

Tolvaly Rebeka-Angyalka¹

Játékos prevenció: szabadulószoza mint az iskolai drogfogyasztás visszaszorítását szolgáló módszer

Kivonat

A kábítószer-használat világszerte komoly kihívást jelent, különösen a fiataloknak, akik a serdülőkori vulnerabilitása miatt fokozottan ki vannak téve a különböző kockázati magatartásformák veszélyeinek. Jelen tanulmány egy innovatív prevenciós módszer tervezését és kísérleti alkalmazását mutatja be, amely a szabadulószoza technikáját alkalmazza a 15-16 évesek körében. Az interaktív és élményalapú módszerek célja, hogy a diákok valósághű helyzetekben fejlesszék képességeiket és stratégiáikat a droghasználattal szembeni ellenállásra, elkerülve a büntetőjogi megközelítésű prevenciós programok korlátait (Bezençon et al., 2023; Botvin & Griffin, 2007). A szabadulószoza a drogfogyasztás felé terelő tényezőkre – mint a családi problémák, kortársi nyomás vagy lelki krízisek – fókuszál, és egy 15 éves tinédzser történetén keresztül mutatja be a rászokás folyamatát. Ezáltal nemcsak a megértésre építő prevenció valósul meg, hanem a diákoknak támpontot nyújtunk az egészséges problémamegküzdő mechanizmusok felé.

Kulcsfogalmak: drog, drogprevenció, kábítószer-függőség, szabadulószoza, serdülőkori, vulnerabilitási tényezők

Abstract: Gamified Prevention: Using Escape Room Strategies to Address Adolescent Drug Use in Schools

Drug use poses a significant global challenge, particularly impacting young people who, due to the vulnerabilities of adolescence, are especially susceptible to the dangers of various risky behaviors. This study presents the design and pilot phase of an innovative prevention method utilizing the escape room technique, specifically tailored for 15-16-year-olds. The interactive and experience-based environment aims to enable students to develop skills and strategies to resist drug use by engaging with realistic scenarios, while avoiding the shortcomings of punitive approaches (Bezençon et al., 2023; Botvin & Griffin, 2007). The escape room focuses on factors contributing to substance use – such as family issues, peer pressure, and emotional crises – and illustrates the process of addiction through the story of a 15-year-old teenager. This approach not only fosters prevention based on understanding but also provides students with valuable tools to develop healthy coping mechanisms.

Keywords: drug, drug prevention, drug addiction, escape room, adolescence, vulnerability factors

Cikkre való hivatkozás / How to cite this article

Tolvaly, R. A. (2024). Játékos prevenció: szabadulószoza technika az iskolai drogfogyasztás visszaszorításáért. *Erdélyi Társadalom*, 22(2), 147–165. <https://doi.org/10.17177/77171.300>

¹ Szociális munkás, mesteri hallgató, Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Szociológia és Szociális Munka Kar, e-mail: rebeka.tolvaly@stud.ubbcluj.ro

I. BEVEZETÉS

Az utóbbi években elmozdulás történt Romániában az Európai Unió által támogatott stratégiák felé, amelyek hangsúlyozzák a kockázatcsökkentést és a kárenyhítést, valamint a korai beavatkozás és a közösségalapú megközelítések fontosságát. Az Országos Kábítószer-ellenes Ügynökség (Agenția Națională Antidrog, ANA) kulcsfontosságú szerepet tölt be a drogprevenciós stratégiák megtervezésében és megvalósításában. Az ANA kezdeményezései között szerepelnek iskolai programok, közösségi tájékoztatókampányok és a fiatalok között népszerű online médiumokon keresztül történő felvilágosítás (Popovici & Irimie, 2015). Érthető is a felvilágosító célú megközelítési módszer azt a tényt figyelembe véve, hogy az ANA már 2004-től kezdődően évente jelentéseket ad ki Románia kábítószerhelyzetéről. Ezek a statisztikai jelentések részletes információkat nyújtanak a kábítószer-használattal, -kereskedelemmel és a megelőző intézkedésekkel kapcsolatos adatokról, ugyanakkor bemutatják a legfrissebben felfedezett drogfogyasztási trendeket és drogtípusokat, valamint információkat szolgáltatnak a szerhasználat által érintettek csoportjainak jellemzőiről (pl. életkor, nem, származási hely stb., lebontva). Bármely drogprevenciós stratégia kialakítása előtt fontos tehát napirenden lennünk a közvetlen, illetve a tágabb környezet aktuális kábítószerhasználati szokásaival.

2. HAGYOMÁNYOSNAK NEVEZHETŐ DROGPREVENCIÓS MÓDSZEREK

A hagyományos drogprevenciós megközelítések hosszú múltra tekintenek vissza, és számos jól ismert módszert alkalmaznak annak érdekében, hogy a kábítószer-használatot megelőzzék és csökkentsék különböző közösségekben. Ugyanakkor e módszerek alkalmazói gyakran szembesülnek olyan kihívásokkal és hiányosságokkal, mint a résztvevők alacsony elköteleződése vagy az egyéni szükségletek figyelmen kívül hagyása, ami indokoltá teszi az innovatív, személyre szabott és interaktív megoldások bevezetését a hatékonyság növelése érdekében (Drogriporter, 2018). Gyakran használatos prevenciós módszerek:

- a) **Oktatási programok:** Az iskolai oktatási programok alapvető célja, hogy tájékoztatást nyújtsanak a diákok számára a kábítószerekkel kapcsolatos veszélyekről és a drogmentes élet előnyeiről. Ezek a programok interaktív elemeket, például csoportbeszélgetéseket és vitákat tartalmaznak, amelyek célja a diákok tudatosságának és ellenállási képességének fejlesztése a droghasználattal szemben (Botvin & Griffin, 2007).
- b) **A közösségi alapú programok** arra ösztönzik a helyi közösségeket, hogy aktívan részt vegyenek a drogellenes tevékenységekben, felhasználva a helyi erőforrásokat és az egyének bevonását. Ezek a kezdeményezések gyakran családokat, oktatási intézményeket és helyi szervezeteket is magukba foglalnak, amelyek közösen dolgoznak a drogprevenció céljainak elérésén (Hawkins et al., 1992)
- c) **A médiakampányok** hatékony eszközei a társadalom széles körű elérésének, különösen a fiatalok körében. Az üzeneteket gyakran közvetítik televíziós, rádiós és online platformokon keresztül, melyek a kábítószerekkel kapcsolatos kockázatokra hívják fel a figyelmet (Hornik et al., 2008). Romániában Sava és munkatársai (2018) a médiakampányok és iskolai drogprevenciós programok kombinált hatékonyságát vizsgálták 400 diák körében. Az ered-

mények azt mutatták, hogy különösen városi környezetben mérsékelt csökkenést értek el a fiatalok drogfogyasztásának előfordulásában. Ez a kutatás is rávilágított arra, hogy a drogprevenciós stratégiák hatékonyságát jelentősen növeli a célzott és integrált megközelítés alkalmazása (Sava, 2018).

- d) **A mentorprogramok** célja, hogy a fiatalokat támogató, pozitív példát mutató személyek – például képzett szakemberek, idősebb diákok vagy a drogprevenció, mentális egészség területén jártas felnőttek – segítsenek eligazodni a fiatalabb generáció tagjainak a kihívásokkal teli élethelyzetekben, ezzel elkerülve a kábítószer-használat veszélyeit (Karcher, 2005).

