

CENTRUM METODYCZNE POMOCY PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEJ

Warszawa, dnia 3. 04.2002

Krzysztof Wojcieszek
Joanna Szymańska

Standardy jakości pierwszorzędowych programów profilaktycznych realizowanych w szkołach i placówkach oświatowych

Przez „program profilaktyczny” rozumie się tu działania psychoedukacyjne podejmowane według określonego scenariusza, których celem jest zapobieganie zachowaniom ryzykownym uczniów i szkodom wynikającym z problemów w ich otoczeniu. Niniejsze standardy nie odnoszą się natomiast do „szkolnego programu profilaktyki”, który może zawierać różnorodne elementy, które nie są „programami profilaktycznymi” w węższym znaczeniu, choć mogą być przydatne w jego konstruowaniu.

Programy profilaktyczne powinny być systematycznie kontrolowane i weryfikowane, by mogły dawać **wysoką gwarancję korzyści dla odbiorców**. Jakość jest kategorią wielowymiarową, toteż **standardy odnoszą się do wielu obszarów i wymiarów działań profilaktycznych**.

Bezpieczeństwo uczestników

Jako oddziaływanie psychoedukacyjne program profilaktyczny musi przede wszystkim zapewniać bezpieczeństwo uczestnikom i nie powodować szkód. Twórcy i realizatorzy programów obowiązani są więc stosować się do norm etycznych i zasad bezpieczeństwa charakterystycznych dla działań psychologicznych i pedagogicznych. W szczególności powinny być przestrzegane następujące **standardy etyczne i zawodowe**:

- **respektowanie podmiotowości uczestników programu, poprzez pozyskiwanie ich zgody na udział w zajęciach,**
- **poszanowanie ich godności i indywidualności,**
- **ochrona prywatności i zapewnienie dyskrecji,**
- **uwzględnianie wieku i poziomu rozwoju uczestników,**
- **uwzględnianie ich systemu wartości i stopnia wrażliwości,**
- **niestosowanie technik, które naruszają mechanizmy obronne osobowości (terapeutycznych, psychomanipulacyjnych).**

Stopień bezpieczeństwa programów adresowanych do dzieci i młodzieży szkolnej związany jest z **poziomem przygotowania osób prowadzących**. Okres dzieciństwa i dojrzewania charakteryzuje duża dynamika zmian rozwojowych. Od osób prowadzących, oprócz znajomości problematyki omawianej w programie, należy więc wymagać również znajomości specyfiki rozwojowej odbiorców.

- **Realizatorzy programów profilaktycznych w grupach dzieci i młodzieży powinni posiadać przygotowanie pedagogiczne.**

Osoby prowadzące powinny przedstawić aktualne dokumenty świadczące o uprawnieniach do prowadzenia danego programu w postaci rekomendacji i zaświadczeń. Czasami zdarza się, że do programu zaprasza się specjalistów z jakiejś dziedziny, którzy wnoszą wartościowy wkład choć nie posiadają formalnego przygotowania pedagogicznego. Jeżeli program realizują osoby bez przygotowania pedagogicznego (a przeszkolone w jego stosowaniu) należy zapewnić odpowiednią konsultację i nadzór. Cenne są wszelkie opinie z poprzednich realizacji. W przypadku wątpliwości należy zwracać się do autorów lub organizacji opiekujących się programem z prośbą o weryfikację oferty.

Programy profilaktyczne bywają też sposobem działania grup psychomanipulacyjnych („sekt”), dlatego warto sprawdzić bardzo dokładnie źródła programu (organizator, opis, ewaluacja, publikacje). Wykaz i opis wielu sprawdzonych programów znajduje się na stronie internetowej CMPPP www.cmppp.edu.pl, podstrona Programy Profilaktyczne.

Osobnym, a bardzo ważnym problemem jest kwestia **wiarygodności osób prowadzących** dany program z punktu widzenia jego celów.

