

Vielu lietošanas novēršana pieteikumu iesniedzējiem pusaudžiem (zēniem)

Grupas diskusiju pamatnostādnes



**Pamatnostādes grupu diskusijām par vielu lietošanas
novēršanu pusaudžiem (zēniem) pieteikumu
iesniedzējiem uzņemšanā**

Izmantošanai kopā ar *EUAA* animāciju “Dzīve ir visur”.

2025. gada marts

Eiropas Patvēruma atbalsta birojs (EASO) 2022. gada 19. janvārī tika pārveidots par Eiropas Savienības Patvēruma aģentūru (EUAA). Visas atsauces uz EASO, EASO produktiem un struktūrām jāsaprot kā atsauces uz EUAA.



Manuskripts pabeigts 2025. gada martā

Eiropas Savienības Patvēruma aģentūra (*EUAA*) un personas, kuras rīkojas *EUAA* vārdā, neatbild par šajā publikācijā iekļautās informācijas izmantošanu.

Luksemburga, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, 2025. gads

PDF ISBN 978-92-9410-578-3 doi:10.2847/8991720 BZ-01-25-014-EN-N

© Eiropas Savienības Patvēruma aģentūra (*EUAA*), 2025. gads

Pārpublicēšanas gadījumā atsauce uz avotu ir obligāta.

Lai izmantotu vai reproducētu elementus, kas nepieder *EUAA*, atļauja, iespējams, jāprasa tieši attiecīgajiem tiesību subjektiem. *EUAA* nepieder autortiesības attiecībā uz šādiem elementiem:

Vāka attēls: Animācija “Dzīvība ir visur” © *EUAA*, 2024. gads.



Par pamatnostādnēm

Kāpēc šīs pamatnostādnēs tika izstrādātas? Vielu lietošana ES dalībvalstīs un asociētajās Šengenas līguma valstīs ⁽¹⁾ ir atzīta par nozīmīgu parādību uzņemšanas vidē. Tāpēc darbā ar pieteikuma iesniedzējiem un jo īpaši ar zēniem, kuri ir identificēti kā vislielākajam riskam pakļautā grupa, EUAA galveno uzmanību pievērš profilaksei. Šīs pamatnostādnēs ir izstrādātas kā papildinājums EUAA animācijai par vielu lietošanas profilaksi ⁽²⁾ un izmantošanai kopā ar to. Gan pamatnostādņu, gan animācijas mērķis ir palīdzēt uzņemšanas speciālistiem veikt profilaktiskas diskusijas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaudžiem (zēniem).

Kā šīs pamatnostādnēs ir izstrādātas? EUAA neaizsargātības komanda ir izstrādājusi šīs pamatnostādnēs ar vielu lietošanas un tās profilakses, neaizsargātības un garīgās veselības jomas dalībvalstu speciālistu atbalstu. Izstrādes procesa pamatā bija konsultācijas ar Eiropas Savienības Narkotiku aģentūras ekspertiem.

Kam ir paredzētas šīs pamatnostādnēs? Šīs pamatnostādnēs ir paredzētas uzņemšanas centru speciālistiem, kuri strādā ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem, iekļaujot sociālos darbiniekus, konsultantus, psihologus un skolotājus. Tās var būt noderīgas arī citu profilu uzņemšanas speciālistiem, kuri ir apmācīti darbam psihosociālajā jomā.

Kā izmantot šīs pamatnostādnēs? Pēc ievada šīs pamatnostādnēs ir iedalītas divās galvenajās sadaļās. Pirmajā sadaļā ir paskaidrota EUAA animācija par vielu lietošanas profilaksi un tās mērķi. Otrajā sadaļā ir sniegti ieteikumi grupu diskusijām ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem, izmantojot animāciju kā rīku. Pielikumos ir sniegts īss pārskats par vielu lietošanas un tās profilakses tēmām, lai veidotu vispārēju izpratni uzņemšanas speciālistiem, kuri vadīs grupu diskusijas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem.

Kā šīs pamatnostādnēs ir saistītas ar citiem EUAA rīkiem? Šīs pamatnostādnēs papildina citus EUAA resursus pirmās līnijas darbinieku garīgās veselības un labklājības, psiholoģiskās izglītības ⁽³⁾ un ⁽⁴⁾ psihosociālās informētības jomā. Animācija ir EUAA portāla *Let's Speak Asylum* daļa (informācijas sniegšana uzņemšanas kontekstā) ⁽⁵⁾. Visi EUAA praktiskie rīki ir pieejami tiešsaistē EUAA tīmekļa vietnē: <https://euaa.europa.eu/practical-tools-and-guides>.

⁽¹⁾ 27 ES dalībvalstis, kā arī Islande, Lihtenšteina, Norvēģija un Šveice.

⁽²⁾ EUAA, "Prevention of substance use" (Vielu lietošanas profilakse), EUAA YouTube kanāls, 2024. gada 13. decembris, skatīts 2025. gada 6. februārī, <https://www.youtube.com/watch?v=nsJPFgE517o&t=36s>. Animācija ir pieejama angliiski un astoņās valodās, kurās parasti runā Eiropā ieradusies starptautiskās aizsardzības pieteikuma iesniedzēji. Tai ir arī subtitri 22 ES valodās.

⁽³⁾ EUAA, *Practical Guide on Mental Health and Well-being of Applicants for International Protection – Part I. for Senior Management*, 2024. gada novembris, skatīta 2025. gada 19. martā <https://euaa.europa.eu/publications/mental-health-well-being-applicants-part-i-senior-management>; EUAA, *Practical Guide on Mental Health and Well-being of Applicants for International Protection – Part II. for those working in the first line*, 2024. gada novembris, skatīta 2025. gada 19. martā <https://euaa.europa.eu/publications/mental-health-well-being-applicants-part-ii-first-line-officers>; EUAA, *Practical Guide on Mental Health and Well-being of Applicants for International Protection – Part III. Toolbox for the implementation of mental health and psychosocial support*, 2024. gada novembris, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/mental-health-well-being-applicants-part-iii-toolbox>; EUAA, *How can I support my child during difficult times?*, 2023. gada jūnijs, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/how-can-i-support-my-child-during-difficult-times>; EUAA, *How can I deal with situations in which my parents seem sad, worried, or angry?*, 2023. gada jūnijs, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/how-can-i-deal-situations-which-my-parents-seem-sad-worried-or-angry>; EUAA, *How to handle situations when my friend or sibling is sad, angry or does dangerous things?*, 2023. gada jūnijs, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/how-handle-situations-when-my-friend-or-sibling-sad-angry-or-does-dangerous-things>.

⁽⁴⁾ EUAA, "Psychological First Aid", EUAA YouTube kanāls, 2023. gada 26. jūnijs, skatīts 2025. gada 6. februārī, <https://www.youtube.com/watch?v=kbcUeng8ul> kopā ar [norādījumiem](#).

⁽⁵⁾ EUAA, portāls *Let's Speak Asylum Portal*, 2023. gada janvāris, skatīts 2025. gada 23. februārī, <https://lsa.euaa.europa.eu/>.