3. KÜLFÖLDI JÓGYAKORLAT-MODELLEK

Az Európai Unió által támogatott stratégiák hangsúlyozzák a kockázatsökkentést és a kárenyhítést. A romániai drogpolitikában a már korábbiakban említett ANA kezdeményezései által igyekeznek ezeket az irányelveket gyakorlatba ültetni. A legfőbb jövőbeni kihívás az lesz, hogy miként integrálják a nemzetközi tapasztalatokat és a modern közegészségügyi megközelítéseket a nemzeti keretrendszerbe. Tekintsünk meg néhány példát külföldi jógyakorlat-modellekre és ezek előnyeire:

- a) **Életkészségek oktatása (Life Skills Training, LST) program:** ez egy, a középiskolás diákoknak szóló oktatási kezdeményezés, amely célja, hogy fejlessze a résztvevők szociális készségeit, személyes fejlődését és képességét a droghasználattal szembeni ellenállásra. A programot úgy alakították ki, hogy a különböző életkorokhoz igazodjon, így minden korosztály számára megfelelő és hatékony tudást nyújt. A módszert széles körben alkalmazzák az Egyesült Államok és Ázsia területén, Európában, például Németországban ismeretes (Botvin & Griffin, 2015).
- b) **Lions-Quest készségek a serdülőkorra (Skills for Adolescence):** ez a program is középiskolásoknak szól, célja, hogy növelje a diákok önértékelését, felelősségteljes magatartását, és kifejlessze bennük a drogokkal szembeni ellenálló képességet. Leginkább az Egyesült Államokban és Kanadában használják (Maalouf et al., 2019).
- c) **ALERT projekt:** kifejezetten középiskolai tanulók számára tervezett program, amely a drogok használatának megelőzését célozza. Ez a kezdeményezés az alkohol fogyasztásának, illetve a dohány, marihuána és inhalálószeres használatának csökkentését célozza meg, és speciális változatokat kínál kifejezetten vidéki iskolák számára is. Ausztráliában és az Egyesült Államokban alkalmazzák a módszert (Clark et al., 2011).
- d) **Családok megerősítése program: Szülők és 10–14 évesek (Strengthening Families Program, SFP 10–14):** ez egy kutatáson alapuló kezdeményezés, amely a fiatalok és a szüleik közötti együttműködésre épít. A program fő célja, hogy javítsa a kommunikációs képességeket, megerősítse a szülőket a felügyeleti szerepükben, megerősítse a résztvevők ellenálló képességét a kortársak által gyakorolt nyomással szemben, és elősegítse a drogmentes életmódot. A családoorientált megközelítés jelentősen növeli a kezdeményezés hatását. A felsoroltak közül ez az, ami egyre inkább kezd Európában is elterjedni, hisz az Egyesült Államok mellett alkalmazzák már az Egyesült Királyságban, Norvégiában és Svédországban is (Segrott et al., 2014).

4. A HATÉKONY DROGPREVENCIÓS PROGRAM SZEMPONTJAI

A drogprevenciós stratégiák kidolgozása esetén arra kell figyelniük, hogy a módszer lefedje az információközlés igényét mind a pszichoaktív szerek negatív hatásairól, mind a fogyasztás esetleges büntetőjogi következményeiről. A hagyományos, kevésbé hatékony drogprevenciós módszereket ki kell egészíteni olyan stratégiákkal, amelyek a fiatalokat nagyobb mértékben bevonják, motiválják; ökológiai megközelítésűek; inkább támogatóak a fenyegető (büntetések, ellenőrzések szigorítása) helyett, illetve összpontosítanak a személyre szabhatóságra. A szakirodalom tinédzsereket célzó drogprevenciós tevékenységek hatékonyságának növelésére megfogalmazott javaslatait összefoglalva (Debenham et al., 2022; Kvillemo et al., 2021; MacArthur et al., 2016; Lukács, 2019; Kapitány-Fövény et al., 2019) a következő szempontokat ajánlatos figyelembe venni:

- szakmai megalapozottság,
- célcsoport-specifikusság,
- a résztvevők szociális, asszertív kommunikációs készségeit is fejlessze,
- támogassa az egyének személyes fejlődését,
- növelje a fiatalok önértékelését,
- növelje a felelősségteljeség érzését és az ennek megfelelő attitűd gyakorlását,
- fejlessze az ellenálló képességet, a nemet mondás készségét a kortársak által gyakorolt nyomással szemben,
- támogassa a szülők és gyerekeik kapcsolatát,
- erősítse a család mint védő tényező szerepét (Sussman et al., 2006),
- a fiatalok számára hiteles források és a megszólító és megszólított közti személyes kapcsolat kialakítása, ami lehetővé teszi az azonosulást,
- biztosítsa az aktív részvételt,
- a drogprevenciót megfelelő képzésben részesült személyek tartsák,
- a prevenciós tevékenységekre felkészített sorstárssegítők bevonása (Rácz, 2009).

Ily módon egy hatékony drogprevenciós program nemcsak a kábítószer-fogyasztás megelőzését célozza meg, hanem a résztvevők hosszú távú személyes és társadalmi fejlődéséhez is hozzájárul, elősegítve az egészségesebb és kiegyensúlyozottabb életmód kialakítását.

5. PREVENCIÓ FIATALKORBAN

Az egészségmegőrző szokások és döntéshozatali technikák korai életkorban történő elsajátítása jelentős előnyökkel járhat. A korai évek alatti intervenciók segíthetik a fiatalokat abban, hogy már kiskorukban megtanulják, mi jellemzi az egészséges életmódot, és hogyan hozhatnak helyes döntéseket, ezáltal elősegítve a káros magatartásformák elkerülését (RAND, 2020). A fiataloknál egyszerűbb egészséges viselkedési mintákat kialakítani, mint később korrigálni a megszilárdult rossz szokásokat. A korai nevelés során a gyerekek megtanulhatják felismerni a veszélyeket és kezelni ezeket, még mielőtt azok komoly problémákká fajulnának. A kutatások is alátámasztják, hogy a korai beavatkozások hosszú távon kedvező hatással vannak, csökkentve a

kábítószer-fogyasztást, a bűnözést és más káros magatartásokat a későbbi életkorokban (American Academy of Pediatrics, 2022).

Erikson pszichoszociális fejlődésmélete szerint a pubertáskor fejlődési feladatai komoly kihívásokat jelentenek a fiatalok számára, mind érzelmileg, mind intellektuálisan, miközben a megküzdési képességeik és az önvédelemi mechanizmusaik még nem eléggé fejlettek. Jellegzetes időszak ez a fiatalok életében, ami gyakran konfliktusokkal és krízisekkel jár együtt, és a családban is okoz életciklusbeli változásokat (Hajduska, 2012).

A European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) iskolás gyerekek/ fiatalok körében végzett felmérés, amelyet az Európai Unió országaiban, valamint Norvégiában és Törökországban végeznek. A vizsgálat célja a 15–16 éves korosztály alkohol- és egyéb drogfogyasztási szokásainak feltérképezése. Az Európai Kábítószer- és Kábítószer-függőség-megfigyelő Központ (EMCDDA) ezeket az adatokat alkalmazza a kábítószerrel kapcsolatos trendek nyomon követésére és a fiatalokat érintő szerhasználat megelőzésére, illetve kezelésére vonatkozó politikák kidolgozására. Az ESPAD-felmérés fontos eszköz a drogfogyasztás előfordulásának és annak változásainak nyomon követésére a fiatalok körében Európában, és rendszeresen szerepel a nemzeti drogfókuszpontok jelentéseiben. Az ESPAD hatodik felmérésének jelentésében bemutatta, hogy a 9–10. osztályos tanulók 17%-a nyilatkozta, hogy már próbált valamilyen legális vagy illegális drogot. A fiúk közül 16%, míg a lányok közül 17% számolt be fogyasztásról. Közel minden hatodik diák tapasztalatai között szerepel illegális drogok kipróbálása, minden nyolcadik fogyasztott már gyógyszeres orvosi ajánlásokon kívül, és minden tizedik diák kísérletezett már a piacon újonnan megjelent, úgynevezett designer drogokkal (EMCDDA, 2019; ESPD, 2020).

Az ANA 2022-es jelentése alapján Romániában a 15–34 év közötti fiatalok körében jelentős a droghasználat. A legfiatalabb korcsoportban, ahol megfigyelhető a drogfogyasztás, azaz a 13 évesek körében már megjelenik az új pszichoaktív szerek kipróbálása is. Az ESPAD 2019-es jelentése szerint a 13 éves vagy annál fiatalabb diákok egy része már kipróbálta az alkoholt, a dohányzást és a kannabiszt, országonként eltérő arányban (ESPAD, 2020). Ezenkívül a fiatal felnőttek jelentős részét érintik azok az egészségügyi problémák, amelyek a drogok fogyasztása utáni sürgősségi ellátást igényelnek (ANA, 2022).

