

Czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z zachowaniami problemowymi uczniów I Liceum Ogólnokształcącego im. M. Kopernika w Żywcu

Wychowanie, to proces wspomagania dziecka w rozwoju, ukierunkowany na osiągnięcie pełni dojrzałości w czterech obszarach: fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym.

Profilaktyka natomiast jest procesem wspomagania człowieka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu, a także ograniczanie i likwidowanie czynników, które blokują prawidłowy rozwój i zaburzają zdrowy styl życia.

Profilaktyka problemowa zakłada, że podejmując działania profilaktyczne możemy zapobiegać istniejącym problemom lub je zmniejszać.

O **zachowaniach problemowych (ZP)** młodzieży mówimy, gdy:

- Są niezgodne ze społecznymi oczekiwaniami, normami, standardami, wywołują dezaprobatę społeczną.
 - Stanowią ryzyko dla zdrowia, łączą się z psychopatologią i trudnościami w podejmowaniu ról społecznych.
 - Mają tendencję do kumulowania się, łączenia się w syndromy zachowań.
 - ZP ograniczają liczbę i częstość zachowań konwencjonalnych; utrudniają prawidłową socjalizację.
- Przykładami ZP są m.in.: wagary, używanie substancji psychoaktywnych, przedwczesna inicjacja i życie seksualne, przemoc, słownictwo, izolacja, niejedzenie, internet – zbyt długie przebywanie w wirtualnej rzeczywistości, fobie szkolne itd.

Wyodrębnia się **stopnie zagrożenia**:

1. Grupa niskiego ryzyka – należą do niej osoby, które nie podejmują zachowań ryzykownych – są jeszcze przed inicjacją.
2. Grupa podwyższonego ryzyka – znajdują się w niej osoby, które podjęły choć jedno zachowanie ryzykowne – są po inicjacji – u których ponadto obserwujemy liczne czynniki ryzyka (eksperymentatorzy).
3. Grupa wysokiego ryzyka – należą do niej osoby, u których zachowania ryzykowne są głęboko utrwalone i które odczuwają poważne negatywne konsekwencje (zdrowotne i społeczne) swoich zachowań ryzykownych.

Systemowe podejście do profilaktyki uwzględniające środowisko, w którym przebywa dziecko, jest związane z **czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi**.

Wśród czynników ryzyka wymienia się m.in.:

- a) Czynniki ryzyka związane z rodziną – rozpad więzi małżeńskiej, brak konsekwencji rodziców, autorytatywność lub permissywność itp.
- b) Czynniki ryzyka związane z edukacją – niskie wyniki szkolne, małe zaangażowanie w naukę, negatywne nastawienie do szkoły, słaba więź ze szkołą.
- c) Środowiskowe czynniki ryzyka – przynależność do „problemowych” grup rówieśniczych, aprobata dla ZP rówieśników i dorosłych, przeprowadzki, słaba więź z kościołem.
- d) Osobowe czynniki ryzyka - brak lub słabe poczucie własnej wartości, niestabilna, nieadekwatna samoocena, niska odporność na stres itp.

Odpowiadającymi wymienionym grupom czynników ryzyka – czynnikami chroniącymi są m.in.:

- a) Silne przywiązanie do rodziców (więzi emocjonalne), przyjazny, ciepły dom, spójność oddziaływań wychowawczych, wysoka, adekwatna samoocena, system wartości, normy, religijność.
- b) Zaangażowanie w naukę szkolną (dążenie do zdobywania wiedzy), zainteresowania, umiejętność radzenia sobie ze stresem.
- c) Pozytywna grupa rówieśnicza, umiejętności społeczne, brak akceptacji dla zachowań odbiegających od norm społecznych, uczestnictwo w życiu kościelnym.
- d) Stabilna i adekwatna samoocena, stabilne poczucie własnej wartości, odporność na stres itp.

W szkolnym programie profilaktyki uwzględniane są dwa pierwsze poziomy profilaktyki:

1. Profilaktyka pierwszorzędowa (Io) – adresowana jest do grupy niskiego ryzyka i ma wzmacniać czynniki chroniące.
2. Profilaktyka drugorzędowa (IIo) – adresowana jest do grupy podwyższonego ryzyka i ma redukować czynniki ryzyka oraz wzmacniać pozytywne aspekty czynników chroniących.

