

Marian Łakomski

POMÓŻ UZALEŻNIONYM!

Integralny program profilaktyczny w szkole
Poradnik dla nauczycieli i wychowawców



Niniejsza **darmowa publikacja** zawiera jedynie fragment pełnej wersji całej publikacji.

Aby przeczytać ten tytuł w pełnej wersji [kliknij tutaj](#).

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez NetPress Digital Sp. z o.o., operatora [sklepu na którym można nabyć niniejszy tytuł w pełnej wersji](#). Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody NetPress oraz wydawcy niniejszej publikacji. Zabrania się jej od-sprzedaży, zgodnie z [regulaminem serwisu](#).

Pełna wersja niniejszej publikacji jest do nabycia w sklepie internetowym [Złote Ebooki](#).

Pomóż uzależnionym!
Integralny program
profilaktyczny w szkole

Poradnik dla nauczycieli i wychowawców

Marian Łakomski

Pomóż uzależnionym!
Integralny program
profilaktyczny w szkole

Poradnik dla nauczycieli i wychowawców



Oficyna Wydawnicza „Impuls”
Kraków 2007

© Copyright by Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007

Adiustacja:
Małgorzata Miller

Korekta:
Agnieszka Hebda

Projekt okładki:
Ewa Tatiana Beniak

ISBN 978-83-7308-811-5

Oficyna Wydawnicza „Impuls”
30-619 Kraków, ul. Turniejowa 59/5
tel. (012) 422-41-80, fax (012) 422-59-47
www.impulsoficyna.com.pl, e-mail: impuls@impulsoficyna.com.pl
Wydanie III, Kraków 2007

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział 1	
Problemy alkoholowe w wieku dorastania oraz ich przyczyny	11
1. Charakterystyka uzależnienia alkoholowego	11
2. Uwarunkowania inicjacji alkoholowej dzieci w wieku szkolnym	21
3. Skutki uzależnienia alkoholowego w wieku szkolnym	29
Rozdział 2	
Przyczyny małej skuteczności obecnie stosowanych programów profilaktycznych	37
1. Kryterium zewnętrzne oceny programów profilaktycznych	39
2. Kryterium wewnętrzne oceny programów profilaktycznych	48
Rozdział 3	
Założenia teoretyczne integralnego programu profilaktyki uzależnienia alkoholowego	55
1. Personalistyczna koncepcja człowieka jako punkt wyjścia integralnego programu profilaktycznego	55
2. Elementy informacyjne integralnego programu profilaktycznego uzależnień	60
2.1. Informacje dotyczące ciała człowieka	61
2.2. Informacje dotyczące funkcjonowania psychiki	62
2.3. Informacje dotyczące rozwoju moralnego	63
2.4. Informacje dotyczące podstawowych elementów duchowości w człowieku	65
2.5. Informacje dotyczące relacji interpersonalnych	66
2.6. Informacje dotyczące prawidłowej komunikacji	67

3. Elementy formacyjne programu	69
3.1. Motywacja wychowanków	70
3.2. Kształtowanie dojrzałych postaw dzieci w wieku szkolnym	71
Rozdział 4	
Znaczenie komunikacji w profilaktyce uzależnień	79
1. Społeczeństwo informacyjne a komunikacja międzyludzka	79
2. Komunikacja bez przemocy	81
2.1. Aplikacje praktyczne	84
Rozdział 5	
Współpraca szkoły i rodziny w realizacji integralnego programu profilaktycznego	91
1. Rola rodziny w wychowaniu do trzeźwości	91
1.1. Formowanie dojrzałości w sferze psychofizycznej	92
1.2. Formowanie dojrzałości moralnej i duchowej	94
1.3. Środowisko rodzinne a nabywanie kompetencji interpersonalnych	98
2. Formy współpracy rodziny i szkoły	100
3. Współpraca instytucji wspomagających szkołę i rodzinę w realizacji programu profilaktycznego	104
3.1. Samorządy lokalne	104
3.2. Kościół	105
3.3. Służba zdrowia	108
3.4. Poradnie psychologiczno-pedagogiczne	109
3.5. Ruchy samopomocowe	111
3.6. Ośrodki pomocy społecznej	113
3.7. Prokuratura, policja, sądy rodzinne	115
3.8. Mass media	117
Rozdział 6	
Projekt integralnego programu profilaktycznego dla szkoły	119
Zakończenie	141
Bibliografia	145

Wstęp

Obecnie jednym z największych zagrożeń dla dzieci i młodzieży w Polsce jest uzależnienie od alkoholu – złożony stan chorobowy, który wiąże się zwykle z intensywnym kryzysem we wszystkich sferach ludzkiego życia. Alkoholizm prowadzi nie tylko do zaburzeń fizjologicznych, ale również do psychicznych i duchowych.

