

Narkotyki – Apel Policji do rodziców i opiekunów

Narkotyki stały się łatwo dostępne w wielu miejscach i stanowią realne niebezpieczeństwo zagrażające np. dzieciom. Warto zatem nauczyć się rozpoznawać sygnały, wskazujące na zażywanie środków odurzających. Podajemy podstawowe informacje dotyczące tego, jak zapobiegać uzależnieniom i jak rozpoznać, że bliska Ci osoba sięgnęła po narkotyki, a także co zrobić w takiej sytuacji.

Sygnały ostrzegawcze, czyli na co należy zwrócić uwagę:

- nagłe zmiany nawyków;
- łamanie ustalonych zasad, napady agresji i złości;
- zmiany nastroju i aktywności (często naprzemiennie zmęczenie z euforią);
- problemy w szkole np. pogorszenie się ocen, wagi, konflikty z nauczycielami;
- izolowanie się od innych domowników, zamykanie się w pokoju, niechęć do rozmów;
- częste wietrzenie pokoju, używanie kadzidełek i odświeżaczy powietrza;
- nadmierny apetyt lub brak apetytu;
- nagła zmiana grona dawnych przyjaciół na innych;
- niewytłumaczone spóźnienia, późne powroty lub też noce poza domem;
- kłamstwa, wynoszenie wartościowych przedmiotów z domu, trudno wytłumaczalny przypływ gotówki;
- tajemnicze, krótkie rozmowy telefoniczne, nagłe wyjścia;
- nowy styl ubierania się, zmiana fryzury, koloru włosów, kolczyki, tatuaże, ostry makijaż itp.;
- zmiany w wyglądzie i stanie zdrowia: blada, ziemista, zmieniona cera, przekrwione oczy, zwężone lub rozszerzone źrenice, niewyraźna mowa, krwawienie z nosa, spadek ciężaru ciała, częste przeziębienia, wymioty, zaparcia lub rozwolnienia, depresja i problemy natury psychicznej, bóle różnych części ciała, zaburzenia pamięci, brak koncentracji, ślady na skórze po ukluczeniach;
- brak zainteresowania własnym wyglądem i nieprzestrzeganie zasad higieny;
- pojawienie się przyborów mogących świadczyć o kontakcie z narkotykami, takie jak: fajki, bibułki papierosowe, foliowe torebeczki z proszkiem, tabletkami, kryształkami lub suszem, białe lub kolorowe pastylki, igły, strzykawki.

Nie wszystkie z wymienionych objawów muszą się pojawić łącznie. Im głębsze uzależnienie, tym objawy choroby są bardziej widoczne ponieważ wymykają się spod kontroli uzależnionego.

Pamiętajmy też, że narkotyki pochodzenia naturalnego lub syntetyczne, przybierają bardzo różne postacie:

- proszki (najczęściej zabezpieczone przed wilgocią),
- wysuszone i rozdrobnione części roślin,
- małe grzybki,
- płyny o różnym kolorze i najczęściej "chemicznym", ostrym zapachu np. w strzykawkach, małych buteleczkach i fiolkach,
- kawałki plastycznej masy o ziołowym aromacie,
- tabletki i kapsułki różnej wielkości, koloru i gramatury,
- małe znaczki i papierki często z nadrukami,
- żelki o różnych wymiarach,
- nasiona i niewielkie owoce.

Gdy dziecko sięgnie po narkotyki

Nie możesz:

- wpadać w panikę;
- przeprowadzać rozmów z dzieckiem, kiedy jest ono pod wpływem środka odurzającego;
- udawać, że to nie prawda i bezgranicznie ufać ani wierzyć zapewnieniom dziecka, że ma kontrolę nad narkotykami, że samo sobie poradzi z tym problemem;
- usprawiedliwiać dziecka i spłacać jego długów;
- szukać winy w sobie lub w tzw. złym towarzystwie;

Trzeba:

- działać i nie liczyć na to, że problem sam się rozwiąże;
- spokojnie porozmawiać z dzieckiem i je wysłuchać;
- zastanowić się, dlaczego sięga po narkotyki i pomyśleć jak to można zmienić;
- szukać pomocy u specjalistów;
- stosować zasadę "ograniczonego zaufania" starać się zawsze wiedzieć, gdzie jest i co robi Twoje dziecko.

Narkotyki i prawo

- posiadanie narkotyków jest czynem karalnym zagrożonym karą do 5 lat więzienia i grzywny;
- produkcja środków odurzających jest zagrożona karą więzienia od 6 miesięcy do 10 lat i/lub grzywny;
- za handel narkotykami grozi kara pozbawienia wolności od roku do 10 lat i grzywny, a w przypadku sprzedawania małoletniemu na czas nie krótszy od lat 3;
- kto udziela środka odurzającego albo nakłania do użycia takiego środka inną osobę, zwłaszcza małoletnią, podlega karze pozbawienia wolności do lat 5.



