

Rekomendowane programy profilaktyczne w praktyce szkolnej – „Unplugged”

Jan Ciepałowicz

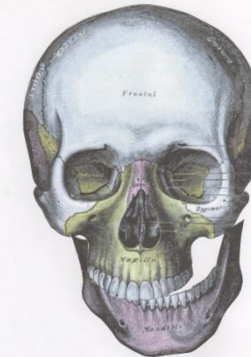
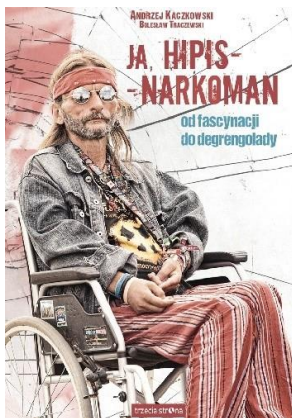
Powszechna opinia o programach profilaktycznych

polega na informowaniu, ostrzeganiu o skutkach związanych z używaniem substancji psychoaktywnych
organizowano

- akcje profilaktyczne
- kampanie profilaktyczne

W ramach , których pokazywano:

- filmy ukazujące narkomanów i alkoholików w ostatnim stadium uzależnienia,
- materiały informacyjne pełne symboliki odstraszałej



Ewolucja programów profilaktycznych

Model tradycyjny	Model współczesny
Cel	
Zwalczanie patologii	Promocja zdrowia
Podstawowe założenia	
Uświadomienie skutków używania środków uzależniających	Sięganie do przyczyn używania środków uzależniających
Spodziewane efekty	
Wiedza o skutkach używania środków uzależniających i negatywna postawa wobec ich używania	Umiejętność odmawiania. Poczucie własnej wartości. Uporządkowanie systemu wartości. Umiejętności społeczne. Wiedza o uzależnieniach. Osobiste zaangażowanie.
Forma oddziaływań	
Jednostronny przekaz i bierny odbiór.	Dialog i aktywne uczestnictwo.
Czas i zakres oddziaływań	
Sporadyczne akcje wśród nastolatków.	Systematyczne działania wśród dzieci i młodzieży.
Realizatorzy	
Prelegenci i specjaliści	Nauczyciele, rodzice i liderzy młodzieżowi
Rodzaj substancji	
Alkohol	Wszystkie środki i postawy behawioralne uzależniające
Kontrola efektów	
Niewymagana	Wymagana

Programy rekomendowane adresowane do właściwej grupy odbiorców

<https://www.programyrekomendowane.pl/>

Promocja zdrowia psychicznego

Programy adresowane do grup np. dzieci w wieku szkolnym mające na celu polepszenie dobrostanu psychicznego oraz wzmocnienie umiejętności życiowych

- **Przyjaciele Zippiego**
- **Program Epsilon**
- **Spójrz inaczej dla klas 1-3**
- **Spójrz inaczej dla klas 4-6**
- **Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej**

Profilaktyka uniwersalna

Programy adresowane do grup np. klas mające na celu przeciwdziałanie pojawianiu się zachowań problemowych

Archipelag Skarbów

Program Domowych Detektywów „Jaś i Małgosia na tropie”

Program Fantastyczne Możliwości

Laboratorium Wiedzy Pozytywnej

Program Wzmacniania Rodziny

Spójrz Inaczej dla klas 1-3

Spójrz inaczej dla klas 4-6

Szkoła dla Rodziców i Wychowawców

Program Profilaktyczny Debata

Program Epsilon

Program Trzy Koła

Unplugged

Ars czyli jak dbać o miłość

Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej

Profilaktyka selektywna

Programy adresowane do jednostek lub grup zwiększonego ryzyka, mające na celu zapobieganie, ograniczenie lub zaprzestanie zachowań problemowych

Program wspomagania rozwoju dzieci nielubianych

Program wspomagania rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych

Program Przeciwdziałania Młodzieżowej Patologii Społecznej

Program Wzmacniania Rodziny

Środowiskowa profilaktyka uzależnień

Szkolna Interwencja Profilaktyczna

Program Nauki Zachowania

Profilaktyczny Bank Dobrych Praktyk

Profilaktyka wskazująca

Programy adresowane do jednostek lub osób wysokiego ryzyka, mające na celu zapobieganie, ograniczenie lub zaprzestanie zachowań problemowych

