyznają. (AL05092018K1PROF)

Szczerze mówiąc to się nie spotkałem, żeby była mowa o tym, że ktoś używa tych substancji wziewnych. Wydaje mi się, że z perspektywy naszej młodzieży jest to postrzegane jako coś takiego już bardzo, bardzo... jakiś upadek, że ktoś po coś takiego sięgał. Więc oni raczej nawet jeśli czegoś takiego by używali to by nam nie powiedzieli. Dla nich to już jest takie, w kilku rozmowach taki motyw się już pojawił, że to jest już takie uważane, za dno dna. Mimo, że rzeczywiście jest tak, że one są dużo łatwiej dostępne niż leki na receptę. (AL13082018K1PROF)

G III. Styl życia związany z używaniem substancji psychoaktywnych

Zdaniem respondentów z grupy profesjonalistów bardzo trudno zidentyfikować jest styl życia, który doprowadza do używania substancji psychoaktywnych. To w różnych stylach życia są

czynniki, które przyczyniają się do używania substancji więc to ich należałoby szukać. Wystąpienie kilku czynników zwiększa prawdopodobieństwo sięgnięcia po substancje, np. przebywanie w środowiskach, gdzie narkotyki są powszechne. Mniejsza kontrola rodzicielska, brak zainteresowania ze strony dorosłych, luźny styl życia sprawia, że używanie substancji jest bardziej powszechne.

Nie zaryzykowałbym wysunięcia jakiegoś takiego jednego stylu życia, który doprowadza do brania. Myślę, że w różnych stylach życia różne zmienne czy nałożenie się zmiennych powoduje o użyciu, ale to nie jest tak, że jakiś styl. Ok, możemy mówić o tym, że jest większe prawdopodobieństwo czy że jakoś taka powszechność substancji gdzieś jest większa niż w jakiejś innej grupie czy w innym środowisku czy w innym stylu życia, ale ja też myślę, że substancje psychoaktywne są powszechne we wszystkich stylach życia. Tu bardziej bym powiedział, czy jakoś zróżnicował, że no są style, które odpowiedzialniej używają substancji. (AL30082018K1PROF)

Najczęściej są to dzieci, które gdzieś tam mają luźny styl życia, w stylu że mogą wychodzić sobie na dwór, spędzać dużo czasu gdzieś tam z rówieśnikami, w środowisku i rodzice jakby czekają tylko, że oni wrócą do domu na wieczór. Ale czy to jest jakiś styl życia? No rozrywkowy. Najczęściej są to dzieciaki, które słabiej się uczą, mają trudności w nauce, więc też jakby to nie są dzieciaki, które są ambitne i chętne do pracy nad sobą. (AL05092018K1PROF)

Badania pokazały również, że obecnie bardzo trudno jest zidentyfikować styl życia związany z używaniem określonej substancji psychoaktywnych. Powszechnym zjawiskiem jest używanie różnych substancji z czym nie wiąże się jakiś określony styl życia. Używanie określonych substancji nie wiąże się ze statusem społecznym i ekonomicznym z uwagi na dość dużą powszechność do narkotyków. Z badań wynika, że uczestnicy imprez klubowych i festiwali muzycznych częściej niż innych substancji używają substancji z grupy stymulantów. Są to substancje, które pozwalają im się dobrze bawić, dają więcej energii, pobudzają. Osoby, które dążą do wyciszenia używają przetworów konopi, które pozwalają im na osiągnięcie takiego efektu.

Nie wiem czy Pan kojarzy imprezy klubowe spod szyldu Wiksapol, Ekwador 2000? No to w tych grupach na pewno przede wszystkim królują stymulanty, zarówno amfetamina, jak i pochodna oksydronu. Też bardziej z grupy euforyków, ekstazy, chociaż zdarzają się tam

osoby... w ogóle oni jeszcze biorą benzodiazepinę i zdarzają się osoby, które też na tych imprezach nawet biorą opiaty. (AL26072018K1PROF)

To są osoby, które jakby nie mają problemów na przykład z chodzeniem do szkoły. Zazwyczaj chodzą do szkoły i używają przede wszystkim właśnie imprezowo tych stymulantów, czasami wpadają w jakieś takie weekendowe ciągi. Zazwyczaj to są osoby, które, no mają dobrą sytuację materialną, też lepszych rodziców. I z tego, co udało mi się dowiedzieć czy dowiadywać też od tych osób, że często tych rodziców po prostu nie ma w domu. Wyjeżdżają, zostawiają im na weekend na przykład dom wolny i oni też robią jakby nie tylko robią to w klubach, ale też na domówkach wtedy. (AL26072018K1PROF)

Na przykład osób, które dążą do równowagi. Używają kanabinoidów albo marihuany okazjonalnie, raz na kilka tygodni, żeby no nie wiem, wprowadzić się w stan wyciszenia, pomedytować, pokontemplować naturę czy jakieś takie bycie wśród natury i wzmocnić jakieś doznania. To też najczęściej są osoby starsze, w sensie nie nastolatki raczej. W różnych stylach są po prostu różne sposoby używania substancji. (AL30082018K1PROF)

Jest grupa użytkowników, którzy testują na sobie różne substancje psychoaktywne, tak zwani psychonauty. Zamawiają oni nowe substancje, które pojawiają się w sklepach internetowych, testują ich działanie i dzielą się swoimi doświadczeniami na forach internetowych.

Jest część osób, psychonautów, pewnie Panu znani, która po prostu zamawia nowości przez internet, wyszukuje przez internet nowości i testują na sobie, natomiast nie mam bezpośredniej styczności z tymi osobami, tyle co często wchodzę też na takie fora i tak dalej, i obserwuję co tam piszą, co tam się dzieje. Tak, oni sprawdzają to czasem raz, czasem kilkukrotnie, opisują to na forach i później interesują się kolejną substancją. Czasem licytują się, ile razy który trafił na toksykologię z tego powodu. (AL26072018K1PROF)

G IV. Czynniki związane z używaniem substancji psychoaktywnych

Czynniki ryzyka

W ramach badań z profesjonalistami udało się zidentyfikować czynniki ryzyka, które przyczyniają się do używania substancji psychoaktywnych przez młodzież oraz czynniki chroniące zapobiegające używaniu. Do czynników ryzyka badani zaliczyli brak dobrych relacji z rodzicami. Mogą to być rodziny, które są zagrożone wykluczeniem społecznym, ale również

takie, gdzie obydwój rodziców intensywnie pracuje, nie poświęca czasu dzieciom. W takich rodzinach relacje między rodzicami a dziećmi mogą być nadwątlone.

Częściej sięgną takie grupy, które, nie wiem, gdzieś nie mają wsparcia w rodzinie, gdzie... albo rodzina na przykład się nie interesuje, tak, no bo tak mi się kojarzą takie dwie grupy, tak – grupa rodziców, którzy się nie angażują i nie interesują dzieckiem, bo, nie wiem, jest taka kultura rodziny, tak, czy, nie wiem, czy jest ubóstwo jakiejś rodziny czy jakaś patologia, tak. No i grupa rodzin, które na przykład, nie wiem, rodzice mają dużo pieniędzy, ale są zapracowani i ich dziecko tak naprawdę nie interesuje, nie, więc jakby nie ma tych relacji i nie ma czegoś, czego dla mnie jakby w ogóle więź i relacja to jest takie najbardziej chroniące przed wchodzeniem w sytuacje problemowe. (AL12072018K2PROF)

Czynniki chroniące

Dobre kontakty z rodzicami i rówieśnikami są czynnikami chroniącymi używania substancji. Dzięki temu młodzież nie używa substancji, aby zaistnieć w grupie bądź poradzić sobie z problemami.

Znaczą, no dla mnie są to na pewno takie grupy, które jakby, nie wiem, młodzież jest, nie wiem, że tak powiem, zaopiekowana, tak. Ma kontakt z rodzicami swoimi dobry. Ma kontakt z rówieśnikami dobry, nie. Że jakby nie potrzebuje tego jakby do wspomagania, nie. No to są takie grupy, które raczej rzadko sięgną, tak, po środki psychoaktywne. (AL12072018K2PROF)

Jakie są czynniki chroniące? No bardzo ścisłe więzi w rodzinie, nie. To jednak jest taki czynniki chroniący. (AL20072018K1PROF)

Bo mają wsparcie w domu, bo mają z kim porozmawiać, bo jak nie mają wsparcia w domu, przychodzą tutaj na przykład, są stali bywalcy gabinetu pedagoga czy psychologa i nierekrutujący się z tych kłopotliwych. Bo utrzymują balans i sprężystość dzięki temu, że na przykład mają właśnie... zorganizują sobie wsparcie. Jeżeli nie mają go w domu jest w szkole specjalista. (AL23072018K1PROF)

Wśród czynników chroniących respondenci wymieniali również kompetencje społeczne, które pozwalają młodzieży na odmawianie używania substancji. Ważne było również wysokie poczucie własnej wartości, które pozwala na postawę asertywną i przeciwdziała poddawaniu się presji grupowej.

Gdyby miał poczucie jakiejś swojej wartości większe, to by tego nie zrobił, pewnie by powiedział jej, to nie dla mnie, nie. By powiedział asertywnie, że nie. Natomiast pije, tak. On mi tutaj później w gabinecie powie, tak, że on wypił dlatego, że mu było głupio, bo wszyscy by się z niego śmiali, natomiast tam nie jest w stanie tego powiedzieć, bo nie jest na tyle silny wewnętrznie. (AL12072018K1PROF)

Czynniki chroniące mogą być związane ze sposobami spędzania czasu, np. uprawianiem sportu. Także zaangażowanie w inicjatywy kościelne i wsparcie religijne są traktowane przez profesjonalistów jako czynnik chroniący. Osoby uczestniczące w społeczności kościelnej akceptują picie alkoholu, ale niechętnie podchodzą do kwestii narkotyków.

Fajna grupa rówieśnicza, jak sportowcy, jak tam gdzieś tam wyczynowo, to może rzadziej po to sięgną, no bo się czegoś tam obawiają. (AL20072018K1PROF)

Kościół bardzo chroni przed używaniem. Te dzieciaki, które gdzieś tam są związane z Kościołem, jakieś oazy, jeżdżą na jakieś rekolekcje, w życiu by tego tknęły, nie. Jeszcze tam alkohol, to podejrzewam, że by sobie tam wypily, ale marihuany nie. (AL20072018K1PROF)

Ograniczenie dostępności do substancji psychoaktywnych również jest czynnikiem przeciwdziałającym ich używaniu. Przykładem ograniczenia w dostępie jest postawa farmaceutów, którzy kontrolują zakup leków przez niepełnoletnich.

Dobłą pracę wykonują farmaceuci. Nawet sama doświadczyłam czegoś takiego, że chciałam kupić lek na kaszel, ja osobiście i pani mnie długo pytała po co mi ten lek i dlaczego i jakby jakie inne leki biorę, itd. Więc tutaj myślę, że już też farmaceuci są przeczulenii na to. Zauważyłam to i rzeczywiście jakoś tak widzę, że młodzieży jest dalej do aptek. Być może jest to spowodowane tym, że gdzieś tutaj te miękkie narkotyki krążą bardzo blisko nich i mają dobry dostęp do nich i jest dużo łatwiej pójść do Rossmanna czy gdzieś, włożyć do koszyka i wyjść ze sklepu z jakimś aerozolem czy czymś takim, co też podobno, jak to moja młodzież mówi, daje niezłą fazę. (AL05092018K1PROF)

Działalność profilaktyczna i uczestnictwo młodzieży w różnego rodzaju programach także zniechęca do używania narkotyków.

Myślę, że już dużo pracy my jako profilaktycy włożyliśmy w to, żeby dzieci gdzieś odeszły od tej formy używania i że też dużo się słyszało o różnych formach przedawkowania, o jakichś tam bardzo negatywnych skutkach. (AL05092018K1PROF)

G V. Przyczyny używania substancji psychoaktywnych

Wśród przyczyn używania można wyróżnić takie, które związane są z motywacją wewnętrzną i zewnętrzną.

Przyczyny wewnętrzne używania substancji psychoaktywnych

Do przyczyn wewnętrznych motywujących używanie substancji można zaliczyć ciekawość jak substancja oddziałuje na sferę poznawczą. Poszukiwanie nowych wrażeń i chęć doświadczenia czegoś nowego jest czynnikiem który motywuje do przyjmowania różnych narkotyków. Chęć odprężenia jest również motywem używania substancji, najczęściej przetworów konopi.

To ja bym podzielił na różne kategorie. Jedna to jest odwieczna ciekawość i szukanie czegoś nowego, czy jakichś nowych wrażeń, czy chęci doświadczenia czegoś, czego nikt jeszcze nie doświadczył, co jest coraz trudniejsze w tych czasach. Więc ja bym powiedział, że taka ciekawość trochę idąca no w taką ryzykowną stronę, jak to z młodzieżą. (AL30082018K1PROF)

Jeśli chodzi jeszcze o indywidualne podejście to taka ciekawość własna.. co się będzie ze mną działo, czego doświadczę. (AL16082018K1PROF)

No prym wiedzą przy odprężaniu kanabinoidy głównie, choć to też jest tak, że niektórzy je mylą z marihuaną, a one działają różnie, w zależności co to za syntetyk. Mogą i pobudzać i napinać i rozluźniać i odcinać i dawać silne halucynacje. (AL30082018K1PROF)

Młodzież używa stymulantów, aby się otrzeźwić podczas imprezy. Ta grupa substancji jest również używana z uwagi na chęć wzmożenia koncentracji, lepszego skupienia się, możliwość łatwiejszego przyswojenia materiału do nauki.

