
Wspólny Mianownik

Program profilaktyki uniwersalnej

Szanowni Państwo

Wychodząc naprzeciw problemom związanym z coraz częstszym używaniem narkotyków i innych środków psychoaktywnych przez młodych ludzi, oraz rosnącym w ten sposób zagrożeniem uzależnieniem, przedstawiamy Państwu ofertę zajęć edukacyjno – profilaktycznych, które z powodzeniem od kilku już lat realizujemy wśród uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz ich nauczycieli, rodziców i opiekunów.



Wspólny Mianownik

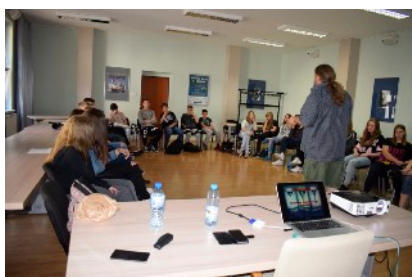
Program profilaktyczny „Wspólny Mianownik” jest autorskim przedsięwzięciem opracowanym i realizowanym przez pracowników Stowarzyszenia na Rzecz Ludzi Uzależnionych TO CZŁOWIEK w Opolu. Został przygotowany w oparciu o metody i strategię oddziaływań profilaktycznych Krajowego Biura do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii, koncentrujące się na obniżeniu czynników ryzyka i wzmocnieniu czynników chroniących.

Program skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych, jako forma oddziaływań o charakterze zapobiegawczym, mającym na celu przede wszystkim uświadomienie zagrożeń i długofalowych konsekwencji, wynikających z faktu używania substancji psychoaktywnych. Istotą prowadzonych oddziaływań jest wzmacnianie postaw asertywnych, nadawanie znaczenia zainteresowaniom i pasjom, jako alternatywą zachowań ryzykownych i szkodliwych, zmiana błędnych przekonań normatywnych (pro-alkoholowych i pro-narkotykowych norm środowiskowych), jak również klaryfikacja wartości w kierunku promocji zdrowego stylu życia i dbałości o wartości moralne.

Odbiorcami programu są również **rodzice i opiekunowie**, którzy pogłębią wiedzę z zakresu rozwoju uzależnienia i substancji psychoaktywnych, popularnych wśród nastolatków, stosowania środków zaradczych oraz ukażą ważność dążenia do przetransponowania potrzeb z ryzykownych na bezpieczne i satysfakcjonujące. Zajęcia zachęcają również do refleksji nad rozwiązywaniem problemów rodzinnych, jako form aktywności zapobiegawczych.

Ważnym komponentem programu są zajęcia skierowane do **kadr pedagogicznych**, mające na celu pogłębienie wiadomości z zakresu zagrożeń płynących z zażywania środków psychoaktywnych, sposobów rozpoznawania problemu wśród młodzieży oraz stosowania skutecznych środków przeciwdziałania.

„Wspólny Mianownik” - to program, który w swym założeniu ma aktywizować trzy podstawowe grupy w środowisku lokalnym, młodzież, rodziców i nauczycieli, dając możliwość zrozumienia potrzeb młodych ludzi, troski rodziców i opiekunów oraz komponentu edukacyjno-wychowawczego szkoły.



Zajęcia prowadzone są w formie **mini wykładu** z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej oraz **metod aktywizujących grupowych** – dyskusji, burzy mózgów, pracy w małych grupach – mających na celu **zaangażowanie młodzieży** oraz skłonienie do **refleksji** na temat podejmowanych zagadnień.

Jako dodatkowy komponent, mogący stanowić znakomite zwieńczenie zajęć, proponujemy **koncert młodych artystów** propagujących trzeźwość, pozytywne nastawienie do świata oraz życie w dbałości o wartości moralne. Jest to dobry sposób ukazania młodym ludziom możliwości czerpania radości z muzyki, rozwijania pasji i zainteresowań bez używania środków psychoaktywnych.