Fred goes net

Program Przeciwdziałania Młodzieżowej Patologii Społecznej

Szkolna Interwencja Profilaktyczna

Warunki efektywności programów profilaktycznych realizowanych w szkołach

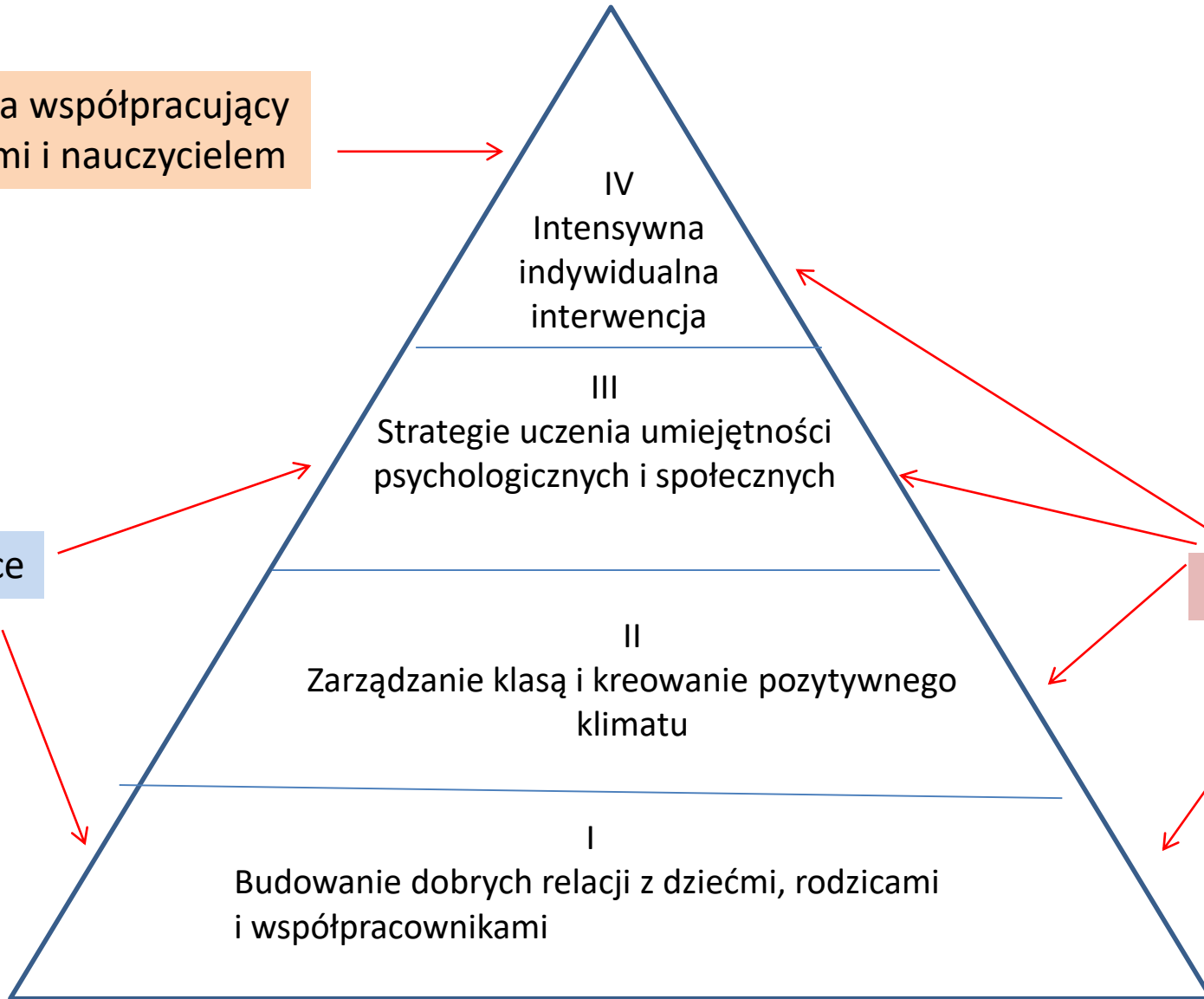
Cechy szkoły sprzyjającej efektywności realizowanego programu profilaktycznego:

