

# TAKE CARE

program zmanjševanja tveganega in škodljivega pitja alkohola pri mladih

- **Breda Lukavečki Družovec**, univ. dipl. soc.
- **Karin Mlakar**, univ. dipl. soc. del.

3. nacionalna konferenca o alkoholni politiki  
14. in 15.1.2015, Austria Trend hotel Ljubljana



**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



# NASTANEK PROGRAMA TC:

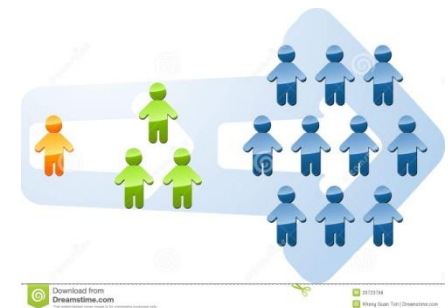


## ❖ 2010 - 2012 : EVROPSKI PILOTSKI PROJEKT:

- Idejno so ga oblikovale Belgija, Italija, Irska in Nemčija, koordinirala pa Nemčija (LWL, Münster).
- Program je bil evalviran s strani švicarskega Inštituta Fakultete za pedagoške študije.
- V pilotski fazi je program izvajalo 10 držav evropske unije (poleg Slovenije še Belgija, Ciper, Danska, Grčija, Irska, Italija, Nemčija, Portugalska in Slovaška).
- Zaključen novembra 2012.

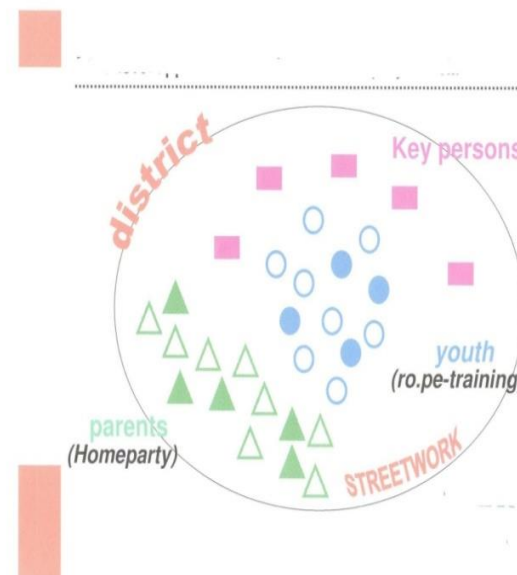
## ❖ 2013-2014: NADALJEVANJE PROGRAMA V PODRAVSKI REGIJI IN ŠIRJENJE V POMURSKO REGIJO:

- Finančna podpora Ministrstva RS za zdravje za obdobje 2 let.
- V letu 2013 izvajan s strani Zavoda za zdravstveno varstvo Maribor, v letu 2014 pa s strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje.



