

WYPRAWA ODKRYWCÓW



Archipelag Skarbów

Wyprawa Odkrywców

program profilaktyki zintegrowanej

Geneza programu

Program profilaktyki zintegrowanej **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców**, powstał jako odpowiedź profilaktyczna ekspertów IPZIN i środowiska trenerów programu Archipelag Skarbów® na potrzeby związane z trudną i dynamicznie zmieniającą się sytuacją młodzieży, rodziny, szkoły i całego społeczeństwa, powstałą na skutek epidemii koronawirusa.

Program został opracowany na podstawie wybranych elementów rekomendowanego programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®, wybranych elementów programu *Nawigacja w kryzysie* oraz doświadczeń wyniesionych z ogólnopolskiej *Akcji Nawigacji – Chroń siebie, wspieraj innych*, której ważnym elementem były badania przeprowadzone przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, opublikowane w raporcie *Młodość w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej?* Działania te miały miejsce w okresie pierwszej fali epidemii, od kwietnia do czerwca 2020r. i zostały docenione przez Ministerstwo Zdrowia, Krajowego Konsultanta w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży oraz Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, reprezentującej System Rekomendacji Programów Profilaktycznych.

Program **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców** dostosowany jest zarówno do pracy stacjonarnej, w podwyższonym reżimie sanitarnym, jak i do sytuacji nauczania zdalnego.

Cele programu

Podstawowe cele programu obejmują:

- wsparcie młodzieży i pomoc w odnalezieniu się w obecnej, skomplikowanej sytuacji społecznej, związanej z epidemią oraz **nauka umiejętności radzenia sobie w innych sytuacjach kryzysowych**, poprzez skierowanie uwagi na kluczowe, z punktu widzenia nastolatka, cele życiowe;
- profilaktyka uzależnień: ograniczenie korzystania z alkoholu i narkotyków przez młodzież (ukazanie destrukcyjnego wpływu korzystania ze środków psychoaktywnych na proces budowania przyjaźni i rozwój miłości oraz realizacji marzeń);
- profilaktyka przemocy: ograniczenie natężenia przemocy rówieśniczej w formie fizycznej i słownej;
- cele ogólnoprofilaktyczne: wzmacnianie czynników chroniących w profilaktyce (więź z rodzicami, nauczycielami, identyfikacja z własnym systemem wartości – religijnym lub świeckim).

Drugim celem działania jest wsparcie dorosłych (rodziców, nauczycieli) w pełnieniu funkcji wychowawczej i profilaktycznej w obecnej rzeczywistości. Dodatkowo używanie nowoczesnych narzędzi i interesujących treści może stanowić dla wychowawców inspirację do wykorzystania w ich pracy z młodzieżą.

Nadzór merytoryczny i prowadzący

Nadzór merytoryczny nad programem pełni **Instytut Profilaktyki Zintegrowanej** (dalej: IPZIN). Misją Instytutu jest wspieranie rozwoju i zapobieganie problemom dzieci i młodzieży, w duchu zintegrowanego podejścia do profilaktyki oraz współpraca z rodzinami, szkołami, samorządami lokalnymi, organizacjami pozarządowymi i innymi instytucjami na rzecz wychowania, promocji zdrowia i profilaktyki. Instytut prowadzi badania naukowe, opracowuje ekspertyzy, a także tworzy programy profilaktyczne dla młodzieży, które są realizowane w szkołach w dużej skali (około 40 000 uczestników rocznie)¹.

Program **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców** realizują współpracownicy Instytutu – certyfikowani trenerzy programu Archipelag Skarbów®, którzy zostali dodatkowo przeszkoleni w realizacji nowego programu. To ludzie z pasją, którzy łączą profesjonalizm z zaangażowaniem na rzecz dobra młodzieży. Trenerzy są wiarygodni dla nastolatków, dzięki temu, że sami żyją w zgodzie z tym, co przekazują młodzieży. Działanie może być realizowane wyłącznie przez podmioty i osoby uprawnione przez IPZIN na podstawie udzielonej czasowej licencji.

Adresaci programu

Do programu Archipelagu Skarbów - Wyprawa Odkrywców zapraszamy:

- uczniów klas 7 i 8 szkół podstawowych oraz klas 1 i 2 szkół ponadpodstawowych,
- rodziców uczniów,
- wychowawców klas uczestniczących w programie.

