

**ПРОГРАМА ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА УПОТРЕБАТА НА ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА
В УЧИЛИЩНА СРЕДА „ИМАМ ЧОВЕК“**

Емилия Николаева Донкова, Яна Стоянова Ганева
Софийски университет „Св. Климент Охридски“, София

**PROGRAM FOR PREVENTION OF THE USE OF PSYCHOACTIVE SUBSTANCES IN
A SCHOOL ENVIRONMENT „I HAVE A PERSON“**

Emiliya Nikolaeva Donkova, Yana Stoyanova Ganeva
Sofia University „St. Kliment Ohridski“, Sofia

** Авторите изказват благодарност към проект №80-10-36/10.05.2022 „Социални и педагогически аспекти на проблема за употребата на психоактивни вещества“, финансиран целево от държавния бюджет на СУ „Св. Климент Охридски“ за научни изследвания за 2022 г.*

Abstract: This article presents a variant of the program for prevention of the use of psychoactive substances among adolescents, applicable in the educational space at the junior high school level (grades 5-7). The aim of the program is to raise awareness of the growing scale of the problem – both among students and among their teachers and parents; as well as to provide a practically oriented conceptual concept for its prevention. At the heart of the development is the emphasis on communication at different levels (intellectually, emotionally, cognitively) within a social group. The draft program is based on the conceptual ideas of the mutual learning method in the original developed by the team of Andrew Bell and Joseph Lancaster and later developed in the modern method „peers teach peers“, I apply in a number. In addition, the content of the program includes the use of various discussion and interactive methods in working with individual actors involved in the process. The specific methods have been chosen in order to achieve more effective results, taking into account the specific characteristics of the target groups and the wide scale of the problem. The program consists of several separate modules, each of which covers the work at a different stage – teacher training, parent training, student training. The use of questionnaires provided to the participants after the end of each stage is set as a tool for evaluating the efficiency.

Keywords: prevention, psychoactive substances, school, students teaching students

ВЪВЕДЕНИЕ

Отправната точка на настоящата разработка се основава на разбиране на степента и естеството на проблемите, свързани с употреба на психоактивни вещества (ПАВ) от ученици. Важно е да се отбележи, че мащабите на проблема нарастват значително в последните десетилетия, като се откроява тревожната тенденция за спад на възрастовата граница при употреба – първа или последваща. Друг важен аспект е изключително улеснения достъп до ПАВ, както и разнообразието в моделите на употреба¹.

Към днешна дата е ясно дефинирано сериозното задълбочаване на ситуацията, дължащо се на ефектите от тревожните събития, случващи се в международен план – хуманитарна криза, войни, глобалната пандемия от COVID-19 и свързаните с тях последици на психо-емоционално ниво.

Анализът на тенденциите в употребата и разпространението на наркотиците през 2022 г. може да бъде обобщен по следния начин: „Навсякъде, всичко, всички“ Днес сме изправени пред ситуация, в която можем да наблюдаваме въздействието на проблемите с наркотиците почти навсякъде. В рамките на Европейския съюз проблемите с наркотиците усложняват други важни въпроси, например бездомничеството, управлението на психиатричните разстройства и намаляването на младежката престъпност. В някои държави наблюдаваме и по-високи равнища на насилие и корупция в следствие от пазара на наркотици².

Във връзка със справянето на психично ниво е необходимо достигането на относителен стабилитет по отношение на психо-емоционалното състояние на подрастващите. Предложената програма е опит да се осигури работещ модел за превенция на употребата на ПАВ, който е основан на идеята за осигуряване на подкрепа на една от най-уязвимите в психо-емоционално отношение групи – учениците от прогимназиален етап. Подкрепа, изразяваща се в усвояване и утвърждаване на умения и компетентности за справяне, защото превенцията на проблема „далеч надхвърля ограничаването на употребата на психоактивни

те вещества чрез замяната им с други такива. Тя предполага ограничаване на легалната продажба и провеждането на специализирана психолого-педагогическа работа с младите хора“ [1].