Dopalacze – Apel Policji do rodziców i opiekunów

Dopalacze (**ang. smarts**) to poważne zagrożenie dla dziecka, to substancje działające na ośrodkowy układ nerwowy, wpływające negatywnie na pracę mózgu, sprzedawane w postaci tabletek, proszków, mieszanin ziół, w postaci suszu, kadzidełek, naklejek tzw. „tatuazy”, opakowane w kolorowe, atrakcyjnie wyglądające papierki, nadające im „niewinny” wygląd.

Sprzedawane są w sklepach lub przez Internet pod nazwą artykułów kolekcjonerskich, często z umieszczonym komunikatem „Produkt nie do spożycia”. Niebezpieczeństwo zażywania tzw. dopalaczy wynika z faktu, że ich skład chemiczny nie jest znany, może podlegać wahaniom i modyfikacjom. Nigdy nie wiadomo, jak po ich zażyciu zareaguje konkretny organizm.

Media corocznie w okresie wakacyjnym donoszą o przypadkach zatruc młodych ludzi, którzy trafiają, często w stanie zagrażającym życiu, do szpitali w całej Polsce, w tym na oddziały toksykologii. Zbiorowe zatrucie młodych ludzi, najprawdopodobniej środkami psychoaktywnymi, miało miejsce na początku czerwca br. w województwie zachodniopomorskim. Kilkanaście młodych osób, z różnymi objawami, trafiło do szpitala, a sprawę bada prokuratura.

Najczęstszymi **powodami sięgania** przez młodzież po środki psychoaktywne są:

- chęć zaspokojenia ciekawości,
- chęć bycia akceptowanym przez grupę rówieśniczą,
- udowodnienie przed rówieśnikami swojej „dojrzałości”,
- chęć odreagowania stresu, niepowodzenia,
- chęć pokonania wstydu i nieśmiałości w relacjach z rówieśnikami,
- obawa przed wykluczeniem,
- gwarancja „dobrej” zabawy.

Na co powinno się zwrócić uwagę, co powinno zaniepokoić rodzica /opiekuna

Uwagę rodzica/opiekuna powinny wzbudzić:

- wygląd oczu (zaczerwienione spojówki lub brzegi powiek, łzawienie, opadnięcie powieki, nadmierne rozszerzenie lub zwężenie źrenic, powolna reakcja źrenic na światło, oczopląs przy wpatrywaniu się w stały punkt);
- złe samopoczucie, brak chęci do życia, depresja;
- stany euforyczne, gadatliwość a następnie otępienie i apatia;
- zmiana nawyków żywieniowych - brak apetytu lub objadanie się;
- kłopoty w szkole, wagary, pogorszenie ocen;
- próby wyłudzenia lub podbieranie pieniędzy na nieokreślone wydatki;
- nieuzasadnione ataki złości, agresji;
- wychodzenie z domu na krótko, poprzedzone dzwonkiem domofonu lub telefonem od nieznannej osoby;
- wprowadzenie do słownictwa nowych zwrotów, często niezrozumiałych dla dorosłych, tzw. slangu narkotykowego;
- pojawienie się w domu nowych akcesoriów, typu lufki, sreberka, małe woreczki z zamknięciem strunowym, tzw. dilerki, itp.;
- zmiana zapachu ciała.

Do najczęściej spotykanych skutków pojawiających się w trakcie i po zażyciu tzw. dopalaczy możemy zaliczyć:

- bóle głowy, migrena;
- kołatanie serca (przyspieszone tętno często sięgające 200, duszności, ból w klatce piersiowej);
- agresja, zaburzenia koordynacji ruchowej, drżenie rąk;
- nudności, wymioty, biegunka;
- zmęczenie, osłabienie, brak zdolności koncentracji;
- reakcje alergiczne;

- myśli samobójcze, omamy;
- napady leku, halucynacje;
- nadmierna wrażliwość na dźwięki i światło.

Jak należy się zachować, co robić, jeśli na podstawie obserwacji zrodzi się podejrzenie, że dziecko zażywa narkotyki/tzw. dopalacze?

- Po pierwsze, nie należy reagować zbyt gwałtownie. Złość lub próby rozwiązania siłowego mogą spowodować gwałtowne reakcje, zwłaszcza, jeśli niedawno przyjęło środek odurzający (atak serca, silny atak paniki, duszności).
- Jeśli dziecko jest uzależnione, należy motywować je do leczenia i poszukać sprawdzonego ośrodka, jeśli będzie gotowe na leczenie. Najlepiej najpierw wysłuchać, co młody człowiek ma do powiedzenia, starając się zrozumieć jego trudności i problemy. Groźby i kary przynoszą krótkotrwałe i powierzchowne rezultaty. Konieczne jest zdobycie zaufania dziecka oraz nawiązanie z nim lepszego kontaktu.
- Aby rozwiać podejrzenia, że dziecko być może sięga po narkotyki, można wykonać odpowiednie badania. Do przeprowadzenia odpowiednich testów wystarczy próbka moczu lub śliny, które można zbadać przy pomocy specjalistycznych narkotesterów, które są dostępne w aptekach stacjonarnych lub w Internecie.
- Niestety, w przypadku tzw. dopalaczy, ich wykrycie w organizmie, tym bardziej konkretnej psychoaktywnej substancji, nie jest tak łatwe do stwierdzenia, gdyż skład tzw. dopalaczy jest nieznanym i ulega modyfikacjom.