Az ANA adatai alapján a romániai fiatalkorúak szerfogyasztásban leginkább érintettek a 15–35 évesek, így a jelen tanulmányban bemutatott program célcsoportjának ezen kategória alsó korhatárába tartozókat, a 15–16 éveseket jelöltem ki.

1. táblázat. *A 15–16 éves korosztály vulnerabilitási tényezői*

Table 1. *Vulnerability Factors of the 15–16-Year-Old Age Group*

Pszichológiai tényezők	Szociális és családi tényezők	Környezeti és közösségi tényezők	Genetikai és biológiai tényezők	Kulturális és társadalmi normák
Alacsony önértékelés	Rossz kapcsolat a szülőkkel vagy más családtagokkal	Hozzáférés a kábítószerekhez	Genetikai hajlam a függőségre	Média vagy kultúra, amely pozitív képet fest a drogfogyasztásról

Pszichológiai tényezők	Szociális és családi tényezők	Környezeti és közösségi tényezők	Genetikai és biológiai tényezők	Kulturális és társadalmi normák
Testképzavar	Családon belüli erőszak	Környezeti stressz, például szegénység vagy bűnözési ráta magasabb a lakóköznyezetben	Korai expozíció kábítószernek, ami befolyásolhatja az agy fejlődését	Társadalmi vagy kulturális nyomás, amely elősegíti a drogfogyasztást mint elfogadott magatartást
Depresszió, szorongás, egészségügyi problémák	Asszertív kommunikáció hiánya	Iskolai kihívások vagy a tanulmányi teljesítmény problémái		Covid utáni drogkereskedelem politikájának változásai
Öngyilkossági, önsértési hajlamok	Elmagányosodás	Nemi sebezhetőség		
Korai gyerekkori traumák	Barátok, társas befolyás			
Impulzivitás, kockázatvállalás iránti hajlam	Hiányzó vagy negatív támaszpontok, például mentorok vagy tanárok			
Fokozott kíváncsiság, identitás keresése	Párkapcsolati problémák			

Forrás: saját szerkesztés Kaminer & Bukstein, 2008; Scheier, 2015 alapján

6. A Z GENERÁCIÓ JELLEMZŐIHEZ ADAPTÁLT TANULÁSI MÓDSZEREK, TECHNIKÁK

Mint azt már tudjuk, a Z generáció, amely a digitális technológia világában nőtt fel, eltérő figyelmi fókusz, információfeldolgozási módokat és motivációs tényezőket mutat, amelyek befolyásolják az őket célzó programok hatékonyságát. Ez az első olyan korosztály, amelynek tagjai egy digitálisan összekapcsolt, multikulturális és gazdasági változásokkal teli világban nőttek fel, így egyértelműen teljesen eltérőek az eddigi generációktól (Twenge, 2017). Viszont ez azt is eredményezi, hogy minden oktató, nevelő, illetve preventív jellegű tevékenység kapcsán reformokra és teljesen új, a hagyományostól eltérő alternatív módszerekre van szükség (Szőke, 2018).

- a) **Digitális integráció és technológiai alkalmazások:** A Z generáció számára a technológia szerves része a mindennapi életnek, így a különböző technikai eszközök bevonása a preventációs foglalkozásba a generációhoz való alkalmazkodást segíti elő. Az oktatásban ez azt jelenti, hogy a digitális eszközök és platformok bevonásával olyan interaktív tanulási környezetet

kell kialakítani, amely igazodik a Z generáció tanulási szokásaihoz, és segíti az információk hatékonyabb feldolgozását.

- b) **Személyre szabott tanulási utak:** A Z generáció tagjai nagyra értékelik az egyénre szabott tapasztalatokat, ami az oktatási rendszerek számára azt jelenti, hogy olyan egyedi és alkalmazkodó tanulási megoldásokat kell kínálniuk, amelyek lehetővé teszik a diákok számára, hogy saját képességeiknek és érdeklődési területeiknek megfelelően fejlődhessenek. Ez magában foglalja az olyan innovatív oktatási módszereket, mint az egyéni igényeket kielégítő tanulási platformok és a különböző diákprofilokhoz igazodó oktatási programok kidolgozása (Bray & McClaskey, 2015). A kialakítandó prevenciós stratégiában is fontos, hogy minden résztvevő külön feladatot kapjon az érdeklődési körének megfelelően.
- c) **Szociális készségek, csapatmunka:** A Z generáció diákjai élvezik a csapatmunkát és a közösségi tevékenységeket, ezért előnyös lehet bevezetni a projektalapú tanítási módszereket és a csoportos feladatokat, amelyek során a tanulók együttműködve oldanak meg gyakorlati problémákat, ezáltal közvetlenül bekapcsolódva a tanulás folyamatába (Bell, 2010).
- d) **Figyelmi képesség és fenntarthatóság:** A Z generáció, amelyet gyakran TikTok-generációként is emlegetnek, kedveli a rövid és könnyen emészthető tartalmakat, amelyek dominálnak a napi médiafogyasztásukban. A diákok figyelmének fenntartásához, interaktív rövid elemekre, videókra, rejtvényekre van szükség. Figyelmük arra van huzalozva, hogy számos inger és információ éri őket rövid idő alatt, gyors válaszokat és reakciókat várnak a környezettől (Greenhow & Lewin, 2019).

7. SZABADULÓSZOBA MINT PEDAGÓGIAI ESZKÖZ

A modern pedagógiai módszerek között egyre elterjedtebbek a szabadulósobák, amelyek játékos formában kínálnak lehetőséget a diákoknak logikai feladatok és rejtvények csapatos megoldására meghatározott időkeretek között. Ezáltal nemcsak a készségfejlesztést támogatják, hanem jelentősen növelik a tanulók motivációját is (Veldkamp et al., 2020; Manojlović & Kovács, 2022).

Oktatási szabadulósobák kiemelkedően hatékonyak abban, hogy fokozzák a diákok bevonódását és elkötelezettségét a tanulás iránt. Ezek a játékok elősegítik a közös tanulást, a csapatmunkát és aktív részvételre ösztönzik a diákokat az oktatási folyamat során. Az aktív tanulás koncepciója alapján, ha a tanulók gyakorlati és problémamegoldást igénylő feladatokat végeznek, az jobban leköti őket, és mélyebb tudáselsajátítást eredményez (Bezençon et al., 2023; Fotaris & Mastoras, 2019).

A szabadulósobákat az oktatás mellett más, szintén fiatalokat célzó tevékenységbe, így a drogprevenciós foglalkozásokba is sikeresen beiktatták (Bezençon et al., 2023).

A diákok játékos kihívások során sajátítanak el fontos tudnivalókat és készségeket a különféle kábítószerekkel, a fogyasztást kiváltó motivációkkal és az ezekkel szembeni ellenállás lehetőségeivel kapcsolatban, ami aktív részvételre ösztönzi őket a tanulási folyamatban. Ezáltal mélyebben és hatékonyabban rögzíthetik a legfontosabb információkat, amelyek később valós helyzetekben is alkalmazhatóvá válnak. Különböző szimulációk, helyzetek kialakításával azonnal, gyakorlatban is kipróbálhatják az újonnan szerzett tudást (Szalay & Emri, 2018).

8. TINÉDZSEREK DROGFOGYASZTÁSI HABITUSAI EURÓPÁBAN

Az ESPAD felmérés szerint már 2015-ben is a marihuána volt a leggyakoribb kábítószer a 9–10. osztályos diákok körében. Ezt követték a sorban a legálisan vagy részlegesen legálisan elérhető szerek, mint például a szintetikus kannabinoidok, amelyek először kerültek bele a felmérésbe ebben az évben. A harmadik leggyakoribb szer az orvosi javaslat nélkül szedett nyugtató és altató volt, melyeket gyakran alkohollal együtt fogyasztanak. Az amfetaminok a hetedik helyre kerültek, ezt szorosan követte az LSD, az ecstasy és a kokain fogyasztása, melyek hasonló prevalenciát mutattak (EMCDDA, 2015).

A drogfogyasztás okozta egészségügyi vészhelyzetekben a cannabis és az új pszichoaktív anyagok szerepelnek a leggyakrabban jelentett drogok között. Az ilyen esetek több mint felében ezeket az anyagokat jelentették, illetve a vészhelyzetek többsége a 35 év alatti fiatalokat érintette. Az iskoláskorúak körében a cannabis a leggyakrabban fogyasztott drog, ami összhangban van az általános populációban megfigyelt trenddel (ANA, 2022).