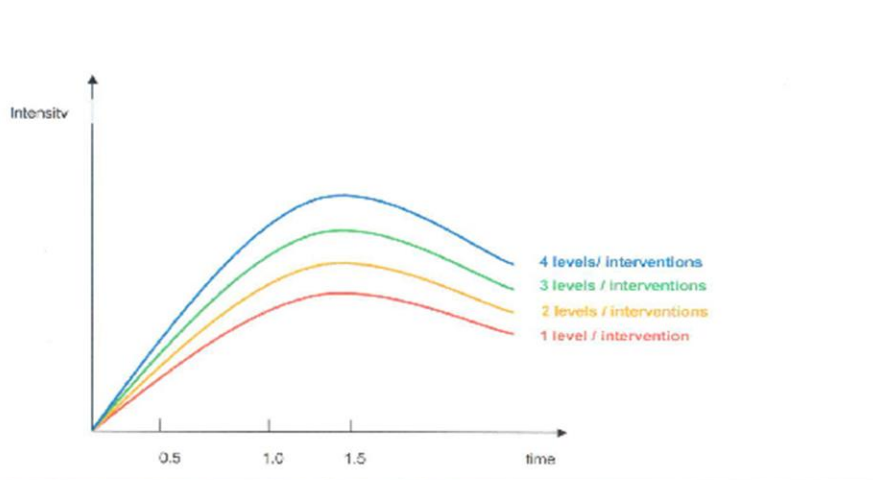
# METODOLOŠKA IN ZNANSTVENA IZHODIŠČA

- **Transteoretični model sprememb (TTM, Prochaska in DiClemente)**, ki dokazuje, da je učinkovita preventiva možna tudi na zelo zgodnji stopnji v procesu razvoja odvisnosti, čeprav oseba sama še ni razvila zavedanja o lastni problematiki.
- **Motivacijski intervju (MI, Miller in Rollnick)**, ki z neposrednim in v klienta usmerjenim svetovalnim pristopom poskuša uporabnike PAS pripeljati do tega, da se soočijo z lastno problematiko, da ne razvijejo odpora, ampak se spopadejo z lastnimi vedenjskimi težavami in povečajo svoje želje po spremembah.
- Psihoedukacija.
- Učenje z izkušnjo in medvrstniško učenje (peer education).
- **Nemški preventivni projekt SeM**, kjer so s selektivno preventivo izvajali pristop na večih ravneh in dokazal da so intervencije učinkovitejše, če se v določenem socialnem okolju izvajajo na večih ciljnih skupinah hkrati.

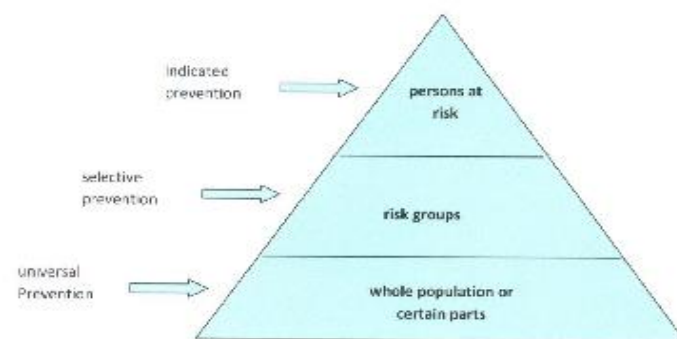


# Zato je program:

- Več nivojski - vpliva na različne ciljne skupine hkrati z različnimi, njim prilagojenimi, metodami oz. aktivnostmi, v določenem socialnem okolju, kjer se te ciljne skupine v vsakodnevnem življenju srečujejo in vplivajo druga na drugo.
- Selektiven, indikativen preventivni program - namenjen socialnim okoljem z višjo stopnjo tveganja za razvoj odvisnosti in posameznikom, ki kažejo znake tvegane uporabe alkohola.



used:



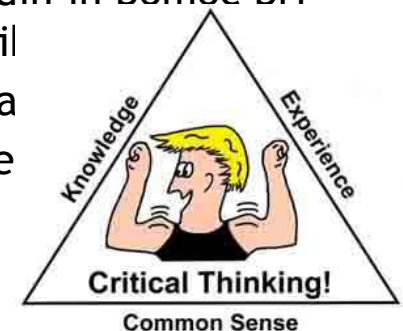
Moja ATI in MAMA





# CILJI PROGRAMA

- **Splošni cilji programa so:** preventiva zasvojenosti in škode (zdravstvene, fizične, psihične in socialne), ki jo povzroča tvegana uporaba alkohola pri mladih, upoštevanje zakonov (ZOPA, ...), ki ščitijo mladostnike pred uporabo alkohola ter glede prodaje in ponudbe alkoholnih pijač, spodbujanje konstruktivnega socialnega dialoga na to temo in podpora adolescentom ter mladim odraslim pri učenju odgovorne uporabe alkohola.
- **Specifični cilji posameznih intervencij za posamezne ciljne skupine so:**
- Mladi: povečanje znanja in razvoj rizičnih kompetenc.
- Starši: razvoj jasnih stališč glede uporabe alkohola pri otrocih, učenje konstruktivno-kritične komunikacije in postavljanje ustreznih meja.
- Pomembne druge odrasle osebe: spodbujanje h konstruktivno-kritičnemu razmišljanju glede uporabe alkohola, identificiranje tveganih mladih in pomoč pri razvoju strategij za ravnanje s tvegano uporabo alkohola pri mladih.
- Prodajalci alkoholnih pijač: povečanje znanja glede posledic upora alkohola pri mladih, razvoj profesionalne drže pri zavrnitvi prodaje alkohola mladoletnim in podpora pri iskanju alternativ.