Rodzicu/opiekunie pamiętaj!!!

Dopalacze zażywane są zazwyczaj przez dzieci/młodzież pozostawioną samą sobie, bez opieki i nadzoru, nie znajdującą wspólnego języka zrozumienia z rodzicami/opiekunami. Dobre relacje w rodzinie, jasno wytyczony system wartości, nauka asertywności poprzez budowanie wartości dziecka, życzliwość, akceptacja, codzienny kontakt i poświęcony czas na rozmowy o problemach i zainteresowaniach sprawami dziecka – zdecydowanie pomogą uchronić je przed kontaktem z dopalaczami, które mogą stwarzać zagrożenie dla jego życia i zdrowia.

Dlatego też rodzice i opiekunowie powinni poświęcać więcej czasu i uwagi swoim dzieciom, rozmawiać o ich problemach dając poczucie wsparcia i zrozumienia, co może ustrzec je przed niebezpiecznym „eksperymentowaniem” z dopalaczami, wielokrotnie kończącym się tragicznie.

Rodzice/opiekunowie – zwracajcie uwagę na to co robią wasze dzieci!!!

Gdzie szukać pomocy:

800 060 800 Infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego

116 111 Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

800 100 100 Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

800 12 12 12 Dziecięcy telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

(Biuro Prewencji KGP)

Ostrzegamy:

- Dopalacze to substancje uzależniające. Już jednorazowe zażycie może być początkiem nałogu.
- Nie ma bezpiecznych dopalaczy! Ich zażywanie grozi utratą zdrowia, a często też śmiercią!
- Sprzedaż dopalaczy to przestępstwo! Grozi za to odpowiedzialność karna oraz wysoka grzywna.

Niezależnie od działań Policji, ważnym jest przede wszystkim uświadomienie szczególnie młodym ludziom, że dopalacze to groźna trucizna i każde ich zażycie może wiązać się z poważnym, a nawet śmiertelnym ryzykiem. Reagujmy, jeśli w naszym towarzystwie ktoś zamierza zażyć te substancje i stanowczo odmawiamy gdy nas do tego namawia.

Zaginienie dziecka? Uniknij tragedii!

Jak mogę zapobiec tragedii?

Najlepszym jednak działaniem jest zapobieganie tragedii. W czasie wakacji bądź szczególnie wyczulonym na ewentualne zagrożenia. Młodzież ma dużo wolnego czasu i nie zawsze korzysta z niego najlepiej. Zainterесuj się tym, co robi Twoje dziecko w wolne dni, gdzie i z kim wychodzi. Natomiast najmłodszym postaraj się zapewnić opiekę na czas Twojej nieobecności. Wykaż dziecku zainteresowanie. Rozmawiaj z nim, pytaj o to jak spędza czas gdy nie ma Cię w domu i jakie ma plany. Sam możesz wyznaczyć mu jakieś zadania lub zaproponować co może robić w ciągu dnia.

Kiedy zaginie dziecko...

Zniknięcie dziecka należy jednak niezwłocznie zgłosić na Policję. Na komendę koniecznie zabierz ze sobą jego aktualne zdjęcie. Funkcjonariusze starają się uzyskać jak najwięcej informacji dotyczących osoby zaginionej. Możesz być pytany o wszystkie szczegóły. Nie zatajaj więc żadnej informacji, gdyż każda z nich może zadecydować o kierunku działania Policji. Wywiad z rodzicami ma pomóc w poszukiwaniach. Przypomnij sobie w co dziecko było ubrane, z uwzględnieniem znaków szczególnych. W przypadku starszych dzieci – jeśli masz podejrzenia co do przyczyny ucieczki i ewentualnego miejsca pobytu – poinformuj o tym. Powiedz o miejscach, w których dziecko spędza najwięcej czasu. Sprawdź, czy w jego pokoju, nie ma żadnych przedmiotów i znaków świadczących o motywach ucieczki. Możesz sprawdzić ostatnio przeglądane strony internetowe i pocztę elektroniczną. Należy sprawdzić biling rozmów telefonicznych oraz wyciągi z kart bankomatowych. Jeśli dziecko posiada przy sobie telefon – jest możliwość szybkiego namierzenia go na podstawie karty SIM.