- wysokie standardy przy równoczesnym udzielaniu wsparcia uczniom i ich rodzicom przez nauczycieli i pozostały personel
- przyjazne relacje,
- dobra atmosfera,
- ogólny etos (eksponowanie wartości),
- jednolite stroje uczniów,
- dostarczanie okazji do zdobywania pozytywnych doświadczeń, osiągnięcia sukcesu w znaczących zadaniach, ponoszenia odpowiedzialności,
- stwarzanie poczucia ładu i porządku w otoczeniu;
- możliwość uczestniczenia w zajęciach pozalekcyjnych

Specjalista współpracujący z rodzicami i nauczycielem

Rodzice

Nauczyciel



Cechy realizatorów profilaktyki z ramienia szkoły

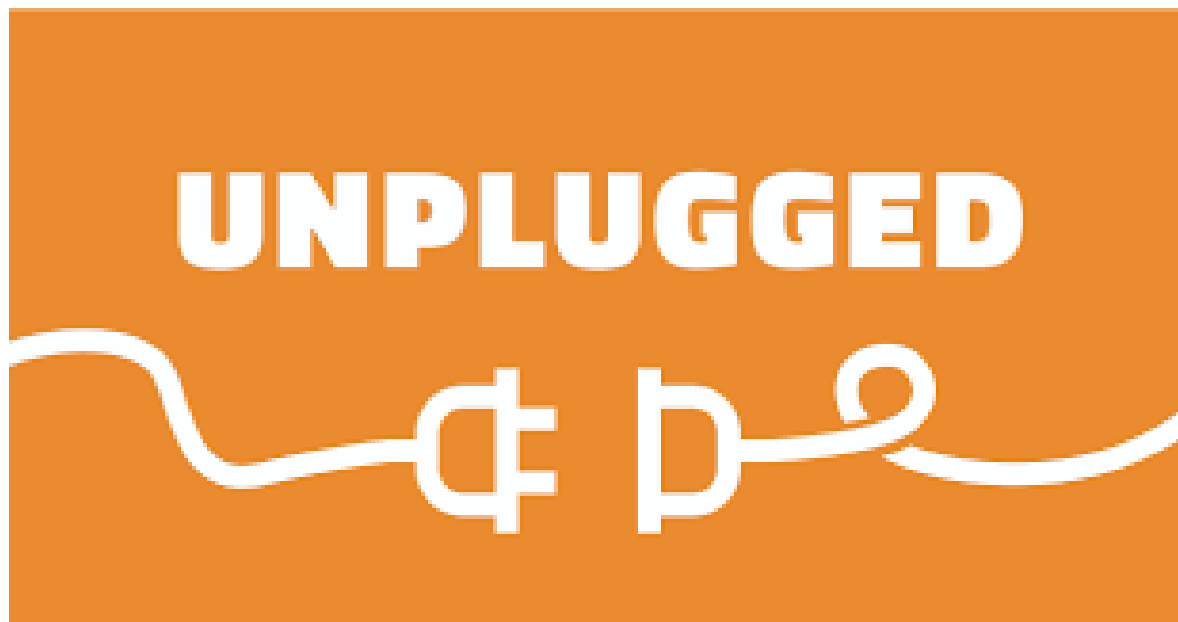
Według standardów europejskich profilaktycy powinni:

- posiadać podstawową wiedzę o fizycznych, psychologicznych i społecznych skutkach używania substancji psychoaktywnych oraz konsekwencjach zachowań ryzykownych podejmowanych przez młodych ludzi,
- posiadać podstawową wiedzę o wpływie zachowań ryzykownych na rozwój i szczęście dzieci i młodzieży,
- mieć świadomość własnych poglądów i postaw wobec zachowań ryzykownych oraz wpływu tych postaw i poglądów na stosunek do młodych ludzi i na sposób pracy z nimi,
- posiadać umiejętność rozpoznawania i dokonywania oceny głębokości problemów pojawiających się w związku z podejmowaniem przez młodych ludzi zachowań ryzykownych,
- posiadać podstawowe umiejętności interpersonalne umożliwiające dobry kontakt z młodym człowiekiem, takie jak okazywanie wsparcia, budowanie zaufania, rozwiązywanie konfliktów, okazywanie uczuć itp.,
- posiadać umiejętność przeprowadzenia, w razie potrzeby, prostej interwencji, np. udzielenie porady lub informacji, posiadać wiedzę o lokalnych i krajowych placówkach, organizacjach i instytucjach zajmujących się profilaktyką i profesjonalną pomocą oraz o sposobach kierowania do tych placówek