Przebieg działań profilaktycznych

Etapy działań:

1. Nawiązanie kontaktu z osobą odpowiedzialną z ramienia szkoły, ustalenie szczegółów technicznych i organizacyjnych.
2. Poinformowanie rodziców o programie, zebranie zgód na udział w programie (działanie po stronie szkoły, przeprowadzane w sposób zgodny z procedurami obowiązującymi w danej szkole)
3. Spotkanie organizacyjne online z osobą odpowiedzialną z ramienia szkoły i wychowawcami klas, biorących udział w programie.
4. Przeprowadzenie **badania ankietowego online wśród młodzieży**.
5. **Spotkanie profilaktyczne z młodzieżą** (3x45 min = 135 min dla każdej klasy).
6. **Spotkanie z nauczycielami i wychowawcami online**.
7. Przesłanie szkole zestawu **5 konspektów lekcji wychowawczych** umacniających treści programu.
8. **Spotkanie z rodzicami online**.
9. Przesłanie wszystkim rodzicom **linków do broszury profilaktycznej i do 3 filmów ze wskazówkami wychowawczymi na czas pandemii**.
10. **Wypełnienie przez młodzież krótkiej ankiety oceniającej wartość spotkania**.
11. Opracowanie i przesłanie sprawozdania ze wskazówkami.

¹ więcej informacji o Instytucie oraz o profilaktyce zintegrowanej na stronie: <http://ipzin.org>

Organizacja zajęć

Program **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców**, realizowany online, jest prowadzony z każdą klasą indywidualnie. Każda klasa pracuje przez trzy godziny lekcyjne. W ciągu jednego dnia można przeprowadzić zajęcia z dwiema klasami, a w przypadku, gdy w programie uczestniczą np. cztery klasy, na realizację programu przewidziane zostały dwa kolejne dni.

Szkolenia dla rady pedagogicznej i rodziców odbywają się po zajęciach z uczniami, w godzinach uzgodnionych ze szkołą, również w trybie online.

Treści programu

BLOK 1 – JESTEŚ GWIAZDĄ

W pierwszej części programu wprowadzamy uczestników w temat szczęścia, przyjaźni i miłości. Rozmawiamy i budujemy wspólnie z młodzieżą definicję głębokiego i trwałego szczęścia w życiu, prawdziwej przyjaźni i miłości. Głównym obrazem, do którego się odwołujemy, jest gwiazda, w której ramiona symbolizują różne obszary życia, ważne z perspektywy nawiązywania i podtrzymywania więzi z innymi ludźmi. Zachęcamy młodzież do myślenia o sobie i innych, jako spójnej całości składającej się z wielu wymiarów – cielesnego, emocjonalnego, intelektualnego, duchowego (rozumianego jako świat wartości), społecznego, do poznawania siebie i do szacunku wobec innych. Pokazujemy wartość wyjątkowości i niepowtarzalności każdego człowieka.

BLOK 2 – MIŁOŚĆ JEST SZTUKĄ

Wprowadzeniem do tej części jest dialog z młodzieżą o ich pasjach i zainteresowaniach, poprzedzony przykładem osób znanych ze świata sportu oraz innych młodych osób, którzy zajmują się wartościowymi projektami i są inspiracją dla ludzi w różnym wieku. Angażowanie się w różne formy aktywności wymaga determinacji, czasu, wysiłku i wytrwałości. Pozwala to na pokazanie na zasadzie porównania, że podobnie jest w przyjaźni i miłości – one także wymagają zaangażowania, troski i osobistego rozwoju.

Bardzo istotnym elementem drugiej godziny jest metaforyczne przedstawienie naturalnych sił, które budzą się z dużą energią w okresie dojrzewania - zakochania, pobudzenia seksualnego oraz złości i gniewu. Trenerzy obrazują uczestnikom programu zarówno pozytywne aspekty przeżywania tych emocji, jak i niebezpieczne konsekwencje, jakie mogą się pojawić, jeśli człowiek bezrefleksyjnie poddaje się impulsom i nie próbuje świadomie kierować swoim postępowaniem. W trakcie programu trenerzy omawiają konkretne sposoby „oswajania” tych pięknych, ale groźnych sił i kierowania nimi.

W sposób bardzo wyraźny przedstawiona zostanie wiedza na temat niekorzystnego wpływu środków psychoaktywnych na zawieranie znajomości i budowanie relacji. Do młodzieży skierowana będzie wyraźna zachęta do całkowitej abstynencji od narkotyków i dopalaczy oraz do całkowitego unikania alkoholu w okresie dojrzewania. Tylko takie podejście do sprawy używek umożliwia naukę radzenia sobie ze stresem, kontaktami międzyludzkimi oraz naukę wielu innych umiejętności, których rozwój zatrzymuje się u osób korzystających z substancji psychoaktywnych.

