

SMERNICE IN PRIPOROČILA ZA DELO NA PODROČJU DRUŽINSKE PREVENTIVE



Ljubljana, november 2012

Izdajatelj: Inštitut za raziskave in razvoj »Utrip«

Za izdajatelja: Matej Košir

Pripravila: Sanela Talić in Matej Košir (Inštitut Utrip)

Zaradi večje jasnosti in berljivosti smo uporabljali moško obliko skozi celoten dokument. Seveda pa se napisano nanaša na oba spola (moško in žensko obliko).

Smernice in priporočila so del projekta »Krepitev družin«, ki je finančno podprt s strani Ministrstva za zdravje. Dokument je na voljo tudi na spletni strani Inštituta Utrip (www.institut-utrip.si), ki je slovenski nacionalni center programa »Krepitev družin« (»The Strengthening Families Program - SFP«).

Slike: istockphoto.com

© 2012, Ljubljana



Inštitut Utrip
Trubarjeva 13
1290 Grosuplje
Pisarna: Vošnjakova 1, 1000 Ljubljana
Telefon: 031/880-520
E-pošta: info@institut-utrip.si
Spletna stran: <http://www.institut-utrip.si>

Uvod

Družina je ključnega pomena za vzgojo socialno, duševno in fizično zdravih otrok, močna pa je tudi njena vloga pri preprečevanju problemov v obdobju odrasčanja. Izzivi, s katerimi se soočajo sodobne družine, so različni, med njimi pa so zlasti prilagajanje družinskega življenja in delovnih obveznosti, zagotavljanje potrebnih finančnih sredstev za različne potrebe družinskih članov, izkoriščanje različnih podpornih mehanizmov družinam, druženje in iskanje časa za preživljanje skupnih trenutkov z ostalimi družinskimi člani.

Dejavniki, kot so pomanjkanje občutka varnosti, zaupanja in topline v odnosu med starši in otroki, neorganiziranost družinskega življenja ter nedoslednost pri postavljanju meja in disciplini, lahko privedejo do večjega tveganja, da otrok zaide na stranske poti, začne posegati po drogah in jih zlorablja (vključno z alkoholom in tobakom). Neizogiben pa ni niti pojav duševnih bolezni.

Na podlagi dolgoletnih raziskav na področju preventive lahko ugotovimo, da so se družinski preventivni programi pokazali kot učinkoviti pri preprečevanju različnih oblik tvegane vedenja, vključno z uporabo drog. Programe, ki vključujejo krepitev veščin pri otrocih ter starševskih in družinskih veščin, lahko izvajamo že od rane mladosti otrok, pa vse do obdobja adolescence. Znanstveno dokazano takšni programi pozitivno spreminjajo delovanje družin, kar se odraža v bolj zdravem in podpornem družinskem okolju, v katerem lahko otroci brezskrbno rastejo in se razvijajo.

Mnoge družinske intervencije ne vključujejo le otrok in njihovih bioloških staršev, temveč tudi ostale osebe, s katerimi otroci preživljajo velik del svojega prostega časa. To so zlasti stari starši, strici in tete, starejši bratje in sestre, skrbniki, posvojitelji, rejniki in druge bližnje osebe.

Na otrokov razvoj vplivajo genetski, značajski in okoljski dejavniki. Kompetentne družine so tiste, ki predstavljajo zelo močan varovalni dejavnik, kar je bilo dokazano s številnimi raziskavami. Preizkušeni so bili različni modeli, katerih namen je bil ugotoviti, na kakšen način različni dejavniki vplivajo na začetek uporabe različnih drog pri mladostnikih. Kot že omenjeno, imajo ključno in najpomembnejšo vlogo pri tem družine. Dolgo je veljalo prepričanje, da na mladostnikovo odločitev v veliki meri vplivajo le vrstniki. Res je, da je vpliv vrstnikov velikokrat tisti, zaradi katerega se najstniki začnejo vesti tvegano. Vendar pa je pozitivno družinsko okolje tisto, zaradi katerega se mladostniki ne odločajo za tvegane oblike vedenja (npr. pitje alkohola in uporabo drugih drog, delikventnost in prezgodnji ali celo nezaščiten spolni odnos). Izbira najstnikovih prijateljev je odvisna predvsem od odnosa, ki ga ima najstnik s svojimi starši. Če je ta odnos pozitiven, obstaja večja možnost, da bo mladostnik izbral prijatelje, ki bodo nanj imeli pozitiven vpliv.

