

## 4. NORMATIIVSED USKUMUSED

Uuringud on näidanud, et üheks noorte uimastite tarvitamist mõjutavaks teguriks on uskumused selle kohta, kui võrd levinud on suitsetamine, alkoholi või teiste uimastite tarvitamine. Sageli on noorte seisukohad selles osas ekslikud, kuna hinnatakse üle tegelikku tarvitamisulatust. Info, mis ei ole tõene, kuid mida usutakse olevat tõene, võib omakorda kujundada norme, mis ei vasta tegelikkusele. **Hoiak „kõik teevad nii“ julgustab ka ise proovima ja tarvitama**, sest just murdeas on väga oluline tunne, et kuulatakse eakaaslaste hulka ja saadakse neilt tunnustust.

Seetõttu on uimastihariduse üheks osaks arutleda nn **normatiivsete uskumuste** üle. Seda tehes saab esitleda tõeseid fakte, korrigeerida seniseid uimastite ja uimastitarvitamisega seonduvaid uskumusi ning toetada neid seisukohti, mis aitavad õpilastel hoiduda uimastite tarvitamisest.

Uimastiennetusprogrammides on üha enam on leidnud kinnitust teadmine, et **oluline on kujundada hoiak, mille järgi uimastite tarvitamine ei ole norm**. Kuigi uimastite proovimine murdeas on küllaltki levinud, pole uimastite regulaarne tarvitamine sagedane. Teadmine, et suurem osa murdealistest ei ole regulaarsed tarvitajad, aitab uimastitest hoiduda.

Õpilaste uskumused ja hoiakud uimastitarvitamise leviku kohta võivad tuleneda meediast, filmidest ja seriaalidest, muusikavideotest, reklaamidest ja uudistest. Nende põhjal luuakse endale pilt, et uimastitega riskimine on vältimatu osa noortekultuurist. Kui õpilasele edastada sõnumit, justkui paljud noored suitsetaksid ja tarvitaksid narkootikume, mõjub see varjatud reklaamina ning tekitab noores tunde, et temaga on midagi valesti, kui ta uimasteid ei puutu.

Seega on õpetaja ülesanne uuringutulemuste kaudu selgitada, et uimastite tarvitamine ei ole norm, vaid enamik noori on mittersuitsetajad, kõik noored ei ole regulaarselt purjus jne. Õpetaja saab arendada ka õpilaste kriitilise mõtlemise oskust, selgitades näiteks, mis eristab statistilisi tulemusi siis, kui räägitakse uimastite tarvitamisest "elu", "viimase aasta" või "viimase kuu" jooksul. Statistika esitamisel peaksid olema selgelt välja toodud need näitajad, mis annavad õpilasele teadmise, et paljud noored ei tarvita uimasteid.

Senised uimastiennetusprogrammide hindamised on näidanud, et normatiivsete hoiakute kujundamine on oluline element neis programmides, mis on aidanud õpilaste uimastite tarvitamist ära hoida.



### Kasutatud kirjandus

1. Foxcroft, D R, Tsertsvadze, A 2011. Universal school-based prevention programs for alcohol misuse in young people. Cochrane Database of Systematic Reviews.
2. UNPLUGGED 2007. Handbook for the teacher. A programme of EU-DAP, European Drug Addiction Prevention. EU-DAP trial, Turin.