

PRZEWODNIK

dla psychologów, pedagogów,
nauczycieli i wychowawców

Po elementach dodatkowych
programu profilaktyki zintegrowanej
Archipelag Skarbów[®]
w Młodzieżowych Ośrodkach
Socjoterapii oraz Młodzieżowych
Ośrodkach Wychowawczych

POASMOS

Autorzy: Szymon Grzelak, Andrzej Koc,
Maja Łoś, Jakub Placha, Leszek Szawiński

Redakcja i opracowanie: Jakub Placha



Materiał opracowany na zlecenie Fundacji Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w ramach projektu „Trzeci etap budowy modelowego systemu badań naukowych i działań praktycznych umożliwiającego skuteczne zapobieganie przyczynom przestępczości – rozwój, ewaluacja i upowszechnienie elementów modelowego systemu prewencji w oparciu o rezultaty projektów zrealizowanych przez IPZIN w ramach Funduszu Sprawiedliwości w latach 2017-2018” finansowanego ze środków Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej – Funduszu Sprawiedliwości w zakresie Przeciwdziałania przyczynom przestępczości.

MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI



FUNDUSZ
SPRAWIEDLIWOŚCI

www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl

Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej

ul. Ogrodowa 8, 05 - 230 Kobyłka k Warszawy

Regon 146300619 NIP 125-161-82-29

Spis treści

- I. WSTĘP (Jakub Placha) 3
- II. ARCHIPELAG SKARBÓW® W MOS I MOW (Szymon Grzelak, Jakub Placha) 5
- III. DODATKOWE ZAJĘCIA WARSZTATOWE DLA MŁODZIEŻY POASMOS 13
 - A. AUTO-WARSZTATY
 - 1. Ja czyli Kto? - warsztat o tożsamości (Maja Łoś) 14
 - 2. Ja kieruje sobą (Jakub Placha) 23
 - 3. Ja podróżuje z innymi (Jakub Placha) 28
 - B. ALTERNATYWNE WARSZTATY OPARTE NA AUTORSKICH PROGRAMACH PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ 30
 - 1. MOJE 5% warsztaty profilaktyki zintegrowanej dla młodzieży (Leszek Szawiński) 31
 - 2. DWA ŚWIATY – warsztaty komunikacji i bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni (Andrzej Koc) 37
 - 3. AKCJA NAWIGACJA – warsztaty profilaktyczne dla młodzieży online (Szymon Grzelak wraz z zespołem IPZin) 42
- IV. NOTY O AUTORACH I REALIZATORACH ZAJĘĆ 52

I. WSTĘP

Otrzymują Państwo do rąk PRZEWODNIK adresowany do psychologów, pedagogów, nauczycieli i wychowawców, który jest owocem prac zespołu Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej skoncentrowanego na poszukiwaniu rozwiązań wzmacniających i wydłużających efekt profilaktyczny programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® dostosowanego do pracy z młodzieżą niedostosowaną społecznie lub zagrożoną niedostosowaniem, przebywającej i uczącej się Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych.

PRZEWODNIK, jak sama nazwa wskazuje, ma „prowadzić do czegoś” albo „oprowadzać po czymś”. Ten ma za zadanie i jedno i drugie. Ma on za zadanie przybliżyć Państwu koncepcję i niektóre narzędzia pracy z młodzieżą, prowadzoną w oparciu o model profilaktyki zintegrowanej, jak również pomóc w doborze adekwatnych narzędzi do pracy z konkretną grupą młodzieży i zachęcić do ich zastosowania. W pierwszym rzędzie oznacza to zachęcenie Państwa do współpracy z naszym Instytutem i skorzystanie z naszej oferty, której zasadniczym celem jest wsparcie i uzupełnienie pracy wychowawczej, profilaktycznej i socjoterapeutycznej, którą podejmują Państwo codziennie w swoich placówkach.

To, co prezentujemy w Przewodniku to opis zestawu narzędzi, a więc „pomocy”, którymi będzie można się posłużyć, aby zwiększyć i wydłużyć efekt oddziaływania profilaktycznego, stosowanego przez trenerów programu Archipelag Skarbów (AS) podczas jego realizacji w Ośrodku. Część z tych narzędzi pomyślana została jako wydarzenie lub jako dodatkowy warsztat realizowany przez specjalistów w pewnym okresie czasu (najlepiej nie dłuższym niż 90 dni) po realizacji Archipelagu Skarbów. Pozostała część zaplanowana została jako cykl zajęć z młodzieżą, które mogą być realizowane tuż po zakończeniu programu Archipelag Skarbów zarówno (i w pierwszym rzędzie) przez trenerów programu, a później także (już samodzielnie) przez psychologów, pedagogów, nauczycieli i wychowawców zatrudnionych w MOSach i MOWach. Część proponowanych warsztatów oparta jest na scenariuszach autorskich programów profilaktycznych, które stworzone zostały z inspiracji albo według modelu profilaktyki zintegrowanej dra Szymona Grzelaka, przez osoby ściśle współpracujące z IPZin oraz biorące udział w realizacji programu Archipelag Skarbów® w MOS i MOW. Należą do nich zajęcia oparte na takich programach, jak choćby Ratownicy Marzeń czy SPINACZ. W każdym przypadku są to zajęcia dostosowane do pracy z młodzieżą niedostosowaną społecznie lub zagrożoną niedostosowaniem uczącą się w tego typu ośrodkach. W każdym przypadku po realizacji ww. warsztatów przez wykwalifikowanych trenerów przy udziale osób z kadry pedagogicznej Ośrodka, psycholodzy, pedagogy i socjoterapeuci otrzymają scenariusze do samodzielnego prowadzenia zajęć. Zarówno opis zajęć dodatkowych POASMOS, jak i przykładowych scenariuszy do samodzielnej realizacji (np. na lekcjach w szkole albo zajęciach popołudniowych w internacie) znajdą Państwo w rozdziale Dodatkowe zajęcia warsztatowe dla młodzieży POASMOS. Mamy nadzieję, że staną się one konkretną pomocą w planowaniu i realizacji tych zajęć. Komplet scenariuszy

wraz z ew. pakietami pomocy dydaktycznych będą na bieżąco przekazywane tym Ośrodkom, w których przeprowadzony zostanie program Archipelag Skarbów® wraz ze szkoleniem dla kadry pedagogicznej.

Warto przy tym pamiętać, że najważniejszymi „narzędziami” w pracy z innymi osobami jesteśmy My sami. I to od nas zależy jak skorzystamy z opracowanych przez nas lub innych specjalistów „pomocy”. Kluczem do właściwego rozumienia i efektywnego korzystania z zaprezentowanych w niniejszym Przewodniku narzędzi w postaci proponowanych zajęć, jest i pozostanie zawsze „relacja” – nawiązanie i utrzymanie relacji osobowej z konkretną grupą a jednocześnie konkretną osobą – uczennicą, uczniem, wychowanką czy wychowankiem, a więc konkretnym Piotrkim, Kasią, Bartkiem, Ewelina... itd. Można by nawet zaryzykować stwierdzenie, że w proponowanych warsztatach nie liczy się ani konspekt ani konkretny scenariusz, ale konkretna osoba, która dzięki uczestniczeniu w tych zajęciach ma szansę otrzymać coś co ją wzmocni, nakieruje a jeszcze lepiej „zmotywuje” do jakiejś (nawet najdrobniejszej) ale być może kluczowej dla niej i otoczenia społecznego „trwałej zmiany”. Może to być zmiana zarówno w postrzeganiu rzeczywistości, ocenie sytuacji, jak i postępowaniu w życiu. Podejście, jakie proponujemy w ramach modelu profilaktyki zintegrowanej to przede wszystkim współpraca z najbliższym otoczeniem młodego człowieka, „personalistyczny” przekaz ważnych i głębokich treści dotyczących sensu - określonych uniwersalnych wartości i konkretnych celów w życiu, motywowanie do zmiany w oparciu o schemat tzw. piramidy Dilts’a oraz „rozumne” towarzyszenie młodemu człowiekowi w jego „podróży” życia. Zwłaszcza na trudnym etapie jego dojrzewania i odnajdywania się w świecie „dorosłych” i w „dorosłym życiu” – uczenie budowania relacji opartych na życzliwości i szacunku poprzez dawanie własnego przykładu. Zdajemy sobie sprawę, że nie są to ani rzeczy łatwe, ani też nigdy nie powinny to być rzeczy (tylko) „wyuczone”. Potrzeba odnaleźć je w sobie, zrozumieć i zaakceptować – przyjąć przede wszystkim siebie i tę drugą osobę ze wszystkimi zdolnościami, zasobami, doświadczeniami, emocjami, pragnieniami i niepowodzeniami, mocnymi i słabymi stronami. Poza byciem psychologiem, pedagogiem, czy wychowawcą zatrudnionym w Ośrodku, korzystającym z takich czy innych narzędzi i metod, warto być (albo przynajmniej starać się być) jednocześnie autentycznie zaangażowanym tzw. „życzliwym i pozytywnym dorosłym”. W świetle badań naukowych prowadzonych m.in. przez dr Hawkinsa, obecność przynajmniej jednego pozytywnego dorosłego w życiu młodego człowieka jest ważnym czynnikiem chroniącym przed zagrożeniami i wspierającym go w jego osobistym rozwoju.

Tak więc, gdy już zdecydują się Państwo na wybór zajęć profilaktycznych z naszej oferty, proponujemy, aby w ramach Państwa zarówno osobistego, jak i zawodowego rozwoju, a konkretnie procesu „stawania się” albo umacniania w roli wychowawcy (mentora) jako znaczącej osoby, mogącej pomóc młodemu człowiekowi w jego odnalezieniu się na drodze do pełnej dorosłości, skorzystali Państwo z przedstawionych poniżej rozwiązań w taki sposób, aby wpierw doświadczyć i poczuć na samym sobie (przyjrzeć się), jak treści, ćwiczenia i przykłady, przekazywane młodzieży podczas proponowanych zajęć, pracują we mnie, jak je odbieram i czy motywują mnie samego/samej do jakiejś zmiany albo czy już powodują jakieś zmiany

(nawet jeśli miały by to być jedynie zmiany w odbiorze jakichś rzeczy, sytuacji bądź osób). Następnie zachęcamy Państwa do podzielenia się w formie zwykłej informacji zwrotnej albo za pomocą ankiety ewaluacyjnej, swoim odbiorem, wrażeniami oraz przemyśleniami bądź pomysłami, które pojawią się podczas lub po spotkaniu z naszymi trenerami. Zajęcia te poddajemy ciągłej ewaluacji i chcemy aby były one jak najlepiej dostosowane do potrzeb i możliwości związanych z pracą w MOS lub MOW oraz realnie wspomagały realizację wewnątrzszkolnych programów profilaktycznych, wychowawczych, socjoterapeutycznych i resocjalizacyjnych, a także Państwa samych w tej niełatwej pracy, w osiąganiu wyznaczonych celów. Państwa udział i pomoc jest w tym względzie nieoceniona.

Tak więc zachęcamy Państwa do „wyruszenia w podróż” i przepracowania (przeżycia) wspólnie z trenerami programu Archipelag Skarbów proponowanych zajęć, aby następnie móc się nimi jeszcze bardziej świadomie wspomagać i skutecznie posługiwać w codziennej pracy wychowawczej, profilaktycznej i socjoterapeutycznej ze swoimi wychowankami i uczniami, stając się (lub już będąc) samemu autentycznym Przewodnikiem dla innych.

II. ARCHIPELAG SKARBÓW® W MOS I MOW

Zapobieganie lub przynajmniej ograniczanie zachowań problemowych i ryzykownych wśród młodzieży niedostosowanej społecznie lub zagrożonej niedostosowaniem wydaje się być zadaniem niezwykle trudnym i wymagającym. Czasem można nawet odnieść wrażenie, że „niemożliwym” do osiągnięcia a przynajmniej niezmiernie „trudnym” lub wręcz niemożliwym do zbadania.

W Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych, a także innych placówkach, w których przebywa i do których kierowana jest młodzież określana niejednokrotnie jako „trudna” albo „o szczególnych potrzebach wychowawczych” a tym samym „bardziej wymagająca”, podejmowanych jest szereg działań i realizuje się szereg rozwiązań mających na celu usprawnienie procesów socjoterapii i resocjalizacji młodych osób. Udoskonalane są nie tylko metody i narzędzia pracy (w tym m.in. programy wychowawcze, profilaktyczne, socjoterapeutyczne i resocjalizacyjne) ale także metody diagnoz oraz badań ewaluacyjnych i skuteczności podejmowanych działań, zwłaszcza tych innowacyjnych lub nie do końca sprawdzonych.

W ostatnich latach szczególnie promowane są i upowszechniane metody badań i pracy oparte na założeniach psychologii pozytywnej, psychodynamicznej i interpersonalnej oraz filozofii humanistycznej, personalistycznej i egzystencjalnej. W obszarze działań profilaktycznych takie „innowacyjne” podejście do zagadnień związanych z rozwojem pozytywnego potencjału, wzmacnianiem czynników „chroniących” z jednoczesną próbą ograniczania czynników „ryzyka” wśród młodzieży prezentuje model profilaktyki zintegrowanej opracowany przez dra Szymona Grzelaka, którego sztandarowym, a zarazem

modelowym przykładem praktycznego zastosowania jest program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®.



Archipelag Skarbów® Zapraszamy!



www.archipelagskarbow.eu

A. Informacje ogólne

Program skierowany do:

- młodzieży w wieku 14-16 lat (i starszej)
- rodziców i opiekunów młodzieży,
- nauczycieli i pedagogów.

Przebadane efekty:

- ograniczenie korzystania z narkotyków i picia alkoholu,
- zmniejszenie myśli samobójczych, szczególnie wśród dziewcząt,
- zmniejszenie korzystania z pornografii,
- bardziej dojrzała postawa wobec seksualności,
- wzrost liczby osób, które chcą czekać ze współżyciem seksualnym do małżeństwa lub prawdziwej dorosłości.

Jest to profilaktyka:

- wczesnych kontaktów seksualnych,
- przemocy rówieśniczej,
- korzystania z narkotyków,
- korzystania z alkoholu.

Program „Archipelag Skarbów®” powstał z myślą o tym, by wesprzeć rodziców i wychowawców w przekazywaniu nastolatkom zasad, które uchronią młodzież przed zagrożeniami i pomogą w realizacji ich najgłębszych marzeń.

Do kogo skierowany

Archipelag Skarbów to żywy i dynamiczny program profilaktyczny dla młodzieży ze szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych. Duże grupy młodzieży (najczęściej 40-200 uczniów) są zgromadzone na auli lub sali gimnastycznej. Program jest prowadzony przez 3-5 osobową ekipę specjalnie przeszkolonych trenerów. Od 2018 roku program realizowany jest także w Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych w wersji dostosowanej do pracy z młodzieżą przebywającą w tych placówkach (grupy od 30 do 90 osób).

Przesłanie programu

Program uczy zdrowego i mądrego stylu życia. Zachęca młodzież do unikania alkoholu, narkotyków, przemocy, pornografii oraz podkreśla wartość czekania z kontaktami seksualnymi aż do czasu osiągnięcia pełnej dojrzałości, zbudowania prawdziwej relacji miłości oraz trwałego, głębokiego związku opartego na szacunku. **Archipelag Skarbów** pokazuje młodym

ludziom ich ogromny pozytywny potencjał – zupełnie inaczej niż o młodziem mówią masowe media.



Dwa czterogodzinne bloki warsztatów w dwa kolejne dni zamieniają grupę młodziem w poszukiwaczy skarbu, jakim jest głębokie szczęście, trwała miłość i realizacja w życiu własnych pasji i marzeń.

Realizacja marzeń

Punktem wyjścia w pracy z młodziem jest uświadomienie uczestnikom ich najgłębszych pragnień i marzeń, w tym zwłaszcza marzenia o pięknej, trwałej miłości na całe życie, która nie tylko nigdy się nie skończy, ale z biegiem lat będzie rosła. Trenerzy jasno mówią młodziem, że ich samych w życiu osobistym interesuje tylko tak pojęta miłość i jeśli w programie będzie mowa o życiu, budowaniu związków, seksualności, różnych wyborach – to zawsze z myślą o tym, że celem jest wielka i trwała miłość.