# CILJNE SKUPINE IN AKTIVNOSTI

| MLADOSTNIKI   | STARŠI  | POMEMBNI DRUGI  | PRODAJALCI ALKOHOLA   |
|---|---|---|---|
| Mladi stari od 12 do 21 let, zaznani zaradi problematične uporabe alkohola.   | Starši mladostnikov, vključenih v ro.pe trening ali drugi, ki imajo otroke v tem starostnem obdobju.                            | Tisti, ki imajo stike z mladimi ljudmi in so z njihove strani tudi sprejeti (svet.delavci, učitelji, zaposleni v mladinskih centrih, dijaških domovih, prostovoljci, trenerji,...). | Osebj, ki prodaja alkohol (lastniki in prodajalci v trgovinah, lokalih, bencinskih črpalkah,...).   |
| RO.PE TRENING   | DEBATNI PARTY   | KLJUČNI TRENING IZ MOTIVACIJSKEGA INTERVJUJA  | KRAJŠA INTERVENCIJA ALI DALJŠE USPOSABLJANJE  |
| 3-4 dnevni trening, kjer spoznavajo vplive, učinke in posledice alkohola, se učijo prepoznavati tveganja v vsakdanjem življenju in odgovornega odločanja. | Strokovno vodena diskusija, ki pomaga staršem razviti jasen in odgovoren odnos in odziv na uporabo alkohola pri svojih otrocih. | Trening iz motivacijskega intervjuja za motiviranje mladih tveganih pivcev alkohola, da poiščejo ustrezno pomoč.  | Krajša intervencija - posredovanja informacij o zakonodaji v zvezi s prodajo alkohola pri mladih, delitev promocijskega gradiva. Daljše usposabljanje - strategije ravnanja pri zahtevnejših situacijah prodaje alkohola mladoletnim. |

# EVALVACIJA PROJEKTA



VectorStock File ID No. 983154

- **Izvedel:** Inštitut Fakultete za pedagoške študije v Zürichu na podlagi evalvacijskih vprašalnikov pred in po intervenciji, pri mladostnikih se 1-3 mesece po intervenciji.
- **KVANTITATIVNA:** 440 mladih (približno 40/državo), 474 staršev (40/državo), 176 pomembnih drugih oseb (15/državo), 600 prodajalcev alkoholnih pijač (50/državo), skupaj 1690 oseb.
- **KVALITATIVNA:**
  - uspešnost dostopa do ciljnih skupin
  - uporaba alkohola po intervenciji
  - znanje o zakonodaji, učinkih in tveganjih pri uporabi alkohola
  - osebno stališče in upoštevanje zakonodaje
  - spremembe v učinkovitem spopadanju z uporabo alkohola
  - zadovoljstvo z intervencijami





# UGOTOVITVE EVALVACIJE:

| KRITERIJI   | UGOTOVITVE   |
|---|--|
| Uspešnost dostopa do ciljnih skupin.                            | Med 71% do 90% vseh sodelujočih mladih v ro.pe treningih je bilo iz skupine rizičnih uporabnikov alkohola, v veliki meri smo uspeli vključiti tudi ostale, ki prihajajo v stik s temi mladimi.   |
| Uporaba alkohola po intervenciji.                               | V skupini rizičnih uporabnikov alkohola je 44,4 % mladih po intervenciji zmanjšalo količino in/ali pogostost popitega alkohola.  |
| Znanje o zakonodaji, učinkih in tveganjih pri uporabi alkohola. | V vseh ciljnih skupinah se je znanje o zakonodaji povečalo, toliko bolj, če so bile intervencije daljše.   |
| Osebna stališča in upoštevanje zakonodaje.                      | Po intervencijah so se mladostniki, prav tako pa tudi ostale ciljne skupine, v večji meri strinjali s trditvijo, da je zakonodaja, ki ščiti mladoletne pred uporabo alkohola, ustrezna. Hkrati so pokazali tudi večji namen, da ta zakon upoštevajo.   |
| Spremembe v učinkovitem spopadanju z uporabo alkohola.          | Mladostniki so po intervenciji navajali, da so s treningom izboljšali lastne kompetence pri spopadanju z alkoholom, kot so zavedanje in nadziranje lastnih pivskih navad, razvoj strategij za ravnanje z alkoholom, večje znanje glede posledic in tveganj pri uporabi alkohola. Podobno je bilo pri starših in pomembnih drugih osebah (pridobili so več strategij za ravnanje z otrokom, dobili so nov zagon za pogovor z mladostniki o njihovi uporabi alkohola,...). |
| Zadovoljstvo z intervencijami.                                  | Zelo visoko v vseh ciljnih skupinah - pokazala se je tudi visoka stopnja sprejetosti ciljev projekta preko vprašanj ali so z intervencijo kaj pridobili, koliko so zaupali izvajalcem in ali bi priporočili intervencijo prijateljem ali drugim strokovnjakom, ki delajo z mladimi.  |

