

Od rizika k reziliencii v prevencii užívania drog medzi školákmi

Prof. PhDr. Oľga Orosová, CSc.
Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Filozofická fakulta
Katedra pedagogickej psychológie a psychológie zdravia

XIII. ročník konferencie PPRCH (2016)

Téma: Co děláme, když děláme minimální preventivní program?

Téma konferencie: Co děláme, když děláme minimální preventivní program?

Veda – prax?

Poskytujú výskumné dáta, vedecké štúdie odpovede na otázky odborníkov z praxe, odborníkov, ktorí realizujú programy prevencie užívania drog (PUD)?

Prežívajú praktici v tomto smere určitú **frustráciu**?

(Hart, Heaven, 2013)

Dosahujeme **zmysluplné prepojenie** existujúceho stavu vedeckovýskumného poznania s potrebami praxe?



Čo je to reziliencia?

- odolnosť, pružnosť, elastická a húževnatá nezdolnosť či nezlomnosť posilňujúca životné sily

Kebza, Šolcová, 2008, s. 1-2

- týka nielen variety možností, kapacity jednotlivca, ale aj **skupín** (*sociálna reziliencia, skupinová /kolektívna reziliencia, reziliencia rodiny ap.*)

Cacioppo, Reis, Zautra, 2011

Šolcová, 2009, Almedom, 2005

VanBreda, 2001



Rozvoj skúmania reziliencie – PUD

štyri vlny

- (i) **na jednotlivca orientovaný prístup** (tí, ktorí napriek nepriazni napredujú) **na premenné orientovaný prístup** (vnútorné a vonkajšie protektívne, podporujúce faktory). **Deskriptívna, „čo spôsobuje rozdiely?“ – statické charakteristiky**
- (ii) **zameraním na transakcie** prebiehajúce medzi jednotlivcami a systémami - **na proces orientovaná** - vývinové a ekologické systémy - „**ako?**“

Sobon, 2015

O'Dougherty Wright, Masten, Narayan, 2013

Sapienza, Masten, 2011

Masten, Obradović, 2006



Rozvoj skúmania reziliencie – PUD

štyri vlny - pokračovanie

- (iii) kreovanie reziliencie prostredníctvom **intervencií**
- (iv) **biopsychosociálny prístup - integratívny charakter** – reziliencia = *kapacita dynamického systému znášať alebo pozbierať sa zo zložitého problému, ktorý ohrozuje jeho stabilitu, životaschopnosť alebo rozvoj*

Sapienza, Masten, 2011, p. 268

Gonzales, Chronister, Linville et al., 2012

Hanewald, 2011

Friborg, Hjemdal, Martinussen et al., 2009



Prečo reziliencia?

Tradičná orientácia vs. vitalita protektívnych, pozitívnych faktorov

-podiel na porozumení vývinových procesov

-vodítka prípravy programov PUD

Ostaszewski, Zimmerman, 2006

Efektívnosť školských na reziliencii založených programov prevencie – **literárne známe nedostatky**

