



PROGRAM PROFILAKTYCZNY „UNPLUGGED” - informacja

Program UNPLUGGED jest szkolnym programem profilaktyki używania substancji psychoaktywnych (alkoholu, papierosów, narkotyków), przeznaczonym dla wszystkich dzieci i młodzieży w wieku 12 – 15 lat (okres nauki w gimnazjum, uczniowie klas VI szkół podstawowych) oraz rodziców.

Celem programu jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych (alkohol, tytoń, narkotyki) przez młodzież a także opóźnienie przejścia od fazy eksperymentalnego ich używania do fazy używania problemowego.

Program „Unplugged” jest ukierunkowany na eliminowanie czynników ryzyka, zwiększających prawdopodobieństwo sięgania przez młodych ludzi po środki psychoaktywne, takie jak wczesna inicjacja picia alkoholu, przebywanie w towarzystwie kolegów, którzy piją alkohol lub używają innych substancji psychoaktywnych, obecność błędnych przekonań normatywnych na temat szkodliwości używania substancji psychoaktywnych, pozytywne oczekiwania wobec działania substancji psychoaktywnych, niski poziom umiejętności życiowych (m.in. brak umiejętności radzenia sobie z presją rówieśniczą, brak asertywności, krytycznego myślenia, nieumiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresowych).

Strategie działań profilaktycznych, wykorzystywanych w programie, obejmują:

- Rozwijanie umiejętności życiowych uczniów,
- korygowanie błędnych przekonań normatywnych,
- kształtowanie odporności na negatywne wpływy społeczne,
- przekazywanie wiedzy o konsekwencjach używania substancji psychoaktywnych
- praca z rodzicami

Program UNPLUGGED jest realizowany w szkołach przez przeszkolonych nauczycieli. Składa się z 12 godzin zajęć lekcyjnych oraz 1 – 3 spotkań z rodzicami uczniów.

Metody realizacji zajęć to praca w grupach, prezentacje, scenki sytuacyjne, dyskusje, gry edukacyjne, zabawy integracyjne, informacje zwrotne.

Podstawą wdrożenia programu jest przygotowanie wychowawców klas, nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych w ramach 18 godzinnego szkolenia (godziny lekcyjne) , w którym uczestniczyć może grupa do 20 osób. Przeszkoleni nauczyciele otrzymają nieodpłatnie podręczniki i gotowe scenariusze 12 zajęć, w tym przewodnik do wdrażania programu, zeszyt ćwiczeń dla ucznia, scenariusz spotkań z rodzicami, materiały do prowadzenia lekcji.

Wartością programu „Unplugged” jest długofalowość i systematyczność oddziaływań oraz to, że działania profilaktyczne są podejmowane i prowadzone przez nauczycieli, którzy mają stały kontakt z młodzieżą, a nie przez zewnętrznych realizatorów.

Ewaluacja programu wskazuje, że:

1. Program jest skuteczny w ograniczeniu używania marihuany i haszyszu
2. Udział w programie zmniejsza ryzyko picia wódki i upijania się
3. Program ogranicza pozytywne oczekiwania i postawy uczestniczącej w nim młodzieży wobec używania tytoniu, alkoholu, marihuany i haszyszu
4. Udział w programie zwiększa umiejętności chronienia siebie przed uzależnieniem od substancji psychoaktywnych
5. Program jest bardziej skuteczny w zapobieganiu używania substancji psychoaktywnych niż zaprzestania używania, np. dla uczniów palących codziennie okazał się nieskuteczny

Więcej na temat programu:

- Strona internetowa Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii www.kbpn.gov.pl
- Strona internetowa Ośrodka Rozwoju Edukacji www.ore.edu.pl (zakładka Wydział Wychowania i Profilaktyki)
- Publikacja „Rekomendowane programy profilaktyki uzależnień”- Fundacja Praesterno, Warszawa 2016

