

Wybrane programy profilaktyczne





PRZYJACIELE ZIPPIEGO

Charakterystyka programu

- Polska Adaptacja programu Partnership for Children. Pierwsze wdrożenie przez Ośrodek Rozwoju Edukacji. Koordynator, szkolenia – Centrum Pozytywnej Edukacji, Warszawa

- Program promocji zdrowia psychicznego

Promocja zdrowia psychicznego w tym programie pojmowana jest jako wzmacnianie naturalnych sił, zdolności i umiejętności małego dziecka

- Grupa docelowa programu – dzieci w wieku 5 – 9 lat
- Program przeznaczony do realizacji w przedszkolu / szkole
 - Realizatorzy – przeszkoleni nauczyciele
- Cel programu:
 - Wzmacnianie podstawowych umiejętności dzieci radzenia sobie z problemami, trudnościami, ze zmianą i stratą (coping skills)
- Oferta średnioterminowa: 24 spotkania 1- godzinnych dla dzieci

Podstawy teoretyczne

- Wiele badań wskazuje na osłabienie kondycji psychicznej dzieci i młodzieży, czego wyrazem jest m. in. sięganie po substancje psychoaktywne, samobójstwa, zachowania agresywne i przemoc w szkole, obniżenie nastroju prowadzące do depresji, stanów lękowych czy problemów psychicznych, słabe radzenie sobie ze stresem, sytuacją zmiany oraz trudnościami życia codziennego.
- Jeżeli we wczesnym dzieciństwie nie wyposażymy dzieci w tzw. „umiejętności życiowe”, kompetencje społeczne, emocjonalne, komunikacyjne, nawiązywania więzi i radzenia sobie ze zmianą i stratą – to w okresie dorastania i dorosłości nie będą one potrafiły reagować konstruktywnie w sytuacji stresu, problemów w szkole czy w relacjach społecznych.
- Najważniejsze czynniki chroniące: odpowiedni poziom kompetencji psychologicznych i społecznych dzieci i młodzieży, pozytywna samoocena, poczucie własnej wartości, sprawczości i kompetencji (ja umiem, ja potrafię), wspierające, bezpieczne środowisko szkolne, wysokie kompetencje wychowawcze i umiejętności psychologiczne nauczycieli, współpraca z rodzicami.
- Czynniki ryzyka: stres, niepowodzenia szkolne, brak pozytywnych więzi rodzinnych i społecznych, brak umiejętności rozwiązywania problemów i radzenia sobie z trudnościami, niekorzystny klimat społeczny szkoły, zachowania agresywne i przemoc w relacjach rówieśniczych.

Przebieg programu

- Zajęcia prowadzone są na podstawie szczegółowych scenariuszy i pomocy.
- W trakcie zajęć obowiązują Zasady, które są szczegółowo omawiane z dziećmi i każdorazowo przypominane.
- Kanwą każdej części Programu jest opowiadanie (czytane przez nauczyciela i wzbogacone ilustracjami), do którego wraca się podczas każdego ze spotkań. Bohaterami opowiadań są dzieci i różne wydarzenia w ich życiu, które mogą przytrafić się każdemu dziecku. Na przykładzie tych sytuacji i losów bohaterów prowadzone są rozmowy z dziećmi, dzieci wykonują różne ćwiczenia, rysują, odtwarzają scenki i próbują wymyślać różne sposoby poradzenia sobie w takich sytuacjach. Każde spotkanie kończy się podsumowaniem (dokonywanym przez dzieci).
- Podmiotowe traktowanie dzieci, stwarza się też okazję do samooceny, refleksji nad swoim samopoczuciem i umiejętności rozpoznawania swoich uczuć.
- Ważnym zadaniem nauczyciela jest stworzenie klimatu zaufania i szacunku, tworzenie bezpiecznych sytuacji, w których dzieci mogą się wypowiadać na istotne dla nich tematy.

Przegląd lekcji Przyjaciele Zippiego

Część I – Uczucia

Część II – Komunikacja

Część III - Budowanie i zrywanie
więzi

Część IV - Rozstrzyganie konfliktów

Część V - Przeżywanie zmiany i straty

Część VI - Dajemy sobie radę.

Ewaluacja

- Systematycznie prowadzona ewaluacja procesu. Ewaluacja dotyczy możliwości implementacji programu w polskich warunkach, dostępności oraz oddziaływania programu na dzieci i nauczycieli.
- W latach 2005 – 2013 w całej Polsce w zajęciach wzięło udział ponad 111 tysięcy dzieci, 3 800 szkół i przedszkoli a program realizowało ponad 5 tysięcy nauczycieli.
- Program w istotny sposób wpływa zarówno na postawy nauczycieli, ich postrzeganie dzieci i budowane relacje, jak również na funkcjonowanie samych dzieci, ich kompetencje społeczne i emocjonalne.
- Według nauczycieli realizacja programu ułatwia radzenie sobie z sytuacjami trudnymi przez nauczyciela.



DOMOWI DETEKTYWI

Charakterystyka programu

- **Polska Adaptacja programu** amerykańskiego programu Slick Tracy Home Team Program. **Pierwsze wdrożenie 1999 r. Koordynator, szkolenia** – Pracownia PRO-M Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa
- **Program profilaktyki uniwersalnej**
- **Grupa docelowa programu** – młodzież w wieku 10– 12 lat
- Program przeznaczony do realizacji w szkole. Realizatorzy – przeszkoleni nauczyciele
- **Cel programu:**
Zapobieganie picie alkoholu przez 10-12-latków poprzez:
 - ustalanie rodzinnych zasad dotyczących alkoholu, ułatwianie rozmów na temat alkoholu pomiędzy rodzicami i ich dorastającymi dziećmi
 - wzmacnianie innych czynników chroniących takich jak: umiejętność odmawiania w sytuacji presji skłaniającej do picia alkoholu, normy rówieśnicze przeciwne picie
 - odpowiednia do wieku wiedza na temat alkoholu.
- **Oferta średnioterminowa:** 12 tygodni