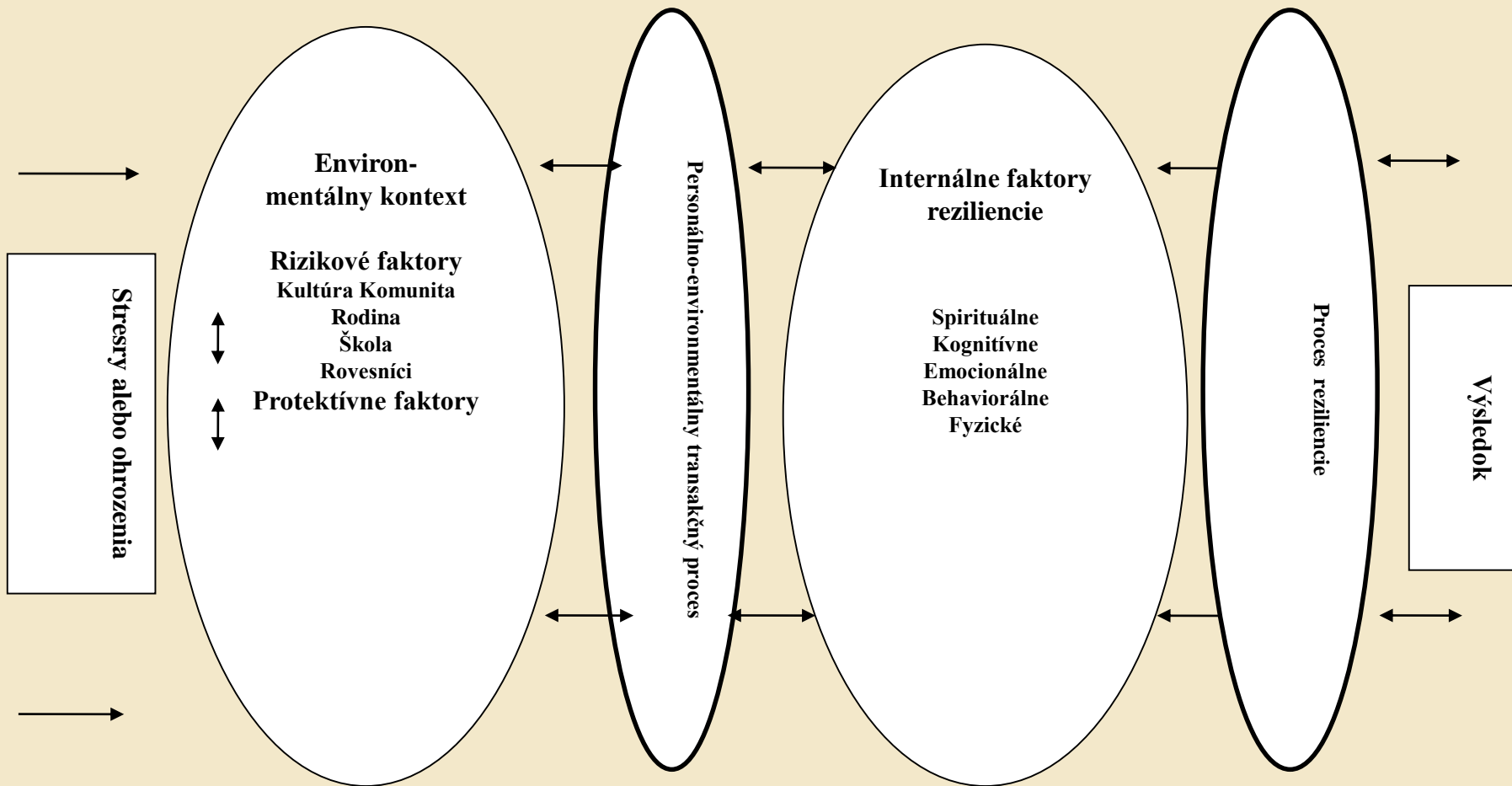
Pomoc praxi!? - **dynamický transakčný model** reziliencie

Hodder, Freund, Wolfenden et al., 2014

Dray, Bowman, Wolfenden et al., 2015

Kumpfer, 2002





Transakčný model reziliencie (upravené podľa Kumpfer, 2002, s. 185)

Riziko – reziliencia v PUD

Na reziliencii založená PUD so svojou primárne **pozitívnou orientáciou** umožňuje vyhnúť sa určitým potencionálnym dôsledkom na riziku založenej PUD, ktoré spočívajú v :

- možnej identifikácii, **označovaní**, stigmatizácii detí, dospelujúcich, ich rodín, komunit na základe percipovaného deficitu
- možnej **predpojatosti** učiteľov, rodičov, iných významných dospelých, ktorá môže mať negatívny vzťah k ich vnímavosti voči aktívam a zdrojom pozitívneho vývinu mladých ľudí
- potencionálnych **pocitoch bezmocnosti**, beznádeje, predpojatosti učiteľov, rodičov, iných významných dospelých v PUD
- formulovaní **cieľov efektívnej prevencie** v konfrontácii s prítomným rizikom.