Młodziem dobrze rozumie, że do wielkich celów dochodzi się poprzez trudy i wyrzeczenia. Młodzi zdają sobie sprawę, że niełatwo jest zbudować trwałą, głęboką miłość, naprawdę szczęśliwą rodzinę. Doświadczenia **Archipelag Skarbów** pokazują, że uczestnicy programu nie

boją się wymagań, wysiłku, pracy nad sobą. Potrzebują tylko logicznego wytłumaczenia, że „opłaca się” te wyrzeczenia ponieść, bo tylko one prowadzą do realizacji marzeń.



W trakcie dwóch dni warsztatów przekazywana jest młodzieży wiedza o miłości, seksualności, budowaniu relacji opartych na zaufaniu i szacunku. Uczymy młodzież jak panować nad różnymi siłami - „tygrysamii”, które mieszkają w „dżungli”, tj. wnętrzu każdego człowieka. Dajemy młodym konkretne wskazówki, jak radzić sobie z pobudzeniem seksualnym, zakochaniem (które jest piękne, ale bywa ślepe i może powodować wiele zranień), ze złością i gniewem. Zachęcamy młodzież do korzystania z tych wskazówek, trenowania własnej siły charakteru. Wiemy z naszych badań, że prawie każdy uczestnik programu wykorzystuje co najmniej jedną wskazówkę już w dniu warsztatów!

W ramach programu wyjaśniamy młodzieży najważniejsze prawa rządzące miłością. Omawiamy też problemy takie jak uzależnienie od seksu i pornografii oraz mechanizmy związane z uzależnieniem od alkoholu i narkotyków. Wszystkie te tematy są poruszane z dużą delikatnością i powagą, tak, by nie zranić tych, którzy mają takie doświadczenia, a zarazem przestrzec tych, którzy ich jeszcze nie mają.

Ważnym aspektem programu jest trening asertywności, w którym uczestnicy mogą ćwiczyć umiejętność przeciwstawiania się negatywnej presji rówieśników.

Przewodnicy

Jednym z celów programu jest odczarowanie przekazu mediów oraz stylu życia celebrytów. **Archipelag Skarbów** umacnia w młodzieży przekonanie, że najważniejsi przewodnicy, od których mogą się wiele nauczyć w życiu, są wokół nich. Mogą to być rodzice, dziadkowie, ciocia, wujek, wychowawcy, trenerzy, instruktorzy harcerscy, osoby duchowne. Uczymy młodych ludzi, by starali się brać od życzliwych dorosłych ze swojego otoczenia to, co w każdym z nich jest najlepsze i nie przekreślali tych autorytetów z kretesem w momencie, gdy dostrzegą w nich jakąkolwiek rysę czy wadę.

Trenerzy programu muszą spełniać warunek zgodności własnego życia osobistego z treściami programu. Dzięki temu mogą dzielić się z młodzieżą doświadczeniami własnej drogi życia pogłębiając przekaz wiedzy i wartości. Ich świadectwo jest dodatkowo wzmacniane przez specjalnie przeprowadzone wywiady ze znanymi ludźmi, którzy także żyją w sposób bliski duchowi programu (Marek Kamiński, Leszek Blanik, Jacek Czachor, Anna Jamróz, Janek Mela, Robert „Litza” Frydrych, Mariusz Wlazły, Sławomir Szmaj, Ewa Bilan-Stoch i Kamil Stoch, Tomasz Wolny, Magdalena Fularczyk-Kozłowska, kapitan Gennaro Arma).

Sposób przekazu treści

W **Archipelagu Skarbów** wykorzystany jest cały wachlarz różnorodnych metod pracy z grupą. Są to udźwiękowione prezentacje multimedialne, krótkie filmiki i muzyka. Są też dynamiczne ćwiczenia, do których masowo zgłaszają się ochotnicy – nagradzani za udział nie tylko brawami, ale także prezentami. Młodzież jest angażowana do tego by odpowiadać na pytania, głosować, a nawet śpiewać razem z trenerami „*Szantę z Archipelagu Skarbów*”. Humor przeplata się z poważnymi treściami w sposób, który daje młodzieży chwile wytchnienia i odreagowania.

Ważnym elementem programu jest festiwal twórczości młodzieży. Chętni uczniowie z dnia na dzień przygotowują wiersze, plakaty, piosenki lub prezentacje komputerowe na takie tematy jak: „Szacunek do kobiet”, „Stop pornografii”, „Znaczenie trzeźwości od alkoholu w miłości”, „Jak radzić sobie z tygrysem złości” i wiele innych. Po zakończeniu programu młodzież może korzystać ze specjalnej strony internetowej (ponad 50.000 wejść rocznie) oraz ma możliwość zadawania pytań i proszenia o poradę pod naszym adresem elektronicznym.



Spotkanie z rodzicami i nauczycielami

W ramach programu w każdej szkole odbywa się informacyjno-szkoleniowe spotkanie rady pedagogicznej oraz spotkanie dla rodziców. Oba te elementy pomagają wykorzystać pozytywne poruszenie młodzieży przez **Archipelag Skarbów** w dalszej pracy wychowawczej. W ramach tych spotkań wyjaśniamy rodzicom i nauczycielom symbole programu (skarby, tygrysy, gwiazda, lejek) oraz niezrozumiałe dla niewtajemniczonych hasła programu (np. „*Najważniejszy jest niebieski*”). Operowanie symbolami i stworzenie unikalnego, atrakcyjnego dla młodzieży języka bardzo ułatwia rodzicom i wychowawcom rozmowy z młodzieżą na trudne tematy.

Archipelag Skarbów łączy w sobie trzy najważniejsze cechy dobrej profilaktyki:

1. wspiera rodziców i wychowawców w przekazywaniu młodzieży świata wartości,
2. jest atrakcyjny dla młodzieży,
3. należy do nielicznej grupy programów skutecznych (co zostało udowodnione w badaniach naukowych [Grzelak, 2009]).

Program jest wpisany do „Systemu Rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego” sygnowanego przez najważniejsze agendy Ministerstwa Zdrowia i Ministerstwa Edukacji Narodowej (Ośrodek Rozwoju Edukacji, Państwowa Agencja

Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Instytut Psychiatrii i Neurologii).

Realizacja programu Archipeląg Skarbów® w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii i/lub Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym

Każda realizacja programu w MOS/MOW poprzedzona jest krótką diagnozą problemów a także pozytywnego potencjału i szczególnych potrzeb wychowawczych młodzieży przebywającej w Ośrodku. Organizacja programu od początku do końca prowadzona jest w ścisłej współpracy z dyrekcją oraz pod nadzorem psychologa/pedagoga i wychowawców. Założenia i cele programu w pełni wpisują się w program wychowawczy, profilaktyczny oraz socjoterapeutyczny i resocjalizacyjny ośrodka a jego treści są dostosowane do szczególnych potrzeb, sytuacji i wieku uczestników. Realizacja programu

w latach 2019-2023 może być bezpłatna dzięki uzyskanemu finansowaniu ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości.

W celu umówienia realizacji programu w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii lub Wychowawczym proszę kontaktować się z p. Jakubem Placha
tel. +48 517 820 217 e-mail: jakub.placha@archipelagskarbow.eu

Informacje o programie dostępne są również na stronie:

<https://program.archipelagskarbow.eu/index.php/o-programie-as>

Polecamy również zapoznać się z treścią programu dla rodziców:

www.rodzice.archipelagskarbow.eu

Zapraszamy do współpracy!

Prezes Zarządu Fundacji
Instytut Profilaktyki Zintegrowanej



dr Szymon Grzelak

III. DODATKOWE ZAJĘCIA WARSZTATOWE DLA MŁODZIEŻY POASMOS

Poniżej znajdują się opisy i schematy wybranych zajęć warsztatowych stanowiących uzupełnienie, względnie rozwinięcie treści przepracowanych z młodzieżą w ramach programu Archipelag Skarbów. Zostały one nazwane w skrócie POASMOS ze względu na to, że od początku realizacji zadania proponowane są i odbywają się „po” realizacji programu Archipelag Skarbów (AS) w Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii (MOS). Pierwsze próby wskazują na to, że z równym powodzeniem, a przynajmniej bez przeszkód, mogą być realizowane także w Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych.

Ich dobór odbywa się w drodze konsultacji z prowadzącymi zajęcia z młodzieżą trenerami lub organizatorem programu Archipelag Skarbów w danym Ośrodku, najczęściej po analizie wyników ankiet ewaluacyjnych otrzymanych od młodzieży bezpośrednio po programie oraz wyników obserwacji i opinii przekazanych przez psychologa, pedagoga oraz nauczycieli i wychowawców uczestniczących w zajęciach z młodzieżą. Wówczas można się wspólnie zastanowić, które z zajęć będą najbardziej odpowiednie dla danej grupy młodzieży (np. konkretnej grupy wychowawczej) albo które z nich dotyczą obszarów wymagających największego wsparcia i dodatkowego (być może pogłębionego) oddziaływania profilaktycznego (np. sięgania po substancje psychoaktywne, niskiej samooceny i braku poczucia własnej wartości, agresji i przemocy rówieśniczej, cyberprzemocy, komunikacji i budowania pozytywnych relacji, rozwijania pasji, realizacji celów itp.)

Przedstawione opisy nie są materiałem w oparciu o który można samodzielnie prowadzić proponowane zajęcia z młodzieżą. Te bowiem wdrażane są stopniowo w ramach zadania finansowanego ze środków Funduszu Sprawiedliwości, realizowanego przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w latach 2019-2023. Znajdują się zatem na etapie pilotażu, w trakcie którego mogą ulegać i ulegają różnym modyfikacjom, ale po którym, mamy nadzieję, okażą się cennym i skutecznym elementem poprawiającym jakość prowadzonych w MOS i MOW oddziaływań profilaktycznych opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej oraz programie Archipelag Skarbów®. Szczegółowe konspekty i scenariusze wybranych zajęć są udostępniane jedynie tym osobom, które zdecydują się na udział w projekcie i szkoleniach dla kadry pedagogicznej zatrudnionej w MOS i MOW oraz dla trenerów prowadzących zajęcia profilaktyczne z młodzieżą.

AUTO-WARSZTAT I



WARSZTATY O TOŻSAMOŚCI

“Nie jestem tym co mi się przydarzyło. Jestem tym, kim postanowiłem się stać.” — C. G. Jung

Informacje ogólne

Pytanie KIM JESTEM? To kluczowe zagadnienie etapu dojrzewania. Często również w okresie dorosłości nadal nie znamy na nie pełnej odpowiedzi.

Szukając znaczenia i definicji samego siebie, młodzi ludzie często wpadają w pułapki np. przedłużającej się tożsamości rozproszonej czy odroczonej, nadanej, negatywnej, a nawet patologicznej. Przedstawiając im mechanizmy kształtowania się tożsamości: osobistej i społecznej, w tym zawodowej, płciowej, kulturowej, rodzinnej; możemy wesprzeć ich w bezpieczniejszym przejściu przez czas adolescencji.

„JA CZYLI KTO?” to warsztaty, które powstały jako konsekwencja spontanicznych rozmów, dyskusji, spotkań psycholog dr Mai Łoś z młodymi, poszukującymi ludźmi. Oni stawiali pytania, ona próbowała odpowiadać, a czasem to oni znajdowali rozwiązanie. Postanowili wspólnie podzielić się zarówno zdobytą wiedzą psychologiczną, jak i własnymi doświadczeniami.

Cele warsztatów:

- przekazanie usystematyzowanej wiedzy o rodzajach tożsamości oraz o etapach kształtowania się tożsamości;
- stworzenie okazji do uzyskania wglądu we własne motywacje, potrzeby, uczucia, wspomnienia, wartości i cele;
- wspomaganie integrowania osobowości, biografii, cech charakteru, postaw, celów;
- wzbudzenie refleksji związanej z korzystaniem z internetu, tworzenia własnego wizerunku w mediach społecznościowych;
- wspomaganie rozwoju tożsamości płciowej i cielesnej;
- **zapobieganie zachowaniom ryzykownym (m.in. eksperymentowaniu z używkami, agresji, przestępstwom) wynikającym z przyjęcia tożsamości patologicznej lub pełnienia negatywnych ról rodzinnych;**
- wspomaganie rozwoju indywidualnych pasji i zainteresowań;
- zachęcanie do świadomego planowania ścieżki kariery zawodowej, wspieranie uczniów w wyborze zawodu i dalszej edukacji, inspirowanie do rozwoju zawodowego;
- dostarczenie wzorów osobowych ludzi młodych, wyznaczających sobie ambitne cele.

Sposób przekazu treści

Każde spotkanie prowadzi przynajmniej jedna osoba dorosła (specjalista w dziedzinie psychologii lub pedagogiki, jednocześnie doświadczony trener programów profilaktycznych) oraz przynajmniej jedna osoba młoda, przeszkolona do prowadzenia warsztatów z młodzieżą. W ten sposób spotkanie nabiera elementów dialogu, wymiany międzypokoleniowej, ukazuje perspektywę dorastającego, będącego w procesie kształtowania tożsamości oraz osoby doświadczonej, o ugruntowanej pozycji społecznej i zawodowej. Wiedza profilaktyczna i psychologiczna jest konfrontowana z rzeczywistymi przeżyciami młodzieży. Współprowadzenie spotkania przez osoby bardzo młode ma za zadanie modelować zachowania konstruktywne oraz sprawić, że język przekazu i metody zyskują na świeżości.

Ogólny zarys warsztatów

Spotkanie składa się z 3 części:

1. Przedstawienie rodzajów tożsamości osobistej i społecznej. Postawienie podstawowych pytań o własną tożsamość, ukazanie własnych poszukiwań na te pytania.

Zagadnienia: tożsamość kulturowa, tożsamość ról społecznych i ról pełnionych w rodzinie, tożsamość zawodowa, tożsamość płciowa, patologiczna, globalna, cybertożsamość,

tożsamość ciała; etapy kształtowania tożsamości: rozproszona, odroczone, nadana i osiągnięta.

2. Praca indywidualna: karta „Drzewo tożsamości”.

Zagadnienia: biografia, cechy charakteru, wady, umiejętności, poglądy, wartości, grupy przynależności, potrzeby, cele.

3. Skąd wiemy kim jesteśmy? – wpływ czynników biologicznych, kulturowych, rodzinnych. Zachęcenie do przejęcia kontroli nad kształtowaniem tożsamości.

Gra z udziałem ochotników „JA, CZYLI KTO?” – umożliwiająca zmierzenie się z pytaniami związanymi z tożsamością, obrazem siebie, własnymi celami. Czas na pytania i odpowiedzi, inspirujące tematy do dalszej pracy.

Fragmenty pogadań i ćwiczeń

1. KIM JESTEM Rozdajemy karteczki i prosimy, aby uczestnicy wpisali na jednej karteczce jedno hasło/zdanie pokazujące, jak ludzie mogliby odpowiedzieć na pytanie „kim jestem?” (czyli nie pytamy o ich odpowiedzi, tylko o to jak myślą, że inni by odpowiedzieli). Zbieranie karteczek, zostaną one doczepiane do tablic z poszczególnymi rodzajami tożsamości.

2. Wprowadzenie: *„Zadaliśmy Wam pytanie na karteczkach KIM JESTEM? Na początek muszę wam powiedzieć, że nie uzyskacie, przynajmniej ode mnie, pełnej odpowiedzi na to pytanie. Będziemy szukać, wyruszymy w drogę, ale dalej musicie pójść sami. Karol Meissner, lekarz, pisarz, zakonnik, w wieku 80 lat w wywiadzie stwierdził, że nadal, gdy zagłąda wgłąb siebie widzi ciemność. Jednocześnie zachęcał, aby zagłądać do swojego wnętrza, bo perspektywa życia w społeczności, w której poszczególni członkowie nie wiedzą kim są, jest straszne. Trzeba przebrnąć przez tę ciemność niewiedzy. Poszukać światełko.*

Zadając sobie to pytanie doświadczamy trudności. Zastanów się kim jesteś i skąd to wiesz? Możesz spojrzeć na to, co robisz. Możesz spojrzeć wewnątrz siebie. Może ktoś Ci powiedział kim jesteś? Ludzie dosyć łatwo ufają temu, co słyszą od innych.”

