

Część druga

Programy i strategie

Profilaktyka w szkole

Zalety:

- Bardzo szeroki dostęp do odbiorców
- Cele profilaktyki nie są spójne z celami nauczania

Co nie działa:

- Pojedyncze wykłady i pogadanki o zagrożeniach i odległych konsekwencjach
- Działania oparte na wywoływaniu strachu

Co działa:

- + Trening odporności na wpływ społeczny
- + Edukacja normatywna
- + Trening umiejętności psychospołecznych

Trening odporności na wpływ społeczny

CELE:

1. Wzrost wiedzy na temat obszarów wpływu i identyfikacji sytuacji „podwyższonego ryzyka”
2. Trening odporności (w stosunku do rówieśników ale też mediów) (Botvin, 2000)
 - Co odpowiedzieć i w jaki sposób
 - Analiza reklam i przekazów medialnych
 - Formułowanie kontr argumentów (technika modyfikacji postaw – dysonans poznawczy)

Edukacja Normatywna

1. Kształtowanie i wzmacnianie norm przeciwnych używaniu substancji psychoaktywnych oraz innych zachowań problemowych
2. Modyfikacja subiektywnych norm akceptujących używanie substancji psychoaktywnych poprzez korygowanie błędnego przekonania na temat:
 - rozmiarów używania substancji psychoaktywnych przez rówieśników, rodziców,
 - stopnia społecznej akceptacji tego zjawiska
3. Osłabienie subiektywnej odczuwanej presji społecznej wynikającej z zawyżonej oceny zjawiska:

Trening umiejętności psychospołecznych

Teoria Społecznego Uczenia się – bardzo ważna w tłumaczeniu sięgania po substancje psychoaktywne:

- Brak / niski poziom kompetencji społecznych – czynnik ryzyka (Botvin, 2000)
 - Brak umiejętności radzenia sobie z trudną sytuacją

REKOMENDACJE:

- Umiejętności rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji
- Zasoby poznawcze związane z odpornością na wpływ społeczny / medialny
- Umiejętności związane z samokontrolą i samooceną
- Adaptacyjne strategie radzenia sobie ze stresem, strachem (poznawcze, behawioralne - relaksacyjne)
- Umiejętności społeczne

Profilaktyka w szkole

Poziom	Uniwersalna	Selektywna	Wskazująca
Program	<i>Life Skills Training</i>	<i>Project Towards No Drug Abuse</i>	<i>Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students</i>
Trenerzy	Nauczyciele, Pedagodzy		Pedagog / osoba po treningu z DM
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Profilaktyka używania substancji psychoaktywnych i zachowań agresywnych • Adresowane czynniki chroniące i czynniki ryzyka • Trening odporności na wpływ społeczny, umiejętności psychospołeczne, wspieranie rezyliencji 	<ul style="list-style-type: none"> • Profilaktyka używania substancji psychoaktywnych i zachowań agresywnych • Adresowanie czynników motywujących (przekonania, wartości, oczekiwania związane z używaniem substancji) • Trening umiejętności (samokontrola, radzenie sobie, podejmowanie decyzji) 	<ul style="list-style-type: none"> • Motywowanie do redukcji konsumpcji alkoholu w celu redukcji negatywnych konsekwencji; • Ujawnienie braku spójności pomiędzy zachowaniem a celami / wartościami (dysonans poznawczy)
	http://www.lifeskillstraining.com	http://tnd.usc.edu	http://depts.washington.edu/abrc/basics.htm

Profilaktyka w rodzinie

Poziom	Uniwersalna	Selektywna	Wskazująca
Program	Family Matters	Creating Lasting Family Connections	Brief Strategic Family Therapy
Trenerzy	Rodzice + 4 sesje follow up tel.	Trenerzy	Przygotowanie quasi terapeutyczne
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Strategie informacyjne dot. używania substancji; • Postawy wobec substancji wśród rówieśników i w mediach; • Wzmacnianie umiejętności wychowawczych: ustalania reguł, wsparcia rodziny i budowania więzi, komunikacji 	<ul style="list-style-type: none"> • Budowanie więzi w rodzinie • Wspieranie komunikacji • Rozwiązywanie problemów. 	<ul style="list-style-type: none"> • Strategia – Krótka Interwencja • Cel: wspomaganie rodziny w rozwiązywaniu problemów wynikających z czynników ryzyka (praca nad nie przystosowanymi relacjami, sposobem komunikacji i brakiem więzi)
	Program Domowych Detektywów, Szkoła dla Wychowawców i Rodziców, Program Wzmacniania Rodziny		Fred goes net
	http://familymatters.sph.unc.edu/index.htm	http://copes.org/index.php	http://www.brief-strategic-family-therapy.com

Profilaktyka w społeczności

Program Epsilon,

Programy profilaktyczne o dowiedzionej skuteczności – wiele komponentów:

1. Szkoła
2. Rodzina
3. Mass media / zmiany na poziomie ustawodawczym

System organizacji życia społecznego (planowanie i organizacja działań, współpraca służb)

Postawy społeczne i standardy obyczajowe przeciwne używaniu środków psychoaktywnych (precyzyjne zasady, ograniczaniu podaży)

