

**UCHWAŁA Nr
RADY MIEJSKIEJ w ŁODZI
z dnia 17 listopada 2011 r.**

**w sprawie przyjęcia „Programu profilaktyki ryzykownego stanu
psychicznego” adresowany do młodzieży szkół średnich.**

Na podstawie art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2001 r. Nr 142, poz. 1591; z 2002 r. Nr 23, poz. 220, Nr 62, poz. 558, Nr 113, poz. 984, Nr 153, poz. 1271, Nr 214, poz. 1806; z 2003 r. Nr 80, poz. 717, Nr 162, poz. 1568; z 2004 r. Nr 102, poz. 1055, Nr 116, poz. 1203, Nr 167, poz. 1759; z 2005 r. Nr 172, poz. 1441, Nr 175, poz. 1457; z 2006 r. Nr 17, poz. 128, Nr 181, poz. 1337; z 2007 r. Nr 48, poz. 327, Nr 138, poz. 974, Nr 173, poz. 1218), art. 4 ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2001 r. Nr 142, poz. 1592; z 2002 r. Nr 23, poz. 220, Nr 62, poz. 558, Nr 113, poz. 984, Nr 153, poz. 1271, Nr 200, poz. 1688, Nr 214, poz. 1806; z 2003 r. Nr 162, poz. 1568; z 2004 r. Nr 102, poz. 1055; z 2007 r. Nr 173, poz. 1218) oraz art. 8 pkt 1 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych Dz. U. Nr 210, poz. 2135, z 2005 r. Nr 94, poz. 788, Nr 132, poz. 1110, Nr 138, poz. 1154, Nr 157, poz. 1314, Nr 164, poz. 1366, Nr 169, poz. 1411, Nr 179, poz. 1485, z 2006 r. Nr 75, poz. 519, Nr 104, poz. 708 i 711, Nr 143, poz. 1030, Nr 170, poz. 1217, Nr 191, poz. 1410, Nr 227, poz. 1658, Nr 249, poz. 1824, z 2007 r. Nr 64, poz. 427 i 433, Nr 82, poz. 559, Nr 115, poz. 793, Nr 133, poz. 922, Nr 166, poz. 1172, Nr 171, poz. 1208, Nr 176, poz. 1243, Nr 180, poz. 1280), Rada Miejska w Łodzi

uchwała, co następuje:

§ 1.1. Przyjmuje się do realizacji „Program Profilaktyki Ryzykownego Stanu Psychicznego”,

stanowiący załącznik do niniejszej uchwały.

2. Programem objęta zostanie młodzież pierwszych klas łódzkich szkół średnich w wieku ok. 16 lat .

3. Program finansowany będzie ze środków budżetu miasta Łodzi.

§ 2. Prezydent Miasta Łodzi przedstawi Radzie Miejskiej sprawozdanie z realizacji uchwały do 30 czerwca każdego kolejnego roku.

§ 3. Wykonanie uchwały powierza się Prezydentowi Miasta Łodzi.

§ 4. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Projektodawcy: Radni, Joanna Kopcińska, Wiesława Zewald, Tomasz Kacprzak, Andrzej Kaczorowski

**Przewodniczący
Rady Miejskiej w Łodzi**

Tomasz KACPRZAK

UZASADNIENIE

Program Profilaktyki Ryzykownego Stanu Psychicznego to program profilaktyki pierwszego stopnia, obejmującym swym zasięgiem młodzież pierwszej klasy szkoły średniej.

Adresowany jest do uczniów szkół średnich, ich rodziców i nauczycieli: osób zdrowych i ma na celu zapobieganie rozwojowi ryzykownych stanów: depresji i zaburzeń psychicznych poprzez zwiększenie świadomości młodzieży na temat początkowych objawów zaburzeń psychicznych. Program ma dopomóc w rozpoznawaniu ich oraz powinien pomóc kształtować umiejętności eliminowania czynników ryzyka, takich jak stres i używanie środków psychoaktywnych.