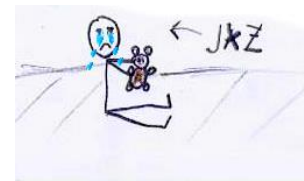


# NAMEN RO.PE TRENINGA



Soočenje z rizičnimi situacijami in učenje ravnanja v takšnih situacijah :

- s pomočjo adrenalinske izkušnje kot je plezanje pridobijo izkušnjo ravnanja v tveganih situacijah
- ozaveščanje občutkov stresa, vznemirjenja in strahu, hkrati pa poguma in preko teh pridobljenih izkušenj pridobivajo na samopotrjevanju
- odkrivanje in prepoznavanje lastnih mej in zmožnosti, racionalno ocenjevanje tveganja zase in s tem povezanega odločanja,
- učijo se vzpostavljati zaupanje do sovrstnikov in sodelovanje z njimi
- učenje in izkušnja zdravega načina tveganja
- povezava izkušnje s posameznikovim ravnanjem z alkoholom



# VSEBINA:

- **1) trening kompetenc za prepoznavanje tveganja (doživljajska pedagogika, plezanje):**

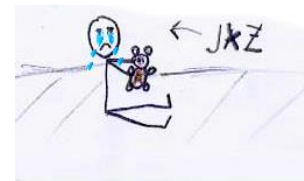
soočenje s tveganimi situacijami, ki jih morajo razrešiti sami s poudarkom na čustvih in občutjih, ki jih ob tem doživljajo, osebnih mejah in nadzoru lastnega tveganja

- **2) aktivna vaja zaznavanja:**

s pomočjo fotografij, ki jih posnamejo sami v svojem okolju drug drugemu sporočajo kaj v njihovem okolju je tvegano in povezano s pitjem alkohola

- **3) Psihoedukativni del:**

razprava o delovanju in nevarnostih alkohola, ozaveščanje tveganj, zakonska ureditev, osebne izkušnje, vzorec lastnega poseganja po drogah, refleksije,...



# Ciljna skupina - starši

- **Metodo 'Homeparty' ("debatni party")** so razvili v 90. letih na Nizozemskem za delo s priseljenci. Osnovo ima v 'Tupperware-zabavah' in je kot nizkopražna oblika intervencije primerna tudi za starše, ki so sicer z običajnimi izhodišči preventive odvisnosti težko dosegljivi. V Švici podobno metodo pod imenom 'FemmesTische' uporabljajo že več kot deset let.
- Pri metodi 'Homeparty' starši k sebi na dom povabijo druge starše (prijatelje, znance, sosede) in strokovnjaka za preventivo odvisnosti. S pomočjo interaktivnih metod lahko poleg posredovanja strokovnega znanja pri starših razvijamo tudi kompetenco za konstruktivno ravnanje s pitjem alkohola pri mladostnikih.
- Udeleženci so starši otrok in mladostnikov v starosti od 12. do 21. let (prav tako možno: drugi sorodniki ali bližnji). V idealnem primeru se delavnice udeležijo starši, katerih otroci so (bili) vključeni v ro.pe trening.
- **Potek in trajanje "debatnega partyja"**; uvodni razgovor z gostiteljskimi starši, dve do tri ure skupinskega dela, po potrebi srečanje po srečanju.
- **Velikost skupine**; maksimalno do 10 oseb na srečanje
- **Kraj**; na domu staršev ali drugih sorodnikov, odstopanje od kraja na primer zaradi kulturnih razlogov se lahko "debatni party" izvaja tudi na nevtralnem kraju (npr. v občinskih prostorih).
- **Stroški**  
potrebno je upoštevati naslednje vrste stroškov: darilo za gostitelja (v vrednosti ca. 20 €), stroški pogostitve (npr. pijača in pecivo) in morebitni delovni material. Gostiteljem se stroški pogostitve povrnejo.