Satura rādītājs

Saīsinājumu saraksts	5
1. Ievaddaļa	6
1.1. Šo pamatnostādņu mērķis.....	7
1.2. Kam ir paredzētas šīs pamatnostādnes?	7
2. EUAA animācija par vielu lietošanas profilaksi	9
2.1. Mērķis un mērķa grupa	9
2.2. Galvenie vēstījumi, temati un simboli	10
2.3. Sižeta līnija.....	11
3. Kā vadīt grupu diskusijas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem, izmantojot EUAA animāciju	12
3.1. Sagatavošanās un drošības pasākumi.....	12
3.2. Grupas diskusijas veicināšana	13
3.2.1. Grupas diskusijas ievaddaļa.....	14
3.2.2. Padomi, kā veicināt grupas diskusiju — 1. posms	15
3.2.3. Padomi, kā veicināt grupas diskusiju — 2. posms	17
3.2.4. Grupas diskusijas noslēgums.....	18
Pielikumi par papildinformāciju preventīvo grupu diskusiju rīkotājiem	19
I pielikums. Vielu lietošana un tās ietekme uz jauniešiem	19
II pielikums. Kāda ir efektīva vielu lietošanas profilakse?	21





Saīsinājumu saraksts

Saīsinājums	Definīcija
Bēgļu konvencija	1951. gada Konvencija par bēgļu statusu un tās 1967. gada Protokols (ES patvēruma tiesību aktos un EST saukta par “Ženēvas konvenciju”)
Eiropas Savienības Narkotiku aģentūra (EUDA)	Eiropas Savienības Narkotiku aģentūra
ES	Eiropas Savienība
ES+ valstis	ES dalībvalstis, Islande, Lihtenšteina, Norvēģija un Šveice
EUAA	Eiropas Savienības Patvēruma aģentūra
EUPC	Eiropas profilakses programma
REITOX	<i>Réseau Européen d’Information sur les Drogues et les Toxicomanies</i> (Eiropas Narkotiku un narkomānijas informācijas tīkls)



1. Ievaddaļa

Saskaņā ar jaunākajiem EUAA pētījumiem vielu lietošana ir vērā ņemama parādība uzņemšanas vidē Eiropā kā viena no trim galvenajām garīgās veselības problēmām un kritisko incidentu brīdinājuma pazīmēm ⁽⁶⁾. Eiropas Savienības Narkotiku aģentūras (EUDA) un Eiropas Savienības Patvēruma aģentūras (EUAA) ⁽⁷⁾ šī temata padziļinātā analīze parādīja, ka saskaņā ar ES dalībvalstu un asociēto Šengenas valstu (ES+ valstu) uzņemšanas speciālistu sniegto informāciju vielu lietošana uzņemšanā ir būtiska (27 %) vai gadījuma rakstura (50 %) problēma ⁽⁸⁾.

Identificētie cēloņi ir saistīti ar pieredzi pirms ceļojuma vai tā laikā un pēc ierašanās. Tas iekļauj traumatiskus notikumus izcelsmes valstīs vai tranzīta laikā, kopienas un sociālā atbalsta zudumu, neiesaistīšanos jēgpilnās darbībās, nenoteiktību saistībā ar ilgstošām patvēruma procedūrām vai bezdarbu uzņemtajās valstīs ⁽⁹⁾. Dažas no pamanāmākajām sekām, kas novērotas saistībā ar pieteikumu iesniedzēju alkohola, nelegālo vielu un recepšu medikamentu lietošanu, iekļauj garīgās veselības problēmas, sociālās problēmas, piemēram, nodarbinātības trūkumu, konfliktu ar ģimeni, citiem iemītniekiem vai darbiniekiem, kā arī agresiju un — mazākā mērā — nevērīgu attieksmi pret izglītību un izglītības problēmas.

Saskaņā ar pētījumu visvairāk apdraudētā grupa ir gados jauni, neprecēti pieteikumu iesniedzēji (vīrieši), tostarp pusaudži un nepavadīti nepilngadīgie. Līdzīgi vienaudžiem no ES+ valstīm arī pusaudžu vecuma pieteikumu iesniedzējiem var būt nosliece uz riskantu uzvedību un eksperimentiem, kas var ietvert arī vielu lietošanu. Šajā ziņā viņi var izrādīties neaizsargāti ar ceļošanu saistīto risku un piedzīvoto kritisko pārmaiņu ietekmē, ierodoties un piesakoties starptautiskajai aizsardzībai jaunā valstī. Daudzi izjūt nenoteiktību, gaidot lēmumu par starptautiskās aizsardzības pieteikumiem. Turklāt tie, kuri Eiropā ierodas bez pavadloņa, saskaras ar grūtībām, risinot savu situāciju vienatnē, jo viņu ģimene un kopiena bieži vien ir tālu.

Lai risinātu šos jautājumus, EUAA ir izstrādājusi animāciju “Dzīve ir visur”, kas paredzēta pusaugu zēniem uzņemšanas centros ES+ valstīs. Tā ir kā instruments, lai veicinātu profilaktiskas sarunas un, iespējams, citas attiecīgas iniciatīvas šajā vidē.

⁽⁶⁾ EASO, *Mental health of applicants for international protection in Europe – Initial mapping report*, 2020. gada jūlijs, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/report-mental-health-applicants>; EASO, *Consultations with Applicants for International Protection on Mental Health A participatory approach – supported by Member State authorities and civil society*, 2021. gada decembris, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/consultation-applicants-international-protection-mental-health>; EUAA, *Critical incident management in the field of asylum and reception*, 2022. gads, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/critical-incident-management-field-asylum-and-reception>.

⁽⁷⁾ EMCDDA-EUAA, *Professionals working in reception centres in Europe: an overview of drug related challenges and support needs*, 2023. gada oktobris, skatīts 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/professionals-working-reception-centres-europe-overview-drug-related-challenges-and-support-needs>.

⁽⁸⁾ Turpat, 21. lpp.

⁽⁹⁾ Turpat, 21.–22. lpp.



1.1. Šo pamatnostādņu mērķis

Šajās pamatnostādnēs ir sniegti padomi, kā izmantot EUAA animāciju “Dzīve ir visur”, lai apspriestu tālāk minētās tēmas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem:

- kāda ir pieteikumu iesniedzēju (zēnu) dzīves pieredze uzņemšanā un galvenās viņus interesējošās problēmas;
- kam būtu svarīgi pievērsties, gaidot lēmumus par pieteikumiem;
- socializēšanās un kontaktu uzturēšana uzņemšanā;
- motivācija pozitīvai adaptācijai, izmantojot pieejamos resursus.

Šīs pamatnostādnes sniedz arī īsu pārskatu par:

- vielu lietošanu, pāreju uz problemātisku vielu lietošanu un vielu lietošanas izraisītiem traucējumiem, koncentrējoties uz jauniešiem ([I pielikums. Vielu lietošana un tās ietekme uz jauniešiem](#));
- vielu lietošanas profilaksi, uzsverot veselīgu vidi un sociālās saiknes ([II pielikums. Kāda ir efektīva vielu lietošanas profilakse?](#)).

Pielikumos sniegtie pārskati uzņemšanas speciālistiem palīdz gūt vispārēju izpratni par abiem aplūkotajiem tematiem.

Lietas, kas neietilpst šo pamatnostādņu darbības jomā:

- vielu lietošanas izraisīti traucējumi un saistītie kaitējumi;
- Eiropā plaši lietoto vielu veidi un to ietekme.