Sposób prowadzenia zajęć uzależniony jest od specyfiki danej klasy, zależny jest również od wieku grupy odbiorczej. Zajęcia obejmują dwie godziny lekcyjne. Realizacja założeń programowych prowadzić ma do osiągnięcia następujących rezultatów

- **Wzmacnianie i kształtowanie norm przeciwko używaniu substancji psychoaktywnych** - wykorzystywane w tym zakresie metody to przede wszystkim edukacja, pogadanka. Jak wynika z *teorii uzasadnionego działania (Ick Ajzen, Martin Fishbein, 1980)* – posiadana wiedza na temat konsekwencji danego zachowania odgrywa znaczącą rolę przy podejmowaniu danej aktywności.
- **Zmiana postaw wobec ryzykownego używania substancji psychoaktywnych** – poprzez oddziaływania edukacyjne (zwiększanie świadomości) oraz zwrócenie uwagi na potrzeby młodych ludzi – wg. *Teorii uzasadnionego działania (Ick Ajzen, Martin Fishbein, 1980)* - ludzie zachowują się w sposób racjonalny i rozważają możliwe konsekwencje swojego postępowania w kontekście jego użyteczności dla własnych celów czy potrzeb.
- **Ograniczenie podejmowania zachowań ryzykownych** – ćwiczenie umiejętności identyfikacji i oceny sytuacji ryzykownych, nacisk na czynniki ryzyka i czynniki chroniące, o których znaczeniu mówi *Teoria odporności (Michael Rutter, Norman Garmezy, 1985)* - wykorzystanie zasobów odpornościowych jednostek jest skutecznym narzędziem w profilaktyce uzależnień i pokonywaniu innych trudności życiowych.

-
- **Wzmacnianie zachowań aprobowanych społecznie** – poprzez otwartą dyskusję, modelowanie, przykłady, postawy osób nie biorących narkotyków, wzmacnianie poczucia skuteczności i decyzyjności - podwaliny teoretyczne oparte na *Teorii Społecznego Uczenia się (A. Bandura 1986)*
 - **Zaangażowanie w bezpieczne aktywności** - będące np. formą spędzania czasu wolnego - dobór aktywności dopasowanych do potrzeb, możliwości i zainteresowań odbiorców – podstawą *Teoria Zachowań Problemowych (R.Jessor 1987)*.
 - **Poprawa relacji interpersonalnych** – w rodzinie pierwotnej, środowisku rówieśniczym, szkolnym – poprzez kompleksowe oddziaływanie nie tylko na jednostkę, ale również jej bliskie otoczenie (praca profilaktyczna z rodzicami i nauczycielami), których istotę opisuje *Teoria przywiązania (John Bowlby, 1973)*.
 - **Pogłębienie świadomości nauczycieli** - w zakresie ich roli w działaniach profilaktycznych wobec uczniów oraz rozumienia wartości komplementarnych oddziaływań na wychowanków - *Teoria przywiązania (John Bowlby, 1973)*.
 - **Rozwój umiejętności wychowawczych** - uczenie i wzmacnianie umiejętności wychowawczych w grupie rodziców i opiekunów, a w konsekwencji wzmacnianiu więzi rodzinnych. Podstawą teoretyczną jest tu również *Teoria Przywiązania (J. Bowlby 1973)*.

Koszt realizacji zajęć:

- zajęcia dla młodzieży - 2 godz lekcyjne dla 1 klasy - 120zł
- zajęcia dla nauczycieli - 2 godz lekcyjne (z możliwością przedłużenia w przypadku wywiązania dyskusji) - 200zł
- zajęcia dla rodzin - do 2 godz. lekcyjnych – 200 zł
- przygotowanie i realizacja koncertu - ok 2 godz. zegarowych (z możliwością przedłużenia) - 700zł

W ramach realizacji programu oferujemy również przygotowanie ewaluacji z przeprowadzonych zajęć. Obejmować ona będzie podsumowanie i opracowanie rezultatów, na podstawie krótkich badań ankietowych skierowanych zarówno do młodzieży, rodziców, jak i kadry pedagogicznej. Zajęcia spotykają się z zainteresowaniem ze strony młodzieży oraz kadry pedagogicznej, czego dowodami są liczne podziękowania i referencje. Prowadzone są przez doświadczonych pedagogów, specjalistów terapii uzależnień, na co dzień zajmujących się zawodowo prowadzeniem zajęć terapeutycznych oraz profilaktyką uzależnień w placówkach oświaty, poradniach leczenia odwykowego oraz zakładach karnych.

Posiadamy rekomendacje szkół, w których realizowaliśmy dotychczas naszą ofertę programową. Kopie rekomendacji w przypadku potrzeby, dołączamy w kompilacji PDF.

Zapraszamy do kontaktu na wskazane dane adresowe. Odpowiemy na wszelkie pytania, jesteśmy otwarci na propozycje z Państwa strony.

Stowarzyszenie na Rzecz Ludzi Uzależnionych "To Człowiek" w Opolu

Ul. Ozimska 71d, 45-062 Opole

Tel: 600 991 525; 721019416

email: kontakt@toczlowiek.pl

Zapraszamy do skorzystania z naszej oferty.

Z wyrazami szacunku,

Weronika Staroń, Paweł Andrzejuk