Generalnie, powiedzmy sobie szczerze, stymulanty to jakaś taka najmniej przyjemna grupa substancji, szczególnie te syntetyczne. Bo tam amfetamina no to jeszcze można mówić o jakiejś lekkiej przyjemności, ale to wszystko syntetyczne to jest raczej psychogenne, pojawiają się jakieś lęki, napięcia, itd. Ale tu jest taki prymat czy jakieś sięganie po nie, bo to jakoś tak weszło w oczywisty kanon, że jak czymś innym się za bardzo zrobisz, to

stymulantem się wyprowadzisz. Nie zawsze to jest prawda, szczególnie przy syntetykach nowych i wtedy no można sobie zrobić krzywdę. Ale na otrzeźwienie na przykład są używane i to jest taka intencja, żeby jakoś być trzeźwiejszym czy jakoś bardziej siebie kontrolować. To są też różne chęci wzmożenia koncentracji, skupienia. (AL30082018K1PROF)

Substancje pomagają również radzić sobie z otaczającą rzeczywistością, doświadczanymi problemami, negatywnymi emocjami. Narkotyki pozwalają uciec od trudności dnia codziennego, uniknąć bądź załagodzić doświadczane konsekwencje. Narkotyki poprawiają zły nastrój. Jest to również przyczyna używania substancji.

Wiesz, bo jakby to jest naprawdę tragedia, tak jak spojrzeć z perspektywy nastolatka, czy też sytuacji, którą znam, że ktoś funkcjonował jako osoba atrakcyjna w sensie intelektualnym, jako też kreatywna, bo to jest w ogóle postać kreatywna i nagle kolega, który był bliski, pozazdrościł mu dziewczyny i stworzył sytuację, że on został oskarżony o naprawdę okropne rzeczy, z którymi nie miał nic wspólnego i w przeciągu 24 godzin on został sam. I to jest życiowa tragedia, no bo on nie wie czemu, co się wydarzyło, czemu tak szybko, czemu tak mało wystarczy do jakiejś zmiany. Z drugiej strony funkcjonował w tej grupie no w różnych obszarach: i swojej nauki, i czasu wolnego, i jakoś domu, bo to ludzie, którzy przychodzili, no i z dnia na dzień to jest strata wszystkich, można powiedzieć żałoba nie do odwołania. No i wtedy jest sięganie po substancje, żeby ukoić ból. (AL30082018K1PROF)

Wychodzi się na papierosa, wraca się spokojniejszym. To jest dowód na to, że papierosy pomagają się uspokoić. No i dlatego te miękkie, bo to nie jest też jakby potrzeba gdzieś tam takiego całkowitego oderwania się od rzeczywistości, tylko chwilowego uwolnienia od myślenia o problemach. (AL23072018K1PROF)

Po pierwsze, żeby się właśnie nie zawsze jest dostęp, a nie każdy też chce palić marihuanę, więc może sobie wtedy jakby humor też poprawić i nastrój podwyższyć jakimś fajnym lekiem z tych bezreceptowych. (AL23072018K1PROF)

Przyczyny zewnętrzne używania substancji psychoaktywnych

Do czynników zewnętrznych przyczyniających się do używania substancji psychoaktywnych profesjonaliści najczęściej zaliczali chęć przynależności i zaistnienia w grupie. Młodzież, która chce być dobrze przez grupę odbierana i która spędza w niej dużo czasu chętniej używa narkotyków. Presja grupowa jest silna, jednostce jest się trudno przeciwstawić.

Grupa rówieśnicza, jak w grupie rówieśniczej się przyjmuje no to jest większa szansa, że wezmą, natomiast teraz też jak to powiedziałam, to może miało to jednak znaczenie u tych starszych osób, no bo więcej w tej grupie rówieśniczej spędzali czasu, a teraz ludzie Ci młodszy spędzają czas ze swoim telefonem. (AL16082018K1PROF)

W ogóle presja rówieśników, to jest tak, że nawet jak przychodzi dzieciak, który nigdy nie miał nic wspólnego z narkotykami, w momencie kiedy wpada w tych rówieśników, ta presja jest tak silna, że naprawdę mało kto może się ostać w tym. Potrzeba przynależności u nich jest tak duża, że oni są w stanie zrobić wszystko, tylko po to, żeby przynależeć do danej grupy. (AL14082018K1PROF)

Myślę, że to wszystko jest okupione chęcią zaistnienia w grupie rówieśniczej, ewentualnym jakimś brakiem zaspokojenia potrzeb w domu rodzinnym i zaspokajaniem ich na płaszczyźnie grupy rówieśniczej. I jeżeli grupa rówieśnicza idzie w kierunku jakiejś autodestrukcji i bawienia się na całego, to jednostka też trochę idzie. Więc myślę, że to głównie jakby wpływ grupy rówieśniczej jest powiązany z używaniem. (AL23072018K2PROF)

Substancje pomagają nawiązywać relacje społeczne co też może być traktowane jako jeden z motywów ich używania.

Tak, jak ja to rozumiem, to myślę sobie, że chodzi o jakby nieradzenie sobie z relacjami i emocjami. I to myślę, że to jest największa przyczyna. No, głównie to chodzi o to - o relacje i o emocje. Że też łatwiej udawać kogoś, kim się nie jest, łatwiej wyluzować się i tam poradzić sobie z trudnymi sytuacjami. Albo zaimponować kolegom, albo się wpasować w grupę. Myślę, że często są osoby, którym trudno jest nawiązywać relacje, a przez używki znajdują osoby, które ich zaakceptują wtedy, no bo tak jakby w takim gronie jest łatwiej o jakąś tam akceptację dla nich, nie muszą się jakby bardziej starać. (AL20072018K2PROF)

Wynikiem takiej presji grupowej i społecznej może być używanie substancji do nauki, aby osiągać lepsze wyniki w szkole.

Powodem, żeby ich [narkotyków – autorzy] szukać jest często potrzeba bycia długo na topie, bo oni muszą się dużo uczyć. I jakby słyszę o takich rzeczach raz od rodziców, bo jestem też terapeutą i jakby słyszę z drugiej strony bramki, i słyszę też od specjalistów, którzy są w tych dobrych szkołach. Tam potrzeba czasem coś zażyć, żeby mieć, nie wiem, pięć klasówek w trzy dni i nie jęczeć, tak, i na wszystko dać radę, a przecież wiadomo, że się

człowiek nie uczył cały rok, tylko tuż przed. I w tamtych szkołach jest takie napięcie, że rzeczywiście zdarza się dość często, że dzieci robią różne głupie rzeczy, czyli sięgają po te twardsze, po to żeby dać radę. (AL23072018K1PROF)

Wśród motywów zewnętrznych, które przyczyniają się do używania narkotyków jest potencjalna legalność substancji. Młodzież jest zdania, że jeśli używają substancji, które są legalne nie grozi im za to kara, przez co potencjalne konsekwencje są mniejsze. Również niska cena zachęca do używania i może być motywatorem.

Ja myślę, że ciągle to, że część substancji jest legalna jakoś działa szczególnie na dzieciaki.

Słyszę haha, hihi, ale za to nic nie grozi. To niby nic, ale jednak dla młodzieży to jest istotne, bo nie przekraczam jakiejś granicy, że rodzice będą jeszcze bardziej źli, że to się zacznie dziać coś poważnego, że mogą mnie wyrzucić ze szkoły itd. (AL16082018K1PROF)

Jakby taka taniość, dostępność i powszechność też powoduje a czasem jest to użycie niekontrolowane, to znaczy nie wiem, ktoś przesadził z alkoholem i jakby no upadły różne obrony, kontrole i jakoś użył tego pod wpływem. (AL30082018K1PROF)

Rola grupy na etapie inicjacji narkotykowej, regularnego i problemowego używania

Zdaniem profesjonalistów rola grupy na etapie inicjacji i regularnego używania narkotyków jest istotna. Członkowie grupy są do siebie podobni, mają wspólne zainteresowania i cele. Jeśli w grupie znajdują się osoby, które wyjdą z inicjatywą używania substancji to część członków może za nimi podążać. Takie wspólne doświadczenia jednoczą i spajają grupę.

To zależy pewnie od osobowości. Bo jakby można powiedzieć, że grupa może być taką trochę siłą inicjacyjną. To znaczy nie chodzi o to, że tam wszyscy są źli, biorą i zmuszają jedną osobę, która nigdy nie brała, do zrobienia czegoś złego w swoim życiu czy niedobrego. Tylko generalnie jak się spotyka kilku nastolatków, skoro się spotykają, to się jakoś lubią. Jak się jakoś lubią, to są jakoś do siebie podobni, no i ten temat substancji może wybrzmiewać, być obgadywany, zastanawiany. No i im jest więcej osób, im większa jest ciekawość grupowa, no to większe jest prawdopodobieństwo, że w grupie w końcu ktoś nie wiem, zorganizuje, kupi i dojdzie też do takiego wspólnego użycia trochę na zasadzie też takiego zacieśniania więzów, że razem coś zrobiliśmy. Takie jakieś pierwsze wspólne doświadczenia no to jakoś tam jednoczy i spaja. (AL30082018K1PROF)

Jeśli chodzi o inicjację to jest na pewno ta rola jest istotna bardzo, w sensie takim, że tu faktycznie no ciężko chyba nie spróbować będąc w tej grupie. Trzeba mieć mega silną wolę, żeby tam być i nie spróbować. (AL13082018K1PRO)

Doświadczeni członkowie grupy dostarczają substancji i instruują pozostałych co do działania, dawkowania. Przekazują im wszelkie informacje, które sami mają.

Grupa rówieśnicza, w którą osoba wchodzi i zaczyna używać substancji, to jest wykładnią wiedzy na temat substancji przede wszystkim. Pokazują jak brać, ile brać, załatwiają pierwszy towar. No i jeśli ta osoba pozostaje w obrębie tej grupy często jest tak, że te grupy jakby wspólnie coraz bardziej problemowo zaczynają używać tych substancji. (AL26072018K1PROF)

Na etapie używania problemowego wpływ grupy jest już ograniczony. Użytkownicy najczęściej się dystansują i nie uzależniają używania substancji od tego czy znajomi będą brać narkotyki czy nie. Młodzież bierze wtedy sama, ograniczone zostaje branie w grupie. Problemowi użytkownicy są odrzucani przez grupę rówieśniczą.

Z kolei później, na etapie już takiego problemowego brania, już takiego używania uzależnionego, rola grupy bardzo odchodzi na bok. Często jednostki same biorą, same palą, same zażywają i już jakby ta rola grupy odchodzi i wręcz jakby tutaj dzieje się to prawie że bez grupy albo gdzieś tam sporadycznie z grupą. (AL05092018K1PROF)

Kiedy już ktoś tak bardzo mocno używa, to raczej są to osoby odrzucane albo określane jako menele, przegrańcy, którzy przesadzają. Tu jest taki moment, że wszyscy są razem, później tak są trochę mniej te osoby wspierane, a jak ktoś już za bardzo przesadzi, no to już w ogóle jest osobą taką odtrąconą. (AL13082018K1PROF)

G VI. Wzory używania

Z doświadczenia profesjonalistów wynika, że najczęściej młodzież używa substancji będą w grupie znajomych. Rzadko się zdarza, że używają w samotności. Używanie samemu kojarzone jest już z problemem i wzorem, który prowadzi do uzależnienia. Jeśli młodzież w grupie idzie na imprezę to często są pod wpływem tej samej substancji.

Tak, zawsze jest to w grupie. W swojej karierze znam może trójkę dzieci, z którymi pracowaliśmy, które gdzieś tam same sobie i dla siebie to wszystko załatwiały. Najczęściej było to w grupie, najczęściej to było na zasadzie jakiejś odskoczni, zabawy, formy jakby takiego wzmocnienia grupy. I zazwyczaj jest w grupie ktoś, kto ma dostęp. I dlatego jakby też widzimy ten sposób działania wszystkich tych grup zorganizowanych narkotykowych, że one zawsze szukają kogoś, kto jest w grupie. (AL05092018K1PROF)

Z narracji profesjonalistów wynika, że używanie substancji ma miejsce głównie w domu lub mieszkaniu, w bezpiecznej dla nich przestrzeni. Zdarza się, że biorą narkotyki także w klubie. Zdaniem pedagogów, młodzież rzadko używa substancji w szkole, podczas lekcji.

