

Fundacja Praesterno – Ośrodek we Wrocławiu

ul. Kościuszki 80A, 50-441 Wrocław

tel.: 71 372 31 48 , 666 935 351 pon - pt 15.00 – 19.00



Przeciwdziałanie młodzieżowej patologii społecznej. Domowe Partnerstwo.

Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

(rodzaj zadania publicznego)

**Prowadzenie edukacji, poradnictwa oraz działań środowiskowych dla
osób uzależnionych od narkotyków i członków ich rodzin**

(tytuł zadania publicznego)

W ramach programu:

Prowadzimy działania z zakresu pomocy psychologicznej, psychoedukacji dla młodzieży i rodziców:



- **PORADNICTWO INDYWIDUALNE i telefoniczne w zakresie problematyki dotyczącej uzależnień w ramach dyżuru Ośrodka** – w czasie roku szkolnego od pon. do pt, w godzinach od 15.00 do 19.00. Młodzież zainteresowana udziałem w grupach uczestniczy w 3 konsultacjach, w tym 1 z rodzicem/ami w przypadku osób małoletnich. Konsultacje służą m.in.. zebraniu wywiadu w celu postawienia psychologicznej diagnozy funkcjonalnej.
- **WARSZTATY UMIEJĘTNOŚCI PSYCHOSPOŁECZNYCH, SOCJOTERAPIA – psychokorekcyjne grupy młodzieżowe** – 3 grupy w cyklu roku szkolnego. Spotkania odbywają się raz w tygodniu przez 3 godziny. Grupa pracuje w oparciu o proces grupowy, który zakłada przechodzenie przez 5 faz procesu. Liczebność: 10 – 12 osób.
- **WARSZTATY UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZYCH – w ramach poradnictwa grupowego dla rodziców i opiekunów** – 2 grupy w roku kalendarzowym (1 przed wakacjami, 2 po wakacjach). Grupa spotyka się raz w tygodniu. Liczebność 10 – 12 osób.
- **ZAJĘCIA EDUKACYJNE, INFORMACYJNE:**
 - **dla młodzieży** - warsztaty z zakresu profilaktyki uzależnień i *interwencyjno – mediacyjne* w celu rozwiązywania konfliktów klasowych. Zajęcia trwają 2-4 godziny lekcyjne – zależy od możliwości szkoły.
 - **dla rodziców** - *prelekcje dla rodziców podczas zebrań w szkołach* z zakresu trudności okresu dojrzewania i roli rodziców w ich pokonywaniu oraz zapobieganiu zachowaniom ryzykownym.

Przeciwdziałanie młodzieżowej patologii społecznej. (młodzież w wieku 14 – 19 lat)

Założenia teoretyczne programu

Punktem wyjścia działań profilaktycznych podejmowanych w ramach programu jest **koncepcja kryzysu tożsamości w wieku dojrzewania.**

Adolescencja jest czasem intensywnych i gwałtownych **zmian** zachodzących na co najmniej **trzech podstawowych** dla człowieka **poziomach.**

- Pierwsza
– **biologiczna**

– w obrębie której ujawnia się nowa jakość natury fizjologicznej prowadząca do dojrzałości płciowej. Ów stan fizjologiczny powoduje konieczność podjęcia wyznaczonej przez naturę roli mężczyzny/kobiety, samookreślenia się w obrębie własnej płci.

- Druga
– **rodzinna**

– to konflikt między bronionym przez jednostkę statusem dziecka a dynamicznie zmieniającymi się oczekiwaniami bliskiego otoczenia społecznego pragnącego widzieć w jednostce coraz samodzielniej radzącego sobie „prawie dorosłego” lub odwrotnie – parcie jednostki do niezależnej samodzielności blokowane przez otoczenie społeczne pragnące zachowania status quo. Ponadto w okresie dorastania występuje wyraźna tendencja zmniejszania się roli rodziny jako głównego źródła oparcia na rzecz rosnącego znaczenia grupy rówieśniczej.