Šie temati ir jāizslēdz no diskusijām, pamatojoties uz EUAA animāciju. Ja dažiem zēniem ir nepieciešamas sarunas par vielu lietošanas ietekmi vai atbalsts, ieteicams konsultēties ar narkotiku speciālistiem vai tādiem resursiem kā EUDA Eiropas Informācijas tīkls par narkotikām un narkotiku atkarību (REITOX) ⁽¹⁰⁾ un Eiropas profilakses programmas (EUPC) sertificētiem pasniedzējiem ⁽¹¹⁾.

1.2. Kam ir paredzētas šīs pamatnostādnes?

Šīs pamatnostādnes ir paredzētas speciālistiem, kuri strādā ar pieteikumu iesniedzējiem pusaudžiem, iekļaujot sociālos darbiniekus, konsultantus, psihologus un neaizsargātības

⁽¹⁰⁾ EUDA, “REITOX network of national focal points”, EUDA tīmekļa vietne, skatīta 2025. gada 15. janvārī https://www.euda.europa.eu/about/partners/reitox_en. REITOX atsaucas uz EUDA narkotiku uzraudzības dalībnieku tīklu valsts līmenī. To veido 30 norīkotas valstu iestādes vai aģentūras, kas atbild par datu vākšanu un ziņošanu par narkotikām un narkotiku atkarību. Šīs iestādes sauc par “valsts kontaktpunktiem” vai “valsts narkotiku novērošanas centriem”.

⁽¹¹⁾ EUDA, “European Prevention Curriculum (EUPC): list of trainers and master trainers”, EUDA tīmekļa vietne, skatīta 2025. gada 15. janvārī, https://www.euda.europa.eu/best-practice/european-prevention-curriculum-eupc/list-of-trainers_en. Pasniedzēju saraksts ir pieejams pēc valstīm.





darbiniekus, skolotājus un citu profilu uzņemšanas speciālistiem, ja viņiem ir psihosociālā darba pieredze vai apmācība. Ar pamatnostādnēm var iepazīties arī tulki un kultūras mediatori, kuri atbalsta grupu diskusijas ar pusaudžiem.

Netiek sagaidīts, ka šajās diskusijās iesaistītie uzņemšanas speciālisti būs kompetenti vielu lietošanas vai ar to saistītas informācijas sniegšanas jomā.





2. EUAA animācija par vielu lietošanas profilaksi

EUAA animācija par vielu lietošanas profilaksi atbilst garīgās veselības un psihosociālā atbalsta pieejai, ko mūsdienās plaši izmanto humānās palīdzības sniedzēji. Šī pieeja atzīst profilaktiskās psihoemocionālās veselības aprūpes nozīmi pieteikuma iesniedzējiem. Tas ietver pievēršanos pieteikuma iesniedzēja psihosociālajām vajadzībām kopš ierašanās brīža, nodrošinot pamatpakalpojumus un drošību, kā arī stiprinot iesaistīšanos kopienā, ģimenes saites, sociālos tīklus un psiholoģisko izglītību visā uzturēšanās laikā, lai samazinātu negatīvo ietekmi, piemēram, vielu lietošanas, riskus, vienlaicīgi veidojot noturību pret tām ⁽¹²⁾.

Animācijā ir izmantota arī EUDA pieeja vielu lietošanas profilaksei, pamatojoties uz pierādījumiem, lai veicinātu tādas vides izveidošanu, kas nav labvēlīga narkotisku vielu lietošanai, veselīgu sociālo attiecību veidošanu un riska grupas personu iesaistīšanu jēgpilnās ikdienas aktivitātēs.

Animācijas izstrādes mērķis ir palīdzība pirmās līnijas amatpersonām, lai veidotu saikni ar pieteikuma iesniedzējiem pusaugu zēniem, kas viņiem atvieglotu pārrunas par problēmām un to, kā konstruktīvi izmantot uzņemšanā pavadīto laiku. Animācijā netiek pievērsta uzmanība pašai vielu lietošanai, kā arī nav izmantoti aizlieguma, brīdinājuma vai soda vēstījumi, jo tie nav bijuši efektīvi līdzekļi, lai novērstu vielu lietošanu jauniešiem.

2.1. Mērķis un mērķa grupa

Šīs animācijas mērķgrupa ir pieteikumu iesniedzēji pusaugu zēni (14–17 gadi), un mērķis ir vielu lietošanas un negatīvu ietekmi pārvarēšana. Animācijā ir izteikts pieņēmums, ka pieteikuma iesniedzēju zēnu negatīvo izturēšanos, tostarp vielu lietošanu, varētu novērst ar visaptverošu pieeju viņu situācijai. Šāda pieeja iekļauj sarunu (grupas diskusiju) par viņu aktuālajām pārmaiņām un sajūtām, kā arī uzņemšanā pieejamajiem resursiem, piemēram, sociālo atbalstu un tādām aktivitātēm kā sports vai mācības. Tā viņus mudina veselīgi un produktīvi izmantot laiku uzņemšanā, gaidot lēmumus par patvēruma piešķiršanu ⁽¹³⁾.

Animācija ir jāparāda pieteikumu iesniedzējiem zēniem, kuriem nav pieredzes vielu lietošanā vai ir neregulāras vai eksperimentālas lietošanas pieredze. Animāciju nav ieteicams izmantot preventīvās diskusijās ar pieteikuma iesniedzējiem zēniem, kuriem ir bieža vai kaitīga vielu lietošana vai arī atkarība.

⁽¹²⁾ EUAA, *Practical Guide on Mental Health and Well-being of Applicants for International Protection – Part I. for Senior Management*, 2024. gada novembris, 29.–30. lpp., skatīta 2025. gada 19. martā, <https://euaa.europa.eu/publications/mental-health-well-being-applicants-part-i-senior-management>.

⁽¹³⁾ Šo terminu nozīmi skatīt piezīmē [I pielikums. Vielu lietošana un tās ietekme uz jauniešiem](#).





Animācija ir jāparāda pieteikuma iesniedzējiem pusaugu zēniem pēc viņu reģistrēšanas un izmitināšanas uzņemšanā. Tā ir paredzēta lēmumu gaidīšanas periodam, kas var ilgt vairākus mēnešus. Šo laiku var izmantot, lai viņiem palīdzētu attīstīt zināšanas un prasmes dzīvei pēc lēmuma pieņemšanas un uzturēšanās uzņemšanā. Šajā saistībā ir ļoti svarīgi, lai viņi būtu informēti par visiem uzņemšanā pieejamajiem resursiem, lai novērstu negatīvu izturēšanos situācijas pieņemšanas apstākļos.

2.2. Galvenie vēstījumi, temati un simboli

Animācija sniedz turpmāk norādītos **galvenos vēstījumus** pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem uzņemšanā.

Jūsu izaicinājumi ir reāli un atzīti:

- jūsu emocijas pēc ierašanās un gaidot lēmumu par savu pieteikumu, piemēram, bažas, stress, vilšanās un cerības, ir dabiskas un pamatotas;
- negatīvi stresa pārvarēšanas mehānismi, piemēram, vielu lietošana, dažiem var šķist līdzeklis nenoteiktības un bažu pārvarēšanai, un mēs varam runāt par to iemesliem.

