|  |  |
| --- | --- |
| **Nazwa programu** | LABORATORIUM WIEDZY POZYTYWNEJ |
| **Typ programu:** | Profilaktyka |
| **Podtyp programu:** |  |
| * pierwszorzędowa - uniwersalna | |
| **Skrócony opis programu:** | Szkolny program uniwersalnej profilaktyki używania substancji psychoaktywnych dla młodzieży gimnazjalnej w wieku 13-14 lat. |
| **Data rozpoczęcia programu:** | 2013,01 |
| **Zakres programu:** | Ogólnopolski |
| **Nazwa:** | Stowarzyszenie Monar |
| **Rodzaj:** | Organizacja pozarządowa |
| **Miejscowość:** | M. st. Warszawa |
| **Nazwa ulicy i numer:** | Nowolipki |
| **Strona WWW:** | www.monar.org |
| **Numer telefonu:** | 226359509 |
| **E-mail:** | osb@monar.org |
| **Opis problemu:** | Dostępne dane wskazują, że alkohol jest substancją psychoaktywną, po którą młodzież sięga najczęściej. Badania ESPAD 2011 świadczą, że przynajmniej raz w życiu po jakiś napój alkoholowy sięgnęło 87% gimnazjalistów w wieku 15–16 lat. W ciągu 30 dni przed pomiarem piło 58% ankietowanych (chłopcy – 62%, dziewczęta – 53%). Badanie „Młodzież 2013” przeprowadzone wśród uczniów ostatnich klas szkół ponadgimnazjalnych także wskazuje, że alkohol jest najpopularniejszą substancją psychoaktywną wśród nastolatków. Wśród gimnazjalistów uczestniczących w badaniach ESPAD 49% przynajmniej raz w życiu upiło się, w okresie 12 miesięcy przed wypełnieniem kwestionariusza – 36%, w czasie 30 dni przed pomiarem – 21%. 57% pytanych było po papierosowej inicjacji, a 30% sięgało po papierosy w ciągu 30 dni przed badaniem. Z kolei 24% ankietowanych kiedykolwiek w życiu używało marihuanę lub haszysz; 20% – w okresie 12 miesięcy poprzedzających pomiar, a 11% – w czasie 30 dni przed badaniem. Badania mokotowskie przeprowadzone w 2012 r. wśród warszawskich piętnastolatków, wskazują, że zdaniem 41% ankietowanych chłopców i 38% pytanych dziewcząt w ich rodzinach nie ma zasad dotyczących picia alkoholu. Zdaniem 19% chłopców i 27% dziewcząt istnieje zgoda na picie respondentów wspólnie z rodzicami, a 13% chłopców i 13% dziewcząt zadeklarowało, że mogą pić bez rodziców. Na zakaz picia alkoholu wskazało 27% chłopców i 22% dziewcząt. 2używanie substancji psychoaktywnych przez gimnazjalistów (a także starszą młodzież), szczególnie alkoholu, jest zjawiskiem powszechnym. Jednym z ważnych problemów są też trudności części rodziców w formułowaniu i egzekwowaniu czytelnych zasad dotyczących używania alkoholu przez młodzież. Zaprezentowane dane i opinie ekspertów wskazują na ograniczenia w profilaktyce realizowanej w szkołach. Wśród dostępnych propozycji jedynie niewielką część stanowią programy profesjonalne, oparte na sprawdzonych, naukowych strategiach, które jako odbiorców działań angażują nie tylko młodzież ale także innych przedstawicieli szkolnych społeczności. Zaplanowane w ramach projektu działania adresowane do gimnazjalistów skupiają się na następujących czynnikach chroniących, m.in.: samopoznanie, wiedza na temat własnych wartości, celów, motywów i emocji; adekwatna samoocena; samoakceptacja; umiejętności życiowe; przekonania normatywne sprzyjające abstynencji. Czynniki chroniące w modułach dla rodziców i nauczycieli, m.in.: wzmacnianie u dzieci normy abstynencji i egzekwowanie jej oraz rzetelna wiedza na temat alkoholu i innych substancji psychoaktywnych oraz ich używania. |
| **Cel główny:** | Moduł dla gimnazjalistów: Ukształtowanie postaw uczestników afirmujących abstynencję od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, w wymiarach emocjonalnym (pozytywny stosunek do abstynencji), poznawczym (dysponowanie wiedzą na temat zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych) i behawioralnym (nieużywanie substancji psychoaktywnych). Moduł dla rodziców: Wzmacnianie postaw rodziców wspierających nieużywanie przez ich dzieci alkoholu i innych substancji psychoaktywnych. Moduł dla nauczycieli: poprawa klimatu społecznego szkoły w trzech głównych wymiarach – aksjonormatywnym, interpersonalnym i emocjonalnym, wzrost wiedzy nauczycieli na temat prawidłowości wieku dorastania oraz wiedzy i umiejętności pomagania osobom używającym substancji psychoaktywnych. |
