

Grażyna Piotrkowska

## Program Wzmacniania Rodziny

### O programie

Program Wzmacniania Rodziny powstał w roku 1983. Jego pierwotna wersja – *Iowa Strengthening Families Programme* (ISFP) – została opracowana na Uniwersytecie w Utah przez Karol Kumpfer i współautorów<sup>1</sup>. Skierowana była do dzieci w wieku 6-8 lat, wychowywanych przez rodziców uzależnionych od substancji psychoaktywnych. Na jej podwalinach w roku 1992 Virginia Molgaard, Karol Kumpfer oraz Elizabeth Fleming opracowały program *Strengthening Families Programme* (SFP) z zakresu profilaktyki pierwszorzędowej dla dzieci w wieku 10-14 lat oraz ich rodziców, który stał się podstawą do opracowania polskiej wersji programu – Programu Wzmacniania Rodziny (PWR).

Na rynku polskim z powodzeniem funkcjonuje szereg programów z zakresu profilaktyki pierwszorzędowej, jednak PWR okazał się programem, który jako jeden z nielicznych przeszedł rygorystyczną i długotrwałą ewaluację. Niezwykle pozytywne wyniki tej ewaluacji spowodowały, że coraz więcej krajów, w tym także Polska, jest zainteresowanych jego wdrożeniem.

Długofalowym celem PWR jest ograniczenie picia alkoholu, używania narkotyków oraz problemów związanych z zachowaniem w okresie dojrzewania. Cel ten jest osiąganym poprzez rozwijanie zdolności wychowawczych i sprawowania kontroli przez rodziców, udoskonalanie umiejętności interpersonalnych i indywidualnych wśród nastolatków oraz wzmacnianie więzi w rodzinie. Program jest przeznaczony dla wszystkich rodziców i dzieci w wieku 10-14 lat, a materiały edukacyjne są opracowane w taki sposób, że mogą z nich korzystać osoby o bardzo zróżnicowanym poziomie wykształcenia.

Charakterystyka programu:

- rodzice i dzieci uczą się razem,
- w jednej grupie bierze udział od 7 do 10 rodzin,
- sesje podstawowe składają się z 7 dwugodzinnych sesji,
- spotkania odbywają się raz w tygodniu, przez pierwszą godzinę zajęć grupy dzieci i rodziców pracują osobno, biorąc udział w sesjach młodzieżowych i dla rodziców, druga godzina jest wspólna dla obu grup, jest to tzw. sesja rodzinna,
- 4 sesje przypominające realizowane są w czasie od 3 do 12 miesięcy po zakończeniu sesji podstawowych,
- filmy DVD prezentują negatywne i pozytywne scenki z życia rodziny,
- uczestnicy programu otrzymują materiały – karty ćwiczeń do pracy podczas zajęć oraz do przypomnienia w domu,
- zajęcia prowadzone są metodami aktywnymi (odgrywanie ról, dyskusje, gry i zabawy integracyjne, edukacyjne, zadania dla grup),
- przeprowadzana jest rygorystyczna ewaluacja.

### Wyniki badań naukowych potwierdzających skuteczność PWR

SFP 10-14 został przetestowany poprzez skrupulatną ewaluację, którą przeprowadzono w Iowa w Stanach Zjednoczonych. Zarówno program, jak i jego ewaluacja zostały wyróżnione w przeglądzie badań naukowych w ramach *International Cochrane Collaboration* (Międzynarodowa Współpraca Cochrane), finansowanych przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) i Brytyjską Radę do Spraw Edukacji Alkoholowej i Badań (*U.K. Alcohol Education and Research Council, AERC*).

<sup>1</sup> Kumpfer K.L., Tait C.M. *Family Skills Training for Parents and Children*, *Juvenile Justice Bulletin* 2000.