Zwiększenie, zarówno wśród młodzieży, jak i rodziców oraz nauczycieli, poziomu wiedzy dotyczącej rozpoznawania i postępowania z symptomami wczesnych zaburzeń zdrowia psychicznego, ma na celu zmotywowanie uczniów do poszukiwania profesjonalnej pomocy. Dodatkowo ma na celu , poszerzenie wiedzy o ryzykownych stanach psychicznych i kształtowanie tolerancyjnej, empatycznej postawy wobec osób chorych psychicznie i może zmniejszyć stygmatyzującą moc stereotypów społecznych, hamujących młodzież przed poszukiwaniem profesjonalnej pomocy (psychiatrycznej).

Poza wiedzą, adresaci programu zdobędą oni również przydatne umiejętności, między innymi asertywnego odmawiania sięgania bez kontroli po leki i różnego rodzaju używki czy tworzenia alternatywnych wyjaśnień różnych sytuacji, które moga wpłynąć na zredukowanie czynników ryzyka związanych ze stresem i używaniem substancji psychoaktywnych.

Załącznik
do uchwały Nr
Rady Miejskiej w Łodzi
z dnia 17 listopada 2011 r.

ŁÓDŹ, listopad 2011

SPIS TREŚCI

1. ZAŁOŻENIA MERYTORYCZNE PROGRAMU
2. CELE PROGRAMU
3. GRUPA DOCELOWA
4. METODY DZIAŁAŃ EDUKACYJNYCH
5. REALIZATORZY PROGRAMU
6. HARMONOGRAM CZASOWY REALIZACJI PROGRAMU
7. KALKULACJA FINANSOWA REALIZACJI PROGRAMU

Program Profilaktyki ryzykownego stanu psychicznego

u młodzieży szkół średnich

Założenia merytoryczne projektu

Pomimo stałego rozwoju w zakresie wiedzy i możliwości terapeutycznych w psychiatrii, choroby psychiczne określane jako zaburzenia psychotyczne pozostają grupą zaburzeń źle rokujących i znacząco zaburzających funkcjonowanie dotkniętych nimi osób. Najczęstszą formą tych zaburzeń jest schizofrenia.

Problemy zdrowia psychicznego dotyczą zwykle osoby stojące u progu dorosłości, trwale upośledzając ich funkcjonowanie, często prowadząc do stałego inwalidztwa. Ich przewlekły przebieg, charakteryzujący się okresami zaostrzeń i względnej poprawy oraz związana z tym konieczność hospitalizacji sprawia, że są one poważnym problemem społecznym.

W związku z brakiem jednoznacznych danych dotyczących przyczyn ryzykownego stanu psychicznego, trudno jest zaproponować strategię przeciwdziałającą jej wystąpieniu. Dostępne dane wskazują natomiast jednoznacznie, że niezwykle istotne w kontekście poprawy rokowania i zminimalizowania negatywnych konsekwencji problemów psychicznych młodzieży jest podjęcie leczenia na jak wcześniejszym etapie rozwoju ryzykownego stanu psychicznego.

Pierwszy epizod ryzykownego stanu psychicznego ma zwykle miejsce w bardzo trudnym, a zarazem ważnym rozwojowo okresie dojrzewania, co dodatkowo wpływa na zaburzenie rozwoju psychospołecznego i późniejszego funkcjonowania młodego człowieka.

Odpowiednio wcześnie podjęte działanie lecznicze może zminimalizować, a nawet zapobiec neurobiologicznym zmianom mającym miejsce w momencie przejścia fazy prodromalnej w pierwszy epizod pogłębionych zaburzeń zdrowia psychicznego.

Ogromne znaczenie ma samo objęcie aktywną obserwacją lekarsko – psychologiczną młodzieży z objawami prodromalnymi, gdyż skraca okres pomiędzy momentem ewentualnego przejścia w fazę psychotyczną a rozpoczęciem leczenia; co znacząco wpływa na późniejsze rokowanie. Ze względu na niespecyficzność większości objawów prodromalnych, tego typu obserwacja może również zapobiec innym zaburzeniom i chorobom psychicznym (m.in. zaburzenia nastroju, uzależnienie od środków

psychoaktywnych, zaburzenia osobowości), z którymi objawy te mogą być związane.