Jak chronić dziecko w sieci

10 rad dla rodziców dotyczących bezpiecznego korzystania z Internetu przez dzieci.

1. Odkrywaj Internet razem z dzieckiem.

Bądź pierwszą osobą, która zapozna dziecko z Internetem. Odkrywajcie wspólnie jego zasoby. Spróbujcie znaleźć strony, które mogą zainteresować Wasze pociechy, a następnie zróbcie listę przyjaznych im stron. Jeśli Wasze dziecko sprawniej niż Wy porusza się po Sieci, nie zrażajcie się – poproście, by było Waszym przewodnikiem po wirtualnym świecie.

2. Naucz dziecko podstawowych zasad bezpieczeństwa w Internecie.

Uczul dziecko na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem nowych znajomości w Internecie. Podkreśl, że nie można ufać osobom poznanym w Sieci, ani też wierzyć we wszystko co o sobie mówią. Ostrzeż dziecko przed ludźmi, którzy mogą chcieć zrobić im krzywdę. Rozmawiaj z dzieckiem o zagrożeniach czyhających w Internecie i sposobach ich unikania.

3. Rozmawiaj z dziećmi o ryzyku umawiania się na spotkania z osobami poznanymi w Sieci.

Dorośli powinni zrozumieć, że dzięki Internetowi dzieci mogą nawiązywać przyjaźnie. Jednakże spotkanie się z nieznanymi poznanymi w Sieci może okazać się bardzo niebezpieczne. Dzieci muszą mieć świadomość, że mogą spotykać się z nieznanymi wyłącznie po uzyskanej zgodzie rodziców i zawsze w towarzystwie dorosłych lub przyjaciół.

4. Naucz swoje dziecko ostrożności przy podawaniu swoich prywatnych danych.

Dostęp do wielu stron internetowych przeznaczonych dla najmłodszych wymaga podania prywatnych danych. Ważne jest, aby dziecko wiedziało, że podając takie informacje, zawsze musi zapytać o zgodę swoich rodziców. Dziecko powinno zdawać sobie sprawę z niebezpieczeństw, jakie może przynieść podanie swoich danych osobowych. Ustal z nim, żeby nigdy nie podawało przypadkowym osobom swojego imienia, nazwiska, adresu i numeru telefonu.

5. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w Sieci.

Wiele dzieci używa Internetu w celu rozwinięcia swoich zainteresowań i rozszerzenia wiedzy potrzebnej w szkole. Mali internauci powinni być jednak świadomi, że nie wszystkie znalezione w Sieci informacje są wiarygodne. Naucz dziecko, że trzeba weryfikować znalezione w Internecie treści, korzystając z innych dostępnych źródeł (encyklopedie, książki, słowniki).

6. Bądź wyrozumiały dla swojego dziecka.

Często zdarza się, że dzieci przypadkowo znajdują się na stronach adresowanych do dorosłych. Bywa, że w obawie przed karą, boją się do tego przyznać. Ważne jest, żeby dziecko Ci ufało i mówiło o tego typu sytuacjach; by wiedziało, że zawsze kiedy poczuje się niezręcznie, coś je zawstydzi lub przestraszy, może się do Ciebie zwrócić.

7. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści.

Wszyscy musimy wziąć odpowiedzialność za niewłaściwe czy nielegalne treści w Internecie. Nasze działania w tym względzie pomogą likwidować np. zjawisko pornografii dziecięcej szerzące się przy użyciu stron internetowych, chatów, e-maila itp. Nielegalne treści można zgłaszać na policję lub do współpracującego z nią punktu kontaktowego ds. zwalczania nielegalnych treści w Internecie – Hotline’u (www.dyzurnet.pl). Hotline kooperuje również z operatorami telekomunikacyjnymi i serwisami internetowymi w celu doprowadzenia do usunięcia nielegalnych materiałów z Sieci.

8. Zapoznaj dziecko z NETYKIETĄ - Kodeksem Dobrego Zachowania w Internecie.

Przypominaj dzieciom o zasadach dobrego wychowania. W każdej dziedzinie naszego życia, podobnie więc w Internecie obowiązują takie reguły: powinno się być miłym, używać odpowiedniego słownictwa itp. (zasady Netykiety znajdziesz na stronie www.sieciaki.pl) Twoje dzieci powinny je poznać (nie wolno czytać nie swoich e-maili, kopiować zastrzeżonych materiałów, itp.).

9. Poznaj sposoby korzystania z Internetu przez Twoje dziecko.

Przyjrzyj się, jak Twoje dziecko korzysta z Internetu, jakie strony lubi oglądać i jak zachowuje się w Sieci. Staraj się poznać znajomych, z którymi dziecko koresponduje za pośrednictwem Internetu. Ustalcie zasady korzystania z Sieci oraz sposoby postępowania w razie nietypowych sytuacji.