Przegląd Cochrane został przedstawiony na Konferencji Rządowej UE i WHO w Sztokholmie w 2001 roku, która zakończyła się ogłoszeniem Deklaracji Sztokholmskiej „Młodzi ludzie i alkohol”. Wartość SFP 10-14 docenił także Narodowy Instytut Zdrowia i Klinicznej Doskonałości (*National Institute for Health and Clinical Excellence*, NICE). Także w 2006 roku, w kolejnym przeglądzie Cochrane została potwierdzona skuteczność SFP 10-14 w zapobieganiu nadużywania narkotyków wśród młodych ludzi. Przeglądowi poddano 6000 badań ewaluacyjnych programów profilaktyki alkoholowej dla osób poniżej 25 roku życia, do kolejnego etapu zakwalifikowano tylko 56 programów. Wśród nich wyłoniono 12 programów, których ewaluacja spełniała założone wymogi metodologiczne. Ostatecznie wyróżniono 3 programy o udowodnionej skuteczności, a najskuteczniejszym, potwierdzonym badaniami, okazał się SFP 10-14. W obu przeglądach Cochrane podkreślono konieczność dalszych badań naukowych w celu potwierdzenia wyników uzyskanych w stanie Iowa. Poniżej prezentujemy wyniki amerykańskiej ewaluacji programu.

### Opis badań ewaluacyjnych SFP 10-14 w stanie Iowa (USA)

- Ewaluacja została przeprowadzona w ramach Projektu Rodzina (*Project Family*) w Instytucie Badań Społecznych i Behawioralnych na Uniwersytecie Stanu Iowa.
- SFP 10-14 został przetestowany wśród 446 rodzin z regionu charakteryzującego się wysokim odsetkiem rodzin w trudnej sytuacji ekonomicznej.
- Uczestnicy byli losowo podzieleni na grupy:
  - uczestnicy *Strengthening Families Program* (SFP 10-14),
  - uczestnicy programu *Preparing for Drug-Free Years*,
  - nieobjęci żadnym programem.

**Wyniki po 6 latach** u młodzieży objętej SFP 10-14 w porównaniu z grupami kontrolnymi<sup>1</sup>:

- niższy poziom używania narkotyków i picia alkoholu,

- 0% użytkowników amfetaminy (w pozostałych grupach >3%),
- różnice między grupami pogłębiały się wraz z upływem czasu,
- mniej problemów z zachowaniem w szkole.

#### Wyniki wśród rodziców<sup>2</sup>:

- poprawa umiejętności wychowawczych (ustalanie granic, budowanie pozytywnych więzi z dzieckiem, określanie zasad obowiązujących dziecko i konsekwentne ich przestrzeganie),
- wzrost pozytywnych uczuć wobec dziecka.

Kolejne badanie objęło porównanie następujących grup rodzin (dobranych losowo):

- uczestnicy SFP10-14 + *Life Skills Training* (LST),
- uczestnicy *Life Skills Training* (LST),
- nieobjęci żadnym programem.

**Wyniki po roku** u młodzieży objętej SFP10-14 w porównaniu z grupami kontrolnymi<sup>3</sup>:

- liczba nowych użytkowników alkoholu była w grupie 1 (SFP + LST) o 30% niższa, a w grupie 2 (LST) o 4% niższa niż w grupie kontrolnej 3.

#### Wyniki po 4 latach<sup>4</sup>:

- ograniczenie używania amfetaminy.

#### Wyniki po 10 latach<sup>5</sup>:

- ograniczenie używania narkotyków, leków psychoaktywnych,
- 22-latkowie (którzy jako 12-latkowie wraz z rodzicami uczestniczyli w SFP10-14) mieli znacząco mniej problemów ze zdrowiem psychicznym (depresji, lęków, fobii, zaburzeń osobowości) niż ich rówieśnicy.

### Program Wzmacniania Rodziny w Polsce

Powyższe bardzo pozytywne wyniki ewaluacji spowodowały, że również kraje europejskie, a wśród nich także Polska, podjęły działania wdrażające program na swym terytorium.