| **Cel szczegółowy 1:** | Moduł dla gimnazjalistów: Zmiana dotycząca przekonań normatywnych, polegająca na zwiększeniu akceptacji wzoru stylu życia wolnego od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych. Moduł dla rodziców: Wzrost poziomu wiedzy o znaczeniu stylu konsumpcji alkoholu w rodzinie na postawy i zachowania dzieci. Moduł dla nauczycieli: Wzrost umiejętności w zakresie budowania podmiotowych relacji z uczniami. |
| **Cel szczegółowy 2:** | Moduł dla gimnazjalistów: wzrost poziomu wiedzy na temat szkodliwości i ryzyka wiążącego się z używaniem alkoholu i innych substancji psychoaktywnych. Moduł dla rodziców: wzrost poziomu wiedzy o znaczeniu procesu modelowania w socjalizacji dzieci i akceptacji dla postawy wychowawczej, zgodnie z którą normą jest abstynencja alkoholowa dzieci (do 18 r.ż.). Moduł dla nauczycieli: nabycie umiejętności rozpoznawania osób używających narkotyków i sposobów podejmowania interwencji. |
| **Cel szczegółowy 3:** | Moduł dla gimnazjalistów: wzrost umiejętności życiowych, m.in. w zakresie zachowań asertywnych, komunikacji i samokontroli. Moduł dla rodziców: wzrost poziomu wiedzy dotyczący znaczenia, jakie ma wyznaczanie i konsekwentne przestrzeganie granic w rodzinie na możliwość podejmowania przez dzieci zachowań ryzykownych. Moduł dla nauczycieli: wzrost wiedzy o znaczeniu wyznaczania czytelnych granic dotyczących picia przez uczniów alkoholu, których podstawą jest abstynencja (do 18 r. ż.). |
| **Podstawowe założenia programu:** | „Laboratorium” odwołuje się do biopsychospołecznego (inaczej: socjoekologicznego, holistycznego) paradygmatu zdrowia i choroby, zgodnie z którym jednym z decydujących czynników odpowiedzialnych za stan zdrowia jest styl życia. Podstawowym celem programu jest podtrzymywanie (w wybranych obszarach) korzystnych, z perspektywy profilaktyki, układów wartości regulujących style życia oraz ich zmiana wówczas, gdy nie sprzyjają zdrowiu. Program ukierunkowany jest przede wszystkim na zdrowie (a nie na chorobę czy dysfunkcje) i odwołuje się do profilaktyki pozytywnej. Oznacza to, że skoncentrowany jest na (wybranych) czynnikach chroniących dotyczących wzmacniania indywidualnych zasobów gimnazjalistów, rozwijania kompetencji rodziców i nauczycieli oraz budowania pozytywnego klimatu społecznego szkoły. Uwzględnia także współwystępowanie różnych zachowań ryzykownych. W programie oddziaływaniom poddano trzy obszary klimatu społecznego: aksjonormatywny, interpersonalny i emocjonalny. |
| **Adresaci/ odbiorcy programu ze względu na wiek:** |  |
| * Osoby od 12 – 15 r. ż. | |
| **Adresaci/ odbiorcy programu i ich kontakt z substancjami psychoaktywnymi:** |  |
| * Osoby nie używające narkotyków | |
| **Substancje uwzględniane w programie:** |  |
| * Inne | |
| **Inne substancje:** | wszystkie substancje |
| **Charakterystyka adresatów/ odbiorców programu:** |  |
| * Inni * Rodzice/rodziny * Uczniowie | |
| **Inne typy odbiorców:** | nauczyciele |
| **Liczba odbiorców jednej edycji programu:** | 30 |
| **Realizatorzy programu:** | Program powinien być prowadzony przez 2 osoby, w tym jedna z grona pedagogicznego szkoły. Realizatorami programu są osoby przeszkolone przez Stowarzyszenie Monar - Ośrodek Badawczo-Rozwojowy w Warszawie. Realizatorzy programu powinni mieć doświadczenie w pracy z młodzieżą i pracy metodami aktywnymi z grupą, wskazane doświadczenie w pracy w profilaktyce uzależnień, wiedza na temat przepisów prawa dotyczącego młodzieży. |