A világiárvány alapjaiban változtatta meg nemcsak a mindennapi életünket, hanem a kábítószerpiacot is. A bűnszervezetek gyorsan alkalmazkodtak az új helyzethez, és kihasználták a digitális technológiákban rejlő lehetőségeket. Miután a kezdeti logisztikai nehézségeket leküzdötték, a darknetet, a postai szolgáltatásokat és a kriptovalutákat felhasználva könnyítették meg a kábítószeresek diszkrét és biztonságos elérését a fogyasztók számára (Vince, 2022). A drogfogyasztók és -kereskedők kommunikációja is teljesen kontrollálhatatlanná vált, mióta az online platformok használata elterjedt. A *Belügyi Szemle* 2023/7. számában megjelent tanulmány rámutat arra, hogy a droggereskedők gyakran használnak emotikonokat és kódokat a közösségi médiában folytatott kommunikációjuk során ahhoz, hogy diszkrétan azonosítsák egymást, kijátsszák az automatikus ellenőrző rendszereket, és elkerüljék a hatóságok figyelmét. Az amerikai Drug Enforcement Administration (DEA) útmutatót is kiadott a közösségi médiában alkalmazott emoji kódokról, amelyekkel a gépi algoritmusokat megtévesztették. Például a 420 szám a cannabisfogyasztók körében elterjedt jelzés, míg az orr emotikon a kokain használatára utal (DEA, 2021; Márton, 2023).

9. A „TOO SMART TO START” DROGPREVENCIÓT CÉLZÓ SZABADULÓSZOBA

A 2024-es év 3. hónapjában zajló „too SMART to START” nevű projekt célcsoportja egy romániai középiskola 15–16 éves, kilencedikes diákjai voltak. A célcsoport szűkítésére azért került sor, mert a projekt egyik fő célja a drogkipróbálás életkorának kitolása volt, így a korai prevenció alkalmazása vált indokolttá.

A szabadulósobák logisztikája általában arra épül, hogy a részt vevő csapatot felügyelő nélkül egy bezárt szobába irányítjuk. A szobában a résztvevőknek nyomozniuk kell, egy rejtvényt kell megoldaniuk különböző interaktív feladatok által, annak érdekében, hogy kiszabadulhassanak. A szabadulósoba lebonyolításához három szereplőre van szükség:

Játékmester: Ő a játék fő irányítója, aki a külső vezérlőszobából figyeli és koordinálja a csapatot. Kamerás megfigyeléssel követi a résztvevők minden lépését, és technikai kommunikációs eszközökön keresztül beavatkozhat, ha szükséges. Feladata, hogy fenntartsa a játék dinami-

káját, segítse a résztvevőket a feladatok megoldásában, és biztosítsa, hogy a játék az előre meghatározott célok szerint haladjon.

A játékmester segédje (a „tinédzser” szereplő): Ő egy szerepjátékos, aki a játék során egy másik fiatalnak adja ki magát. Célja, hogy manipulációs, meggyőzési stratégiák alkalmazásával megpróbálja kicsalni a résztvevőket a szobából, így szimulálva a társas nyomás és a kísértés hatását. Ennek érdekében „drogot” (szimulációt) kínál a játékosoknak. Emellett ő kezeli és vezérli a VR-szemüveget, amely a drog hatásait szimulálja azok számára, akik engednek a nyomásnak és elhagyják a szobát.

Technikus: A technikai háttér biztosítója, aki karbantartja és ellenőrzi a játék során használt technológiai eszközöket. Felelős a kamerák működtetéséért, a videók és vizuális effektek megfelelő lejátszásáért, valamint a VR-rendszer zavartalan működéséért. Feladata továbbá, hogy a technikai hibákat gyorsan elhárítsa, biztosítva a játék zavartalan lebonyolítását.

A szabadulószoza mint élményalapú oktató, megelőző stratégia majdnem tökéletesen lefedi az előzetesen elvártakat, de valami mégis hiányzott. A felépített elmélet alapján pótolni szerettem volna a személyes kapcsolat hiányát a résztvevő és szolgáltató között. Ez alapján egy két-komponensű drogprevenciót találtam ki, melynek első része a megoldandó szabadulószozás rejtvény a drogok témájában, a második rész pedig egy reflexiós beszélgetés, melynek célja megerősíteni a legfontosabb információkat, átbeszélni az élményeket és a diákokban felmerülő kérdéseket (Bezençon et al., 2023).

Mivel a részt vevő diákok kiskorúak, a jogi és etikai előírásoknak megfelelően egy tájékozott informáláson alapuló szülői beleegyezésre volt szükség. Biztosítani kellett a kapcsolattartót és a kommunikációs felületet, elérhetőségeket a szülők számára az esetleges kérdések, problémák felmerülése miatt. Biztonságos környezetet kellett kialakítani a diákok számára, biztosítani a pánikgomb és a kilépés lehetőségét, ha bármilyen okból szüksége lenne a csoportnak a feladat befejezése előtt kilépni a szobából. A szabadulószoza felállítása során külön figyelmet igényel a testi sérülések veszélyeinek elhárítása, melyet a technikai eszközök előzetes letesztelése által kivitelezünk. A szülői beleegyezés megszerzése után, a diákok önkéntesen vettek részt a programban.

9.1. A szabadulószoza felépítése, logisztikája és a játék lefolyása

Minden részt vevő csoportra két órát szántunk a drogprevenció levezetéséhez, melyből egy órát a szobából való kiszabadulásra és egy órát a reflexiós beszélgetésre szántunk. A részt vevő 16 csapat minimum 50, maximum 70 perc alatt tudott kiszabadulni a szobából. Minden szabadulószoza alapja egy megoldandó rejtvény, melynek megfejtésén a csapattagok közösen dolgozhatnak. Programunkban a csapatoknak egy 15 éves Márk nevű serdülőkorú diák történetét kellett feltárniuk azáltal, hogy Márknak a családi otthonban való hálószobájában nyomoznak. Meg kellett tudniuk, hogy Márk hogyan jutott el a szerhasználati zavarig és a drogkereskedelemig.

A Too SMART to START című, négynapos indítóprogramban összesen 128 fő, 15–16 éves középiskolás diák vett részt, akiket 16 kiscsoportba szerveztünk. A résztvevők három különböző szakképzési terület hét osztályából érkeztek. A csoportösszetétel alapján a nemek aránya kiegyensúlyozottnak tekinthető, enyhe női többséggel (54,7%). Az alábbi táblázat a program résztvevőinek legfontosabb demográfiai és szervezeti jellemzőit foglalja össze:

2. táblázat. A program résztvevőinek bemutatása

Table 2. Overview of Program Participants

Kategória	Részletek
Részt vevő csoportok száma	16 csoport
Részt vevő diákok száma	128 diák
Részt vevő lányok száma	70 lány
Részt vevő fiúk száma	58 fiú
Szakképzések száma	3 szak
Természettudomány szakos osztályok	3 osztály
Társadalomtudomány szakos osztályok	2 osztály
Matematika-informatika szakos osztályok	2 osztály
Tiszta csoportok száma (a diákok ugyanazon osztályokból származnak)	14 csoport
Vegyes csoportok száma (a diákok három különböző szakról érkeztek)	2 csoport
Kísérleti napok száma	4 nap
Részt vevő csoportok száma naponta	4 csoport/nap
Csoportok létszáma	8 fő/csoport

9.2. A szabadulósobában zajló események bemutatása

A tevékenység a vezérlőteremben kezdődik a résztvevők köszöntésével és rövid bemutatkozással. Ezt követően a csoporttagoknak le kell tenniük azokat a technológiai eszközeiket, személyes tárgyait, amelyek a segítségükre szolgálhatnának a feladatok megoldása során. A szobába való belépés előtt megbeszélik a szabadulósobában érvénybe lépő szabályokat, illetve ismertetik a résztvevőkkel a teljes program menetét.