10. Pamiętaj, że pozytywne strony Internetu przeważają nad jego negatywnymi stronami.

Internet jest doskonałym źródłem wiedzy, jak również dostarczycielem rozrywki. Pozwól swojemu dziecku w świadomy i bezpieczny sposób w pełni korzystać z oferowanego przez Sieć bogactwa.

Jak rozpoznać, że ktoś z bliskich znajduje się pod wpływem sekty

We współczesnym świecie istnieje poważne zagrożenie sektami. Bardzo często słyszymy takie zdanie, jednak nie wszyscy zdajemy sobie sprawę co to jest sekta, w jaki sposób można do niej trafić i jakie mogą być tego konsekwencje? Tematyka ta wzbudza większe zainteresowanie czy obawy zwłaszcza w okresie wakacyjnym. Tymczasem do sekty może trafić każdy, niezależnie od poziomu inteligencji i wykształcenia i to przez cały rok.

Za sekty (grupy destrukcyjne) należy uznać grupy, które:

- Mają charakter totalny. Liderzy grupy przypisują sobie absolutny autorytet i prawo ingerowania we wszystkie dziedziny życia swoich członków, nawet te najbardziej intymne.
- Pozyskują nowych członków uciekając się do najróżniejszych podstępów i kłamstw, zatajając istotne informacje o działaniu grupy, jej celach i doktrynie.
- Uzależniają uczestników psychicznie i ekonomicznie za pomocą technik (psycho)manipulacji – wywierają niekorzystny wpływ na rozwój psychiczny adepta i jego relacje społeczne (np.: zerwanie więzi z najbliższymi, porzucenie pracy lub studiów).
- Posiadają charakter kultowy w szerokim rozumieniu, niekoniecznie religijnym. Może to być kult osoby, energii, zdrowia, pieniędzy, sukcesu itp.
- Wytwarzają ostry podział rzeczywistości na to co „dobre”, czyli związane z grupą i „zagrażające”, odnoszące się do świata zewnętrznego (biało-czarna wizja rzeczywistości).
- Wpajają swoim członkom przekonanie o elitarności ruchu i niechęć do dialogu światopoglądowego.

Spełnienie przez grupę wyżej wymienionych kryteriów może być podstawą do zakwalifikowania jej jako grupy destrukcyjnej stanowiącej potencjalnie zagrożenie dla jednostki i społeczeństwa.

Werbowanie w trakcie wakacji

Do sekty można trafić przez cały rok. Na wyjeździe szkoleniowym, w gabinecie u psychologa, na spotkaniu coachingowym, a nawet w grupie modlitewnej działającej przy parafii.

Podczas odpoczynku młodzi ludzie mają więcej swobody, luzu, czasu niż w roku szkolnym. W tym czasie pojawiają się m.in. liczne koncerty, akcje charytatywne. Może wydawać się, że okres wakacji sprzyja wzmożonej aktywności sekt. Nie jest to do końca prawdą. Grupy te działają praktycznie przez cały rok, organizując rozmaite szkolenia, warsztaty, sympozja, kursy językowe, obozy. Może w wakacje przedstawiciele tego typu wspólnot bardziej rzucają się w oczy, bo wychodzą na ulice wielkich miast ze swoimi naukami, często dynamicznym stylem życia, wzbudzając zainteresowanie szerszych kręgów społeczeństwa i zachęcając do wymiany poglądów na temat religii, moralności, polityki, ekonomii, w dalszej perspektywie przyjscia na spotkanie i ewentualnego przyłączenia się do grupy.

A jak jest z inteligencją i wykształceniem?

Do sekty może trafić każdy, niezależnie od poziomu inteligencji i wykształcenia. Każdy z nas ma niezaspokojone potrzeby, które mogą spotkać się z ofertą proponowaną przez daną grupę czy osobę. Każdy z nas przeżywa też kryzysy, a wtedy jesteśmy bardziej podatni na działanie takich grup.

Wskaźniki, których pojawienie się winno stać się sygnałem ostrzegawczym dla rodziców względnie przyjaciół osób zagrożonych przez oddziaływanie grupy o charakterze destrukcyjnym/ sekty:

- Nagła wyraźna zmiana osobowości.
- Sprawianie wrażenia nieobecnych.
- Zamknięcie się w sobie i tajemniczość.
- Posługiwanie się nowym językiem- żargonem sekty.
- Nowy sposób odżywiania się.
- Nowe kontakty towarzyskie.
- Utrata poczucia humoru.
- Utrata zdolności krytycznego spojrzenia.
- Przesadny krytycyzm.
- Przyjmowanie agresywnej postawy obronnej.
- Zmiana naturalnej mimiki twarzy.
- Utrata umiejętności abstrakcyjnego myślenia i nie używanie metafor, utrata płynności wypowiedzi i zmiana dotychczasowego sposobu formułowania myśli.
- Ograniczenie zdolności do zawierania związków intymnych.
- Brak uczuć i chłód w stosunkach z rodziną i przyjaciółmi.
- Zmiany fizyczne - nagły spadek lub przyrost wagi spowodowany nieodpowiednią dietą, bezsennością, przemęczeniem.
- Zachowania neurotyczne, psychotyczne, skłonności samobójcze.
- Niezwykle podniecenie i witalność.
- Fascynacje nową literaturą.