# Vsebina in cilji intervencije

- Osrednje teme “debatnega partyja” določijo starši s svojimi vprašanji in potrebami.

## *S strani projekta TAKE CARE so pomembni elementi oz. cilji srečanja naslednji:*

- pregled kulturnih in socialnih mehanizmov, ki lahko izzovejo zlorabo alkohola.
- razmišljanje o lastnem odnosu do obravnavane teme (pitje alkohola)
- krepitev zavesti o svoji vlogi (funkcija vzornika)
- poznavanje zakonskih določil na področju zaščite mladih in se držati zakonov
- optimizacija znanja o delovanju in nevarnostih alkohola
- krepitev vzgojnih kompetenc in načinov ravnanja pri deviantnem vedenju otroka
- diskusija o postavljanju mej lastnemu otroku pri pitju alkohola
- izboljšanje kompetence za vodenje konstruktivnega pogovora z otrokom o pitju alkohola.

- **Osnovni cilji**

krepitev vzgojnih kompetenc in konstruktivno ravnanje s pitjem alkohola pri svojih otrocih.



# Načini dostopa do ciljne skupine

- **Prvi korak je, da strokovnjaki projekta TAKE CARE nagovorijo določene starše in jih motivirajo k sprejetju vloge gostitelja, npr. v svojem stanovanju.** Nato ti starši povabijo druge poznane starše ali sorodnike, ki imajo otroke ustrezne starosti. V uvodnem razgovoru strokovnjak preventive staršem pomaga pri odločitvi, koga in kako povabiti udeležence.
- Na koncu “debatnega partyja” se med udeleženci izbere naslednji gostitelj, ki k sebi domov povabi nove starše itd. (metoda snežene kepe).
- Če je torej mogoče, se starši vabijo med sabo in tega ne počne sodelavec projekta TAKE CARE.
- **Za nabor udeležencev**  
s pomočjo letakov starše in sorodnike informiramo in motiviramo za sodelovanje kot gostitelj ali gost (po možnosti natisnjeno ne fotokopirano).
- **Za informiranje staršev/sorodnikov**  
brošure/letaki s strokovnimi informacijami o delovanju in nevarnostih alkohola, po potrebi tudi druge droge, npr. potek odvisnosti in nasveti za vodenje pogovora z otrokom.  
Sporočila naj bi bila primerna, vsebinsko ustrezna in naj ne bi "moralizirala".

# Načini dostopa do ciljne skupine (pomembni odrasli)

- Z metodo snežene kepe strokovnjaki preventive prepoznajo ključne osebe in jih poskušajo motivirati za sodelovanje.
- Ponudba za sodelovanje se lahko objavi npr. kot časopisni članki, mestnih medijih, strokovnih publikacijah, športnih publikacijah, študentskih zloženkah itd., interesenti pa se bodo lahko sami prijavi. V uvodnem razgovoru se bo preverilo, ali dejansko gre za ključno osebo.
- Pomembno je, da imajo ključne osebe zaradi sodelovanja neko korist , npr.:
  - (evropski) certifikat,
  - pohvala v medijih.
- Vzpostavitev kontakta preko mladostnikov in staršev
- **Za informiranje ključnih oseb**
  - brošure/letaki s strokovnimi informacijami o delovanju in nevarnostih alkohola, po potrebi tudi druge droge, npr. potek odvisnosti in nasveti za vodenje pogovora z otrokom.
  - sporočila naj bi bila primerna, vsebinsko ustrezna, brez moraliziranja in naj bi ključnim osebam posredovala informacijo o osnovni drži v odnosu do mladostnikov.



# VLOGA STROKOVNIH DELAVCEV:

- Povezovalni člen med ciljnimi populacijami, kot so mladostniki in starši, za vključitev v ro.pe trening oz. v “debatni party” (nudenje informacij o projektu, napotitev v projekt - motivacija za vključitev, v okviru izbirnih vsebin, ki potekajo na šoli, alternativni ukrep s strani šole, ...)
- Ključni trening za pomembne odrasle - seznanitev z motivacijskim intervjujem, kjer bodo pridobili tehnike in metode dela za ozaveščanje mladih uživalcev alkohola in drugih drog, da se zavedajo svojih težav, motiviranje za reševanje teh težav in vključitev v ro.pe trening.
- Ključni trening bo potekal dva dni, brez kotizacije in s potrdilom o udeležbi.