Constantine, Benard, Diaz, 1999



Osobnostné, vzťahové a kontextuálne faktory – PUD – model reziliencie

- **učenia** (riešenie problémov, informačné procesy),
- **pripútania** (blízke sociálne vzťahy s významnými dospelými, priateľmi, romantickými partnermi, spirituálna väzba), **motivačného systému, majstrovstva** (procesy seba-účinnosti, systémy odmeňovania vzťahujúce sa úspešnému správaniu),
- **systémov reagovania na stres** (alarm a systémy zotavenia),
- **sebaregulácie** (emocionálna regulácia, exekutívne funkcie, aktivácia a inhibícia pozornosti alebo správania), rodinného systému (rodičovstvo, interpersonálna dynamika, očakávania, kohézia, rituály, normy),
- **školského systému** (vyučovacie hodnoty, štandardy, očakávania),
- **rovesníckeho systému** (priateľstvo, rovesnícke skupiny, hodnoty, normy),
- **kultúrneho a spoločenského systému** (náboženstvo, tradície, rituály, hodnoty, štandardy, právo)

Masten, Obradović (2006, s. 21)



Pomoc praxi?

Reziliencia – výsledok transakcie

Rezilientné dieťa, dospelievajúci je charakterizovaný:

- **sociálnou kompetenciou** (*flexibilita, empatia, starostlivosť, komunikačné spôsobilosti, zmysel pre humor, rozvíjajú pozitívne vzťahy s dospelými aj rovesníkmi, čo napomáha dobrej prepojenosti s rodinou, školou, komunitou*)
- **spôsobilosťou riešenia problémov** (*schopnosť nachádzať alternatívne riešenia kognitívnych a sociálnych problémov, plánovanie a zodpovedajúca úroveň sebakontroly, vynachádzavosť v hľadaní pomoci u iných*),
- **autonómiou** (*zmysel pre vlastnú identitu, schopnosť nezávislého konania, uplatňovanie určitej kontroly nad environmentálnymi podmienkami, schopnosť separovať sa určitým spôsobom od dysfunkčnej rodiny*) a
- **zmyslom pre budúcnosť, zmyslom na cieľ orientovaného správnia** (*mať ciele, aspirácie, nádej, vytrvalosť*)

Bernard, 1993



Pomoc praxi?

Reziliencia – výsledok transakcie

- **Rodina, škola, komunita**, ktorá podporuje rozvoj dieťaťa napriek nepriazni je charakterizovaná:
 - starostlivosťou a oporou (ak zlýhava rodina, škola má ponúknuť rozvoj vzťahov založených starostlivosti, opore)
 - pozitívnymi očakávaniami (povzbudzujúce vzťahy U-Ž, Ž-Ž, reflektovanie seba-naplňujúcich sa proroctiev učiteľmi ap.)
 - kreovaním príležitostí, ponukami k zmyslupnej participácii (napríklad zmysluplné aktivity v škole, príležitosti odpovedať na otázky, pýtať sa žiakov na ich názory, formulovať otázky povzbudzujúce kritické myslenie, kooperatívne učenie, rovesníkmi sprostredkované učenie ap.)

Bernard, 1993



Čo z uvedeného vyplýva pre PUD?

