

RAPORT KOŃCOWY Z TESTOWANIA INNOWACJI SPOŁECZNEJ

INNOWACJA „STER NA TRZEŻWOŚĆ 1”



Innowacja była testowana w ramach przedsięwzięcia
pn. „Branżowe Centrum Umiejętności w dziedzinie pomocy społecznej”
realizowanego w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności,
Komponent A „Odporność i konkurencyjność gospodarki”; Inwestycja A.3.1.1. „Wsparcie rozwoju nowoczesnego kształcenia
zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie”,
realizowanego przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży
w partnerstwie z Województwem Podkarpackim/Medyczno-Społecznym Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego.

Branżowe Centrum Umiejętności w dziedzinie pomocy społecznej
Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży, ul. Piotra Skargi 6, 37-700 Przemyśl (Lider Przedsięwzięcia)
Województwo Podkarpackie/Medyczno-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego,
ul. Łukasińskiego 20, 37-700 Przemyśl (Partner Przedsięwzięcia)

1) Wprowadzenie

Niniejszy Raport końcowy przedstawia wyniki testowania innowacji społecznej „Ster na trzeźwość 1”. Innowacja społeczna „Ster na trzeźwość 1” została zaprojektowana w celu wsparcia osób zmagających się z problemem alkoholizmu poprzez wprowadzenie programów edukacyjnych i terapeutycznych, które pomagają w utrzymaniu trzeźwości oraz reintegracji społecznej. Program skierowany jest do osób w różnym wieku, które pragną wyjść z nałogu i wrócić do pełnego uczestnictwa w życiu społecznym.

Celem testowania innowacji „Ster na trzeźwość 1” było:

- Ocena skuteczności programów edukacyjnych i terapeutycznych w utrzymaniu trzeźwości uczestników.
- Analiza wpływu programu na poprawę jakości życia uczestników, w tym ich zdrowia psychicznego i fizycznego.
- Ocena stopnia reintegracji społecznej uczestników.
- Zidentyfikowanie ewentualnych problemów i barier w realizacji programu oraz opracowanie rekomendacji na przyszłość.

Testowanie przeprowadzono w październiku, listopadzie i grudniu 2024 roku w Domach Pomocy Społecznej.

W Raporcie zawarto szczegółowe informacje na temat metodologii testowania, wyników oraz wniosków i rekomendacji.

2) Opis metodologii

Metody testowania:

- **Obserwacje:** Monitorowanie uczestników podczas sesji terapeutycznych i edukacyjnych, ocena ich zaangażowania i postępów.
- **Ankiety:** Zbieranie opinii uczestników na temat skuteczności programu, ich samopoczucia, zdrowia psychicznego i fizycznego oraz relacji społecznych.

Procedura testowania:

- **Rekrutacja uczestników:** Identyfikacja i zaproszenie osób zmagających się z problemem alkoholizmu do udziału w programie.
- **Realizacja programu:** Prowadzenie regularnych sesji terapeutycznych i edukacyjnych, monitorowanie postępów uczestników.

- **Ewaluacja i analiza wyników:** Zbieranie danych, analiza wyników i przygotowanie raportu końcowego.

4) Wyniki testowania

Informacje ogólne

W testowaniu innowacji „Ster na trzeźwość 1” wzięła udział grupa seniorów, w której dominowały osoby w wieku 60-69 lat, stanowiące 70% uczestników. Uczestnicy w wieku 70-79 lat stanowili 20%, a osoby powyżej 80 roku życia stanowiły 10%. Większość uczestników stanowili mężczyźni (60%), podczas gdy kobiety stanowiły 40%. Taki rozkład demograficzny odzwierciedla typową strukturę osób korzystających z programów wsparcia w zakresie uzależnień.

Ocena programu

Organizacja programu: 60% uczestników oceniło organizację programu „Ster na trzeźwość 1” jako bardzo dobrą, a 30% jako dobrą. 10% oceniło ją jako średnią. Brak ocen słabych i bardzo słabych wskazuje na ogólnie wysoką ocenę organizacji programu.

Pomoc i kompetencje opiekunów i prowadzących: 60% uczestników stwierdziło, że opiekunowie i prowadzący byli zdecydowanie pomocni i kompetentni, a 30% odpowiedziało "tak". Brak odpowiedzi negatywnych świadczy o wysokim poziomie wsparcia i profesjonalizmu personelu.