- **Realizatorzy powinni sami spełniać te standardy zachowań, do których nawołują, również na polach pokrewnych do tematyki programu.**

Adekwatność oddziaływań profilaktycznych

- **Program profilaktyczny powinien być maksymalnie dostosowany do potrzeb i problemów odbiorców.**

Powinien więc dotyczyć zagadnień rzeczywiście występujących w danej grupie lub społeczności i realnych zagrożeń mogących wystąpić w przewidywalnym okresie czasu. Musi się zatem opierać na choćby skromnej diagnozie środowiskowej wskazującej na zasięg i lokalną dynamikę problemów. Źródłem informacji o potrzebach profilaktycznych mogą być również dane epidemiologiczne zbierane z terenu całego kraju. Warto jednak sprawdzić, czy pokrywają się one z danymi lokalnymi. Takim samym błędem w sztuce jest zaniechanie profilaktyki, jak jej nadmiar; zajmowanie się problemami marginesowymi lub przesadnie nagłaśnianymi, choć nie występującymi w danym środowisku.

- **Decyzja o stosowaniu programu powinna być zawsze poprzedzona wstępną diagnozą w celu dobrej jego implementacji w lokalnych warunkach.**
- **Program powinien mieć wyraźnie określonego adresata.**

Należy określić wiek odbiorców (poziom edukacji), ponieważ potrzeby, problemy i możliwości odbiorców w różnym wieku są odmienne.

Skuteczność

Skuteczność programów zależy w znacznym stopniu od poziomu profesjonalizmu twórców, a także realizatorów. Projektom profilaktycznym stawia się następujące wymogi:

- **Program powinien być zgodny z aktualnym stanem wiedzy z dziedziny, której dotyczy,**

- Program powinien wykorzystywać wiedzę dotyczącą sprawdzonych strategii, form i metod oddziaływania,
- Program powinien uwzględniać wiedzę z zakresu psychologii rozwojowej.

Za szczególnie skuteczne uważa się takie strategie jak:

- korekta przekonań normatywnych dotyczących rozpowszechnienia i akceptacji dla zachowań problemowych,
- motywowanie do podejmowania konstruktywnych osobistych postanowień przez uczniów,
- wskazywanie na dysfunkcyjność zachowań wobec wartości cenionych przez uczestników,
- przekazywanie rzetelnej i adekwatnej wiedzy o konsekwencjach zachowań problemowych, których dotyczy program,

ponadto jako mniej ważne, ale wartościowe uznaje się:

- ćwiczenie najważniejszych umiejętności psychologicznych i społecznych, np. umiejętność radzenia sobie ze stresem, nawiązywania i podtrzymywania dobrych kontaktów z ludźmi, odpierania presji otoczenia. Pozwala to uczniom na rozszerzanie dobrych doświadczeń osobistych w sytuacji, gdy są one zawężone lub wręcz niedostępne („alternatywy”).

Skuteczność tej ostatniej strategii zależy od wieku odbiorców programu, od stopnia socjalizacji (od systemu wartości i znajomości norm).

- W grupach młodszych dzieci, będących na wczesnym etapie procesu socjalizacji, ćwiczenie umiejętności powinno być poprzedzone uczeniem wartości i norm społecznych.

Skuteczność strategii informacyjnej, a także bezpieczeństwo uczestników, zależą od stosowania się do następujących standardów:

- informacje powinny być rzetelne,
- informacje powinny być dostosowane do poziomu rozwoju intelektualnego, emocjonalnego i społecznego adresata, do jego możliwości percepcyjnych,
- informacje powinny uwzględniać poziom już posiadanej wiedzy (zbyt wczesne wkraczanie z informacjami na temat zagrożeń może podsuwać pomysły na niepożądane zachowania),
- informacje powinny być rzeczowe (odwoływanie się do emocji, np. straszenie, może powodować obronne odrzucanie zagrażających informacji lub też pobudzać ciekawość),
- informacje dotyczące zagrożeń nie powinny być zbyt szczegółowe (aby nie stanowiły instruktażu nieprawidłowych zachowań).

