

Negatywne konsekwencje związane z uzależnieniami należą do najpoważniejszych problemów społecznych i zdrowotnych. Można je ograniczyć poprzez różnorodne i systematyczne działania, w czym znaczącą rolę ma do spełnienia samorząd lokalny. Szczególna uwaga powinna być skierowana na przeciwdziałanie używaniu substancji psychoaktywnych przez dzieci i młodzież.

PROGRAMY REKOMENDOWANE W SYSTEMIE DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH REALIZOWANYCH W PŁOCKU

Joanna Dobrzeńska
Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych
Urzędu Miasta Płocka

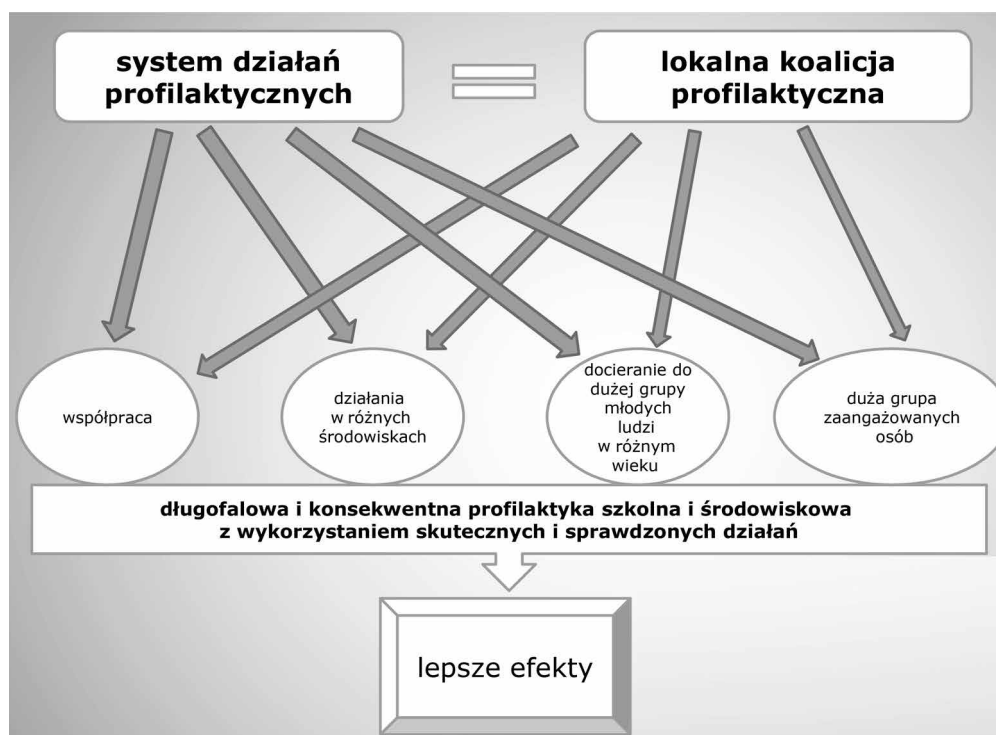
Samorząd Płocka od wielu lat prowadzi aktywne działania w obszarze profilaktyki i uzależnień, szczególnie wśród dzieci i młodzieży. Obszar działań określony jest w Miejskim Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Miejskim Programie Przeciwdziałania Narkomanii. Na bieżąco analizujemy skalę zjawisk, potrzeby lokalne oraz możliwości działania naszego miasta w tym zakresie. Przyglądamy się, co należy robić, aby przeciwdziałać używaniu substancji psychoaktywnych, niwelować oraz zmniejszać skutki ich nadużywania, analizujemy dotychczasowe działania, ich zasadność oraz jakość. Wykorzystujemy sprawdzone

i rekomendowane działania profilaktyczne oparte na naukowych podstawach, dające gwarancję skuteczności.