3. Definicja tożsamości

Pytanie do grupy: czy znają słowo tożsamość, co oznacza?

Plansza z hasłami o tożsamości: niezależność, autonomia, samookreślenie, wierność sobie, ego, my, ja, identyczność, odrębność, ciągłość, jaźń

Podanie definicji: „spozosteganie identyczności i ciągłości własnej osoby mimo upływu czasu oraz poczucie, że inni ludzie uznają tę jedność osobową i ciągłość jednostki” (Erikson) wraz z omówieniem jej sensu.

„Jak zauważył Paul Ricoeur, kwestia tożsamości zawiera dwa ściśle związane problemy: odrębność własnej osoby od innych, jej cechy wyjątkowe, które tę odrębność konstytuują i ciągłość osoby, trwanie jej cech charakterystycznych mimo upływu czasu i na przekór zmiennym okolicznościom życia.”

4. Rozwieszenie dwóch linii – tożsamość osobista JA i tożsamość społeczna MY

Wyjaśnienie linii - „Możemy rozróżnić odpowiedzi na pytanie „kim jestem?” na te, które odnoszą się do naszej indywidualności, oryginalności (JA) i na te, które wskazują, że jestem częścią grupy (MY)”.

a) tożsamość osobista JA: „swoiste samookreślenie jednostki odzwierciedlające cechy jej osobowości i inne specyficzne dla niej atrybuty, takie jak poczucie kompetencji, zainteresowania intelektualne, cechy fizyczne, osobiste upodobania itp.” Tożsamość osobista jest pewnego rodzaju samowiedzą i samookreśleniem osoby,

b) tożsamość społeczna MY, którą identyfikują terminy określające członkostwo w grupach społecznych. poczucie przynależności do określonej grupy społecznej i identyfikację z wartościami, celami, zasadami, jakimi żyją i kierują się jej członkowie.

Hasła do rozwieszenia:

linia MY – tożsamość kulturowa, zawodowa, płciowa, globalna; role w rodzinie;

linia JA – tożsamość negatywna, cybertożsamość, tożsamość ciała, etapy rozwoju tożsamości: nadana, odroczone, rozproszona i osiągnięta.

5. Określać nas mogą role społeczne - syn, uczeń, kolega, wnuczek, chłopak – te role mogą stać w sprzeczności (mama oczekuje, że będziesz w domu o 20:00, a koledzy chcą być zostać na imprezie; dobry syn słucha mamy vs. dobry kolega słucha kolegów). To mogą też być nasze maski.

6. Tożsamość płciowa - Czas dojrzewania to etap, gdy naturalne jest poszukiwanie tożsamości płciowej. I tu pojawiają się zagrożenia/trudności: obecnie role kobiece i męskie są mniej jednoznaczne i mniej stabilne. Młodzież staje przed pytaniami: Co to znaczy, że jestem chłopakiem/dziewczyną? Co to znaczy być mężczyzną/kobietą? Rozterki w zakresie tożsamości płciowej czy seksualnej są naturalne, charakterystyczne dla etapu adolescencji. W każdym aspekcie tożsamości, młody człowiek może rozpoznawać siebie poprzez eksperymentowanie – tak samo jest w zakresie seksualności i płciowości. Istotne, aby to eksperymentowanie nie było ryzykowne.

W tej części konieczna jest opowieść jednego z trenerów o zmaganiu się z określaniem tożsamości płciowej, z uwzględnieniem unikania zachowań ryzykownych.

7. Tożsamość zawodowa - wiele osób ukrywa się za nazwą wykonywanego zawodu „Kim jesteś? Psychologiem.” Stroje związane z wykonywaniem zawodu, potrafią zmienić obraz samego siebie oraz nasz obraz u innych. Trenerzy ubierają garsonkę i/lub strój roboczy elektryka/mechanika. To nie musi być tylko maska. To może też być coś, co daje nam poczucie pewności siebie i pozwala wyznaczyć cel. Zachęcenie uczestników, aby wyobrazili sobie siebie w takim stroju i pomyśleli o sobie „Łukasz, mechanik”, „Ola, fryzjerka” itp.

8. Tożsamość kulturowa – na to wskazują odpowiedzi na kartkach: „Jestem Polakiem, kibicem Zawiszy, Kaszubem, katolikiem itp.”. Tożsamość kulturowa pozwala nam na poczucie przynależności do grupy, to jest coś, czego każdy z nas potrzebuje. Czy jednak utożsamiam się ze wszystkimi cechami, zachowaniami stereotypowo przypisywanymi mojej grupie?

9. Tożsamość globalna - „Jestem taki, jak wszyscy” - „globalny nastolatek” to wielkomiejska młodzież klasy średniej, którą niezależnie od miejsca zamieszkania cechuje podobna tożsamość, styl życia, model konsumpcji. Zarówno w Singapurze, w Nowym Jorku, jak i w Toruniu można spotkać bardzo podobnych do siebie nastolatków, podobnie ubranych, zachowujących się, słuchających tej samej muzyki, wrzucających zdjęcia na portale społecznościowe. To tożsamość wykreowana przez globalny przemysł, tam, gdzie potrzebny jest masowy odbiorca o tych samych gustach. Czy chcemy wmówić sobie, że to my?

10. Role w rodzinie jako maski na całe życie. Na podstawie wiedzy o rolach, które przyjmują dzieci z rodzin z problemem alkoholowym, przedstawiony zostaje mechanizm wchodzenia w te role i zagrożenia z nim związane. Omówione zostają role: bohater rodzinny, kozioł ofiarny, aniołek (dziecko we mgle) i błazen. Zachęcamy do zdjęcia masek (w czasie rozmowy stosowane są prawdziwe maski tych czterech ról, które na końcu symbolicznie zdejmujemy).

10. Tożsamość osobista – przejście do linii JA

Zacniemy od tożsamości ciała i rzeczy - „Jestem swoim ciałem”. Wyrażana bywa poprzez tatuaże, ubiór, makijaż, pracę nad ciałem na siłowni. Jeśli wśród trenerów jest osoba trenująca na siłowni, może opowiedzieć o niebezpieczeństwach zbyt dużego uzależnienia poczucia własnej wartości od ćwiczeń na siłowni i wyglądu ciała. Warto wspomnieć o skutkach prób chemicznego wspomaganie formowania sylwetki oraz zagrożeniach wynikających z nieakceptacji swojego wyglądu, sylwetki lub chęci upodobnienia się, „dorównania”, wyglądem, sylwetką do wzorców proponowanych w mass-mediach albo świecie reklamy.

Dzisiaj nasza tożsamość również bywa lokowana w telefonie – „pokaż mi swój telefon, a powiem Ci kim jesteś”. Strata telefonu, bywa przeżywana poważniej niż strata przyjaciela, ponieważ znajdują się w nim rzeczy bardzo osobiste. Określamy siebie poprzez markowe rzeczy i gadżety.

11. Cybertozsamość - Tożsamość wirtualna. „Mogę być kim chcę, ale tylko na niby”. Przyjmowana przez ludzi w internecie, w grach, na forach itp. Może być to WYPRÓBOWANIE TOŻSAMOŚCI, czasami jest to TOŻSAMOŚĆ DEWIACYJNA – gdy wcielamy się w postać mordercy w grach komputerowych. Czy to naprawdę ja?

12. Tożsamość negatywna – „Nigdy nie będę jak mój ojciec/matka/dorośli”. Opozycja wobec kogoś, totalna negacja, grozi utratą siebie. Tak bardzo nie chcę być jak mój ojciec, że staję się jego przeciwieństwem, ale nadal nie wiem kim jestem.

13. 4 etapy formowania tożsamości wg Jamesa Marcii

Tożsamość kształtuje się w dwóch kierunkach: eksploracja i zobowiązanie. Procesy eksploracji obejmują poszukiwanie przez nastolatka różnorodnych ofert, testowanie ich. Zobowiązania obejmują podejmowanie decyzji oraz identyfikację z nimi.

a. tożsamość rozproszona (w oryginalnej teorii Marcii nazwy „rozproszona” i „odroczone” są definiowane odwrotnie, jednak młodzieży łatwiej zrozumieć sens tych etapów, gdy zamienimy nazwy) - albo inaczej dyfuzyjna. Wyraźnie zaznacza się w niej brak zaangażowania w podstawowych obszarach aktywności życiowej. Jest etapem poszukiwań, ciągłych zmian, eksperymentowania. Wypróbowywania się.

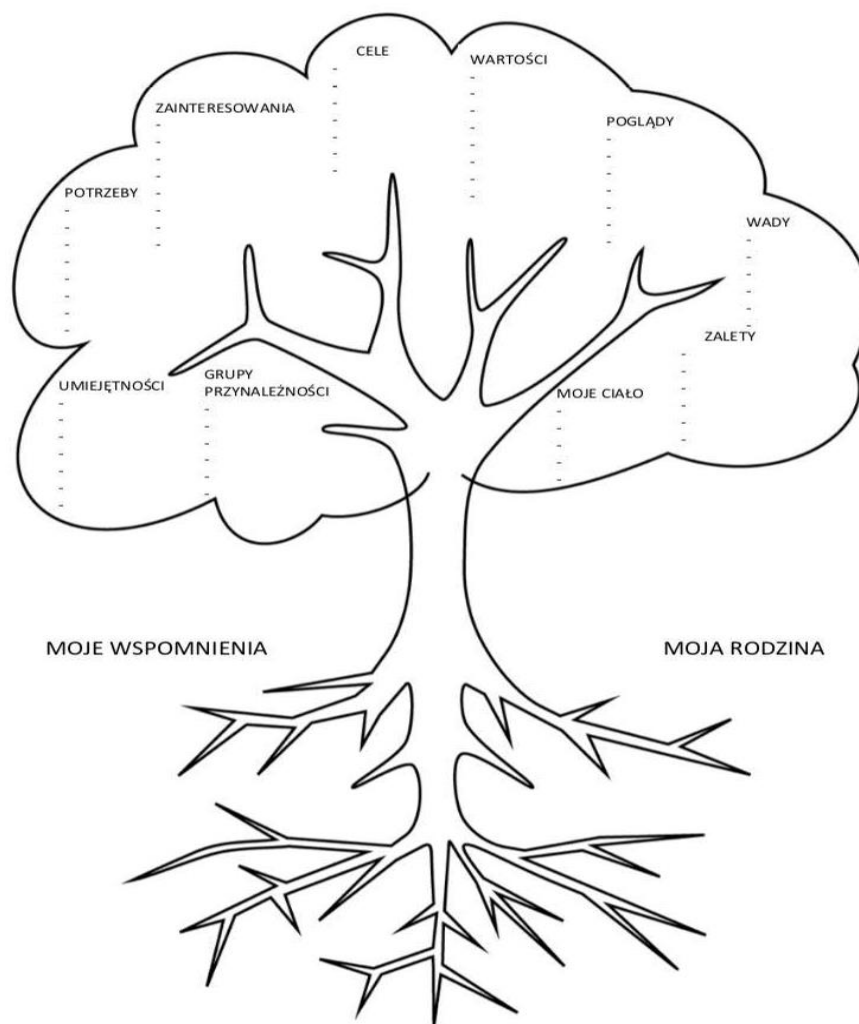
b. tożsamość odroczone – przerwa w dokonaniu decyzji związanej z określeniem siebie, czas zawieszenia. Bywa związany z tak zwanymi wakacjami od życia. Jest czasem, gdy pytania i wątpliwości muszą zostać w nas przepracowane wewnętrznie, nie zawsze w sposób świadomy. Rok przerwy, zawieszenia w życiu młodego człowieka, może mieć dobre skutki. Ważne, aby na tym etapie nie utknąć na całe życie.

c. tożsamość nadana - lustrzana, przejęta, charakterystyczna dla ludzi, którzy aktywnie angażują się w realizację celów wyznaczonych przez osoby dla nich ważne. Przykładem może tu być decyzja o zostaniu prawnikiem/lekarzem/malarzem, tak, „jak wszyscy w rodzinie”.

d. tożsamość osiągnięta, tożsamość dojrzała - Posiadają ją ci, którzy doświadczyli zarówno poszukiwań, jak i zaangażowania. To tożsamość charakterystyczna dla takich osób, które aktywnie angażują się w realizację wyznaczonych sobie celów, są świadomi swoich potrzeb, zainteresowań, poglądów, wartości, zalet i wad.

14. Zapraszamy do autorefleksji. Rozdajemy kartki z drzewkiem, zachęcamy do wypełnienia. Dzielimy się na 4-5 grup i prosimy o dzielenie się tym, co odkryliśmy. Korzenie – to wydarzenia, na które nie mieliśmy wpływu. Gałęzie to te części tożsamości, które sami kształtujemy. Pytamy o to, co scala (co wpisalibyśmy w pień drzewa tożsamości)? Odpowiedź brzmi – czas.

15. Co kształtuje naszą tożsamość? Wyjaśnienie na podstawie planszy: właściwości biologiczne, czynniki środowiskowe (czyli najbliższe otoczenia jednostki oraz oddziaływania środowiska makrospołecznego, a więc szerokiego kontekstu społeczno-kulturowego), oddziaływania wychowawcze oraz aktywność własna, pamięć biograficzna (doświadczenia rodzinne), doświadczanie podmiotowości w działaniu, świadomość własnej odrębności.



16. Gra JA CZYLI KTO? Dwoje ochotników przemierza salę stawiając kroki na rozłożonych planszach. Gdy stanie na którejś planszy, czytane jest na głos pytanie, a uczestnik może na nie odpowiedzieć. Jeśli to robi, przesuwa się dalej. Pomocnicy uzupełniają planszę z odpowiedziami uczestników, aby mogli je oni otrzymać na zakończenie gry, jako wskazówki czy inspiracje do dalszego rozwoju.

Pytania z gry:

- Co jest dla Ciebie ważne? Odpowiedz używając czasowników.
- Jakie masz potrzeby (czego potrzebujesz)?
- Jaka jest Twoja ulubiona piosenka i dlaczego?
- Byłbyś dobry fryzjerem/Byłabyś dobrą fryzjerką, ponieważ...
- Byłbyś dobry pilotem samolotu/Byłabyś dobrą pilotem samolotu, ponieważ...Byłbyś dobry nauczycielem/Byłabyś dobrą nauczycielką, ponieważ...
- (przeczytaj zgodnie z płcią) W byciu kobietą lubię... W byciu mężczyzną lubię... Mało kto wie, że potrafię...
- Wymień 4 sytuacje, które Cię zasmucają.
- Wymień 4 sytuacje, które Cię śmieszą.
- Wymień 4 sytuacje, które Cię złością.
- Wymień 2 sytuacje, które Cię zaskoczyły.
- Kto miał lub nadal ma wpływ na Ciebie?
- Twój przewodnik w poszukiwaniu tożsamości to...
- Gdy podejmuję w życiu decyzję, to kieruję się: [] wartościami, [] potrzebami, [] celami, [] emocjami, [] zasadami, [] wskazówkami innych. Dlaczego?
- Jakie cele, które kiedyś sobie wyznaczyłaś/wyznaczyłeś już osiągnęłaś/osiągnąłeś?
- Bez czego nie wyobrażasz sobie dobrego dnia?
- Co Cię wyróżnia, a co upodabnia do innych ludzi?
- Prawie każda drobna decyzja mówi coś o Tobie.
- Jakie decyzje podjęłaś / Jakie decyzje podjąłeś w ostatnim miesiącu?
- Jaką masz pasję, hobby? Opowiedz o tym. Ile czasu na nią poświęcasz? Jakie trzeba mieć cechy charakteru, aby realizować tę pasję?
- MĄDROŚĆ, DOBRO, SPRAWIEDLIWOŚĆ, PRAWDA, WIARA, MIŁOŚĆ, ALTRUIZM, DOBROBYT, BEZPIECZEŃSTWO, POKÓJ... Która z tych uniwersalnych wartości jest Twoja?
- Jaki jest Twój ulubiony film i dlaczego?