Intervencie založené na reziliencii same o sebe je možné považovať za **jeden z protektívnych faktorov**

Sú:

(i) primárne orientované na skúmanie **psychologického mechanizmu**, tzn. nepriameho vplyvu intervencie na behaviorálne ukazovatele

Reynolds, Ou, 2003

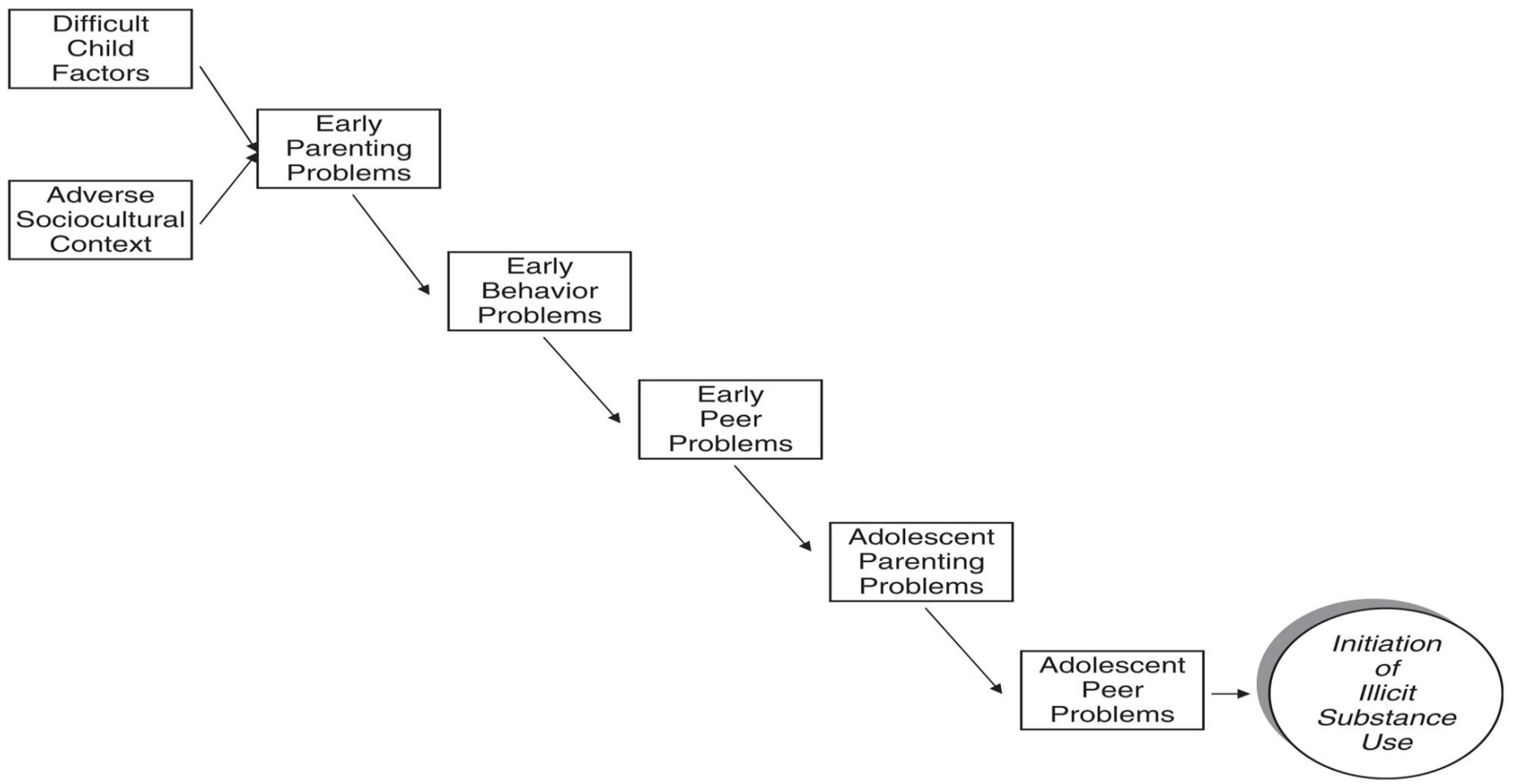
(i) dosahujú dlhodobejšie protektívne efekty vďaka akcentovanej **včasnosti** intervencií

Heckman, 2006, Reynolds, Ou, 2003

(iii) akcentujú potencionálny **kaskádový efekt**

Patterson, Forgatch, DeGarmo, 2010

Masten, Herbers, Cutuli et al., 2008



Príklad

Mnohoúrovňový kaskádový transakčný model rozvoja užívania drog založený na teórii sociálneho učenia (Dev, M. S. R. C., 2009, p. 23)

Ako je to v praxi?