- Trzecia
– **społeczna**

– to konieczność nowego samookreślenia się w szerszym kontekście społecznym. Wejście na poziom szkoły ponadgimnazjalnej zmusza do zaadoptowania się w rzeczywistości nowej szkoły, także – najczęściej po raz pierwszy w życiu – do myślenia o sobie w perspektywie podjęcia zdefiniowanej roli zawodowej w gwałtownie przybliżającej się dorosłości.

Generalnie te różnomodalne zmiany **destabilizują** dotychczasową **sytuację nastolatka**. Dziecięca homeostaza zostaje zaburzona. Nastolatek wchodzi w **kryzys wieku dojrzewania**.



Alternatywne mechanizmy reagowania na utratę homeostazy:



Destabilizacja dotychczasowych zasad funkcjonowania oraz prawidłowości rozwojowe prowadzą nastolatka do **kryzysu tożsamości** – konieczności odpowiedzenia sobie na pytania skryptowe, np.: „kim jestem?”, „kim są inni ludzie?”, „czym jest świat, który mnie otacza?”.

Odpowiedzią jednostki na utratę podstawowych wyznaczników konstytuujących jej dotychczasową egzystencję jest jeden z dwóch typów reakcji:

1. **mobilizacja** umożliwiająca podjęcie działań mających na celu przezwyciężenie stanu kryzysu i uzyskania nowej homeostazy, adekwatnej do dokonujących się zmian,
2. **destabilizacja emocjonalna**, często dezintegracja i pojawienie się zaburzeń funkcjonowania.

W pierwszym przypadku dorastający traktuje **kryzys jak wyzwanie** – zadanie do wykonania, w drugim – rozpoznaje **kryzys jako zagrożenie**. Zagrożenie związane jest głównie z przeżywaniem napięcia i poczuciem nieradzenia sobie z rzeczywistością.

To, jak konkretna jednostka zareaguje na zmianę jej sytuacji w okresie dorastania i na ile poradzi sobie z kryzysem, zależy od jej „wyposażenia socjalizacyjnego”. Kłopoty w osiągnięciu zdrowej adaptacji do nowych wymagań i przyjęcie postawy „bycia w zagrożeniu” wynikają z deficytu socjalizacyjnego – będącego konsekwencją błędów wychowawczych lub wychowywania się w patogennym środowisku społecznym.

W kontekście powyższego wywodu przez profilaktykę rozumiemy:

1. Pomoc w rozwiązywaniu problemów psychoemocjonalnych, uniemożliwiających efektywne przezwyciężenie kryzysu wieku dojrzewania,
 - Dostarczanie wsparcia emocjonalnego (akceptacji i możliwości odreagowania), budowanie wiary w siebie pomagającej w radzeniu sobie z kryzysem wieku dojrzewania,
 - Pomoc w nabywaniu umiejętności koniecznych do radzenia sobie z nową rzeczywistością,
 - Pomoc w zaistnieniu w – tak ważnej w tym wieku – grupie rówieśniczej i wspomaganie procesu integracji jednostki z grupą,
 - Reorientacja aksjologiczna – praca nad przyjęciem przez jednostkę adaptacyjnego systemu wartości.

Tak więc:

**profilaktyka jest działaniem wspomagającym nabywanie
przez jednostkę umiejętności zdrowego radzenia sobie
z problemami psychospołecznymi
towarzyszącymi kryzysowi wieku dojrzewania.**



Model procesu zmiany w grupie psychokorekcyjnej

Warunkiem koniecznym efektywnej profilaktyki jest działanie w, i poprzez grupę rówieśniczą.

Ten wymóg związany jest ze strukturą podstawowych potrzeb społecznych nastolatka. W wieku dorastania regulacyjna rola rodziny pierwotnej zmniejsza się na rzecz nieformalnych grup rówieśniczych. Potrzeba przynależności do grupy rówieśniczej oraz bycia akceptowanym przez tę grupę staje się podstawowym dążeniem nastolatka. By uzyskać akceptację grupy nastolatek jest gotów zrobić niemal wszystko, czego grupa zażąda. Na tym opiera się zarówno demoralizujący wpływ młodocianego gangu jak i profilaktyczne oddziaływanie grupy psychokorekcyjnej.