Konkluzja na koniec warsztatów: „Tożsamości nie dostaje się ani w prezencie, ani z wyroku bezapelacyjnego; jest ona czymś, co się konstruuje i co można (przynajmniej w zasadzie) konstruować na różne sposoby. Co nie zaistnieje w ogóle, jeśli się jej na któryś ze sposobów

nie skonstruuje. Tożsamość jest zatem zadaniem do wykonania, i zadaniem, przed jakim nie ma ucieczki.”



Realizacja warsztatów w MOW w Jastrowiu oraz w MOS w Krajence

foto: Maja Łoś



WARSZTAT dla młodzieży z rozwoju własnych kompetencji i potencjału

Informacje ogólne:

Auto-warsztaty dla młodzieży opierają się na metaforze drogi i pojazdu, którym poruszamy się po tej drodze, chcąc dotrzeć do wyznaczonego celu podróży lub po prostu korzystając z możliwości „poruszania się” swoim pojazdem. Droga jest tu symbolem „życia” a pojazd - symbolem „osoby”, która jest na drodze życia, a zarazem przygotowuje się do korzystania „w pełni” z tego życia, jako osoba w pełni samodzielna i w pełni „dojrzała”.

Metaforę i symbolikę poszczególnych elementów warsztatów młodzież „odkrywa” i poznaje stopniowo w trakcie zajęć, po to, aby po doświadczeniu i zrozumieniu własnych „odkryć” „wejść wgłąb” siebie – w stan autorefleksji aby następnie odnaleźć się w swojej

sytuacji oraz pragnieniach – marzeniach, dążeniach i celach związanych z wyobrażonym stanem „dorostości” i rolą „dorosłego” siebie w życiu, polegającej na świadomym i odpowiedzialnym kierowaniu sobą oraz konsekwentnym dążeniu do wyznaczonego celu.

Zrozumienie siebie jest także wstępem do tego, by zrozumieć innych i świat wokół (zwłaszcza świat relacji międzyosobowych oraz reguły i zasady życia społecznego) ale przede wszystkim dojrzeć do świadomych postaw „samo-posiadania” i „samo-realizacji”.

Cele warsztatów:

- utrwalenie i podtrzymywanie efektów programu Archipelag Skarbów® ,
- kształtowanie tożsamości młodego człowieka poprzez zachętę do poznania samego siebie, samowychowania i samorozwoju,
- wzmocnienie więzi i komunikacji między rodzicami a dziećmi,
- rozwój asertywności i wzrost poczucia własnej wartości,
- rozwój kompetencji społecznych i zdolności porozumiewania się i rozwiązywania konfliktów bez uciekania się do przemocy lub szantażu
- kształtowanie postawy szacunku wobec innych, poprawa jakości relacji interpersonalnych,
- zmniejszenie podatności na presję negatywnej grupy rówieśniczej lub „negatywnego” lidera,
- naukę odpowiedzialnego kierowania własną seksualnością,
- zachętę do rozwijania indywidualnych pasji i zainteresowań,
- **zapobieganie zachowaniom ryzykownym (m.in. eksperymentowaniu z używkami, agresji, przestępstwom) wynikającym z przyjęcia tożsamości patologicznej lub pełnienia negatywnych ról społecznych;**
- zachęcenie wychowanka/wychowanki do świadomego planowania ścieżki kariery zawodowej, wspieranie uczniów w wyborze zawodu i dalszej edukacji, inspirowanie do rozwoju zawodowego;

Metodyka zajęć:

W trakcie zajęć wykorzystuje się szereg metod aktywizujących. Do najważniejszych zaliczają się:

- ćwiczenia ruchowe,
- „burza mózgów”
- dyskusja kierowana

- twórcza ekspresja za pomocą rysunku
- kalambury
- mini-scenki teatralne
- praca w małych grupach
- rozwiązywanie „quizów” i zagadek
- gra „w statki” albo gra w autorską grę planszową „szlifujemy diament”

Ponadto stosuje się takie metody, jak:

- mini-wykład
- „dzielenie się” własnym życiem i doświadczeniem przez prowadzącego
- prezentacja multimedialna
- krótkie filmiki „motywacyjne” lub obrazujące omawiany „problem”.

Zarys przebiegu zajęć:

Zajęcia warto rozpocząć od zebrania pytań od młodzieży dotyczących treści i przeżyć związanych z uczestnictwem w Archipelagu Skarbów. Pytania można zebrać na kartkach tuż po programie Archipelag Skarbów, tuż przed dodatkowymi zajęciami warsztatowymi albo na samym początku kolejnego (warsztatowego) spotkania z młodzieżą w formie ustnych wypowiedzi w ramach swobodnej „pogawędki”. Inną metodą jest przeprowadzenie wstępnej diagnozy potrzeb warsztatowych wśród uczestników Archipelagu za pomocą mini-ankiet albo w ramach wypełnianej przez młodzież pod koniec programu Archipelag Skarbów ankiety ewaluacyjnej. Dzięki temu łatwiej jest się zorientować w tym, które z tematów i kwestii poruszanych na Archipelagu szczególnie poruszyły młodzież, w których miejscach uczestnicy programu poczuli niedosyt i na jakie tematy chcieliby szczególnie porozmawiać albo dowiedzieć się czegoś więcej. W zależności od wyników takiego rozeznania można lepiej przygotować się do tych warsztatów oraz odpowiednio zmodyfikować jego treści i elementy aktywizujące, tak, aby jak najbardziej pasowały do charakteru grupy oraz odpowiadały na najczęściej wskazywane przez uczestników problemy i potrzeby.

Warsztat proponujemy zacząć od ćwiczenia integrującego i aktywizującego grupę, pełniącego jednocześnie rolę elementu startowego wprowadzającego w niekonwencjonalny i nieco zaskakujący sposób w temat Auto-warsztatów. Otóż proponuje się zabawę w tzw. „głuchy video-telefon”. Najpierw wybiera się osoby, które zgłaszają się na ochotnika. Najlepiej żeby zgłosiło się minimum 6 do 9 osób. Jeśli zgłoszą się wszyscy, można zaangażować wszystkich.

Uczestników ustawia się w rzędzie a następnie tłumaczy zasady (szczegóły w scenariuszu). Po czym uczestnicy ustawiają się w kolejce (jedna osoba za drugą) w odpowiednim odstępnie od siebie. Zabawa polega na pokazywaniu poprzez ruchy ciałem, po kolei przez osoby stojące „w kolejce”, ustalonego przez prowadzącego hasła, którego prawidłowe odgadnięcie przez osobę stojącą na końcu kolejki naprowadza na temat warsztatów. Tym tematem okazuje się być

„samochód”. Cała zabawa polega na tym, że ostatniej osobie z kolejki wcale nie jest łatwo odgadnąć to hasło po różnych „modyfikacjach”, jakie dokonały się „po drodze”. Zazwyczaj towarzyszy temu sporo śmiechu. Następnie prowadzący zajęcia omawia to, co zadziało się podczas zabawy, ukazując jej „głębsze znaczenie”. Zwraca uwagę na ograniczenia i trudności związane z komunikacją (tą werbalną i niewerbalną) oraz zniekształcenia, jakie dokonują się podczas przekazu informacji (komunikatów) drugiej osobie, zwłaszcza wtedy, gdy w przekazie tych informacji pośredniczy więcej osób. Jednocześnie naprowadza w ten sposób uczestników na rozumienie czym jest tzw. praca metaforą.

„Samochód” jako temat warsztatów jest tu bowiem tylko pretekstem, aby poprzez początkowe skupienie się na tym temacie aż do momentu odkrycia znaczenia „samochodu” jako metafory „osoby” – człowieka – mnie samego, ze wszystkimi elementami, które składają się na „bycie człowiekiem” i sposób naszego funkcjonowania „w świecie”, przejść płynnie do omówienia (i doświadczenia) pozostałych „głębszych” tematów, związanych z samopoznaniem, artikulacją swoich marzeń i celów, wyznaczeniem kierunku, odnajdywaniem motywacji oraz poznawaniem sensu (znaczenia) i technik (umiejętności) samodoskonalenia oraz samorozwoju.

Kolejnym krokiem, do którego zaproszona jest młodzież to narysowanie albo symboliczne ukazanie (określenie) swojego wymarzonego „samochodu” – pojazdu, „który chciałoby się mieć i którym chciałoby się w przyszłości podróżować” - najbardziej pasującego do swojej osobowości. Kiedy na arkuszach papieru pojawiają się jakieś rysunki albo znaki, chętne osoby proszone są aby podzieliły się swoją twórczością i opowiedziały coś o swoim „dziele”. Za każdym razem prowadzący odnosi się do prezentacji i konkretnego dzieła odnajdując i komentując w nim coś ciekawego, pozytywnego albo po prostu doceniając twórcę za konkretne (nawet drobne) pozytywne rzeczy dostrzeżone w jego dziele i/lub prezentacji.

Po zakończeniu prezentacji oraz wcześniejszym obejrzeniu, obejrzeniu wszystkich dzieł i krótkiej rozmowie z uczestnikami zajęć podczas rysowania, prowadzący dzieli się komentarzem, w którym wskazuje, że każde stworzone dzieło (rysunek) jest inne i każdy samochód (pojazd) ukazany na tym rysunku jest inny, tak jak my się różnimy między sobą, bo każdy jest inny a zarazem wyjątkowy i niepowtarzalny. W ten sposób odkrywana jest pierwsza karta – metaforyczne znaczenie symbolu warsztatów - „samochód = Ja sam”. Następnie poprzez kolejne zadania, gry oraz zabawy (m.in. giełdę samochodową albo warsztat samochodowy) odkrywane są wspólnie znaczenia poszczególnych części i układów, z których składa się samochód, a którym odpowiadają poszczególne „składowe” nas samych. Uczestnicy zajęć odkrywają w ten sposób po kolei: ciało, uczucia, rozum, ducha, wolę, motywacje czyli „chęci do życia i działania”, różnorakie siły napędowe, popędowe i hamulcowe, możliwości i umiejętności „kierowania” sobą i swoimi działaniami, znaczenie rozwoju potencjału oraz dbania o swój rozwój np. poprzez właściwy dobór i proporcje aktywności oraz odpoczynku. Na symbolice jakości paliwa, mechanizmów działania i rodzajów silnika omawiane są m.in. kwestie związane ze szkodliwością wprowadzania w swój organizm toksyn i ich sposobu

oddziaływania zarówno na ciało, jak i psychikę, emocje i nastrój, a więc funkcjonowanie mózgu oraz układu nerwowego. Jednocześnie można wskazać na czynniki, które usprawniają nasze zdolności umysłowe – wolitywne i poznawcze albo które pozwalają unikać różnorodnych, zwłaszcza tych bolesnych zranień oraz rzeczy, które pozwalają leczyć (naprawiać) zranienia, cieszyć się osiągnięciami albo wyciągać twórcze wnioski z niepowodzeń.

Pod koniec warsztatów prowadzący dzieli się z uczestnikami informacją, że inspiracją do takiego przedstawienia i próby doświadczalnego (namacalnego) zmierzenia się ze swoimi możliwościami i ograniczeniami, potencjałem i kompetencjami niezbędnymi do ugruntowania poczucia własnej wartości i wyjątkowości a zarazem sprawczości i odpowiedzialności w życiu, zwłaszcza za swój rozwój i osiąganie celów (realizację marzeń) poprzez autokreację, twórczą ekspresję oraz świadomość i samodyscyplinę, jest starożytny, arystotelesowski wzór (symbol) człowieka (duszy) przedstawionego jako jeźdźca (woźnicy) w rydwanie (ciele) ciągnionym przez dwa rozjuszony konie (wewnętrzne żywioły - siły popędowe), nad którymi ów jeźdźca próbuje zapanować za pomocą „lejcy” symbolizujących „sprawności” (gr. *arete*).

Już na zajęciach w ramach programu Archipeląg Skarbu młodzież niejednokrotnie pokazuje, że nie boi się wyzwań i doskonale rozumie, że aby osiągnąć ważne cele w życiu jak choćby prawdziwą miłość, trwałe i głębokie szczęście, potrzeba włożyć w to wiele wysiłku i zgodzić się na wiele wyrzeczeń. Wiele bowiem zależy od tego jak ukształtujemy swój charakter, który możemy kształtować, i jak pokierujemy swoim życiem, dokonując nieraz trudnych ale mądrych wyborów, bez względu na wcześniejsze trudne doświadczenia, zranienia czy utrudniony start w życiu.

Warsztaty kończą się taką właśnie (lub podobną) mową motywacyjną, którą prowadzący kieruje do uczestników, wyrażając jednocześnie wdzięczność za wspólnie odkryte znaczenia poszczególnych symboli „drogi” oraz „części auta”, wykonaną wspólnie pracę oraz możliwość poznania ciekawych i twórczych, wyjątkowych osób, które mają w sobie ogromny potencjał do stawania się jeszcze bardziej kimś wyjątkowym i twórczym, a przede wszystkim ważną i potrzebną (już teraz) dla siebie osobą, i (być może) także dla kogoś (równie ważnego) innego – teraz lub w przyszłości. Osobą – człowiekiem, który rozumie co tak naprawdę znaczy „być sobą” oraz „żyć pełnią życia” – mogąc realizować w życiu swoje pasje i marzenia, czyli cieszyć się życiem i móc „swobodnie podróżować”.



JA podróżuje z innymi

WARSZTAT dla młodzieży z komunikacji i budowania pozytywnych relacji

Warsztat trzeci jest rozwinięciem pierwszego i drugiego Auto-Warsztatu o tożsamości oraz z rozpoznawania własnych możliwości i kompetencji. Przyświecają mu te same cele i stosuje się w nim podobne metody. Jest kontynuacją pracy z młodzieżą w oparciu o metaforę „pojazdu” oraz „drogi”. Nawiązuje do ważnego wydarzenia w życiu - zarówno mężczyzn, jak i kobiet - jakim jest kurs nauki jazdy i egzamin na prawo jazdy. Dla młodych w wieku 14-18 lat jest to z reguły dość nieodległa perspektywa albo coś co właśnie „dzieje się” lub za chwilę „zadzieje się” w ich życiu. Jednocześnie wydarzenia te mają ogromny potencjał i wartość dydaktyczną, które można wiele sposobów wykorzystywać w warsztatach dla młodzieży oraz przekuć na cele związane z profilaktyką zachowań ryzykownych (zwłaszcza na poziomie profilaktyki selektywnej albo kierowanej). Przede wszystkim mogą one służyć jako synonim –

metaforę namacalnego, znaczącego a zarazem łatwego do skojarzenia i zapamiętania elementu procesu „wchodzenia w dorosłość” - usamodzielnienia i niezależności.

W tym kontekście prowadzący, w trakcie warsztatów, odwołuje się zarówno do roli i znaczenia kierowcy, jako osoby, która powinna „rozumieć” zasady funkcjonowania i sygnały informujące o stanie „pojazdu”, znać się na jego obsłudze i mieć wiele rzeczy pod kontrolą, a zarazem znać i stosować się do przepisów i zasad ruchu drogowego, które z kolei stają się synonimem uniwersalnych zasad i regulacji życia społecznego. Wychowankowie dowiadują się m.in. czym jest zasada dystansu społecznego (analogicznie do zasady „3 sekund” w ruchu drogowym), ustępowania pierwszeństwa (szacunku), dobrej komunikacji i wyrażania uczuć (sygnalizatory), ograniczonego zaufania i asertywności – stawiania granic i reagowania w sytuacjach naruszenia czyichś praw, intymności lub godności. W odniesieniu do zasad bezpiecznej podróży oraz właściwego użytkowania drogi i pojazdu (przerwy na odpoczynek i posiłek, tankowanie, uzupełnianie płynów eksploatacyjnych, przeglądy, naprawy, wymiana opon, żarówek itp.) wyjaśnia się znaczenie i potrzebę wykonywania wielu czynności pomagających nam w utrzymaniu dobrej kondycji, zdrowia, równowagi, zdobywaniu wiedzy, równomiernym rozwoju psycho-fizycznym, intelektualnym i duchowym, higienie ciała, umysłu i uczuć oraz w rozwoju kompetencji i umiejętności społecznych.