Opublikowane w 1997 roku badania ujawniły obraz zmian w spożyciu alkoholu przez młodzież w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych. Z badań tych wynika, że we wspomnianym okresie:

- nastąpił gwałtowny, skokowy wzrost spożycia alkoholu przez młodzież;
- wśród młodzieży najwięcej pijącej utrzymał się stały trend wzrostu spożycia alkoholu;
- zmniejszyła się liczba abstynentów wśród dzieci i młodzieży;
- obniżył się wiek inicjacji alkoholowej, a także lobby proalkoholowe rozwinęło działalność marketingową skierowaną wprost do młodzieży, a nawet dzieci¹.

Szczegółowe wyniki badań ujawniły też zależność zachowań młodzieży od zachowań ludzi dorosłych. Zwiększone picie wśród młodzieży związane jest ze wzrostem spożycia alkoholu przez dorosłych, odnotowanym na początku lat dziewięćdziesiątych. Szczególną uwagę należy zwrócić również na szkody ponoszone przez dzieci i młodzież z powodu picia alkoholu przez rodziców. W Polsce żyje około 1,5–2 milionów dzieci alkoholików. Dzieci te mają bardzo niekorzystne warunki rozwojowe, co powoduje, że są mniej odporne i częściej chorują fizycznie. Rozwijają się też u nich określone zaburzenia emocjonalne, często są ofiarami przemocy i nadużyć seksualnych ze strony najbliższych członków rodziny lub ich otoczenia. Dzieci te stanowią tak zwaną grupę ryzyka pod względem prawdopodobieństwa uzależnienia. Grupa ta wymaga bardzo pilnego stworzenia stosownych programów pomocy. Dotychczasowa pomoc jest niewystarczająca, mimo sporych wysiłków podejmowanych przez gminy, kościoły i organizacje pozarządowe.

¹ Por. *Profilaktyka i rozwiązywanie problemów alkoholowych w Polsce w 1997 roku*, PARPA, „Alkohol a Zdrowie” 1998, nr 22, s. 46–48.

Głównym motywem podjęcia niniejszej pracy jest niepokój wychowawczy w obliczu wielkości zagrożeń i szkód alkoholowych wśród dzieci i młodzieży. W okresie szkolnym młodzi ludzie podejmują próby eksperymentowania z różnymi środkami odurzającymi, a przede wszystkim z alkoholem. Opierając się na badaniach polskich i obcych, wymienia się liczne negatywne konsekwencje picia alkoholu przez dzieci. Są to: wypadki (zwłaszcza drogowe) i wynikające z nich zgony, kalectwo czy inne kłopoty ze zdrowiem, przestępstwa, gwałty, niepowodzenia szkolne, konflikty z rodzicami i otoczeniem, łatwiejszy dostęp do innych szkodliwych używek (substancji). Wczesna inicjacja alkoholowa jest uważana przez specjalistów za jedną z głównych przyczyn późniejszych trudności, z którymi borykają się ludzie dorośli (np. w karierze zawodowej).

Ważnym motywem zainteresowania się tym tematem jest stwierdzona mała skuteczność elementarnych i najbardziej popularnych programów profilaktycznych dla szkół². Programy te w dużej mierze są wspomagane przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA), a od 1997 roku są współfinansowane przez gminy. Programy te zawierają opracowane „technologie”, tzn. opisaną strategię działania, strukturę, materiały pomocnicze oraz schemat realizacji. Większość z nich jest stale poddawana badaniom naukowym pod względem ich skuteczności i ulepszana w miarę dostarczania wyników tych badań. Na podstawie tych badań można stwierdzić, że efekty stosowanych programów są nieproporcjonalne do ponoszonych wysiłków i środków finansowych³.