Ključni družinski varovalni dejavniki, ki najstnike lahko odvrnejo od tega, da bi začeli posegati po drogah, so:

- občutek varnosti in zdrava navezanost med otrokom in njegovimi starši;
- starševski nadzor, spremljanje in učinkovita disciplina;
- komunikacija o družinskih vrednotah;
- vključenost staršev v otrokovo življenje;
- podpora staršev (čustvena, kognitivna, socialna in finančna).

Nasprotno pa dejavniki tveganja povečujejo možnost uporabe drog pri otrocih. Gre za dejavnike, ki vplivajo tudi na razvoj drugih oblik tvegane vedenja (npr. pojav depresije, anksioznosti ter težav v odnosu s starši):

- slabe družinske vezi ter pomanjkanje varnosti v odnosu s starši;
- slabi odnosi s starši oziroma drugimi odraslimi skrbniki;
- neučinkovito starševstvo;
- kaotično domače okolje;
- uporaba drog pri starših oziroma drugih družinskih članih;
- duševne bolezni v družini ali vpletenost družinskih članov v kriminal;
- socialna izolacija.

Družinski preventivni programi, ki temeljijo na krepitvi veščin, krepijo zgoraj omenjene varovalne dejavnike in zmanjšujejo dejavnike tveganja. Povečujejo oziroma krepijo pozitivne odnose v družini, nadzor ter komunikacijo o družinskih vrednotah in pričakovanjih.

Na splošno družinski preventivni programi vključujejo trening starševskih veščin, trening komunikacijskih in socialnih veščin pri otrocih ter lekcije, namenjene celotnim družinam.

Žal v Sloveniji na področju družinske preventive še vedno prevladujejo različna predavanja oziroma delavnice, ki so namenjene samo staršem. Ta predavanja ali delavnice so praviloma kratke in ne vključujejo otrok oziroma celih družin. Aktivnosti, namenjene samo staršem, niso pokazale takšnih učinkov kot celoviti družinski preventivni programi. V primerjavi s programi za mladostnike, ki temeljijo na posredovanju informacij in krepitvi samozavesti, so družinski preventivni programi 15-krat učinkovitejši, v primerjavi s treningom (vse)življenjskih veščin pa trikrat. Pomembno je tudi dejstvo, da so se pozitivni učinki družinskih preventivnih programov obdržali dalj časa v primerjavi z učinki preventivnih programov, ki temeljijo na skupnostnem pristopu oziroma na učenju življenjskih veščin pri otrocih. Pozitivni učinki pri otrocih, ki so bili vključeni v družinski preventivni program, so zlasti prestavitev začetka uporabe drog na kasnejše obdobje, uspešno izboljšanje odpornosti mladostnikov proti negativnim vplivom vrstnikov, izogibanje vrstnikom, ki bi lahko negativno vplivali na mladostnika, uspešnejše reševanje problemov itd. Pri starših so se pozitivni učinki programov pokazali v izboljšanju starševskih in družinskih veščin (kot so npr. postavljanje pravil, družinsko dogovarjanje, spremljanje otrokovega vedenja in dosledna disciplina).

Poleg pozitivnih učinkov na odnose znotraj družin in njihovo funkcioniranje, so tovrstni programi učinkoviti tudi stroškovno. Ocene so pokazale, da z vsakim vložnim evrom s tovrstnimi programi privarčujemo najmanj 14 evrov.

Načela dobrih družinskih preventivnih programov

1. Družinski preventivni program naj bi temeljil na znanstvenih teorijah

S programom se moramo osredotočiti na vzroke za uporabo drog in kako bi jih lahko z intervencijo uspešno odpravili. Vse teorije, na katerih slonijo programi, naj bi bile znanstveno dokazane, kar pomeni, da temeljijo na rezultatih raziskav na področju družinske preventive.