Mnohí učitelia intuitívne tento na reziliencii založený pozitívny prístup k PUD praktikujú, poskytujú oporu, vytvárajú príležitosti (vonkajšie zdroje), podporujú dosahovane pozitívnych školských výsledkov, školskej pohody

Constantine, Benard, Diaz, 1999



Mnohí učitelia venujú pozornosť, viac alebo menej aktívne pracujú
S (Constantine, Benard, Diaz, 1999) :

Vonkajšie zdroje

Vzťahy,

starostlivosť zo strany dospelých

- dospelí doma
- dospelí v škole
- dospelí v komunite
- rovesníci

Vysoké očakávania

- doma
- v škole
- v komunite
- v rovesníckych skupinách

Zmysluplná participácia

- doma
- v škole
- v komunite

Vnútorne aktíva

Sociálna kompetencia

- Kooperácia a komunikačné
- Spôsobilosti
- Empatia a respect
- Spôsobilosti riešenia problémov

Autonómia a personálna identita

- Sebaistota
- Sebaučinnosť
- Sebauvedomenie

Zmysel a cieľ

- Optimizmus
- Ciele a výkonová motivácia

Príklady úspešnej na reziliencii založenej prevencie

- zníženie úrovne fajčenia tabakových cigariet, užívania alkoholu, marihuany medzi adolescentmi

Hodder, Daly, Freund et al., 2011

- konzumácia alkoholu - *opodstatnenosť v spoločenských podmienkách v ktorých je alkohol dôležitou súčasťou kultúry - indikátorom reziliencie je v tomto kontexte abstinencia alebo posun pod hranicu rizikovej konzumácie alkoholu*