Uzņemšanā ir iespējas pārvarēt stresu un lietderīgi izmantot laiku:

- ir pieejami resursi, kas var palīdzēt izmantot pozitīvus stresa pārvarēšanas mehānismus:
 - lūgt informāciju un atbalstu uzņemšanas un psihosociālās jomas darbiniekiem;
 - konsultēties ar medicīnas personālu par jebkādiem medicīniskiem stāvokļiem un simptomiem;
 - komunicēt ar izmitināšanas centra iemītniekiem, lai veidotu sasaisti un socializētos;
 - būt aktīvam un iesaistīties grupas aktivitātēs;
- uzticēties saviem spēkiem, resursiem un noturībai.

Animācijā atspoguļoto **galveno tematu** piemēri:

- vientulība, draudzība un draugu izvēle;
- socializācija jaunā valstī;
- piemērošanās (piemēram, vietējās valodas apguve);
- negatīvi stresa pārvarēšanas mehānismi (piemēram, vielu lietošana);
- nākotnes centieni (piemēram, nākotnes profesija);
- pozitīvi stresa pārvarēšanas mehānismi un pieejamie resursi uzņemšanā;
- pie kā vērsties un kam uzticēties, gaidot lēmumu par savu pieteikumu.





Animācijā ir izmantoti **simboli**, tostarp pūķis, automehāniķis un mākoņi, lai attēlotu un pārrunātu iepriekš norādītās tēmas dažādās valstīs un kontekstos (simbolu nozīmi skatīt sadaļā [3.2. Grupas diskusijas veicināšana](#)).

2.3. Sižeta līnija

Animācijas tēls ir sešpadsmitgadīgs afgāņu zēns Ahmads, kurš jau vairākus mēnešus ir uzņemšanā kā nepavadīts patvēruma meklētājs. Viņš pastāsta par savām dažādajām emocijām un bažām pēc ierašanās, kā arī par savu pozitīvo stresa pārvarēšanas veidu, gaidot lēmuma pieņemšanu, un izvairīšanos no negatīvas rīcības, piemēram, vielu lietošanas. Ahmads meklēja personāla atbalstu, piedalījās grupu aktivitātēs un ieguva draugus, un tas viņam palīdzēja justies labāk un iekļauties izmitināšanas centra iemītnieku kopienā, kas savukārt palīdzēja mazāk raizēties un vairāk iesaistīties.

Animācijā ir parādīta Ahmada dzīve divos uzņemšanas centros. Sākotnēji viņš uzturas konteineru tipa centrā, kurā ir dažādi iemītnieki, bet pēc tam tiek pārvietots uz specializētu centru nepavadītiem nepilngadīgajiem.

Nb. Animācija ir vispārēja, izstrādāta, izmantošanai visās ES+ valstīs, tāpēc attēlotais uzņemšanas konteksts dažās ES+ valstīs var šķist vairāk, bet citās mazāk reālistisks.



3. Kā vadīt grupu diskusijas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem, izmantojot *EUAA* animāciju

Grupu diskusijām jānotiek uzņemšanas centrā, kur pieteikumu iesniedzējiem jauniešiem ir pieejamas atpūtas, atbalsta un mācību aktivitātes (uz vietas vai ar nosūtījumiem). Tas tiek uzskatīts par šādu profilakses diskusiju organizēšanas galveno priekšnosacījumu. Turklāt vienmēr būtu labi šādas diskusijas ietvert plašākā psihosociālā un atpūtas atbalsta klāstā, kas tiek nodrošināts pieteikumu iesniedzējiem.

3.1. Sagatavošanās un drošības pasākumi

Grupas sastāvs un struktūra

- 6–10 pieteikumu iesniedzēji pusaugu zēni (14–17 gadus veci), kas ir nepavadīti, pavadīti atsevišķi vai jauktā grupā.
- Pieteikumu iesniedzēji pusaugu zēni, kuri nelieto vielas vai kuriem mērena vai neregulāra vielu lietošanas pieredze.
- 60–90 minūšu ilgas diskusijas ar 15 minūšu pārtraukumu, ja to ilgums sasniedz 90 minūtes.

Norises laiks

- Sākot ar otro mēnesi, kad visas uzņemšanas procedūras, tostarp izmitināšana, ir pabeigtas un dalībnieki jūtas stabilāki.
- Ieplānojiet nodarbības tā, lai tās netraucētu citām dalībnieku saistībām (mācībām, valodu kursiem, sportam).

Piedalīšanās garantēta. Noteikti organizējiet diskusijas visiem ieinteresētajiem jauniešiem.

Informēta un brīvprātīga līdzdalība. Pirms tam informējiet dalībniekus un viņu aprūpētājus/ aizbildņus, lai viņi apzinātos diskusijas mērķi un formātu un piekristu dalībai. Kopīgi vienojieties par laiku.

Atbalsta pieejamība. Informējiet dalībniekus, ka vajadzības gadījumā būs pieejams sociālā darbinieka vai mentora turpmāks atbalsts.



Droša telpa

- Lai diskusija neizraisītu vēl lielāku spriedzi, grupā nevar iesaistīties pieteikumu iesniedzēji, kuriem ir nopietnas psiholoģiskas grūtības vai krīze.
- Nodrošiniet, lai dalībnieks, kurš diskusijas laikā var izjust spriedzi, saņemtu tūlītēju specializētu atbalstu un vajadzības gadījumā vēlāk varētu individuāli pārrunāt šīs tēmas.
- Pārrunas pēc sesijas ar tulku, it īpaši, ja viņš iepriekš ir bijis pieteikuma iesniedzējs.

Diskusijas pieeja

- Mudiniet kaut ko pastāstīt visus dalībniekus, tomēr bez piespiešanas. Noderīga ir arī pasīva līdzdalība.
- Paustos viedokļus uztveriet kā vērtīgus pašus par sevi, izvairieties no to apspriešanas kategorijās “pareizi vai nepareizi”.
- Lai saprastu dalībnieku domas un reakcijas, uzdodiet turpmākus jautājumus. Esiet atvērti viņu iespējamām reakcijām: apstiprinājumam, nosodījumam, izjūtām, kritikai, jautājumiem un šaubām.

Valoda un mutiskā tulkošana

- Atbalstītājiem ir jārunā dalībnieku valodā vai jāsadarbojas ar tulku vai kultūras mediatoru.
- Tulkiem jābūt informētiem par diskusijas mērķi un šīm pamatnostādnēm.
- Valodai jābūt atbilstošai vecumam, vienkāršai, empātiskai un iesaistošai.
- Dalībniekiem jābūt kopīgai valodai (dzimtajai vai otrajai valodai). Jauktu valodu grupām ir nepieciešami vairāki tulki, un tas var palēnināt diskusijas un ietekmēt grupas dinamiku.

3.2. Grupas diskusijas veicināšana

Grupas diskusiju vada atbalstītājs, ja nepieciešams, ar tulka vai kultūras starpnieka atbalstu. Atbalstītājam un tulkam ir iepriekš jānoskatās animācija un jāsatiekas, lai noskaidrotu diskusijas mērķi un vienotos par tās veidu un struktūru.



Ieteicams, lai diskusija notiktu divos posmos ar ievaddaļu un noslēgumu.