Stwierdzono, że programy obejmujące dzieci i rodziców mają wyższy wskaźnik skuteczności niż programy adresowane tylko do dzieci lub tylko do rodziców, co pozwala ustanowić następujący standard:

- Programy profilaktyczne przeznaczone dla dzieci i młodzieży powinny zawierać zajęcia dla rodziców realizowane równoległe z zajęciami dla dzieci.

W każdym wypadku twórcy programu powinni określić z jakich ustaleń teoretycznych korzystają (do jakiej teorii skuteczności profilaktyki się odwołują). Element taki powinien być zawarty w opisie programu.

W poszczególnych obszarach profilaktyki mogą funkcjonować specyficzne warunki skuteczności. Autorzy programów powinni być ich świadomi (zarówno ogólnych warunków skuteczności, jak i specyficznych dla danej dziedziny) i dawać wyraz tej wiedzy w stosownym fragmencie opisu programu.

Skuteczność programów realizowanych w szkole zależy również od warunków, w jakich są wdrażane. Uważa się, że duży wpływ na efektywność mają następujące czynniki związane z samą szkołą: klimat szkoły, stopień tolerancji nauczycieli wobec nieprawidłowych zachowań uczniów, wzorce zachowań prezentowane przez nauczycieli. Czynniki te powinny być przedmiotem wstępnej diagnozy przed wdrożeniem programu

Głębokość i czas trwania

Programy mogą dotyczyć wąskiego zakresu spraw i zmierzać do usuwania skutków zachowań problemowych czy napotykanymi trudnościami środowiskowymi, ale mogą też dotyczyć głębszych, uwarunkowań dysfunkcji. Innymi słowy, mogą być skierowane na usuwanie tylko objawów lub też przyczyn zaburzeń.

We współczesnej profilaktyce proponuje się, jako bardziej skuteczny, model głębszego oddziaływania oparty o koncepcję czynników ryzyka i czynników chroniących.

Czynniki ryzyka to wszystkie elementy (cechy, sytuacje, warunki) zwiększające ryzyko wystąpienia zachowań problemowych i związanych z nimi szkód. Są one zróżnicowane w zależności od rodzaju problemu objętego profilaktyką (od kilkunastu do ponad stu, w zależności od typu problemu).

Czynniki chroniące to wszystkie elementy osłabiające oddziaływanie czynników ryzyka.

Bardziej uniwersalne są czynniki chroniące, związane z głębokimi potrzebami cielesno-psychiczno-duchowymi. Odzwierciedlają one osobową naturę człowieka i redukują ryzyko w przypadku większości problemów. Wymienia się w tym kontekście takie czynniki jak: **silną więź z rodzicami, zainteresowanie nauką i własnym rozwojem, praktyki religijne, zakorzenienie w tradycji społeczności i szacunek dla jej norm, konstruktywną grupę rówieśniczą.**

Zatem programy, których celem jest zarówno wzmocnienie najważniejszych czynników chroniących i osłabienie specyficznych czynników ryzyka mają większe znaczenie niż programy skierowane na doraźną redukcję zewnętrznych skutków problemów dzieci i młodzieży.

W każdym jednak przypadku należy rozważać całość problemu i wszelkie jego uwarunkowania, zarówno krótko, jak i długoterminowe. W warstwie projektowej dojrzały program powinien opierać się na analizie wymienionych czynników.

Ponadto większość zaburzeń czy problemów ma wyraźny kontekst systemowy, środowiskowy, a także specyficzne uwarunkowania indywidualne. **Dojrzały program powinien się odnosić tak do środowiska jak i do indywidualnych, zwłaszcza często występujących, deficytów u odbiorców.**

Sytuacja jest optymalna, gdy program realizuje dobrze przygotowany nauczyciel, gdyż zapewnia to możliwość kontynuacji programu, działań dodatkowych w związku z nim, a także wiarygodność prowadzącego (możliwość weryfikacji przez uczestników stylu życia prowadzącego w związku z dziedziną programu).