W treści warsztatu i ćwiczenia wpleciona jest nauka technik rozwiązywania problemów. Omawiane są m.in. takie techniki jak:

- zasada HALT (STOP), którą stosuje się nie tylko w psychoterapii i terapii uzależnień ale proponuje się ją także w profilaktyce kierowanej i selektywnej, jako ważną i skuteczną technikę ułatwiającą kontrolę i zapobieganie różnym zachowaniom niepożądanym czy ryzykownym, zwłaszcza tym o charakterze autodestrukcyjnym bądź antyspołecznym.
- technika koncentracji (focusing) opartej na sześciofazowym modelu koncentracji dr Eugene Gendlina
- tworzenie mapy emocjonalnej – techniki wypracowanej przez dr Barbarę De Angelis, służącej do wyrażania uczuć i tworzenia więzi.

Ponadto w trakcie zajęć zwraca się uwagę na ważny aspekt i zasadę korzystania z pomocy innych (analogicznie do korzystania z pomocy „drogowej”) w sytuacjach kiedy jest to konieczne, a także na tzw. „kulturę jazdy” - świadomego i bezkolizyjnego uczestnictwa w życiu społecznym (analogicznie do uczestniczenia w ruchu drogowym) w tym na gotowość niesienia pomocy innym, kiedy tego potrzebują. Na koniec warsztatów młodzieży otrzymują specjalnie przygotowane, sugestywne pamiątki, mające im przypominać o najważniejszych treściach i celach „Auto-warsztatów”.

autor: mgr Jakub Placha

ALTERNATYWNE WARSZTATY OPARTE NA AUTORSKICH PROGRAMACH PROFILAKTYKI ZINTEGROWANEJ RATOWNICY MARZEŃ, SPINACZ oraz ARCHIPELAG SKARBÓW®

Poniżej przedstawione programy, warsztaty i ćwiczenia po programie profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® (POASMOS) polecane są w szczególności tym Ośrodkom oraz poszczególnym grupom wychowawczym, w których obserwuje się wśród młodzieży wyraźnie duży odsetek lub częstotliwość występowania zachowań ryzykownych z obszaru przemocy i/lub cyberprzemocy a także nadużywania substancji psychoaktywnych bądź uzależnień behawioralnych powiązanych z niskim poczuciem własnej wartości oraz silnym wpływem kultury masowej (tzw. popkultury) lub tzw. negatywnych liderów czy grup subkulturowych.

Ich autorami są osoby na co dzień pracujące z młodzieżą oraz osobami dorosłymi niedostosowanymi społecznie lub zagrożonymi niedostosowaniem, będące równocześnie trenerami programu Archipelag Skarbów® w Młodzieżowych Ośrodkach Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodkach Wychowawczych. Z oferty warsztatów POASMOS mogą skorzystać te Ośrodki, które wcześniej zrealizowały na swoim terenie program Archipelag Skarbów®.

MOJE 5%



warsztaty
profilaktyki
zintegrowanej dla młodzieży
POASMOS oparte na
programie Ratownicy Marzeń

podstawy teoretyczne

Warsztaty profilaktyczne „Moje 5%” inspirowany na programie „Ratownicy Marzeń” wspierają szkolny program wychowawczy zgodnie z założeniami *profilaktyki zintegrowanej*.¹ Program spełnia wytyczne Ministra Edukacji w zakresie kształtowania postaw i wychowania do wartości² odwołując się do modelu zrównoważonego rozwoju.

Profilaktyka zintegrowana wywodzi się z nurtu szeroko rozumianej profilaktyki uniwersalnej. Obejmuje swoim oddziaływaniem zarówno dzieci, młodzież jak i dorosłych – w tym przypadku rodziców i nauczycieli.

Odwołujemy się do dwóch głównych strategii profilaktycznych – wzmocnienia pozytywnego potencjału oraz zmniejszania skali zagrożeń.

Tak rozumiana profilaktyka jest działaniem wspomagającym wychowanie wzmocniając kluczowe czynniki chroniące³. Realizowana systemowo pozwala ograniczać zachowania ryzykowne w szerokim zakresie profilaktyki uzależnień: od korzystania z alkoholu do używania narkotyków i dopalaczy. W perspektywie długofalowej zintegrowane podejście do wychowania oraz profilaktyki przekłada się na zwiększanie bezpieczeństwa i dobrej atmosfery w szkole, ma również pozytywny wpływ na jakość relacji ze środowiskiem społecznym młodzieży, w tym z rodzicami i nauczycielami.

Warsztaty profilaktyczne „Moje 5%” wzmocniają pozytywną motywację intelektualną oraz związaną ze światem wartości – kluczowe obszary z punktu widzenia zrównoważonego rozwoju w ujęciu antropologii personalistycznej.

1 Grzelak S. (2009). *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*. Wydanie II rozszerzone (478 stron). Kraków: Wydawnictwo Rubikon.

2 *Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2016/2017*, pkt. 3

3 Catalano R, Berglund L, Ryan J, Lonczak H, Hawkins D. *Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs*. *Prevention & Treatment* 2002; 5 (1): 15.

„[...] podstawowym zadaniem systemu edukacji powinno być doskonalenie tej właśnie umiejętności, która pozwala człowiekowi odnajdywać niepowtarzalny sens, a nie ograniczanie się do zwykłego przekazywania wiedzy i tradycji [...] młodzi ludzie muszą się uczyć podejmowania niezależnych i autentycznych decyzji [...]”⁴

cele warsztatów

Warsztaty mają charakter motywacyjny. Bezpośrednim celem zajęć jest wzmocnienie w młodzieży pozytywnego potencjału oraz integracja społeczna. Przekłada się to na wzmocnienie dobrej atmosfery w grupie rówieśniczej, postawy szacunku, obniżenie poziomu zachowań agresywnych, ograniczenie zachowań ryzykownych.

Pozostałe cele:

Profilaktyka uzależnień od środków psychoaktywnych oraz profilaktyka uzależnień behawioralnych.

Wzmocnienie roli pozytywnych dorosłych oraz związanego z tym autorytetu jako istotnego czynnika chroniącego.

Wskazanie na komplementarną rolę poszczególnych obszarów życia w sposób, który będzie czytelny dla młodego człowieka, tak aby mógł dostrzec ich wzajemny związek.

elementy warsztatów

Warsztaty „*Moje 5%*” składają się z trzech bloków zajęć realizowanych w ramach trzech jednostek lekcyjnych (czas trwania jednego bloku to 45 minut).

- **blok 1** – *Kowalski opcje, czyli Twoje 5%*
- **blok 2** – *Co nas kształtuje, czyli opowieść o doniczkach*
- **blok 3** – *Żaba i Motyl – czyli każdy jest piękny*

4 V.E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, przeł. A. Wolnicka, Warszawa 2010, s. 73

metodologia

- wykład połączony z prezentacją multimedialną
- burza mózgów
- inscenizacja
- metoda quizu i głosowania
- praca w grupach

Warstwa narracyjna warsztatów w znacznej części odwołuje się do pozytywnych skojarzeń popkulturowych. Praca na skojarzeniach w połączeniu z pogłębionymi treściami wychowawczymi sprzyja realizacji celów zajęć.

grupa docelowa

Warsztaty są skierowane do uczniów starszych klas szkoły podstawowej, młodzieży szkół ponadpodstawowych oraz uczniów i wychowanków Młodzieżowych Ośrodków Socjoterapii i Młodzieżowych Ośrodków Wychowawczych.

Zajęcia są realizowane w oparciu o dynamikę pracy w grupie – zespół klasowy, grupę wychowawczą lub większe grupy łączone.

treści

BLOK 1 – KOWALSKI OPCJE, CZYLI TWOJE 5%

W tej części zajęć uczestnicy budują swoją własną drogę do szczęścia oraz uczą się pozytywnego postrzegania siebie oraz akceptacji i szacunku wobec innych.

Pomagają nam w tym sympatyczni bohaterowie znani z popularnej bajki „Pingwiny z Madagaskaru”.

Poznajemy ich kiedy powstaje ich drużyna i nic nie wskazuje na to, żeby mieli zbyt wielkie szanse na sukces w życiu. Jak twierdzi Kowalski, jeden z bohaterów, mają „98% szans na totalną katastrofę”. Skąd więc 5%? – przyszły dowódca drużyny Skipper, który ma problemy z matematyką wylicza, że tyle mają szans na „sławę, chwałę i świetlaną przyszłość”. Podsumowując mówi: „to ja w to wchodzę”.

Rozpoczynamy naszą podróż z uczestnikami próbując zobaczyć co jest moim potencjałem, szansą na szczęście i udane życie, nawet jeśli na pierwszy rzut oka nie wygląda to nieraz zbyt zachęcająco. Poprzez różne zadania, min. ćwiczenie pt. „Lot do Nowego Yorku” odkrywamy, że każdy z nas jest inny, a zarazem wiele nas łączy. Różnice są bogactwem, każdy jest ważny i wyjątkowy. Potrzebujemy siebie nawzajem.

W ten sposób wzmacniamy w uczestnikach pozytywny obraz siebie, integrujemy grupę oraz zmniejszamy obszary wykluczenia wzmacniając wzajemne zrozumienie i szacunek.

BLOK 2 – CO NAS KSZTAŁTUJE, CZYLI OPOWIEŚĆ O DONICZKACH

Próbujemy sobie odpowiedzieć na pytanie „*Co nas kształtuje?*”. Posługujemy się przerośnią w postaci doniczki z ziemią, w której zasadzona jest roślina. Dla każdego ziemia w jego doniczce jest inna, co powoduje, że każdy jest wyjątkowy i niepowtarzalny.

Przyglądamy się czynnikom, które mają wpływ na te różnice za pomocą różnych form aktywizacji grupy, min. quizu, burzy mózgów, dialogu z grupą i zbierania opinii.

Czynniki podzielone są na środowiskowe, wewnętrzne oraz biologiczne. Dużo uwagi poświęcamy czynnikom wewnętrznym, ze względu na możliwość ich indywidualnego kształtowania oraz wpływu na życie.

W części dotyczącej sfery emocjonalnej szczególny nacisk położony jest na pozytywną rolę wszystkich uczuć, w tym także uznawanych za trudne, jakimi jest np. złość, smutek i nuda. Tłem dla rozmowy o emocjach są postacie z bajki „W głowie się nie mieści”.

W części dotyczącej świata wartości skupiamy się na tematach mających kluczowy wpływ na odpowiedź na pytanie: „*Czy jestem szczęśliwy / czy jestem szczęśliwa?*”.

Na początku rozmawiamy o potrzebie odnalezienia odpowiedzi na podstawowe pytania egzystencjalne o tożsamość, cel i sens życia. Wskazujemy także na fakt, że człowiek jest istotą społeczną, co wyraża się potrzebą budowaniem relacji opartych na miłości i przyjaźni. Poruszamy również temat religijności jako jednego z kluczowych czynników chroniących młodego człowieka.⁵

BLOK 3 – ŻABA I MOTYL – CZYLI KAŻDY JEST PIĘKNY

Celem tej części zajęć jest wzmocnienie przekazu poprzednich dwóch bloków. Służą temu dwa obrazy.

⁵ Hawkins J. D. (1992) Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood. Implications for substance abuse prevention. Psychological Bulletin, vol. 112, no 1

Obraz żaby służy wprowadzeniu w temat środków psychoaktywnych, powstawania mechanizmów uzależnień i na tym tle ryzyka utraty możliwości realizacji w życiu tego co uważamy za najważniejsze. Odwołujemy się do opisanego w psychologii „syndromu gotującej się żaby”. Zestawienie tych treści z wcześniejszymi ma na celu wywołanie kontrastu między potrzebą realizacji najgłębszych potrzeb i marzeń uczestników, a ryzykiem ich utraty. Celem tego działania jest zachęta do podejmowania świadomych decyzji i umiejętności oceny co jest dla mnie najlepsze.

Kolejny obraz, do którego się odwołujemy dotyczy przemiany, jaką przechodzi poczwarka w motyla, która wcześniej jest gąsienicą, Przemiany, która nie jest oczywista dopóki się nie wydarzy.

Pracujemy na poczuciu wartości nastolatka i wskazujemy na potencjał wynikający z tego, że czas dorastania jest okresem bardzo intensywnych zmian oraz rozwoju, które dają szansę na to, że każdy może stać się „motylem”.

Odwołujemy się do historii opowiedzianej w filmie „Cyrk Motyli”. Jest to opowieść o człowieku od urodzenia pozbawionym rąk i nóg. Poniżany i odrzucany przez innych odkrywa swoją wartość dzięki spotkaniu z człowiekiem, który dostrzega w nim potencjał i stawia przed nim wyzwanie. Dzięki przyjaźni oraz szacunkowi nowego środowiska odkrywa, że może być „motylem”. Doświadcza szczęścia, którym dzieli się z innymi.

Na tym tle prawdziwa historia Nicka Vujicica, aktora grającego główną rolę w filmie połączona z komentarzem prowadzących podsumowuje treść zajęć.

W ten sposób zostaje domknięty symbol tytułowych 5%, o których była mowa na początku warsztatów.

Nawet to co wydaje się małe i bez znaczenia wobec przeciwności i trudnych okoliczności życia może być Twoim potencjałem umożliwiającym osiągnięcie 100% szans na „sławę, chwałę i świetlaną przyszłość”, o których mówili na początku bohaterowie bajki dla dzieci.

autor: mgr Leszek Szawiński

UWAGA: Warsztaty „Moje 5%” mogą być realizowane zarówno stacjonarnie, jak i zdalnie w zależności od sytuacji epidemicznej i rodzaju obostrzeń sanitarnych obowiązujących na terenie placówki.

DWA ŚWIATY

SPINACZ

Informacje ogólne o programie SPINACZ

Program skierowany do:

- młodzieży w wieku od 13 do 15 lat (grupa od 30 do 100 osób),
- rodziców młodzieży,
- nauczycieli i pedagogów.

„SPINACZ” zbudowany jest na trzech filarach: profilaktyka, rozwój osobisty młodego człowieka, edukacja.

Jest to profilaktyka:

- przemocy rówieśniczej,
- przemocy w Internecie (ukazanie konsekwencji „hejtu” wśród ofiar i sprawców),
- podejmowania zachowań ryzykownych,
- korzystania z narkotyków, alkoholu oraz innych używek,
- uzależnień behawioralnych (sieciorizm, fonoholizm)

Oprócz celów profilaktycznych program „SPINACZ” ma za zadanie zadbać o rozwój młodych ludzi w następujących obszarach:

- indywidualnych pasji i zainteresowań;
- budowanie wzorców opartych na takich wartościach jak: szczęście, sumienność,
- dobroczynność;
- wzmacnianie nieszablonowych sposobów myślenia

W czasie trwania programu „**SPINACZ**”, młodzieży przekazywana jest wiedza z zakresu:

- planowania ścieżki kariery zawodowej,
- technik planowania czasu i codziennych zadań,
- kluczowych kompetencji społecznych,
- działania mechanizmów uzależnienia,
- ochrony danych personalnych w sieci

Program „**SPINACZ**” powstał z myślą o tym, by wesprzeć młodzież w okresie dorastania i wspólnie odpowiedzieć sobie na pytania z jakimi zagrożeniami lub możliwościami przyjdzie im się zmierzyć zarówno w świecie realnym jak i wirtualnym. Program promuje przemyślane wybory i planowanie ścieżki zawodowo-edukacyjnej. Wspiera młodych ludzi w rozwijaniu indywidualnych pasji i zainteresowań oraz kształtuje postawę konsekwentnego dążenia do osiągnięcia wymarzonych celów. Dodatkowo wspiera rodziców i wychowawców w przekazywaniu nastolatkom zasad, które uchronią młodzież przed zagrożeniami i pomogą w realizacji ich najgłębszych marzeń.