No a dzieci nie używają koło szkoły, głównie pewnie dlatego, że rozmawiamy o liceum, a licea nie są rejonowe. I dzieci stąd rozpierzchają się. Więc albo okolica domu, albo okolica liceum. Tutaj przyjeżdżają dzieci z bardzo daleka. One komutują jakoś tam koło godziny Ożarów Mazowiecki, nawet dalej, więc warszawskie licea wcale nie są wypełnione warszawskimi dziećmi, mieszkającymi tuż obok, tak. To po co się gromadzić koło szkoły, żeby koło niej pić. (AL23072018K1PROF)

G. VII. Rynek

Z badań wśród profesjonalistów wynika, że młodzież nie ma problemów z dostępem do substancji psychoaktywnych, zarówno tych legalnych jak i nielegalnych. Ich zdaniem zdobycie alkoholu i narkotyków nie stanowi problemu. Z dostępem do narkotyków nie mają trudności szczególnie starsi uczniowie, którzy mają szersze znajomości i kontakty z osobami pełnoletnimi.

Jest tak, że my też pracujemy zarówno z młodzieżą 15-26 czyli młodzież, młodzi dorośli i Ci, którzy są poniżej 18 roku życia, funkcjonują w tej grupie, no to na pewno nie ma najmniejszego problemu, żeby ten alkohol pozyskali, już nawet abstrahuję od tego, że sami mogą iść do sklepu i go kupić, ale mają prawda w swojej grupie osoby, które im spokojnie ten alkohol kupią. (AL13082018K1PROF)

A jeżeli chodzi o jakieś narkotyki, dopalacze, to też jest dostępne myślę, że dosyć łatwo. Więc jeżeli ktoś tylko chce, to myślę, że droga jest dosyć krótka, żeby to zdobyć. (AL23072018K2PROF)

Znaczą myślę, że jakby młodzież taka starsza, nie, czy studia, czy już końcówka liceum to oni mają może łatwiej troszkę dostęp do takich tradycyjnych narkotyków, nie, czy tam takich

substancji. Bo tak, no sobie wyobrażam, że te mniejsze to raczej trudniej im jest, nie, znaleźć w tych, no może mają starsze rodzeństwo czy kolegów. (AL12072018K2PROF)

Sposoby pozyskania substancji

Część użytkowników kupuje substancje sama bądź w grupie. Jeśli kupują w grupie to składają się na nie i zamawiają większe ilości telefonicznie bądź przez internet dzieląc je później między siebie. Niektórzy sprzedają je innym użytkownikom, jeśli nie są w stanie ich spożytkować. Część użytkowników narkotyków została poczęstowana substancjami przez znajomych. W tych sytuacjach nie musieli za nie płacić.

To jest telefon, internet czy taki handel jakby wewnętrzny czy jakoś towarzyski, to znaczy składanie się w ileś osób i kupowanie większych ilości i wtedy jakoś dzielenie się czy dalej udostępnianie. Ale to głównie internet i telefon. (AL30082018K1PROF)

Zazwyczaj jest tak, że jak jest na przykład grupa idąca na imprezę, to jedna osoba całej grupie załatwia. To jest większość przypadków, przeważająca większość przypadków. (AL26072018K1PROF)

Są miejsca, w których jakby wiadomym jest, że ludzie używają. Ludzie używający mają to do siebie, że w którymś momencie już nie ogarniają co i ile mają i się tym po prostu dzielą czy jakoś deklarują, że mają i komuś dają. Nie wiem czy to można nazwać dzieleniem. Ale myślę, że jak ktoś wie gdzie pójść, to z tym nie ma żadnego problemu. ale to zawsze tak było. Jeśli jest użytkownikiem rekreacyjnych, to ja bym strzelał, że najczęściej w jakichś sytuacjach społecznych używał czy używała, no to wie, że idąc na imprezę, jest duże prawdopodobieństwo, że gdzieś się dostanie od kogoś. Znając trochę świat imprez pojawia się kolejna furtka, bo wiadomo na jaką imprezę pójść, żeby prawdopodobieństwo uzyskania jakiejś substancji było większe, nie? W sensie takiego trochę typowania użytkowników. Więc ja myślę, że to taka wiedza nabywana z doświadczenia, nie? (AL30082018K1PROF)

Niektórzy użytkownicy substancji wymieniają się nimi, na przykład na różnych grupach na facebooku. Zdarza się również pozyskiwanie substancji w zamian za świadczenie usług seksualnych.

Wymieniają się też na Facebooku na przykład. Coś za coś. Jedna substancja za jedną substancję. I to też jakby wymieniają benzo na MDM-a, wymieniają opioidy na marihuanę na

przykład. Tak że to jest też ciekawe, że po prostu te wymiany są pomiędzy różnymi grupami substancji. (AL26072018K1PROF)

*Nie, usługi nie, raczej substancje za substancje. Nie spotkałam się z tym, żeby ktoś jakieś usługi oferował. Natomiast docierały do mnie plotki osób, że tam już w klubie, że tam jakaś dziewczyna zrobiła coś tam z chłopakiem, żeby dostać pigułę. Tak że raczej takie rzeczy się zdarzają. **M: Czyli chodzi raczej o to, że na przykład usługi seksualne za substancje?** Uhm. To zazwyczaj jest już pod wpływem substancji no i na imprezie już. (AL26072018K1PROF)*

Ale jeśli chodzi o taką wymianę seksualną, to jasne, ale to już nie jest nic nowego. Znaczący w klubach w Warszawie od dawna jak ktoś nie miał, że tak powiem, zasobów, a miał ochotę użyć, no to seks za kreskę no od dawien dawna. Więc jakby tu się nic nie zmienia, że dziś jest gotowość z dwóch stron, że tak powiem. Oczywiście się śmieję, ale to ma aspekt nadużycia, itd., tylko że wtedy to jest trochę w odcięciu. Z drugiej strony ja bym powiedział, że też trochę inne jest podejście w tej chwili nastolatków do seksu czy jakoś tak do różnych rodzajów seksu i on jest często uprzedmiotowiony czy jakoś tak w odcięciu od ciała i od własnej świadomości. Co nie zmienia faktu, że jest to nadużycie, tak patrząc na to obiektywnie. Ale jest jakaś moneta przetargowa. Czy nagie zdjęcia. Znaczący naprawdę bez pieniędzy można się nieźle naćpać, tylko trzeba wiedzieć gdzie pójść. (AL30082018K1PROF)

Źródła pozyskiwania substancji

Źródło pozyskania substancji związane jest z jej legalnością. Substancje legalne, takie jak tytoń, alkohol kupowane są w sklepie. Leki, zarówno bez recepty jak i na receptę najczęściej pozyskiwane są z apteki bądź z domowych apteczek. Substancje wziewne można zakupić w drogerii. Niektórzy doświadczeni użytkownicy narkotyków są w stanie samemu przygotować substancję psychoaktywną ze środków, które są legalnie dostępne na rynku.

Acard jest bez recepty, Tussipect też już jest bez recepty, jako lek na kaszel. Tylko, że mają te norefedryny i to w dużych ilościach, no też daje jakieś tam różne efekty, dla nich być może pożądane. (AL20072018K1PROF)

Po prostu ktoś tam w domu ma, bo się leczy na serce na przykład, czy nie wiem, na kaszel pani sobie kupiła, żeby nie iść na zwolnienie, tylko do roboty, a ktoś to wykorzystał. To jest tak powszechna wiedza na temat tych leków Acard czy tam ten Tussipect, że, no nie trzeba być jakimś geniuszem, żeby to wiedzieć, że to działa. (AL20072018K1PROF)

Oni zawsze mówią, że wcale nie trzeba dilerów szukać, wystarczy wejść do Rossmanna.
(AL20072018K1PROF)

Wiem też, że część jakichś takich rzeczy, które dają kopa można wyprodukować sobie z rzeczy, które są, no ogólnie dostępne na rynku, tak. I się jakoś tam je łączy, potem się jest destyluje, nie wiadomo, jakie rzeczy się z nimi robi, i wtedy też można dostać. Więc też można sięgnąć po te rzeczy, które są dostępne na rynku i mają inne przeznaczenie, ale można z nich stworzyć coś, co będzie działało. (AL23072018K2PROF)

Substancje nielegalne zazwyczaj pozyskiwane są od dilerów. Często jest to znajomy diler, który wywodzi się z jednej szkoły bądź grupy rówieśniczej.

Niestety jest tak, że są młodzi dilerzy i dokładnie ich znają, też tu kilku mieliśmy, ale jak to wychodzi to natychmiast takiego gościa musimy usunąć, ale najczęściej jest tak, że mają to od kolegów, którzy są młodymi dilerami. Młodych dilerów, to są najczęściej równolatkowie. (AL14082018K1PROF)

To jest taki znajomy diler, to nie jest nawet taki z którym się raz tam spotkam, tylko raczej często oni w tych grupach funkcjonują. Siedzą, pogadają, taki dobry wujek.
(AL13082018K1PROF)

Dość powszechnym źródłem zakupu substancji są różne strony internetowe sklepów sprzedających NPS-y, grupy na portalach społecznościowych, portale aukcyjne, fora internetowe poświęcone tematyce narkotyków. Najbardziej popularnym jest hyperreal. Sprzedawcy zamieszczają na różnych witrynach ogłoszenia o możliwości zakupu narkotyków. Sposób opisu dostępnych substancji jest zakodowany i jasny jedynie dla osób wtajemniczonych. Użytkownicy kupując pierwszy raz substancję kontaktują się z dilerami przez internet. Jednak w przyszłości jak chcą kupić narkotyki to kontaktują się przez telefon.

*Wśród tej młodzieży najczęściej odbywa się to na Facebooku, są grupy z forum Hyperreal, są grupy dedykowane na każde miasto. I na przykład na Hyperreal Kraków oni po prostu ogłaszają kto, co ma do sprzedania. Często nikt nie pisze wprost, że ma na przykład morfinę. Tylko piszą różnymi kodami. Na przykład, jeśli chodzi o MDMA to jest często mama Adama albo cukiernia została otwarta. Jeśli chodzi o opiaty, to mam obrazki z ojcem Pio. LSD to są kartony do przeprowadzki. Także to jest mega ciekawe. I jakby to jest główne źródło pozyskiwania wszelkich substancji. **M: Czyli Facebook, ogłoszenia na Hyperrealu? Tak, tak, dokładnie.*** (AL26072018K1PROF)

Młodzież mi mówi, że nawet na Allegro można znaleźć pod różnymi hasłami. I też podobno są takie różne wlepki, którymi oklejone są wejścia, różne zsypy, itd., przystanki, które mają dziwną nazwę, jak się wpisze w internecie, to też można dostać jakiś dostęp do narkotyków. (AL05092018K1PROF)

Przez ten internet teraz właśnie przez te ogłoszenia to jest tak, że to się trochę rozmywa. Bo oni też nawiązują później dalsze znajomości z tymi osobami, które najpierw ogłaszały się na Facebooku, później po prostu oni jakby uzyskują do nich kontakt. (AL26072018K1PROF)

Kupując substancje ze sklepu internetowego użytkownicy zamawiają usługę dostarczenia przesyłki za pomocą paczkomatu bądź skrytki pocztowej, rzadziej korzystają z poczty.

*No i internet. I tak samo te wszelkie strony z dopalaczami też, to już zamawiają z tych stron do skrzynek, skrzytek pocztowych, paczkomatów najczęściej. **M: Aha, czyli nie na pocztę? Nie na pocztę, paczkomaty są najczęściej.** (AL26072018K1PROF)*

G VIII. Redukcja szkód

Sposoby ograniczania szkód stosowane przez młodzież

Na temat sposobów ograniczania szkód wypowiedzieli się głównie streetworkerzy i partyworkerzy pracujący w obszarze redukcji szkód. Pedagodzy i psycholodzy nie za bardzo potrafili zidentyfikować takie strategie stosowane przez młodzież. Z ich informacji wynika, że młodzież nie zna sposobów redukcji szkód po użyciu narkotyków.

To znaczy ja myślę, że raczej nie [znają – autorzy], że jakby tylko to, co się może dziać po, jak się będą czuć, tak, w takim sensie, co to może im dać takiego dobrego, pozytywnego, przyjemnego. (AL12072018K2PROF)

Do strategii redukcji szkód badani zaliczyli poszukiwanie informacji na temat używania różnych rodzajów substancji – dawek, łączenia różnych narkotyków, sposobów ograniczania ryzyka wystąpienia negatywnych konsekwencji użycia substancji. Dla łącznego używania substancji młodzież stosuje tak zwaną tabelę miksów. Jest to tabela pokazująca, które substancje jest bezpiecznie łączyć, a których nie należy gdyż może to doprowadzić do negatywnych konsekwencji zdrowotnych.

Redukują szkody po prostu dopytując się na grupach dedykowanych ku temu do redukcji szkód, nie tylko na Hyperreal, ale też SIN założył grupę, Kontrola Lotów nazywa się ta grupa i tam jakby opiekują się tą grupą rzeczywiście osoby, które znają się na tym, a nie inni rówieśnicy i te osoby często i chętnie bardzo zamieszczają pytania, jeśli chodzi o dawki, jeśli chodzi o połączenia różne. Także zaczynają też szukać informacji z zakresu redukcji szkód. (AL26072018K1PROF)

Przetłumaczona przez SIN, bo stworzona chyba przez organizację taka tabelka, która pokazuje które substancje z którymi ze sobą wykazują synergę, które jakby się zbijają, które substancje są szczególnie niebezpieczne, które są neutralne dla siebie. (AL26072018K1PROF)

Do strategii ograniczania szkód zaliczono również używanie substancji w otoczeniu znajomych, tak aby w razie wystąpienia negatywnych konsekwencji mogli zareagować i udzielić pomocy.