# Načini dostopa do ciljne skupine (prodajalci alkoholnih pijač)

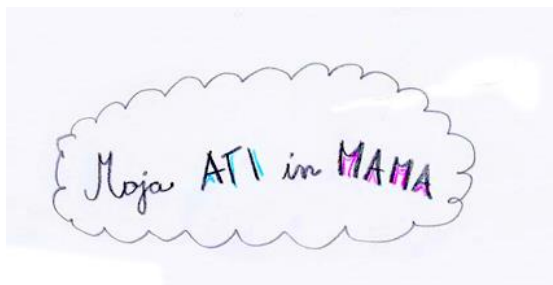


- Izvedba kratkih intervencij v gostinskih lokalih in trgovinah, ki se nahajajo v bližini šol
- Izvedba intervencij oz. vzpostavitev kontakta v tistih lokalih ali trgovinah, ki so bile zaznane ( s strani mladostnikov, staršev, učiteljev), da mladoletnim prodajajo alkohol



# AKTIVNOSTI V LETU 2013/14

- Predstavitev programa širše v Podravski regiji in v Pomurju.
- Tisk plakatov, brošur, oprosti kartic za prodajalce alkoholnih pijač.
- Izvedba usposabljanja za prodajalce alkoholnih pijač in distribucija materiala po trgovinah in lokalih (krajša intervencija), vključenih 43 oseb.
- Izvedba 4-ih ro.pe treningov, skupaj vključenih 39 mladih.
- Izvedba 4-ih debatnih party-jev, skupaj vključenih 62 staršev.
- Usposabljanje za pomembne druge osebe, vključenih 41 oseb.
- Skupaj je bilo aktivnosti v okviru programa **Take care** v tem obdobju deležnih 185 oseb.



# NAČRTI ZA NAPREJ

- Vpeljati poenoten pristop za zmanjševanje tvegane in škodljive rabe alkohola pri mladih.
- Širjenje programa v druge regije oz. na nacionalno raven.
- Usposobiti izvajalce programa, ki bodo program izvajali v svojih regijah.





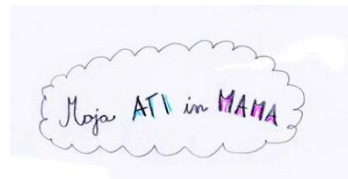
Ana Kotnik Krajnc

IZKUŠNJE ŠOLE

**P R A V I L N I K**  
**o šolskem redu v srednjih šolah**  
**4. člen**  
**(prepovedi)**

- **V šoli je prepovedano:**

- psihično in fizično nasilje,
- **kajenje, uživanje alkohola in drugih drog,**
- **prisostvovanje pod vplivom alkohola in drugih drog,**
- **posedovanje, ponujanje ali prodajanje alkohola in drugih drog,**
- posedovanje predmetov in sredstev, ki ogrožajo varnost in zdravje ljudi ali varnost premoženja,
- uporabljanje osebnih naprav za povezovanje s podatkovnim in telekomunikacijskim omrežjem v nasprotju z določili šolskih pravil,
- obnašanje v nasprotju z določili tega pravilnika, s šolskimi pravili in navodili delavcev šole.



## 17. člen in 18. člen (težje kršitve) (najtežje kršitve)

- **Težje kršitve so:**

- ponavljajoče se lažje kršitve, za katere je bil dijaku izrečen opomin,
- **uživanje alkohola,**
- samovoljna prisvojitve tuje stvari,
- ponarejanje,
- žaljiv odnos do dijakov, delavcev šole in drugih,
- posedovanje nevarnih predmetov ali sredstev,
- neupoštevanje predpisov o varnosti in zdravju pri delu,
- namerno poškodovanje šolskega ali drugega premoženja.

- **Najtežje kršitve so:**

- ponavljajoče se istovrstne težje kršitve, za katere je bil dijaku izrečen ukor,
- psihično ali fizično nasilje,
- **uživanje oziroma prisotnost pri pouku pod vplivom alkohola ali drugih drog,**
- **posedovanje, ponujanje in prodajanje alkohola ali drugih drog,**

Za kršitve, določene s tem pravilnikom in s šolskimi pravili, se določajo alternativni ukrepi ali izrekajo vzgojni ukrepi.