Plūsma	Ilgums	Mērķis	Kā?
Ievaddaļa	10 min.	Iesildiet zēnu grupu diskusijai un izvirziet noteikumus.	- Nepieciešama savstarpēja iepazīstināšana. - Ātra spēle.
1. posms	40 minūtes	Apspriediet animācijas galvenās tēmas, piešķirot prioritāti dalībnieku izvēlētajām.	- Parādiet pilnu animāciju. - Atkārtojiet animācijas galvenās ainas.
Pārtraukums (15 minūtes)			
2. posms	15 minūtes	Informējiet dalībniekus par attiecīgajā uzņemšanas centrā pieejamajiem resursiem.	Sniedziet attiecīgo informāciju un izmantojiet citus pieejamos vizuālos materiālus.
Noslēgums	10 min.	Atzīstiet zēnu līdzdalības nozīmi un aiciniet viņus izteikt savus iespaidus par pašu grupas diskusiju.	Īss aplis ar visiem dalībniekiem.

3.2.1. Grupas diskusijas ievaddaļa

Sēdvietu iekārtošana

Ieteicams sēdvietas iekārtot puslokā, iekļaujot atbalstītāju un tulku. Pārliecinieties, ka visiem ir vienlīdz labi redzams ekrāns.

Iesildīšanās

- Ja dalībnieki nepazīst cits citu, viņiem ir jāiepazīstas ⁽¹⁴⁾.
- Lai radītu komfortablu atmosfēru, pēc nepieciešamības var izspēlēt kādu ātru spēli ⁽¹⁵⁾.
- Ja visi pazīst cits citu, uzreiz pārejiet pie nākamā soļa.

Izstrādājiet grupas noteikumus

Pirms sākat, kopīgi izvirziet dažus pamatnoteikumus, piemēram:

- savstarpēja uzklausišana;
- dažādu viedokļu respektēšana;
- klātbūtne (neizmantot tālruni / neiziet/neienākt).

⁽¹⁴⁾ Piemēram, dalībnieki var cits citam mest bumbu. Dalībnieks ar bumbu var iepazīstināt ar sevi, pasakot savu vārdu un kādu savu aizraušanos, tad nodot bumbu nākamajam dalībniekam.

⁽¹⁵⁾ Īsā spēlē var, piemēram, vaicāt par izvēlēm (mīļākais sporta veids, auglis, dienas laiks) un lūgt katram zēnam īsi paskaidrot iemeslu. Atbildēm jābūt īsām.



Paskaidrojiet:

- diskusijas mērķi un ilgumu;
- ka diskusija nav saistīta ar viņu patvēruma prasījuma izskatīšanu;
- ka nav pareizu vai nepareizu atbilžu, bet svarīgi ir kopā pārrunāt situāciju, balstoties uz paustajiem iespaidiem un viedokļiem par animāciju;
- ka tad, ja dalībnieki jūtas neērti, viņi var aiziet jebkurā brīdī.

Noskatieties animāciju: atskaņojiet grupai animāciju, kuras ilgums ir 2,51 minūte.

Sāciet ar jautājumu: “Kas šajā animācijā jūs iespaido?”

3.2.2. Padomi, kā veicināt grupas diskusiju — 1. posms

Dalībniekus interesējošo tēmu identificēšana un apspriešana.

Diskusijā tiks pētīts, kā dalībnieki reaģē uz animāciju, identificējot viņus interesējošās tēmas, bet neuzspiežot idejas. Dažādas pieteikumu iesniedzēju pusaugu zēnu grupas var pievērsties atšķirīgām tēmām, piemēram, atkarībā no viņu personīgajiem apstākļiem un izcelsmes. Tēmas var ietvert vientulību, pielāgošanos jaunai valstij un karjeras centienus. Daži var izlemt runāt arī par narkotikām un noziedzību. Diskusijai noder jebkura izvirzītā tēma, tomēr atbalstītājiem ir jānodrošina, lai uzmanības centrā būtu profilakse un dalībnieku noturības stiprināšana.

Tālāk skatiet padomus par animācijas tēmu un simbolu izmantošanu, lai vadītu jēgpilnu diskusiju. “Tuvināšanas” sadaļā ir paskaidrotas attiecīgās animācijas galvenās daļas.

Animācija par vielu lietošanas profilaksi “Dzīve ir visur” — galvenās tēmas	
<i>Pirmā saskare ar uzņemšanu un jaunu vidi</i>	
Norises laiks: 00.00–00.35	
Galvenie vēstījumi	Izaicinājumi un sajūtas, ar kurām saskaraties, ierodoties jaunajā valstī, ir pamatotas un atzītas.
Orientējoši jautājumi	Ierašanās jaunā valstī var būt problemātiska. Atskatoties uz savu pieredzi, kādas lietas jums šķita sarežģītas un kuras likās pozitīvas un noderīgas? Orientēšanās jaunā vietā var būt sarežģīta. Aplūkojot uz savu pieredzi, kādas lietas jums šķiet sarežģītas un kuras liekas pozitīvas un noderīgas?
Temati apspriešanai	• valoda • jauna kultūra un noteikumi • citas dalībnieku izvirzītās tēmas
Galvenie simboli	Konteineru tipa ēkas: atspoguļo pieteikuma iesniedzēju dzīves pagaidu posmu.
Iedziļinieties animācijas stāstā. Ahmads ir sešpadsmitgadīgs nepavadīts zēns no Afganistānas, kurš nonāk uzņemšanas centrā ar konteineru tipa ēkām, jūtas nedroši un nepazīst apkārtni. Viņš izjūt vientulību, kultūras atšķirības un nepieciešamību apgūt jaunās vides noteikumus.	





Vilcināšanās pielāgoties jaunai valstij		Norises laiks: 00.35–1.20
Galvenie vēstījumi	Izaicinājumi un sajūtas, ar kurām saskaraties, pielāgojoties dzīvei uzņemšanā un jaunai kultūrai, ir pamatotas un atzītas.	
Orientējoši jautājumi	Kas, jūsuprāt, varētu palīdzēt labāk pavadīt laiku cilvēkam, kurš, atrazdamies uzņemšanas centrā, garlaikojas vai raizējas? Kas, jūsuprāt, var palīdzēt justies labāk šādai personai?	
Temati apspriešanai	- vientulība - garlaicība - nostalģija pēc mājām, ģimenes un draugiem - bažas par pielāgošanos un patvēruma pieteikuma iznākumu - pareizu draugu izvēle - negatīvie pārvarēšanas mehānismi (smēķēšana, dzeršana, narkotikas) - citas dalībnieku izvirzītās tēmas	
Galvenie simboli	Mākoņi: simbolizē aizejošo laiku; nepietiekamu saikni ar realitāti. Nakts: simbolizē sliktu garastāvokli, darbības ar negatīvām sekām, skumjas.	
Iedziļinieties animācijas stāstā. Ahmads sēd vienatnē savā istabā un skatās uz apmākušajām debesīm, kas simbolizē bezdarbībā pavadītu laiku. Domājot par ģimeni un draugiem mājās, viņš jūtas vientuļš un jaunās situācijas nomākts. Šī aina pauž skumjas un raizes, jo Ahmads cenšas saprast, kā pielāgoties jaunajai dzīvei. Nākamajā ainā Ahmads ierauga zēnu grupu ārpus uzņemšanas centra. Ir vēls vakars, viņi smēķē, dzer un, iespējams, lieto narkotikas. Tomēr viņš novēro, ka arī viņi nejūtas labi un šķiet nedroši par to, kā rīkoties jaunajā dzīvē. Viņš nolemj tiem nepievienoties. Ahmadam ir skaidrs, ka, ierodoties jaunajā valstī, viņa mērķis nav lietot narkotikas, lai iederētos.		
Konstruktīva laika izmantošana uzņemšanā, kas palīdz sasniegt nākotnes mērķus		Norises laiks: 1.20–2.38
Galvenie vēstījumi	Laiku uzņemšanā var izmantot veselīgi un lietderīgi, lai mācītos un sagatavotos dzīvei pēc patvēruma lēmuma pieņemšanas. Jūs esat noturīgi un, gaidot lēmumu par savu pieteikumu, varat justies iesaistīti un apmierināti ar draugu un personāla atbalstu.	
Orientējoši jautājumi	Kāpēc labi draugi ir svarīgi? Ko nozīmē būt labam draugam? Kādā profesijā vēlaties strādāt un kāpēc? Kādas prasmes ir nepieciešamas šai profesijai? Ko jūs visaugstāk vērtējat savā dzimtenē un kultūrā? Ja jums būtu iespēja veidot šīs animācijas filmas turpinājumu — kā jūs turpinātu Ahmada stāstu? <i>Alternatīva pieeja</i> Kādas ir jūsu domas par to, kā Ahmads tika galā ar savu uzturēšanos uzņemšanā — vai tas bija noderīgi? Vai jūs domājat, ka Ahmads dara kaut ko tādu, ko arī jūs varētu mēģināt darīt vairāk? Vai jums ir citas idejas?	