Podsumowując, diagnostyka objawów ryzykownego stanu psychicznego może mieć fundamentalne znaczenie dla młodzieży zagrożonej poważniejszymi zaburzeniami zdrowia psychicznego.

Cele projektu

Program Profilaktyki Ryzykownego Stanu Psychicznego jest programem profilaktyki pierwszego stopnia, obejmującym swym zasięgiem młodzież pierwszej klasy szkoły średniej.

Jako program pierwszorzędowej profilaktyki kierowany jest on do osób zdrowych i ma na celu zapobieganie rozwojowi zaburzeń psychiatrycznych poprzez zwiększenie świadomości młodzieży na temat objawów prodromalnych choroby i ich rozpoznawania oraz kształtowanie umiejętności eliminowania czynników ryzyka, takich jak stres i używanie środków psychoaktywnych.

Zwiększenie, zarówno wśród młodzieży, jak i rodziców oraz nauczycieli, poziomu wiedzy dotyczącej rozpoznawania i postępowania z symptomami wczesnej psychozy ma na celu wychwycenie jednostek nią zagrożonych i zmotywowanie ich do poszukiwania pomocy. Dodatkowo, poszerzenie wiedzy o schizofrenii i kształtowanie tolerancyjnej, empatycznej postawy wobec osób chorych psychicznie może zmniejszyć stygmatyzującą moc stereotypów społecznych, hamujących młodzież przed poszukiwaniem pomocy psychiatrycznej. Odnosząc się do czynników chroniących młodzież, warto również zwrócić uwagę na fakt, że podczas zajęć Programu, poza wiedzą, zdobywają oni również przydatne umiejętności, między innymi asertywnego odmawiania czy tworzenia alternatywnych wyjaśnień różnych sytuacji, które mogą wpłynąć na zredukowanie czynników ryzyka związanych ze stresem i używaniem substancji psychoaktywnych.

Grupa objęta projektem

Adresatem programu jest młodzież pierwszych klas łódzkich szkół średnich w wieku ok. 16 lat (objawy prodromalne psychoz w większości przypadków zaczynają się pojawiać na około dwa lata przed pierwszym epizodem psychiatrycznym, który statystycznie najczęściej przypada na schyłek okresu młodzieńczego).

Ponadto, młodzież w tym właśnie przedziale wiekowym najbardziej zagrożona jest nadużywaniem środków psychoaktywnych, które stanowi jeden z głównych czynników ryzyka rozwoju schizofrenii. Optymalną wielkością grupy, dla której prowadzone są zajęcia to 25 - 30 osób, co stanowi wielkość przeciętnej klasy w szkole średniej.

Metody działań edukacyjnych

Głównym narzędziem, na które położono nacisk w programie jest psychoedukacja młodzieży dotycząca ryzykownego stanu psychicznego; w szczególności zaś jego objawów prodromalnych oraz czynników zwiększających ryzyko zachorowania.

Metody działań edukacyjnych przeprowadzanych w atrakcyjnej dla uczestników formie obejmują:

1. mini – wykłady na temat objawów psychoz
2. dyskusje w grupach
3. konkurs wiedzy o schizofrenii
4. omawianie studium przypadku
5. autorefleksję w oparciu o ankietę dotyczące stosunku do chorych psychicznie
6. trening poznawczy
7. elementy treningu asertywności
8. dostarczenie materiałów edukacyjnych informacyjnych dla nauczycieli i rodziców, w tym listy użytecznych adresów i telefonów oraz adresy stron związanych z tematyką zajęć (www.mojport.pl; www.pro-akt.pl).

Sposób realizacji

Program obejmuje dwa spotkania trwające po około 90 min.

Pierwsze spotkanie obejmuje:

- psychoedukację na temat schizofrenii
- omówienie zagadnienia empatii i tolerancji w stosunku do osób chorych psychicznie
- podstawową edukację dotyczącą prodromów schizofrenii, połączoną z ankietą, mającą na celu uwrażliwienie uczestników na występowanie u nich objawów prodromalnych.