Podstawy teoretyczne

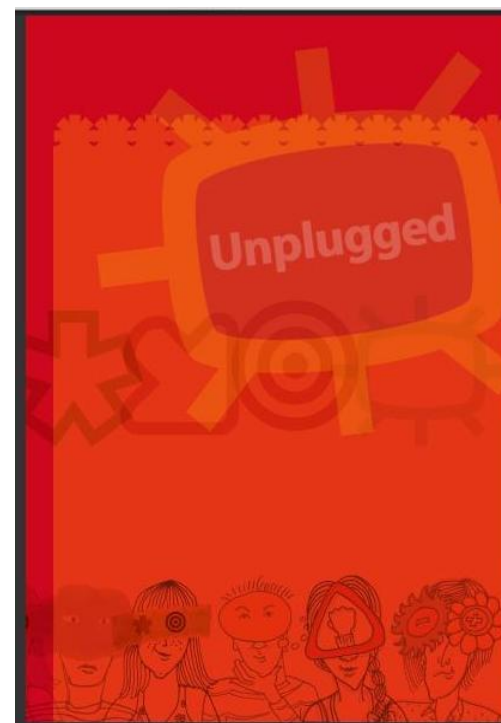
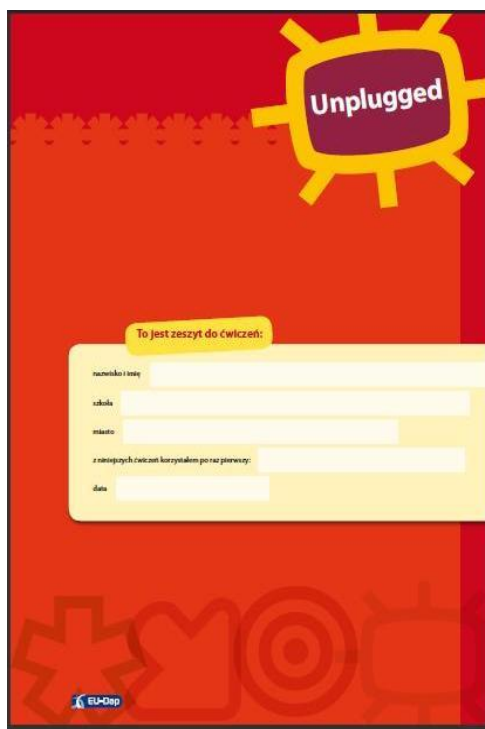
- Jedną z głównych strategii zastosowanych w Programie Domowych Detektywów jest modelowanie i wzmacnianie pożądanych zachowań dzieci poprzez zaangażowanie do działań rodziców i znaczących rówieśników. Wymienione strategie wywodzą się z uznanych teorii psychospołecznych: Teorii Społecznego Uczenia (Bandura), Teorii Zachowań Problemowych (Jessor) oraz Teorii Uzasadnionego Działania (Ajzen & Fishbein).
- Uwzględnienie w programach udziału rodziców jest jednym z kluczowych elementów skutecznych programów profilaktycznych. Udział rodziców może wzmacniać działanie ważnych mechanizmów chroniących dzieci, tj.: sprzyjać poprawie komunikacji rodzice – dziecko na temat picia alkoholu oraz innych zachowań problemowych/ryzykownych; kształtować odpowiednie praktyki rodzicielskie w zakresie monitorowania zachowań dziecka oraz wpływać na wybór przez dziecko pozytywnych przyjaciół.
- Poziom zaangażowania rodziców w działania profilaktyczne uzależniony jest od metody włączania ich do programu. W przypadku programów profilaktycznych adresowanych do dzieci w wieku 10-12 lat bardzo skutecznym sposobem włączania rodziców jest realizacja programu za pośrednictwem zeszytów dla rodziców. Metoda ta jest bardziej skuteczna od tradycyjnego podejścia, takiego jak: trening umiejętności rodzicielskich czy warsztaty organizowane w szkole.
- Wyniki badań wskazują ponadto, że udział rówieśników w programie może mieć pozytywny wpływ na skuteczność działań. Zgodnie z mechanizmem opisanym w teorii Teorii Uzasadnionego Działania Ajzena i Fishbeina, odpowiednio przygotowani liderzy oddziałują na swoich rówieśników poprzez modelowanie pożądanych zachowań i kształtowanie subiektywnych norm przeciwnych picia alkoholu przez młodzież.

Przebieg programu

- Program Domowych Detektywów składa się z pięciu zajęć prowadzonych w szkole przez nauczyciela przy współpracy liderów rówieśniczych oraz zadań wykonywanych wspólnie przez rodziców i dziecko w domu.
- W kolejnych tygodniach realizacji programu wykorzystywane są cztery zeszyty zawierające krótkie historyjki komiksowe, w których poruszane są takie tematy jak: problemy związane z piciem alkoholu przez nastolatków, wpływ reklamy na zachowanie dzieci, rodzaje presji rówieśniczej oraz negatywne konsekwencje picia alkoholu przez dzieci i młodzież.
- Zeszyty i aktywności domowe zaplanowano w taki sposób, aby sprzyjały podejmowaniu rozmów pomiędzy rodzicami i dziećmi na temat picia alkoholu oraz używania innych substancji, a także, aby były pomocne w ustalaniu w rodzinie zasad dotyczących picia.
- Uczniowie są zapoznawani z materiałami przez nauczyciela oraz odpowiednio przeszkolonych liderów rówieśniczych i zachęcani przez nich do wspólnej pracy z rodzicami w domach.
- W celu motywowania do aktywnego udziału, uczniowie otrzymują również w trakcie realizacji programu drobne nagrody, takie jak: słodycze, długopisy itp.
- Bardzo ważną częścią programu jest organizowany w szkole Wieczór Jasia i Małgosi - impreza pozalekcyjna dla wszystkich uczestników programu, podczas której uczniowie przedstawiają wykonane przez siebie prace związane z tematem programu oraz inicjują wspólną zabawę.
- Warunkiem realizacji programu jest uzyskanie zgody rodziców.

Ewaluacja

- Ewaluacja procesu i wyników
- Badania wykazały znaczące ograniczenie picia alkoholu oraz intencji picia alkoholu wśród uczniów z grupy eksperymentalnej.
 - Program okazał się skuteczny w zakresie zwiększania wiedzy uczniów na temat konsekwencji picia alkoholu oraz w zakresie poprawy komunikacji pomiędzy rodzicami i dziećmi na tematy dotyczące skutków picia alkoholu i palenia papierosów.
 - Nie stwierdzono znaczących różnic pomiędzy grupą eksperymentalną i kontrolną w wynikach na skalach dotyczących norm rówieśniczych i umiejętności odpierania presji skłaniającej do picia alkoholu.
- Ewaluacja odroczone (4 mies. po zakończeniu programu) nie wykazała wpływu programu na częstość picia alkoholu oraz intencję picia alkoholu przez uczniów - z wyjątkiem uczniów klas czwartych, u których stwierdzono oczekiwane zmiany zachowania i intencji. Potwierdzono skuteczność programu w zakresie osłabiania pro-alkoholowych postaw oraz zwiększania wiedzy na temat konsekwencji picia alkoholu.