<sup>1</sup> Spoth R.L., Redmond C., Shin C. *Randomized trial of brief family interventions for general populations: Adolescent substance use outcomes 4 years following baseline*, Journal of Consulting and Clinical Psychology nr 69(4)/2001, s. 627-642.

<sup>2</sup> Molgaard V.K., Spoth R.L., Redmond C. *Competency Training – The Strengthening Families Program: For Parents and Youth 10-14*, Juvenile Justice Bulletin 2000.

<sup>3</sup> Spoth R.L., Redmond C., Trudeau L., Shin C. *Longitudinal substance initiation outcomes for a universal preventive intervention combining family and school programs*, Psychology of Addictive Behaviors nr 16(2)/2002, s. 129-134.

<sup>4</sup> Spoth R.L., Clair S., Shin C., Redmond C. *Long-term Effects of Universal Preventive Interventions on Methamphetamine Use Among Adolescents*, Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine nr 160/2006, s. 876-882.

<sup>5</sup> Spoth R.L., Redmond C., Trudeau L., Shin C. *Long-term Effects of Universal Preventive Interventions on prescription drug misuse*, Addiction nr 103/2008, s. 1160-1168.

Prace nad adaptacją programu PWR rozpoczęły się w roku 2007. Honorowy patronat nad programem sprawuje Dyrektor Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, natomiast organizacją, która jest odpowiedzialna za wdrożenie wszystkich działań związanych z adaptacją programu i terminową realizacją ich harmonogramu jest Fundacja na Rzecz Zapobiegania Narkomanii MARATON, która posiada wyłączność na szkolenia realizatorów programu oraz dysponowanie jego materiałami edukacyjnymi. Adaptacja programu była możliwa dzięki zawarciu wieloletniej umowy między Fundacją MARATON a *Oxford Brookes University*, który koordynuje wdrażanie programu w krajach europejskich. Instytucją odpowiedzialną za realizację procedur badawczych oraz przeprowadzenie badań ewaluacyjnych jest Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

Celem wspólnego projektu była więc:

- adaptacja materiałów edukacyjnych (podręczników, filmów DVD) i założeń SFP 10-14 do polskich warunków społecznych i kulturowych,
- pilotażowe sprawdzenie funkcjonowania polskiej wersji programu w pracy z rodzicami i nastolatkami,
- przygotowanie polskiej wersji SFP 10-14 do badań sprawdzających skuteczność programu (obejmujących dużą ogólnopolską próbę rodzin).

## Etapy adaptacji programu w Polsce

Proces adaptacji przebiegał w czterech etapach:

1. analiza materiału oryginalnego dokonana przez trzech ekspertów Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie,
2. realizacja programu w grupach fokusowych (Olsztynek, Głogów, Warszawa) – 47 osób,
3. realizacja programu w sesjach pilotażowych w latach 2008-2009 (Olsztynek, Olsztyn, Głogów, Warszawa), w których wzięło udział 120 osób,
4. realizacja programu w badaniach ogólnopolskich w latach 2010-2012:
  - **grupę eksperymentalną** tworzy 13 ośrodków, które realizują procedurę badawczą w 36 grupach; działaniami zostało objętych 551 rodzin,
  - **grupę kontrolną** tworzy 7 ośrodków, które realizują procedurę badawczą w 18 grupach; działaniami zostały objęte 234 rodziny.

W chwili obecnej trwają badania post-test, zarówno w grupie eksperymentalnej, jak i kontrolnej. Ostateczne wyniki badań, które – mamy

nadzieję – potwierdzą skuteczność PWR także wśród polskich rodzin, otrzymamy na początku roku 2012.