Z doświadczeń Stowarzyszenia MONAR wynika, że w przygotowaniu profesjonalistów – realizatorów programów profilaktycznych – chodzi nie tyle o wyposażenie ich w obszerniejszą wiedzę czy lepsze techniki pracy, lecz raczej o:

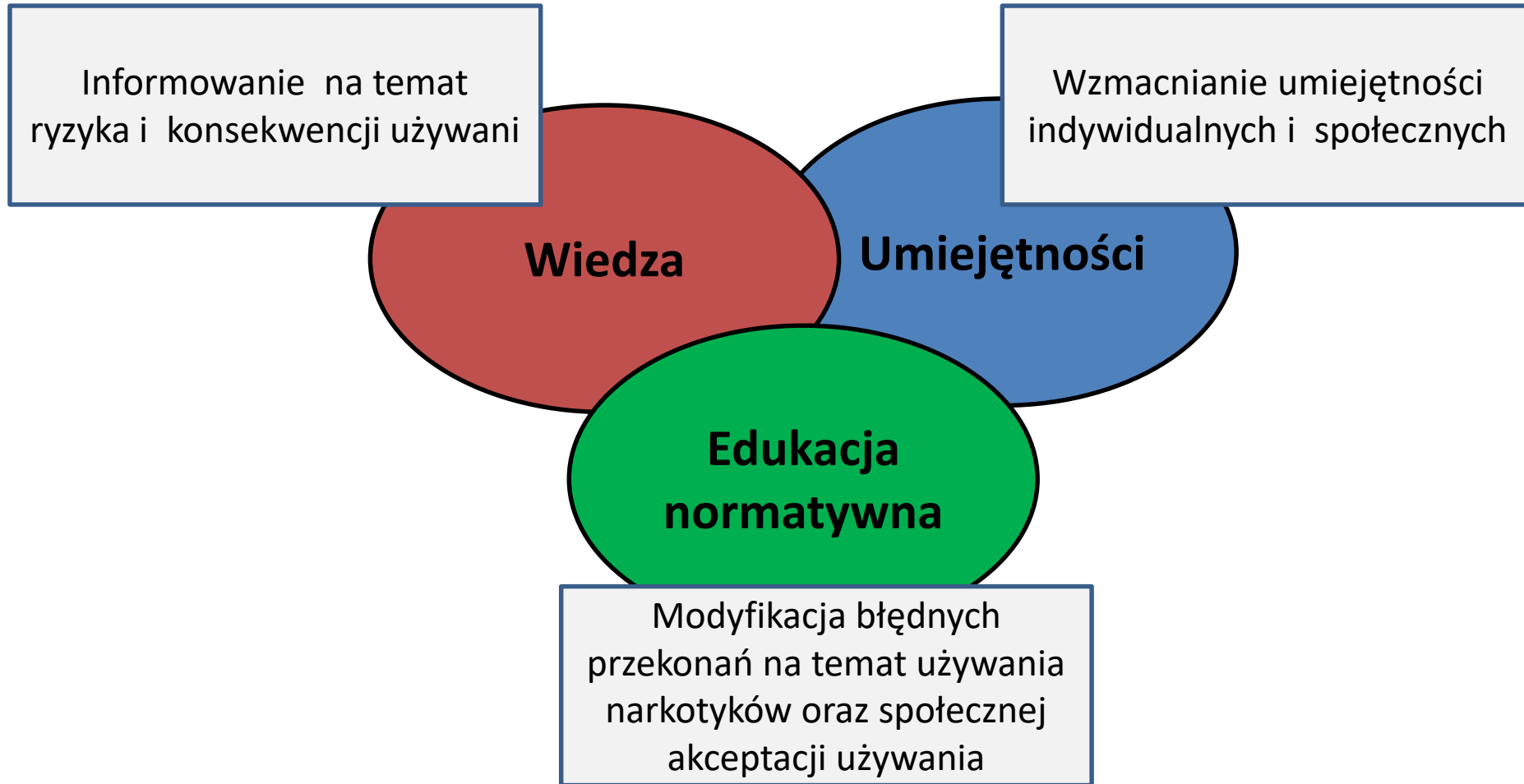
- **zmianę stylu bycia z odbiorcami tych programów,** o budowanie z nimi takich więzi emocjonalnych, które zapewniają bliskość, zaufanie, partnerstwo i współdziałanie. Są gwarantem wiarygodności i dostarczają wzorów do naśladowania.
- **dobry, skuteczny profilaktyk to osoba, która lubi młodzież i swoją pracę,** szanuje godność uczniów, jest otwarta, empatyczna i kreatywna. Czyli przede wszystkim pracuje sobą, jest podstawowym i najważniejszym „narzędziem” w pracy profilaktycznej