Temati apspriešanai	- draudzība: labu draugu izvēle un izvairīšanās no sliktām ietekmēm - profesijas apguve: koncentrēšanās uz nākotnes profesijai nepieciešamajām prasmēm - noturība - dzimtenes kultūras un valodas nozīmīgums
Galvenie simboli	Pūķis: simbolizē brīvību, noturību, cerību, komandas darbu un draudzību (pūķi palaiž divatā). <i>Pūķa palaišana ir populārs brīvdabas sporta veids tādās valstīs kā Afganistānā un Sīrijā.</i> Automehāniķis: attēlo profesiju, kas sniedz piepildījumu un neatkarību.
Iedziļinieties animācijas stāstā. Ahmads nolemj izvairīties no narkotiku lietošanas, lai iederētos, un tā vietā pievēršas savam mērķim — profesijas apguvei. Mākoņi aiz loga pārvēršas par pūķi, kas simbolizē viņa nākotnes centienus. Nākamajā ainā, kas attēlo nākotni, Ahmads ir vecāks un strādā par automehāniķi. Nākamajā ainā ir redzams, ka Ahmads ir pārcēlies uz specializētu centru nepavadītiem nepilngadīgajiem, kur piedalās aktivitātēs, iegūst labus draugus, piemēram, sadraudzējas ar Huseinu, un apmeklē valodu nodarbības. Viņi pavada laiku kopā, laiž pūķus un veic mājas darbus. Pēdējā ainā ir redzams, ka Ahmads sarunājas pa tālruni ar kādu radnieku, gatavojas sporta spēlēm ar draugiem un tiekas ar savu sociālo darbinieku, un tas atspoguļo viņa labi iedalīto laiku uzņemšanā. Nb. Ne visus zēnus var piesaistīt pūķa palaišana (daži to var uzskatīt par aktivitāti, kas ir piemērota tikai maziem bērniem). Tādā gadījumā viņiem var pajautāt, kādā aktivitātē/spēlē viņiem patīk iesaistīties kopā ar draugiem.	

3.2.3. Padomi, kā veicināt grupas diskusiju — 2. posms

Informēšana par dalībniekiem pieejamajiem resursiem.

Diskusijas par “izvēlētajām” tēmām novedīs pie sarunas par uzņemšanas vidē pieejamajiem resursiem, lai pusaugu zēniem palīdzēt pavadīt laiku strukturēti un veselīgi.

Jūs sniegsiet informāciju par informācijas nodrošināšanu, medicīnisko un psiholoģisko atbalstu, valodu apguvi, atbalstu skolā, kā arī atpūtas, sporta un kultūras aktivitātēm.

Jūs arī iepazīstināsiet ar centrā strādājošo atbalsta personālu, piemēram, sociālajiem darbiniekiem, medicīnas māsām, ārstiem un psihologiem, ja tādi ir pieejami. Mērķis ir mudināt zēnus uztvert uzņemšanas centru kā kopienu un izmantot tās resursus, nepieciešamības gadījumā meklējot personāla palīdzību.

Uzņemšanā pavadītā laika konstruktīva izmantošana informācijas, atbalsta un norādījumu saņemšanai		Norises laiks: 1.41–2.10
Galvenie vēstījumi	Uzņemšanā ir pieejami resursi, kas jums palīdzēs veselīgi izmantot laiku. Ja jums ir vajadzības, pastāstiet par tām attiecīgajiem darbiniekiem. Ja nepieciešama informācija un norādījumi, meklējiet atbalstu un uzdodiet jautājumus.	





Orientējošie jautājumi	Vai zināt, kad varat lūgt atbalstu darbiniekiem? Vai jums ir informācija par sociālajiem, izglītošajiem un atpūtas pasākumiem šajā centrā?
Temati diskusijām	• medicīniskā, psihosociālā, izglītības un valodu apguves atbalsta nozīme (pārrunāji tikai tos, kas ir pieejami un piekļūstami) • dienas un pieejamo atpūtas aktivitāšu organizēšana • konkrētie pieejamie sociālie, medicīniskie, izglītības un atpūtas resursi
Galvenie simboli	Pūķis: simbolizē draudzību, komandas darbu, vienaudžu atbalstu. Uzņemšanas personāls (medmāsa, uzņemšanas darbinieks): parāda cilvēciskās saskarsmes nozīmi un atbalsta lūgšanu.
Iedziļinieties animācijas stāstā. Ahmads lūdz palīdzību personālam. Lai saņemtu informāciju par sociālo dzīvi uzņemšanā, viņš runā ar sociālo darbinieku, bet, lai saņemtu pretsāpju zāles, apmeklē medmāsu. Arī Ahmada draugs Huseins meklē padomu pie sociālā darbinieka, kurš uzklausa un sniedz norādījumus, iespējams, nepieciešamības gadījumā iesakot psihologa palīdzību. Animācija noslēdzas ar vēstījumu, kurā jaunieši tiek mudināti meklēt palīdzību pie uzņemšanas centra darbiniekiem.	

3.2.4. Grupas diskusijas noslēgums

Noslēdzot nodarbību, aiciniet zēnus pastāstīt savas domas par sarunu ar jautājumiem:

- Kas jums šķita labs mūsu diskusijā?
- Kas varētu būt bijis labāk?
- Ja jūs varētu raksturot savas sajūtas par šo diskusiju ar vienu vārdu vai attēlu, kāds tas būtu?

Nepārskatiet diskusiju, pamatojoties uz viņu atbildēm. Vienkārši sniedziet viņiem iespēju paust savas pārdomas vai sajūtas. Kad visi ir izteikušies, pateicieties viņiem par iesaistīšanos.

Atgādinājums. Informējiet zēnus, ka tad, ja viņi vēlas vairāk pārrunāt animāciju un tās tēmas vai jebko, kas tika minēts diskusijā, viņi var piemērotā laikā tikt ar sociālo darbinieku vai mentoru.