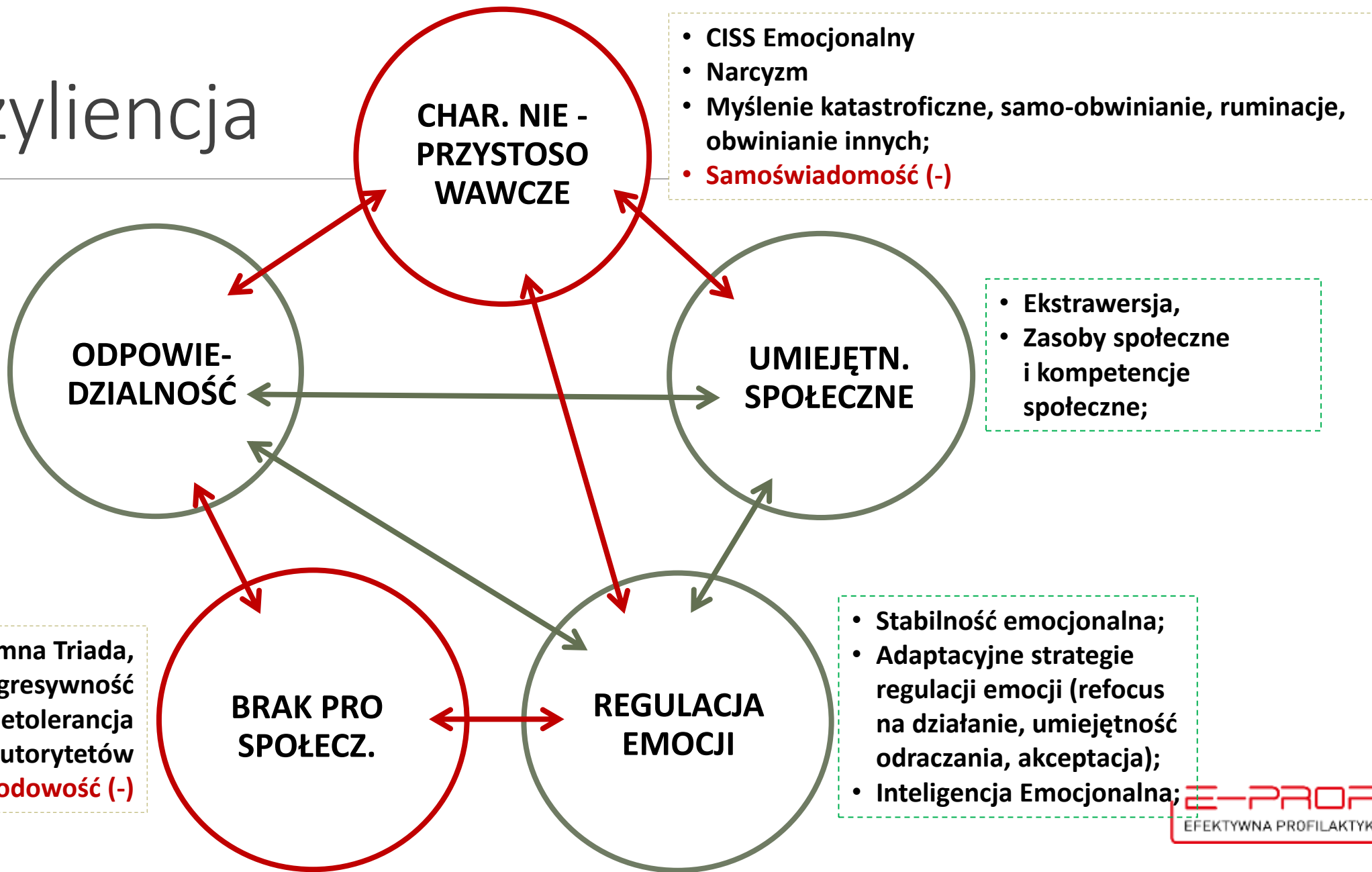
Community Trials Intervention to Reduce High-Risk Drinking (RHRD):

➤ Profilaktyka uniwersalna

KOMPONENTY:

1. Ograniczenie dostępu (alkohol free zones, analiza koncentracji barów itp.)
2. Piłeś, nie jedź (zabieranie kluczyków)
3. Więcej kontroli trzeźwości
4. Nie sprzedawać nieletnim

Rezyliencja



Rezyliencja

- Samoświadomość
- Postrzeganie przyszłości
- Ustrukturyzowany styl działania
- Umiejętności społeczne
- Spójność rodziny
- Zasoby społeczne

Podsumowanie

Profilaktyka w szkole:

- Budowanie odporności na wpływ
- Wspieranie samoregulacji
- Wspieranie umiejętności psych-społecznych
- Zmiany normatywnych przekonań

Rekomendacje: silnie interaktywne, skupiane na wspieraniu umiejętności, regularne

Profilaktyka w rodzinie:

- Wspieranie umiejętności wychowawczych
- Poprawa komunikacji w rodzinie, wsparcia

Strategie:

1. Edukacyjne (umiejętności psychospołeczne)
2. Edukacja normatywna
3. Więzy ze szkołą / społecznością (zasobów społecznych)
4. Umiejętności wychowawcze
5. Mentoring
6. Krótka interwencja
7. Działania alternatywne
8. Informacyjne



Dziękuję za uwagę

mrowicka@aps.edu.pl