Graber, de Visser, Abraham et. al., 2016

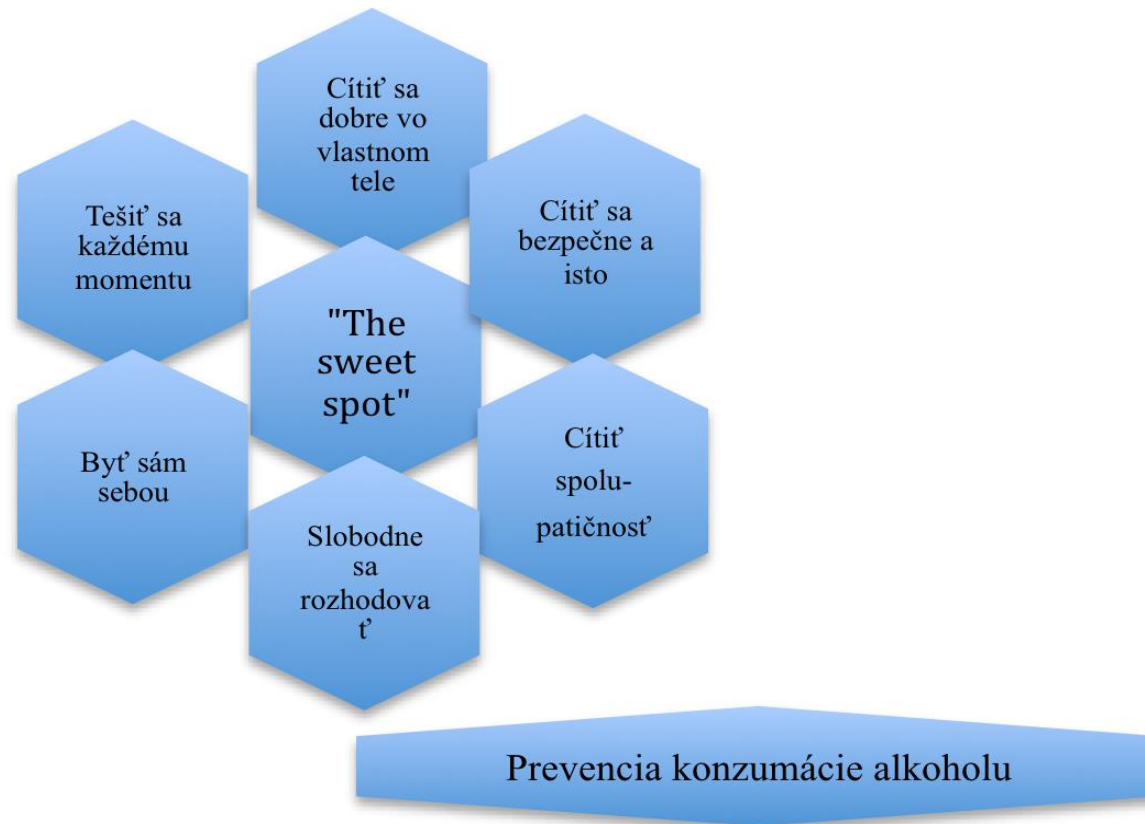


Konzumácia alkoholu indikátory reziliencie v prevencii

- **abstinovanie** alebo **udržiavanie nízko rizikových vzorcov** konzumácie alkoholu
- pozornosť výskumníkov voči **adaptatívnym procesom** vs. tradičné prístupy - nezdravé behaviorálne vzorce, napríklad s alkoholom súvisiace copingové stratégie
- povzbudzuje hľadanie odpovede na otázku, **prečo ľudia nekonzumujú alebo veľmi málo konzumujú alkohol**
- **pozitívna orientácia** založená na poznatkoch týkajúcich sa pozitívnych výberov, rozvoji aktív, facilitovaní sociálnych spôsobilostí podporujúcich zodpovednú konzumáciu alkoholu a abstinenciu v porovnaní s tradičným prístupom zameraným na vyhýbaní sa riziku.

Graber, de Visser, Abraham et. al., 2016





Obrázok 1 Optimálny klaster
(„Sweet spot“, upravené podľa Graber, de Visser, Abraham et. al., 2016. s. 84)

Cítiť sa dobre vo vlastnom tele

pretrvávajúci pocit fyzickej pohody **pred, počas, po** konzumácii alkoholu

Čomu učiť :

Prispieva alkohol k pocitu pohody?!

Čo, koľko?!

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016

de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Cítiť sa bezpečne a isto

= zmysel pre sebakontrolu a kontrolu prostredia

Čomu učiť :

-dopredu plánovať, premysliť si hlavne správanie vo vzťahu k prvým skúsenostiam s konzumáciou alkoholu;

-vopred plánovať to, ako sa vyhnúť nekontrolovateľným, obávaným situáciám.

-mat' únikovú stratégiu, ako sa dostať do bezpečia domova

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016

de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Cítiť spolupatičnosť

= pocit autentickej spolupatričnosti, akceptácia sociálnym prostredím

Čomu učiť:

mať istotu, dôveru v to, že priatelia budú akceptovať a podporovať rozhodnutia jednotlivca, navzájom na seba dávajú pozor

Volit' nealkoholické nápoje v **sociálnych situáciách**

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016

de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Slobodne sa rozhodovať

= mať pocit, že vo vzťahu ku konzumácii alkoholu ide skutočne o vlastné rozhodnutie

Čomu učiť:

myslieť na implicitné pravidlá a očakávania týkajúce sa konzumácie alkoholu v sociálnych situáciách;

cítiť hrdosť za vlastné rozhodnutia

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016

de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Byť sám sebou

= reflektovanie vlastnej identity a hodnôt v kontexte konzumácie alkoholu

Čomu učiť:

- podeliť sa o skúsenosti, názory s dôverným priateľom; reflektovať to, či rozhodnutia počas konzumácie korešpondujú s tými, ktoré by jednotlivec urobil, keby nekonzumoval alkohol
- klásť si otázku, či by som chcel(a) stretnúť opitú verziu seba.