Pielikumi par papildinformāciju preventīvo grupu diskusiju rīkotājiem

Tālāk sniegto pārskatu mērķis ir palīdzēt vispārējās izpratnes veidošanā par vielu lietošanu uzņemšanas speciālistiem, kuri atbalstīs grupu diskusijas ar pieteikumu iesniedzējiem pusaugu zēniem. Tie nav paredzēti atsevišķai izmantošanai kā materiāls grupu diskusijās.

I pielikums. Vielu lietošana un tās ietekme uz jauniešiem

Narkotiku situāciju ES raksturo augsta vielu pieejamība un lietošana. Pieejamās vielas ir ļoti dažādas, aptverot plašu psihoaktīvo vielu un jaunu sintētisko narkotiku klāstu. Personas, kas lieto narkotiskas vielas, var būt pakļautas lielākam nevēlamu veselības rezultātu riskam, jo, iespējams, neapzināti lieto spēcīgākas vai jaunākas vielas vai narkotiku maisījumus, kuru risks veselībai nav zināms ⁽¹⁶⁾. Vielu lietošana Eiropas valstīs ir vērojama gan pieaugušo, gan jauniešu vidū.

Kas ir vielu lietošana? Dažādu tādu psihoaktīvu vielu lietošana, kas ietekmē jūtas, uztveri, domāšanas procesus un/vai uzvedību. Tas var ietvert retu un eksperimentālu lietošanu, kas tomēr atkarībā no dažādiem faktoriem var progresēt līdz regulārākai un traucējumus izraisošai lietošanai. Ir novērots, ka vielu lietošana notiek trīs posmos, kā aprakstīts tālāk.

1. Lietošana, kas ietver mērenu un sporādisku uzņemšanu, vielu lietošana kā viena no daudzām aktivitātēm ar mērķi atpūsties.
2. Intensīvākas un pastiprinātas lietošanas gadījumā vielu lietošana kļūst ilgstošāka un biežāka un ir indivīda galvenais brīvā laika pavadīšanas veids. Lai gan sociālā un personiskā funkcionalitāte sāk pasliktināties, uzvedība joprojām lielā mērā ir organizēta un indivīds lielākoties spēj veikt savas lomas un pienākumus.
3. Kontroles zaudēšana pār narkotiku lietošanu un vielu lietošanas traucējumu attīstība nozīmē to, ka tagad personas uzmanības centrā ir ar vielām saistītās darbības. Svarīgi ir atzīmēt, ka nonākšana vienā posmā ir nepieciešama, bet ar to nepietiek, lai pārietu uz nākamo posmu (. ⁽¹⁷⁾).

Kādi ir vielas lietošanas izraisīti traucējumi? Lielākā daļa personu, kas lieto vielas, neļūst nopietnu kaitējumu, tomēr daži vielu lietotāji piedzīvo problēmas, kas būtiski pasliktina viņu veselību, sociālās funkcijas un labbūtnību, un to sauc par vielu lietošanas izraisītiem

⁽¹⁶⁾ EMCDDA, *European Drug Report. Trends and Developments*, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2022. gads, EMCDDA *European Drug Report 2024*, EUDA.europa.eu, 2024, skatīts 2024. gada 5. decembrī, <https://emcdda.europa.eu/publications/european-drug-report/2024>

⁽¹⁷⁾ EMCDDA, *European Prevention Curriculum. A Handbook for decision-makers, opinion-makers and policy-makers in science-based prevention of substance use*, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2019. gads, EUDA.europa.eu, 28.–29. lpp., skatīts 2025. gada 19. martā, https://www.euda.europa.eu/publications/manuals/european-prevention-curriculum_en. EUPC ir izstrādāts tādu speciālistu apmācībai, kuri ir iesaistīti profilakses lēmumu, viedokļu un politikas veidošanā Eiropā, pamatojoties uz zinātnisku pieeju vielu lietošanas profilaksē.



traucējumiem (tie var būt viegli, mēreni vai smagi). Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas (Starptautiskā slimību klasifikācija, IDS 11) datiem pastāv atšķirība starp kaitīgu vielu lietošanu un atkarību. Kaitīga vielu lietošana ir vielu lietošanas modelis, kas nodara kaitējumu fiziskajai vai garīgajai veselībai. Atkarība ir vielu lietošana, kas izraisa tieksmi un grūtības kontrolēt lietošanu; pastāvīga lietošana, neraugoties uz nelabvēlīgām sekām; tolerance; atradināšanās. Daži cilvēki joprojām var saskarties ar problēmām, kas ir saistītas ar vielu lietošanu, nesasniedzot kaitīgas lietošanas vai atkarības klīniskās robežvērtības ⁽¹⁸⁾.

Vielu lietošana un jaunieši. ES mēroga skolu aptauja par alkoholu un citām narkotikām, kas tiek periodiski organizēta 15–16 gadus veciem jauniešiem, liecina, ka viņus ievērojami ietekmē cigarešu smēķēšana un alkohola lietošana, iekļaujot intoksikācijas gadījumus. Gandrīz piektdaļa pētījuma dalībnieku ziņoja par nelegālu narkotiku lietošanu, un visbiežāk lietotā viela bija kanabiss. Pusaudžu vidū bažas izraisa nemedicīniska receptu zāļu lietošana; daži skolēni ziņo, ka dzīves laikā ir lietojuši nomierinošus vai sedatīvus līdzekļus, kā arī pretsāpju zāles, lai “apreibinātos” ⁽¹⁹⁾. Jaunieši, kuri ierodas Eiropā, piemēram, starptautiskās aizsardzības pieteikuma iesniedzēji, saskaras ar sabiedrību, kurā ir atļauts lietot vielas, un ar to saistītajiem potenciālajiem riskiem.

Jaunieši var izmēģināt vai lietot vielas dažādu iemeslu dēļ.

Citu cilvēku uzvedības atdarināšana

Vecāki un pieaugušie, kuri regulāri lieto alkoholu, smēķē un/vai izmēģina vielas, rada priekšstatu par vielu lietošanas pieļaujamību un pieņemamību. Šādu priekšstatu rada arī vienaudži un draugi, kuri dzer vai lieto kanabisu, un vienaudžu vide kopumā, kas liek domāt, ka vielu lietošana ir daļa no jauniešu pieredzes un it kā dzīves baudīšanas.

Ziņkārība un vēlme gūt pieredzi

Psihoaktīvās vielas var tikt lietotas ziņkārības dēļ vai lai gūtu tūlītēju gandarījumu, jo tās var ātri iedarboties un sākotnējā ietekme dažkārt var būt patīkama. Vienas var arī izmēģināt, lai izjustu un demonstrētu savu neatkarību un justos vairāk pieaudzis.

Izbēgšana un pašārstēšanās.

Ja jaunieši ir neapmierināti un viņam nav uzticama drauga vai gādīga sociālā loka, viņš var ķerties pie vielām, lai piedzīvotu atvieglojumu un justos vairāk enerģisks un pārliecināts. Dažkārt vielas var tikt lietotas stresa (piemēram, skolā), trauksmes vai depresijas mazināšanai. Šo mērķu sasniegšanas nolūkā, daži var lietot receptu stimulatorus, lai sajūtu enerģijas pacēlumu un uzlabotu koncentrēšanās spējas, vai receptu sedatīvus līdzekļus, lai tiktu galā ar dažādas izcelsmes emocionālo stresu.

⁽¹⁸⁾ EMCDDA, *European Prevention Curriculum. A Handbook for decision-makers, opinion-makers and policy-makers in science-based prevention of substance use*, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2019. gads, 29.–30. lpp., skatīts 2025. gada 19. martā, https://www.euda.europa.eu/publications/manuals/european-prevention-curriculum_en.