Zelo pomembno je poznati vzroke za pojav določenega problematičnega vedenja. Pomembno je zagotoviti tudi dobre razloge in argumente, zakaj izvajati določen program, s katerim želimo spreminjati problematično oziroma spodbujati pozitivno vedenje.

Cilj družinskih preventivnih programov ni samo krepiti znanje ter odnos otrok in staršev do uporabe drog, temveč tudi spreminjanje obstoječega (negativnega) vedenja otrok, ki povečuje tveganje za zlorabo drog (npr. agresivnost, neuspeh v šoli, eksperimentiranje z drogami idr.).

2. Družinski preventivni programi naj bi temeljili na oceni potreb

Pri izbiri preventivnega programa moramo biti pozorni na to, da program ustreza dejanskemu stanju in značilnostim ciljne populacije (npr. starosti otrok). Priporočljivo je opraviti analizo potreb, s čimer se bomo pred izbiro programa seznanili z aktualnim stanjem. Z analizo potreb, ki jo lahko izvedemo z različnimi metodami (raziskava med mladimi, starši in družinami, fokusnimi skupinami ipd.), ugotavljamo značilnosti določene ciljne populacije, stopnjo zlorabe drog ter identificiramo dejavnike tveganja in varovalne dejavnike znotraj družin.

3. Družinski preventivni programi naj bi ustrezali stopnji tveganja ciljne populacije

Pri izvajanju programov moramo biti zelo previdni in v izvedbo vključevati ciljne skupine, za katere je (bil) program oblikovan. Če tega ne bomo upoštevali, se lahko zgodi, da program ne bo učinkovit. Obstajajo družinski preventivni programi, namenjeni vsem družinam ne glede na stopnjo tveganja (univerzalni programi), kot tudi programi, namenjeni družinam, pri katerih obstaja določena stopnja tveganja (selektivni in indicirani programi). Med aktivnostmi univerzalnih, selektivnih in indiciranih preventivnih programov obstajajo določene razlike. Z družinami, kjer so prisotne določene težave oziroma določena stopnja tveganja, je priporočljivo začeti z intervencijo bolj zgodaj, saj bo večja verjetnost, da bo program dosegel predvidene učinke.

4. Družinski preventivni programi naj bi ustrezali starosti in stopnji razvoja otrok v ciljni populaciji

Za družine z mlajšimi otroki (od 3 do 12 let) so primerni oziroma učinkoviti tisti programi, ki vključujejo starše in njihov otroke, kot tudi tisti, ki vključujejo samo starše. Starši se v sklopu teh programov učijo, pogovarjajo ter praktično preizkušajo določene veščine, ki jih lahko aplicirajo v domačem okolju. Za družine s starejšimi otroki oziroma mladostniki pa so učinkovitejši tisti programi, ki poleg skupnih družinskih lekcij (srečanj), vključujejo tudi ločeno izvedbo lekcij za otroke in starše.

5. Ustrezna intenzivnost in trajanje družinskih preventivnih programov

Ključnega pomena je, da družinski preventivni programi zagotavljajo družinam dovolj srečanj, v sklopu katerih lahko prakticirajo osvojene veščine, ki lahko vplivajo na spremembo vedenja. Na splošno naj bi univerzalni preventivni programi trajali od 4 do 8 lekcij, saj lahko pri načeloma neproblematični ali manj problematični ciljni skupini hitreje dosežemo spremembe v vedenju. Selektivni preventivni programi vključujejo od 10 do 15 lekcij, kajti večja kot je stopnja tveganja pri ciljni populaciji, več časa je potrebnega za razvijanje zaupanja v skupini, spreminjanje vedenja in nudenje podpore. Trajanje posameznih lekcij v univerzalnih in selektivnih programih je približno 2 do 3 ure.