Diagnoza lokalnych problemów – badania ESPAD

W 2016 roku w Płocku została przeprowadzona druga edycja badań ankietowych pn. „Europejski Program Badań nad Używaniem Alkoholu i Innych Substancji Psychoaktywnych przez Młodzież Szkolną ESPAD”. Ich celem było określenie rozmiarów i trendów zjawiska używania substancji psychoaktywnych przez młodzież szkolną. Podstawowe

Ryc. 1. Płocki system działań profilaktycznych.



pytania badawcze dotyczyły liczby młodych ludzi, którzy mieli doświadczenia z tego typu substancjami oraz stopnia nasilenia tych doświadczeń. Celem badań była również próba identyfikacji i pomiar czynników wpływających na rozpowszechnienie tego zjawiska, zarówno po stronie popytu, jak i podaży. W badaniu zostały poruszone także kwestie dotyczące oceny dostępności substancji psychoaktywnych, gotowości do podjęcia prób z tymi środkami, przekonań na temat ich szkodliwości, doświadczeń w zakresie problemów związanych z ich używaniem.

Podobne badania po raz pierwszy zostały przeprowadzone w Płocku w 2012 roku. Zrealizowana po czterech latach druga edycja miała m.in. pokazać zmiany w skali zjawiska. Badaniami zostali objęci uczniowie 40 klas III szkół gimnazjalnych (789 uczniów) i 40 klas II szkół ponadgimnazjalnych (847 uczniów). Badania zostały przeprowadzone przez Zespół z Zakładu Badań nad Alkoholizmem i Toksykologią Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie. Z ogromnym zainteresowaniem, ale również z pewnym niepokojem czekaliśmy na wyniki tych badań. Byliśmy ciekawi, czy wcześniej podjęte przez nas decyzje dotyczące kierunków działań profilaktycznych, realizowanych w naszym mieście, były właściwe i dały oczekiwane przez nas efekty – zmniejszenie liczby młodych osób używających substancji psychoaktywnych. Okazało się, że wyniki badań przeprowadzonych w 2016 roku, w porównaniu do wyników uzyskanych w 2012 roku, wskazują na pozytywne tendencje. Nastąpił spadek rozpowszechnienia palenia tytoniu, picia napojów alkoholowych, upijania się, używania marihuany lub haszyszu, a także innych narkotyków przez płocką młodzież. Zmiany, świadczące o pozytywnych efektach działań profilaktycznych prowadzonych w naszym mieście, utwierdziły nas w przekonaniu, że słuszne było położenie przez nas szczególnego nacisku na realizację rekomendowanych programów profilaktycznych. To były dla nas bardzo ważne działania, które promowaliśmy. Wyniki badań traktujemy jako swego rodzaju sukces, który jest skutkiem właściwych decyzji dotyczących zakresu działań

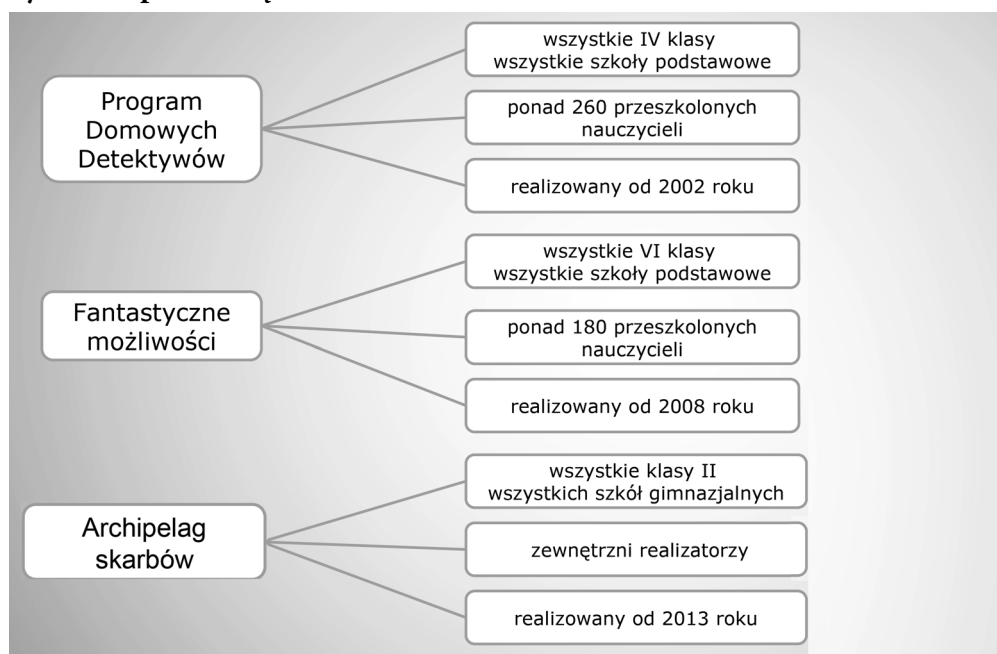
profilaktycznych z obszaru profilaktyki uzależnień, które są realizowane w naszym mieście.