A tagok aktív bevonása, a csendesebb vagy kevésbé domináns tagok esetleges kizárásának megelőzése érdekében mindenki külön szerepet kap a játék során. A sikeres megoldáshoz minden szereplőre szüksége van a csapatoknak. Mivel egyszerre maximum nyolc résztvevő lehet a szobában, nyolc nyomozói szerep kidolgozása volt szükséges, melyekből a diákok önkéntesen választhatnak, saját érdeklődési körüknek és képességeiknek megfelelően. A diákoknak a játék ideje alatt végig a választott szerepben kell maradniuk, és aszerint kell teljesíteniük az ahhoz kapcsolódó kötelességeiket. A szerepek kiválasztása után a csapat elkezd a játékot a szabadulósobában, ahonnan nem jöhet ki a rejtvény megoldása előtt. Nekik kell rájönniük a kiszabadulás folyamatára, az elrejtett nyomok követésével és a feladatok megoldása által vezetve.

A szobába belépve, első nyomként egy kinyomtatott levelet kapnak a csapatok, a történet bevezetőjével. A továbbhaladásban QR-kódos nyomokkal feltárható kvízek segítenek. A következő utasítást csak abban az esetben kapják meg, ha az adott **drogokkal kapcsolatos kvízt** helyesen oldják meg. A kvíz szoftvere úgy van beállítva, hogy a helytelen válaszok után a csapat újabb esélyt kapjon a válaszadásra addig, amíg meg nem tanulja a kvízben kapott információkat. A kvízek szerepe az információközlés, az esetleges téves információk tisztázása, sztereotípiák lebontása és a játékos módon való közös tanulás. Ugyanakkor olyan fontos szempontokra is felhívják a figyelmet, mint például a különböző típusú drogoknak az alkohollal való keverése esetén fellépő veszélyhelyzet, a drogkereskedelem világának változása stb. A kvízekben szereplő

drogok sorrendje és a szobában található nyomok elrendezése összhangban van, biztosítva, hogy a játékosok a megfelelő sorrendben és kontextusban találkozzanak az információkkal.

A diákok továbbá négy rövidfilmes nyomot oldhatnak fel, amelyet a tévé képernyőjén tekin­tenek meg közösen. A kisfilmek forgatókönyvei, a történeti szál mindig éppen aktuális kulcsin­formációit rejtí magában.

Egy másik fontos aspektusa a szabadulószo­bának **a nemet mondás szerepjátéka**. A játék­mester segédje minden csoport esetén, a játék­mester jelzésére, belép a szobába a résztvevők közé, felvéve egy átlagos szerepet. Megpróbál elcsábítani egy kiválasztott tagot, hogy menjen ki vele a szobából, hogy kipróbáljon valami „nagyon vagányat”. Azzal, hogy egy diák elcsábul, és elhagyja a szobát, az eszköze és a vele járó szerepe is elvesztődik, így a csapat maga kell megol­dást találjon a hiányosságokra. Amint kilép a diák a szobából, egy kézzel készített LSD-bélyeg­papírt lát, VR-szemüveget helyeznek a fejére, amely az LSD hallucinogén drog hatását szimu­lálja vizuálisan és hanganyag által is. A „good trip”, „bad trip” hatást igyekeztünk elérni, miszerint az első 1-2 percben a diák kellemes vizuális hallucinációkat lát, nyugtató relaxációs zenével kiegészítve, majd ez fokozatosan válik kellemetlenné képileg is, zavaró hanganyagok, zenék kíséretében. **A kontrollvesztés szimulációja** érdekében a diákokat enyhén megérintjük egy toll vagy más apró írószer végével, hogy finoman kibillentsük őket a komfortzónájukból a „fizikai világban” is. A diák közben nem lát minket, csak az elé vetített képet a virtuális valósá­got vetítő szemüvegen. A szorongásos állapotból való visszahozás érdekében a szimuláció végén mi távolítjuk el a virtuális valóságot vetítő szemüveget és egyéb eszközöket a diákról. Ezt köve­zően röviden elbeszélgetünk vele, hogy biztosítsuk jóllétét, és segítsünk feldolgozni az élményt, mielőtt visszakérül a csapathoz. Megkérjük, hogy a játék végéig ne ossza meg társaival, hogy merre járt és mit tapasztalt, hogy a többiek számára is megmaradjon a meglepetés és a szimulá­ció hatékonysága.

A legutolsó feladat során a diákok egy fiókban nyolc pár kaleidoszkóp-szemüveget talál­nak meg a következő utasítással: „Mivel a játék során páran közületek illegálisan LSD-t fogyasz­tot­tak, így flashbacketek lett. Emiatt a nyomozás hátralevő részét ezekben a szemüvegekben kell elvégeznetek.” Ezek a szemüvegek a látott vizuálhoz hasonló színeket, formákat keltenek, így a feladat során azt is megtanulhatják, hogy mit jelent a flashbackhatás, és azt, hogy milyen nehéz­ségekkel jár hallucinogén droghatás alatt elvégezni könnyűnek bizonyuló mindennapi feladato­kat.

9.3. A reflexiós beszélgetés felépítése és szerepe

A prevenció program második része, a **reflexiós beszélgetés**, egy másik teremben, körben ülve történt.

A résztvevők kaptak inni- és ennivalót a szervezőktől, a komfortos környezet kialakításához, a nyílt beszélgetés kereteinek megteremtéséhez. A szerző játék­mesterként és facilitátorként ref­lexiós kérdésekkel indította a beszélgetést, melyeknek célja a játék során megtapasztalt, illetve a jelenlegi érzések, gondolatok feltérképezése. Ezután a feltárt történetet közösen mutatják be és elemzik, kitérve annak minden fő elemére és a Márk esetében, a drogfogyasztással és -terjesztés­sel kapcsolatos vulnerabilitási tényezőkre. A kvízre való visszatérés által feltehet­tek a tisztázatlan kérdéseiket, ugyanakkor egy, a facilitátor által tartott bemutató keretében további információ­kat kaptak arról, hogy a különböző drogok hogyan jutnak a szervezetünkbe, milyen hatásokat

keltének. A beszélgetés egyik kulcspontjaként a biztonsági kérdésekre is kitértünk. Itt olyan témák kerültek megbeszélésre, hogy milyen biztonsági intézkedéseket javasolt hozni abban az esetben, ha valaki mégis úgy dönt, hogy fogyaszt vagy kipróbál valamilyen szert, hogyan tudunk biztonságos környezetet kialakítani, illetve mik a veszélyeik a nem tiszta drogok vagy prekursorok fogyasztásának. Közösén megbeszéltük a játék keretében zajlott drogfogyasztói szimuláció, a befolyásolás és csoportnyomás jelenségét, illetve a nemet mondás lehetőségeit is gyakoroltuk.

Egy következő fontos komponense a reflexiós beszélgetésnek egy kisebb **vitakör** volt, amely a nemek szerinti sebezhetőséget és a női drogfüggők társadalmi kockázatait állította középpontba. A projektben ennek a témának a kiemelése azért volt különösen fontos, mert a női drogfüggők védelme prioritásként szerepel a prevenciók szemléletekben. A rejtőzködés, a segítségkérés akadályozottsága, valamint a kiszolgáltatottságuk magasabb foka azt mutatja, hogy speciális támogatási stratégiákra van szükség az ellátórendszerekben a nők számára (Covington, 2008; UNODC, 2018). Viszont a vitakör célja nem csupán az volt, hogy bemutassuk a női drogfüggők fokozott veszélyeztetettségét, hanem hogy a diákok aktívan gondolkodjanak, és közösén azonosítsák mindkét nem sebezhetőségi faktorait. A foglalkozás során hangsúlyoztuk, hogy a függőség mindkét nemet érinti, de eltérő társadalmi, gazdasági és pszichológiai tényezők formálják a férfiak és a nők kiszolgáltatottságát (Greenfield et al., 2010).

A résztvevőket előzetes megbeszélés nélkül arra kértük, hogy egyszeri kézfelemeléssel szavazzanak: szerintük a férfi vagy a női drogfüggők vannak nagyobb veszélynek kitéve társadalmilag. A szavazás után a diákok két csoportra oszlottak annak megfelelően, hogy melyik nemet tartották sérülékenyebbnek. Ezt követően mindkét csoport asszertív módon prezentálhatta álláspontját a másik fél előtt.