Drugie spotkanie ma na celu:

- zwiększenie świadomości powszechności występowania zniekształceń poznawczych,

również u zdrowych ludzi

- poszerzenie wiedzy na temat czynników zwiększających ryzyko zachorowania
- elementy treningu asertywności dotyczące asertywnego odmawiania w sytuacjach bycia nakłanianym do używania środków psychoaktywnych, których używanie jest jednym z głównych czynników ryzyka zachorowania na schizofrenię.

Realizatorzy programu

Realizatorami programu mogą być studenci Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego oraz studenci Uniwersytetu Medycznego w Łodzi posiadający odpowiednią wiedzę i mający doświadczenie w prowadzeniu zajęć z młodzieżą. Nadzór merytoryczny nad Programem sprawują prof. dr hab. med. Jolanta Rabe – Jabłońska, Kierownik I Katedry Psychiatrii UM w Łodzi, oraz dr n. med. Magdalena Kotlicka – Antczak i dr n. hum. Agnieszka Pawełczyk, Adiunkci I Katedry Psychiatrii UM w Łodzi.

Autorami Programu są studenci IV-ego roku Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego: Joanna Wilińska i Łukasz Okruszek.

Harmonogram czasowy programu

Program realizowany będzie w latach 2012 – 2014.

Kosztorys przygotowania i przeprowadzenia „Programu profilaktycznego ryzykownego stanu psychicznego”

Lp.	Działanie	Osoby zaangażowane	Szacowana liczba godzin	Koszt
1.	Przygotowanie treści programu profilaktyki UHRS dla uczniów szkół średnich: opracowanie treści programu, metod (opracowanie quizów, konkursów wiedzy, prezentacji multimedialnych, treningu i ćwiczeń)	2 (edukatorzy)	20	35 000 PLN
2.	Przygotowanie treści spotkania informacyjnego dla rodziców: zebranie materiałów i merytoryczne opracowanie dwugodzinnego spotkania, przygotowanie prezentacji	2 (pracownicy kliniki)	15	

	multimedialnej, dostosowanie informacji do potrzeb rodziców i przygotowanie algorytmu postępowania			
3.	Przygotowanie treści spotkania informacyjnego dla nauczycieli: zebranie materiałów i merytoryczne opracowanie dwugodzinnego spotkania, przygotowanie prezentacji multimedialnej, przygotowanie algorytmu postępowania dla nauczycieli	2 (pracownicy kliniki)	15	
4.	Przygotowanie treści materiałów dla rodziców: zebranie informacji niezbędnych dla rodziców, przygotowanie tekstu dostosowanego dla rodziców nastolatków, przygotowanie tekstów do druku	3 (pracownicy kliniki)	10	
5.	Przygotowanie treści materiałów dla nauczycieli: zebranie informacji niezbędnych dla nauczycieli, przygotowanie tekstów dla nauczycieli oraz innych pracowników szkoły np. pedagog, pielęgniarka, przygotowanie tekstów do druku	3 (pracownicy kliniki)	10	
6.	Edycja, opracowanie graficzne i druk materiałów dla rodziców, nauczycieli i uczniów oraz prowadzenie zajęć z młodzieżą (w tym wolontariat)			
7.	Trening edukatorów – studenci, rezydenci, stażyści – obejmujący: pomoc w przygotowaniu prezentacji multimedialnej, pomoc w przygotowaniu wypowiedzi towarzyszącej prezentacji, uczestniczenie w treningu prezentacji	3 (pracownicy kliniki)	20	13 000 PLN
8.	Prowadzenie spotkania informacyjnego dla rodziców (prezentacja przygotowanych informacji, odpowiedzi na pytania, udostępnianie wydrukowanych materiałów odpowiedzi na pytania, rozmowy indywidualne)	2 (pracownicy kliniki)	2 godziny x liczba szkół	30 000 PLN
9.	Prowadzenie spotkania informacyjnego dla nauczycieli: (prezentacja przygotowanych informacji, odpowiedzi na pytania, udostępnianie wydrukowanych materiałów odpowiedzi na pytania, rozmowy indywidualne)	2 (pracownicy kliniki)	2 godziny x n - liczba zespołów Rad Pedagogicznych	
			SUMA	138 000 PLN