



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

## **Przestrzegamy przed alkoholem, pomagamy uzależnionym**

Publikowane od  
15.12.2020 09:35:49



Miasto Mława podpisało umowę na realizację rekomendowanego przez Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych programu profilaktycznego dla młodzieży „Debata”.

Tymczasem dobiegło końca inne działanie – maratony terapeutyczne dla uzależnionych i współuzależnionych.

Program „Debata” jest adresowany do dzieci w wieku od 12 do 15 lat, natomiast jego celem jest promowanie postaw abstynenckich wśród młodzieży stojącej u progu inicjacji alkoholowej. Jak czytamy na stronie internetowej Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, „podstawy teoretyczne programu Debata opierają się na koncepcji substancji torujących drogę (Kandel, 1992), która opisuje następujące po sobie fazy używania substancji psychoaktywnych przez młodzież. Pierwszymi i najbardziej dostępnymi substancjami psychoaktywnymi, po które sięgają nastolatki i nastolatki są napoje alkoholowe (głównie piwo). Większość młodych osób poprzestaje na tym, jednak część z nich w sposób fazowy sięga po następne substancje. Stąd program jest nastawiony przede wszystkim na opóźnienie inicjacji alkoholowej wśród nastolatków, co ma ich chronić przed negatywnymi konsekwencjami picia alkoholu i rozwojem innych zachowań ryzykownych”. Program zakłada wzmocnienie u jego młodego uczestnika postawy abstynencji dzięki kontaktowi z dorosłym mentorem i sprzyjającym warunkom w środowisku szkolnym (promowanie zdrowego trybu życia, podkreślanie moralnych aspektów trzeźwości, eliminowanie błędnych przekonań normatywnych związanych ze spożywaniem napojów alkoholowych).

Program początkowo miał być realizowany w formie zajęć w klasach, jednak w związku z ograniczeniami związanymi z pandemią COVID-19 stało się to niemożliwe. Za zgodą autora programu i po podpisaniu stosownego aneksu do wcześniejszej umowy, zajęcia z uczniami mławskich szkół są prowadzone w trybie online (platformy internetowe Zoom i Librus).

Tymczasem zakończyły się prowadzone od września do listopada, na mocy umowy zawartej między Miastem Mława a Niepublicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej Ośrodkiem Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia w Działdowie, warsztaty terapeutyczne dla osób uzależnionych i współuzależnionych. W cyklu pięciu szesnastogodzinnych maratonów (dwa dni po osiem godzin każdy – w sumie 80 godzin) wzięli udział pacjenci Przychodni Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia przy ul. Lelewela w Mławie. Każdy z maratonów dotyczy konkretnego problemu i pozwala uczestnikom wypracować mechanizmy, dzięki którym można go rozwiązać. Podczas kolejnych zajęć mówiono o: radzeniu sobie ze stresem, wzmacnianiu poczucia własnej wartości, asertywnych zachowaniach abstynenckich, radzeniu sobie z nadmiernym złością oraz rozwiązywaniu konfliktów. Maratony były prowadzone przez specjalistów psychoterapii uzależnień. W czasie każdego ze spotkań pacjenci mieli zapewniony także gorący posiłek.

*KN / UMM*

*fot.: PxHere*

---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artukul/przestrzegamy-przed-alkoholem-pomagamy-uzaleznionym>