W wytyczeniu celów, zadań i sposobów realizacji programu profilaktyki pomaga znajomość i uwzględnianie wypracowanych na świecie i w Polsce różnych modeli podejść do wczesnej profilaktyki – strategii profilaktycznych.

Wymienia się następujące strategie:

- działania informacyjne (oparte o procesy poznawcze)
- działania edukacyjne (w zakresie umiejętności)
- działania o charakterze alternatywnym
- działania interwencyjne
- działania w zakresie zmiany prawa (przepisów)
- działania w zakresie zmian środowiskowych

Działania profilaktyczne przyniosą spodziewane efekty, jeśli będą adekwatne do potrzeb oraz gdy spełnione zostaną podstawowe warunki i zasady, m.in.:

- W zakresie obowiązków szkoły:
 - podejmowanie działań uprzedzających pojawienie się problemów,

- angażowanie całej społeczności szkolnej,
- dbanie o przepływ informacji w szkole,
- dzielenie się pomysłami i doświadczeniami,
- wspólne szkolenie się,
- wypracowanie programów autorskich,
- szukanie sojuszników i współpracowników,
- dysponowanie listą adresową instytucji i organizacji wspomagających działania profilaktyczne,
- wypracowanie spójnej polityki wobec niepożądanych zachowań młodzieży, odzwierciedlonej w postaci jasnych, znanych wszystkim przepisów w Statucie Szkoły,
- opracowanie procedur postępowania interwencyjnego,
- korzystanie z tego, czym dysponujemy (kompetencje, umiejętności, pomoce, literatura),
- przestrzeganie zasady jednakowego traktowania wszystkich uczniów, konsekwentne postępowanie,
- wyeliminowanie wzorów nieprawidłowych zachowań wśród nauczycieli i pozostałych pracowników szkoły.

- W zakresie powinności wychowawczych:

- zadbanie o znajomość prawa i postępowanie zgodnie z nim,
- poznanie elementarnej wiedzy na temat istniejących zagrożeń,
- dostrzeganie czynników ryzyka,
- wypracowanie umiejętności używania jasnych i zrozumiałych komunikatów w kontakcie z młodzieżą,
- czuwanie nad konsekwencją postępowania,
- wypracowanie klarownych zasad przepływu informacji między szkołą i rodzicami,
- świadomość osobistych trudności i obaw związanych z problematyką profilaktyki.

Literatura:

Z.B. Gaś: Profilaktyka uzależnień. Warszawa. 1993

Z.B. Gaś: Szkolny program profilaktyki. [W] O godność osoby ludzkiej. Praca zbiorowa. Radom. 2002

M. Moneta - Zalewska: Narkotyki w szkole i w domu. Zagrożenie. Warszawa. 1995

W. Poleszak: Programy rówieśnicze w psychoprofilaktyce. [W] O godność osoby ludzkiej. Praca zbiorowa. Radom. 2002

M. Wiczorek – Stachowicz: Profilaktyka w szkole. Poradnik dla nauczyciela. Warszawa. 2000

Z.B. Gaś: Profilaktyka w zreferowanej szkole. Remedium Nr 6/2001

S. Grzelak: Kamień węgielny, cegły i spoiwo. Remedium Nr 5/2001

M. Prajsner: Trudne pytania. Remedium Nr 12/2001

J. Szymańska: Profilaktyka w szkole. Remedium Nr 7-8/2002

M. Wojciechowski: Strategie w profilaktyce. Remedium Nr 1/2002

M. Wojciechowski: Mity i zasady profilaktyki uzależnień. Remedium Nr 5/2002

DANE DIAGNOSTYCZNE I OPIS PROBLEMÓW

W I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCYM IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA W ŻYWCU

Celem diagnozy było możliwie pełne zidentyfikowanie prawidłowości funkcjonowania uczniów, nauczycieli i rodziców i przełożenie tej wiedzy na postulaty istotne dla zaprojektowania działań zapobiegawczych.

Diagnozą objęto 30% społeczności uczniowskiej (wszystkie poziomy wiekowe), 90% nauczycieli i reprezentację rodziców oraz reprezentację pracowników administracji i obsługi (30%).

Zastosowane narzędzia badawcze, to:

- ankieta – sondaż dla uczniów klas pierwszych
- ankieta dla uczniów, nauczycieli i rodziców
- analiza dokumentacji szkolnej: dzienników lekcyjnych, rocznego planu szkoły, protokołów z posiedzeń Rady Pedagogicznej
- obserwacja życia szkolnego
- rozmowy (dzielenie się refleksjami z własnej pracy) z wychowawcami oraz z przedstawicielami pracowników administracji i obsługi szkoły.