Unplugged



Pierwszy w Europie szkolny program profilaktyczny oparty na strategii Wszechstronnego Wpływu Społecznego.

Strategia Wszechstronnego Wpływu Społecznego



Ogólne informacje na temat programu UNPLAGED

UNPLAGED - 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)

Tematyka zajęć

- konformizm, przejawy nacisku grupowego i sposoby radzenia sobie z nim,
 - wiedza o czynnikach ryzyka i czynnikach chroniących przed piciem alkoholu,
- różnicowaniu 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
- Gry
- Zajęcia „na rozgrzewkę”
- Zeszyt ćwiczeń dla ucznia
- Zadania domowe
- Wskazówki metodyczne dla nauczycieli.

Ewaluacja programu na poziomie europejskim

Program jest efektywny w ograniczaniu używania alkoholu, papierosów i narkotyków.

Rezultaty utrzymują się ponad rok po programie.

- program jest bardziej skuteczny w zapobieganiu używania 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 programu 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% uczniów

- **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

**Czy program rekomendowany UNPLUGGED
powinien być realizowany w szkole tzw.
dysfunkcyjnej?**

Cechy szkoły niesprzyjającej efektywności realizowanego programu profilaktycznego

Klimat fizyczny

- niekorzystna lokalizacja szkoły;
- brudne, zaniedbane budynki i otoczenie;
- zniszczony, niesprawny sprzęt;
- niebezpieczne pomieszczenia;
- przeładowane klasy.

Klimat społeczny

negatywna, bierna rola dyrektora;
chaos organizacyjny;
bezosobowe relacje nauczyciel – uczeń;
brak przejrzystych oczekiwań szkoły i jasnych zasad dyscypliny;
brak ujednoczonego i jasnego dla wszystkich systemu oceniania osiągnięć;
nadmierny rygor i restrykcje;
nieuwzględnianie interesów i oczekiwań uczniów;
pozbawienie uczniów wpływu na tworzenie szkoły i jej reguł;
słaba komunikacja pomiędzy nauczycielami, uczniami i rodzicami;
odsuwanie rodziców od decydowania o sprawach szkoły;
brak pozytywnej tradycji szkoły;
brak oferty zajęć pozalekcyjnych;
niskie kompetencje i morale nauczycieli;
niskie kompetencje i morale uczniów.

Dysfunkcyjna szkoła

Zewnętrzny specjalista



Zewnętrzni realizatorzy

Golden Five

Obszar 1: Zarządzanie klasą

Tworzenie w klasie atmosfery sprzyjającej koncentracji (skupieniu) i pracy.

Zwiększanie motywacji uczniów do uczenia się.

Kształtowanie prospołecznych postaw uczniów i rozwijanie pozytywnego systemu wartości w klasie.

Obszar 2: Budowanie relacji

Stworzenie pozytywnych i bezpiecznych relacji nauczyciel – uczeń, opartych na wzajemnym szacunku i zaangażowaniu obydwu stron.

Obszar 3: Klimat społeczny

Stworzenie w klasie klimatu społecznego zapewniającego koncentrację na nauce, motywację, pozytywne poczucie własnej wartości oraz dobre relacje.

Obszar 4: Nauczanie dostosowane

Zwiększenie edukacyjnych osiągnięć uczniów, rozbudzanie motywacji oraz budowanie poczucia własnej wartości.

Obszar 5: Współpraca szkoła – dom

Kreowanie atmosfery współpracy pomiędzy rodzicami i uczniami, aby zwiększyć osiągnięcia uczniów w nauce oraz społeczne zaangażowanie rodziców w klasie.

Do każdego obszaru przygotowano listę kluczowych („złotych”) zasad postępowania nauczyciela, które powinny być stopniowo wprowadzane w codziennej pracy dydaktyczno-wychowawczej.