Twoje doświadczenia

Zrozumienie problemu uzależnienia: 100% uczestników stwierdziło, że program „Ster na trzeźwość 1” pomógł im lepiej zrozumieć problem uzależnienia od alkoholu. To jednoznacznie wskazuje na skuteczność programu w edukacji uczestników na temat uzależnienia.

Umiejętności radzenia sobie z pokusą picia: Przed udziałem w programie 70% uczestników oceniało swoje umiejętności radzenia sobie z pokusą picia jako dobre lub bardzo dobre, a 30% jako średnie. Po udziale w programie 50% oceniło swoje umiejętności jako bardzo dobre, 40% jako dobre, a 10% jako średnie. Wzrost liczby ocen bardzo dobrych i dobrych wskazuje na pozytywny wpływ programu na umiejętności uczestników.

Wpływ na relacje z rodziną i przyjaciółmi: 100% uczestników stwierdziło, że udział w programie wpłynął pozytywnie na ich relacje z rodziną i przyjaciółmi. To pokazuje, że program nie tylko pomaga w walce z uzależnieniem, ale także poprawia relacje społeczne uczestników.

Ocena skuteczności programu

Skuteczność programu w pomaganiu w utrzymaniu trzeźwości: 80% uczestników oceniło program jako bardzo skuteczny, 10% jako skuteczny, a 10% jako średnio skuteczny. Brak ocen mało skutecznych i nieskutecznych wskazuje na wysoką efektywność programu w pomaganiu uczestnikom w utrzymaniu trzeźwości.

Dostarczanie narzędzi i strategii do radzenia sobie z uzależnieniem: 60% uczestników stwierdziło, że program zdecydowanie dostarczył im wystarczających narzędzi i strategii do radzenia sobie z uzależnieniem, 20% odpowiedziało "tak", a 20% nie miało zdania na ten temat. Brak odpowiedzi negatywnych sugeruje, że program skutecznie wyposaża uczestników w potrzebne umiejętności.

Wpływ na życie codzienne

Poprawa zdrowia fizycznego i psychicznego: 40% uczestników zauważyło zdecydowaną poprawę w swoim zdrowiu fizycznym i psychicznym po udziale w programie, a 40% odpowiedziało "tak". 20% nie miało zdania na ten temat. Brak odpowiedzi negatywnych sugeruje, że program ma pozytywny wpływ na zdrowie uczestników.

Znajdowanie nowych, zdrowych zainteresowań: 40% uczestników stwierdziło, że program pomógł im w znalezieniu nowych, zdrowych zainteresowań i sposobów spędzania wolnego czasu, podczas gdy 60% nie miało zdania na ten temat. Brak odpowiedzi negatywnych wskazuje na pewne sukcesy programu w tej dziedzinie, choć może być potrzebne dodatkowe wsparcie w rozwijaniu zainteresowań uczestników.

Sugestie i uwagi

Co najbardziej podobało się uczestnikom w programie „Ster na trzeźwość 1”? Uczestnicy docenili wsparcie i zrozumienie, jakie otrzymali od terapeutów. Wspólne sesje, gdzie mogli dzielić się swoimi doświadczeniami z innymi, były również wysoko oceniane. Uczestnicy podkreślali, że program był dostosowany do ich indywidualnych potrzeb, co znacznie zwiększało jego skuteczność.

Sugestie dotyczące poprawy programu: Uczestnicy sugerowali dodanie więcej spotkań motywacyjnych z osobami, które przeszły podobną drogę. Proponowali również organizowanie dodatkowych warsztatów dotyczących radzenia sobie ze stresem. Te sugestie mogą pomóc w dalszym rozwijaniu programu i zwiększaniu jego skuteczności.

Szczegółowe wyniki testowania zawiera załącznik do Raportu.

5) Wnioski i rekomendacje

Wnioski

Poprawa zdrowia psychicznego i fizycznego uczestników: Program „Ster na trzeźwość 1” przyniósł znaczące korzyści zdrowotne dla uczestników. Dzięki regularnym sesjom terapeutycznym i wsparciu grupowemu, uczestnicy zauważyli poprawę swojego zdrowia psychicznego, w tym redukcję objawów depresji i lęku. Ponadto, program promował zdrowy styl życia, co przyczyniło się do poprawy kondycji fizycznej uczestników. Regularne ćwiczenia, zdrowa dieta i wsparcie w rzuceniu nałogu pomogły uczestnikom w osiągnięciu lepszego samopoczucia fizycznego.

