



Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας

Εφαρμογές Πρόληψης και Πεδία δράσεων

Ενημέρωση της τοπικής κοινωνίας

Απώτερος στόχος της ενημέρωσης είναι η ευαισθητοποίηση της τοπικής κοινότητας, η διάχυση μηνυμάτων πρόληψης στην κοινότητα και η συλλογική κινητοποίηση, η ενεργητική συμμετοχή, η συνεργασία και η κοινή δράση των πολιτών απέναντι σε θέματα που σχετίζονται με την πρόληψη και την προαγωγή της ψυχικής υγείας, την αιτιολογία της εμφάνισης εξαρτήσεων και γενικότερα των ψυχοκοινωνικών προβλημάτων, θέματα ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης και πρόληψης, τις προληπτικές δράσεις που τα ίδια εφαρμόζουν.

Στήριξη γονέων στο γονεϊκό τους ρόλο

Τα ΚΠ αφουγκραζόμενα τις ανάγκες των γονέων υλοποιούν πλήθος σεμιναρίων και εργαστηρίων για γονείς προκειμένου να ενισχύσουν το γονεϊκό τους ρόλο και τη βελτίωση της επικοινωνίας της οικογένειας, να κατανοήσουν τις βαθύτερες διεργασίες που χαρακτηρίζουν τη σχέση γονιού-παιδιού και να τους βοηθήσουν να υιοθετήσουν πιο λειτουργικούς τρόπους συμπεριφοράς δρώντας οι ίδιοι ως φορείς πρόληψης στην εκδήλωση αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών των παιδιών κατά τη διάρκεια της εξέλιξης τους.

Ευαισθητοποίηση και επιμόρφωση των εκπαιδευτικών σε θέματα πρόληψης

Στα πλαίσια αυτά τα ΚΠ επιμορφώνουν και κατ' επέκταση ευαισθητοποιούν τους/τις εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας σε θέματα προαγωγής ψυχικής υγείας (έκφραση και διαχείριση συναισθημάτων, επίλυση συγκρούσεων, αναγνώριση εαυτού, ενίσχυση αυτοεκτίμησης κ.α.). και τους στηρίζουν στην εφαρμογή παρεμβάσεων πρόληψης σε μαθητές και στην διαχείριση προβλημάτων και κρίσεων που αντιμετωπίζουν στην τάξη.

Ομάδες παιδιών και εφήβων

Στόχος της πρόληψης είναι να αναδειχθεί το δυνατό κομμάτι του εαυτού των εφήβων προτού αυτό αλλοιωθεί μέσα στην χρήση ώστε να διατηρήσουν το δικαίωμά τους να εξελίσσονται αξιοποιώντας δημιουργικά το έμφυτο δυναμικό τους. Οι ομάδες που συγκροτούνται στα ΚΠ ή στη σχολική κοινότητα έχουν σα στόχο την υποστήριξη και την ενίσχυση της ικανότητας ενδοσκόπησης και ενσυναίσθησης των παιδιών, των εφήβων, των φοιτητών και των νέων εν γένει καθώς και της διαχείρισης των μεταξύ τους επιρροών προκειμένου να προφυλάσσονται από τυχόν εξαρτητικές συμπεριφορές. Την καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων, δεξιοτήτων διαχείρισης των συναισθημάτων τους και ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης. Πραγματοποιούν δράσεις προσαρμοσμένες στις ηλικιακές ανάγκες των παιδιών και των εφήβων με στόχο να τους στηρίξουν, ώστε να δημιουργήσουν μια προσωπική ιστορία που δε στοιχειώνεται από φόβους,



1^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

ΚΕΝΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ & ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

συναισθήματα μειονεξίας και αγωνίες αλλά αντίθετα διαπνέεται από την εμπιστοσύνη στον εαυτό καθώς και στη δύναμη της συλλογικότητας.

Ευαισθητοποίηση και εκπαίδευση ειδικών ομάδων πληθυσμού

Στην περίπτωση που η οικογένεια και το σχολείο αποτύχουν στο δικό τους ρόλο, οι παραπάνω επαγγελματίες μπορούν να αποτελέσουν βασικούς πυλώνες στήριξης ενός παιδιού πριν αναζητήσει στις εξαρτήσεις λύσεις στα αδιέξοδα του. Στη βάση αυτή τα ΚΠ παρέχουν εκπαίδευση και στήριξη στους επαγγελματίες που έρχονται σε επαφή με παιδιά εστιάζοντας κυρίως σε δεξιότητες προσέγγισης, επικοινωνίας και στήριξης.

Συμβουλευτική

Τα ΚΠ απαντούν σε ατομικά και/ή οικογενειακά αιτήματα βοήθειας από την κοινότητα, που αφορούν θέματα ζωής, προσωπικές και οικογενειακές δυσκολίες, προβλήματα συμπεριφοράς παιδιών, διαχείριση της καθημερινότητας, θέματα συναισθηματικής φύσεως, κ.α, τα οποία είναι πιθανόν, αν δεν αντιμετωπιστούν εγκαίρως να συμβάλλουν στην ανάπτυξη αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών, όπως είναι η εξάρτηση. Τα ατομικά ή/και οικογενειακά αιτήματα, απαντιούνται με την προσφορά δημόσιων και δωρεάν υπηρεσιών ψυχολογικής στήριξης και συμβουλευτικής, παραπομπή σε δημόσιες ή κρατικά εποπτευόμενες δομές θεραπείας.

Η μορφή της συμβουλευτικής που παρέχουν τα ΚΠ δεν εμπεριέχει θεραπευτικούς στόχους και δεν στοχεύει στην άμεση επίλυση προβλημάτων. Η προσέγγιση των ατομικών ή οικογενειακών αιτημάτων αποτελεί μέρος ενός συνόλου παρεμβάσεων που παρέχονται από τα ΚΠ και πολλές φορές δρα συμπληρωματικά.

Δικτύωση

Βασικός στόχος της Πρόληψης είναι να παρεμβαίνει στις τοπικές κοινωνίες, να ενημερώνει, να ευαισθητοποιεί, να ενεργοποιεί και να διασυνδέει τις τοπικές υγιείς δυνάμεις διευκολύνοντας την αποτελεσματική επικοινωνία. Η αλληλεπίδραση των οργανωμένων ομάδων-φορέων μιας κοινωνίας κρίνεται απαραίτητη για την ανταλλαγή εμπειριών και το σχεδιασμό αλληλοσυμπληρούμενων δράσεων που αφορούν παιδιά και ενήλικες.