Płocki system działań profilaktycznych

Właściwą decyzją było stworzenie systemu działań profilaktycznych odpowiadających na lokalne potrzeby. Zanim jednak do tego doszło, analizowaliśmy nasze doświadczenia, śledziliśmy aktualne doniesienia na temat skutecznych działań z obszaru profilaktyki uzależnień, sprawdzaliśmy, które działania są pozytywnie odbierane przez młodych ludzi, nauczycieli oraz rodziców. Analizowaliśmy wnioski oraz rekomendacje wynikające z opracowywanych każdego roku raportów diagnozujących stan problemów alkoholowych i narkotykowych w Płocku.

Doszliśmy do wniosku, że najlepsze efekty możemy uzyskać realizując rekomendowane programy profilaktyczne, które są sprawdzone, pozytywnie ocenione i dają gwarancję skuteczności. Jednocześnie uznaliśmy, że współpraca i równoczesne działanie w różnych środowiskach przynosi lepsze rezultaty niż działanie w pojedynkę. Im więcej osób dostrzeże problem i jest zaangażowanych w długofalową i konsekwentną profilaktykę, tym efekty działań mogą być lepsze. Poza tym stwierdziliśmy, że należy docierać do jak najszerszej grupy młodych ludzi w różnych przedziałach wiekowych oraz do ich rodziców i opiekunów. Duży nacisk

Ryc. 2. Rekomendowane programy profilaktyczne (profilaktyka uniwersalna) koordynowane przez Urząd Miasta Płocka.



położyliśmy na podnoszenie jakości prowadzonych działań profilaktycznych, a nie zwiększanie ich liczby. Zrezygnowaliśmy ze wspierania działań incydentalnych, które nie przynoszą wymiernych efektów na rzecz projektów długofalowych. Zachęcaliśmy do podejmowania działań rekomendowanych, sprawdzonych i pozytywnie ocenianych.

Zależy nam na tym, aby działania profilaktyczne realizowane były zarówno w środowisku szkolnym, jak i pozaszkolnym. Z tego względu corocznie wystę-

pujemy do placówek oświatowo-wychowawczych oraz innych podmiotów realizujących projekty profilaktyczne z prośbą o przedstawianie propozycji takich przedsięwzięć, które mogłyby być realizowane z udziałem środków finansowych pochodzących z budżetu miasta Płocka. Oczywiście chodzi o projekty w zakresie profilaktyki uzależnień, rozwiązywania problemów alkoholowych oraz przeciwdziałania narkomanii. Zainteresowane podmioty składają do Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka wnioski o dofinansowanie ze środków Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Miejskiego Programu Przeciwdziałania Narkomanii Miasta Płocka. Wnioski przyjmowane są jesienią roku poprzedzającego kolejny rok budżetowy, natomiast decyzje w sprawie dofinansowania poszczególnych projektów podejmowane są w grudniu, tak aby możliwe było zachowanie ciągłości realizowanych działań profilaktycznych, tj. od stycznia danego roku. Dodatkowo informujemy wnioskodawców, które działania są dla nas najważniejsze, a które postrzegane są przez nas negatywnie. Sugerujemy w szczególności, że wskazane jest realizowanie przede wszystkim programów rekomendowanych oraz działań długofalowych i systematycznie prowadzonych. Przypominamy, że projekt działań powinien być spójny ze szkolnym programem profilaktyki, a decyzja o wyborze działań profilaktycznych powinna zostać podjęta po rozpoznaniu i analizie potrzeb uczniów, nauczycieli, rodziców oraz po dokonaniu oceny stopnia zagrożenia związanego z występowaniem zachowań problemowych wśród uczniów.