Edukacyjne programy profilaktyczne, przeznaczone do wykorzystania w dużych grupach (klasach), są z założenia „płytkie” w tym sensie, że nie koncentrują się na rozwiązywaniu poważnych problemów osobistych czy rodzinnych poszczególnych uczestników na forum grupy w toku samego programu. Jest na to miejsce w terapii realizowanej przez doświadczonego terapeutę i w odpowiednich warunkach, zapewniających bezpieczeństwo. Przypadkowe włączanie technik terapeutycznych do programów edukacyjnych jest poważnym błędem w sztuce.

Czasami konieczne jest odwołanie się do specjalistów z zewnątrz. Dotyczy to programów bardziej wymagających lub w przypadku rozpoczynania pracy w trybie interwencji środowiskowej. Niektórzy uczestnicy (dzieci i dorośli posiadający poważne problemy) po zajęciach poszukują indywidualnej pomocy. Twórcy programu i realizatorzy muszą uwzględnić taką możliwość. Powinni zebrać informacje o miejscach lub osobach przygotowanych do udzielania specjalistycznej pomocy, nawiązać z nimi kontakt i służyć informacjami osobom potrzebującym. Pozostawienie ich bez pomocy może spowodować poważne szkody i jest nieetyczne. Jest to następny bardzo ważny standard:

- **Każdy program profilaktyczny powinien posiadać zaplecze specjalistyczne (doradztwo, terapia) dla osób wymagających głębszej pomocy.**

Samodzielne programy profilaktyczne, skoncentrowane na specyficznych celach i zadaniach, mogą być krótkie i jednocześnie skuteczne. Uważa się jednak, że powtarzanie ważnej problematyki utrwala uzyskane efekty i zwiększa prawdopodobieństwo realizacji zakładanych celów profilaktycznych.

- **Korzystne jest, jeśli konkretny program stanowi element szerszych, długofalowych działań profilaktycznych obejmujących cały okres nauki szkolnej. Najbardziej skuteczne są działania zintegrowane z programem szkolnym (dydaktycznym i wychowawczym).**
- **Czas trwania programu i jego intensywność zależą od zdiagnozowanego wcześniej stopnia zagrożenia danej populacji.**

W długofalowych projektach zaleca się by:

- **Programy realizowane w ostatniej klasie danego etapu edukacji powinny zawierać zajęcia ułatwiające przejście do nowej szkoły, natomiast programy przeznaczone dla klas pierwszych każdego etapu edukacji powinny zawierać zajęcia adaptacyjno-integracyjne.**

Formy i metody pracy

Stwierdzono, że spełnianie kryteriów nowoczesnego kształcenia podnosi atrakcyjność i efektywność programów profilaktycznych. Należy do nich:

- **stosowanie aktywizujących metod pracy** (np. dyskusja, „burza mózgów”, metaplan, odgrywanie ról),
- **aranżowanie znaczących osobistych doświadczeń i odkryć.**

Podkreśla się też wagę elementu twórczego w programie, wartość uczestnictwa i podmiotowości uczestników. Choć stopień zadowolenia z uczestnictwa w programie nie jest wystarczającym kryterium oceny jego skuteczności, to jednak dobre programy dbają i o tę warstwę stosując możliwie angażujące metody pracy. Cenne mogą być **elementy pedagogiki zabawy**. Uważa się również za pożądane kształtowanie w możliwie szerokim zakresie ważnych umiejętności życiowych poprzez trening i doświadczenia

praktyczne w toku programu. Jednak tego rodzaju elementy powinny być weryfikowane z punktu widzenia bezpieczeństwa uczestników, jak to zaznaczono na początku.

Organizacja programu

- **Program profilaktyczny powinien być zaprojektowany zgodnie z możliwościami finansowo-organizacyjnymi szkół i placówek.**

Zbyt drogi program ogranicza dostępność działań profilaktycznych. Z kolei program zbyt tani, wiele obiecujący w zamian za mały nakład sił i środków, może budzić podejrzenia z uwagi na fakt złożoności niektórych działań profilaktycznych. Profilaktyka, zwłaszcza profesjonalna i skuteczna, nie jest tania, gdyż nie jest powierzchowna. Każde zaś systematyczne, złożone zadania kosztują. Zatem uważna analiza organizacyjno-ekonomiczna projektu programu może nam odsłonić poziom profesjonalizmu jego twórców.

