

Wybrane programy profilaktyczne



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 IPIŃ 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.