| **Miejsce realizacji:** |  |
| * Szkoła | |
| **Działania w programie:** |  |
| * Inne * Warsztaty umiejętności psychospołecznych * Warsztaty umiejętności wychowawczych * Zajęcia informacyjno-edukacyjne | |
| **Inne typy działań:** | Elementy psychodramy, treningu, wykład, film profilaktyczny |
| **Opis działań:** | Program w części dla młodzieży obejmuje naukę: budowania pozytywnej samooceny, definiowania celów, konstruktywnego rozwiązywania konfliktów (intra- i interpersonalnych), w tym sposobów radzenia sobie ze stresem, krytycznego myślenia i podejmowania decyzji, asertywności. hierarchii wartości istotnych z perspektywy odbiorców w kontekście promocji zdrowia, wiedzy na temat ryzyka używania substancji psychoaktywnych. Program składa się z 12 sesji (każda po 2 godziny dydaktyczne). Struktura zajęć ma po części charakter otwarty i zakłada partycypację odbiorców w tworzeniu poszczególnych elementów scenariuszy. Metody: warsztat, elementy psychodramy, treningu, wykład dydaktyczny, pokaz filmu profilaktycznego. Moduł dla rodziców: 2 sesje ( po 2 godziny dydaktyczne), dotyczące problematyki okresu dorastania, substancji psychoaktywnych, umiejętności rodziców istotnych z punktu widzenia profilaktyki używania przez dzieci substancji psychoaktywnych. Metody: mini wykłady, warsztaty, moderowane dyskusje. Moduł dla nauczycieli: 2 sesje ( po 2 godziny dydaktyczne) dotyczące substancji psychoaktywnych, umiejętności istotnych z punktu widzenia profilaktyki używania przez uczniów dzieci substancji psychoaktywnych, umiejętności reagowania w sytuacji kryzysowej. Metody: mini wykłady, warsztaty, moderowane dyskusje. |
| **Długość jednej edycji programu (w godzinach):** | 24 |
| **Ewaluacja:** |  |
| * Rodzaj   Procesu * Status   Jest systematycznie powtarzana * Rodzaj   Planowania * Status   Została przeprowadzona | |
| **Przebieg i metody ewaluacji:** | Celem ewaluacji procesu pierwszej edycji programu był zakres i forma wdrażania poszczególnych elementów sesji. Ten element ewaluacji realizowano za pośrednictwem „Arkuszy realizacji programu”, wypełnianych przez realizatorów. Ponadto celem badań była ocena sposobu realizacji zajęć dokonywana z perspektywy uczestników, dotycząca m.in. kompetencji i przygotowania trenerów prowadzących sesje, stopnia realizacji oczekiwań, organizacji zajęć, propozycji modyfikacji programu. W drugiej edycji (2014 r.) badania przeprowadził ewaluator zewnętrzny – Instytut Socjologii Uniwersytetu Warszawskiego, próba: nauczyciele – 128 osób, rodzice – 68, uczniowie – 111. W pierwszej edycji ewaluację procesu zrealizowano za pośrednictwem ankietowych pomiarów audytoryjnych ex post w grupach rodziców (N=42) i nauczycieli (N=70), przeprowadzonych przez ewaluatorów zewnętrznych (UKSW) oraz sześciu zogniskowanych wywiadów grupowych: cztery z uczniami i po jednym z nauczycielkami i rodzicami. Wywiady przeprowadzono w czerwcu 2013 r. po zakończeniu zajęć. |
| **Rezultaty ewaluacji procesu:** | Ewaluacja – 2013 Nauczyciele: Średnie ocen: komunikatywność osób prowadzących zajęcia – 4,7; ich profesjonalne przygotowanie – 4,7; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy – 4,4; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności – 4,2; ogólna atrakcyjność zajęć – 4,5. 84% badanych zadeklarowało, że ich oczekiwania związane z udziałem w zajęciach zostały spełnione w co najmniej dużym stopniu. Rodzice: Średnie ocen: komunikatywność osób prowadzących zajęcia – 4,5; ich profesjonalne przygotowanie – 4,5; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy – 4,4; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności – 4,4; ogólna atrakcyjność zajęć – 4,3. 