Głównym miejscem realizacji projektów profilaktycznych są placówki oświatowo-wychowawcze. Programy z zakresu profilaktyki uzależnień realizują wszystkie szkoły prowadzone przez miasto i coraz więcej przedszkoli. Tym zadaniem zajmują się osoby posiadające odpowiednie przygotowanie, tzn. takie, które ukończyły odpowiednie kursy i szkolenia – nauczyciele, psycholodzy, pedagodzy oraz zewnątrzni realizatorzy przygotowani do prowadzenia konkretnych programów. Systematyczne, kompleksowe działania profilaktyczne realizowane są na wszystkich szczeblach edukacji, tj. w szkołach podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych oraz przedszkolach. Szkoły diagnozują problemy i potrzeby występujące wśród uczniów i na tej podstawie składają propozycje realizowanych działań profilaktycznych.

Rekomendowane programy profilaktyki uzależnień

W Płocku realizowanych jest dziesięć programów profilaktycznych, które znajdują się w Bazie programów rekomendowanych. W 2016 roku w 43 płockich placówkach oświatowo-wychowawczych zrealizowano dziewięć tego rodzaju programów; uczestniczyło w nich ponad 4 tys. uczniów, blisko 3 tys. rodziców oraz ponad 200 nauczycieli. Realizacja trzech programów koordynowana była przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Płocka.

Profilaktyka uniwersalna i promocja zdrowia

We wszystkich szkołach podstawowych dzieci uczestniczyły w „Programie Domowych Detektywów – Jaś i Małgosia na tropie”, który realizowany jest corocznie od 2002 roku w klasach IV. W ciągu tych czternastu lat przeszkolono też ponad 260 nauczycieli (szkolenia przygotowujące do realizacji programu są organizowane każdego roku). We wszystkich szkołach podstawowych w klasach VI od 2008 roku prowadzony jest program „Fantastyczne możliwości”. Do ich realizacji przeszkolono ponad 180 nauczycieli (szkolenia organizowane są również corocznie). Programy te są pozytywnie oceniane przez realizatorów, angażują jednocześnie dużą grupę uczniów, jak też ich rodziców. W celu zachowania ciągłości realizacji rekomendowanych programów profilaktyki uzależnień, od 2013 roku w klasach II płockich szkół gimnazjalnych realizowany jest program „Archipelag skarbów”, oparty na modelu profilaktyki zintegrowanej. W Płocku realizowane są ponadto inne rekomendowane programy profilaktyczne: „Debata”, „Spójrz inaczej”, „Szkoła dla rodziców i wychowawców”, „Przyjaciele Zippiego”, „Trzy koła”. Programy te prowadzone są z inicjatywy poszczególnych placówek, którym Urząd Miasta Płocka przekazuje na ten cel środki finansowe.

Profilaktyka selektywna i wskazująca

Realizujemy również rekomendowane programy profilaktyczne z obszaru profilaktyki selektywnej i wskazującej. W latach 2005–2007 pracownicy wszystkich szkół gimnazjalnych oraz ponadgimnazjalnych brali udział w szkoleniu przygotowującym do stosowania

metody szkolnej interwencji profilaktycznej. W pierwszym etapie szkolenia uczestniczyło prawie 840 osób: dyrektorzy szkół, nauczyciele, pedagodzy, psychologzy, natomiast w drugim etapie udział wzięło ponad 100 osób. Szkolenia odbyły się we wszystkich szkołach gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Zależało nam na tym, aby wyposażyć dużą grupę nauczycieli w wiedzę i umiejętności związane z prawidłowym podejmowaniem interwencji oraz udzielaniem uczniom oraz ich rodzicom wsparcia i pomocy w sytuacji zaistnienia problemu związanego z używaniem substancji psychoaktywnych przez młodych ludzi. Poradnia Profilaktyczno-Konsultacyjna MONAR w Płocku od 2012 roku realizuje ponadto program „Fred goes net”, adresowany do osób w wieku 14-21 lat, które używają alkoholu lub środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych lub nowych substancji psychoaktywnych w sposób okazjonalny bądź szkodliwy.