BLOK 3 – PATRZ DALEKO

Trzeci blok zajęć służy wprowadzeniu młodzieży w temat umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i kryzysowych. Proponujemy wykorzystanie dziewięciu wskazówek, które mogą stanowić drogowskazy dla zachowań i samopoczucia nastolatków, w trudnych, nieprzewidywalnych sytuacjach. W trakcie tej części pokazujemy wybrane wyniki ankiety wstępnej, którą młodzież wypełniała przed programem. Wykorzystujemy te wypowiedzi, które odnoszą się do sytuacji, w której młodzież doświadczała pomocy bliskich i życzliwych

dorosłych. Odnosimy się również do marzeń i celów życiowych młodzieży, które pokazują pozytywną perspektywę i pomagają nie skupiać się na trudnej codzienności. Rozmawiamy również o barierach, będących w ich odczuciu przeszkodą w realizacji zamierzeń i planów, które muszą pod wpływem niezależnej od nich sytuacji zweryfikować i zmienić.

Głównym zadaniem tej części programu jest wzmocnienie w młodzieży ich pozytywnego potencjału, wsparcie psychologiczne oraz zachęta do stosowania w praktyce omówionych wskazówek.

Informacje techniczne

Realizacja programu jest możliwa po wyrażeniu zainteresowania i zgody przez społeczność szkolną na udział w programie oraz po poinformowaniu rodziców przez szkołę, w sposób zgodny z procedurami obowiązującymi w danej szkole.

Wychowawca klasy jest jednym z moderatorów zajęć i to on, jako jedyny, będzie miał dostęp do danych osobowych uczniów (adres e-mail, numer telefonu, nazwisko ucznia). Prowadzący program trenerzy na żadnym etapie realizacji zajęć nie mają dostępu do tych informacji. Dotyczy to również badania online, które jest anonimowe i dobrowolne. Nie zbieramy i nie przechowujemy żadnych danych osobowych uczestników.

Działania programu są realizowane za pośrednictwem Internetu, przy wykorzystaniu narzędzi dopasowanych do platformy komunikacyjnej i oprogramowania do badań online rekomendowanych przez IPZIN (lub innych, uzgodnionych ze szkołą). Realizacja programu w formie zdalnej wymaga uzgodnienia ze szkołą platformy, na której będą się odbywać zajęcia. Realizujemy zajęcia na szkolnej platformie lub zapraszamy na własną platformę ZOOM.

Spodziewane efekty

Program profilaktyki zintegrowanej **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców** jest odpowiedzią IPZIN i środowiska trenerów Archipelag Skarbów® na realne potrzeby wychowawcze i profilaktyczne szkoły w obecnej sytuacji zdalnego nauczania. Wiemy, że zawsze potrzebne jest prowadzenie wśród młodzieży skutecznych działań profilaktycznych, dotyczących wielu obszarów zagrożeń.

W czasie epidemii, czasie szczególnie trudnym dla całego społeczeństwa, tym bardziej nie można zapomnieć o wsparciu młodzieży w radzeniu sobie z obiektywnie trudnymi okolicznościami i związanymi z nimi emocjami. W takiej sytuacji wsparcie profesjonalnych profilaktyków jest bardzo potrzebne. Ponieważ jednak opracowane wcześniej programy profilaktyczne nie są możliwe do realizacji w obecnych warunkach, konieczne było opracowanie nowego oddziaływania - odpowiadającego na potrzeby czasu epidemii. Takim oddziaływaniem jest właśnie program **Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców**.

Dzięki realizacji programu w szkole, młodzież uczestniczy w oddziaływaniu profilaktycznym prowadzonym na bazie rekomendowanego programu profilaktycznego, przez licencjonowanych profesjonalistów.

Spodziewane bezpośrednie efekty oddziaływania profilaktycznego:

- nauka sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych (czas epidemii lub po epidemii staje się okazją, by nauczyć się sposobów przydatnych we wszelkich sytuacjach kryzysowych),
- zapobieganie tworzeniu się i rozwojowi niezdrowych mechanizmów radzenia sobie z trudnościami emocjonalnymi (np. sięganie po substancje psychoaktywne, całkowita ucieczka w świat gier komputerowych, sięganie po pornografię, zachowania agresywne lub autodestrukcyjne).
- wzmocnienie pozytywnego potencjału młodzieży, poprzez odwołanie się do ich marzeń i celów życiowych.