Z analizy wyników badań obraz występujących u młodzieży zachowań problemowych oraz czynników ryzyka przedstawia się następująco:

Zachowania problemowe:

- picie alkoholu, głównie piwa
- upijanie się (bardzo rzadko)
- palenie papierosów
- wagary, absencja na lekcjach
- lęk przed brakiem akceptacji (odrzućenie) przez grupę
- doświadczenia z narkotykami, głównie marihuaną
- niejedzenie prowadzące do schorzeń
- agresja
- izolacja (odcinanie się od klasy, brak przyjaciół poza szkołą)
- depresja, zaburzenia osobowości
- nawiązywanie „ryzykownych” znajomości po wypiciu alkoholu
- używanie wulgaryzmów
- internet (zbyt długie przebywanie w rzeczywistości wirtualnej)
- „niezdrowa” rywalizacja

- kłamstwa, fałszowanie zwolnień i usprawiedliwień z lekcji

Czynniki ryzyka:

- przebywanie w grupach młodzieży pijącej
- spędzanie wolnego czasu poza domem w barach, pubach, kawiarniach internetowych
- nie przyjmowanie do wiadomości faktu, że piwo jest alkoholem
- brak umiejętności odmawiania
- wysoki poziom stresu związanego z wymaganiami stawianymi przez szkołę, rodziców, „życie” (dostanie się na dobre uczelnie, odpowiednie studia)
- przebywanie, najczęściej w związku z miejscem zamieszkania, w towarzystwie osób z poważnymi doświadczeniami patogennymi: niekontrolowane picie alkoholu, uzależnienie od narkotyków, przemoc, wagary
- uleganie wpływom rówieśników
- brak zaufania do rodziców i dorosłych, aby w przypadku trudności zwrócić się o pomoc
- przekonanie o posiadaniu wystarczającej wiedzy o mechanizmach uzależnienia

Wytypowane zostały również w badaniach czynniki chroniące. Pozytywnym i optymistycznym wydaje się fakt, iż w materiale od młodzieży wymieniane są one w całym bogactwie i różnorodności, niezależnie od aktualnie prezentowanych przez osobę postaw 5i przekonań wobec substancji uzależniających. Odnoszą się zarówno do sfery indywidualnej badanych, jak też rodziny, szkoły i szerszego otoczenia społecznego.

Za czynniki chroniące uznano:

- rodzinę – kochającą, szczęśliwą, wspierającą się
- dobrą atmosferę w domu, dobre kontakty z rodzicami
- możliwość rozmowy z rodzicami, rodzeństwem, bliskimi
- kościół, wspólnotę
- odpowiednie środowisko, przyjaciół „bez problemów”
- odizolowanie od „podejrzanych” przyjaciół
- więzi z kolegami i przyjaciółmi, którzy mogą pomóc
- miłość, przyjaźń
- spokojną, bezstresową atmosferę w szkole
- zorganizowany czas wolny
- profilaktykę, liczenie na pomoc osób dorosłych, ich zrozumienie, wysłuchanie
- zajęcia na temat uzależnień, posiadanie wiedzy o skutkach używania substancji psychoaktywnych
- wzorce
- zasady wyniesione z domu
- wiarę

- posiadanie wartości i przekonania
- możliwość wyboru tego co dobre
- umiejętność odmawiania
- odporność na stres
- świadomość, inteligencję, rozsądek, silną wolę, ambicję, odpowiedzialność, poczucie godności
- poczucie własnej wartości
- dyscyplinę, świadomość konsekwencji

Na podstawie analizy danych diagnostycznych zostały sformułowane cele nadrzędne szkolnego programu profilaktyki:

- promocja zdrowia
- zmniejszenie stopnia zagrożenia młodzieży uzależnieniem od substancji psychoaktywnych (zmniejszenie zażywania środków uzależniających)
- zmniejszenie zasięgu zachowań ryzykownych, a w przypadkach identyfikacji osób o podwyższonym ryzyku popadnięcia w uzależnienie, ograniczenie głębokości i czasu trwania dysfunkcji oraz umożliwienie wycofania się z zachowań ryzykownych.