Program UNPLUGGED

Ogólne informacje na temat programu

- Program Przeciwdziałania Przyjmowaniu Substancji Uzależniających przez Uczniów „**Unplugged**” opracowany został w ramach programu EU-Drug Abuse Prevention (EU DAP) finansowanego przez KE
- Stanowi efekt pracy specjalistów z 9 centrów w 7 krajach UE - Belgia, Niemcy, Hiszpania, Grecja, Włochy, Austria, Szwecja.
- Projekt został pilotażowo wdrożony w ww. krajach i poddany ewaluacji w latach 2004-2006
- W II etapie program wdrożono również w Polsce i Czechach
- Program rekomendowany
- Skuteczność programu w odniesieniu do rozwiązania problemu używania substancji psychoaktywnych została potwierdzona w badaniach ewaluacyjnych
- Szkolenia dla nauczycieli, przygotowujące od realizacji programu prowadzą trenerzy przeszkoleni przez KBPN i ORE
- Lista trenerów na stronie KBPN i ORE.

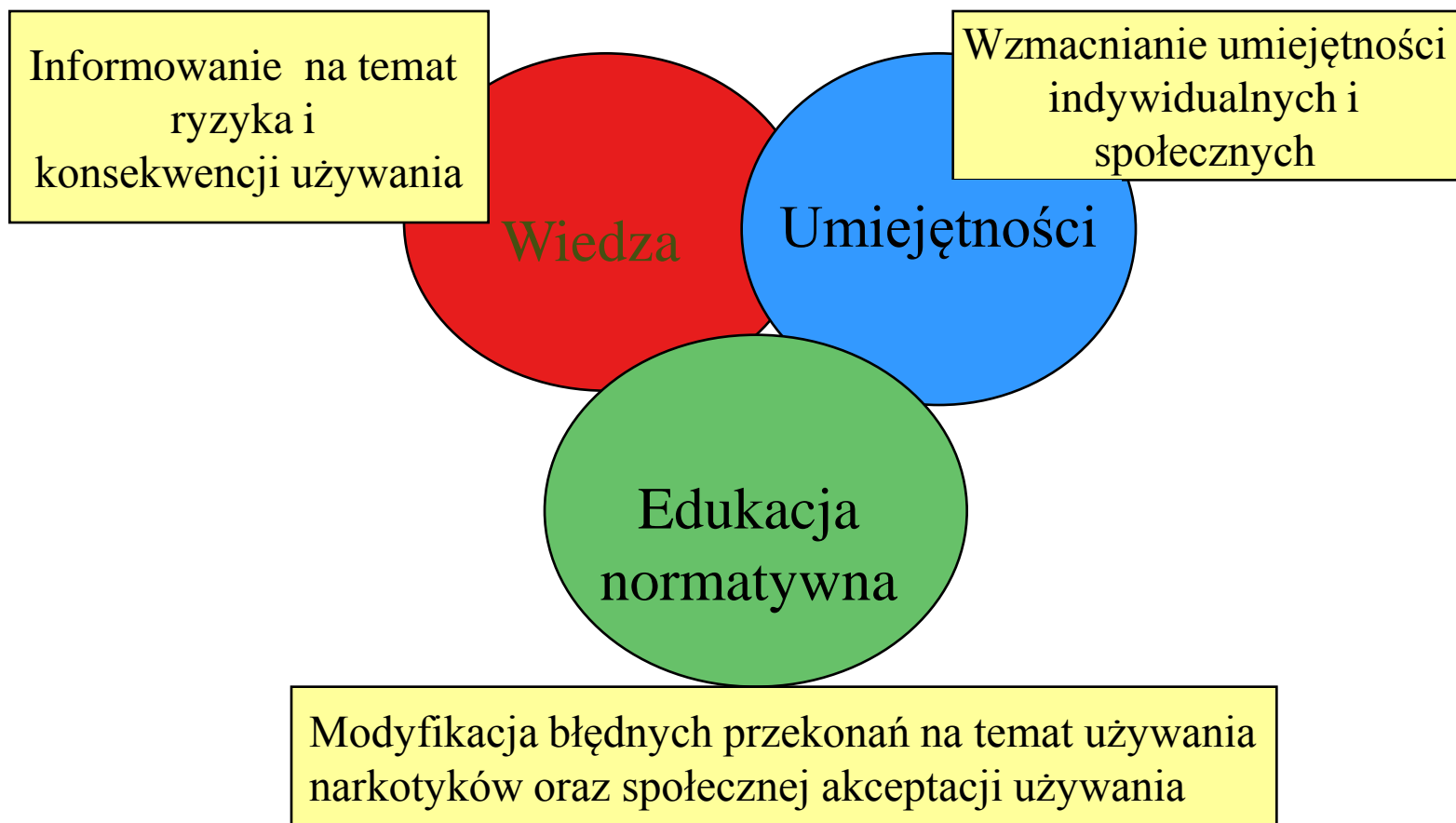
Charakterystyka programu

- Program profilaktyki uniwersalnej
 - Grupa docelowa programu – młodzież szkolna w wieku 12-14 lat
 - Program adresowany do całych klas
 - Dodatkowa oferta adresowana do rodziców
- Cel programu:
 - Ograniczenie inicjowania używania substancji psychoaktywnych – tytoniu, alkoholu, narkotyków
 - Ograniczenie rozwoju intensywności używania – przejścia od fazy używania eksperymentalnego do fazy używania problemowego
- Oferta średnioterminowa
 - 12 spotkań 1- godzinnych dla uczniów
 - 3 spotkania dla rodziców

Podstawy teoretyczne

- pierwszy w Europie szkolny program profilaktyczny oparty na strategii Wszechstronnego Wpływu Społecznego (CSI)
- skuteczność w odniesieniu do rozwiązania problemu została potwierdzona w literaturze naukowej i sprawdzona w praktyce
- Odwołuje się do wiedzy o predyktorach używania substancji psychoaktywnych w okresie dojrzewania i sposobach ich modyfikowania
- uwzględnia wiedzę o czynnikach chroniących młodzież przed okazjonalnym i problemowym używaniem środków psychoaktywnych
- odwołuje się do wiedzy z psychologii rozwojowej, która konieczna jest w ustalaniu celów oddziaływań profilaktycznych adresowanych do grup dojrzewającej młodzieży

Strategia Wszechstronnego Wpływu Społecznego (CSI)



Tematyka zajęć

- konformizm, przejawy nacisku grupowego i sposoby radzenia sobie z nim,
- wiedza o czynnikach ryzyka i czynnikach chroniących przed piciem alkoholu, zróżnicowaniu podatności na alkohol w zależności od płci,
- przekonania normatywne na temat rozpowszechnienia zjawiska używania substancji psychoaktywnych wśród młodych ludzi,
- wiedza o przyczynach i następstwach palenia papierosów,
- umiejętność komunikowania swoich emocji,
- umiejętność asertywnej obrony swoich racji,
- inne umiejętności interpersonalne i intrapersonalne, których niedostateczne opanowanie może skłaniać do używania substancji psychoaktywnych w sytuacjach towarzyskich,
- wiedza o narkotykach, spostrzeganie ryzyka
- umiejętność radzenia sobie z problemami, formułowania celów i podejmowania decyzji.