A vita során a résztvevők olyan fő tényezőket tárgyaltak a két nem kapcsán, mint a társadalmi stigma és elutasítás mértéke; a segítségkérés esélyei; az erőszak és kizsákmányolás kockázata; a családi és szülői szerepek befolyása; általános társadalmi elvárások; a kezeléshez való hozzáférés különbségei; a kriminalizáció kockázata.

A vitakör különösen hatékony módszernek bizonyult, mivel a diákok saját érvelésük révén jöttek rá arra, hogy a sérülékenység nem kizárólag a női vagy férfi drogfüggők problémája, hanem eltérő módon, de mindkét csoportot érinti. A beszélgetés végén a facilitátor bemutatta a szakirodalmi háttérrel, amely alátámasztotta a vitában megfogalmazott érveket. A cél az volt, hogy a diákok felismerjék: a drogfüggőség nem csupán egyéni döntések eredménye, hanem társadalmi tényezők is nagyban alakítják (Covington, 2008; Greenfield et al., 2010; UNODC, 2018).

A beszélgetés legutolsó kifejtendő pontja **az esetleges droghasználók segítségkérési lehetőségeinek feltérképezése** volt. A program során nem került sor a személyes szerhasználati viselkedések feltárására, viszont a program fontos eleme volt, hogy a diákoknak kellő kézzelfogható támpontot nyújtsunk a segítségkéréshez, tapasztalattól függetlenül. Ennek érdekében születt meg a *Számít a hangod* című segítségkérő plakát, melyet a szabadulósobában, a vezérlő szobában és a kerekasztal-beszélgetés térségében is kitűztünk, és a beszélgetés zárórészében közösén átnéztük a diákokkal annak pontjait. A beszélgetés végén minden diáknak és osztályfőnöknek elküldtem a plakátot digitális formában a könnyű, gyors hozzáférés és a környezetvédelmi szempontok érdekében. Az emlegetett plakáton egy hetes lista látható olyan intézményekkel,

szolgáltatásokkal és azok elérhetőségeivel, pontos helyszínével, melyek a célpopuláció lakhelyén és környékén segélykérési forrásokat, vonalakat képeznek. A lista összeállításakor fontos szempont volt, hogy ne csupán szerhasználattal kapcsolatos problémák esetén kereshető intézmények elérhetőségei jelenjenek meg, hanem olyan szolgáltatások is, melyek bármely más szociális problémára segítséget tudnak nyújtani a fiatalok számára román és magyar nyelven egyaránt. Mind a hét szolgáltatást röviden be is mutattuk a beszélgetéskor.

A program legvégén minden diák esélyt kapott az LSD-szimuláció kipróbálására. A reflexió lejártaival minden diák elismervényként egy fémkitűzőt kapott ajándékba, amire a drogprevenció mottója volt rányomtatva, ami egyben a program címe is: „too SMART to START.” A fizikai kitüntetés jó módszer a fiatal generáció motiválására, ugyanakkor kézzelfogható eredmény és emlékeztető számukra a közösen tanultakról.

10. DIÁKOK VISSZAJELZÉSEINEK BEMUTATÁSA

A hatékonyság mérésére a részt vevő iskola pszichológusa által előkészített rövid online visszajelző kérdőív szolgált, amelyet az iskola használt két, a jelen tevékenységet megelőző drogprevenciós program során is. A kérdőív lekérdezése mindhárom esetben ugyanazon résztvevő-populáción történt, így az iskola visszajelzést kaphat arról, hogy melyik típusú drogprevenció bizonyult a legmegfelelőbbnek a diákok megítélése szerint.

A „too SMART to START” program hasznosságát illetően a diákok többsége (54,2%) teljes mértékben, 35,6 %-a nagyon, illetve 10,2%-a közepesen hasznosnak ítélte. Összességében a válaszok túlnyomó többsége pozitív volt, hiszen a résztvevők 89,8%-a a programot legalább „nagyon hasznosnak” értékelte.

Mivel a program egyik célkitűzése a droghasználati/kipróbálási korhatár kitolása volt, erre vonatkozóan a 3-as táblázatban is látható kérdéseket fogalmaztuk meg. A részt vevő diákok válaszai azt tükrözik, hogy azok is elgondolkodtak annak a lehetőségén, hogy ne éljenek tudatmódosító szerekkel, akik már kipróbálták ezeket.

3. táblázat. „A szabadulószozában átélt élményeknek milyen hatása volt rád?” kérdésre adott válaszok százalékarányos bemutatása

Table 3. *Distribution of responses (in percentages) to the question: “What impact did the escape room experience have on you?”*

Válaszlehetőség	Válaszadók aránya (%)
Eddig is biztos voltam benne, hogy nem fogok drogokat fogyasztani, és ez ebben megerősített.	54,2
Eddig nem gondolkodtam rajta, de a tevékenység rávezetett, hogy nem érdemes.	42,4
Már fogyasztottam, de elgondolkodtam, hogy többet ne tegyem.	3,4

1.1. A TEVÉKENYSÉG ALATTI MEGFIGYELÉSEK

A tevékenység során néhány diák utalásokat tett arra, hogy fogyasztott már szereket. Ilyenkor fontos figyelmet fordítani arra, hogy ezek a kijelentések valódi tapasztalatot tükröznek-e, vagy inkább a figyelemfelkeltést szolgálják. A diákok jelzései különböző formában jelentek meg: egyesek provokatívan beszéltek a szerhasználatról, mások humorosan vagy mellékesen említették, míg néhányan saját élményként hivatkoztak rá. Rejtett, indirekt kérdésekkel igyekeztem feltárni, hogy tényleges fogyasztás áll-e a háttérben, vagy társas hatásgyakorlásról van szó. Bár a diszkréció elengedhetetlen, ezek a jelzések nem hagyhatók figyelmen kívül, mivel segíthetnek azonosítani azokat a diákokat, akik valós veszélynek vannak kitéve és támogatásra szorulhatnak.

A csoportok dinamikája és érdeklődési köre változott az osztályok profiljának függvényében. A természettudományokat tanuló csoportok inkább a droghatások testi, biológiai folyamataira voltak kíváncsiak, a társadalomtudományokat tanuló csoportok legfőbb mértékben a szociális problémákra, vulnerabilitási tényezőkre fektettek nagyobb hangsúlyt a beszélgetésben. A matematika-informatika profilú osztályok esetén pedig különös figyelmet kellett fektetnünk a szabályok betartására, mivel a digitalizált nyomokat, kvizeket a helyes válaszok megbeszélése helyett megpróbálták feltörni. A szakirányultság és droghasználati viselkedés kapcsolatára Kviellemo és munkatársai (2021) is rámutatnak kutatásukban, ahol svédországi középiskolások körében azt az eredményt kapták, hogy a természettudományi képzésben levő diákok a drogok és alkohol irányában érdektelenebbnek mutatkoztak, mint a társadalomtudományok területén tanuló társaik.

A csoportok dinamikája a nemek arányának függvényében is változott, ami érdeklődési körükben, érzékenységükben nyilvánult meg leginkább. A lány résztvevők közül többen mutatnak érdeklődést például a testképzavar téma irányába, mint kockázati tényezőre, míg a fiú résztvevők inkább a drogok különböző típusairól és annak hatásairól érdeklődtek.

A kísérleti csoportok között voltak olyanok, amelynek tagjai azonos osztályba, azonos klikkbe (baráti társaságba) tartoznak, és olyanok is, amelyek random módon voltak összeállítva különböző osztályokból, ez esetben a személyek nem ismerték egymást. Gördülékenyebben folyt a rejtvények megoldásában való együtt dolgozás és a reflexiós beszélgetés nyíltsága is azon csoportoknál, ahol a résztvevők előzetesen ismerték egymást. Nehezen és lassan állt össze a csapatmunka a második típusú, randomizált csapatoknál. Ilyen esetekben érdemes a továbbiakban kipróbálni, ez hogyan változik, ha egy kooperatív, jégtörő, összerázó feladatot (pl. rövid ismerkedős játékok, közös csapatlogó rajzolása stb.) beiktatunk a játék megkezdése előtt.