I. ОБОСНОВКА НА НУЖДТЕ ОТ ПРОЕКТОПРОГРАМА ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА УПОТРЕБАТА НА ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА В УЧИЛИЩНИЯ КОНТЕКСТ ЗА ВЪЗРАСТОВ ДИАПАЗОН 5-7 КЛАС „ИМАМ ЧОВЕК“

Употреба на ПАВ от учениците в България

Според данни от годишния доклад на Национален фокусен център за наркотици и наркомании за 2020 г., след проведени регионални проучвания в няколко града, става ясно, че средно 11,5% от българските ученици, на възраст 15–18 години са употребявали някога някакво наркотично вещество. Почти половината от респондентите са го правили през последните 30 дни от датата на провеждане на проучването, а над 50% посочват, че се е случвало да употребяват с последната една година до датата на провеждане.

Проучване сред учениците (5. – 7. клас) в град Благоевград за 2021 година на Национален фокусен център за наркотици и наркомании проследява нагласите, здравното поведение и оценките по отношение на ПАВ сред 1018 ученици от 8 училища. Данните показват, че едва 1,2% от учениците не са употребявали никога наркотични вещества. 75% от запитаните признават, че са употребявали в рамките на последната година (12 месеца), а за най-често попадаща в ръцете на подрастващите се посочва марихуаната.

Притеснително рано започва присъствието на наркотици на 16,7% от запитаните – на 11 години. До 12 години процентът достига до 41,7. Като основни причини се посочват: любопитство, скука и желание за разнообразие, желание за приемане в конкретна група на връстници. Проблемът с мащабите на разпространението на наркотици в училищна среда кристализира при обобщаването на резултатите от запитването на децата в същата възрастова група в други региони на страната, относно проблематичността на територията на училището, в което те самите учат – Благоевград – 69,1%, Габрово – 70,1%, Видин – 68,2%, Русе – 62,6%.

Превенция

В специализираната литература са извеждани многобройни и различни дефиниции, касаещи същността на понятието превенция. Повечето съществени разлики между тях произтичат от отличителните аспекти на работните цели на техните автори, както и разбира се – научните направления, към които се отнасят техните трудове. Независимо от тези различия обаче, като общо между всички определения, често се извежда това, че превенцията в своята същност представлява комплекс от действия, методи и мерки, имащи за цел да предотвратят възникването на даден проблем или явление, както и да ограничат максимално действието на рисковите фактори, които биха съдействали за това възникване. Обобщено: превенцията е система от мерки и целенасочени действия по предотвратяване появата на потенциален личностно или обществено значим проблем / риск / рисково поведение, като е възможно да се приеме и като работа по изчистването или редуцирането на вече възникнал такъв.

Превантивната работа, свързана с ПАВ, предвид спецификата си, се разделя на 3 основни вида: универсална, селективна и индикативна. „Разликата между универсална, селективна и индикативна превенция е в индикаторите за принадлежност към рисковите фактори“ [2].

Съществуват параметри, допринасящи за висока ефективност на превантивните програми, като основен такъв се явява обезпечаването на съответните програми с:

- Ресурси
- Бюджет
- Материали
- Екипи
- Време за работа

От изключително значение е дейностите по програмите да са непрекъснати за определените възрастни периоди в дългосрочен план. Към факторите, определящи степента на ефективност на дадена програма, спадат и целевите групи, към които е насочена (ученици, родители, учители). Това е свързано с приемствеността между училищния и семейния контекст. Важно е превантивните програми да се реализират от обучени и мотивирани експерти, които са част от училищната структура и/или работят съвместно с екипи извън нея.

Като извод от горепосочените фактори, параметри и необходими ресурси за осигуряването на ефективност на една програма следва да се акцентира върху характеристиките на погрешно считаните за превантивни програми дейности. Примери за такива са:

- Еднократни събития от кампаниен тип, реализиращи веднъж или два пъти годишно (концерти, изяви, състезания, конкурси)
- Активности, представляващи даването единствено на информация, свързана с видовете ПАВ и

ефектите от употребата им (показване на филми, целящи да стреснат участниците, изнасяне на лекции от хора с опит в полето на зависимостите и др.

- Участието в процеса на хора, които не притежават необходимата експертиза и не са генерално свързани или запознати със същността на превантивните дейности.
- Активности от какъвто и да е тип, насочени единствено и само към подрастващите и изключващи семейството и другите социални кръгове около тях.