Co robić, gdy ktoś z Twoich bliskich może mieć kontakt z sektą?

Nie wpadaj w panikę. Twoje działanie musi być dokładnie przemyślane. Jeśli pozwolisz by o Twoim zachowaniu zdecydowały emocje, to przegrasz. Odpowiednio rozpoznaj zjawisko. Jeśli bliska osoba spotkała rzeczywiście nowych ludzi, a przypuszczasz, że to sekta, to zamiast zaczynać polemikę, dowiedz się czegoś o nich. Nie wypowiadaj przy tym żadnych sądów czy ocen. Po prostu zapytaj i wysłuchaj odpowiedzi. Wnioski pozostaw dla siebie. Postaraj się nie wpływać negatywnie na kontakt z członkiem sekty. Bądź miły, nie krzycz, staraj się nie kłócić. Sekta próbuje wmówić Twojemu bliskiemu, że wcale go nie kochasz, a kochają go tylko oni. Postaraj się komunikować bez kłótni i utrzymuj dobry kontakt. Absolutnie nie wolno się z nim spierać na temat jego grupy. Powtarzaj mu bez przerwy, że go kochasz i że go nie porzucisz niezależnie od tego, co powie lub zrobi. Zbieraj informacje. Przede wszystkim musisz zrozumieć problem. Dowiedz się, z kim spotyka się Twój bliski. Zachowaj przy tym przyjacielski ton. Zadaj najpierw sobie pytania: Co się właściwie dzieje w moim domu? Co to za grupa, kto i po co ją założył? Czy można aż tak wpłynąć na człowieka? Jak oni mu to zrobili? Co mam robić w tej sytuacji? Część z tych informacji możesz uzyskać od Twojego bliskiego, jeśli będziesz zadawać pytania w sposób przyjazny. Na inne uzyskasz odpowiedź w ośrodku informacji o sektach.

Notuj wszystkie adresy i telefony ludzi, z którymi bliski się spotyka. Zapisuj też tytuły nowych książek i broszurek, które przynosi do domu. Rób to w sposób dyskretny. Nie mów mu ani o swoich podejrzeniach, ani o podjętych

działaniach. Czytaj książki krytyczne wobec grupy. Zobacz, czy w Internecie nie ma stron prowadzonych przez byłych członków grupy. Szukaj kontaktu

z byłymi członkami i osobami w podobnej do Twojej sytuacji. Razem można więcej! Zgłoś się jak najszybciej do ośrodka informacji o sektach. Takie ośrodki znajdują się w każdym większym mieście w Polsce. Pracujący tam będą wiedzieli, jak Ci doradzić, ewentualnie do kogo odesłać.

Nie dawaj członkowi sekty żadnych pieniędzy. Wiele sekt działa na zasadzie - oskarżaj rodzinę i bierz od niej pieniądze. Wszystkie pieniądze, jakie dasz członkowi sekty, zostaną przeznaczone na potrzeby grupy. Bądź gotowy na zmiany w swym życiu. Doświadczenie wskazuje, że zawsze obok religijnych powodów wstąpienia do sekty, znajdują się także pozareligijne (atmosfera, uczucia, etc.). Być może, mimo iż jest to niewątpliwie dla Ciebie bardzo bolesne, bliski otrzymał w sekcie coś, czego nie doświadczył w rodzinie. Warto byłoby może zgłosić się na terapię rodzinną, aby poprawić stosunki w rodzinie, nauczyć się lepszych sposobów komunikacji. Wcale nie trzeba tego robić tylko wtedy, gdy stosunki rodzinne są katastrofalnie złe, ale można choćby dla samej ich poprawy. Zawsze przecież może być lepiej. Jeśli bliski zauważy zmiany w rodzinie na lepsze, może to bardzo pozytywnie na niego oddziaływać.

Nie trać nadziei. Dopóki bliska Ci osoba żyje, istnieje szansa, że opuści sektę. Więzy rodzinne są silniejsze od tych, które tworzy sekta. Twoje zadanie ma polegać na przygotowaniu bliskiego do ułatwienia mu powrotu do normalnego życia.