Przesłanie programu

Program uczy zdrowego i mądrego stylu życia. „**SPINACZ**” pokazuje młodym ich ogromny pozytywny potencjał oraz możliwości jakie przynosi konsekwentna praca nad rozwojem własnych zainteresowań i pasji. Mówi o tym, że Internet może być bezpiecznym miejscem pracy, edukacji i rozrywki pod warunkiem stosowania zasad bezpieczeństwa. Zachęca do planowania i rozwoju ścieżki kariery zawodowej już na poziomie szkoły podstawowej, a co więcej pokazuje w jaki sposób zrobić to efektywnie.

UWAGA: Program „SPINACZ” może być realizowany zarówno stacjonarnie, jak i zdalnie w zależności od sytuacji epidemicznej i rodzaju obostrzeń sanitarnych obowiązujących na terenie placówki.

Konspekt warsztatów „Dwa Światy” skierowanych do młodzieży z MOS i MOW uczestniczących w zajęciach profilaktycznych

Informacje ogólne

Konspekt przeznaczony jest dla nauczyciela/pedagoga/psychologa, który wraz z uczniami uczestniczył w programach Archipelag Skarbów® i SPINACZ w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii lub Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym.

Zajęcia przeznaczone są dla uczniów, którzy brali udział w programie.

Założenie

W trakcie programu Archipelag Skarbów® w większej grupie i warsztatu SPINACZ_online młodzież głównie słuchała, w związku z czym w ramach lekcji wychowawczej zachęcamy do tego by młodzież wypowiedziała swoje zdanie na usłyszane w trakcie spotkania tematy. Konspekt zawiera propozycje tematów i pytań które warto z młodzieżą poruszyć.

Cele:

- utrwalenie i wzmocnienie treści przekazanych w ramach programu Archipelag Skarbów® i SPINACZ,
- ustosunkowanie się do treści programów,
- rozwój kluczowych kompetencji społecznych,
- przypomnienie jednej z technik planowania czasu i codziennych zadań,
- wzmocnienie wartości relacji i kooperacji,
- przeciwdziałanie ryzykownym zachowaniom w sieci.

Metody

- burza mózgów,
- rozmowa kierowana,
- pokaz slajdów. Pomoce
- prezentacja multimedialna,
- link do filmu.

Czas trwania

- 30 – 45 minut, w zależności od czasu trwania zajęć online.

Propozycja przebiegu spotkania

Komunikacja

- Przypomnienie 4 głównych zasad dialogu: szacunek, zrozumienie, słuchanie, granice. Zachęcenie młodzieży do wyrażenia własnych spostrzeżeń. Czy takie wskazówki pomagają

w budowaniu prawidłowej komunikacji? Czy od programu udało im się wykorzystać którąś z tych wskazówek? Co może pomóc w poprawie naszej komunikacji?

- Zachęcenie młodzieży by w trakcie spotkania kierować się tymi czterema zasadami komunikacji. Dwa Światy
- Istnieją dwa światy czy jeden?

Warto zachęcić uczniów do podzielenia się własnym doświadczeniem i spojrzeniem na świat. Warto zachęcić by odpowiedź była uzasadniona, np. z odniesieniem się do spotkania.

FakeNews

Przypomnienie wskazówek:

1. Zanim udostępnisz jakąś wiadomość – zastanów się, zweryfikuj.
2. Kontekst artykułu - skąd pochodzi?
3. Wiarygodność – sprawdź źródła.
4. Budowa - przeanalizuj konstrukcję artykułu.
5. Potwierdzenie informacji w innych źródłach.
6. Porównaj z innymi źródłami.
7. Krytyczne myślenie i poszukiwanie prawdy.

Pytania pomocnicze:

- Czy spotkaliście się z takimi informacjami?
- Jak sobie z nimi radzicie? Co może pomóc innym? Jakie wskazówki pamiętacie ze spotkania? Czy udało Wam się którąś z nich zastosować od czasu spotkania?

Ja OK Ty OK

W drużynie jest siła, razem jesteśmy w stanie pokonać wszelkie trudności (mieszkańcy gminy, rodzina, klasa, grupa przyjaciół).

Dla przykładu film:



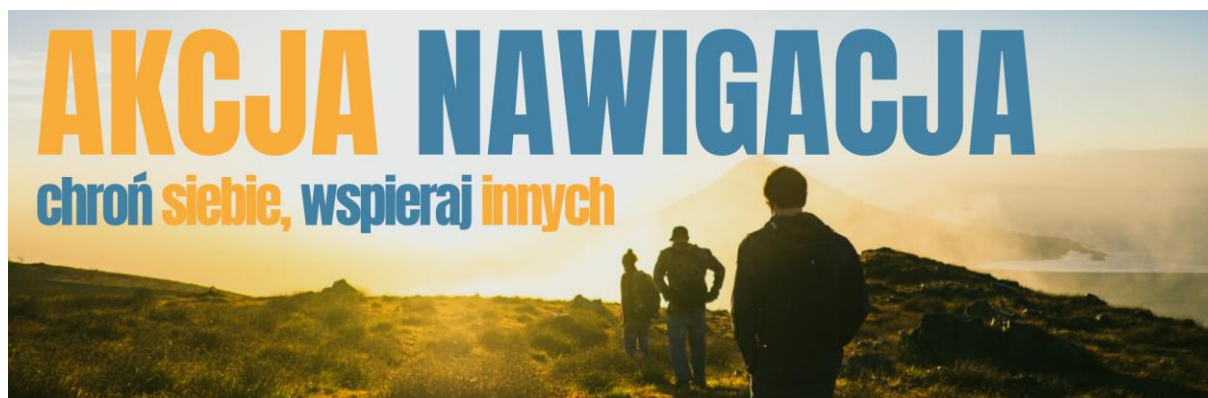
Matryca Eisenhowera

- Zachęcamy młodzież do przedstawienia swojej tablicy, najlepiej dwie osoby. Ma to na celu ukazanie różnic pomiędzy nami, jak postrzegamy obowiązki i różne zadania. Istnieje tutaj również możliwość przekierowania uwagi młodych i pokazania im wartości w zmianie swojego nastawienia (jeżeli takie się pojawi).
- Czy próbowaliście wypisać swoje obowiązki w te tabele by przetestować jej działanie? Zachęta do spróbowania. Sposoby na bezpieczne korzystanie z nowych technologii Sposoby: czas, ochrona prywatności, reagowanie, zdrowie, relacje.
- Czy od spotkania SPINACZ udało się Wam wprowadzić jakieś zmiany w swoim sposobie korzystania z Internetu, mediów społecznościowych, gier komputerowych? Jeżeli tak, to jakie i co im to dało? Jeżeli nie, to warto zapytać dlaczego i co może im pomóc w tym, żeby np. zainstalować aplikacje Cyfrowa równowaga lub Czas przed ekranem i skontrolować swój czas spędzany przed telefonem/komputerem/tabletem.

Kompetencje przyszłości - 4K: Krytyczne myślenie, Kooperacja, Kreatywność, Komunikacja

Którą z nich dostrzegasz w sobie, którą chciałbyś rozwinąć? Wyznacz sobie zadanie na tydzień – rozwijanie jednej z kompetencji. Pomoże Ci to uwierzyć w siebie i stać się silniejszym człowiekiem.

Autorzy programu i warsztatów: mgr Andrzej Koc, mgr Katarzyna Świerzevska



Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®

Interwencja profilaktyczna

**opis działań profilaktycznych realizowanych zdalnie
wspierających młodzież, wychowawców i rodziców
w okresie epidemii i kwarantanny**

**opracowanie:
zespół specjalistów Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej
pod kierunkiem dr Szymona Grzelaka**



INFORMACJE WSTĘPNE O DZIAŁANIU

Interwencja profilaktyczna **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** powstała 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.

Podstawowym celem interwencji jest wsparcie psychiczne młodzieży i pomoc w odnajdywaniu zdrowych sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami i z życiem w czasie epidemii i kwarantanny. Drugim celem oddziaływania jest pomoc dorosłym (rodzicom, nauczycielom) w pełnieniu funkcji wychowawczej i profilaktycznej w nowej, nieznanej im wcześniej rzeczywistości. Warunki kwarantanny sprawiają, że szczególnie ważnym zadaniem profilaktyków jest realizacja działań, które sprzyjają wzajemnemu zrozumieniu pomiędzy młodzieżą, rodzicami i nauczycielami, budują solidarność wobec niezależnego od wszystkich kryzysu i wskazują konkretne sposoby wzajemnej pomocy w przeżywaniu sytuacji.

Proponowane przez nas działanie jest częścią szerszej, ogólnopolskiej akcji profilaktycznej pod nazwą: **Akcja Nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych** zainicjowanej przez zespół specjalistów Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej oraz środowisko trenerów programu Archipelag Skarbów®.

Pierwszym krokiem tej akcji było przygotowanie i przeprowadzenie w dniach 2-9 kwietnia 2020 pogłębionego sondażu internetowego. Sondażem objęto ponad dwa tysiące młodych ludzi (N=2475) w wieku 13-19 lat, a jego wyniki zostały opublikowane w dwuczęściowym raporcie „Młodzież w czasie epidemii” z 8 i 16 kwietnia 2020 (patrz: www.ipzin.org), który pomaga zrozumieć przeżycia nastolatków w czasie epidemii i kwarantanny oraz określić którym młodym ludziom jest obecnie najtrudniej. Raport został nagłośniony przez media (m.in. specjalna depesza PAP) oraz rozesłany do wielu instytucji rządowych.

Instytut otrzymał **podziękowanie z Ministerstwa Zdrowia za tak szybkie przeprowadzenie i opracowanie raportu**. MZ rozesłało raport do kluczowych instytucji i osób odpowiedzialnych za zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, które mogą go wykorzystać.

Otrzymaliśmy także podziękowania z Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej od Pełnomocnika Rządu Do Spraw Osób Niepełnosprawnych za badanie młodzieży zrealizowane w sposób kompleksowy. Badanie nasze oprócz kondycji psychicznej nastolatków pokazało sytuację młodzieży z niepełnosprawnościami, a ich problemy oraz odczucia zostały przedstawione w przygotowanym, komplementarnym raporcie „Młodzież w czasie epidemii – komu jest najtrudniej?”.

Raport został doceniony przez prof. Barbarę Bremberk, Konsultanta Krajowego w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży. Dzięki szerszej publikacji, z wynikami sondażu mogą się zapoznać rodzice, nauczyciele, psychologowie i pedagogowie pracujący z nastolatkami oraz inne osoby tworzące sieć wsparcia dla młodzieży.

ODPOWIEDŹ NA REALNE POTRZEBY

Interwencja profilaktyczna **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** jest kolejnym krokiem akcji społecznej realizowanej przez IPZIN. Jej zadaniem jest wypełnienie luki w sprawnej realizacji szkolnego programu profilaktycznego i wychowawczego, która powstała w wyniku nieprzewidywanych wcześniej utrudnień i ograniczeń związanych z epidemią.

Interwencja profilaktyczna jest odpowiedzią IPZIN i środowiska trenerów Archipelag Skarbów® na realne potrzeby wychowawcze i profilaktyczne szkoły w obecnej sytuacji. Wiemy, że w tzw. „normalnym czasie” 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 świetle badań sondażowych przeprowadzonych przez IPZIN w dniach **02–09.04.2020** najbardziej dotkliwe dla młodzieży aspekty obecnej sytuacji, to m.in.:

- brak normalnych, opartych na fizycznym byciu w jednym miejscu, spotkań z rówieśnikami,
- niemożność realizacji wielu czynności w formie fizycznej – trenowania sportu, uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych, religijnych czy rozrywkowych,
- długotrwałe przebywanie na małej przestrzeni – czasem w ciasnocie,
- znacznie zwiększony kontakt z komputerem i Internetem oraz wiążące się z tym zwiększone ryzyko kontaktu ze szkodliwymi i/lub uzależniającymi treściami,
- bardzo duże przeciążenie zadaniami szkolnymi zadawanymi przez nie mającą doświadczenia w synchronizacji e-learningu szkołę,
- silne obawy dotyczące możliwości zakażenia i choroby bliskich (zwłaszcza starszych) członków rodziny,
- obawy dotyczące utraty pracy przez rodziców i środków do życia dla rodziny,
- obawy związane z egzaminami (klasy 8, a zwłaszcza klasy maturalne),
- silna i powszechna ogólna obawa co do przyszłości (w kontekście własnego życia, pracy, funkcjonowania rodziny, a nawet przyszłości całego świata).

Wyniki sondażu IPZIN pokazują, że łatwiej znoszą czas epidemii ci młodzi ludzie, którzy mogą liczyć na wysłuchanie i wsparcie ze strony otaczających ich dorosłych.

Jednocześnie jednak czas epidemii i kwarantanny jest szczególnie trudny dla rodziców, którzy mają nowe, dodatkowe troski i może być im trudno odpowiedzieć na potrzeby psychiczne dzieci – zwłaszcza tych starszych, nastoletnich, z którymi relacje są zwykle bardziej złożone niż

z młodszymi dziećmi. Wielu rodziców przeżywa duże problemy adaptacyjne związane z pracą w domu i wykonywaniem zadań zawodowych na niewielkiej przestrzeni, często w hałasie.

Dla nauczycieli jest to czas nowych, bardzo trudnych wyzwań, związanych z przestawianiem się na e-nauczanie, prowadzone najczęściej z własnego domu, który przez to przestaje być dla nich azylem (uczestnicząca w lekcjach młodzież może słyszeć odgłosy prywatnego życia domowego nauczyciela, co może być trudne i stresujące). Wielu nauczycieli pracuje po nocach, aby dostosować swoje zajęcia do trybu e-learningu.

Wyniki badań ankietowych, którymi w programie objęte zostaną trzy grupy (rodzice, wychowawcy, młodzież) poza wnioskami odnoszącymi się do aktualnej sytuacji, wpisane będą w znacznie szerszy kontekst relacji i wsparcia młodzieży przez bliskich im dorosłych.

Tym samym raporty, zaplanowane jako materiał do popularyzacji wśród badanych grup, zyskają bardziej uniwersalną wartość i będą przydatne zarówno w sytuacji trwającego reżimu sanitarnego jak i w okresie stopniowego powrotu do „normalności”.

Trwająca epidemia pokazuje na ile wcześniejsze przygotowanie do każdej sytuacji kryzysowej może minimalizować i ograniczać jej negatywne skutki.

W raportach i w całym podejściu programu **Nawigacja w kryzysie** dominuje podejście pozytywne, podkreślające istniejące zasoby, pozytywne doświadczenia, itp. Przekazana wiedza

i rekomendacje, uzyskane dzięki badaniu ankietowemu uczniów, mają motywować, pomagać i dodawać odbiorcom wiary w ich własne możliwości.

Jest to oferta działań badawczych i profilaktycznych wspierających młodzież, wychowawców i rodziców w okresie epidemii i kwarantanny oraz w okresie po zakończeniu kwarantanny, gdy można się obawiać zjawiska rozhamowania polegającego na odreagowaniu stresów czasu epidemii w formie zachowań ryzykownych i problemowych.

Wyniki sondażu IPZIN pokazują, **że łatwiej znoszą czas epidemii ci młodzi ludzie, którzy mogą liczyć na wysłuchanie i wsparcie ze strony otaczających ich dorosłych**. Jednocześnie

w uzyskiwanych wynikach młodzież wyraża potrzebę kontaktu i relacji z bliskimi, także rówieśnikami, uwzględniającą ich obawy i niepokoje związane z możliwością powtarzania się w ich życiu sytuacji kryzysowych.

W takiej sytuacji wsparcie profesjonalnych profilaktyków jest bardzo potrzebne. Ponieważ jednak opracowane wcześniej programy profilaktyczne nie nadają się do realizacji w obecnych warunkach, konieczne było szybkie opracowanie nowego oddziaływania – odpowiadającego na potrzeby czasu epidemii. Takim oddziaływaniem jest właśnie interwencja profilaktyczna **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®**.