Pozostałe działania profilaktyczne

W naszym mieście główny nacisk położyliśmy na wdrażanie programów rekomendowanych, ale kontynuujemy też inne programy profilaktyczne, takie jak: „Cukierki”, „Tak czy nie”, „Noe” oraz „Korekta”, które są realizowane od wielu lat (programy te były wskazywane jako rekomendowane w latach wcześniejszych). W Płocku realizowane są ponadto programy profilaktyczne opracowane przez płockich realizatorów. W placówkach oświatowo-wychowawczych prowadzone są również programy skierowane na jednostki i grupy zwiększonego ryzyka, które ze względu na swoją sytuację społeczną, rodzinną, środo-

wiskową są narażone na większe od przeciętnego ryzyko wystąpienia zaburzeń rozwojowych. Wspieramy również inne projekty stanowiące uzupełnienie realizowanych programów profilaktycznych: konkursy, pikniki, festyny, imprezy sportowe. Warto wspomnieć, że od kilku lat działania profilaktyczne podejmowane są systematycznie również przez przedszkola, które są coraz aktywniejsze i przedstawiają coraz ciekawsze propozycje z zakresu wczesniej edukacji profilaktycznej, angażujące zarówno dzieci, jak i rodziców. Wszystkie programy realizowane są przez osoby przeszkolone w zakresie działań profilaktycznych (nauczycieli, pedagogów, psychologów i profilaktyków uzależnień – wieloletnich realizatorów programów profilaktycznych). Bardzo ważne jest dla nas, aby w działaniach profilaktycznych brali udział również rodzice, ponieważ stanowi to w naszej ocenie pozytywny element oddziaływań profilaktycznych – rodzina jest bardzo ważnym czynnikiem chroniącym.

Czas wolny oraz wypoczynek dzieci i młodzieży

Ważne jest, aby działań profilaktycznych nie ograniczać jedynie do terenu szkoły, dlatego staramy się rozszerzać profilaktykę na działania środowiskowe. Mają one na celu oferowanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu, promocję zdrowego stylu życia oraz wyrównywanie szans rozwojowych dzieci i młodzieży z grup ryzyka. Możliwe jest to dzięki współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz parafiami, które m.in. prowadzą kluby profilaktyki środowiskowej i świetlice dla dzieci oraz młodzieży i dzięki którym udało

Ryc. 3. Rekomendowane programy profilaktyki uzależnień na różnych szczeblach edukacji.



się np. stworzyć sieć klubów. W Płocku funkcjonuje obecnie 21 placówek wsparcia dziennego: 8 klubów profilaktyki środowiskowej i 13 świetlic. W placówkach organizowany jest czas wolny, realizowane są programy socjoterapeutyczne, profilaktyczne, udzielana jest pomoc w nauce, kryzysach szkolnych, rówieśniczych, osobistych oraz prowadzone jest dożywianie. W zajęciach prowadzonych w placówkach wsparcia dziennego w 2016

roku brało udział 527 dzieci, w 2015 roku – 534 dzieci, natomiast w 2014 roku – 520 dzieci. Od wielu lat Urząd Miasta Płocka organizuje wypoczynek letni i zimowy dla dzieci i młodzieży pochodzących z rodzin dysfunkcyjnych. W 2016 roku uczestniczyło w nim 305 osób.