## Cel ewaluacji w Polsce

- Ocena skuteczności Programu Wzmacniania Rodziny, a w szczególności wpływu programu na:
  - praktyki wychowawcze rodziców (umiejętność okazywania miłości oraz ustalania i egzekwowania zasad),
  - relacje rodzic – dziecko,
  - używanie substancji psychoaktywnych przez młodzież (używanie narkotyków, picie alkoholu, palenie papierosów).
- Porównanie wyników dwóch wersji programu:
  - wersji podstawowej, złożonej z siedmiu spotkań z rodzinami,
  - wersji rozszerzonej – zawierającej cztery dodatkowe sesje uzupełniające.

## Podsumowanie

Program Wzmacniania Rodziny jest programem uniwersalnym, do którego mogą przystąpić rodziny bez względu na stopień zagrożenia nastolatków. Jego podstawowym założeniem jest fakt, że podstawą skuteczności wychowania dzieci na odpowiedzialnych dorosłych jest silna rodzina. Hasło przewodnie programu to „miłość i granice”, które oddaje ideę programu. Cele poszczególnych sesji zmierzają do wskazania i wzmocnienia wartości, jaką jest rodzina, wyposażenia rodziców w umiejętności rozsądnego stawiania swoim dzieciom właściwych granic, przy jednoczesnym okazywaniu wsparcia i miłości, oraz doskonalenie u dzieci umiejętności interpersonalnych i życiowych, które pozwalają na wzmocnienie czynników chroniących przed podejmowaniem zachowań ryzykownych i kształtują umiejętność formułowania i osiągania celów. Zawartość merytoryczna pozwala nie tylko na naniesienie korekty w procesie wychowawczym dziecka w fazie jego rozwoju, ale nade wszystko na przygotowanie całej rodziny (jako wspólnoty) do stawiania sobie celów i wyzwań na miarę osobistych możliwości i aspiracji jej członków. Uczestnictwo w programie dla wielu rodzin okazało się „zbawczym” momentem, który unaoczniał im, że ich dotychczasowe funkcjonowanie w rodzinie jest dalekie od poprawności. Częstokroć okazało się jedyną okazją do wspólnej zabawy rodzica

z dzieckiem, do zdobycia umiejętności spokojnej i konstruktywnej rozmowy na niejednokrotnie trudne tematy. Wielu rodziców biorących udział w programie z nutą żalu stwierdzało: *szkoda, że jestem tu tak późno, gdybym wcześniej dysponował tą wiedzą, może z moimi starszymi dziećmi nie miałbym tylu kłopotów...*

Fundacja MARATON zaprasza wszystkich rodziców i ich dzieci chętnych do wzięcia udziału w warsztatach. Obecnie program z powodzeniem funkcjonuje w 24 miastach Polski. Wykaz placówek realizujących zajęcia można odnaleźć na stronie internetowej poświęconej PWR ([www.rodzina.fundacja-maraton.org.pl](http://www.rodzina.fundacja-maraton.org.pl)). Ośrodek szkoleniowy Fundacji MARATON na bieżąco prowadzi także

szkolenia dla osób, które chcą uzyskać uprawnienia realizatora programu PWR. Po zakończeniu szkolenia uczestnik otrzymuje zaświadczenie wydane na mocy zezwolenia kuratorium oświaty. Wszystkie osoby zainteresowane programem zapraszamy do kontaktu z naszą organizacją.

Fundacja  
na Rzecz Zapobiegania Narkomanii  
MARATON  
ul. Elektoralna 26  
00-892 Warszawa  
tel. (22) 620 64 35, 603 703 321

Autorka jest koordynatorem Programu Wzmacniania Rodziny z ramienia Fundacji MARATON, a także jego trenerką, psychoprofilaktykiem oraz nauczycielem w szkole ponadgimnazjalnej

*Możesz nauczyć się od swoich dzieci  
o wiele więcej,  
aniżeli one nauczą się od ciebie.  
Poprzez ciebie poznają świat,  
który już przeminął,  
ty w nich natomiast odkrywasz świat,  
który właśnie się rodzi.*

Friedrich Rückert