Metody

- Interaktywne metody pracy z młodzieżą
- Praca w grupach
- Prezentacja efektów pracy przedstawiana na forum klasy
- Odgrywanie ról
- Quizy
- Gra
- Zajęcia „na rozgrzewkę”
- Zeszyt ćwiczeń dla ucznia
- Zadania domowe
- Wskazówki metodyczne dla nauczycieli.

Sposób wdrożenia

- Zalecane włączenie programu w strategię szkoły w zakresie profilaktyki
- Realizator programu – nauczyciel (program dla uczniów, pedagog – zajęcia dla rodziców)
- Program szkolenia – jednolity schemat szkolenia trenerów i rekomendacje dotyczące szkolenia nauczycieli, certyfikowany trenerzy w ramach systemu EU DAP Faculty prowadzonego przez Uniwersytet w Gent (Belgia)

Ewaluacja programu na poziomie europejskim

Przeprowadzono ewaluację formatywną, procesu oraz ewaluację wyników z badaniem efektów odroczonego programu (po 3 mies. i 15 mies. po zakończeniu programu).

Badanie spełniało rygorystyczne kryteria RCT (reprezentatywna grupa, losowy dobór, grupa kontrolna, efekty odroczone). Badano wpływ programu na używanie substancji psychoaktywnych oraz mediatory.

Program jest efektywny

w ograniczaniu używania alkoholu, papierosów i narkotyków.

Rezultaty utrzymują się ponad rok po programie.

- program jest bardziej skuteczny w zapobieganiu używaniu niż wpływu na zaprzestanie używania
- Różnice efektywności ze względu na płeć – dziewczęta mniej podatne na program
- Program wzmacnia umiejętności odmawiania
- Ogranicza pozytywne oczekiwania i postawy odnośnie alkoholu, tytoniu, marihuany i narkotyków (w ogóle)

Ewaluacji w Polsce – wyniki

- Udział młodzieży w programie:
 - zmniejsza ryzyko picia wódki i upijania się
 - ogranicza używanie marihuany i haszyszu
 - ogranicza pozytywne oczekiwania i postawy młodzieży wobec używania tytoniu, alkoholu i przetworów konopi
- Młodzież - pozytywna ocena, zajęcia ciekawe, właściwy poz. trudności - pow. 40 % uczniów; wzrost umiejętności ochronnych – ok. 40%
- Rodzice – pozytywna opinia – zajęcia przydatne, ciekawe, odpow. trudne, wzrost wiedzy i umiejętności rodzicielskich – pow. 80%
- Problemy – zrealizowanie programu w całości (50%), trudności z zaangażowaniem rodziców

PROGRAM
WZMACNIANIA
rodziny

Program Wzmacniania Rodziny



Ogólne informacje na temat programu

- Program Wzmacniania Rodziny jest polską adaptacją amerykańskiego Strengthening Family Program
- Adaptacja została dokonana przez specjalistów z IPiN i Fundacji Maraton.
- Projekt został pilotażowo wdrożony w Polsce w 2008 roku. Od tej pory upowszechniany na terenie kraju przez Fundację Maraton.
- Ewaluacja programu została przeprowadzona na zlecenie KBPN i PARPA.
- Program rekomendowany
- Skuteczność programu w odniesieniu do rozwiązania problemu używania substancji psychoaktywnych została potwierdzona w badaniach ewaluacyjnych
- Szkolenia dla nauczycieli, przygotowujące od realizacji programu prowadzi Fundacja Maraton
- Lista trenerów na stronie KBPN i ORE.



Charakterystyka programu

- Program profilaktyki uniwersalnej
- Grupa docelowa programu – młodzież w wieku 10-14 lat
- Program adresowany do całych rodzin
- Cel programu:
 - Ograniczenie używania środków psychoaktywnych oraz innych zachowań problemowych podejmowanych przez młodzież w okresie dojrzewania
- Cel jest osiągany poprzez:
 - rozwijanie umiejętności wychowawczych i sprawowania kontroli przez rodziców
 - rozwijanie umiejętności interpersonalnych i indywidualnych wśród nastolatków
 - wzmacnianie więzi w rodzinie.
- Oferta średnioterminowa
 - 7 dwugodzinnych sesji, 4 sesje przypominające
 - 1 godz. równoległe prowadzone sesje dla rodziców i dzieci, 2 godz. sesja dla całej rodziny

Podstawy teoretyczne

Założenie: nastolatkom lepiej radzą sobie z problemami i zagrożeniami okresu dorastania wówczas, gdy ich rodzice stosują wobec nich konsekwentną dyscyplinę i potrafią udzielać wsparcia

Psychologia indywidualna (Adler)

- osobowość człowieka kształtuje się poprzez konfrontowanie indywidualnych potrzeb z wymogami środowiska (społecznymi i etycznymi).
- człowiek od wczesnych lat dzieciństwa przeżywa poczucie niskiej wartości, które kompensuje dążeniem do przewagi i mocy
- rodzice i wychowawcy powinni wspierać dzieci i młodzież w harmonijnym rozwoju.
- zmiana postaw i umiejętności zachodzi poprzez stosowanie komunikatu JA, rozpoznawania uczuć, stosowanie naturalnych / logicznych konsekwencji.

Teoria Społecznego Uczenia się (Bandura)

- zachowania kształtują się i utrwalają poprzez modelowanie - obserwację i naśladowania osób ważnych i atrakcyjnych: rodziców, rówieśników, postaci kultury masowej.
- utrwalaniu wyuczonych zachowań sprzyjają pozytywne oczekiwania dotyczące ich skutków oraz własnej skuteczności w ich osiągnięciu.
- zmiana zachowań zachodzi w efekcie rozwinięcia konkretnych umiejętności.