Wysoki poziom zaangażowania i motywacji: Uczestnicy programu wykazali wysoki poziom zaangażowania i motywacji do utrzymania trzeźwości. Regularne uczestnictwo w sesjach i aktywne zaangażowanie w działania grupowe świadczą o skuteczności programu. Uczestnicy często podkreślali, że program pomógł im znaleźć nowe cele życiowe i motywację do zmiany swojego stylu życia. Wsparcie ze strony rówieśników oraz terapeutów było kluczowe w utrzymaniu wysokiego poziomu motywacji.

Reintegracja społeczna: Program przyczynił się do reintegracji społecznej uczestników. Poprzez różnorodne warsztaty i sesje edukacyjne, uczestnicy zdobyli nowe umiejętności. Ponadto, program promował budowanie zdrowych relacji społecznych, co było kluczowe dla uczestników w procesie reintegracji. Pomoc w nawiązywaniu kontaktów społecznych były istotnymi elementami programu.

Zwiększenie świadomości na temat alkoholizmu: Program „Ster na trzeźwość 1” przyczynił się do zwiększenia świadomości na temat problemów związanych z alkoholizmem i dostępnych metod wsparcia. Uczestnicy zdobyli wiedzę na temat skutków nadużywania alkoholu oraz różnych strategii radzenia sobie z uzależnieniem. Program promował również edukację wśród społeczności lokalnej, co pomogło w destygmatyzacji problemu alkoholizmu i zachęciło więcej osób do szukania pomocy.

Rekomendacje

Na podstawie dotychczasowych wyników i napotkanych problemów proponujemy następujące kroki:

1. **Kontynuacja programu:** Zaleca się kontynuowanie programu „Ster na trzeźwość 1” z uwzględnieniem wprowadzenia dodatkowych sesji edukacyjnych i terapeutycznych. Regularne sesje terapeutyczne powinny być uzupełniane o warsztaty dotyczące zdrowego stylu życia, zarządzania stresem, oraz rozwijania umiejętności interpersonalnych. Dodatkowe sesje mogą obejmować tematy takie jak zarządzanie emocjami, techniki relaksacyjne, oraz strategie radzenia sobie z nawrotami uzależnienia.

2. **Rozszerzenie zasięgu programu:** Rozważenie rozszerzenia programu na większą liczbę lokalizacji jest kluczowe dla dotarcia do większej liczby osób zmagających się z problemem alkoholizmu. Warto nawiązać współpracę z lokalnymi organizacjami, ośrodkami terapeutycznymi oraz instytucjami publicznymi, aby umożliwić dostęp do programu w różnych regionach. Rozszerzenie zasięgu programu może również obejmować działania online, co pozwoli dotrzeć do osób, które mają trudności z uczestnictwem w sesjach stacjonarnych.
3. **Poszukiwanie sponsorów:** W celu zapewnienia ciągłości programu i pokrycia kosztów, warto rozważyć poszukiwanie sponsorów lub dodatkowych źródeł finansowania. Można nawiązać współpracę z firmami, fundacjami oraz organizacjami pozarządowymi, które są zainteresowane wspieraniem inicjatyw społecznych. Pozyskanie dodatkowych funduszy pozwoli na rozwinięcie programu, wprowadzenie nowych elementów oraz zwiększenie liczby uczestników.
4. **Regularna ewaluacja i monitorowanie postępów:** Regularne zbieranie opinii uczestników oraz monitorowanie postępów jest kluczowe dla dalszego doskonalenia programu. Warto przeprowadzać ankiety i wywiady z uczestnikami, aby uzyskać informacje zwrotne na temat skuteczności sesji terapeutycznych oraz ogólnego zadowolenia z programu. Monitorowanie postępów uczestników pozwoli na dostosowywanie programu do ich potrzeb oraz wprowadzenie ewentualnych zmian, które mogą poprawić jego efektywność.

Program „Ster na trzeźwość 1” okazał się niezwykle skuteczny, przynosząc liczne korzyści zdrowotne, społeczne i edukacyjne dla uczestników. Wysoki poziom zaangażowania i motywacji uczestników świadczy o jego skuteczności. Rekomendacje na przyszłość mają na celu dalsze rozwijanie programu, rozszerzenie jego zasięgu oraz zapewnienie ciągłości wsparcia dla osób zmagających się z problemem alkoholizmu.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom i koordynatorom za zaangażowanie i cenne opinie. Wasze wsparcie i uwagi są nieocenione w dalszym rozwoju innowacji „Ster na trzeźwość 1”.