

Přístupy založené na zastrašování

Co jsou přístupy založené na vyvolávání strachu?

- Zdůrazňování nejhorších nebezpečí užívání drog s cílem vyvolat strach v naději, že samotný strach zabráni rizikovému chování nebo ho zastaví.
- Mohou vyvolat okamžité, ale dočasné reakce, ale ty se nepromítají do okamžiku, kdy se objeví situace, kdy mladistvý volí, zda užít nějakou látku.
- Mohou se vymstít, zejména u mládeže ve zvýšeném riziku.
- Mohou vyvolat dojem, že užívání drog je rozšířenější, než ve skutečnosti je.
- Desetiletí výzkumů prokázala, že odstrašující taktiky jsou neúčinným přístupem k prevenci.
- Programy, které se spoléhají na zastrašovací taktiku, aby předešly problémům, jsou nejen neúčinné, ale mohou mít i škodlivé účinky (Vědecký panel Národního zdravotního institutu, 2004)



Proč zastrašovací taktiky nefungují?

- Mladiství mají tendenci odmítat negativní zprávy jako obranu před pocitem strachu (např. „to by se mi nikdy nemohlo stát“).
- Mladiství mají jiný filtr než dospělí (např. méně životních zkušeností a jiné stadium vývoje mozku).
- Vysoce rizikové skupiny může chování VÍCE přitahovat (např. osoby vyhledávající senzací, impulzivní, riskující).
- Důrazná varování mohou vysílat nezamýšlená poselství (např. užívání drog musí být velký problém, když ho dělá hodně lidí).
- Grafické obrázky mohou vyvolat traumata z minulosti.
- Mohou vyvolat úzkost, což může vést ke zvýšenému užívání látek.



Jak poznat, že jde o techniky založené na zastrašování?

1. Je vyvolání strachu nebo šoku hlavním předmětem sdělení?
2. Může intervence být užitečná i v delším časovém horizontu?
3. Obsahuje intervence konkrétní kroky k řešení problému?
4. Poskytuje intervence i další aspekty, nebo pouze zdůrazňuje negativní důsledky užívání návykových látek?

Jedním z důsledků zobrazování užívání marihuany nebo alkoholu, jako by byly stejně nebezpečné jako nelegální drogy, například heroin, je to, že se mladí lidé naučí nedůvěřovat žádným preventivním sdělením. Pokud zjistí, že jejich počáteční zkušenost s marihuanou neodpovídá hororovým představám, které jim byly vštěpovány, sníží to jejich důvěru v podobá sdělení.

Alternativami k taktikám vyvolávající šok nebo strach jsou preventivní strategie postavené na komplexním přístupu, zapojení vrstevníků, posilování životních dovedností a dovedností odmítání, nácviku asertivity a posilování sebevědomí. Sdělení musí být založená na faktech a kombinovaná s otevřenou diskuzí. Jednorázové akce nemají význam, naopak je třeba působit systematicky s ohledem na věk a charakteristiky cílové skupiny dětí a dospívajících.



A co léky na předpis?

Výzkumy ukazují, že léky na předpis představují pro prevenci několik jedinečných výzev v porovnání s nelegálními látkami. Dospívající věří, že léky na předpis jsou bezpečnější než nelegální drogy, přičemž v jednom z výzkumů 33 % z nich uvedlo, že není nic nebezpečného na občasném užívání léků na předpis bez lékařského předpisu (Twombly, Holtz, & Agnew, 2011).

Více než 60 % dospívajících uvádí, že drogy na předpis lze snadno získat z vlastního nebo cizího předpisu (SAMHSA, 2008). Reklama na léky snižuje vnímané nebezpečí jejich zneužívání.

Dospívající uvádějí, že užívání léků jako sebeléčby (například při pocitech úzkosti, deprese apod.) je pro ně přijatelnější než užívání návykových látek.

Proto by se sdělení a přístup ke zneužívání léků na předpis měly lišit od intervencí cílících na užívání nelegálních drog. Některé výzkumy ukázaly, že tvrdší sdělení o důsledcích užívání léků na předpis by mohla být účinnější. Mohou být prospěšné a přitáhnout pozornost dospívajících, kteří nemají ucelené informace o nebezpečí užívání léčiv mimo předpis lékaře. Je však důležité tato sdělení pečlivě zvážit, protože mohou vyvolat nezamýšlený důsledek stigmatizace léků, které mají legitimní účely, pokud se užívají podle předpisu (Twombly, Holtz, & Agnew, 2011).

Z originálního textu Scare Tactics, TN Mental Health and Substance Abuse Services, celý text dostupný online [zde](#).