Tematyka zajęć

- Tematy sesji dla rodziców: 1. Miłość i granice 2. Tworzenie zasad domowych. 3. Wspieranie dobrego zachowania 4. Wyciąganie konsekwencji 5. Budowanie mostów (uważne słuchanie, dobra komunikacja) 6. Ochrona przed używaniem substancji psychoaktywnych. 7. Zapewnienie pomocy rodzinie w wyjątkowych sytuacjach.
- 4 sesje przypominające służą utrwaleniu wiedzy i umiejętności nabytych przez rodziców w ramach programu podstawowego, wprowadzają też kwestie związane z komunikacją między rodzicami / opiekunami: 3
- Tematy sesji dla młodzieży: 1. Cele i marzenia 2. Docenić rodziców 3. Radzenie sobie ze stresem 4. Przestrzeganie zasad 5. Radzenie sobie z presją rówieśniczą 6. Presja rówieśnicza i prawdziwi przyjaciele 7. Prosząc o pomoc innych
- 4 sesje przypominające służą utrwaleniu wiedzy i umiejętności nabytych w ramach programu podstawowego, nowe tematy obejmują: 1. Rozwiązywanie konfliktów 2. Bycie dobrym przyjacielem 3. Wyrażanie się w jasny sposób (dobra komunikacja)
- Tematy sesji wspólnych - rodzinnych : 1. Wspieranie celów i marzeń dziecka 2. Docenić członków rodziny 3. Narady rodzinne 4. Zrozumieć wartości rodzinne 5. Rozwijanie komunikacji wewnątrz rodziny 6. Rodzina a presja rówieśnicza 7. Podsumowanie

Metody

- Interaktywne metody pracy z młodzieżą i rodzicami
- Praca w grupach
- Prezentacja efektów pracy przedstawiana na forum
- Odgrywanie ról
- Quizy
- Gra
- Zajęcia „na rozgrzewkę”
- Film edukacyjny (zajęcia dla rodziców)

Ewaluacja – Polska

- Termin ewaluacji – 2010-2012, na zlecenie KBPN
- Przedmiot ewaluacji:
- Ocena wpływu programu na:
 - zachowania ryzykowne młodzieży - przede wszystkim picie alkoholu i używanie innych substancji psychoaktywnych
 - na istotne zmienne pośredniczące, tj. relacje rodzic-dziecko (np. wspólne spędzanie czasu)
 - praktyki wychowawcze rodziców (umiejętność okazywania miłości oraz ustalania i egzekwowania zasad).
- Wyniki ewaluacji:
 - pozytywny wpływ udziału w programie na ograniczenie używania substancji psychoaktywnych przez dorastające dzieci
 - efekt ten jest wynikiem osiągniętych pozytywnych zmian w relacjach rodzic-dziecko oraz rozwinięcia umiejętności wychowawczych rodziców.

Szkolna interwencja profilaktyczna



Szkolna interwencja profilaktyczna

- Program wczesnej interwencji
- Profilaktyka selektywna
- Program adresowany do szkół
- Opracowanie programu – Pracownia PRO-M, IPiN
- Wdrażanie: sieć trenerów, instytucje koordynujące IPiN, ORE

Cele interwencji

Uczeń z grupy ryzyka

Zmiana zachowań ucznia sięgającego po środki psychoaktywne poprzez udzielenie jemu oraz jego rodzicom wsparcia i pomocy.

Społeczność szkolna

Zapobieganie problemom związanym z używaniem substancji w szkole poprzez opracowanie spójnego systemu działań wobec uczniów sięgających po substancje psychoaktywne i konsekwentne stosowanie interwencji w przypadku każdego ucznia łamiącego obowiązujące w szkole zasady.

Założenia programu

Interwencja jako pomoc psychologiczna:

- Najważniejsze jest utrzymanie więzi z dzieckiem, żeby skutecznie pomagać w sytuacji używania środków psychoaktywnych
- Konieczne jest nawiązanie przez szkołę współpracy z uczniem i rodzicem
- Udzielenie wsparcia rodzicom ucznia w rozwiązywaniu jego problemów

Wieloetapowy proces, który wymaga:

- Porozumienia na poziomie rady szkoły dotyczącego podejmowania interwencji profilaktycznej
- Analizy i ewentualnego wprowadzenia zmian do statutu szkoły lub innych dokumentów (m.in. Szkolnej procedury postępowania w przypadku używania przez ucznia substancji – alkoholu, narkotyków)
- Prowadzenia ciągłej pracy profilaktycznej
- Przekazania informacji wszystkim nauczycielom, rodzicom, uczniom.
- Szkolenia nauczycieli
- Akceptacji i zaangażowania dyrekcji

Szkolenia rad pedagogicznych i nauczycieli

- Budowanie przekonania, że metoda interwencji może być przydatna
- Dyskusja na temat celów, założeń i przebiegu działań
- Wyłonienie nauczycieli, którzy zostaną przeszkoleni do prowadzenia interwencji

Przygotowanie wybranych nauczycieli do:

- Prowadzenia rozmów interwencyjnych, sporządzania kontraktu
- Oceny efektów podjętych działań

Etapy interwencji

Diagnoza

Porada

Kontrakt

Monitorowanie kontraktu

Krok 1. Diagnoza

- Rozmowa indywidualna z uczniem
- Rekomendowane zastosowanie testów PUN lub PUM.
- Wykorzystania informacji z innych źródeł (nauczyciele, rodzice)

testy PUM / PUN

Problemowego Używania Narkotyków

Problemowego Używania Marihuany

Konsekwencje związane z używaniem substancji psychoaktywnych:

- relacje z otoczeniem społecznym (relacje rodzinne, z rówieśnikami, funkcjonowanie w szkole/pracy)
- zachowanie
- funkcjonowanie psychofizyczne
- stosowanie się do przepisów prawa.

Test PUN

Problemowego Używania Narkotyków

	Poniższe pytania dotyczą używania jakichkolwiek narkotyków. Odpowiadając, skoncentruj się na tym, co działo się <u>w czasie ostatnich 12 miesięcy.</u>	Tak	Nie
1	Czy zdarzyło Ci się nie pójść lub spóźnić się do szkoły z powodu narkotyków?		
2	Czy z powodu używania narkotyków miałeś kłopoty w szkole?		
3	Czy zdarzyło Ci się samodzielnie kupować narkotyki od dealera?		
4	Czy zdarzyło Ci się wydać na narkotyki tak dużo pieniędzy, że musiałeś zrezygnować z innych rzeczy, na których Ci zależało?		
5	Czy z powodu używania narkotyków miałeś kłopoty z policją?		
6	Czy pod wpływem narkotyków zrobiłeś komuś krzywdę?		
7	Czy poszukujesz mocniejszych narkotyków niż te, które brałeś wcześniej?		
8	Czy często odczuwasz potrzebę wzięcia narkotyku?		
9	Czy zdarzyło Ci się brać narkotyki, gdy byłeś sam?		
10	Czy z powodu brania narkotyków miałeś poważny konflikt z przyjaciółmi?		

Test PUM

Problemowego Używania Marihuany

	Poniższe pytania dotyczą używania marihuany, haszyszu, skuna i innych przetworów konopi indyjskich. Odpowiadając, skoncentruj się na tym, co działo się <u>w czasie ostatnich 12 miesięcy</u> .	Tak	Nie
1	Czy zdarzyło Ci się nie pójść lub spóźnić się do szkoły z powodu używania marihuany?		
2	Czy z powodu używania marihuany miałeś poważny konflikt z rodziną?		
3	Czy z powodu używania marihuany miałeś poważny konflikt z przyjaciółmi?		
4	Czy zdarzyło Ci się samodzielnie kupić marihuanę?		
5	Czy masz coraz więcej kłopotów z nauką, przyswajaniem nowych informacji?		
6	Czy zdarzało Ci się palić marihuanę w samotności?		
7	Czy często odczuwasz potrzebę użycia marihuany?		
8	Czy zdarzyło Ci się wydać na marihuanę tak dużo pieniędzy, że musiałeś zrezygnować z innych rzeczy, na których Ci zależało?		