- **Program profilaktyczny powinien zakładać kontynuację działań.**

Autorzy profesjonalnego programu powinni uwzględniać możliwość wzmocnienia efektów poprzez okresowe powtarzanie ważnej problematyki. Mogą to robić odpowiednio przeszkoleni nauczyciele. Jak już wspomniano, autorzy i organizatorzy powinni wskazać lub zorganizować specjalistyczne zaplecze programu, zapewniając kontynuację działań wobec osób potrzebujących głębszej pomocy. Uwzględnienie takiej ciągłości świadczy o profesjonalizmie autorów. Zatem:

- **Szkoła decydując się na podejmowanie działań profilaktycznych w formie programów powinna przewidzieć kontynuację, również w postaci działań własnych.**

Uważa się, że im bardziej program angażuje rodzinę uczestników i ich najbliższe środowisko, tym jest skuteczniejszy. Dotyczy to również angażowania rozmaitych podmiotów lokalnych, jednostek samorządowych, służb publicznych itp. **Sytuacja jest najbardziej korzystna, jeśli program realizowany w szkole lub placówce oświatowej stanowi element lokalnej (gminnej, miejskiej) strategii profilaktycznej.** Umożliwia to bardziej celowe i oszczędne wydatkowanie szczupłych środków przeznaczonych na profilaktykę, ułatwia kontynuację działań we współpracy z lokalnymi specjalistami oraz likwiduje możliwość dublowania podobnych działań przez różne podmioty.

Ważne cele profilaktyczne nie zawsze wymagają bardzo dużych i złożonych oddziaływań. Rozmiar i złożoność zależy od specyfiki problemu. Wydaje się, że prostota, elegancja rozwiązań, przemyślana struktura świadczą na korzyść programu.

Ewaluacja i dokumentacja

- **Każdy program profilaktyczny powinien podlegać metodycznej ocenie skuteczności, czyli ewaluacji.**

Działania profilaktyczne zakładają powodowanie zmian w wiedzy, postawach i zachowaniach młodych ludzi. Niezbędne jest więc sprawdzanie, czy zmiany rzeczywiście zachodzą i czy kierunek zmian jest pożądanym. Innymi słowy należy sprawdzać, czy zrealizowano zakładane cele profilaktyczne i w jakim zakresie, co ułatwiało i co utrudniało realizację. Kontrola umożliwia podjęcie decyzji o zakończeniu programu, jego kontynuacji lub wprowadzeniu korekt do programu podnoszących jego jakość.

Program powinien być starannie dokumentowany w stopniu i w zakresie wynikającym z jego struktury, bezpieczeństwa uczestników, wstępnych ustaleń. W przypadku większych programów o zasięgu ogólnopolskim zwykle istnieją ewaluacje profesjonalne. W przypadku mniejszych przedsięwzięć powinno się organizować różne formy autoewaluacji i ewaluacji wewnętrznej. W przypadku oryginalnych programów autorskich czy prób pilotażowych konieczne jest zapewnienie superwizji kompetentnych profesjonalistów. Projekt powinien zawierać opis procedury, metod i narzędzi ewaluacji.

Szczególne zasady

Zdarza się, że zainteresowani uzyskaniem sukcesu profilaktycznego w jednej dziedzinie zaniedbują inne obszary życia odbiorców, a nawet poświęcają je na rzecz ograniczonego celu profilaktycznego. Jest to poważny błąd. Program powinien uwzględniać dobro całego człowieka i nigdy nie powinien być w jakiejś warstwie destrukcyjny, a w jakiejś skuteczny ! Należy też pamiętać, że działania profilaktyczne nie zastąpią działań wychowawczych. Istotą profilaktyki jest bowiem reagowanie na specjalne zagrożenia czy problemy, zaś wychowanie przygotowuje do całego życia w jego bogactwie. Standardem zatem powinna być harmonizacja działań wychowawczych szkoły i działań specyficznie profilaktycznych, z pierwszeństwem wychowawczych.