Instytucje pomocowe o istnieniu których powinienesz wiedzieć:

- www.niebieskalinia.pl – Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia";
- interwencjakryzysowa.pl/osrodki-interwencji-kryzysowej – Problemy w jakich udzielana jest pomoc: Konflikty rodzinne, samobójstwa, przemoc domowa, przemoc seksualna, wykorzystywanie seksualne dzieci, utraty okołoporodowe, utraty ? żałoba, żal, bezrobocie, wypadki, katastrofy;
- MOPR - Miejskie Ośrodki Pomocy Rodzinie - pomoc w przezwyciężaniu trudnych sytuacji życiowych;
- MOPS - Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej -pomoc w przezwyciężaniu trudnych sytuacji życiowych;
- www.itaka.org.pl – Fundacja Itaka, Centrum Poszukiwań Ludzi Zaginionych;
- www.niebieskalinia.pl/pomoc - Wyszukiwarka instytucji pomocowych.

KGP/ mw / Opracowano na podstawie informacji znajdujących się na stronach internetowych: Dominikańskiego Centrum Informacji o Nowych Ruchach Religijnych i Sektach, Stowarzyszenia Effatha, historia.na6.pl, fronda.pl i artykułu ks. Waldemara Kulbat „Jak bronić się przed sektami”.

Czy grupa działająca w Kościele Katolickim może stać się sektą?

Kościół Katolicki nie jest monolitem. W jego obrębie działa wiele mniejszych wspólnot, niektóre z własnymi zatwierdzonymi przez hierarchię programami duszpasterskimi i statutami. Za każdą wspólnotą stoją jednak konkretni ludzie, a ich działania mogą odbiegać od ideału zapisanego na papierze. W pracy naszych ośrodków spotykaliśmy przypadki, w których brak reakcji na nadużycia i manipulację występujące w grupie, doprowadzał do stopniowego przekształcenia się zdrowej wspólnoty w grupę destrukcyjną (sektę).

Grupa destrukcyjna

1. Grupa zamknięta
2. Podwójna prawda, inna dla liderów inna dla adeptów. Różne normy zależne od stopnia wtajemniczenia.
3. Po wstąpieniu do grupy osoba otrzymuje nową tożsamość przy radykalnym zanegowaniu dotychczasowego życia.
4. Uczestnictwo w grupie jest totalne. Wszystkie zaangażowania podporządkowane są grupie, to ona jest najważniejsza.
5. Zastępowanie podmiotowości osoby ludzkiej podmiotowością grupy
6. Budowanie murów pomiędzy grupą i społeczeństwem. Poczucie wybrania i pogardy dla inaczej myślących i wierzących
7. Pseudoekumenizm. Celem rozmów jest pozyskiwanie nowych osób dla grupy. Jeśli rozmowy nie spełniają założonego celu nie są dalej kontynuowane.

8. Miłość okazywana warunkowo np. zależnie od okazywanego grupie/liderowi posłuszeństwa.
9. Udział w grupie zaszczepia lęk i poczucie winy.
10. Utrudnianie odejścia z grupy, wzbudzanie poczucia winy i strachu. Opuszczenie grupy skutkuje zerwaniem więzi z jej członkami.
11. Historia grupy nieudokumentowana. Grupa pojawia się nagle po 2000 lat nieobecności.
12. Radykalizm oddzielający, oparty na biało-czarnej wizji rzeczywistości. Osoby które nie przystaną do grupy są jej wrogami, grozi im śmierć i wieczne potępienie.
13. Stosowanie mechanizmów manipulacji w celu pozyskiwania adeptów i kontroli nad członkami grupy.
14. Dopuszczanie oszustw i kłamstw dla tzw. „dobra grupy”
15. Dowolna i zmienna interpretacja Biblii oparta na wykładni lidera i doraźnych potrzebach grupy.
16. Paranoiczna reakcja na krytykę, traktowaną jako atak na wolność religijną i grupę.
17. Wyrwanie z rodziny i środowiska.

Zdrowa wspólnota

1. Grupa otwarta
2. Jasne cele i struktura. Ta sama prawda dostępna dla wszystkich.
3. Człowiek dojrzewa w procesie wychowania. Nawrócenie nie jest równoznaczne z zanegowaniem całości dotychczasowego życia.
4. Uczestnictwo w grupie jest częściowe. Istnieje wiele aspektów życia za które człowiek jest odpowiedzialny. Wspólnota jest jednym z nich.
5. Osoba ludzka jest podmiotem, wchodzącym w relacje z innymi osobami w obrębie wspólnoty.
6. Dialogi z myślącymi i wierzącymi inaczej. Budowanie współpracy oparte na wartościach ogólnoludzkich.
7. Ekumenizm. Rozmowa prowadzona z szacunkiem ma na celu poznanie poglądów innych osób i wspólne poszukiwanie prawdy
8. Miłość okazywana bezwarunkowo, wypływa z godności osoby.
9. Udział we wspólnocie nie zaszczepia lęku i poczucia winy.
10. Odejście ze wspólnoty jest wolną decyzją jednostki. Nie pociąga ono za sobą konsekwencji zerwania więzi z jej członkami.
11. Udokumentowana ciągłość historii.
12. Radykalizm ewangeliczny, który jest zaproszeniem do życia we wspólnocie. Osoby które nie przystąpią do grupy nie stają się jej wrogami.
13. Obrona prawa do pełnej informacji i odpowiedzialnego oraz wolnego wyboru drogi życiowej
14. Niedopuszczalność oszustw i kłamstw dla dobra grupy. Cel nie uświęca środków.
15. Narzędzia interpretacji Biblii oparte na egzegezie. Stałość doktryny i praktyki duszpasterskiej w jej zasadniczych elementach.
16. Otwartość na konstruktywną krytykę, która powinna prowadzić do wyeliminowania negatywnych zachowań we wspólnocie i do nawrócenia.
17. Umacnianie więzi rodzinnych i społecznych.