6. Lekcije (srečanja) družinskih preventivnih programov naj bi vključevale interaktivne aktivnosti in tehnike; število družin, vključenih v program, pa naj bi bilo od 8 do največ 12

Znanstveno dokazano učinkoviti programi vključujejo interaktivne aktivnosti, ki staršem nudijo odlično priložnost za praktično izvajanje posameznih veščin. Zelo težko je ponuditi natančno oceno primerne števila udeležencev v določenem programu. Število družin naj bi bilo nekje med 8 in 12. Pri izvedbi programov se je pokazalo, da so izvajalci pri manjši skupini lažje vzpostavili intimno oziroma podporno vzdušje, v katerem je bil odnos med vodji skupine in udeleženci občutno boljši.

7. Družinski preventivni programi naj bi staršem zagotovili veščine in možnosti za krepitev pozitivnih družinskih odnosov ter nadzor oziroma spremljanje njihovih otrok, pomagali pa naj bi jim tudi pri komunikaciji o družinskih vrednotah in pričakovanjih

Družinski preventivni programi se med seboj lahko precej razlikujejo, vendar večina temelji na razumevanju dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov. Zato vsebujejo kar nekaj skupnih osnovnih značilnosti in veščin, ki so razvojno primerne ciljni skupini:

(1) Vsebine in veščine za starše:

(a) Učenje odzivnosti pr starših, kar lahko dosežemo:

- z učenjem ustreznega izkazovanja naklonjenosti in empatije drug drugemu – do otrok in drugih ljudi;
- z učenjem izkazovanja pozitivne pozornosti in pohvale ob zaželenem vedenju otroka;
- z ustreznim izražanjem občutkov in čustev, pogovorom o občutkih in čustvih staršev in otrok ter s pomočjo otroku pri prepoznavanju njegovih občutkov in čustev;
- z identificiranjem oziroma opredelitvijo modela vedenja, ki bo ustrezal družinskim vrednotam in normam, ki jih starši želijo prenesti na otroke;
- z učenjem novih strategij soočanja s težavami in izzivi, odpornosti ter obvladovanja jeze, s čimer se bodo starši lažje izogibali dodatnemu stresu, naučili pa se bodo tudi uspešnega reševanja konfliktov ter zmanjšali verbalno in fizično nasilje;
- z učenjem veščin, s pomočjo katerih bodo starši pri igri z otrokom prepustili vodilno vlogo otroku, hkrati pa bodo sposobni voditi otroka skozi igro brez konfliktov;
- s postavljanjem pričakovanj, ki bodo primerna starosti in razvojni stopnji otroka.

(b) Učenje strukturnih veščin staršev, na kakšen način:

- uporabljati starosti primerne vzgojne metode ter kako naučiti otroka, da bo sprejel posledice svojega vedenja;
- vzpostaviti jasna pravila in vrednote primerne vedenja ter pomagati otroku razumeti pravila in vrednote v družini ter skupnosti;
- prepoznati potencialne probleme in problemske situacije v družini in skupnosti (npr. uporaba interneta, medijev, soseščina itd.) ter kako zavarovati otroke;
- prepoznati svoje dobre starševske lastnosti ter jih krepiti;
- doseči med partnerjema dogovor glede vzgoje otrok, vzgojnega stila in družinskega življenja (v primeru enostarševskih družin se starš samostojno odloča glede ključnih vprašanj);
- spremljati, kje se otrok zadržuje, s kom se druži, njegove aktivnosti, šolske obveznosti ter šolski uspeh;
- spodbujati otroka pri doseganju ciljev, za katere starši in otroci menijo, da so pomembni, in jih pri dosežkih tudi pohvaliti;
- reševati družinske konflikte, ustrezno predstaviti svoje argumente in se naučiti odpuščati;
- zavarovati otroka pred prepiri med staršema oziroma jim pomagati razumeti vzroke za prepire;
- zagotoviti strukturo družinskega življenja na splošno (npr. skupni obedi ob določenih delih dneva, manjši »obred« pred odpravljanjem v posteljo ipd.).

(c) Učenje staršev, na kakšen način se vključiti v šolsko okolje in skupnost:

- kako spremljati in pomagati otrokom pri šolskih obveznostih in domačih nalogah;
- kako sodelovati in komunicirati s šolo, izvajalci pritožbenih in zdravstvenih in socialnih storitev v skupnosti, ki so namenjene otrokom.