Interpretacja wyników

- Test PUN

- 0 lub 1 odpowiedź TAK – okazjonalny użytkownik (prawdopodobieństwo trafnej diagnozy 79%)
- 2 lub więcej odpowiedzi TAK - problemowy użytkownik narkotyków (prawdopodobieństwo trafnej diagnozy - 88%).

- Test PUM

- 0 -2 odpowiedzi TAK – okazjonalny użytkownik (prawdopodobieństwo trafnej diagnozy 88%)
- 3 lub więcej odpowiedzi TAK - problemowy użytkownik przetworów konopi (prawdopodobieństwo trafnej diagnozy - 81%).

Warunki stosowania testów

Zaufanie

- Rozumienie i akceptacja przez nastolatka celu badania, czyli tego, że test nie służy wykrywaniu osób biorących narkotyki, ale określeniu poziomu ryzyka związanego z ich używaniem
- Możliwość odpowiadania na pytania testu w obecności osoby prowadzącej badanie albo w samotności, lub podania jedynie liczby odpowiedzi twierdzących

Kontakt

- Umiejętność prowadzenia rozmowy
- Zapewnienie prywatności (rozmowa bez rodziców lub innych świadków)

Dyskrecja

- ograniczenie zasady w przypadku uczniów niepełnoletnich – powiadomienie rodziców

Krok 2. Porada

- Wyrażenie swojego zaniepokojenia związanego z używaniem narkotyku przez ucznia
- Powiedzenie o dostrzeganych zmianach np. w zachowaniu lub wyglądzie zewnętrznym
- Udzielenie rzeczowej informacji na temat bezpośrednich zagrożeń zdrowia i bezpieczeństwa związanych z używaniem danego środka psychoaktywnego
- Motywowanie do zaprzestania używania substancji psychoaktywnych

Krok 3. Motywowanie do zmiany zachowania

- Nawiązanie kontaktu z rodzicami
- Ustalenie dalszego sposobu postępowania
- Zaproponowanie opracowania kontraktu
- Zalecenie wizyty u specjalisty

Kontrakt

- Zobowiązanie ucznia do powstrzymywania się od używania substancji psychoaktywnych
- Lista czasowo odebranych przywilejów
- Ustalenia dotyczące zasad zachowania w szkole i w domu
- Zgoda na poniesienie konsekwencji w przypadku złamania warunków umowy
- Określenie zasad odzyskiwania przywilejów

Krok 4. Monitorowanie kontraktu

- Obserwacja
- Nagradzanie (dostrzeganie osiągnięć, sukcesów)
- Wymiana informacji

Ewaluacja

- Ewaluacja została przeprowadzona w latach 2001-2002 przez IPiN. Jej celem była analiza procesu wprowadzania oraz przydatności w warunkach szkolnych metody interwencji profilaktycznej.

Najważniejsze konkluzje ewaluacji

- interwencja profilaktyczna, której celem jest pomoc, a nie represjonowanie, może być stosowana z powodzeniem wobec uczniów, którzy okazjonalnie sięgają po środki psychoaktywne lub w przypadku sporadycznego łamania innych zasad szkolnych
- osiągnięciu pożądanych efektów sprzyja przestrzeganie proponowanej procedury interwencji - im więcej elementów metody wykorzystuje osoba prowadząca interwencję, tym większe prawdopodobieństwo zmiany zachowania ucznia
- szczególnie ważna jest praca metodą kontraktu, zwłaszcza, gdy sposób opracowania i treść są zgodne z proponowanym schematem.
- rozwiązania systemowe i klimat w szkole wokół kwestii związanych z substancjami psychoaktywnymi mogą sprzyjać (lub utrudniać) funkcjonowanie metody interwencji.
- istotne warunki skuteczności interwencji:
 - motywacja nauczycieli do podejmowania działań interwencyjnych,
 - nawiązanie rzeczywistej współpracy z rodzicami
 - dobra komunikacja między samymi pracownikami szkoły, a także między nimi a uczniami i rodzicami.



FreD goes net



Ogólne informacje

- Pierwsze pilotażowe wdrożenie programu w ramach międzynarodowego projektu w latach 2007-2010 przez KBPN
- Od 2010 KBPN koordynuje upowszechnianie programu na terenie kraju, w tym organizuje szkolenia realizatorów
- Program rekomendowany w EDDRA i polskim systemie rekomendacji
- Lista realizatorów na stronie www.programfred.pl



FreD - wczesna interwencja, profilaktyka selektywna

- Wczesna interwencja pełni rolę chroniącą i kierowana jest do osób, które same nie zwróciły się jeszcze o pomoc.
- Wczesna interwencja odnosi się do fazy prekontemplacji i ma za zadanie wzbudzenie motywacji.
- Wczesna interwencja pozwala na opanowanie umiejętności identyfikacji ryzyka co sprawia, że młodzi ludzie w odpowiedzialny sposób podchodzą do substancji psychoaktywnych
- Grupa docelowa programu – młode osoby używające legalnych i nielegalnych substancji odurzających (nieuzależnione)

FreD jako projekt oparty na współpracy

- Profilaktyka uzależnień to zadanie dla całego społeczeństwa
- Budowanie odpowiednich struktur współpracy stanowi kluczowe działanie w ramach programu.
- Współpraca międzyinstytucjonalna posiada istotny wpływ na skuteczność podejmowanych działań
- Kluczowi partnerzy - szkoły, policja oraz sąd
- Zadania partnerów - dotarcie do młodych użytkowników narkotyków, w szczególności tych z ryzykownymi wzorami używania, kierowanie do programu



Cele programu

- Zachęcenie użytkownika narkotyków do zastanowienia nad kwestią używania substancji
- Skonfrontowanie osoby używającej narkotyków z własnymi ograniczeniami i ich wpływem na zachowanie
- Dostarczenie informacji na temat substancji, efektów działania i ryzyka
- Zmotywowanie do zmiany postaw i zachowania
- Umożliwienie podejmowania decyzji w oparciu o samoocenę i ocenę ryzyka
- Informowanie na temat możliwych form pomocy

Podstawy teoretyczne programu

Transteoretyczny Model Zmiany (Prochaska, DiClemente)