- **Alternativni ukrepi so:**

- pobotanje oziroma poravnava,
- poprava škodljivih posledic ravnanja,
- opravljanje dobrih del,
- premestitev v drug oddelek istega izobraževalnega programa.

- **Vzgojni ukrepi so:**

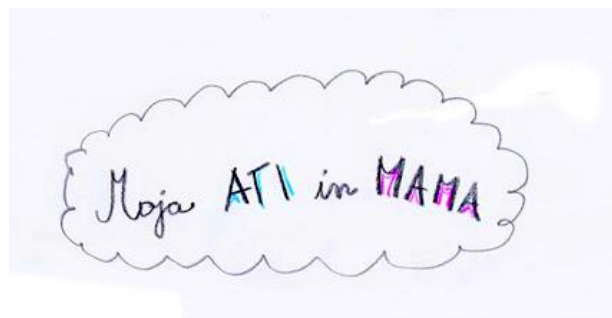
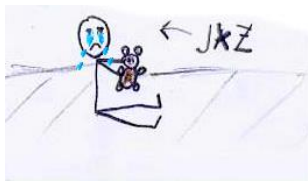
- opomin,
- ukor razrednika,
- ukor oddelčnega učiteljskega zbora,
- ukor učiteljskega zbora,
- pogojna izključitev,
- izključitev.





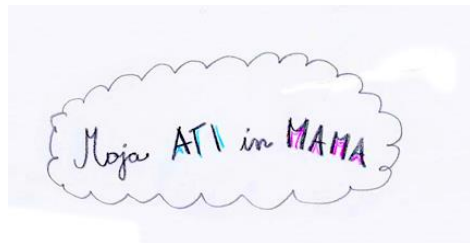
## 26. člen (določitev alternativnega ukrepa)

- Alternativni ukrep se izvršuje tako, da je dijaku omogočeno obiskovanje pouka.
- Z vsebino alternativnega ukrepa iz drugega odstavka tega člena razrednik seznanji dijaka in starše.
- Če dijak z določenim alternativnim ukrepom ne soglaša ali ga ne izvrši na določen način in v določenem roku, mu pristojni organ izreče vzgojni ukrep.
- Alternativni ukrep preneha veljati, ko je izvršen.



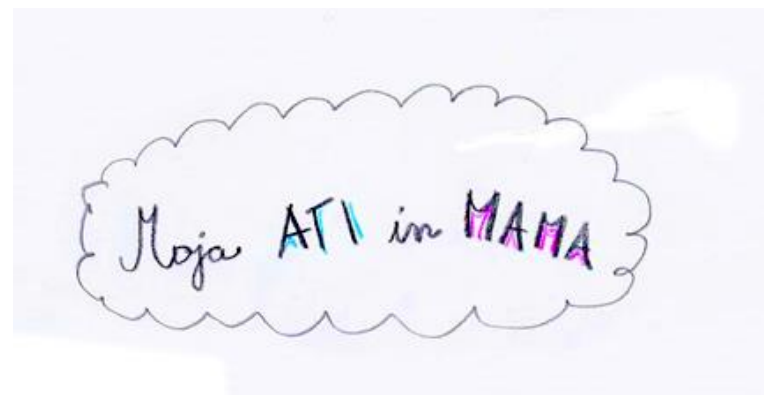
## 24. člen (okoliščine, ki se upoštevajo pri izbiri ukrepa)

- Pri izbiri ukrepa šola upošteva težo kršitve, odgovornost dijaka za kršitev, osebnostno zrelost dijaka, nagibe, zaradi katerih je storil dejanje, okoliščine, v katerih je bilo dejanje storjeno, druge okoliščine, pomembne za ukrepanje, postopnost pri ukrepanju in možne posledice ukrepanja.
- Če ravnatelj, po proučitvi vseh okoliščin, oceni, da dijak potrebuje pomoč oziroma svetovanje, lahko odloči, da se postopek ukrepanja zoper dijaka ustavi.



# IZKUŠNJE

- Podpora vodstva
- Sodelovanje z razrednikom, učitelji, starši
- Stališča do alkohola
- Pričakovanja



- **Kontakti**

Karin Mlakar in Breda Lukavečki Družovec

051/ 301-221

[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