Oni często mają w głowie pewne rzeczy, jak chociażby to, żeby trzymać się ze znajomymi, żeby była jakaś osoba trzeźwa wśród nich, żeby chociażby mieć ten nieszczęsny naładowany telefon, wiedzą, żeby swojego napoju pilnować i właśnie trzymać się w grupie. (AL16082018K1PROF)

Starają się na pewno z takich strategii korzystać i np. taką strategią jest w ich przypadku to, że oni jeżeli starają się być w jakiejś grupie bezpiecznej. Znaczy bezpiecznej w sensie, że się znają. Tak jak mówiłem o tych imprezach w mieszkaniu, no to też w pewien sposób zabezpieczeni. To też później pokazuje, jak oni opowiadają historię, że siedzą sobie gdzieś tam razem i komuś się zasłabnie, to do niego jest wzywane pogotowie, więc w takim sensie gdzieś często ta odpowiedzialność za siebie się pojawia. (AL13082018K1PROF)

Do strategii redukcji szkód badani zaliczyli poszukiwanie informacji na temat używania różnych rodzajów substancji, używanie narkotyków wśród znajomych, wymianę igieł i strzykawek, zabezpieczenie czystego sprzętu do używania substancji, picie wody podczas imprez. Młodzież korzysta z oferty streetworkerów i partyworkerów wymieniając igły i strzykawki, sami zabezpieczają sobie czysty sprzęt, który używają do brania narkotyków.

Dbanie o własne zwijki. Też przychodzą, chcą wymieniać igły, strzykawki, dbają o ten czysty sprzęt. No bardziej redukcja szkód. Na przykład te tabele mixów, które wydał SIN są bardzo popularne. (AL26072018K1PROF)

Podczas imprezy piją wodę. *Część osób na pewno piją wodę, wiem o tym, bo mi to też mówili. A mówili, że jak wypijesz wodę, to będzie mi lepiej. Żeby ograniczyć skutki? No oprócz wody... Tak właściwie nie, nawet mi trudno teraz sobie coś znaleźć w pamięci, musiałabym się nad tym zastanowić dłużej.* (AL12072018K1PROF)

Do strategii redukcji szkód zostały również włączone strategie unika bądź zdemaskowania przez osoby dorosłe, że używali substancji. Aby uniknąć negatywnych konsekwencji w relacjach społecznych młodzież bierze narkotyki w ukryciu, unikając kontaktu z rodzicami.

Myszę, że właśnie, że to raczej takie chowanie się, typu wychodzenie rano, robienie tego rano, żeby wieczorem, jak się odtaja, to dopiero wrócić. (AL23072018K2PROF)

Źródła wiedzy o sposobach ograniczania szkód

W ocenie badanych podstawowym źródłem wiedzy o sposobach ograniczania szkód wynikających z używania narkotyków jest internet, w szczególności fora internetowe poświęcone tematyce narkotyków, grupy na portalach społecznościowych (głównie facebook). Poszukują również informacji przez wyszukiwarkę internetową. W ocenie streetworkerów i partyworkerów te informacje są często mało rzetelne, mogące stanowić niebezpieczeństwo dla użytkowników.

No zazwyczaj z internetu, fora Dopalamy, Hyperreal, od znajomych. To są takie najczęstsze z Google. No i też trochę na sobie testują. Młodzież chciałaby dotrzeć do rzetelnej wiedzy, natomiast, no niestety w szkole jej na pewno nie otrzymują i właśnie szukają w internecie, szukają po forach, a niestety zazwyczaj w internecie jakby część tej wiedzy jest okej, jest przekazywana w miarę okej, natomiast jednak większość tej wiedzy nie jest do końca rzetelna, bo w większości stanowi indywidualne odczucia na temat danych substancji osób, które testują na sobie i chociażby patrząc na dawki, które oni gdzieś tam polecają na początek, to te dawki są absurdalnie wysokie. I dla osoby, która jakby nie ma żadnego doświadczenia z substancjami, ma małe doświadczenie z substancjami i te dawki mogą być dla nich groźne. (AL26072018K1PROF)

No forum cały czas żyje, cały czas pojawiają się nowe posty, nowe dyskusje. Tak że to jest cały czas. Nie jestem w stanie powiedzieć ile dziennie postów się pojawia, ale to jest, no powyżej 20-30 nawet postów. (AL26072018K1PROF)

Równie często informacje pochodzą od rówieśników, znajomych. Również to źródło nie jest oceniane pozytywnie, gdyż wiedza przekazywana na temat substancji nie jest rzetelna. Są to zwykle inni użytkownicy, którzy testowali na sobie działanie substancji i przekazują własne doświadczenia.

Znowu znajomi. No i tutaj jest kłopot, bo często szkoła uważa, że to rodzice powinni, tak jak z edukacją seksualną troszkę. Tylko, że edukacja seksualna ma to szczęście, że o tym się mówi, a edukacja w tym obszarze no to nie ma czegoś takiego. Właśnie szkoła uważa, że to po stronie rodziny, rodzina uważa, że to szkoła powinna załatwić i to głównie dzieciaki się dowiadują od siebie, od starszego rodzeństwa. Właściwie to idzie tak – starsze rodzeństwo, młodsze rodzeństwo, znajomi, rówieśnicy młodszego rodzeństwa i internet.
(AL16082018K1PROF)

Pracownicy organizacji pozarządowych starają się edukować użytkowników stając się dla nich źródłem wiedzy o strategiach ograniczania szkód.

Często są przedukowani przez nas też. Mają wkładane do głowy często te różne kwestie żeby się nawadniać, żeby uważać na tabletki gwałtu, żeby pilnować swojego drinka. Oni różne takie strategie znają no i deklaratywnie też stosują. Z tego co nam opowiadają.
(AL13082018K1PROF)

G XI. Profilaktyka

Działania podejmowane przez szkołę

Działalność szkoły, której celem jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych przez uczniów to zdaniem pedagogów przede wszystkim profilaktyka uniwersalna polegająca na prowadzeniu zajęć edukacyjnych, pogadanek. Do szkół zapraszani są pracownicy Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych (sanepid), którzy prowadzą edukację.

No pierwszorzędowej, bo przecież tak naprawdę nie mamy szansy wylapać jakichś tam poważnych zażywczy. Poza tym, że ich obserwujemy, że widzimy, że coś jest nie tak, no to te pojedyncze przypadki, więc szeroko, do wszystkich są warsztaty skierowane.
(AL23072018K1PROF)

Rzeczywiście się robi jakieś tam programy, przychodzi pan, pani opowiada i tak dalej. Czyli wtedy głównie te skutki, przyczyny podejmowania tych prób. (AL20072018K1PROF)

Współpracujemy bardzo prężnie, zresztą ze świetną pracownią psychologiczną już od trzech lat, która naprawdę super te warsztaty prowadzi. I co jeszcze? Rozmowy, godziny wychowawcze też również są, że tak powiem, profilaktyczne rozmowy na ten temat.
(AL12072018K1PROF)

Przychodzą właśnie panie z sanepidu opowiedzieć o szkodliwości. I to akurat jest nawet fajne, bo jakby dzieje się coś na przerwie, tak, nie na lekcji, tylko na przerwie. Dzieci mogą sobie popróbować smokolajzera, zobaczyć te gogle alkoholowe, zobaczyć te narzędzia i pomądrzyć się przy tym stoliczku. I jaki to ma procent przełożenia? Myślę, że mniej niż 10, ale jest. (AL23072018K1PROF)

Pedagodzy udzielają informacji rodzicom, których dzieci mogą być zagrożone rozwojem uzależnienia bądź występują u nich problemy psychologiczne bądź psychiczne, o miejscach, w których można uzyskać pomoc.

No to są rozmowy indywidualne, rozmowy z rodzicami, nie wiem, kierowanie do ośrodków. Są różne ośrodki takie bardzo fajne, pracujące z uzależnieniami, no to jest właśnie "Poza iluzją", Karan. Moi to by pewnie nie poszli, jakby rodzic tam przeczytał, że Karan to, wiadomo, że tam jakaś patologia chodzi, no to oni by tam nie posłali swojego dziecka. A "Poza iluzją" to już jest tak łagodniej, nie, że tam tacy fajni chodzą do tego ośrodka.
(AL20072018K1PROF)

Działania podejmowane przez organizacje pozarządowe (NGO)

Działania organizacji pozarządowych mające na celu ograniczenie używania substancji psychoaktywnych polegają na prowadzeniu grup wsparcia, warsztatów, treningów. Organizowane są spotkania z osobami, które w przeszłości doświadczały różnego rodzaju problemów, a które sobie z nimi poradziły.

Robimy też takie warsztaty „Myślę, więc działam” dla młodzieży, gdzie młodzież dowiaduje się o swoich kompetencjach, wzmacnia swoje kompetencje, wzmacnia asertywność.
(AL05092018K1PROF)

Oczywiście prowadzimy poradnictwo, konsultacje, grupy wsparcia, mówię teraz już o takim technicznych rzeczach, prowadzimy socjoterapie dla młodzieży, co roku prowadzimy dwa kursy turnusy socjoterapeutyczne. Prowadzimy, choć nie zawsze rodzice w to wchodzi, prowadzimy też takie nasze autorskie warsztaty, które się nazywają „Spina”, to są

warsztaty gdzie uczestniczy rodzic i nastolatek i oni razem tam pracują.
(AL14082018K1PROF)

Robimy też serię koncertów w szkołach z osobami, które miały jakieś negatywne skutki narkotyków, ale zarazem mówią pozytywną profilaktykę, czyli opowiadają swoją historię, jak miały ciężko, jak było ciężko w domu, jak się nie udawało, jak popełniały błędy, sięgając po narkotyki, a później pojawił się ktoś, kto im pomógł i jakby ich życie się zmieniło. (AL05092018K1PROF)

NGO prowadzą kluby młodzieżowe, których celem jest organizacja czasu wolnego uczestników, rozwój umiejętności, możliwość realizacji własnych zainteresowań. Działania organizacji skupiają się na oddziaływaniach prowadzonych w stosunku do rodzin młodzieży doświadczających problemów.

Prowadzimy klub młodzieżowy, klub, który się nazywa „Zamiast”, czyli zamiast używania, zamiast spędzania czasu gdzieś przy środowisku, możesz przyjść do nas i zrobić coś ciekawego, fajnego, co sam zaplanujesz. Czyli mamy takie możliwości, że młodzież może robić to, co tak naprawdę chciałaby robić, z fajną grupą. Czyli nie wiem, mamy szkołę rapu, gdzie młodzież rapuje, nagrywa teksty i później koncertuje. Mamy teatr „Forum”, gdzie młodzież wybrane przez siebie formy problemowe przedstawiają później gdzieś w środowisku, w szkołach, w teatrach. Bardzo interaktywny teatr. Mamy różnego rodzaju spotkania, właściwie wyjścia różne ciekawe. Czyli jakby zastępujemy im nudę, monotonię i trudności w formie właśnie pasji, zainteresowań, aktywności. (AL05092018K1PROF)

Robimy wszelakie treningi wzmocnienia więzi rodzinnych, treningi komunikacji dla rodziców i młodzieży w kryzysie, specjalistyczną pomoc w sytuacjach kryzysowych dla młodzieży.
(AL05092018K1PROF)

Organizacje pozarządowe prowadzące działania z obszaru redukcji szkód są aktywne podczas imprez klubowych i festiwali muzycznych. Najczęściej prowadzą tam edukację, rozdają prezerwatywy, sprzedają testy kolorometryczne do testowania substancji, itp. Działania tych organizacji przyciągają młodzież, która chce się zaangażować w tego typu akcje. Dzięki temu projektowane oddziaływania trafiają do młodzieży, są postrzegane jako autentyczne.

Czyste Bity to jest równocześnie edukacja i redukcja szkód, właśnie w klubach i na imprezach. No niestety jakby nie mamy tam warunków też żeby prowadzić jakieś większe prelekcje ludziom na ten temat, natomiast staramy się przekazywać... odpowiadać, najbardziej

odpowiadać na pytania. Mamy też trochę ciekawych ulotek, które jakby ludzie chętnie biorą i po prostu czytają nawet później na spokojnie. I na bieżąco staramy się odpowiadać na ich pytania w związku z aktualną sytuacją co, gdzie teraz i tak dalej. Jeśli pytają się o jakieś inne formy pomocy, to chętnie też udzielamy im informacji. Zdarza się, że na przykład ktoś przyjdzie z klubu do mnie na terapię do poradni. Tak że to staramy się informować. Robimy interwencje kryzysowe w stosunku do osób, które już naprawdę źle się czują i potrzebują pomocy przedmedycznej, w związku z użyciem substancji. No i w związku z redukcją szkód też rozdajemy prezerwatywy, rozdajemy rubrykanty, zatyczki do uszu, wodę do przemywania nozdrzy, jednorazowe zwijki. (AL26072018K1PROF)

Jakby widzę coś takiego u nas na imprezach, że w pewnym momencie są osoby, pojedyncze osoby, które zajmują się naszymi działaniami. Wręcz dopytują się czy mogą dołączyć albo do Czystych Bitów, albo do SIN-u, czy mogą jakby dołączyć do nas. Jeśli te osoby są pełnoletnie zapraszamy ich na szkolenia. I to też jest ciekawe, że wtedy im jakby rośnie status w ich grupie, tych znajomych, że oni są w SIN-ie, oni są w Czystych Bitach, mają szkolenia i wtedy stają się takimi edukatorami rówieśniczymi. My korzystamy bardzo z tego, ponieważ to jest właśnie świetny sposób, żeby dojść do reszty ekipy takiej osoby. Oni się stają takimi edukatorami wobec jakby reszty znajomych. (AL26072018K1PROF)

Rekomendacje dla profilaktyki

W ramach badań z profesjonalistami udało się zidentyfikować ich rekomendacje dla poprawy działań profilaktycznych. Zdaniem badanych należałoby się przyjrzeć jakości prowadzonych oddziaływań, które nie zawsze są odpowiednie do grupy odbiorców. Do ich projektowania należałoby zaangażować młodzież dzięki temu język i forma przekazu byłaby bardziej adekwatna. Język i forma przekazy jest zdaniem profesjonalistów istotna. Prosty przekaz treści jest atrakcyjny dla młodzieży i takim językiem powinny być przekazywane treści profilaktyczne, których celem jest ograniczeniem używania substancji psychoaktywnych.