(2) Vsebine in veščine za otroke:

(a) Vsebine in veščine, namenjene samo otrokom

Za krepitev čustvenih zmožnosti naj bi se otroci naučili in vadili:

- ✓ prepoznati in poimenovati lastna čustva ter čustva drugih;
- ✓ na ustrezen način pokazati čustva;
- ✓ nadzirati in kontrolirati lastno vedenje v težjih situacijah;
- ✓ čutiti in pokazati sočutje;
- ✓ sprejemati povratno informacijo od drugih o svojih čustvih, reakcijah in vedenju.

Za doseganje motivacije in usmerjenosti v prihodnost, naj bi otroci:

- ✓ ugotovili, kaj cenijo v življenju, kaj je tisto, kar je trenutno pomembno v življenju ter kakšne so možnosti v prihodnosti;
- ✓ definirati želje o tem, kaj bi radi postali, kaj se naučili in kaj dosegli;
- ✓ načrtovali in zastavili lastne cilje, ki bi temeljili na njihovih željah;
- ✓ se naučili prejeti pohvalo in nagrado za uspehe kasneje in ne takoj.

Za krepitev samozavesti naj bi otroci:

- ✓ znali prepoznati obstoječe veščine in dosežke, kaj je tisto, kar znajo in ob čem se počutijo dobro;
- ✓ znali krepiti zaupanje v lastne zmožnosti in veščine;
- ✓ znali od drugih sprejemati negativne pripombe o sebi, na primer pripombe o videzu, predvsem višini in teži.

Za krepitev veščin za reševanje problemov naj bi se otroci učili:

- ✓ sprejemati odločitve, tehtati med različnimi možnostmi ter načrtovati doseganje ciljev;
- ✓ nadzorovati čustva, vedenje ter misli.

Za skrb zase naj bi se otroci naučili:

- ✓ skrbeti za svoje telo, zdravje in videz ob zavedanju pomena čistoče, gibanja in zdravega načina prehranjevanja;
- ✓ poznati učinke, ki jih imajo različne substance na možgane ter fizični razvoj, vedenje, čustva, kognitivne sposobnosti, videz, zdravje, prijateljstvo, odnose v družini, šolski uspeh ter možnosti v prihodnosti.

(b) Vsebine in veščine, povezane z otrokovim odnosom do drugih ljudi

Za izgradnjo socialnih vezi naj bi otroci:

- ✓ gradili in krepili dolgotrajne in pozitivne odnose z drugimi ljudmi;
- ✓ delili, mislili in delovali z drugimi ljudmi takrat, ko so na vrsti, ter pomagali drugim in bili odgovorni za podeljene naloge in skupinsko delo;
- ✓ poznali svoje vloge in pravice, kot tudi dolžnosti;
- ✓ razumeli meje socialnih odnosov in se odzivali na potrebe in zahteve drugih, ne da bi s tem ogrožali sebe.

Za učenje spoštovanja do drugih naj bi otroci:

- ✓ spoštovali individualne razlike med različnimi osebnostmi, značaji, kulturami, narodnostmi, ozadji in veščinami;
- ✓ spoštovali starejše ljudi s tem, da jim pomagajo ter jih prosijo za nasvete.

Za učinkovitejšo komunikacijo naj bi otroci:

- ✓ aktivno poslušali ostale;
- ✓ izražali lastne potrebe in se odzivali na potrebe drugih, ko bi le-ti potrebovali pomoč;
- ✓ prosili za pomoč, ko česa ne bi zmogli sami, in sicer tiste ljudi oziroma službe, ki so za to pristojne in odgovorne;
- ✓ soočili se s konflikti in jih razreševali z učinkovitimi metodami, upoštevali različne poglede ljudi, ki so vpleteni v konflikt, ter pomagali ljudem, da se o problemu pogovarjajo.

Za upiranje pritisku vrstnikov naj bi otroci:

- ✓ razvili nove veščine in interese skozi različne pristočasne dejavnosti izven šole;
- ✓ spoznali resnične deleže uporabe različnih substanc pri določeni ciljni populaciji - normativno izobraževanje;
- ✓ razvili veščine za učinkovito in sistematično upiranje vrstnikom oziroma ponujanju različnih substanc;
- ✓ izbirali prijatelje, ki ne zlorabljajo drog in vedo, kakšne odlike ima dober prijatelj;
- ✓ znali poiskati relevantne informacije glede drog in njihovih učinkov.