Grupa psychokorekcyjna wykorzystuje potrzebę przynależności nastolatka do grupy rówieśniczej w procesie uczenia jednostki zdrowej adaptacji społecznej.



Model procesu zmiany w grupie psychokorekcyjnej

Uczestnictwo w procesie grupy psychokorekcyjnej prowadzi do zmian dających się zaklasyfikować do czterech podstawowych obszarów:

- **grupa odniesienia** – grupa psychokorekcyjna zaczyna pełnić funkcję ważnego środowiska społecznego dla jej uczestników. Podopieczni Fundacji Praesterno (Ośrodków Profilaktyki Środowiskowej) to najczęściej outsiderzy naturalnych grup rówieśniczych, nie potrafiący w nich zaspokoić ważnych rozwojowo potrzeb: satysfakcjonującej przynależności, bycia akceptowanym, wpływania na rówieśniczą rzeczywistość społeczną. Te potrzeby zaczynają być spełniane w grupie psychokorekcyjnej
- **wartości** – wstępna faza rozwoju grupy psychokorekcyjnej wprowadza w jej kulturę normy i wartości, których przestrzegania pilnuje początkowo prowadzący, i które są z czasem przejmowane przez grupę jako własne. Do tych norm należą m.in.: rozwój i samorealizacja, szacunek do siebie, szacunek do innych, prawo do zaspokajania własnych potrzeb, uwzględnianie potrzeb innych, otwartość i szczerowość w relacjach społecznych, bycie sobą, emocjonalność, samowyróżnianie siebie
- **umiejętności** – w grupie kładziony jest nacisk m.in. na: uczenie się siebie (poszerzanie samoświadomości), rozumienie innych (także umiejętność decentracji poznawczej – przyjmowania perspektywy innych), efektywne funkcjonowanie społeczne (umiejętność nawiązywania i utrzymywania satysfakcjonujących kontaktów interpersonalnych), konstruowania, operacjonalizacji i osiągania celów i zamierzeń, rozwiązywanie konfliktów i negocjowanie
- **tożsamość** – doświadczanie siebie w nowych relacjach społecznych możliwych dzięki uczestnictwu w grupie psychokorekcyjnej, zwiększanie wglądu i rozumienia siebie i innych, klaryfikacja wartości, w konsekwencji udzielenie sobie nowej odpowiedzi na pytania o sens życia, własne dążenia i cele, spostrzeżenie siebie jako osoby efektywniejszej dzięki nowym umiejętnościom, prowadzi do konstytuowania się nowej tożsamości uczestników grupy, do nowego zdefiniowania siebie, swojego miejsca w świecie, określenia relacji z innymi ludźmi.

Model procesu zmiany w grupie psychokorekcyjnej

Wejście w proces psychoedukacyjnej grupy korekcyjnej



Ukonstytuowanie się rówieśniczej grupy odniesienia



Rozwojowa adaptacja społeczna

W konsekwencji zainicjowany w grupie proces zmiany prowadzi do modyfikacji i intensyfikacji rozwojowej adaptacji społecznej podopiecznych ośrodka Fundacji Praesterno.

Rozwojowa adaptacja społeczna jest rozumiana jako nabywanie umiejętności zaspokajania ważnych potrzeb psychoemocjonalnych w sposób akceptowany społecznie. Taka umiejętność jest atrybutem zdrowia psychicznego.

Fazy procesu grupowego

- I – Integracji
- II - Relacji - diagnozy i informacji zwrotnych.
- III - Przygotowania do prac indywidualnych.
- IV - Prac indywidualnych.
- V – Rozstaniowa.



Domowe Partnerstwo. (rodzice)

Cele:

Wzrost **wiedzy** rodziców:

- ✓ w zakresie mechanizmów zachowań własnych i innych ludzi (rozumienia siebie, swoich emocji, rozumienia innych ludzi)
- ✓ na temat rozwoju dziecka w poszczególnych fazach wiekowych (ze szczególnym uwzględnieniem wiedzy dotyczącej potrzeb dziecka i sposobów ich zabezpieczania)
- ✓ w zakresie mechanizmów wchodzenia w uzależnienie oraz profilaktyki uzależnień

Wzrost **umiejętności** rodziców:

- ✓ wychowawczych,
- ✓ w zakresie komunikacji,
- ✓ bycia asertywnym (ze szczególnym uwzględnieniem stawiania granic),
- ✓ budowania pozytywnych więzi w rodzinie (z dziećmi i partnerem).