Myślę, że tam, trzeba zapraszać do projektowania takich działań właśnie 20-latków. To by było super, jakby nawet ostatnie klasy liceum, łatwiej kogoś zmobilizować jeszcze w liceum niż potem, ale to jest kwestia wtórna. W każdym razie, młodsze osoby powinny być zaangażowane w to jak i w to co przekazywać, czyli w formułowanie treści. Czyli osoba od merytoryki jasne przygotować swoją rzecz i co powinno być przekazane, ale nad językiem, przekazem, fajnie byłoby usiąść razem. Ja bardzo często ostatnio korzystam z młodszych osób i widzę różnicę perspektywy. (AL16082018K1PROF)

Jeszcze mamy filmy profilaktyczne w internecie, takie animowane, króciutkie, dopiero się uczymy takich rzeczy robić, ale polecam. Na naszym facebooku można sobie obejrzeć. Dwu minutowe takie animacje z komentarzem. Młodzież mówi wprost, że „ja nie czytam” to za dużo dla nich, oni potrzebują obrazki, instrukcje potrzebują to włączamy film i ten film sobie leci, no ogólnie lepiej żeby to był film. (AL16082018K1PROF)

Wiedza przekazywana młodzieży powinna być rzetelna, oparta na dowodach naukowych. Młodzież jest przeciwna straszeniu konsekwencjami używania narkotyków. Zdaniem profesjonalistów nacisk w takich oddziaływaniach powinno się położyć nie na substancje tylko na dbanie o własne zdrowie. Oddziaływaniami profilaktycznymi należałoby objąć osoby młodsze biorąc pod uwagę wiek inicjacji. Z doświadczenia profesjonalistów wynika, że rzetelną wiedzę na temat substancji powinno się przekazywać już osobom w wieku 13 lat.

Ja myślę, że tutaj jest jakoś ważne, żeby też tak edukować nie strasząc, jeśli chodzi o dopalacze czy w ogóle jakby wyjść tak z tej nomenklatury narkotykowo-dopalaczowej. No bo to co jakoś się przekazuje czy to co redukujemy, no to straty. No więc do tego można podejść od strony zdrowia czy zadbania o swoje zdrowie i trochę porozmawianie nie czy bierzesz czy nie bierzesz i jaką sobie krzywdę zrobisz, tylko porozmawianie o tym: ok, są różne sytuacje ryzykowne i ważne jest zdrowie, jak zadbać o zdrowie. Ja myślę sobie, że ważny jest punkt wyjścia, nie? Bo to znowu albo możemy o objawie rozmawiać albo o czymś co jest głębiej, nie? I jakby ja mam takie doświadczenia, że oni są ciekawi. Oni czasem nie wiedzą gdzie szukać, szczególnie jeśli chodzi o dopalacze i jakoś to też jest różnie i to się jakoś tam intensywnie zmienia, bo teraz też nawet te strony są jakoś takie bardziej profesjonalne, nie? (AL30082018K1PROF)

No z tego, co rozmawiam właśnie z tymi młodymi, to oni zazwyczaj zaczynają około 14-15 roku życia, więc jakby pierwsze jakieś takie informacje mogliby, nie wiem, w wieku 13 lat dostawać na temat tych substancji na lekcjach biologii. (AL26072018K1PROF)

Oprócz działań o charakterze profilaktycznym, respondenci postulowali, aby zwiększyć dostępność do psychologa, z którym młodzież mogłaby rozmawiać indywidualnie. Ich zdaniem nawiązanie takiej relacji pozwoliłoby na lepsze dotarcie do uczniów. Zdaniem badanych większymi oddziaływaniami należałoby objąć rodziców, przygotować jakieś warsztaty, aby mogli w nich uczestniczyć razem ze swoimi dziećmi.

No mi się wydaje, że w szkołach, no to rzeczywiście mogłoby być więcej takich jakichś zajęć, nie wiem, psychologicznych, czy w ogóle, żeby ktoś rozmawiał z młodzieżą o ich problemach. To mi się wydaje, że to jest bardzo potrzebne, a tego jest mało jednak (AL20072018K2PROF)

Znaczy to jest jakby te dwie rzeczy, które są najważniejsze, tak. Jakby taka, no tak to nazwę technicznie psychoedukacja rodziców, tak. Tylko to, nie wiem, jakieś warsztaty systemowe dla wszystkich rodziców, tak, to jest jakby coraz trudniej w tym kierunku, nie, jeżeli jakby rodzice nie są z dziećmi. (AL12072018K2PROF)

W ramach rekomendacji odnoszących się do całego systemu podniesiono kwestię współpracy międzyinstytucjonalnej. Z doświadczenia jednego z respondentów wynika, że dobra współpraca między szkołą a placówką socjoterapeutyczną poprawia jakość oddziaływań. W sytuacji występowania problemu społecznego uczniowie nie są poddawani opresji ze strony szkoły a są kierowani na konsultację do ośrodka gdzie spotykają się z psychologiem. Młodzież ma szansę na uzyskanie szerokiego spektrum pomocy.

Ja myślę, że takich systemowych, w takim sensie nie przestrzeni jednego miejsca czy jednej instytucji, tylko jakiejś wymiany instytucjonalnej szkoły z ośrodkiem socjoterapii, że no tam dzieciaki jakby trafiają, czy na rozmowach kwalifikacyjnych tam z psychologami czy z socjoterapeutami właśnie pojawia się temat substancji, oni przyjeżdżają do nas, my ich konsultujemy też w kontekście tego co się dzieje z substancją i to jest o tyle fajne, no bo akurat ten ośrodek, o którym myślę, nie wyrzuca nikogo z uwagi na używanie substancji. Bardziej chodzi o to czy ktoś coś robi w obrębie używania substancji. Więc też te dzieciaki jakoś szczerze rozmawiają i to jest już fajny punkt wyjścia. No i potem współpraca jest, w sensie że w ośrodku mają socjoterapię, pedagogów, terapeutów zajęciowych, biofeedback i jakby całe spektrum pomocy tam plus mają oddziaływania grupowe, indywidualne u nas i jest wymiana. I ja myślę, że to jest takie też fajne, spójne trzymanie. Bo jakby myślę sobie, że w ogóle u młodych ludzi ważna jest taka współpraca międzyinstytucjonalna. Instytucjonalna też, ale ta między również. Jeśli jakby w różnych systemach funkcjonuje młody człowiek, no bo tam trzeba niesamowitego trzymania, żeby tam doszło do jakiejś zmiany. (AL30082018K1PROF)

Podsumowanie najważniejszych wyników badań

Użytkownicy substancji psychoaktywnych

Styl życia: Niektórzy z respondentów prowadzili aktywny i towarzyski styl życia, łącząc używanie substancji psychoaktywnych z realizacją innych zainteresowań i pasji, spędzając swój wolny czas na uprawianiu sportu, spotkaniach ze znajomymi, partnerami, rodziną, na nauce lub chodzeniu na imprezy. Kilka osób miało świadomość, że prowadzi „podwójne życie” – w którym są elementy społecznie akceptowane i cenione (pasje i zainteresowania) i społecznie nieakceptowane (używanie substancji psychoaktywnych). Wśród badanych osób byli i tacy, których styl życia koncentrował się wokół spraw związanych z używaniem substancji psychoaktywnych (imprezami klubowymi, znajomymi, którzy używają, zdobywaniem pieniędzy na zakup substancji itd.) . Jeśli mieli poczucie, że czymś wyróżniają się wśród rówieśników to nietypowymi zainteresowaniami, prowadzeniem bardzo intensywnego trybu życia, używaniem substancji psychoaktywnych lub przynależnością do subkultury.

Inicjacja: Deklarowany wiek inicjacji używania poszczególnych substancji psychoaktywnych był podobny w całej próbie badanych: 14-17 lat. Przy czym używanie przetworów konopi, substancji wziewnych i leków na receptę miało miejsce wcześniej niż używanie stymulantów i nowych substancji psychoaktywnych. Pierwsze użycie substancji branych pod uwagę w badaniu (nowych substancji psychoaktywnych, stymulantów, przetworów konopi, substancji wziewnych, leków OTC, leków na receptę) było zazwyczaj poprzedzone piciem alkoholu lub paleniem tytoniu (w wieku 12-14 lat lub wcześniej). Co istotne, miejsce i kontekst inicjacji był podobny wśród użytkowników wszystkich kategorii substancji psychoaktywnych (z wyjątkiem leków na receptę): „domówka”, impreza klubowa oraz towarzystwo znajomych, którzy zazwyczaj dostarczali danej substancji i mieli już doświadczenie z jej używaniem.

Powody używania i ograniczania używania. W obrębie wszystkich kategorii substancji psychoaktywnych występowały **podobne czynniki wpływu na rozpoczęcie, nasilenie i ograniczenie** kontaktu z tymi substancjami. Jako przyczyny rozpoczęcia używania wymieniano: ciekawość działania substancji; używanie ich przez znajomych, używanie

substancji przez członków rodziny; łatwą dostępność danej substancji (przede wszystkim substancji wziewnych, leków OTC, stymulantów i nowych substancji psychoaktywnych na imprezach klubowych oraz marihuany).

Czynnikami nasilającymi używanie wśród uczestników badania były trudne wydarzenia życiowe, zarówno w rodzinie, jak i w relacjach z innymi oraz niepowodzenia szkolne. Do czynników nasilających używanie substancji zaliczyć również można: samoleczenie pogorszonego nastroju, „wchodzenie” w świat życia nocnego oraz, co miało miejsce w przypadku kilku z respondentów, przeniesienie do Młodzieżowych Ośrodków (MOW/MOS). Z kolei czynnikami obniżającymi częstość i/lub intensywność używania substancji psychoaktywnych były: doświadczenie negatywnych zdrowotnych konsekwencji w wyniku używania substancji lub obawa przed uzależnieniem oraz konfliktami z prawem; wsparcie rodziców; namowy do ograniczenia używania ze strony partnera/partnerki lub przyjaciół; chęć wprowadzenia zmiany w swoim życiu; zaangażowanie w naukę lub w konstruktywne pasje.

Sposoby przyjmowania były zależne od używanej substancji. Tabletki ekstazy, leki na receptę lub OTC (np. syropy zawierające substancje psychoaktywne) były przyjmowane doustnie. Stymulanty (np. celowo rozkruszone tabletki), nowe substancje psychoaktywne były przyjmowane donosowo. Przetwory konopi były najczęściej palone (w postaci skrętów, za pomocą lufki, fajki lub bongy), ale zdarzało się również ich zjadanie w postaci ciastek. Z kolei substancje wziewne były wdychane bezpośrednio lub przy użyciu foliowych torebek czy nasączonych materiałów (np. ręczników).

Politoksykomania, czyli używanie różnych substancji psychoaktywnych, dotyczyła praktycznie wszystkich respondentów, zarówno w obrębie danej kategorii substancji (np. łączenie MDMA z amfetaminą w grupie stymulantów) jak i pomiędzy nimi (np. palenie marihuany i używanie stymulantów, łączenie stymulantów z nowymi substancjami psychoaktywnymi lub substancji stymulujących z benzodiazepinami). Bardzo częste było używanie substancji psychoaktywnych spoza dominującej kategorii wybranej przez respondenta. Na przykład użytkownicy leków na receptę używali alkoholu, marihuany, stymulantów czy substancji halucynogennych.

Konteksty i miejsca używania. Podobnie jak w przypadku inicjacji, **konteksty i miejsca** używania substancji psychoaktywnych były podobne wśród wszystkich uczestników

badania. Należały do nich: kluby (imprezy), festiwale, domy lub mieszkania znajomych w przypadku domówki (lub własny przy używaniu w samotności), a także miejsca publiczne, rzadko uczęszczane przez innych, w których młodzież mogła czuć się bezpieczne.

Używanie ma miejsce **głównie w towarzystwie znajomych**. Używanie substancji psychoaktywnych w samotności było rzadkim zjawiskiem w badanej grupie z wyjątkiem osób używających pozamedycznie leków na receptę, a także w przypadku uzależnienia, używania w celu wspomaganie nauki lub w przypadku ukrywania się przed innym.