Za prepoznavanje družbenega konteksta naj bi otroci:

- ✓ prevzemali odgovornost za lastno vedenje;
- ✓ prilagajali vedenje različnim socialnim situacijam in družbenim vlogam.

Za doseganje učnih veščin naj bi se otroci naučili in vadili, kako posvečati pozornost šolskemu delu in domačim nalogam.

(3) Vsebine in veščine za družine:

Za medsebojno sodelovanje naj bi se družine naučile in vadile, kako se odzivati, kako skrbeti drug za drugega in se spodbujati.

Za krepitev komunikacijskih veščin naj bi družinski člani:

- ✓ poslušali drug drugega;
- ✓ organizirali družinske sestanke, na katerih bi se pogovarjali o pomembnih zadevah;
- ✓ definirali odgovornosti in naloge ter si jih pravično porazdelili;
- ✓ mirno razpravljali o težjih temah, kot so alkohol, druge droge, odnosi in spolnost.

Za postavljanje meja in zagotavljanje družinske strukture naj bi družine:

- ✓ skupaj reševale probleme z uporabo različnih metod in veščin, ki so se jih naučili v programu;
- ✓ uporabljale starosti primerne disciplinske metode za vse družinske člane;
- ✓ bile dosledne in pravične pri kaznovanju;
- ✓ drug drugemu zagotavljale primerne povratne informacije.

Za ohranjanje zastavljenih družinskih ciljev naj bi družine:

- ✓ izkoristile vse razpoložljive vire v skupnosti in zmanjšale socialno izoliranost (npr. druženje z drugimi družinami ter vzpostavljanje stikov s podpornimi službami, kot so npr. zdravstvene, socialne, zaposlitvene idr.);
- ✓ načrtovale in organizirale prihodnost družinskega življenja;
- ✓ razvijale in razumele obstoječe vrednote;
- ✓ preživljale skupen čas in načrtovale skupne aktivnosti.

8. Družinski preventivni programi naj bi se osredotočali na razpoložljive vire za rekrutacijo in obdržanje družin v programu, vključno z dostopanjem do teh družin v pomembnih življenjskih obdobjih, ko se začenejo določene spremembe (na primer adolescenca)

Rekrutacija in obdržanje družin v programu sta pomembni oviri pri razširjanju družinskih preventivnih programov. Večkrat se dogaja, da starši enostavno ne pridejo ali pa se programov udeležujejo tisti, ki program najmanj potrebujejo. Toda raziskave kažejo, da lahko dobro organizirani družinski programi obdržijo 80 % staršev.

Na splošno raziskave kažejo, da so intervencije uspešnejše, če so udeleženci pripravljeni na spremembe, na primer v določenih življenjskih obdobjih, kot so:

- vstop otroka v vrtec, osnovno ali srednjo šolo;
- zamenjava službe staršev;
- prijava pri novemu zdravniku oziroma v drugem zdravstvenem domu ali bolnici;
- vključitev staršev v terapijo zaradi problemov z alkoholom ali drugimi drogami, in sicer z obvezo, da se bodo spremenili in postali boljši starši;
- druge spremembe v družini, npr. ločitev, prihod nove »matere« ali »očeta« oziroma sester in bratov.

9. Družinske preventivne programe naj bi izbirali na podlagi zanesljivih dokazov o učinkovitosti

Oblikovanje novega preventivnega programa, ki bi bil tudi stroškovno učinkovit, ni enostavno. Zato je boljša rešitev, da izberemo že obstoječ, ovrednoten program, ki je namenjen podobni ciljni skupini. Ko se odločamo o prenosu dobre prakse od drugod, je pomembno, da izberemo program, ki je pokazal visoko stopnjo učinkovitosti.