Методът „Връстници обучават връстници“

Корените на основният метод, заложен в структурата на превантивната програма „Имам човек“ – „връстници обучават връстници“, водят своето начало от идейната концепция на метода Ланкастър – Бел, по-известен като взаимоучителен метод. Той е базиран на идеята по-напредналите ученици да служат като помощници в преподаването на информацията на своите връстници. Взаимоучителният метод е разработван паралелно от редица изследователи, като е открит в Индия през 1623 г., а през вековете придобива популярност и се разпространява в световен мащаб.

В осъвременен вариант взаимоучителният метод е доразвит в метода „връстници обучават връстници“. Ценността на този метод се изразява във факта, че в същността на неговото прилагане са интегрирани няколко теории и модели на поведенческа промяна, които го правят изключително ефективен:

- Теория на обмисленото действие;
- Социално-когнитивна теория;
- Теория за разпространение на иновациите;
- Теория на обучението чрез участие;
- Модел на здравните убеждения;
- Модел на информация, мотивация, поведенчески умения и ресурси (ИМПР)³.

Практическата стойност на метода „връстници обучават връстници“ може да се разгледа в няколко аспекта. Поведението на подрастващи индивид в голяма степен зависи от възрастовата група, към която той принадлежи. Този фактор важи в еднаква степен за рисковото и безопасното поведение. Обучението, проведено от съученици, засилва влиянието на връстниците по един положителен начин, тъй като обучаваните подрастващи възприемат своите обучители на сходна възраст не като авторитарни и властимащи наставници, а като компетентни и любознателни приятели, готови на споделяне. Взаимното чувство на доверие, укрепва връзките в екипа, което позволява по-свободното общуване по хоризонтала на училищната институция и подпомага лекотата на обсъждане по въпроси, представляващи табу в обществото.

„Обучението чрез връстници овластява младите хора, защото им позволява да участват в дейности, които пряко ги засягат и им осигуряват достъп до информация и услуги, които им помагат да опазват своето здраве“⁴.

ПРЕДСТАВЯНЕ НА ПРОЕКТОПРОГРАМАТА „ИМАМ ЧОВЕК“

1. Същност

Цели на проектопрограмата

- Дългосрочна цел – изграждане и утвърждаване на компетентности за водене на здравословен начин на живот без ПАВ сред учениците в прогимназиален етап.
- Краткосрочни цели:
 - Повишаване на информираността за последствията от употреба на ПАВ и формите на рисково поведение;
 - Реализиране на положителна промяна по отношение на нагласите към собственото здраве и утвърждаване на здравословни навици;
 - Изграждане и утвърждаване на умения за устойчивост към влиянието на групата;
 - Извеждане и формулиране на понятие за приемливи алтернативи на употребата;
 - Умения за изграждане на адекватна самооценка;
 - Формиране на умения за опознаване и управление на собствените емоции;
 - Изграждане на умения, необходими за реализацията на позитивно общуване.

Целеви групи

- Основна целева група – ученици от прогимназиален етап на обучение (5. – 7. клас).
- Междинни целеви групи
 - Специалисти от училищната среда (учители, психолози, педагогически съветници, класни ръководители, медицински сестри), които работят с основната целева група;
 - Родители/настойници и близки на основната целева група.

Задачи

- Създаване на доброволчески организации и мотивиране на участниците за присъединяване към

- процеса на изпълнение на проектопрограмата;
- Насочване на нагласите и фокуса на подрастващите към алтернативи на употребата на ПАВ;
- Включване на родителите в обучения, свързани с превенцията на употребата на ПАВ;
- Включване на учителите в обучения, свързани с превенцията на употребата на ПАВ.

Използвани дискуссионни и интерактивни методи

- Мозъчна атака;
- Ролеви игри;
- Работа в малки групи;
- Дискусия.

ОПИСАНИЕ И СТРУКТУРА НА ПРОЕКТОПРОГРАМАТА

Първи етап:

- Обучение на педагогически специалисти от конкретно училище за прилагане на програмата на 3 нива:
 - Специфика на програмата;
 - Същност на работата с доброволците – ученици;
 - Същност на работата с родители.