Motywy używania poszczególnych grup substancji psychoaktywnych były zależne od efektów ich działania na ludzki organizm.

Stymulanty były używane w celu pobudzenia i długotrwałej zabawy (niwelowania zmęczenia i senności), intensyfikacji wrażeń i wzmożenia towarzyskości, głównie w celu wspomaganie lepszej i dłuższej zabawy. Cele używania nowych substancji psychoaktywnych w większości pokrywały się z motywacją do używania stymulantów, prawdopodobnie z uwagi na przewagę substancji o działaniu stymulującym wśród „dopalaczy” (jak mefedron) lub przewagę respondentów używających NPS o działaniu stymulującym. Z kolei leki z przepisu lekarza i te dostępne bez recepty były najczęściej używane ze względu na ich uspokajające, relaksujące i przeciwbólowe działanie. Przy czym zarówno w przypadku leków jak i substancji wziewnych częstym powodem ich używania był również łatwiejszy do nich dostęp i status legalności, co sprawiało że substancje te były używane jako środki zastępujące narkotyki. Przetwory konopi, z uwagi na swoje szerokie spektrum efektów, były używane w każdym z wymienionych celów.

Specyficznymi motywami dla kilku grup substancji psychoaktywnych było: wspomaganie uczenia się przez poprawę koncentracji i niwelowanie zmęczenia (za pomocą niektórych stymulantów, nowych substancji psychoaktywnych i leków na receptę); łatwiejsze nawiązywanie nowych kontaktów poprzez wzmożenie otwartości, pewności siebie i towarzyskości (działanie stymulantów, niektórych nowych substancji psychoaktywnych oraz czasem marihuany i leków na receptę); doznawanie halucynacji (leki OTC, substancje wziewne i przetwory konopi oraz ich łączenie z innymi substancjami); zwrócenie na siebie uwagi (przez używanie substancji wziewnych, które są traktowane jako substancje gorszej kategorii, używane przez osoby, których nie stać na inne, „lepsze” substancje); a także używanie leków OTC w próbach samobójczych.

Z analizy odpowiedzi badanych wynika jednak, że część motywów używania poszczególnych substancji jak i doświadczanych w związku z tym korzyści jest wspólna dla

wszystkich grup użytkowników. Do tych wspólnych motywów i korzyści należały: ciekawość działania danej substancji i poszukiwanie nowych doznań; zmiana stanu świadomości w celu odciążenia się od trudnej rzeczywistości, zapomnienie o problemach; chęć poprawy samopoczucia i uśmierzenia nieprzyjemnych stanów związanych z używaniem innych substancji (np. palenie marihuany lub przyjmowanie benzodiazepin po użyciu stymulantów); chęć zmiany postrzegania i poszerzenia perspektywy poznawczej (jak w przypadku palenia marihuany, przyjmowania MDMA lub niektórych leków OTC); a także zdobycie aprobaty rówieśników.

Sposoby pozyskiwania różniły się ze względu na dostępność i stan prawny różnych grup substancji psychoaktywnych. Legalne i łatwo dostępne substancje wziewne kupowane były w sklepach. Leki OTC były kupowane w aptekach lub podbierane z „domowej apteczki”. Z kolei ze względu na niejasny i zmieniający się status legalności nowych substancji psychoaktywnych ich specyficznym sposobem pozyskiwania jest zamawianie ich przez internet lub korzystanie z „narkotaksówek”. W przypadku zaopatrywania się w substancje z pozostałych grup (a często również i nowych substancji psychoaktywnych oraz leków) korzysta się głównie z Internetu (ogłoszenia na dedykowanych stronach i grupach tematycznych portali społecznościowych), znajomych (leki na receptę), którym się ufa, a także bezpośrednio od dilerów (głównie w przypadku stymulantów i nowych substancji psychoaktywnych używanych na imprezach klubowych).

Percepcja ryzyka: Młodzież dostrzega różne rodzaje ryzyka związanego z używaniem substancji (zdrowotne, społeczne, prawne, materialne, związane z nauką), przy czym jako główne z nich wymieniane były zagrożenia zdrowotne (w tym zatrucia, zaburzenia psychiczne, uzależnienie, przedawkowanie i śmierć) oraz kłopoty z prawem (w związku z nielegalnością stymulantów, nowych substancji psychoaktywnych i przetworów konopi). Do pozostałych, często wymienianych zagrożeń należało pogorszenie relacji z rodzicami i znajomymi, którzy nie używają substancji psychoaktywnych oraz doświadczanie stygmatyzacji i dyskryminacji społecznej. Używanie substancji ma także negatywny wpływ na naukę szkolną. Specyficzne ryzyko związane z niepewnym składem substancji było wskazywane przez użytkowników nowych substancji psychoaktywnych i stymulantów. Z kolei pogorszenie funkcji poznawczych było istotnym zagrożeniem przytaczanym przez użytkowników przetworów konopi i substancji wziewnych. Wśród badanych panowała również zgoda na temat wysokiej szkodliwości mieszanek, substancji syntetycznych i

zafałszowanych, a więc nowych substancji psychoaktywnych oraz niektórych stymulantów i przetworów konopi. „Tradycyjne” stymulanty (jak amfetamina czy MDMA), leki oraz „naturalne” przetwory konopi są postrzegane jako względnie bezpieczne substancje. Przy czym większość opinii o szkodliwości substancji psychoaktywnych wyrażają osoby, które doznały już szkód związanych z ich używaniem.

Źródła wiedzy: Głównym źródłem zdobywania wiedzy na temat substancji psychoaktywnych w przypadku wszystkich grup użytkowników był Internet, a w tym: poświęcone tej tematyce strony, blogi, kanały YouTube, fora i grupy dyskusyjne na portalach społecznościowych. Drugim najważniejszym źródłem informacji w tym zakresie są znajomi, którzy mają swoje doświadczenia z substancjami psychoaktywnymi, a w przypadku niektórych badanych istotne są także doświadczenia własne. Pozostałymi źródłami wiedzy o substancjach przytaczanymi przez niektórych respondentów były: tematyczne książki, filmy dokumentalne i seriale telewizyjne, konsultacje ze specjalistami (np. lekarzami), rozmowy z wolontariuszami organizacji pozarządowych zajmujących się edukacją narkotykową, oraz profilaktyka szkolna. Z kolei w przypadku użytkowników leków OTC ważnym źródłem wiedzy były dołączone do opakowań leków ulotki. Niektórzy z badanych korzystali tylko z jednego z tych źródeł, a inni porównywali i weryfikowali informacje zdobyte na różne sposoby. Warto również podkreślić, że wielu spośród badanych podkreślało niedostatek rzetelnych źródeł informacji na temat substancji psychoaktywnych w przestrzeni publicznej.

Redukcja szkód. Stosowanie **sposobów ograniczania ryzyka i szkód** związanych z używaniem substancji psychoaktywnych było obecne wśród badanych ze wszystkich sześciu grup. Przy czym praktyki te były najlepiej znane i najczęściej używane wśród młodzieży przyjmującej substancje w kontekście imprez klubowych (głównie stymulanty i nowe substancje psychoaktywne) a rzadziej stosowane przez wychowanków Młodzieżowych Ośrodków (MOW/ MOS). Przyczyną tych różnic mogła być obecność edukacji narkotykowej i działań z zakresu redukcji szkód podczas imprez klubowych i festiwali muzycznych w miastach objętych badaniem. Głównym źródłem informacji na temat redukcji szkód były dedykowane temu tematowi strony, fora, kanały YouTube w Internecie, oraz wymiana informacji ze znajomymi, którzy również używają substancji psychoaktywnych.

Wśród wymienianych przez respondentów sposobów minimalizacji ryzyka znalazło się: pozyskiwanie substancji jedynie z zaufanych źródeł (w przypadku nowych substancji psychoaktywnych, stymulantów i przetworów konopi, leków na receptę); odpowiednie dawkowanie używanej substancji oraz szczególna ostrożność przy używaniu nowej substancji (wskazywana w grupie użytkowników stymulantów, nowych substancji psychoaktywnych oraz leków); przyjmowanie substancji w bezpiecznej przestrzeni oraz w towarzystwie zaufanych osób, które mogłyby pomóc w sytuacji wymagającej interwencji; stosowanie testów kolorymetrycznych (w przypadku nowych substancji psychoaktywnych oraz stymulantów); zachowywanie higieny przyjmowania substancji poprzez używanie czystego sprzętu do użycia donosowego (np. rurki do wciągania stymulantów), palenia (np. lufki do palenia marihuany) czy też wdychania (np. torebki do inhalacji substancjami wziewnymi), przy czym żaden z tych sprzętów nie powinien być używany wielorazowo ani dzielony z innymi osobami.

Wśród innych sposobów ograniczania szkód związanych z używaniem substancji wymieniane było: robienie przerw w przyjmowaniu kolejnych dawek oraz odstępów pomiędzy okazjami; ograniczanie i kontrolowanie używania (np. redukowanie używania z regularnego do okazjonalnego); zaprzestanie używania na rzecz zaangażowania się w inne aktywności (jak nauka, sport czy pasja) oraz poszukiwanie specjalistycznej pomocy w razie problemów z używaniem; uzupełnianie płynów, suplementacja witamin i minerałów oraz regularne przyjmowanie posiłków i regeneracja organizmu poprzez sen (szczególnie w przypadku osób używających stymulantów i nowych substancji psychoaktywnych).

Negatywne konsekwencje: Do najczęściej wymienianych szkód doświadczonych przez respondentów w związku z używaniem substancji psychoaktywnych należały szkody zdrowotne, w tym: krótkoterminowe dolegliwości somatyczne (jak bóle, skurcze, omdlenia, nudności czy wymioty); niepożądane stany pod wpływem oraz kolejnego dnia po przyjmowaniu substancji (co dotyczyło głównie nowych substancji psychoaktywnych, stymulantów i substancji wziewnych, leków na receptę); hospitalizacje w wyniku intensywnego używania nowych substancji psychoaktywnych oraz substancji wziewnych; a także problemy ze zdrowiem psychicznym (jak pogorszony nastrój, nerwowość, utrata kontroli nad zachowaniem, stany lękowe i psychotyczne). W przypadku użytkowników przetworów konopi oraz rzadziej wśród użytkowników substancji wziewnych, występowało pogorszenie funkcji poznawczych, w tym pamięci, uwagi i sprawności intelektualnej. Raportowane były także problemy społeczne, w tym przede wszystkim

konflikty i pogorszone kontakty z rodzicami i znajomymi oraz doświadczenie stygmatyzacji; a także związane z używaniem substancji nieobecności w szkole i pogorszone wyniki w nauce. Rzadziej w relacjach młodych ludzi pojawiały się problemy prawne, które dotyczyły głównie zachowań pod wpływem nowych substancji psychoaktywnych oraz stymulantów, w tym pobicia oraz kradzieże.

Profilaktyka: Większość z badanej młodzieży była objęta szkolną profilaktyką w formie jednorazowych zajęć prowadzonych przez pracowników policji, ratowników medycznych, strażników miejskich, pedagogów, byłych narkomanów lub też „chrześcijańskiego rapera”. Inną wspominaną przez respondentów formą profilaktyki było oglądanie filmów poświęconych tej tematyce podczas godziny wychowawczej lub przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie. Zdecydowana większość badanych miała krytyczną opinię na temat jakości tych działań, jak i korzyści, jakie miałyby one dla ich funkcjonowania. Wśród profilaktycznych działań pozaszkolnych, młodzież wymieniała: ulotki, plakaty, filmy oraz kontakt z wolontariuszami jednej z organizacji pozarządowych zajmującej się edukacją i redukcją szkód w obrębie narkomanii.

Rekomendacje młodzieży na temat skutecznych działań profilaktycznych obejmowały: większą rzetelność przekazywanych informacji bez straszenia nieprawdziwymi konsekwencjami, stygmatyzowania i moralizowania oraz posługiwania się stereotypami; interaktywność i ciągłość zajęć (kilka spotkań); uwzględnianie wiedzy z zakresu ograniczania ryzyka i szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych; opieranie przekazów profilaktycznych na rzeczywistych sytuacjach doświadczanych przez młodzież (np. impreza, domówka); doświadczenie osoby prowadzącej oraz nie zawężanie się do tematyki jednej z grup substancji, jak ma to miejsce na przykład z programami dotyczącymi „dopalaczy”.

Profesjoniści

Styl życia. Profesjoniści uczestniczący w badaniu zidentyfikowali szereg zachowań problemowych młodzieży. Są one związane z funkcjonowaniem psychologicznym, psychicznym, społecznym oraz związane z funkcjonowaniem w systemie edukacji. Jest wiele przyczyn, które odpowiadają za występowanie tych zachowań - poszukiwanie swojej tożsamości i przez to wychodzenie poza ramy dopuszczalnych zachowań, słaby kontakt z rodzicami oraz chęć zaistnienia w grupie rówieśniczej, aby nie zostać odrzuconym.