⁽¹⁹⁾ EMCDDA, *ESPAD Report 2019. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2020. gads, skatīts 2025. gada 19. martā, https://www.espad.org/sites/default/files/2020.3878_EN_04.pdf, 42.–48. lpp. Aptauja tika veikta 49 Eiropas valstīs.



Vientulība un garlaicība

Dažiem jauniešiem var būt grūti atrast sev nodarbošanos vai tikt galā vienatnē. Vietas var viņiem sagādāt nodarbošanos, kā arī nodrošināt kopīgu pamatu, lai socializētos ar vienaudžiem un veidotu saikni ar grupu.

Pārliecības trūkums, brīvākas izpausmes nepieciešamība

Vielu ietekmē jaunietis var uzskatīt, ka spēj rīkoties ar lielāku pārliecību, jo atbrīvojas no aizturēm, kā arī mazinās sociālā trauksme. Šādi var uzdrīkstēties darīt lietas, ko parasti nedarītu, piemēram, dejoj, pat ja esi slikts dejojājs, dziedāt no visas sirds, pat ja neesi labs dziedātājs, vai tuvojies vienaudžiem, pat ja citādi esi ļoti kautrīgs.

Veicinoša vide

Filmās, populāros plašsaziņas līdzekļos un sociālajos medijos ir ierasts redzēt, kā gan jaunieši, gan vecāki cilvēki dzer vai lieto vielas. Bieži tiek demonstrēts, ka šīs darbības šķietami notiek bez sekām.

Neregulāra vielu lietošana var arī neizraisīt tūlītēju kaitējumu, tomēr lietošana bieži vai lielos daudzumos, agrīna uzsākšana, vairāku narkotiku lietošana ⁽²⁰⁾ un riskanti modeļi (narkotiku lietošana saistībā ar transportlīdzekļa vadīšanu vai seksuālu aktivitāti) var izraisīt negatīvas sekas. Ir pārliecinoši pierādījumi, ka bieža vielu lietošana var pasliktināt fizisko un garīgo veselību, ietekmējot mijiesaisti mācībās un rezultātus ⁽²¹⁾.

II pielikums. Kāda ir efektīva vielu lietošanas profilakse?

Vielu lietošanas profilakses mērķis ir apturēt vai aizkavēt psihoaktīvo vielu lietošanu. Turklāt tam var būt nozīme, lai samazinātu iespējas, ka tie, kuri ir sākuši lietot vielas, pāriet uz problemātisku vielu lietošanu ⁽²²⁾. Lielākā daļa profilakses mērķgrupu nav pakļautas tiešam vielu lietošanas izraisītu traucējumu riskam, tomēr viņiem var draudēt veselības vai psiholoģiski kaitējumi, mācību pārtraukšana, nepatikšanas ar policiju, riskanta uzvedība (piemēram, seksuāla riska uzņemšanās). Ar tiem potenciāli var saskarties ikviens vielu lietotājs.

Pētījumi liecina, ka vielu lietošanas sākuma aizkavi skolas vecuma jauniešu vidū var panākt, ja profilakses centrā ir jauniešu personīgo un sociālo prasmju attīstīšana veselīgas socializācijas atbalstam, gan labvēlīgas vides radīšana ar ierobežotiem neveselīgas uzvedības izraisītājiem. Šādu profilakses stratēģiju centrā ir:

- sociālo kompetenču, atteikšanās prasmju un veselīgu lēmumu pieņemšanas spēju attīstīšana individuālā līmenī;

⁽²⁰⁾ Vairāku narkotiku lietošana ir divu vai vairāku legālu vai nelegālu psihoaktīvu vielu vienlaicīga vai secīga lietošana. Kombinēta zāļu lietošana var palielināt veselības problēmu risku un apgrūtināt efektīvu iejaukšanās pasākumu nodrošināšanu, piemēram, reaģējot uz akūtu saindēšanos.

⁽²¹⁾ *United Nations Office on Drugs and Crime, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, the World Health Organization, 'Education Sector Responses to the Use of Alcohol, Tobacco and Drugs', Good Policy and Practice in Health Education*, 10. buklets, 2017. gads, 26. lpp., skatīts 2025. gada 19. martā, https://cdn.who.int/media/docs/default-source/substance-use/247509eng.pdf?sfvrsn=51329e52_2&download=true.

⁽²²⁾ *EMCDDA European Drug Report 2024*. gads, EUDA.europa.eu, 2024, skatīts 2024. gada 5. decembrī, 14. lpp, <https://emcdda.europa.eu/publications/european-drug-report/2024>





- skolu politika, kas attiecas uz vielu lietošanu;
- aizsargājošas un atbalstošas izglītības vides veidošana, kas veicina mācīšanos un izvirza skaidrus noteikumus par vielu lietošanu ⁽²³⁾ vides, sistēmas līmenī.

Vielu lietošana jauniešu vidū bieži vien var būt daļa no plašāka uzvedības problēmu un riska uzņemšanās modeļa. Līdz ar to profilakses darbībās ir vispusīgi jāizskata problēma. Tā vietā, lai vielu lietošanas jautājumu risinātu tieši un izolēti, jāpievērš uzmanība sociālo prasmju un kompetenču attīstīšanai, lai atbalstītu veselīgu socializāciju un risinātu vides, sociālos un komerciālos faktorus, kā arī šādu uzvedību izraisošus faktorus, nevis pašu vielu lietošanu.

Kas ir vielu lietošanas profilakse (īpašu uzmanību pievēršot jauniešiem)?

DRĪKST	NEDRĪKST
Mezo līmenī (sociālā vide, kopiena) Tādas vides nodrošināšana: • kurā nav narkotiku; • kurā ir ierobežota neveselīgas vai riskantas uzvedības iespēju ietekme; • kurā tiek veicināta veselīgas uzvedības iespēju pieejamība; • kura ir sociāli audzinoša. Veselīgu sociālo saišu nodrošināšana. Ģimenes saišu, kopienas atbalsta un iesaistes nodrošināšana. Mikrolīmenī (individuālā līmenī) • Jēgpilnas iesaistīšanās un mērķa izjūtas nodrošināšana. • Sociālo kompetenču attīstīšana. • Psiholoģiskā izglītošana (emocionālā pratība, emociju un stresa pārvarēšana). • Efektīvas komunikācijas mācīšana un savstarpējo attiecību prasmju attīstīšana. • Atbalsts vecākiem vecāku prasmju attīstīšanā.	Tikai iesaistīšanās, sniedzot informāciju par: • narkotiku veidiem; • narkotiku negatīvo ietekmi uz ķermeni un prātu; • sodiem, kas saistīti ar narkotiku lietošanu. Iesaistīšanās pasākumu nodrošināšana (sociālajos un plašsaziņas līdzekļos), kas netieši norāda, ka vielu lietošana ir plaši izplatīta un ierasta, kultūras norma vai ierasta grūtību pārvarēšanas forma.

⁽²³⁾ EUDA, 'Schools and drugs: health and social responses', 2022. gada aprīlis, skatīts 2024. gada 4. decembrī, https://www.euda.europa.eu/publications/mini-guides/schools-and-drugs-health-and-social-responses_en





Eiropas Savienības
Publikāciju birojs