Domowe Partnerstwo.

Tematyka spotkań:

Poniżej przedstawiono ramowy program warsztatów dla rodziców (pula tematów). W konkretnej grupie realizowane są tematy zgodne z zainteresowaniem i potrzebami uczestników danej grupy:

1. Warsztat dotyczący emocji. Praca nad integracją grupy.
2. Komunikacja interpersonalna (werbalna, niewerbalna, style komunikowania się).
3. Bariery komunikacyjne.
4. Asertywność.
5. Role w grupie. Struktura grupy – odwołania do ról pełnionych w życiu (rodzinie)
6. Okresy rozwojowe dziecka (potrzeby, sposoby ich zabezpieczania).
7. Jak wspierać rozwój dziecka - ćwiczenia i zadania dla rodziców.
8. Diagnoza osobistych wzorów wychowawczych - odniesienia do osobistej sytuacji rodziców w kontekście pełnionych ról rodzicielskich.
9. Odkrywanie mechanizmów rządzących rodziną. Trójkąt dramatyczny. Momenty kryzysowe.
10. Odkrywanie mechanizmów rządzących rodziną. Dynamika więzi w rodzinie.
11. Odkrywanie mechanizmów rządzących rodziną. Kody rodzinne. Tajemnice.
12. Uzależnienia jako efekt przeżywanych deficytów psychoemocjonalnych i społecznych.
13. Omawianie emocji w kontekście rozstania. Warsztat – odchodzenie dzieci i co dalej (rozstrzygnięcie dylematów separacyjnych).
14. Elementy informacji zwrotnych. Podsumowanie efektów pracy w grupie.



Szkolne warsztaty tematyczne.



Psychospołeczne mechanizmy powstawania uzależnień.

Cele:

1. dostarczenie wiedzy na temat specyfiki okresu dojrzewania (nowe potrzeby, sposoby przeżywania i radzenia sobie z zadaniami rozwojowymi charakterystycznymi dla tego etapu życia),
2. odkrycie zależności między trudnościami przeżywanymi w okresie dojrzewania, stanowiącymi podłoże ryzyka wejścia w uzależnienie, a doświadczeniami socjalizacyjnymi i sposobami zaspokajania potrzeb emocjonalnych,
3. przekazanie wiedzy na temat funkcjonalności używek – roli, jaką mogą pełnić w radzeniu sobie z życiem,
4. odkrycie stereotypów w myśleniu na temat używek, przekształcanie przekonań normatywnych dotyczących używek,
5. zainspirowanie uczestników do refleksji nad własnym funkcjonowaniem i podjęcia działań zwiększających efektywność radzenia sobie z zadaniami rozwojowymi
6. dostarczenie umiejętności radzenia sobie z presją rówieśniczą wywieraną w kierunku brania środków psychoaktywnych
7. skoncentrowanie uczestników na potrzebie udzielania pomocy rówieśniczej w sytuacjach przyjmowania środków psychoaktywnych
8. przekazywanie informacji o placówkach udzielających pomocy

Szkolne warsztaty tematyczne.



Szkoły, w których prowadziliśmy zajęcia:

2014:

47 klas (11 w pierwszym półroczu i 36 w drugim) w następujących szkołach:

gimnazja nr.: 2, 6, 9, 14, 15, 18, 24, 28 i 38

szkoły ponadgimnazjalne: LO nr XVII, ZSE ul. Drukarska 50,
ZS nr 25 ul. Skwierzyńska, .

2015:

49 klas (w pierwszym półroczu) w następujących szkołach:

gimnazja nr: 16, 21, 30, 34.

szkoły ponadgimnazjalne: LO nr XV, LO nr XVII, ZSE ul Drukarska 50,
ZSE-A ul. Worcella, ZSTiE ul. Haukego-Bosaka,
ZS nr 25 ul. Skwierzyńska, Ogólnokształcąca Szkoła Muzyczna.