Če programi oziroma prakse dosegajo visoko stopnjo učinkovitosti, to pomeni, da so pri ciljni skupini dosegli določeno spremembo vedenja. Učinkovitost programov lahko vrednotimo z več neodvisnimi ponovitvami, s pomočjo stroge znanstvene metodologije (npr. naključni slučajnostni preizkus). Rezultati učinkovitih programov so objavljeni v strokovno pregledanih znanstvenih revijah in publikacijah.

Pazljivi moramo biti pri izbiri programov, ki so bili vrednoteni v enem poskusu z manj zanesljivimi metodami. Šibkejši so tudi rezultati vrednotenja, pri katerem primerjamo samo stanje pred in po izvedbi programa, vendar v vrednotenje ne vključimo kontrolne skupine.

10. Družinski preventivni programi, preneseni iz tujine, naj bi bili kulturno in socialno-ekonomsko prilagojeni potrebam lokalnega prebivalstva, in sicer na previden in sistematičen način

Kot je že omenjeno zgoraj, je predvsem s finančnega vidika bolje prenesti učinkovit program, ki je bil oblikovan nekje drugje. Proces prilagajanja programa lokalnim kulturnim in drugim značilnostim naj bi bil izveden sistematično in previdno, da ohranimo ravnovesje med potrebami skupnosti in hkrati zvestobo originalnemu programu.

Družine želijo sodelovati v programih, ki so bili oblikovani za njihove potrebe ter upoštevajo lokalne kulturne vrednote. Nenazadnje s prilagoditvijo programa pokažemo spoštovanje do družin, hkrati pa povečamo možnost večje udeležbe staršev. Raziskave kažejo, da je lahko »površna« kulturna prilagoditev (npr. pesmi, zgodb in slik) odločilna pri rekrutaciji, vključitvi in obdržanju udeležencev.

11. Družinski preventivni programi naj bi zagotavljali ustrezno usposabljanje in nadaljnjo podporo za vključene družine

Da bi zagotovili visoko raven izvedbe programa, je nujno, da izberemo in usposobimo kompetentne in spoštljive vodje skupin. Pomembno je, da bodočim trenerjem zagotovimo potrebne veščine in znanje za interaktivno delo z udeleženci, jim predstavimo ključne vrednote programa ter zagotovimo zvestobo ključni vsebini in strukturi programa, metodam in trajanju lekcij. Vodje skupin naj bi osvojili znanje tudi o najboljših metodah za rekrutacijo in obdržanje družin ter o tem, kako spremljati program in zagotavljati kakovostno izvedbo.

12. Družinski preventivni programi naj bi vsebovali močne in sistematične komponente spremljanja in vrednotenja

Da bi lahko ugotovili negativne in pozitivne značilnosti izvajanja programa in jih upoštevali pri naslednji izvedbi, je pomembno, da spremljamo izvedene aktivnosti, rekrutacijo, koliko ljudi je ostalo v programu, koliko udeležencev je uspešno opravilo program, vzroke za opustitev programa itd. Takšna kultura spremljanja in procesnega vrednotenja predstavljata osnovo za visoko raven izvedbe znanstveno učinkovitega družinskega programa.

Poleg spremljanja in procesnega vrednotenja pa je pomembno načrtovati tudi vrednotenje učinkov in rezultatov programa. Izsledki vrednotenja učinkov in rezultatov lahko ogromno prispevajo k razumevanju in znanju o tem, kateri preventivni programi so učinkoviti, pod katerimi pogoji in za katero ciljno skupino. Prav tako nam lahko izsledki pomagajo pri pridobivanju finančnih sredstev za dolgoročno uspešno izvajanje programa.

Zaključek

Ta dokument skuša ponuditi nekaj smernic in priporočil pri razvoju in izvajanju družinske preventive na področju drog in zasvojenosti, upoštevajoč znanstvene dokaze in raziskave, ki so na voljo, ter praktične izkušnje, ki izhajajo iz dolgoletnega preventivnega delovanja številnih strokovnjakov in strokovnih delavcev z vsega sveta.