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016

de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Tešiť sa každyému momentu

= prežívať každý deň príjemne a prežívať príjemne sociálne situácie v ktorých je dostupný alkohol

Čomu učiť:

- Mať priateľov, záujmy; venovať pozornosť iným stránkam sociálnych situácií, ako je hudba, tanec, rozhovory s priateľmi
- voľba sociálnych aktivít bez konzumácie alkoholu

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016
de Visser, Graber, Hart et al., 2015



Protektívne procesy v prevencii konzumácie alkoholu

- (i) **sociálnych vplyvov** (potreba úspešného diferencovania medzi *podporou odmietnutania konzumácie a facilitáciou sociálnej integrácie* spôsobom, ktorý *minimalizuje sociálnu dôležitosť alkoholu*, rešpektujúc výbery jednotlivca a umožňujúc sociálne vzťahy)
- (ii) **vnútorných aktív** (potreba rozlišovania - konzumáciu za účelom *relaxu* alebo ako *stratégiu zvládania*)
- (iii) **schopnosť vyvažovania, udržiavania pohody** (novým komponentom alkoholovej reziliencie je majtrovstvo vyvažovania súťažiacich túžob, ako napríklad *potrebou bezpečia a skúšania nového*, a prijímania rozhodnutí, ktoré korešpondujú s optimálnym napredovaním, subjektívnou pohodou, so “the sweet spot”).

Graber, de Visser, Abraham et al., 2016



Podpora reziliencie v PUD predpokladá:

- aktivity PUD zamerané na **rovesnícky vplyv** by mali byť súčasťou **komplexného multi-systémového prístupu**
- rovesnícky zamerané stratégie prevencie musia **facilitovať pozitívnu konštrukciu dospievania**, stimulovať úvahy o tom, ako hodnotu rovesníckej skupiny adolescentov sprístupniť spôsobom podporujúcim pozitívne napredovaní dospievajúcich
- tréning **podstaty a mechanizmov prosociálneho rovesníckeho vplyvu**
- tréning stratégií **rezistencie voči drogám**

Goliath, Pretorius, 2016



Na záver

Na reziliencii založená prevencia v:

- Downstream** prístupe (na jednotlivca zameraná)
- mid-stream** prístupe (sociálne zameraná)
- upstream** prístupe (zameranom na politiku a reguláciu)

de Visser, Graber, Hart et al., 2015

Pod'akovanie

Štúdia vznikla za podpory Agentúry pre vedu a výskum APVV –0253–11 a APVV-15-0662

Ďakujem Vám za pozornosť!



Literatúra

Almedom, A. M. (2005). Resilience, hardiness, sense of coherence, and posttraumatic growth: all paths leading to “light at the end of the tunnel”? *Journal of Loss and Trauma, 10*(3), 253-265.

Bernard, B. (1993). Fostering resiliency in kids. *Educational Leadership, 51*(3), 44–48.

Cacioppo, J. T., Reis, H. T., & Zautra, A. J. (2011). Social resilience: the value of social fitness with an application to the military. *American Psychologist, 66*(1), 43.

Constantine, N., Benard, B., & Diaz, M. (1999, June). Measuring protective factors and resilience traits in youth: The healthy kids resilience assessment. In *seventh annual meeting of the Society for Prevention Research, New Orleans, LA*.