Втори етап:

- Провеждане на дискуссионни срещи с учениците от всички паралелки на шести клас, с цел излъчване на доброволци;
- Провеждане на дискуссионни срещи с родителите на шестокласниците;
- Обучените учители провеждат обучение на сформирания доброволческа организация от шестокласници.

Примерни теми на обучението:

- Представяне на превантивна програма „Имам човек“.
- Що е то превенция? Видове превенция.
- Вредата от употребата на психоактивни вещества
- Употреба. Зависимост. Етапи на пристрастяване.
- Практически тренинг за формиране на умения за работа с връстници от позицията на обучаващ.

Трети етап:

- Реализация на метода „Връстници обучават връстници“ – обучените шестокласници влизат да обучават петокласниците по 5 теми в 5 поредни часове на класа.

Примерни теми на обучението:

- Аз и другите. Правилата.
- Общуване и емоции.
- Кой съм аз и какъв съм в очите на другите? /занятие за самооценка/.
- Влияят ли ми околните? Как и колко? /занятие за влияние на средата/.
- Киберсвят – занятие за безопасно общуване в електронна среда.

В края на тази дейност директно се излъчват доброволци от пети клас за продължаване на програмата в следващата учебна година.

- Реализиране на обучение на родителите на петокласниците – 2 модула.

Примерни теми на обучението:

- ПАВ – видове. Употреба от учениците в прогимназиален етап /първи модул/.
- Употреба на ПАВ – защитни и рискови фактори /втори модул/.
 - През следващата учебна година, цикълът от дейности и обучения се завърта отново от втори етап нататък, като се реализира едно допълнително обучение за учениците, които преминават в седми клас на същия принцип.

Примерни теми за допълнителното обучение

- Що е то рисково поведение? Алтернативи на рисковото поведение.
- Овластяване на гнева и справяне в конфликтна ситуация
- Как да устоя на натиска на групата?
- Решавам аз! – занятие за формиране на умения за вземане на решения
- Как да си поставя достижими цели?
- Реализиране на обучение на родителите на шестокласниците – 2 модула

Примерни теми на обучението:

- Граници. Отстояване на лични граници /първи модул/.
- „Контрол или грижа“? /втори модул/.

През целия период на реализация на програмата се предвижда:

- Провеждане на работни срещи за указване на подкрепа на доброволците от училищен специалист, обучен по програмата;
- Провеждане на супервизии от екип на външните експерти, на екипа специалисти, обучени по програмата;
- Администриране и оценка на ефективността на програмата „Имам човек“:
 - Протокол от занимания за ученици (за училищни специалисти);
 - Протокол от занимания с родители (за училищни специалисти);
 - Протокол за проведена супервизия (за експерти от външна структура);
 - Декларация за информирано съгласие;
 - Анкета за оценка на ефективността в пети клас;
 - Анкета за оценка на ефективността в шести клас;
 - Анкета за проучване на удовлетвореността на доброволците при приключване на програмата в седми клас.

Моделът на програмата следва структурата на програми на Национален център по обществено здраве и анализи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Както бе посочено и в началото, настоящата разработка представлява проект на примерна програма и подлежи на редакция, допълване, обогатяване и развитие с цел подобряване на характеристиките, ефикасността и обхватността ѝ.

References:

1. Polihronov, D., Aspekti na upotrebatata na psihoaktivni veshchestva v usloviyata na izvanredna pandemichna obstanovka, Prilozhnata kriminologiya v Balgariya, Sofiya, 2022, str. 144.
2. Marinova, V., T. Manasieva, Programi za preventsiya po indikatsiya za detsa v risk ot razvivane na zavisimost kam psihoaktivni veshchestva, Sbornik ot yubileyna konferentsiya na FP kam YuZU „Neofit Rilski“, Blagoevgrad, 2010, стр. 358.

(Endnotes)

1. Evropeuski doklad za narkotitsite: Tendentsii i razvitiya, 2022, str. 4.
2. Narachnik. Vrastnitsi obuchavat vrastnitsi – obuchenie na obuchiteli, str. 12–15.
3. Narachnik. Vrastnitsi obuchavat vrastnitsi – obuchenie na obuchiteli, str. 11.