Przyjazne podwórko i działania artystyczne

Realizujemy również projekty profilaktyczne z zakresu profilaktyki środowiskowej w formie streetworkingu (pracy podwórkowej), skierowane do dzieci i młodzieży z rodzin zagrożonych wykluczeniem społecznym. Celem projektów jest ograniczenie skali dysfunkcyjnych zachowań płockich „dzieci ulicy” oraz poprawa ich społecznego funkcjonowania, a także wsparcie ich rodziców w procesie wychowania i opieki. W ramach projektów prowadzone są działania w formie zajęć podwórkowych i warsztatowych, skoncentrowane na organizacji czasu wolnego, promowaniu zdrowego stylu życia, kształtowaniu świadomości na temat szkodliwości zażywania substancji psychoaktywnych, wzmacnianiu poczucia własnej wartości, aktywizowaniu rodziców do wspólnych działań, rozwijaniu pasji i zainteresowań, nabywaniu umiejętności społecznych, budowaniu pozytywnych relacji z rówieśnikami, wzmacnianiu samooceny oraz więzi rodzinnych. W trakcie prowadzonych zajęć podwórkowych organizowane są gry i zabawy w plenerze, pokazujące, jak można atrakcyjnie spędzić wolny czas. Kolejną formą profilaktyki środowiskowej są projekty związane z własną twórczością dzieci i młodzieży i podejmowaniem działań artystycznych, jako odpowiedź na nudę i szarą codzienność, a tym samym alternatywa dla alkoholu i narkotyków. Tego rodzaju projekty są realizowane przez instytucje kultury.

Świadomi dorośli

Obok profilaktyki adresowanej do dzieci i młodzieży prowadzone są działania edukacyjno-informacyjne skierowane do osób dorosłych. Rodzicom mają one pomóc podnieść ich kompetencje wychowawcze, pokazać możliwości wspierania abstynencji dziecka oraz przygotowania go do podejmowania świadomych i odpowiedzialnych decyzji związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Tego rodzaju działania realizowane są głównie w placówkach oświatowo-wychowawczych.

Działania skierowane do osób pracujących z dziećmi – nauczycieli, pedagogów, psychologów, wychowawców placówek wsparcia dziennego dotyczą głównie przekazywania wiedzy z zakresu problematyki uzależnień oraz poznawania efektywnych sposobów pracy z dziećmi i młodzieżą w zakresie realizacji działań profilaktycznych. Nauczyciele uczestniczą w spotkaniach szkoleniowych realizowanych w placówkach oświatowo-wychowawczych. Wszystkie rady pedagogiczne szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych, o czym wspomniano wcześniej, zostały przeszkolone w zakresie stosowania metody szkolnej interwencji profilaktycznej. Reagujemy także na nowe zagrożenia. Kiedy pojawił się problem dopalaczy, zorganizowaliśmy cykl szkoleń z tego zakresu. Corocznie organizowana jest też konferencja mająca na celu przedstawienie rozmiaru lokalnych problemów wynikających z uzależnień oraz zmian występujących w powyższym zakresie, w której udział biorą przedstawiciele podmiotów realizujących zadania z obszaru profilaktyki i uzależnień.

Każdego roku prowadzona jest też akcja informacyjna – materiały edukacyjno-informacyjne (ulotki, plakaty, broszury i książki) są przekazywane m.in. podmiotom zajmującym się profilaktyką uzależnień.

Podsumowanie

System działań profilaktycznych realizowanych w Płocku to wieloaspektowe działania, wynikające ze zdiagnozowanych lokalnych problemów, oparte na współpracy różnych podmiotów oraz wykorzystujące lokalne zasoby. Działania profilaktyczne są corocznie i systematycznie finansowane z budżetu miasta. System, stworzony na podstawie diagnozy lokalnych problemów i potrzeb, zakłada realizację rekomendowanych programów profilaktyki uzależnień, systematyczne, kompleksowe działania szkolne i środowiskowe, prowadzenie projektów profilaktycznych na wszystkich szczeblach edukacji – w szkołach podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych oraz w przedszkolach. Jednocześnie prowadzone są działania adresowane do osób dorosłych. Projekty realizowane są przez osoby przeszkolone – nauczycieli, psychologów, pedagogów oraz zewnętrznych realizatorów przygotowanych do realizacji konkretnych programów. A najważniejsze w tym wszystkim jest to, aby podejmowane działania były maksymalnie skuteczne!