- Model opisujący proces zmiany
- Kolejne etapy procesu: prekontemplacja, kontemplacja, decyzja, działanie, utrzymanie zmiany, nawrót.
- Większość osób kierowanych do programu nie ma świadomości problemu, nie rozważa ryzyka
- Na etapie prekontemplacji interwencja jest możliwa
- Zalecane strategie - wzmacnianie motywacji, pogłębianie refleksji, przekazywanie obiektywnych informacji

Podstawy teoretyczne programu

Teoria salutogenezy (Antonowsky)

- Teoria badająca czynniki, które pomagają zachować zdrowie (wspierające zasoby)
- Szukanie tego, co możliwe i pozytywne a nie koncentrowanie się na błędach
- Stan zdrowia jednostki zależy od jej globalnej orientacji poznawczej i emocjonalno-afektywnej – **poczucia koherencji**
- Główne komponenty
 - Poczucie zrozumiałości – zdolność do spostrzegania świata jako zrozumiałego, sensownego, odnosi się to również do trudnych sytuacji
 - Poczucie zaradności – doświadczenia postrzegane są jako wyzwania
 - Poczucie sensowności – poczucie, że warto angażować się w rozwiązywanie problemów, trudnych sytuacji

Podstawy teoretyczne programu

Podejście Dialogu Motywującego (Miller, Rolnick)

skoncentrowana na kliencie, dyrektywna metoda zwiększania wewnętrznej motywacji do zmiany, poprzez analizę i pogłębianie ambiwalencji

- Założenia
 - Współpraca: szacunek dla poglądów, wartości osoby
 - Wydobywanie: wewnętrznej motywacji do zmiany w oparciu o istniejące zasoby
 - Autonomia: uznanie prawa i zdolności osoby do decydowania o sobie
- Zasady pracy (duch DM):
 - Empatyczne reagowanie
 - Rozwijanie sprzeczności
 - Unikanie sporów
 - Wzmacnianie poczucia sprawczości

Zasady implementacji projektu – podstawy prawne

Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii

- Posiadanie narkotyków jest nielegalne i podlega karze – grzywna, ograniczenie lub pozbawienie wolności
- Możliwość zawieszenia postępowania przez prokuratora w przypadku udziału osoby używającej narkotyków lub uzależnionej w programie leczniczym, rehabilitacyjnym lub profilaktycznym
- Możliwość umorzenia postępowania dotyczącego posiadania narkotyków w przypadku wystąpienia wszystkich trzech okoliczności jednocześnie: nieznaczna ilość posiadanego narkotyku, przeznaczenie go na własny użytek oraz niecelowość orzeczenia kary (niski stopień społecznej szkodliwości, okoliczności)

Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich

Sąd rodzinny po stwierdzeniu demoralizacji lub popełnienia przez nieletniego (13-18 lat) czynu karalnego może zobowiązać:

- nieletniego do określonego postępowania:
 - uczestnictwa w odpowiednich zajęciach o charakterze wychowawczym, terapeutycznym lub szkoleniowym,
 - do powstrzymania się od przebywania w określonych środowiskach lub miejscach
 - do zaniechania używania alkoholu lub innego środka w celu wprowadzenia się w stan odurzenia
- rodziców do nawiązania i utrzymywania bliskiej współpracy ze szkołą, poradnią psychologiczno-pedagogiczną lub inną poradnią specjalistyczną, zakładem pracy, lekarzem lub zakładem leczniczym

Inne regulacje – szkoła

- Używanie przez uczniów środków odurzających jest traktowane jako sygnał demoralizacji
- Prawna wykładnia do podjęcia przez szkołę interwencji -
„Procedury postępowania nauczycieli i współpracy szkół z policją w sytuacjach zagrożenia dzieci i młodzieży demoralizacją i przestępczością“

Prawny obowiązek dla szkoły:

- Poinformowanie rodziców o używaniu narkotyków przez ucznia,
- Rekomendowane - uzgodnienie między szkołą, uczniem i rodzicami kontraktu dotyczącego rozwiązania problemu używania substancji oraz jego monitorowanie
- Zawiadomienie sądu rodzinnego lub policji w przypadku:
 - utrzymywania się niepożądanego zachowania,
 - trudności we współpracy z rodziną ucznia
 - posiadania przez ucznia narkotyków (popełnienie czynu karalnego)

Inne regulacje – szkoła

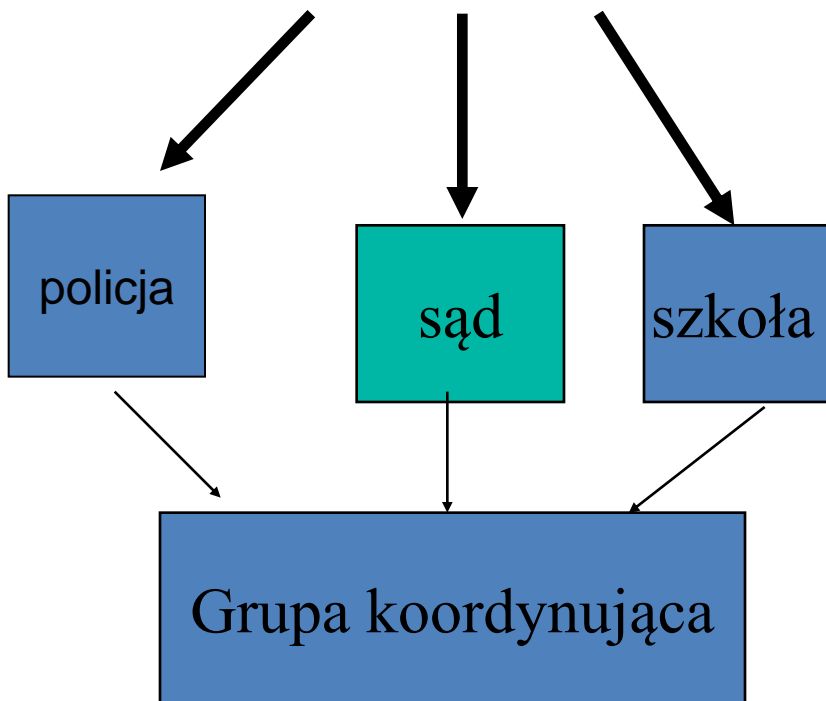
- *Rozporządzenie Ministra Edukacji z 17. 11. 2010 w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach.*
 - **Pomocą powinni być uczniowie w związku m.in. z niedostosowaniem społecznym, zagrożeniem niedostosowaniem, sytuacjami kryzysowymi.**
 - **Zespół opracowuje plan pomocy psychologiczno-pedagogicznej (plan działań wspierających) dla ucznia**
 - **Możliwe współdziałanie w ww. zakresie z poradniami, organizacjami pozarządowymi i innymi instytucjami działającymi na rzecz dzieci i młodzieży**
- *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 17.11. 2010 r. w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych oraz niedostosowanych społecznie w przedszkolach, szkołach i oddziałach ogólnodostępnych lub integracyjnych*
 - **Obowiązek opracowania Indywidualnych programów edukacyjno-terapeutycznych**
- **Szkolna interwencja profilaktyczna.**