Merytoryczny nadzór nad działaniami prowadzonymi w ramach interwencji profilaktycznej sprawuje Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, do którego zadań należy m.in. monitorowanie jakości, prowadzenie szkoleń i superwizji dla trenerów, a także nadzór nad prowadzeniem i raportowaniem badań online, których wyniki są wykorzystywane w ramach interwencji. Instytut Profilaktyki Zintegrowanej jest wyłącznym właścicielem praw do interwencji profilaktycznej **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®**. Interwencja może być realizowana wyłącznie przez podmioty i osoby uprawnione przez IPZIN na podstawie udzielonej czasowej licencji.

V. PODSTAWY NAUKOWE

Interwencja profilaktyczna **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** opracowana przez zespół naukowców i praktyków związanych z Instytutem Profilaktyki Zintegrowanej ma za zadanie wzmocnienie naturalnych zasobów odporności i radzenia sobie z sytuacją kryzysową (zasobów osobistych, rodzinnych i środowiskowych).

Jak wiemy z przeprowadzonego przez IPZIN sondażu, młodzi ludzie bardzo różnie radzą sobie z obecną sytuacją. Pomimo, że większość młodzieży sygnalizuje różne uciążliwości i obawy wynikające z epidemii, to bardzo duża część młodych wciąż dobrze daje sobie radę psychicznie. Inni gorzej znoszą sytuację, ale otrzymując wsparcie z najbliższego otoczenia nie załamują się. Jest też pewien odsetek młodzieży, która przeżywa ten czas szczególnie ciężko.

Zgodnie wiedzą, przedwczesne zastosowanie interwencji kryzysowej może doprowadzić do osłabienia naturalnych mechanizmów radzenia sobie z trudną sytuacją (Everly, 2000). W działaniu skierowanym do zwykłych grup młodzieży szkolnej, wspieranie naturalnych mechanizmów odporności połączone z uważnością na jednostki przeżywające większe trudności wydaje się strategią racjonalną i psychologicznie bezpieczną. Takie właśnie podejście przyjęli twórcy interwencji profilaktycznej **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®**.

Wspierającej interwencji profilaktycznej nie należy mylić z interwencją kryzysową, której udzielać powinni specjalnie przeszkoleni psychoterapeuci. **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** jest działaniem z obszaru profilaktyki uniwersalnej, który wyróżnia się tym, że jest dostosowany do aktualnej sytuacji kryzysowej związanej z epidemią i kwarantanną.

Główne podstawy naukowe programu to:

1. **Model profilaktyki zintegrowanej** opracowany w latach 1999-2009 przez dr Szymona Grzelaka (S. Grzelak, 2009). W modelu tym wykorzystuje się m.in.:
 - teorię rozwoju psychoseksualnego E. Eriksona;
 - model systemów dynamicznych Hawkinsa;
 - teorię wpływu społecznego (Schinke);
 - filozofię i antropologię personalistyczną, jako całościową koncepcję człowieka stawiającą w centrum godność osoby ludzkiej oraz znaczenie najważniejszych więzi międzyludzkich (w tym więzi rodzinnych);
 - wyniki badań naukowych nad skutecznymi strategiami w profilaktyce młodzieżowej.
2. **Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych** oraz opisana w tej publikacji strategia *Siedmiu dźwigni skutecznej profilaktyki* (ORE, 2015).

3. **Sondaż na próbie N = 2475** informujący o tym, jak młodzież przeżywa czas epidemii. Niezbędny dla określenia najpilniejszych potrzeb profilaktycznych i wychowawczych młodzieży (dwuczęściowy raport IPZIN „Młodzież w czasie epidemii”, 8 i 16 kwietnia 2020).

VI. CELE

Główne cele interwencji profilaktycznej **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** to:

- wsparcie uczniów w skuteczniejszym i zdrowym radzeniu sobie z wyzwaniami czasu epidemii dzięki wykorzystaniu dostępnych im zasobów osobistych, rodzinnych i środowiskowych;
- wzmocnienie środowiska wychowawczego uczniów poprzez przekazanie rodzicom i nauczycielom raportów ze wskazówkami wychowawczymi i profilaktycznymi opartych na wynikach aktualnych badań nad młodzieżą objętą programem w danej szkole.

Cele szczegółowe ze względu na **młodzież**:

- Pomoc uczniom w akceptacji trudnych uczuć związanych z przeżywaniem czasu epidemii.
- Wzrost empatii uczestników wobec osób, które trudniej przeżywają czas epidemii oraz wzrost gotowości pomocy tym osobom.
- Wzrost empatii uczestników wobec rodziców i nauczycieli, którym także trudno radzić sobie z obecną sytuacją.
- Wskazanie uczestnikom zdrowych sposobów radzenia sobie sytuacją kryzysową.
- Zmotywowanie uczestników do dostrzegania i wykorzystania tych aspektów czasu epidemii, które mogą stanowić okazję do osobistego rozwoju oraz rozwoju więzi z innymi.
- 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).

Cele szczegółowe ze względu na **rodziców**:

- Pomoc rodzicom w zrozumieniu przeżyć młodzieży w czasie epidemii (w sposób, który zakłada także duże zrozumienie dla trudnych przeżyć samych rodziców).
- Zmotywowanie rodziców do większej uważności na potrzeby psychiczne nastoletnich dzieci (gotowość wysłuchania, akceptacji uczuć; odróżnianie uczuć od zachowań – uczucia dobrze jest akceptować, ale zachowaniom trzeba stawiać granice).

Cele szczegółowe ze względu na **wychowawców**:

- Wsparcie wychowawcy w pełnieniu wobec uczniów roli wspierającego autorytetu, w sytuacji, która jest trudna dla niego samego.
- Uwrażliwienie wychowawcy i pokazanie mu sposobu pracy z młodzieżą, w którym kluczową rolę odgrywa akceptacja uczuć oraz wzmacnianie pozytywnego potencjału.

Cel szczegółowy ze względu na **całą społeczność szkolną**:

- Wzrost wzajemnego zrozumienia, solidarności i gotowości wzajemnego wsparcia w czasie epidemii, który stanowi trudne wyzwanie zarówno dla dorosłych, jak i młodzieży.

VII. ADRESACI

Adresatami interwencji profilaktycznej **Nawigacja w kryzysie** są:

- Uczniowie klas 7 i 8 szkoły podstawowych oraz klas 1 i 2 szkół ponadpodstawowych,
- Rodzice uczniów,
- Kadra pedagogiczna szkoły, w szczególności wychowawcy i nauczyciele klas uczestniczących w programie.

Na przydatność diagnostyczną wyników badania przeprowadzanego w ramach interwencji ma wpływ ilość uczestników. Rekomendujemy, żeby były to przynajmniej dwie klasy w danej szkole.

TRENERZY

Interwencję profilaktyczną **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®** mogą realizować certyfikowani trenerzy programu Archipelag Skarbów®, którzy zostali dodatkowo przeszkoleni w realizacji nowego programu. Trenerzy są ludźmi z pasją, którzy znają i lubią młodzież, i którzy sami żyją w zgodzie z tym, co młodym ludziom przekazują.

W realizację każdej edycji interwencji profilaktycznej włączony jest kilkuosobowy zespół, którego członkowie mają różne zadania:

- przygotowanie i przeprowadzenie badań za pomocą ankiety online,
- opracowanie raportów ze wskazówkami i rekomendacjami dla 3 grup adresatów (młodzieży, rodziców i nauczycieli),
- przeprowadzenie zajęć profilaktycznych dla młodzieży (za pośrednictwem Internetu), co wymaga pokierowania procesem grupowym – zarówno w wymiarze merytorycznym, jak i technicznym.

STRUKTURA, TREŚCI I WARUNKI REALIZACJI

Interwencja jest realizowana za pośrednictwem Internetu przy wykorzystaniu narzędzi używanych przez szkołę (platforma na której prowadzone są e-lekcje) lub platformę zaproponowaną przez prowadzących oraz przy wykorzystaniu oprogramowania do badań online (webankieta), z którego korzysta IPZIN.

Realizacja interwencji profilaktycznej jest możliwa po wyrażeniu zgody przez szkołę na podstawie zgody rodziców (forma uzyskania zgody rodziców jest realizowana zgodnie z zasadami danej szkoły i jest w jej gestii).

Kwestia ochrony danych osobowych – wychowawca klasy jest jednym z moderatorów zajęć i jako jedyny ma dostęp do danych wrażliwych (adres e-mail, numer telefonu, nazwisko ucznia). Badanie online jest anonimowe (nie zbieramy i nie przechowujemy żadnych danych osobowych uczestników).

Etapy interwencji profilaktycznej **Nawigacja w kryzysie. Akcja Archipelagu Skarbów®**:

Etap I

Wstępny kontakt ze szkołą i wychowawcami (około 1 godziny zegarowej)

1. Szkoła deklaruje gotowość realizacji interwencji profilaktycznej i uzyskuje zgody rodziców na podstawie materiałów informacyjnych w formie elektronicznej.
2. Pierwszy kontakt trenerów z pedagogiem / psychologiem szkolnym oraz z wychowawcami klas objętych interwencją.
 - a. Ustalenia trenerów z wychowawcami odnośnie platformy, na której będą realizowane zajęcia z młodzieżą, omówienie kwestii organizacyjnych oraz rozwiązań technicznych.
 - b. Przekazanie wychowawcom instrukcji dla uczniów dotyczących tego, jak się przygotować do zajęć oraz dostępu do badania online.

Etap II

Pierwsze spotkanie trenerów online z uczniami (około jednej godziny zegarowej dla każdej klasy)

1. Nawiązanie relacji i zmotywowanie uczniów, do zaangażowania w kolejne etapy interwencji profilaktycznej – działanie realizowane przy współpracy z wychowawcą.
2. Sprawdzenie jakości połączeń oraz przetestowanie rozwiązań technicznych.

Etap III

Realizacja badań za pomocą ankiety online

1. Przeprowadzenie ankietowania wśród młodzieży (do 40 minut dla każdego uczestnika). Treść pytań zawartych w ankiecie koresponduje z sondażem ogólnopolskim akcji „**Akcja**

Nawigacja – chroń siebie, wspieraj innych”. Można się z nimi zapoznać na podstawie raportów, które stanowią załącznik do oferty.

2. Przeprowadzenie ankietowania wśród rodziców (*ok. 10 minut czasu rodzica*).
3. Przeprowadzenie ankietowania wśród wychowawców (*ok. 15 minut czasu wychowawcy*).
4. Analiza ilościowych wyników badań oraz odpowiedzi na pytania otwarte.

Etap IV

Zajęcia profilaktyczne online (około jednej 1 godziny dla każdej klasy)

1. Przeprowadzenie zajęć profilaktycznych z młodzieżą. Zajęcia oparte są na dialogu z grupą oraz na wybranych wynikach badań. Spełniają rolę wzmacniającą oraz wspierającą. Zawierają również podstawowe wskazówki pozwalające przewyższać trudności obecnej sytuacji. Treści zawarte w zajęciach realizują opisane wcześniej cele interwencji profilaktycznej.
2. Ewaluacja zajęć profilaktycznych przez uczniów i wychowawcę.

Etap V

Przygotowanie raportów z badań ze wskazówkami profilaktycznymi

1. Przygotowanie krótkiego raportu ze wskazówkami dla młodzieży.
2. Przygotowanie krótkiego raportu z rekomendacjami i wskazówkami dla rodziców.
3. Przygotowanie raportu końcowego z rekomendacjami dla nauczycieli.

NAWIGACJA W KRYZYSIE JAKO UZUPEŁNIENIE PROGRAMU ARCHIPELAG SKARBÓW® W MOS i MOW

Program Interwencji Profilaktycznej „Nawigacja w kryzysie” w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii lub Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym jest opcją do wyboru w sytuacji, gdy istnieje duże ryzyko przenoszenia zakażeń Covid-19 w Ośrodku lub Ośrodek został objęty kwarantanną i nie ma do niego dostępu dla osób prowadzących zajęcia z zewnątrz, a jednocześnie kierownictwo, psychologzy, pedagodzy czy wychowawcy widzą potrzebę i chcieliby skorzystać z takiej formy wsparcia zdrowia psychicznego i przeciwdziałania negatywnym skutkom pandemii oraz przebywania w izolacji. Program poleca się przeprowadzić w okresie nie wcześniejszym niż 30 dni od realizacji programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® w Ośrodku. Najlepiej aby prowadzącymi były te same

osoby, które prowadziły wcześniej zajęcia z młodzieżą w danym Ośrodku albo przynajmniej jeden z trenerów był już wcześniej znany młodzieży.

W przypadku, gdy młodzież nie przebywa na terenie Ośrodka ale odbywa naukę w trybie zdalnym wówczas przeprowadza się program wg przedstawionego powyżej schematu opracowanego dla szkół. Natomiast w przypadku, gdy młodzież przebywa na terenie Ośrodka w izolacji lub odbywa zajęcia stacjonarne w szkole ale bez jakiegokolwiek możliwości kontaktu z osobami „z zewnątrz” wówczas możliwa jest organizacja programu w dwóch wariantach:

1. Poprzez indywidualne łączenie się uczniów z prowadzącymi zajęcia online za pomocą urządzeń dostępnych w szkole (komputery, tablety lub smartfony) albo użyczonych przez Instytut (tablety)
2. Poprzez zorganizowanie łącza internetowego całej grupy uczniów z prowadzącymi zajęcia online np. w Sali multimedialnej za pomocą laptopa wyposażonego w dobrą kamerkę internetową lub podłączony sprzęt przechwytyjący obraz i dźwięk oraz wyświetlanie obrazu z połączenia z prowadzącymi na dużym ekranie lub tablicy multimedialnej za pośrednictwem projektora i emisję dźwięku z laptopa za pomocą głośników.

Wypełnianie ankiet przez młodzież podczas programu odbywa się wówczas albo drogą elektroniczną albo za pomocą wcześniej wydrukowanych i rozdanych uczniom arkuszy, które osoba koordynujące spotkanie ze strony Ośrodka albo opiekun młodzieży uczestniczący w spotkaniu wysyła prowadzącym w formie zdjęć lub skanów.

Modyfikacji może ulec także część dotycząca uczestnictwa rodziców/opiekunów w programie w przypadku, gdy nie ma możliwości wygzekwowania od tych osób ankiet wypełnianych drogą elektroniczną.

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY

IV. NOTY O AUTORACH I REALIZATORACH ZAJĘĆ

Autor programu Archipelag Skarbów®



Dr Szymon Grzelak wykształcenie: doktor psychologii. Założyciel i prezes Zarządu Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej. Jako badacz i praktyk specjalizuje się w tematyce wychowania, profilaktyki problemów młodzieży oraz edukacji w sferze miłości i seksualności. Twórca modelu profilaktyki zintegrowanej, autor programów profilaktycznych (m.in. program „Archipelag Skarbów”). Realizator projektów na zlecenie MEN, PARPA, CMPPP. Najważniejsze publikacje: monografia naukowa „Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce”, popularny poradnik dla rodziców „Dziki ojciec”. Autor ekspertyzy dla Komisji Rodziny i Spraw Społecznych Senatu RP dotyczącej ojcostwa (2013). Redaktor i główny autor „Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży” (ORE, 2015). W latach 1999-2017 wielokrotnie przedstawiał wyniki badań nad młodzieżą na konferencjach w Sejmie i Senacie RP oraz konferencjach resortowych MEN i MZ.

Realizatorzy programu Archipelag Skarbów® w MOS i MOW – certyfikowani trenerzy



Małgorzata Bechler Wykształcenie: wyższe magisterskie, pedagogika. Certyfikowany instruktor i trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®, posiadający ponad 10-letnie doświadczenie w prowadzeniu zajęć profilaktycznych dla młodzieży, ankieter doświadczony w prowadzeniu badań Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej i pisaniu raportów z badań. Trener programu profilaktycznego „Trzy Koła”, Instruktor modela Creighton® i konsultantka w Instytucie Rodziny.