Zdaniem respondentów z grupy profesjonalistów bardzo trudno zidentyfikować jest styl życia, który doprowadza do używania substancji psychoaktywnych. W życiu młodych ludzi, w ich sytuacji rodzinnej, szkolnej i społecznej, są czynniki, które przyczyniają się do używania substancji, więc to ich należałoby szukać. Wystąpienie kilku czynników zwiększa prawdopodobieństwo sięgnięcia po substancje. Badania pokazały również, że obecnie bardzo trudno jest zidentyfikować styl życia związany z używaniem określonej substancji psychoaktywnej. Częstym zjawiskiem jest używanie różnych substancji, z czym nie wiąże się jakiś określony styl życia.

Zachowania problemowe. Jednym z zachowań problemowych identyfikowanych przez profesjonalistów jest używanie substancji psychoaktywnych. Najczęściej używają oni substancji legalnych dla osób dorosłych – tytoniu oraz alkoholu, a spośród substancji nielegalnych – używają marihuany. Zdaniem respondentów-specjalistów dość dużym zainteresowaniem młodzieży, szczególnie dziewcząt cieszą się leki. Pozostałe substancje używane są marginalnie.

Politoksykomania. Łączenie substancji podczas jednej okazji jest dość powszechnym zjawiskiem. Można wyróżnić dwie strategie łączenia substancji: 1/ używanie kilku substancji, aby wzmocnić efekt działania jednej z substancji oraz 2/ używanie kolejnych substancji, aby zmienić efekt działania tej substancji, która została użyta jako pierwsza, np. w celu otrzeźwienia się lub złagodzenia objawów zatrucia. Najczęściej młodzież łączy picie alkoholu z paleniem marihuany.

Wzory używania. Profesjonaliści niewiele potrafili powiedzieć na temat wzorów używania narkotyków przez młodzież. Może to oznaczać, znaczącą lukę w ich wiedzy o problemach i zachowaniach młodzieży, z którą na co dzień pracują.

Sposoby pozyskiwania. Źródło pozyskania substancji związane jest z jej legalnością. Substancje legalne, takie jak tytoń, alkohol kupowane są w sklepie. Natomiast leki, zarówno bez recepty jak i na receptę najczęściej pozyskiwane są z apteki bądź z domowych apteczek. Substancje wzięte kupowane są w drogeriach lub innych sklepach z substancjami lotnymi. Niektórzy użytkownicy potrafią przerobić substancje, które pierwotnie nie miały właściwości psychoaktywnych na takie, które je posiadają. Substancje nielegalne zazwyczaj pozyskiwane są od dilerów lub znajomych.

Profilaktyka. W ramach badań z profesjonalistami udało się zidentyfikować rekomendacje dla poprawy działań profilaktycznych. Zdaniem badanych należałoby się przyjrzeć jakości prowadzonych oddziaływań, które nie zawsze są odpowiednie do grupy nastoletnich odbiorców. Do ich projektowania należałoby zaangażować młodzież dzięki temu język i forma przekazu byłaby bardziej adekwatna. Wykorzystany język powinien być prosty i atrakcyjny, a wiedza oparta na dowodach naukowych. Należy odejść od strategii opartej wyłącznie na straszniu młodzieży negatywnymi konsekwencjami używania narkotyków. Oprócz działań o charakterze profilaktycznym, respondenci postulowali, aby zwiększyć dostępność do pomocy psychologicznej (psychologa), z którym młodzież mogłaby rozmawiać indywidualnie, jak również objąć oddziaływaniami rodziców. Należałoby poprawić również współpracę międzyinstytucjonalną.

Literatura:

1. Babbie E. (2006) *Badania społeczne w praktyce*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
2. Hall, W. D., Patton, G., Stockings, E., Weier, M., Lynskey, M., Morley, K. I., & Degenhardt, L. (2016). Why young people's substance use matters for global health. *The Lancet Psychiatry*, 3(3), 265-279.
3. Rhodes, T. (2000) The multiple roles of qualitative research in understanding and responding to illicit drug use, [w:] *Understanding and responding to drug use: the role of qualitative research*, [red.:] Greenwood, C., Robertson, K., EMCDDA Scientific monograph series, 4,21-36
4. Strauss, A.,C., Corbin J.,M. (2007) *Basics of Qualitative Research: Second Edition: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*, SAGE , London
5. Ulin,P.,R., Robinson,E.,T., Tolley , E.,E. (red.) (2005) *Qualitative methods in Public Health. A field guide for applied research*, Jossey-Bass, San Francisco, CA
6. Wilson, V., A.(1998) *Qualitative research: An Introduction. Purposes, Methodology, Criteria for Judgement and Rationale for Mixed Methodology*.

Załącznik 1. Dyspozycje do wywiadów z użytkownikami substancji psychoaktywnych

inicjały ankietera (XX)	data przeprowadzenia wywiadu w formacie: dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr;	płeć: K-kobieta, M-mężczyzna	numer próby badawczej ze względu na używaną substancję (1-6)	Miejscowość Warszawa/ Kraków/ inne

Numer (kod) respondenta

Przykład kodowania: ŁW24072018M2Kraków
 inicjały ankietera (ŁW); data przeprowadzenia wywiadu w formacie: dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr (24-07-2018); płeć: K-kobieta, M-mężczyzna (M), numer próby badawczej ze względu na używaną substancję (2), miejscowość (Kraków)

Wywiad przeprowadzany z użytkownikiem:

[1] nowych substancji psychoaktywnych	<input type="checkbox"/>
[2] marihuany i haszyszu	<input type="checkbox"/>
[3] stymulantów	<input type="checkbox"/>
[4] substancji wziewnych	<input type="checkbox"/>
[5] leków bez recepty (OTC)	<input type="checkbox"/>
[6] leków wydawanych z przepisu lekarza, używanych pozamedycznie	<input type="checkbox"/>

Styl życia
<ol style="list-style-type: none"> Jak najchętniej spędza Pan/Pani swój wolny czas (jakie są Pana/Pana zainteresowania/ pasje)? Jak Pan/Pani myśli, czy Pana/Pani styl życia różni się od stylu życia innych młodych ludzi? Jeśli tak, to co go wyróżnia? Jak używanie substancji psychoaktywnych jest powiązane z Pana/ Pani stylem życia?
Historia używania różnych substancji psychoaktywnych
<ol style="list-style-type: none"> Jak do tego doszło, że zaczął/ęła Pan/Pani używać substancji psychoaktywnych? Ile miał Pan/Pani wtedy lat? Co miało największy wpływ na używanie przez Pana/Panią substancji psychoaktywnych (<i>środowisko rówieśników/domowe, różnego rodzaju problemy, również zdrowotne, ideologia, chęć poszukiwania nowych doświadczeń, bodźców</i>)? Czy przypomina sobie Pan/Pani jakieś wydarzenia, które były kluczowe z punktu widzenia zmian w używaniu przez Pana/Panią substancji psychoaktywnych (zmniejszenie lub zwiększenie używania, zmiana substancji na inną, itd.)?

Motywy używania substancji
<ol style="list-style-type: none"> 1. W jakim celu używa Pan/Pani [W miejsce kropek należy wybrać substancję w zależności od respondenta: nowych substancji psychoaktywnych, marihuany i haszyszu, stymulantów, substancji wziewnych, leków bez recepty OTC, leków wydawanych z przepisu lekarza, używanych pozamedycznie]? 2. Jakich efektów działania oczekuje Pan/Pani sięgając po 3. Jakie korzyści dla Pana/Pani są związane z używaniem 4. Proszę spróbować, swoimi słowami, określić znaczenie (i funkcję) używania w Pana/ Pani życiu?
Rodzaje używanej substancji (w tym politoksykomania), wzory używania (miejsce, sposób, kontekst społeczny)
<p><i>W przypadku gdy respondent wspomni o innych używanych substancjach (szczególnie w przypadku NPS i leków OTC) należy pogłębić informację na ich temat (nazwa i grupa substancji, sposób przyjmowania).</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. W jakich sytuacjach najczęściej używa Pan/Pani 2. Gdzie/ w jakich miejscach używa Pan/Pani tej substancji? 3. W jaki sposób używa Pan/Pani tej substancji (sposób przyjmowania, łączenie substancji)? <i>Należy zapytać o łączenie różnych substancji podczas jednej sytuacji.</i> 4. Z kim używa Pan/Pani tej substancji? Jakie znaczenie ma obecność tych osób?
Rynek – źródła pochodzenia, sposoby pozyskiwania
<ol style="list-style-type: none"> 1. W jaki sposób pozyskuje Pan? Proszę opowiedzieć o wszystkich sposobach, z których Pan/Pani korzysta? 2. Który sposób dostępu Pan/Pani preferuje i dlaczego? 3. Jakie zmiany na rynku substancji psychoaktywnych zaobserwował Pan//Pani w ostatnim czasie?
Percepcja ryzyka związanego z używaniem substancji
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jakie według Pana/Pani ryzyko podejmują ludzie używający substancji psychoaktywnych? <i>(Należy dopytać respondenta o zagrożenia zdrowotne, w tym fizyczne, psychiczne i uzależnienie, a także zagrożenia społeczne, prawne oraz materialne, jeśli sam tego wątku nie podejmie)</i> 2. Jakie największe ryzyko podejmuje Pan/Pani używając 3. Jak wśród Pana/Pani rówieśników i znajomych postrzegane jest używanie 4. Jakie zdaniem Pana/Pani warunki muszą być spełnione, żeby używanie mogło być bezpieczne?
Metody redukcji szkód stosowane przez użytkowników oraz źródła z jakich czerpią wiedzę na ich temat
<ol style="list-style-type: none"> 1. Skąd czerpie Pan/Pani informacje o substancjach, których używa? 2. W jaki sposób stara się Pan/Pani ograniczyć ryzyko związane z używaniem tych substancji? Jakie to sposoby? 3. Czy w Pana/Pani najbliższym otoczeniu stosowane są jakieś sposoby (zasady, metody) mające na celu ograniczenie ryzyka wynikającego z używania substancji? Jakie to sposoby?
Konsekwencje wynikające z używania substancji
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jakich dolegliwości/ konsekwencji zdrowotnych, jeśli w ogóle, doświadczył/a Pan/Pani w związku z używaniem 2. Jaki wpływ, jeśli w ogóle, ma używanie na Pana/ Pani relacje z innymi ludźmi?

<p>3. A jaki wpływ, jeśli w ogóle, ma używanie na Pana/ Pani wyniki w nauce i funkcjonowanie w roli ucznia?</p> <p>4. Jakich jeszcze innych konsekwencji, o których wcześniej Pan/Pani nie wspomniał/a, doświadczył/a Pan/Pani w związku z używaniem? (np. materialne, finansowe, prawne)</p> <p>5. Czy doświadczył Pan/Pani jakichś negatywnych konsekwencji w związku z używaniem substancji psychoaktywnych przez innych ludzi? Jeśli tak, to proszę powiedzieć jakie to były konsekwencje.</p>
<p>Udział w programach i interwencjach profilaktycznych</p>
<p>1. Proszę sobie przypomnieć, w jakich szkolnych programach profilaktycznych miał Pan/ Pani okazję uczestniczyć. Proszę o nich opowiedzieć.</p> <p>2. W jakich innych programach lub interwencjach profilaktycznych poza szkołą Pan/ Pani uczestniczył/a?</p> <p>3. Co Pan/ Pani sądzi o działaniach profilaktycznych?</p> <p>4. Jaki jest zdaniem Pana/ Pani wpływ takich działań na życie i zachowania młodych ludzi, takich jak Pan/Pani?</p>

Czas trwania wywiadu (w minutach):

--

Data realizacji wywiadu (dd/mm/rrrr):

--

Miejsce realizacji wywiadu (ulica, numer):

NOTATKI / UWAGI

dotyczące przebiegu wywiadu / trudności/ zachowania respondenta

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kwestionariusz socjodemograficzny

1. Numer (kod) respondenta	inicjały ankietera (ŁW); data przeprowadzenia wywiadu w formacie: dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr; płeć: K-kobieta, M-mężczyzna; numer próby badawczej ze względu na używaną substancję (1-6), miejscowość (Kraków)- przykład: ŁW24072018M2Kraków				
2. Data wypełniania ankiety					
	<i>Dzień</i>	<i>Miesiąc</i>	<i>Dwie ostatnie cyfry roku</i>		
3. Miejsce przeprowadzania ankiety	1. Warszawa		2. Kraków		

Pytanie	Odpowiedzi	
1. Płeć	1. mężczyzna	2. kobieta
2. Wiek (liczbę lat ukończonych)		
3. Miejsce zamieszkania	1. Miejscowość licząca powyżej 100000 mieszkańców	3. Miejscowość poniżej 50000 mieszkańców
	2. Miejscowość licząca 50000-100000 mieszkańców	
4. Szkoła, do której uczęszczasz	1. gimnazjum	4. liceum ogólnokształcące
	2. zasadnicza szkoła zawodowa	5. liceum profilowane
	3. technikum	6. Inne/jakie:
5. Rodzaj szkoły	1. publiczna	2. niepubliczna
6. Rodzina, z którą mieszkasz	1. Pełna	2. Tylko z matką
	2. Tylko z ojcem	3. Z ojczymem/ macochą
	4. Z kimś innym z rodziny	5. Ośrodek opiekuńczy/ wychowawczy
7. Status materialny <i>(pytanie wielokrotnego wyboru)</i>	1. Własny pokój	2. Własny komputer/laptop
	3. Wakacje za granicą	4. Samochód do dyspozycji