Struktury współpracy

Analiza sytuacji i potrzeb (SOR)

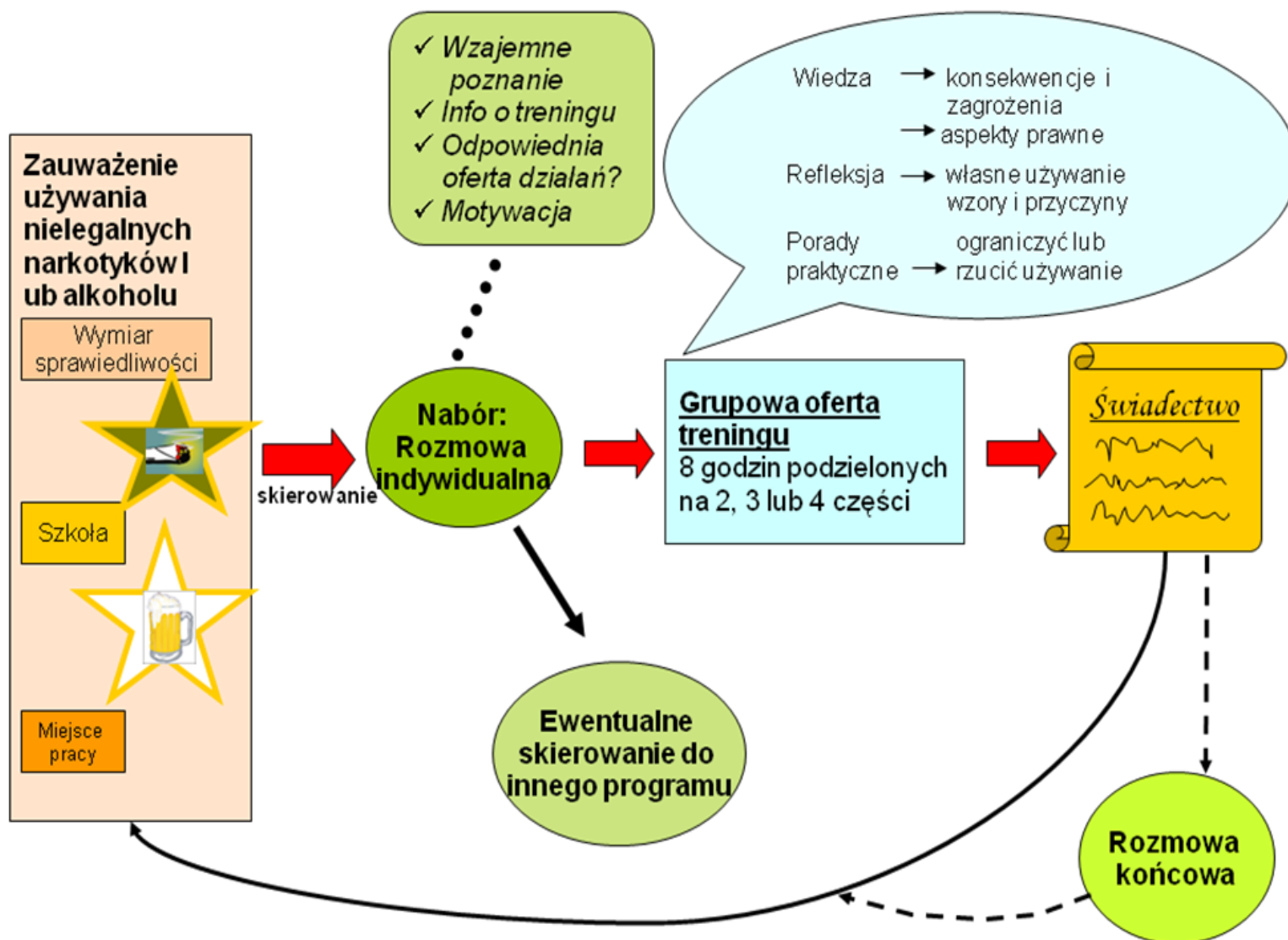
Utworzenie struktur współpracy

Prezentacja programu
Wyznaczenie personelu
Porozumienia dotyczące metody
Umowy o współpracy



Utrzymywanie
współpracy
z partnerami

Kierunek działań interwencji



Standardy realizacji programu

- Warunki udziału
 - fakt odnotowania po raz pierwszy w związku z narkotykami,
 - faza eksperymentowania lub używania szkodliwego, skierowanie do programu przez instytucję, z wyłączeniem używania heroiny
 - nie rekomenduje się rekrutacji kandydatów na podstawie domniemania używania, spośród mieszkańców placówki stacjonarnej, ośrodka;
 - dobrowolność udziału
 - uzyskanie zgody rodziców (niepełnoletni)
 - warunki ukończenia – udział we wszystkich sesjach lub w przypadku usprawiedliwionej nieobecności zastąpienie 1 sesji spotkaniem indywidualnym
 - udział w programie jest dla uczestników wolny od opłat
 - uczestnicy programu w sposób suwerenny podejmują decyzję gdzie i komu przedstawić zaświadczenie o ukończeniu programu
 - program powinien być realizowany z zapewnieniem poufności.
- Realizatorzy programu muszą ukończyć szkolenie obejmujące m.in. podstawy dialogu motywującego oraz ćwiczenie umiejętności realizacji programu zorganizowane przez KBPN.
- Miejscem realizacji programu powinna być poradnia lub inna placówka niezależna od instytucji kierującej.

Ewaluacja - efekty

- Liczba zakwalifikowanych - 1104 osób, ukończyło program 1038 (94%)
- Płeć - 33 % dziewczęta, 67% chłopcy, śr. wiek - 16,5
- Substancje używane przez osoby kierowane do programu
 - Alkohol - 97%
 - Marihuana – 75,5%
 - amfetamina – 28,3%
 - Leki uspokajające i nasenne - 8%
 - Leki OTC, dopalacze – 26%
- Wzrost wiedzy – 54%
- Zmiana przekonań – 44%
- Intencja ograniczenia używania narkotyków – 43%
- Zamiar abstynencji narkotykowej – 38%
- Zamiar abstynencji alkoholowej – 22%
- Wzrost umiejętności osobistych – pon. 50%
- Zamiar dokonania zmian w życiu – 47% (N), 44% (A)
- Satysfakcja – 87%
- Rekomendacja programu – 97%
- Dane – 16 placówek, 2011 r.

ANNA RADOMSKA KRAJOWE BIURO DS. PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII

Dziękuję

anna.radomska@kbpn.gov.pl

22 641 15 01 wew. 108

www.kbpn.gov.pl