Skuteczność tych programów jest niewielka z kilku przyczyn. Po pierwsze, opierają się one na fragmentarycznej koncepcji wychowania, biorąc pod uwagę głównie jego sferę emocjonalną. Po drugie, w zbyt małym stopniu uwzględniają negatywny dla życia w wolności i abstynencji kontekst społeczny i kulturowy⁴. Programy te skupiają się na uczeniu wychowanka asertywnego wyrażania emocji oraz sztuki odmawiania w obliczu szkodliwej presji otoczenia. Tymczasem okazuje się, że najważniejszą przyczyną zagrożeń sięgania po substancje uzależniające przez dzieci i młodzież nie jest ani zła wola, ani lekkomyślność czy przypadkowa ciekawość, ani skłonności czy uwarunkowania genetyczne organizmu, lecz kryzysy – bolesne stany emocjonalne. Z tego właśnie względu substancje uzależniające nie są jednakowo atrakcyjne dla wszystkich. Okazują się one atrakcyjne w stopniu

² J. Szymańska, *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki*, Warszawa 2000, s. 51–73.

³ Por. K. Bobrowski, K. Ostaszewski, *Ocena skuteczności programów profilaktyki alkoholowej „Noe + Drugi Elementarz”*, „Problemy Alkoholizmu” 1997, nr 7, s. 6–9.

⁴ Por. Z. Sareło, *Postmodernistyczny styl życia i myślenia [w:] Postmodernizm: wyzwanie dla chrześcijaństwa*, red. Z. Sareło, Poznań 1995, s. 9–27.

proporcjonalnym do kryzysu, którego doświadcza wychowanek. Kryzys ten objawia się bolesnymi przeżyciami, wobec których rodzi się pokusa, by „poprawić” sobie nastrój albo „uciec” od problemów⁵.

Fakt powiązania kryzysu życia z inicjacją alkoholową i wchodzeniem na drogę uzależnień powinien być uwzględniany we wszystkich rodzajach działań profilaktycznych.

Celem niniejszej publikacji jest opracowanie założeń integralnego programu profilaktycznego dotyczącego wychowania w trzeźwości dzieci i młodzieży. Taki program będzie nie tylko przekazywał informacje o substancjach uzależniających i uczył kompetentnych zachowań wobec własnych emocji, lecz także kształtował u wychowanków dojrzałe postawy wobec siebie i świata zewnętrznego.

Warunkiem opracowania integralnego programu wychowania w trzeźwości jest całościowe i realistyczne rozumienie wychowanka i jego sytuacji egzystencjalnej. Tego typu spojrzenie na wychowanka oznacza, że jego ewentualne problemy z alkoholem lub zdolność do zachowania abstynencji wynikają nie ze skłonności biologicznych czy emocjonalnych, ale przede wszystkim są uwarunkowane jakością jego więzi międzyosobowych i jego dojrzałością etyczną. W tej perspektywie profilaktyka uzależnień polega nie tylko na promowaniu zdrowia fizycznego i psychicznego, lecz także, a nawet przede wszystkim na poprawianiu jakości więzi międzyosobowych oraz pogłębianiu etycznej wrażliwości wychowanka i jego najbliższego środowiska: rodzinnego, rówieśniczego, szkolnego i społeczno-kulturowego. Skuteczna profilaktyka polega bowiem na takim wychowaniu, które pozwala na odróżnienie tego, co rozwija, od tego, co deprecjonuje, aby budować umiejętność kierowania własnym życiem w sposób świadomy i odpowiedzialny.