Załącznik 2. Dyspozycje do wywiadów ze specjalistami pracującymi z młodzieżą

Numer (kod) responden ta:	inicjały ankietera (XX)	data przeprowadzenia wywiadu w formacie: dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr;	płeć: K-kobieta, M-mężczyzna	numer wywiadu przeprowadzany danego dnia	Oznaczenie próby
					PROF

Zachowania problemowe młodzieży
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jakie zachowania młodzieży są przez Pana/Panią postrzegane jako problemowe? 2. Na ile często one występują w grupie młodzieży z którą Pan/ Pani pracuje / współpracuje? 3. Które z zachowań problemowych młodzieży sprawiają Panu/ Pani najwięcej kłopotów wychowawczych?
Rozpowszechnienie używania, motywy, rynek
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jakie Pana/Pani zdaniem jest rozpowszechnienie używania substancji psychoaktywnych wśród młodzieży? 2. Jakich substancji najczęściej używa młodzież? 3. Jak często młodzież łączy używanie różnych substancji podczas jednej okazji? Jakie substancje najczęściej łączy? (politoksykomania) 4. Jakie są najczęstsze przyczyny używania substancji psychoaktywnych przez młodzież? (Należy zapytać o różne substancje, wymienione przez respondenta) 5. Jak młodzież wchodzi w posiadanie różnych substancji psychoaktywnych? (Należy zapytać oddzielnie o alkohol, przetwory konopi, substancje stymulujące, Nowe Substancje Psychoaktywne) 5. Jeśli młodzież kupuje narkotyki, to gdzie Pana/Pani zdaniem to robi? Jakie jest źródło zakupu? (Należy zapytać oddzielnie o przetwory konopi, substancje stymulujące, Nowe Substancje Psychoaktywne)

Rola substancji psychoaktywnych w radzeniu sobie z problemami, uczestnictwem grupie, stylem życia

1. Jakie motywy kierują młodymi ludźmi, którzy sięgają po narkotyki?
2. Jaką rolę Pana/Pani zdaniem odgrywa grupa rówieśnicza w różnych fazach używania substancji (od inicjacji po używanie bardziej regularne lub problemowe)?
3. Czy Pana/Pani zdaniem używanie substancji psychoaktywnych przez młodzież związane jest z jakimś określonym stylem życia?
4. Na czym polega ten styl życia? Proszę go scharakteryzować.

Podejmowane działania mające na celu ograniczenie używania substancji przez młodzież i redukcja szkód

1. Czy Pana/Pani zdaniem młodzież wykorzystuje jakieś strategie, aby ograniczyć ryzyko wystąpienia szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych?
2. Jakie są to strategie?
3. Skąd młodzież czerpie wiedzę na temat tych strategii?
4. Jakie działania, mające na celu ograniczenie używania substancji, podejmowane są przez placówkę, w której Pan/Pani pracuje?
5. Czy te działania są Pana/Pani zdaniem wystarczające? (Należy dopytać, dlaczego respondent tak sądzi)
6. Jakie inne działania należałoby podjąć, aby ograniczyć używanie substancji psychoaktywnych wśród młodzieży?

Czas trwania wywiadu (w minutach)

Data realizacji wywiadu (dd/mm/rrrr)

Miejsce realizacji wywiadu (ulica, numer):.....

Kwestionariusz socjodemograficzny

Numer (kod) respondent	inicjały ankietera (XX)	data przeprowadzenia wywiadu w formacie: dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr;	płeć: K-kobieta, M-mężczyzna	numer wywiadu przeprowadzany danego dnia	Oznaczenie próby
					PROF

a:

Pytanie	Odpowiedzi	
1. Płeć	1. mężczyzna	2. kobieta
2. Wiek	(wpisać liczbę lat ukończonych).....	
3. Miejsce zamieszkania	1. Miejscowość licząca powyżej 100000 mieszkańców	3. Miejscowość poniżej 50000 mieszkańców
	2. Miejscowość licząca 50000- 100000 mieszkańców	
4. Poziom wykształcenia (najwyższe ukończone)	1. podstawowe nieukończone lub bez wykształcenia szkolnego	5. średnie maturalne
	2. podstawowe	6. średnie policealne
	3. gimnazjalne	7. wyższe – licencjat
	4. zasadnicze zawodowe	8. wyższe – magisterskie
5. Wykonywany zawód	
6. Doświadczenie zawodowe zdobyte w ramach obecnie wykonywanej pracy lat	

Załącznik 3. Instrukcja dla realizatorów wywiadów pogłębionych

1. Informacja o badaniu

Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie realizuje badanie jakościowe, którego celem jest jest pogłębiona analiza stylu życia młodzieży w kontekście używania substancji psychoaktywnych, wzorów używania, motywacji towarzyszącej używaniu oraz zachowań problemowych związanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

2. Próba badawcza

Badania prowadzone będą w Warszawie i Krakowie wśród:

1. Użytkowników nowych substancji psychoaktywnych (NPS),
2. Użytkowników marihuany i haszyszu,
3. Użytkowników stymulantów,
4. Użytkowników substancji wziewnych,
5. Użytkowników leków bez recepty (OTC),
6. Użytkowników leków wydawanych z przepisu lekarza, używanych w celach pozamedycznych.

W sumie ma zostać przeprowadzonych 72 wywiady z młodymi osobami używającymi substancji psychoaktywnych.

Z Użytkownikiem jakiej substancji prowadzony jest wywiad decyduje Ankieter, biorąc pod uwagę informację, że dana substancja jest substancją pierwszego wyboru dla Respondenta. Na przykład, jeśli Użytkownik mówi, że przede wszystkim używa stymulantów, to taki respondent jest traktowany jako Użytkownik stymulantów i Ankieter zadaje pytania dotyczące używania stymulantów .

Miasto	Liczba wywiadów ogółem	Liczba wywiadów w każdej grupie użytkowników	Liczba wywiadów ze względu na płeć
Kraków	24	4	2 wywiady wśród chłopców i 2 wywiady wśród dziewcząt
Warszawa	48	8	4 wywiady wśród chłopców i 4 wywiady wśród dziewcząt

Kryteria włączenia i wyłączenia z badania dla użytkowników substancji psychoaktywnych:

Kryteria włączenia:

- Wyrażenie zgody na udział w badaniu,
- Przedział wieku 17 -18 lat
- Używanie danej substancji psychoaktywnej przynajmniej trzy razy w ciągu ostatniego roku

Kryteria wyłączenia:

- Wiek poniżej 17 lat lub powyżej 18 lat
- Brak zgody na udział w badaniu,
- Uzależnienie od substancji psychoaktywnych
- Historia leczenia problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych

3. Czas i miejsce rekrutacji respondentów

Miejscami rekrutacji użytkowników substancji psychoaktywnych będą:

- szkoły,
- organizacje pozarządowe świadczące pomoc dla osób używających substancji psychoaktywnych,
- Młodzieżowe Ośrodki Socjoterapii, Młodzieżowe Ośrodki Wychowawcze
- Kluby i inne miejsca rozrywki dla młodzieży

Metodą dotarcia do respondentów będzie metoda kuli śniegowej. Osoby używające poszczególnych substancji będą rekrutowane na podstawie informacji od innych respondentów. Wykorzystanie tej metody jest szczególnie korzystne, gdy trudno jest zlokalizować odpowiednich uczestników badania.

Badania prowadzone będą w okresie lipiec – wrzesień 2018 roku.

4. Dokumentacja i narzędzia badawcze

- Informacja dla uczestników badania
- Oświadczenie o uzyskaniu ustnej zgody na udział w badaniu
- Informacja o badaniu dla rodzica osoby niepełnoletniej

- Dyspozycje do wywiadów z użytkownikiem substancji psychoaktywnych
- Informacje zbierane na papierze (Kod respondenta, Uwagi, Kwestionariusz danych socjodemograficznych)

5. Protokół badania

Ankieterzy będą odpowiedzialni za rekrutację respondentów oraz przeprowadzenie wywiadu i wypełnienie kwestionariusza zawierającego dane socjodemograficzne.

Realizatorom wywiadów zostaną przekazane wydrukowane formularze dyspozycji do wywiadu pogłębionego stanowiące „scenariusz” wywiadu. Pytania zostały sformułowane przez zespół badawczy i odpowiadają celom badania, jednak ankieter może formułować je w inny sposób dostosowując ich treść do sytuacji odbiorcy. Ankieter nie musi również trzymać się ustalonej kolejności zadawania pytań, podążając za wypowiedziami respondentów. Istotne jest, aby Ankieter czuwał nad logicznym procesem rozmowy, a nie skupiał się na kolejności zadawania pytań.

Wszelkie prośby o interpretację pytań powinny zostać oddalone, na przykład stwierdzeniem „Proszę odpowiedz tak jak Ty rozumiesz to pytanie. Jeśli chcesz mogę Ci jeszcze raz powtórzyć”.

Wywiad należy pogłębiać, dopytywać się o nierozwinięte kwestie, podążać za wypowiedziami respondentów.

Na początku badania należy respondentowi udzielić informacji o badaniu, przedstawić jego cele, zapewnić o poufności danych. Następnie ankieter powinien zapytać o zgodę na udział w badaniu. Wywiad będzie nagrywany na dyktafon więc ankieter powinien uzyskać również ustną zgodę na jego nagranie. W momencie ich uzyskania należy przejść do realizacji wywiadu. Szacowany czas realizacji jednego wywiadu to około 40-60 minut.

Po zakończeniu realizacji wywiadu, należy wypełnić kwestionariusz danych socjodemograficznych oraz nadać kod, którym są: inicjały ankietera (XX), data przeprowadzenia wywiadu w formacie dzień - dd, miesiąc - mm, rok - rrrr), płeć – K- kobieta, M- mężczyzna i miejscowość (np. ŁW24052018MKraków).

6. Obowiązki ankietera

Do obowiązków ankietera będzie należało:

- a. dotarcie do respondentów,
- b. przeprowadzenie z nimi wywiadów,

c. sukcesywnie przesyłanie nagrań z wykorzystaniem serwisu wetransfer.com do Pani Edyty Włodarczyk
Ostateczny termin przesłania wywiadów to 30 września 2018 roku.

7. Kontakt

Zespół badawczy:

Dr hab. Krzysztof Ostaszewski ostasz@ipin.edu.pl; tel. 22 45 82 894

dr Katarzyna Dąbrowska, dabrow@ipin.edu.pl

dr Łukasz Wieczorek, lwieczorek@ipin.edu.pl, tel. 604 784 639

mgr Jakub Greń jgren@ipin.edu.pl tel. 519 853 935

Edyta Włodarczyk, zyp@ipin.edu.pl lub Ediss.67@gmail.com, tel. 22 45 82 615

Instytut Psychiatrii i Neurologii

Ul Sobieskiego 9, 02-957 Warszawa

Załącznik 4. Informacja dla uczestników badania

Zwracam się z prośbą o wyrażenie zgody na udział w prowadzonych przez Instytut Psychiatrii i Neurologii badaniach pod nazwą Analiza jakościowa stylu życia 17-18-letnich użytkowników substancji psychoaktywnych, wzorów i motywów używania substancji oraz innych zachowań problemowych. Ich celem jest pogłębiona analiza stylu życia młodzieży w kontekście używania substancji psychoaktywnych, wzorów używania, motywacji towarzyszącej używaniu oraz zachowań problemowych związanych z używaniem substancji psychoaktywnych.

Badanie pozwoli na uzupełnienie wiedzy naukowej na temat zjawiska używania substancji psychoaktywnych. Uzyskane dane pozwolą na planowanie działań profilaktycznych kierowanych do młodzieży w sposób bardziej adekwatny, odpowiadający doświadczeniom tej grupy.

Decyzja o przystąpieniu do badania jest dobrowolna. Na każdym etapie uczestniczenia w badaniu możesz się z niego wycofać.

Gwarantujemy, że uzyskane w trakcie badania informacje traktowane będą poufne, a więc dostęp do nich będą mieli tylko badacze zaangażowani w realizację badania. W celu zabezpieczenia poufności nagranie wywiadu zostanie opatrzone jedynie numerem. Twoje dane osobowe objęte są tajemnicą i nie pojawią się w raporcie z badania ani w żadnej innej

publikacji. Materiały z badania będą przechowywane w bezpiecznym miejscu i nikt poza zespołem badawczym nie będzie miał do nich dostępu.

Czas realizacji badania szacowany jest na około 60 minut.

Badanie jest finansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych pozostających w dyspozycji Ministra Zdrowia. jest ankieterem, który przeprowadzi z Tobą badanie.

W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości prosimy o kontakt z dr hab. Krzysztofem Ostaszewskim, telefon: 22 45 82 894, e-mail: ostasz@ipin.edu.pl, kierownikiem projektu.

Kierownik projektu

Dr hab. Krzysztof Ostaszewski

Oświadczenie ankietera

Oświadczam, że Respondent zapoznał się z informacją o badaniu i wyraził ustną zgodę na wzięcie w nim udziału oraz na nagrywanie wywiadu na nośniku audio.

Data

Podpis ankietera