Psychomanipulacja (łac. manipulatio [?manewr?, ?podstęp?, ?fortel?]) ? stosowanie pewnych mechanizmów wywierania wpływu, które wykorzystują podstawowe reguły psychologiczne kierujące przebiegiem ludzkiego postępowania.

To forma zamierzonego i celowego oddziaływania na jednostkę (grupę osób), by ta wykonywała ? nie zdając sobie z tego sprawy ? czynności zaspokajające potrzeby manipulatora.

Może występować w aspekcie poznawczym (dezinformacja, kłamstwo) lub emocjonalnym (wzbudzanie poczucia winy, wstydu, lęku). Często dotyczy obu tych sfer jednocześnie. Jej podstawą jest wykorzystywanie drugiego człowieka dla własnych celów.

Czynnikami sprzyjającymi podatności na psychomanipulację są: samotność, brak więzi emocjonalnych; poczucie nieakceptacji przez otoczenie; niestabilna lub przeciętna samoocena; wysoka reaktywność (duża wrażliwość i podatność na sugestię); nasiloną potrzebą zależności lub osobowość zależna (nieumiejętność podejmowania decyzji, podporządkowanie innym ludziom własnych potrzeb i pragnień); niska asertywność;

ugodowość (skłonność do pomocy, wybaczenia, ufność, uступliwość, altruizm); tendencje konformistyczne; obniżony krytycyzm; naiwny idealizm; niedojrzałość emocjonalna (egoizm, brak odpowiedzialności); potrzeba autorytetu; kult szybkiego sukcesu; doświadczanie silnych stresów czy kryzysów sytuacyjnych (zawód miłosny, niepowodzenia w szkole); brak zaspokojenia w rodzinie podstawowych potrzeb (bezpieczeństwo, przynależność, miłość).

Jak rozpoznać sektę (grupe destrukcyjną)?

Sekta to negatywna pod względem etycznym grupa religijna czy parareligijna.

W 20-letniej praktyce Dominikańskich Ośrodków Informacji o Nowych Ruchach Religijnych i Sektach wypracowaliśmy opisową definicję, wskazującą cechy grupy, które stanowią o jej destrukcyjnym charakterze. Za sekty (grupy destrukcyjne) należy uznać grupy, które:

Mają charakter totalny. Liderzy grupy przypisują sobie absolutny autorytet i prawo ingerowania we wszystkie dziedziny życia swoich członków, nawet te najbardziej intymne.

Pozyskują nowych członków uciekając się do najróżniejszych podstępów i kłamstw, zatajając istotne informacje o działaniu grupy, jej celach i doktrynie.

Uzależniają uczestników psychicznie i ekonomicznie za pomocą technik (psycho)manipulacji – wywierają niekorzystny wpływ na rozwój psychiczny adepta i jego relacje społeczne (np.: zerwanie więzi z najbliższymi, porzucenie pracy lub studiów).

Posiadają charakter kultowy w szerokim rozumieniu, niekoniecznie religijnym. Może to być kult osoby, energii, zdrowia, pieniędzy, sukcesu itp.

Wytwarzają ostry podział rzeczywistości na to co ?dobre?, czyli związane z grupą i ?zagrożające?, odnoszące się do świata zewnętrznego (biało-czarna wizja rzeczywistości).

Wpajają swoim członkom przekonanie o elitarności ruchu i niechęć do dialogu światopoglądowego.

Spełnienie przez grupę wyżej wymienionych kryteriów może być podstawą do zakwalifikowania jej jako grupy destrukcyjnej stanowiącej potencjalnie zagrożenie dla jednostki i społeczeństwa.

Zapoznaj się także z definicją sekty zamieszczoną w dokumencie Międzyresortowego Zespołu do Spraw Nowych Ruchów Religijnych MSWiA ?Raport o niektórych zjawiskach związanych z działalnością sekt w Polsce?. [Możesz go przeczytać tutaj.](#)