Dodatkowa uwaga praktyczna

Ewaluacje czyli metodyczne oceny skuteczności programów opierają się na optymalnym wykonaniu danego programu. Tymczasem w większości przypadków przeszkoleni wykonawcy programu nie potrafią sprostać tak wysokim wymaganiom, jak w przypadku realizacji modelowej. Różnica zatem między teoretyczną efektywnością programu, a rzeczywistymi jego realizacjami bywa dość znaczna i trzeba ją brać pod uwagę w planowaniu pracy szkoły.

Zapewnienie korzyści uczestnikom edukacyjnych i innych programów profilaktycznych wymaga od ich twórców, realizatorów i organizatorów stałej i systematycznej pracy; wyciągania wniosków z doświadczeń praktycznych i uwzględniania wyników badań naukowych. Jakość nie jest kategorią stałą i niezmienną, toteż opracowanie standardów jakości nie może być pracą jednorazową. Niniejsze standardy są próbą opisu, w ogromnym skrócie, wymagań stawianych programom adresowanym do młodych odbiorców w oparciu o wiedzę i doświadczenie dostępne nam dzisiaj. Przedstawione opracowanie nie wyczerpuje ani nie zamyka tej problematyki. Autorzy traktują je jako wstęp do dyskusji i stałej wymiany doświadczeń służących podnoszeniu jakości działań profilaktycznych.

Źródła:

- Coie J. D. i inni (1996), *Profilaktyka: teoria i badania. Ramy teoretyczne i wybrane wytyczne narodowego programu badawczego*. Nowiny Psychologiczne nr 2.
- Gaś Z. B. (1993), *Profilaktyka uzależnień*. WSiP, Warszawa.
- Gaś Z. B. (1997), *Profilaktyka w szkole*. W: Zapobieganie uzależnieniom uczniów, CMPP-P, Warszawa.
- Grzelak J., Sochocki M. (red.), (2001) *Ewaluacja profilaktyki problemów dzieci i młodzieży*, Pracownia Profilaktyki Problemowej, „Sumus”Warszawa

- Hansen W. B. (1993), *School-based alcohol prevention programs*. Alcohol Health and Research World, vol. 17, nr 1.
- Hawkins J. D. (1994), *Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescents and early adulthood. Implications for substance abuse prevention*. Psychological Bulletin, vol. 112, nr 1.
- Hawkins J. D. (1994), *Podręcznik ewaluacji programów profilaktycznych*. IPiN, PTP, Warszawa - Olsztyn.
- Kazdin A. (1996), *Zdrowie psychiczne młodzieży w okresie dorastania. Programy profilaktyczne i lecznicze*. Nowiny Psychologiczne nr 2.
- Koczurowska J. (2002), *Standardy jakości programów profilaktycznych*. W: Profilaktyka w środowisku lokalnym. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa.
- Korporowicz L. (red.), (1998) *Ewaluacja w edukacji*, Oficyna Naukowa, Warszawa
- *Podręcznik prewencji. Alkohol, narkotyki tytoń* (1999), Biuro ds. Narkomanii. Warszawa
- *Prevention Principles for Children and Adolescents* (2001), U.S. National institute of Drug Abuse, www.nida.nih.gov/prevention/Prevopen.html
- Szymańska J. (2000), *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki*, CMPP-P, Warszawa.
- Szymańska J. (2002), *Szkoła jako miejsce realizacji działań profilaktycznych*, W: Profilaktyka w środowisku lokalnym. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa.
- Wojcieszek K.A. (2002), *Jak uruchomić program profilaktyczny?* w: *Poradnik wychowawcy*, (red. M. Pomianowska) Wyd. Raabe, Warszawa
- Wojcieszek K.A. cykle artykułów w miesięczniku „Remedium” w latach 1995-2002