Izbira in izvedba znanstveno dokazanih družinskih preventivnih programov v luči predstavljenih smernic in priporočil se nam bo lahko zdela izredno zahtevna in obsežna naloga. Vendar velja upoštevati, da bo izvedba programov, ki temeljijo na dolgoletnih znanstvenih in praktičnih izkušnjah, prinesla pozitivne rezultate. Odločevalci politik, izvajalci preventivnih programov in ostali se moramo hkrati zavedati tudi dejstva, da le takšni programi prinašajo koristi ter kratkoročne in dolgoročne učinke in rezultate. V bistvu ne gre za to, da bomo ob upoštevanju smernic in priporočil delali več, temveč da bomo delali bolje ter v skladu z znanstvenimi spoznanji in posledično bolj učinkovito.

Literatura in drugi viri:

Abbey A., Pilgrim C., Hendrickson P. in Buresh S. (2000). Evaluation of a family based substance abuse prevention program targeted for the middle school years. *Journal of Drug Education*. Vol. 30 (2): 213-228.

DeMarsh J. in Kumpfer K. L. (1985). Family-oriented interventions for the prevention of chemical dependency in children and adolescence. *Journal of Children in Contemporary Society*. Vol. 18 (1-2): 117-151.

Dishion T. J. in Patterson S. G. (1996). *Preventive parenting with love, encouragement and limits: the preschool years*. Castalia Publishing Company. Eugene.

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (2009). Preventing later substance use disorders in at-risk children and adolescents: a review of the theory and evidence base of indicated prevention. Thematic papers. Office for Official Publications of the European Communities, Luxembourg (<http://www.emcdda.europa.eu/publications/thematic-papers/indicated-prevention>).

Faggiano F., Vigna-Taglianti F., Versino E., Zambon A., Borraccino A. in Lemma P. (2005). School-based prevention for illicit drugs' use. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. Issue 2.

Flay B. R. in Petraitis J. (2003). Bridging the gap between substance use prevention theory and practice. Poglavje v: *Handbook of Drug Abuse Prevention: Theory, Science, and Practice* (ur. Sloboda Z. in Bukoski W. J.). New York: Kluwer Academic Publishers.

Foxcroft D. R., Ireland D., Lister-Sharp D. J., Lowe G. in Breen R. (2003). Longer-term primary prevention for alcohol misuse in young people: a systematic review. *Addiction*. Vol. 98 (4): 397-411.

Guide to implementing family skills training programmes for drug abuse prevention (2009). United Nations Office on Drugs and Crime. United Nations Publications. Vienna.

Kumpfer K. L., Molgaard V. in Spoth R. (1996). The strengthening families program for the prevention of delinquency and drug use. Poglavje v: Peters, R. D. (ur.), McMahon, R. J. (ur.), (1996). Preventing childhood disorders, substance abuse, and delinquency. *Banff international Behavioral Science Series*. Vol. 3: 241-267. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.

Kumpfer K. L., Pinyuchon M., Teixeira de Melo A. in Whiteside H. O. (2008). Cultural adaptation process for international dissemination of the strengthening families program. *Evaluation and the Health Professions*. Vol. 31 (2): 226-239.

Parke R. D. (2004). Development in the family. *Annual Review of Psychology*. Vol. 55: 365-399.

Sanders M. R. (2000). Community-based parenting and family support interventions and the prevention of drug abuse. *Addictive behaviors*. Vol. 25, 6: 929-942.

Spoth R. in Redmond C. (1994). Study of participation barriers in family focused prevention: research issues and preliminary results. *International Quarterly of Community Health Education*. Vol. 13 (4): 365-388.

Stephenson M. T. in Helme D. W. (2006). Authoritative parenting and sensation seeking as predictors of adolescent cigarette and marijuana use. *Journal of Drug Education*. Vol. 36 (3): 247-270.

Tobler N. S. (2000). Lessons learned. *Journal of Primary Prevention*. Vol. 20 (4): 261-274.

Van Der Vorst, H., Engels, R. C. M. E., Meeus, W. in Deković, M. (2006). The impact of alcohol-specific rules, parental norms about early drinking and parental alcohol use on adolescents' drinking behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. Vol. 47 (12): 1299-1306.



Ljubljana, november 2012

LETALSKE.S 
S klikom do karte