Praca składa się z sześciu rozdziałów. Rozdział pierwszy ukazuje naturę uzależnień oraz przyczyny i skutki inicjacji w wieku szkolnym. Rozdział drugi podaje przyczyny małej skuteczności dotychczas stosowanych programów profilaktycznych. Rozdział trzeci przedstawia personalistyczną koncepcję człowieka jako podstawę w opracowaniu integralnego programu profilaktycznego, którego stosowanie stwarza skuteczniejszą niż dotąd ochronę dzieci i młodzieży przed uzależnieniami. Rozdział czwarty dotyczy funkcjonowania społeczeństwa informacyjnego i przedstawia metodę komunikacji bez przemocy i jej aplikacje praktyczne. Rozdział piąty zawiera zasady współpracy rodziny i szkoły oraz różnych instytucji wspierających szkołę i rodzinę w realizacji integralnego programu. W rozdziale ostatnim przedstawiony jest projekt integralnego programu

⁵ Por. M. Dziewiecki, *Młodzież wobec alkoholu*, „Ateneum Kapłańskie” 1997, nr 1, s. 61.

profilaktycznego, metody i formy pracy oraz spodziewane osiągnięcia na różnych etapach edukacji.

Niestety, chociaż na przestrzeni ostatnich kilku lat środowisko szkolne zostało objęte szerokimi oddziaływaniami profilaktycznymi, to oddziaływania te nie uwzględniają szeroko rozumianego charakteru profilaktyki. Zdecydowana bowiem większość programów profilaktycznych, które są obecnie stosowane w polskich szkołach i innych placówkach wychowawczych skupia się jedynie na cielesności i emocjach, natomiast pomija inne wymiary osoby ludzkiej. Z tego właśnie powodu konieczne jest opracowanie założeń programu profilaktycznego, który dostrzegłby wszystkie uwarunkowania inicjacji alkoholowej oraz uwzględnił bioetyczny wymiar pracy wychowawczej w dziedzinie wychowania do trzeźwości.

Publikacja ta jest przeznaczona w szczególności dla nauczycieli i wychowawców, a także rodziców, którzy nie mają profesjonalnego przygotowania w zakresie profilaktyki uzależnień, a którzy mogą pomagać innym, zwłaszcza dzieciom i młodzieży, w ochronie zagrożonej wolności.

Rozdział 1

Problemy alkoholowe w wieku dorastania oraz ich przyczyny

Problemy alkoholowe oznaczają różnorodne zagrożenia oraz negatywne zjawiska związane z nadużywaniem alkoholu i chorobą alkoholową. Prowadzą one do degradacji psychofizycznej, a także duchowej, społecznej i ekonomicznej poszczególnych osób, rodzin i całych środowisk. Tego typu problemy dotyczą wielu krajów, niezależnie od istniejących w nich ustrojów społeczno-politycznych czy warunków ekonomicznych. W Polsce rozmiary szkód spowodowanych piciem alkoholu są tak wielkie, iż można je traktować jako epidemię społeczną, która bezpośrednio czy pośrednio dotyczy większości Polaków.

1. Charakterystyka uzależnienia alkoholowego

Najbardziej dramatycznym skutkiem inicjacji alkoholowej w wieku dorastania jest wchodzenie na drogę uzależnienia od alkoholu. Charakterystycznym zjawiskiem we współczesnym świecie jest występowanie patologicznych form zachowania, które przez WHO określane są jako uzależnienia. Uzależnienia kojarzone są zwykle z długotrwałym używaniem i nadużywaniem takich substancji chemicznych, jak: alkohol, narkotyki i leki, co prowadzi z jednej strony do nawyku ich zażywania, z drugiej zaś – ma negatywne skutki biologiczne, psychiczne, duchowe i społeczne dla człowieka, który im ulega.

Istnieje wiele różnorodnych definicji uzależnienia. Jedne z nich stwierdzają, że o uzależnieniu można mówić wtedy, gdy jakiś środek lub czynność przestają służyć człowiekowi zgodnie z jego przeznaczeniem, a stają się dla niego celem samym w sobie. Inne podkreślają, że uzależnienie to nawykowe zachowanie ograniczające wolność ludzkich pragnień.

Niniejsza **darmowa publikacja** zawiera jedynie fragment pełnej wersji całej publikacji.

Aby przeczytać ten tytuł w pełnej wersji [kliknij tutaj](#).

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez NetPress Digital Sp. z o.o., operatora [sklepu na którym można nabyć niniejszy tytuł w pełnej wersji](#). Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody NetPress oraz wydawcy niniejszej publikacji. Zabrania się jej od-sprzedaży, zgodnie z [regulaminem serwisu](#).

Pełna wersja niniejszej publikacji jest do nabycia w sklepie internetowym [Złote Ebooki](#).