Dev, M. S. R. C. (2009). A dynamic cascade model of the development of substance-use onset. *Monogr Soc Res Child Dev, 74*(3).

de Visser, R. O., Graber, R., Hart, A., Abraham, C., Scanlon, T., Watten, P., & Memon, A. (2015). Using qualitative methods within a mixed-methods approach to developing and evaluating interventions to address harmful alcohol use among young people. *Health Psychology, 34*(4), 349.

Dray, J., Bowman, J., Wolfenden, L., Campbell, E., Freund, M., Hodder, R., & Wiggers, J. (2015). Systematic review of universal resilience interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting: review protocol. *Systematic reviews, 4*(1), 1.



Literatúra

Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., & Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International journal of methods in psychiatric research*, 14(1), 29-42.

Goliath, V., & Pretorius, B. (2016). Peer risk and protective factors in adolescence: Implications for drug use prevention. *Social Work*, 52(1), 113-129.

Gonzales, G., Chronister, K. M., Linville, D., & Knoble, N. B. (2012). Experiencing parental violence: A qualitative examination of adult men's resilience. *Psychology of Violence*, 2(1), 90.

Graber, R., de Visser, R., Abraham, C., Memon, A., Hart, A., & Hunt, K. (2016). Staying in the 'sweet spot': A resilience-based analysis of the lived experience of low-risk drinking and abstention among British youth. *Psychology & health*, 31(1), 79-99.

Hanewald, R. (2011). Reviewing the Literature on " At-Risk" and Resilient Children and Young People. *Australian Journal of Teacher Education*, 36(2), 16-29.

Hart, A., & Heaver, B. (2013). Evaluating resilience-based programs for schools using a systematic consultative review. *Journal of Child and Youth Development*, 1(1), 27-53.



Literatúra

Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), 1900-1902.

Hodder, R. K., Freund, M., Wolfenden, L., Bowman, J., Gillham, K., Dray, J., & Wiggers, J. (2014). Systematic review of universal school-based resilience interventions targeting adolescent tobacco, alcohol or illicit drug use: review protocol. *BMJ open*, 4(5), e004718.

Hodder, R. K., Daly, J., Freund, M., Bowman, J., Hazell, T., & Wiggers, J. (2011). A school-based resilience intervention to decrease tobacco, alcohol and marijuana use in high school students. *BMC Public Health*, 11(1), 1.

Kebza, V., & Solcová, I. (2015). Resilience: nekteřé novejsí koncepce psychické odolnosti/Resilience: some incoming conceptions of psychological resistance. *Ceskoslovenska Psychologie*, 59(5), 444.

Kumpfer, K. L. (2002). Factors and processes contributing to resilience. In *Resilience and development* (pp. 179-224). Springer US.

Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.

Masten, A., Herbers, J., Cutuli, J., & Lafavor, T. (2008). Promoting competence and resilience in the school context. *Professional School Counseling*, 12(2), 76-84.



Literatúra

O'Dougherty Wright, W. M., Masten, AS, Narayan, AJ (2013). Resilience process in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. *Handbook of resilience in children*, 15-37.

Patterson, G. R., Forgatch, M. S., & DeGarmo, D. S. (2010). Cascading effects following intervention. *Development and psychopathology*, 22(04), 949-970.

Reynolds, A. J., & Ou, S. R. (2003). Promoting resilience through early childhood intervention. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*, 436-459.

Sapienza, J. K., & Masten, A. S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion in Psychiatry*, 24(4), 267-273.

Sobon, M. (2015). *A Preliminary Perspective for Identifying Resilience and Promoting Growth Among Survivors of Sex Trafficking* (Doctoral dissertation, Wright State University).

Šolcová, I. (2009). *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Grada Publishing as.

VanBreda, A. D. (2001). *Resilience Theory: A Literature Review: With Special Chapters on Deployment Resilience in Military Families & Resilience Theory in Social Work*. South African Military Health Service.