A diákok nagyon kevés hiteles információval rendelkeznek a drogok működésével és hatásaival kapcsolatban, annak ellenére, hogy már vettek részt drogprevenációs foglalkozásokon, így minden csapatnál az alapoktól kellett kezdenünk az ismertetést. Érdemes a beszélgetésbe beépíteni vizuális elemeket, prezentációkat, mivel a diákok nagy érdeklődést és információhiányt mutatnak a szerekkel kapcsolatban.

A személyesség, a drogprevenációval foglalkozó személyek hitelességének témája (Kviellemo et al., 2021) ezeknél a tinédzsercsoportoknál is megjelent. A diákok nagy fokú kíváncsiságot mutatnak a személyes tapasztalatok irányába, a szervezőknek is tettek fel személyes kérdéseket. Ilyen esetben a határok tartására kell figyelnünk, hogy ne osszunk meg velük túl sok személyes információt saját magunkról vagy mások általunk ismert eseteiről, viszont hitelesek maradjunk.

A nekünk mint facilitátoroknak feltett kérdésekre válaszoltunk, példákat meséltünk, betartva a szakmai konfidencialitás szabályait.

12. KÖVETKEZTETÉSEK

A „too SMART to START” program egyik legfontosabb eredménye, hogy sikerült a serdülők számára olyan valóság-hű, mégis kontrollált tanulási helyzetet teremteni, amelyben a drogfogyasztással kapcsolatos döntéseket nemcsak elméletben, hanem élményszerűen is átgondolhatták. A szabadulószoa szimulációja révén a tanulók egy dramatizált, de hiteles kontextusban találkoztak a droghasználat motivációival, következményeivel és a társas nyomás mechanizmusával. A program során minden csoport sikeresen kijutott a szobából, ami azt jelezte: képesek voltak koherens módon együttműködni, a feladatokra fókuszálni és aktívan bevonódni. Ez a kognitív és érzelmi bevonódás az, amit a hagyományos frontális prevenciók módszerei gyakran nem tudnak elérni (Botvin & Griffin, 2007; Fotaris & Mastoras, 2019). Az, hogy minden egyes csoport sikeresen kijutott a szobából, nemcsak logikai képességeikre utal, hanem szimbolikusan is azt közvetíti: a problémás élethelyzetekből, kockázatokból is van kiút – ha van hozzá támogató környezet.

A szabadulószoa nem pusztán tanulási környezet volt, amelyben a résztvevők információkat sajátítottak el a drogokról, hanem egy szimbolikus tér, amelyben gyakorolták a csapatmunkát, döntéshozatalt, megküzdési stratégiákat és érzelmi önszabályozást is – olyan kulcskompetenciákat, amelyek a későbbi veszélyhelyzetek kezelésében is relevánsak lehetnek. A VR-alapú drogélmény-szimuláció különösen hatékony volt abban, hogy érzékszinten is rávilágítson a kábítószer-használat pszichológiai hatásaira, a reflexiók szakasz pedig lehetőséget adott ezek közös feldolgozására. A játékba épített „nagy döntések” (pl. elfogadom-e a felkínáltat, kilépek-e a szobából) segítettek abban, hogy a diákok saját felelősségükön keresztül éljék át a következményeket – ezzel belsővé téve az elutasítás képességét. A diákok nem passzív befogadói, hanem alakítói, cselekvő szereplői lettek a megelőzésnek – pontosan az a típusú aktív részvétel valósult meg, amelyről Bezençon és munkatársai (2023) azt állítják, hogy kulcsfontosságú a fiatalok kockázatérzékenységének formálásában. Ugyanakkor a különböző szerepek szabad megválasztása és a feladatok személyes relevanciája elősegítette a tanulók önazonosságának erősítését, összhangban Bray és McClaskey (2015) személyre szabott tanulásról alkotott modelljével. A szituatív, szociális nyomásra épített szerepjáték közvetlenül erősítette a Life Skills Training program által is hangsúlyozott „refusal skills” fejlesztését (Botvin & Griffin, 2007; 2015).

A szabadulószoa digitális és vizuálisan intenzív elemei – mint a VR-szimuláció, a QR-kódos kvízek vagy videók – igazoltan képesek voltak fenntartani a Z generáció érdeklődését, és ezzel hosszabb ideig aktív kognitív jelenlétet biztosítottak. Eredményeink azt támasztják alá, hogy a prevenciók hatékonyság ma már szorosan összefügg a technológiai eszközök célzott alkalmazásával (Twenge, 2017; Greenhow & Lewin, 2019).

A program során az is világossá vált, hogy a serdülők tudása a drogokról sok esetben hiányos vagy téves – még akkor is, ha már részt vettek korábban prevenciók foglalkozásokon. Ez alátámasztja a szakirodalmi megállapításokat, melyek szerint az információátadás önmagában nem elégséges (Debenham et al., 2022), és a hiteles, gyakorlati, személyre szabott prevenciók formák

szükségességét húzza alá. A tapasztalat azt is mutatja, hogy a különböző szakirányú osztályok (pl. társadalomtudomány, informatika) másként viszonyulnak a témához – ezt a jövőben érdemes lenne célzott módszertani adaptációval követni.

Szociálpedagógiai szempontból figyelemre méltó, hogy a személyes kapcsolat és az élő, bizalomra épülő kommunikáció mennyire erősíti a diákok megnyílását. A facilitátor személye, a közvetlen interakciók és az elfogadó légkör olyan tanulási feltételeket teremtettek, amelyek elősegítették a valódi önreflexiót és kérdésfelvetést – ezt a dimenziót különösen fontos megőrizni és fejleszteni a program jövőbeli verzióiban.

A következő fejlesztési lépések között szerepelhet:

- Egy strukturált előkészítő szakasz beépítése (pl. ismerkedős játékok vegyes csoportoknál).
- A szimuláció utáni hosszabb távú követés (pl. 1-3 hónappal később egy rövid follow-up kérdőív) ami lehetőséget adna annak vizsgálatára, hogy a 2. táblázatban bemutatott eredmények mennyiben tükröződnek a diákok tényleges viselkedésében. Emellett hozzájárulhatna annak feltérképezéséhez is, hogy a rendkívül pozitív válaszok milyen mértékben tulajdoníthatók a szociális elvárásoknak való megfelelési törekvésnek (szociális sóvárgás torzító hatása).
- És egy bővített verzió kidolgozása, amely más szenvedélybetegségekre vagy mentális egészség témákra is kiterjedhet.

Összegzésképp a program nemcsak megerősítette a játékos, élményalapú tanulás létjogosultságát a prevenciós munkában, hanem kézzelfogható pedagógiai és szociális tanulságokat is kínált, amelyek beépíthetők a jövő dropprevenciós stratégiába – különösen ott, ahol a célcsoportot a Z generáció fiataljai alkotják.

SZAKIRODALOM REFERENCES

- American Academy of Pediatrics (2022). „Improving Substance Use Prevention, Assessment, and Treatment in Adolescents and Young Adults”. *Pediatrics*, 150(1), e2022057992. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057992>
- European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) (2020). *ESPAD report 2019: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA). https://www.espad.org/sites/default/files/2020.3878_EN_04.pdf
- Autoritatea Națională pentru Administrare și Reglementare în Comunicații. (2024). *Agencia Națională Antidrog*. <https://ana.gov.ro/>
- Bell, S. (2010). Project-based learning for the 21st century: Skills for the future. *The clearing house*, 83(2), 39–43.
- Bezençon, V., De Santo, A., Holzer, A., & Lanz, B. (2023). Escape Addict: A digital escape room for the prevention of addictions and risky behaviors in schools. *Computers & Education*, 200, 104798. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2023.104798>
- Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2007). School-based programmes to prevent alcohol, tobacco and other drug use. *International Review of Psychiatry*, 19(6), 607–615.

- Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2015). Life Skills Training: A competence enhancement approach to tobacco, alcohol, and drug abuse prevention. In L. M. Scheier (Ed.), *Handbook of adolescent drug use prevention: Research, intervention strategies, and practice* (pp. 177–196). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/145>
- Botvin, G. J., Griffin, K. W., & Nichols, T. R. (2007). Preventing youth violence and delinquency through a universal school-based prevention approach. *Prevention Science*, 4(3), 191–201.
- Bray, B., & McClaskey, K. (2015). *Make Learning Personal: The What, Who, WOW, Where, and Why*. Corwin Press.
- Clark, H. K., Ringwalt, C. L., Shamblen, S. R., Hanley, S. M., & Flewelling, R. L. (2011). Are substance use prevention programs more effective in schools making adequate yearly progress? A study of Project ALERT. *Journal of drug education*, 41(3), 271–288.
- Covington, S. S. (2008). Women and addiction: A trauma-informed approach. *Journal of Psychoactive Drugs*, 40(S5), 377–385. <https://doi.org/10.1080/02791072.2008.10400665>
- Debenham, J., Newton, N. C., Champion, K. E., & Maree Teesson. (2022). Substance use in older adolescence: Overcoming the prevention paradox. *Springer EBooks*, 1–24. https://doi.org/10.1007/978-3-030-67928-6_20-1
- DrogFókuszpont (2024). DrogFókuszpont. <https://drogfokuszpont.hu/>
- Drogriporter (2018. július 5). *Iskolai drogprevenció: Hogy látják a diákok?* Drogriporter. https://drogriporter.444.hu/2018/07/05/iskolai_drogprevencio_hogy_latjak_a_diakok
- Drug Enforcement Administration (DEA) (2021). Emoji drug code decoded: Drug emoji decoders. U.S. Department of Justice. https://www.dea.gov/sites/default/files/2021-12/Emoji%20Drug%20Code%20PDF_Final.pdf
- European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (n. d.). *European Union Drugs Agency*. https://www.emcdda.europa.eu/index_en
- Fotaris, P., & Mastoras, T. (2019). Escape rooms for learning: A systematic review. In M. E. Auer & T. Tsiatsos (Eds.), *Proceedings of the 13th European Conference on Games Based Learning (ECGBL 2019)* (pp. 235–243). Academic Conferences and Publishing International Limited.
- Greenfield, S. F., Back, S. E., Lawson, K., & Brady, K. T. (2010). Substance abuse in women. *The Psychiatric Clinics of North America*, 33(2), 339–355. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2010.01.004>
- Greenhow, C., & Lewin, C. (2019). Social media and education: Reconceptualizing the boundaries of formal and informal learning. In social media and education. *Learning, Media and Technology*, 41(1), 6–30. <https://doi.org/10.1080/17439884.2015.1064954>
- Hajduska, M. (2012.) *Krízislélektan*. ELTE Eötvös Kiadó.
- Hawkins, J. D., Catalano, R. F., & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112(1), 64–105.
- Hornik, R., Jacobsohn, L., Orwin, R., Piesse, A., & Kalton, G. (2008). Effects of the National Youth Anti-Drug Media Campaign on youths. *American Journal of Public Health*, 98(12), 2229–2236.

- Kaminer, Y., & Bukstein, O. G. (2008). *Adolescent substance abuse: Psychiatric comorbidity and high-risk behaviors*. Taylor & Francis.
- Kapitány-Fövény, M., Gilbert, A., & Szedmák, E. (2019). Játékelemek alkalmazása az egészségfejlesztés területén: egy prevenciós szabadulószoza bemutatása. In H. J. Feith & A. Falus (szerk.), *Egészségfejlesztés és nevelés* (pp. 147–150). Akadémiai Kiadó. <https://doi.org/10.1556/97896345444456>
- Karcher, M. J. (2005). The effects of developmental mentoring and high school mentors' attendance on their younger mentees' self-esteem, social skills, and connectedness. *Psychology in the Schools*, 42(1), 65–77.
- Kvillemo, P., Hiltunen, L., Demetry, Y., Carlander, A.-K., Hansson, T., Gripenberg, J., Elgán, T. H., Einhorn, K., & Skoglund, C. (2021). How to prevent alcohol and illicit drug use among students in affluent areas: a qualitative study on motivation and attitudes towards prevention. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s13011-021-00420-8>
- Lukács, Á. (2019). Kortársoktatás – sokszínű egészségfejlesztés. In H. J. Feith & A. Falus (szerk.), *Egészségfejlesztés és nevelés* (pp. 103–107). Akadémiai Kiadó. <https://doi.org/10.1556/97896345444456>
- Maalouf, W., Stojanovic, M., Kiefer, M., Campello, G., Heikkilä, H., & El-Khatib, Z. (2019). Lions Quest Skills for Adolescence program as a school intervention to prevent substance use—A pilot study across three south east European countries. *Prevention Science*, 20, 555–565.
- MacArthur, G. J., Harrison, S., Caldwell, D. M., Hickman, M., & Campbell, R. (2016). Peer-led interventions to prevent tobacco, alcohol and/or drug use among young people aged 11–21 years: a systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 111(3), 391–407. <https://doi.org/10.1111/add.13224>
- Manojlović, H., & Kovács, E. (2022). A szabaduló szoba, mint oktatási módszer. In J. T. Karlovitz (szerk.), *Szaktudományok és más pedagógiai tanulmányok* (pp. 330–340). International Research Institute. <https://www.irisro.org/pedagogia2022januar/64ManojlovicHele na-KovacsElvira.pdf>
- Márton, B. (2023). A hangulatjelek szerepe a büntetőügyekben. *Belügyi Szemle*, 71(7), 1183–1194. <https://doi.org/10.38146/BSZ.2023.7.3>
- Popovici, M., & Irimie, S. (2015). Programele de prevenție a drogurilor din România: Tendințe și provocări. *Journal of Drug Policy Analysis*, 8(2), 223–238.
- Rácz, J. (2009). Kortárs és sorstárs segítséssel szerzett tapasztalataink. In J. Rácz (szerk.), *A drogozás útvesztői: Válogatott tanulmányok* (pp. 124–150). L'Harmattan Kiadó.
- RAND Corporation. (2020). *Proven Benefits of Early Childhood Interventions*. https://www.rand.org/pubs/research_briefs/RB9145.html.
- Sava, F. A., & Sălăvăstru, D. (2014). Strategii psihosociale pentru prevenirea consumului de droguri în rândul adolescenților. Risoprint.
- Scheier, L. M. (2015). *Handbook of adolescent drug use prevention: Research, intervention strategies, and practice*. American Psychological Association.
- Segrott, J., Gillespie, D., Holliday, J., Humphreys, I., Murphy, S., Phillips, C., Reed, H., Rothwell, H., Foxcroft, D., Hood, K., Roberts, Z., Scourfield, J., Thomas, C., & Moore,

- L. (2014). Preventing substance misuse: Study protocol for a randomised controlled trial of the Strengthening Families Programme 10–14 UK (SFP 10–14 UK). *BMC Public Health*, 14, Article 49. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-49>
- Sussman, S., Skara, S., Rodriguez, Y., & Pokhrel, P. (2006). Non drug use- and drug use-specific spirituality as one-year predictors of drug use among high-risk youth. *Substance Use & Misuse*, 41(13), 1801–1816.
- Szalay, K., & Emri, Zs. (2018). Drogprevenciók stratégiák az iskolában: A megelőzést és az ártalmak mérséklését célzó programok bevezetésének lehetősége. In K. J. Nagy, K. K. Nagy, & Zs. Szabó (szerk.), *Prevenció, intervenció és kompenzáció* (pp. 17–32). HERA. <https://mek.oszk.hu/20900/20929/20929.pdf>
- Szőke-Milinte, E. (2018). A Z generáció megismerése – megismerés a Z generációban. In J. Kaposi & E. Szőke-Milinte (szerk.), *Pedagógiai változások – a változás pedagógiája* (pp. 130–144). Pázmány Péter Katolikus Egyetem.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy--and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books.
- United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC) (2018). *Women and drugs: Drug use, drug supply and their consequences*. United Nations. https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18_Booklet_5_WOMEN.pdf
- Veldkamp, A., Van de Grint, L., Knippels, M.-C., & Van Joolingen, W. R. (2020). Escape education: A systematic review on escape rooms in education. *Educational Research Review*, 31, 100364. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2020.100364>
- Vince, V. (2022). A bűnüldözés aktuális kihívása: az online kábítószerpiac. *Interdiszciplináris Drogszemle*, 2(4), 138–160.