75% badanych zadeklarowało, że ich oczekiwania związane z udziałem w zajęciach zostały spełnione w co najmniej dużym stopniu. Ewaluacja – 2014 Nauczyciele: Średnie ocen: komunikatywność osób prowadzących zajęcia – 4,8; ich profesjonalne przygotowanie – 4,7; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy– 4,3; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności – 4,2; ogólna atrakcyjność zajęć – 4,3. 74% badanych zadeklarowało, że ich oczekiwania związane z udziałem w zajęciach zostały spełnione w co najmniej dużym stopniu. Rodzice:Średnie ocen: komunikatywność osób prowadzących zajęcia – 4,5; ich profesjonalne przygotowanie – 4,5; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie wiedzy – 4,3; przydatność zajęć ze względu na poszerzenie lub utrwalenie umiejętności – 4,3; ogólna atrakcyjność zajęć – 4,3. 70% badanych zadeklarowało, że ich oczekiwania związane z udziałem w zajęciach zostały spełnione w co najmniej dużym stopniu. Uczniowie: 66% badanych zadeklarowało, że ich oczekiwania związane z udziałem w zajęciach zostały spełnione w co najmniej dużym stopniu. 83% badanych zadeklarowało ocenę wartości „Laboratorium” na poziomie 4 i większym. |
| **Warunki implementacji programu przez inne podmioty:** | Wdrażaniem programu oraz szkoleniami realizatorów zajmuje się Ośrodek Szkoleniowo-Badawczy MONAR z siedzibą w Warszawie. Celem szkolenia jest zapoznanie uczestników ze strategiami, do których odwołuje się „Laboratorium” oraz metodyką pracy. Szkolenie obejmuje 8 godzin dydaktycznych. Do szkolenia kwalifikowane są osoby posiadające doświadczenie w prowadzeniu programu (zajęć) o zbliżonym do „Laboratorium” charakterze (szczególnie – warsztatowe formy pracy) oraz podstawową wiedzę z zakresu promocji zdrowia (kursy, szkolenia, studia podyplomowe itp.) – pedagodzy, psycholodzy itp. Preferowany sposób wdrażania zajęć: osoby, które przeszły szkolenie realizują swoją pierwszą edycję projektu w parze z osobą, która ma już doświadczenie w prowadzeniu zajęć „Laboratorium”. |
| **Źródła informacji na temat programu:** | 1. M.J.Sochocki. Nauczyciele i rodzice o profilaktyce w gimnazjach, „Remedium” nr 2 (240), luty 2013, s. 8–10, dostępne na http://www.remedium-psychologia.pl/2013\_02\_5.html [dostęp: 26.06.2015]; 2. M.J.Sochocki.Szkolny projekt profilaktyczny Stowarzyszenia MONAR, „Remedium” nr 3 (241), marzec 2013, s. 28–29, dostępne na: http://www.remedium-psychologia.pl/2013\_03\_15.html [dostęp: 26.06.2015]; 3. M.J.Sochocki. Prezentacja wybranych rezultatów ewaluacji pilotażowej edycji „Laboratorium Wiedzy Pozytywnej”, „Remedium” nr 10 (248), październik 2013, s. 26–27; 4. M.J.Sochocki. „Laboratorium Wiedzy Pozytywnej”, Remedium nr 7–8 (257), lipiec/sierpień 2014, s. 56–59. Strona internetowa programu: www.pozytywnelaboratorium.pl |
| **Rekomendacje:** |  |
| * System rekomendacji | |
| **Streszczenie programu:** | Program profilaktyki uniwersalnej adresowany do uczniów gimnazjów w wieku 13-14 lat. Cele programu obejmują ukształtowanie postaw uczestników afirmujących abstynencję od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, w wymiarach emocjonalnym (pozytywny stosunek do abstynencji), poznawczym (dysponowanie wiedzą na temat zagrożeń związanych z używaniem substancji psychoaktywnych) i behawioralnym (nieużywanie substancji psychoaktywnych). Program jest realizowany w formie zajęć warsztatowych dla młodzieży (24 godz.), zajęć dla rodziców i nauczycieli (po 4 godziny), przez przeszkolone osoby, w oparciu o podręcznik zawierający scenariusze zajęć. Program dysponuje wynikami ewaluacji formatywnej i ewaluacji procesu. Rekomendacja na poziomie I - program obiecujący. |