Małgorzata Chojnacka Certyfikowany trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®. Założycielka i prezes Fundacji „Profilaktyka z Pasją”. Z wykształcenia etnograf.



Michał Czerwiński Pedagog, mediator, ratownik i instruktor pierwszej pomocy przedmedycznej, trener warsztatów psychoedukacyjnych. Certyfikowany trener programu profilaktyki zintegrowanej „Archipelag Skarbów”® oraz programu profilaktycznego „Debata”. Prowadzi spotkania z rodzicami i Rady pedagogiczne dla nauczycieli. Obecnie prowadzi zajęcia z komunikacji na Akademii Humanistycznej w Łodzi. Ukończył: Studium Życia Rodzinnego oraz Akademię Humanistyczną w Łodzi na kierunku pedagogika w specjalności psychopedagogika z profilaktyką społeczną oraz terapię pedagogiczną z coachingiem. Ukończył liczne szkolenia min. Szkoła dla Rodziców i Wychowawców®; Warsztaty Umiejętności Trenerskich; Lokalne programy profilaktyczne. W roku 2017 był zaangażowany w ramach prac nad projektem „Prowadzenie badań w obszarach celów operacyjnych 1-6, ukierunkowanych na wspólną analizę czynników ryzyka i czynników wspierających prawidłowy rozwój, w szczególności dzieci i młodzieży w ramach Działania XI Zadania koordynacyjne, ewaluacyjne i badawcze dla Ministerstwa Zdrowia”.



Anna Dyndul Wykształcenie: wyższe magisterskie na Wydziale Zarządzanie i Marketing na Akademii Ekonomicznej w Poznaniu; Podyplomowe Studia Dziennikarskie – PWT we Wrocławiu; Podyplomowe Studia Nauk nad Rodziną, Instytut Studiów nad Rodziną, UKSW w Warszawie; Studium Zarządzania Projektami Unijnymi na Wyższej Szkole Biznesu i Języków Obcych w Poznaniu. Specjalista w projekcie realizowanym przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej na zlecenie Ministerstwa Sprawiedliwości w ramach Funduszu Sprawiedliwości mającym za zadanie dostosowanie programu Archipelag Skarbów do potrzeb Młodzieżowych Ośrodków Socjoterapeutycznych. Trenerka programów profilaktycznych "Szkoła dla rodziców i wychowawców"®, „Debata” oraz „Archipelag Skarbów”®.

Krzysztof Derewecki Mąż, ojciec. Od 1997 roku związany ze Wspólnotą Dobrego Pasterza - powołana przez katowickiego biskupa do posługi w środowisku ludzi ubogich, uzależnionych, bezdomnych i zagrożonych wykluczeniem społecznym, ze szczególnym uwzględnieniem młodzieży. Najpierw jako wolontariusz, obecnie pracownik etatowy punktu konsultacyjnego i pomocy kryzysowej dla ludzi uzależnionych i ich rodzin w Katowicach (prowadzonego przez Wspólnotę Dobrego Pasterza). Od 1999 organizacja form wypoczynku dla młodzieży ze środowisk patologicznych i zagrożonych wykluczeniem społecznym. Organizacja imprez o charakterze profilaktycznym i rekolekcyjnym w ośrodkach szkolno-opiekuńczych, ośrodkach leczenia uzależnień i zakładach karnych.

Piotr Grzybowski Wykształcenie wyższe pedagogiczne (UŁ). Doświadczenie pracy z młodzieżą zdobywał podczas wolontariatu i praktyk zawodowych w Zespole Szkół Specjalnych w Ostrowcu Świętokrzyskim, a także jako koordynator rodzinnej pieczy zastępczej. Profilaktyk. Trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®



Dorota Karamon z wykształcenia i zawodu pielęgniarka, od 2012 roku trener programu Archipelag Skarbów®, prowadzi warsztaty w szkołach (dojrzewanie; jak osiągnąć sukces), pracuje również jako pomoc nauczyciela w przedszkolu.



Andrzej Koc Wykształcenie: wyższe magisterskie, politolog. Trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®, trener programu profilaktycznego Szkoła dla rodziców i wychowawców® cz. 1 i 3. Autor i trener programu edukacyjno-profilaktycznego SPINACZ, koordynator i ankieter badania ESPAD 2012, 2015 i 2019 na terenie woj. Wielkopolskiego. Coach, bloger, autor prelekcji oraz warsztatów dla rodziców o tematyce multimediiów w rodzinie i wychowania.

Paulina Krawczyk Wykształcenie wyższe magisterskie, socjolog, kulturoznawca, socjoterapeuta (2- letnie Studium Socjoterapii i Psychoterapii Młodzieży w Krakowskim Centrum Psychodynamicznym), certyfikowany trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®, ankieter. Szkolenia: Warsztaty Umiejętności Trenerskich, Szkoła dla Rodziców i Wychowawców® (cz.I Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły, cz. III Jak rozmawiać z nastolatkiem), prowadzenie warsztatów profilaktycznych: Magiczne Kryształ; Cukierki; Odczuwaj, Ufaj, Mów; Mediacje Rówieśnicze.

Edyta Piotrowska Wykształcenie wyższe magisterskie. Certyfikowany instruktor i trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® (2012), ankieter; Szkoła dla rodziców i wychowawców (2007), Warsztat Umiejętności Trenerskich (2014); Systemowe rozumienie rodziny. Członek zespołu badawczego Instytutu, tworzącego raporty z diagnoz w szkołach.

Piotr Pitala Socjolog ze specjalnością praca socjalna. Psychoterapeuta oraz student psychologii klinicznej pracujący wielokrotnie z młodzieżą szkolną oraz niedostosowaną społecznie. Terapeuta zajęciowy oraz wolontariusz grupy środowiskowej wspomaganie osób niepełnosprawnych "Kolonie" w Harbutowicach. Uczestnik wielu eksperymentalnych projektów jak streetworking na ulicach miasta Krakowa w ramach Centrum Profilaktyki i Edukacji Społecznej Parasol czy muzyczno- teatralnych form pracy terapeutycznej z młodzieżą z zaburzeniami psychicznymi. Z zamiłowania muzyk oraz rowerzysta - podróżnik wykorzystujący swoje pasje w pracy z młodymi ludźmi. Trener rekomendowanych programów profilaktycznych takich jak Szkolna Interwencja Profilaktyczna, Debata oraz Archipelag Skarbów®.

Helena Sajak Dyrektor Placówki Rodzinnej nr 6 w Radomiu. Trener programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®. Posiada wieloletnie doświadczenie pedagogiczne, szczególnie w pracy z dorastającymi nastolatkami i tzw. młodzieżą niedostosowaną społecznie lub zagrożoną niedostosowaniem. Od lat współpracuje z różnymi instytucjami opiekuńczo-wychowawczymi, MOPS, PCPR, samorządem oraz sądem rodzinnym.

Leszek Szawiński Pedagog, wieloletnie doświadczenie pracy z osobami z różnych obszarów wykluczenia oraz ryzyka, z osobami uzależnionymi od narkotyków na etapie pierwszego kontaktu, interwencji oraz postrehabilitacji, konsultant ds. uzależnień w ramach współpracy z instytucjami samorządowymi, pedagog szkolny, autor oraz trener programów profilaktycznych, szkoleń dla pracowników oświaty oraz służb społecznych. Licencjonowany partner Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej. Założyciel oraz prezes fundacji YAQ projekt – Pracownia Rozwoju Społecznego. Jeden z pionierów pracy profilaktycznej online. W kwietniu i maju 2020 roku był współautorem programu "Nawigacja w kryzysie", opracowywanego przez zespół Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej. Następnie dostosował do warunków pracy online swój własny program "Ratownicy marzeń" oraz odegrał ważną rolę w dostosowaniu do pracy zdalnej programu "Archipelag skarbów - wyprawa odkrywców". Żonaty, ojciec trójki dzieci.

PSYCHOLODZY



Maja Łoś

Doktor nauk społecznych. Autorka programu profilaktyki agresji poprzez rozwijanie empatii „Pozytywnie nakręcen. Myślę – czuję – działam!”, którego realizacja w gimnazjach w Bydgoszczy i ewaluacja została sfinansowana w ramach grantu uzyskanego z Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii (Konkurs Badawczy 2011, dofinansowanie w wysokości 48 tys zł). Raport z badań był podstawą do napisania rozprawy doktorskiej; przez 7 lat prowadziła konwersatoria i laboratoria na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Zakładzie Pedagogiki Opiekuńczej z Profilaktyką Społeczną; ukończony: Kurs uprawniający do realizacji „Programu Wspomagania Rodziny 10-14” prowadzony przez Fundację Na Rzecz Zapobiegania Narkomanii „MARATON”; Szkolenie „Więź jako czynnik chroniący”, prowadzone przez Teresę i Emila Szumiło z „Item – Centrum Psychologiczne” w Żywcu; oraz „Szkoła dla rodziców i wychowawców”®. W roku 2017 była kierownikiem prac merytorycznych oraz głównym autorem 3 raportów w ramach prac nad projektem „Prowadzenie badań w obszarach celów operacyjnych 1-6, ukierunkowanych na wspólną analizę czynników ryzyka i czynników wspierających prawidłowy rozwój, w szczególności dzieci i młodzieży w ramach Działania XI Zadania koordynacyjne, ewaluacyjne i badawcze” dla Ministerstwa Zdrowia. Prowadzi prywatny gabinet psychologiczny „Po-Moc” w Bydgoszczy.



Przemysław Chojnacki

Terapeuta, psychoanalityk psychodynamiczny w trakcie szkolenia psychoterapeutycznego w Instytucie Psychoanalizy Grupowej Rasztów w Warszawie. Absolwent *psychologii* na Uniwersytecie SWPS w Warszawie o specjalności społeczna *psychologia* kliniczna. Obecnie prowadzi psychoterapię młodzieży i dorosłych oraz alpakoterapię dzieci i młodzieży. Prowadzi warsztaty dla rodziców oraz nauczycieli szkolnych i przedszkolnych z Pozytywnej Dyscypliny. Pracuje jako psycholog w szkole wdrażając Pozytywną Dyscyplinę jako program wychowawczy szkoły. Założyciel Ośrodka Psychoterapii Dzieci i Młodzieży – Koparka w Warszawie.



Izabela Owczaruk

Psycholog i psychoterapeuta, trener grup psychoedukacyjnych. Autorka, realizatorka i superwizor programu „Odzyskać Dziecko” a także superwizor trenerów programu profilaktyki zintegrowanej „Archipelag Skarbów”®. Wiceprezes Fundacji Wspierania Rodzin „Korale” oraz założyciel Ośrodka Pracy z Rodziną „Reintegracja” w Warszawie.

Realizatorzy warsztatów o tożsamości w MOS i MOW

dr Maja Łoś – lat 40, psycholog, pedagog, dr nauk społecznych, socjoterapeuta. Specjalizuje się w diagnozie i terapii dzieci i młodzieży, konsultacjach dla rodzin oraz prowadzeniu działalności profilaktycznej (trener programu „Archipelag Skarbów”). Jej pasją jest rozwijanie umiejętności społecznych i odkrywanie talentów młodych ludzi poprzez ich uczestnictwo w warsztatach lub grupach wsparcia. Od kilku lat prowadzi grupę Wolontariat „Siedem Aniołów”.

Warunkiem przeprowadzenia tych warsztatów jest ich współprowadzenie przez przygotowanych młodych ludzi, co ma wesprzeć efekt modelowania konstruktywnego kształtowania tożsamości. W drugim roku projektu realizowanego przez IPZIN dla Ministerstwa Sprawiedliwości realizatorami byli:

Maja Piotrowska – lat 19, absolwentka Franciszkańskiego Liceum Ogólnokształcącego w Toruniu, ostatni rok przed maturą realizowała nauczanie domowe samodzielnie przygotowując się do egzaminu dojrzałości, obecnie kończy szkolenie na trenera programu profilaktycznego „Archipelag Skarbów” oraz rozpoznaje swoją dalszą drogę zawodową.

Łukasz Piątkowski – lat 19, absolwent IV Liceum Ogólnokształcącego w Bydgoszczy, student grafiki na Wyższej Szkole Informatyki Stosowanej pod auspicjami PAN, multiutalentowany wrażliwiec, plastyk, grafik, gitarzysta.

Damian Januchowski – lat 23, programista maszyn sterowanych numerycznie CNC, pracuje jako inspektor ds. kontroli jakości i zarządzania produkcją. Wieloletni wolontariusz, z niezwykłym darem do pracy z dziećmi. Jego marzeniem jest przekwalifikowanie się na trenera personalnego. Często można go spotkać na siłowni, trenuje trójbój siłowy.

Koordinator programu Archipelag Skarbów® w MOS i MOW

Jakub Placha – Certyfikowany trener oraz instruktor programu profilaktyki zintegrowanej „Archipelag Skarbów”® a także ankieter cyklicznych badań i diagnoz prowadzonych w szkołach (ProZint, ESPAD). Wykształcenie: wyższe magisterskie – filozofia; specjalność: etyka (UKSW). Uprawnienia pedagogiczne od 2007 roku. Nauczyciel mianowany (7 letni staż pracy w szkole jako nauczyciel i wychowawca). Studia podyplomowe: zarządzanie gospodarką społeczną (UW) oraz przygotowanie do życia w rodzinie (UAM). Trener rekomendowanych programów profilaktycznych dla dzieci i młodzieży „Cukierki” oraz „Debata”, edukator międzynarodowego programu społeczno-finansowego dla dzieci i młodzieży „Aflatoun”®, trener Szkoły Rodziców i Wychowawców®. Absolwent „Szkoły Barki” w Poznaniu - Lider Ekonomii Społecznej. Współorganizator i koordynator warsztatów dla więźniów w Zakładzie Karnym we Wronkach w ramach międzynarodowego projektu artystycznego „PAROLI!”® (2014). Organizator i koordynator działań kierowanych do młodzieży w ramach projektów realizowanych przez Stowarzyszenie „Bliżej Siebie i Natury”, w tym wieloletni opiekun i koordynator młodzieżowego Klubu Obywatela i Wolontariusza (2007- 2015). Autor i realizator diagnozy lokalnych problemów i potencjału mieszkańców gminy Lubasz oraz gminy Wieleń. Realizator gier animacyjnych i terenowych dla młodzieży oraz szkoleń dla wolontariuszy wg standardów Ogólnopolskiej Sieci Centrów Wolontariatu. W 2017 roku współpracował z Instytutem Profilaktyki Zintegrowanej w ramach realizacji projektu profilaktycznego na zlecenie Ministerstwa Zdrowia. W roku 2017 był zaangażowany w ramach prac nad projektem Prowadzenie badań w obszarach celów operacyjnych 1-6, ukierunkowanych na wspólną analizę czynników ryzyka i czynników wspierających prawidłowy rozwój, w szczególności dzieci i młodzieży w ramach Działania XI Zadania koordynacyjne, ewaluacyjne i badawcze dla Ministerstwa Zdrowia, a w roku 2018 zaangażowany w ramach prac nad projektem: Wdrożenie i rozbudowa modelowego systemu działań umożliwiającego skuteczne zapobieganie przyczynom przestępczości w oparciu o zbiór raportów opracowanych przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w ramach zadania zrealizowanego na zlecenie Ministerstwa Sprawiedliwości w roku 2017.

Materiał opracowany na zlecenie Fundacji Instytut Profilaktyki Zintegrowanej w ramach projektu „Trzeci etap budowy modelowego systemu badań naukowych i działań praktycznych umożliwiającego skuteczne zapobieganie przyczynom przestępczości – rozwój, ewaluacja i upowszechnienie elementów modelowego systemu prewencji w oparciu o rezultaty projektów zrealizowanych przez IPZIN w ramach Funduszu Sprawiedliwości w latach 2017-2018” finansowanego ze środków Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej – Funduszu Sprawiedliwości w zakresie Przeciwdziałania przyczynom przestępczości.



www.funduszsprawiedliwosci.gov.pl

Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości