

ARCHIPELAG

SKARBÓW[®]

program profilaktyki zintegrowanej
dla nastolatków



najważniejsza podróż

Szczegółowy opis programu

Spis treści

Wprowadzenie	4
Informacje ogólne	4
Adresaci programu	5
Podmiot zarządzający programem	5
Trenerzy programu	6
Efekty programu wykazane w badaniach ewaluacyjnych	6
Podstawy teoretyczne programu	8
Planowany przebieg realizacji programu w szkole	9
Moduł dla młodzieży	10
Cele.....	10
Metodyka	11
Treści i przebieg programu Archipeląg Skarbów®	12
Moduły dla rodziców i nauczycieli	18
Uwarunkowania skuteczności programu realizowanego w szkole	21
Bibliografia	22

Wprowadzenie

Niniejszy opis zawiera informacje na temat działań przeprowadzanych w ramach programu profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® w szkole. Znajdą tu Państwo szczegółowe informacje dotyczące: przebiegu programu, jego założeń, treści, wykorzystywanych metod pracy, podmiotu zarządzającego programem, wyników ogólnopolskiej ewaluacji programu i jego skuteczności.

Informacje ogólne

Program Archipelag Skarbów® powstał w 2006 roku na bazie programu profilaktyki zintegrowanej „Wyspa Skarbów” rekomendowanego przez CMPPP dla młodzieży gimnazjalnej i ze szkół średnich. Jego głównym autorem jest dr Szymon Grzelak.

Program Archipelag Skarbów® został opracowany zgodnie z założeniami *modelu profilaktyki zintegrowanej* (S. Grzelak, 2009)¹. Stanowi on uzupełnienie i wzmocnienie szkolnego programu profilaktycznego i wychowawczego. Dzięki szerokiemu zakresowi treści i szerokiemu spektrum udowodnionych efektów program pełni rolę czynnika wiążącego i podsumowującego inne elementy programu profilaktycznego szkoły.

Program Archipelag Skarbów® powstał w wyniku złożonej procedury, na którą składały się kolejne edycje modyfikowanych wersji programu poddawanych wieloaspektowej ewaluacji formatywnej (wizytacje ekspertów, badania ankietowe wśród młodzieży, opinie nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych).

Od roku 2007 program posiada rekomendację Centrum Metodycznego Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej (obecnie Ośrodek Rozwoju Edukacji).

W roku 2010 jako jeden z programów przykładowych został uwzględniony w „Przewodniku metodycznym po programach profilaktyki i promocji zdrowia psychicznego” (Fundacja ETOH).

Od roku 2011 program Archipelag Skarbów® jest wpisany do bazy programów rekomendowanych przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Ośrodek Rozwoju Edukacji oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii. Rekomendacja na poziom II (spośród I - III) - “dobra praktyka”, dotyczy wersji programu dla młodzieży w wieku 14-16 lat (dawniej były to klasy II i III gimnazjum, obecnie klasy VIII szkół podstawowych i klasy I szkół ponadpodstawowych).

W latach 2007–2008 przeprowadzono badania ewaluacyjne programu we współpracy z Ministerstwem Edukacji Narodowej, Centrum Metodycznym Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Państwową Agencją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Krajowym Centrum ds. AIDS. Badania te wykazały m.in. następujące efekty programu:

- ograniczenie korzystania z **narkotyków i** picia **alkoholu** przez młodzież
- wzrost **asertywności** w odmawianiu alkoholu i narkotyków
- ograniczenie **myśli samobójczych** wśród dziewcząt

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

- ograniczenie korzystania z **pornografii** przez chłopców
- dojrzałe postawy wobec miłości i seksualności
- obniżenie odsetka młodzieży podejmującej wczesne kontakty seksualne
- poprawę relacji między uczniami w klasach **uczestniczących w programie (lepszy klimat klasy)**

Adresaci programu

Adresatami programu są:

- młodzież w wieku 13-16 lat (przy czym rekomendacja dotyczy wieku 14-16 lat);
- rodzice uczniów,
- kadra pedagogiczna szkoły, a w szczególności wychowawcy i nauczyciele młodzieży uczestniczącej w programie Archipeląg Skarbów®.

Podmiot zarządzający programem

Nadzór nad programem Archipeląg Skarbów® sprawuje Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (IPZIN). Instytut jest fundacją, której kadra ma wieloletnie doświadczenie w tworzeniu i wdrażaniu programów profilaktycznych oraz prowadzeniu badań nad młodzieżą.

Misją IPZIN jest wspieranie rozwoju i zapobieganie problemom dzieci i młodzieży w duchu zintegrowanego podejścia do profilaktyki problemowej oraz współpraca z rodzinami, szkołami, samorządem lokalnym, organizacjami pozarządowymi i innymi instytucjami na rzecz wychowania, promocji zdrowia i profilaktyki.

Nadzór IPZIN nad programem Archipeląg Skarbów® obejmuje m.in. monitorowanie jakości, aktualizowanie i udoskonalanie programu, prowadzenie szkolenia i superwizji dla trenerów, a także prowadzenie szeroko zakrojonych badań diagnostycznych problemów i pozytywnego potencjału młodzieży zgodnie z założeniami *modelu profilaktyki zintegrowanej*. Badania te są stałym źródłem aktualnej wiedzy o współczesnej młodzieży – wiedzy, która przekazywana jest trenerom programu i uwzględniana w aktualizowanych prezentacjach używanych do pracy z młodzieżą, rodzicami i nauczycielami.

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej jest wyłącznym właścicielem praw autorskich programu Archipeląg Skarbów®. Program może być realizowany wyłącznie przez podmioty uprawnione na podstawie udzielonej licencji o jednorocznej ważności. Licencja jest przedłużana po upewnieniu się, że dany podmiot realizuje program w zgodzie ze standardami jakości określonymi przez IPZIN.

Trenerzy programu

Program prowadzony jest standardowo przez zespół 3-4 certyfikowanych trenerów posiadających uprawnienia wydane przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej. Większa lub mniejsza liczba trenerów jest dopuszczana tylko w wyjątkowych, uzasadnionych wypadkach.

Realizację programu mogą dodatkowo wspomagać trenerzy będący w trakcie procesu szkoleniowego.

Wszyscy trenerzy programu Archipelag Skarbów[®] ukończyli 200-godzinne szkolenie specjalistyczne obejmujące wiedzę teoretyczną oraz intensywną praktykę pod nadzorem instruktora. Szkolenie zakończone jest egzaminem teoretycznym i praktycznym.

Trenerzy mają obowiązek regularnego uczestnictwa w superwizjach oraz obecności na corocznym 3-dniowym, ogólnopolskim zjeździe szkoleniowym. Oprócz tego umożliwiane jest im uczestnictwo w różnych formach szkoleń doskonalących.

Trenerzy pracują na podstawie licencji wydawanych na czas określony i przedłużanych po upewnieniu się, że zostały wypełnione warunki określone przez IPZIN.

Efekty programu wykazane w badaniach ewaluacyjnych

Trzyetapowe badania ewaluacyjne nad skutecznością programu Archipelag Skarbów[®] przeprowadzone w latach 2007–2008 (S. Grzelak, 2009) na grupie 1300 gimnazjalistów wykazały jednoznacznie pozytywny, silny i w wielu obszarach trwały (badanie po pół roku) wpływ programu na młodzież. W badaniu rygorystycznie przestrzegano ścisłych procedur metodologii ilościowych badań ewaluacyjnych [grupa kontrolna, losowy dobór, procedura *double blind*, trzy etapy badań: a) pretest, b) badanie efektów bezpośrednich miesiąc po zakończeniu programu, c) badanie trwałości efektów sześć miesięcy po zakończeniu programu]. Oto niektóre efekty programu, które okazały się istotne statystycznie dla **młodzieży 14–15-letniej**²:

Efekty polegające na bezpośrednim **ograniczeniu zagrożeń lub ograniczeniu roli czynników ryzyka** zostały oznaczone **czerwoną strzałką**, a efekty polegające na **umocnieniu czynników chroniących** zostały oznaczone **strzałką zieloną**.

Efekty w obszarze korzystania z substancji psychoaktywnych:

- ↓ zmniejszenie odsetka osób korzystających z alkoholu,
- ↓ zmniejszenie odsetka osób korzystających z narkotyków,
- ↑ wzrost odsetka chłopców odmawiających picia alkoholu.

Efekty w obszarze zdrowia psychicznego:

² W badaniach uczestniczyła młodzież z klas drugich i trzecich gimnazjum.

- ↓ zmniejszenie odsetka dziewcząt doświadczających myśli samobójczych.

Efekty w obszarze ryzykownych zachowań seksualnych:

- ↓ zmniejszenie odsetka osób podejmujących bieżące współżycie seksualne,
- ↓ zmniejszenie odsetka chłopców celowo oglądających pornografię,
- ↑ wzrost odsetka młodzieży zamierzającej czekać z rozpoczęciem współżycia do dorosłości,
- ↑ wzrost odsetka młodzieży zamierzającej czekać z rozpoczęciem współżycia do ślubu,
- ↑ zwiększenie odsetka osób posiadających wiedzę o ograniczonej skuteczności metod antykoncepcyjnych w zapobieganiu nieplanowanej ciąży i zakażeniu wirusem HIV (brak wiedzy jest czynnikiem ryzyka wczesnych kontaktów seksualnych),
- ↑ wzrost wiedzy młodzieży o seksualności (różne aspekty).

Efekty ogólnoprofilaktyczne związane z umocnieniem czynników chroniących i osłabianiem czynników ryzyka dotyczących wielu różnych zagrożeń (ORE, 2015):

- ↑ poprawa klimatu w klasie,
- ↓ zmniejszenie stopnia seksualizacji (uprzedmiotowienia) w postawie wobec innych,
- ↑ wzrost odsetka chłopców rozmawiających z rodzicami o sprawach miłości i seksualności.

Efekty związane z budowaniem trwałych relacji i wczesną profilaktyką problemów demograficznych:

- ↑ wzrost odsetka chłopców pragnących mieć większą liczbę dzieci w przyszłości,
- ↑ wzrost odsetka chłopców wierzących w prawdziwą miłość na całe życie,
- ↓ zmniejszenie odsetka dziewcząt doświadczających myśli samobójczych [badania IPZIN (ORE, 2015) pokazują, że doświadczanie myśli samobójczych jest czynnikiem ograniczającym pragnienie posiadania dzieci przez dziewczęta],
- ↑ wzrost przekonania o znaczeniu wspólnoty wartości w wyborze życiowego partnera.

Skala i zakres opisanych efektów czynią obecnie Archipelag Skarbów® najbardziej wszechstronnym spośród skutecznych programów profilaktycznych skierowanych do młodzieży 14-, 15-, 16-letniej. Tak wysoką skuteczność program zawdzięcza wykorzystaniu współczesnej wiedzy o skutecznych strategiach profilaktycznych, metodyce dostosowanej do wrażliwości współczesnej młodzieży, dbałości o wysoką jakość realizacji oraz nieustannym modyfikacjom i udoskonaleniom.

Podstawy teoretyczne programu

Główną podstawę teoretyczną programu stanowi całościowy model profilaktyki zintegrowanej (S. Grzelak, 2009). Oto najważniejsze cechy charakterystyczne tego modelu:

- Postrzeganie poszczególnych problemów i zachowań ryzykownych młodzieży w szerokim kontekście wielu innych problemów i zachowań ryzykownych;
- Analizowanie wzajemnych powiązań pomiędzy różnymi problemami młodzieży oraz poszukiwanie ich wspólnych przyczyn i uwarunkowań (czynników ryzyka);
- Podkreślanie znaczenia czynników chroniących w profilaktyce, w tym zwłaszcza tych, które chronią przed wieloma problemami i zachowaniami ryzykownymi jednocześnie;
- Korzystanie z szerokiej gamy wskaźników dotyczących wielu różnych problemów i zachowań ryzykownych zarówno w badaniach diagnostycznych, jak i w badaniach ewaluacyjnych.
- Dostrzeganie i uwzględnianie w profilaktyce roli różnych podmiotów mających wpływ na młodzież: rodziców, szerszej rodziny, nauczycieli, samorządu, organizacji pozarządowych, organizacji religijnych czy wreszcie samej młodzieży.
- Postrzeganie człowieka w kontekście wszystkich jego wymiarów: fizycznego, psychicznego, intelektualnego, społecznego i duchowego.
- Pragmatyczne podejście do profilaktyki, wyrażające się w poszukiwaniu formuł działania, które przyniosą maksymalne efekty przy możliwie najniższych nakładach.

W modelu tym wykorzystuje się m.in. następujące teorie i grupy teorii:

- Teoria rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona zakładająca, że człowiek dąży do osiągnięcia dojrzałości poprzez pokonywanie kryzysów rozwojowych, prowadzących do integracji wszystkich wymiarów człowieczeństwa.
- Model systemów dynamicznych Dawida Hawkinsa mówiący o znaczeniu czynników chroniących i czynników ryzyka zachowań ryzykownych i problemów młodzieży,
- Teorie wpływu społecznego (np. Schinke i inni, 1981), w których kładzie się nacisk m.in. na trenowanie umiejętności społecznych i poznawczych.
- Od strony podstaw filozoficznych najważniejszą rolę gra filozofia i antropologia personalistyczna ukazująca osobę ludzką, jej godność i więzi z innymi w sposób holistyczny – uwzględniający wszystkie aspekty człowieczeństwa (wymiar cielesny, emocjonalny, intelektualny, duchowy, społeczny). Wymiar duchowy odnosi się do sfery ogólnoludzkich wartości takich jak godność, szacunek, dobro czy miłość. Istotną inspiracją jest tu twórczość Jacqua Maritaina, którego myśl personalistyczna w istotny sposób wpłynęła na kształt Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka ONZ z 1948r. oraz prace filozoficzne Karola Wojtyły z okresu jego działalności naukowej i akademickiej.

Ponadto istotnym źródłem wiedzy profilaktycznej wykorzystywanej w programie są publikowane w literaturze światowej wyniki badań nad skutecznymi strategiami w profilaktyce młodzieżowej.

Planowany przebieg realizacji programu w szkole

W ramach programu realizowanego w szkole Państwa dziecka – odbędą się:

3 Moduły główne:

- **dwa mityngi dla młodzieży** łącznym wymiarze 8 godzin lekcyjnych;
Mityngi najczęściej odbywają się dzień po dniu. Odstęp między nimi może być większy, jednak nie powinien przekraczać 2 tygodni. Specyfiką profesjonalnego prowadzenia programu dla dużej grupy młodzieży jest każdorazowe dostosowanie ram czasowych w sposób, który zapewni możliwie najwyższą skuteczność. Dynamika, tempo pracy i czas trwania programu dla dużej grupy zależy od: wielkości grupy, warunków lokalowych i technicznych, aktywności młodzieży, jakości współpracy z nauczycielami, długości przerw, itp. Praca trenerów jest zawsze dłuższa niż sam czas trwania programu. Już przed programem trenerzy zapoznają się z młodzieżą i wybierają pierwszych ochotników do ćwiczeń, a po programie pozostają do dyspozycji młodzieży zgłaszającej potrzebę indywidualnego kontaktu.
- **szkolenie dla rady pedagogicznej** w wymiarze 2 godzin dydaktycznych (jednak nie mniej niż 1,5 godziny dydaktycznej);
- **zebranie dla rodziców** w wymiarze 60 min. (jednak nie mniej niż 45 min).

Elementy programu realizowane po zakończeniu modułów głównych, które umożliwiają pogłębianie efektów programu:

Elementy realizowane przez kadrę Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej:

- korespondencja elektroniczna z wykorzystaniem adresu mailowego, który będzie podany uczestnikom w trakcie programu Archipelag Skarbów®. Umożliwia ona młodzieży zgłaszanie się ze swoimi problemami niezależnie od czasu, jaki upłynął od jego realizacji – często jest to wiele tygodni, a nawet miesięcy. Za skrzynkę mailową odpowiada zespół psychologów przeszkolonych w obszarze interwencji kryzysowej oraz pomocy psychologicznej, pracujący pod stałą superwizją;
- kontakt ze środowiskiem trenerów i uczestników programu Archipelag Skarbów® poprzez stronę na portalu społecznościowym Facebook, na której poruszane są tematy związane ze zdrowym stylem życia, zamieszczana jest twórczość młodzieży oraz przeprowadzane są konkursy z nagrodami dotyczące zagadnień profilaktycznych (www.facebook.com/Program.Archipelag.Skarbow).

Elementy realizowane przez kadrę pedagogiczną szkoły:

- praca wychowawców z klasami w oparciu o *Materiały dydaktyczne na dwie godziny wychowawcze dla klas biorących udział w programie profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®* (scenariusze są przekazywane wychowawcom w ramach szkolenia dla rady pedagogicznej);

Moduł dla młodzieży

Cele

Archipelag Skarbów® jest programem profilaktycznym w całości opartym na modelu profilaktyki zintegrowanej (szczegółowy opis dostępny w: Grzelak, 2009), opisanym nieco szerzej w poprzednim rozdziale.

Program spełnia również wszystkie kryteria skuteczności programu profilaktycznego rekomendowane przez *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży* (ORE, 2015³).

Zgodnie z założeniami profilaktyki zintegrowanej cele programu obejmują bardzo szerokie spektrum. Zostały one wyliczone poniżej według obszarów tematycznych:

- **profilaktyka korzystania z substancji psychoaktywnych:**
 - ograniczenie używania alkoholu przez młodzież,
 - ograniczenie używania narkotyków i dopalaczy przez młodzież;
- **wychowanie ku miłości, dojrzałemu budowaniu więzi i odpowiedzialności za swoją seksualność:**
 - wzbudzenie motywacji do pracy nad własnym rozwojem w sferze budowania dojrzałych więzi,
 - zachęcenie do postaw i działań, które przygotowują do stworzenia trwałego związku opartego na wierności, miłości i szacunku,
 - podważenie obecnych w popkulturze silnie szkodliwych mitów na temat miłości i seksualności, które nadmiernie eksponują znaczenie doraźnego przeżycia fizycznego i emocjonalnego, a zbyt mało podkreślają znaczenie szacunku, wierności i odpowiedzialności,
 - ograniczenie korzystania z pornografii,
 - przeciwdziałanie skutkom seksualizacji dziewcząt, w tym zjawisku samouprzedmiotowienia (APA 2007⁴);
- **profilaktyka cięż nastolatek i profilaktyka HIV/AIDS:**
 - zmotywowanie młodzieży do utrzymania postawy wstrzemięźliwości seksualnej w wieku nastoletnim (w przypadku młodzieży po inicjacji seksualnej zmotywowanie do powrotu do wstrzemięźliwości)
 - poszerzenie wiedzy młodzieży na temat zakażeń przenoszonych drogą płciową i skutecznych metod zapobiegania im;
- **profilaktyka przemocy:**
 - ograniczenie natężenia przemocy rówieśniczej w formie fizycznej i słownej, a także przemocy o podtekście seksualnym,
 - wzrost wzajemnego szacunku w relacjach między chłopcami i dziewczętami, ze szczególnym podkreśleniem szacunku do dziewcząt i kobiet,

³ Publikacja autorstwa: S. Grzelaka, M. Sali, S. Czarnika, B. Paź, A. Balcerzak, J. Gwóźdź wydana przez Ośrodek Rozwoju Edukacji; dostępna również on-line na stronie ORE:

www.bc.ore.edu.pl/Content/770/Vademecum_skutecznej_profilaktyki_problemw_mlodziemy.pdf.

⁴ Zurbriggen, E.L. i in. (2007). Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls. Washington, D.C.: Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne, marzec 2007.

▪ **cele ogólnoprofilaktyczne:**

- podwyższenie kompetencji w zakresie zachowań asertywnych,
- wzmocnienie czynników chroniących w profilaktyce (więź z rodzicami, nauczycielami, identyfikacja z własnym systemem wartości – religijnym lub świeckim).

Metodyka

Program dla młodzieży jest prowadzony przez zespół 3–4 certyfikowanych trenerów dla dużej grupy młodzieży (50-200 osób). Program został tak opracowany, aby wykorzystać w celach profilaktycznych dynamikę dużej grupy, w której młodzież może wyjść poza schematy ról i zachowań prezentowanych w zespole klasowym (jest to szczególnie ważne dla młodych ludzi sprawiających trudności wychowawcze, mających słabe oceny lub niskie poczucie własnej wartości). Na przykład: zdarza się, że uczeń pełniący w klasie rolę “kozła ofiarnego” staje się bardzo aktywny w trakcie programu, otrzymuje wzmocnienie od trenerów i po programie nie powraca już do dawnej roli.

Pomocą w prowadzeniu pracy profilaktycznej są udźwiękowane prezentacje multimedialne, ćwiczenia aktywizujące oraz specjalnie opracowane gadżety profilaktyczne wręczone aktywnym uczestnikom. Takie podejście ułatwia przekazanie ważnych treści w atrakcyjnej formie dla współczesnych młodych odbiorców. Metodyka programu świadomie wykorzystuje estetykę popkultury, podkładając istotne, profilaktyczne treści pod lekką, barwną formę. Sprawdzeniem zaangażowania młodzieży w program jest udział w festiwalu twórczości oraz chóralny śpiew piosenki podsumowującej przekaz programu.

W trakcie każdej części programu prowadzone są ćwiczenia aktywizujące w formie:

- dialogu z całą grupą lub pojedynczymi osobami,
- fantazji sterowanej,
- scenek odgrywanych przez kilku lub kilkunastu aktorów ochotników,
- zadań angażujących zarówno ochotników, jak i pozostałą młodzież,
- minitreningu asertywności,
- *Festiwalu twórczości.*

W sumie od 30 do 50 osób spośród uczestników bierze udział w programie w sposób wymagający zaangażowania na forum całej grupy.

Prowadząc ćwiczenia, trenerzy bazują na pozytywnym potencjale młodzieży. Celem prowadzących jest wydobyć go z każdej młodej osoby, która zaangażowała się w proponowane ćwiczenia. Jeśli występuje konieczność jasnego postawienia granic lub udzielenia przestrogi, dzieje się to z zachowaniem zasad dobrej komunikacji i szacunku dla każdej osoby.

Wszyscy uczestnicy programu otrzymują komplet dwóch ulotek profilaktycznych nawiązujących do wybranych treści programu i symboli programu w sposób ułatwiający ich zapamiętanie. Ponadto uczestnicy ćwiczeń i autorzy prac na *festiwal twórczości* otrzymują od trenerów nagrody, które są formą podziękowania za zaangażowanie.

Wśród nagród znajdują się:

- gadzety nawiązujące do treści i symboli programu Archipelag Skarbów® (kubki, koszulki, torby, opaski, naklejki, drobne słodczyce w autorskich opakowaniach itd.).
- książki beletrystyczne dla młodzieży nie zawierające treści antyprofilaktycznych (bez wulgaryzmów, bez drastycznych scen przemocy, nie promujące korzystania z substancji psychoaktywnych, nie zawierające opisów scen erotycznych).

W czasie każdej realizacji programu Archipelag Skarbów® trenerzy rozdają uczestnikom od 30 do 60 nagród mających wydźwięk profilaktyczny, przy czym większość stanowią drobne upominki (opaski, naklejki, itp.).

W różnych momentach programu prezentowane są wybrane wyniki badań Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej nad postawami młodzieży prowadzone na dużych próbach (w każdym roku szkolnym N = 3000-5000). Wyniki te są co roku aktualizowane w prezentacji, dzięki czemu odnoszą się zawsze do najnowszych danych z ostatniego roku szkolnego lub ostatnich dwóch lat. Dobór wyników opiera się na kryterium profilaktycznej przydatności przekazania ich młodzieży uczestniczącej w programie. W większości są to dane, które pokazują dojrzałość i rozsądek młodych ludzi. W ten sposób trenerzy zmieniają przekonania normatywne młodzieży, stosując jedną z najskuteczniejszych strategii profilaktycznych wg klasycznych badań Hansena (Hansen, 1992).

W kluczowych momentach programu trenerzy dzielą się osobistymi doświadczeniami życiowymi. Zasadą obowiązującą trenerów programu Archipelag Skarbów® jest to, że ich życie osobiste musi pozostawać w zgodzie z treściami i wartościami, jakie przekazują młodzieży w czasie zajęć. To sprawia, że ich przekaz jest autentyczny, co daje możliwość modelowania różnych prozdrowotnych zachowań. Jest to ważny element programu, ponieważ w okresie dojrzewania młodzi ludzie kształtują swoją tożsamość, określają swoje podejście do życia, a identyfikacja z konkretnym doświadczeniem może być w tym pomocne.

Treści i przebieg programu Archipelag Skarbów®

Program dla młodzieży trwa 8 godzin lekcyjnych w układzie dwóch mityngów. Jest to czas zgodny z ramami zakładanymi dla pełnowartościowej realizacji programu Archipelag Skarbów®.

Punktem wyjścia do pracy z młodzieżą w programie Archipelag Skarbów® jest poszukiwanie szczęścia i realizacji najgłębszych dążeń i marzeń. Odwołanie się do największych marzeń i aspiracji nastolatków sprzyja uzyskaniu silnego efektu profilaktycznego. Realizacja swoich marzeń to wartość, dla której młodzież jest gotowa podjąć trudniejszą drogę życia, wymagać od samych siebie i unikać różnego rodzaju zachowań ryzykownych. Zadaniem trenerów jest ukazanie młodzieży, że konsekwencje złych wyborów w okresie dojrzewania mogą pokrzyżować ich dążenia i plany życiowe.

Zgodnie z wynikami badań CBOS-u prowadzonymi na zlecenie Krajowego Biura ds. Narkomanii, młodzież pytana o swoje wybory życiowe wskazuje na trzech pierwszych miejscach następujące ważne dla siebie wartości: miłość, założenie rodziny oraz posiadanie dzieci i chęć posiadania ciekawej pracy zgodnej z zainteresowaniami.

Program wykorzystuje symbole i metafory, które towarzyszą w formie narracji i obrazu przez cały czas pracy z młodzieżą. Ułatwiają one młodym ludziom przyjęcie treści profilaktycznych, a po zakończeniu programu umożliwiają posługiwanie się nimi w rozmowach z innymi na tematy związane z życiem, miłością, zdrowym rozwojem i jego zagrożeniami.

Centralnym symbolem i zarazem rekwizytem wyeksponowanym na widocznym miejscu, który towarzyszy młodzieży przez cały czas trwania zajęć jest **skrzynia skarbów**. Oznacza on wszystkie największe „skarby”, czyli najważniejsze cele, które młodzież chciałaby zrealizować w swoim życiu – szczęście, miłość, przyjaźń, realizację pasji.

Cały program Archipelag Skarbów® to wspólna podróż, której celem jest wsparcie każdego z uczestników w drodze do odnalezienia w życiu tego, co najważniejsze.

Drugim centralnym symbolem jest **gwiazda**, która obrazuje każdego człowieka. Pięcioramienna gwiazda składa się z pięciu kluczowych sfer, ramion gwiazdy:

- ciała – wymiar fizyczny
- uczuć – wymiar emocjonalny
- rozumu – wymiar intelektualny
- ducha – wymiar duchowy (wartości)
- więzi z innymi – wymiar społeczny

Przedstawiony w ten sposób obraz człowieka i relacji międzyludzkich z uwzględnieniem wymiaru fizycznego, emocjonalnego, intelektualnego, duchowego oraz społecznego jest całościowy i komplementarny. Ujęcie wymiaru duchowego eksponuje znaczenie wspólnego mianownika wartości ogólnoludzkich takich, jak: uczciwość, szacunek, wierność zasadom czy odpowiedzialność. Podejście programu opiera się na pozytywnym spojrzeniu na każdy z pięciu wymiarów człowieka. Docenienie znaczenia wymiaru rozumowego i duchowego dokonywane jest w sposób nie nawiązujący do kontekstu religijnego czy ideologicznego. Dzięki takiemu podejściu przekazywane treści są uniwersalne i nie godzą w przekonania czy wartości żadnej grupy uczestników.

Pierwszy mityng

W trakcie pierwszego mityngu wprowadzone są oba centralne symbole programu – skrzynia skarbów i gwiazda.

Omawiane są elementy wiedzy o miłości w kontekście zadań rozwojowych wieku dojrzewania (w oparciu o klasyczną teorię rozwoju psychoseksualnego Erika Eriksona). Fizyczne i emocjonalne aspekty miłości są przedstawiane jako bardzo potrzebne i piękne. Dzięki temu treści programu ułatwiają akceptację i zrozumienie ważnej roli ciała i uczuć w miłości. Szczególny nacisk położony jest jednak na pokazanie znaczenia rozumowych, wolicjonalnych i duchowych aspektów miłości, które są szczególnie istotne dla dokonania mądrego wyboru partnera życiowego i związanej z tym trwałości związku. Wyeksponowane jest znaczenie wzajemnego szacunku, odpowiedzialności, uczciwości oraz wzajemnej troski i pomocy. Są to proste prawdy o miłości znane z doświadczenia większości dorosłych, jednak nowe i odkrywcze dla nastolatków stykających się z seksualizującym i splotnym przekazem o miłości zawartym w masowych mediach, piosenkach czy grach komputerowych.

Ukazana jest młodzieży waga wzajemnego szacunku jako podstawa budowania relacji z innymi ludźmi. Młodzież jest uwrażliwiana na to, aby patrzeć na dziewczęta/chłopców z szacunkiem i całościowo, a nie tylko na ich ciało. Młodzi ludzie są zachęcani do tego, aby mieli odwagę domagać się od innych szacunku. Wskazywane są przykłady sytuacji, w których jedynym bezpiecznym rozwiązaniem jest ucieczka, wezwanie pomocy a nawet stanowcza obrona własnej nietykalności cielesnej.

Ten element programu Archipelag Skarbów® jest profilaktyczną odpowiedzią na jedno z najgroźniejszych zjawisk opisane przez Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne (APA 2007; STS, 2013), uwzględnione w licznych zapisach *Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020* i systematycznie badane przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej – zjawisko seksualizacji. Seksualizacja polega na ukazywaniu przedmiotowo traktowanej seksualności jako kluczowego aspektu i normy dla ludzkich relacji (reklamy, filmy, video-clipy itp.). Wyniki badań opisane w *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży* (ORE, 2015) pokazują, że seksualizacja jest wspólnym czynnikiem ryzyka dla wielu problemów młodzieży. Wysoki poziom seksualizacji młodzieży koreluje m.in. z podejmowaniem wczesnych kontaktów seksualnych, upijaniem się, używaniem narkotyków, a ponadto u dziewcząt z występowaniem myśli samobójczych, a u chłopców z korzystaniem z pornografii (ORE, 2015). W trakcie mityngu omówiona jest szkodliwość korzystania z pornografii, która przyzwyczaja do przedmiotowego traktowania seksualności. Częste oglądanie pornografii prowadzi do poważnego uzależnienia. Trenerzy zachęcają młodzież do unikania kontaktu z pornografią.

Jedną z wielu konsekwencji seksualizacji jest zjawisko samouprzedmiotowienia dziewcząt, które polega na tym, że dziewczęta uczą się traktować siebie jako obiekty służące do oglądania, które są poddawane ocenie opartej na wyglądzie zewnętrznym, z jednoczesnym pominięciem pozostałych aspektów. Sprzyja to rozwojowi zaburzeń odżywiania, depresji i myśli samobójczych wśród nastoletnich dziewcząt. Elementy mające przeciwdziałać skutkom seksualizacji zawarte są w różnych częściach programu.

W czasie pierwszego mityngu podejmowany jest problem zachowań agresywnych i uprzedmiotawiających w relacjach rówieśniczych, ale ze szczególnym uwzględnieniem relacji między chłopcami i dziewczętami.

Taki dobór treści programu Archipelag Skarbów® wynika z modelu profilaktyki zintegrowanej, który zakłada, że treści programu profilaktycznego powinny dawać młodym ludziom wsparcie na aktualnym etapie ich rozwoju. Do zadań rozwojowych okresu dojrzewania według klasyfikacji Eriksona (2000) należą:

- akceptacja własnego dojrzewającego ciała i swojej płci,
- świadome i refleksyjne przyjęcie modelu roli płciowej i opartego na szacunku modelu stosunku do płci przeciwnej,
- nauka kierowania swoją seksualnością i odpowiedzialności za nią,
- przejście od zależności w poglądach i decyzjach od grupy rówieśniczej do samodzielnej i niezależnej oceny wartości, wyborów i zachowań.

Bardzo istotnym elementem pierwszego mityngu jest metaforyczne przedstawienie naturalnych odczuć, popędów i impulsów, które oddziałują znacznie silniej we wnętrzu dojrzewającego nastolatka, niż w okresie dzieciństwa.

Metodyka programu świadomie wykorzystuje symbole i metafory, które przewijają się przez cały czas pracy z młodzieżą. Ułatwiają one młodym ludziom przyjęcie treści profilaktycznych w trakcie programu, a po jego zakończeniu umożliwiają niekrępujące prowadzenie rozmów na tematy związane z miłością, seksualnością, zdrowym rozwojem i jego zagrożeniami. Metaforą naturalnych impulsów, emocji i popędów, które z dużą siłą dochodzą do głosu w wieku dorastania (m.in. zauroczenie i zakochanie, pobudzenie seksualne, złości i gniew), jest tygrys – zwierzę bardzo silne i piękne – tak jak silne i piękne mogą być wymienione emocje i popędy. Te same impulsy mogą być jednak w niektórych okolicznościach groźne – podobnie jak tygrys. Dzięki tej metaforze trenerzy mogą obrazowo przedstawić uczestnikom programu zarówno pozytywne aspekty przeżywania tych emocji, jak i niebezpieczne konsekwencje, jakie mogą się pojawić, jeśli człowiek bezrefleksyjnie poddaje się impulsom i nie próbuje świadomie kierować swoim postępowaniem. W czasie programu trenerzy przedstawiają również konkretne sposoby nauki osvajania „wewnętrznych tygrysów” i kierowania nimi. Na koniec pierwszego mityngu trenerzy zachęcają uczestników programu, by spróbowali, choćby jeden raz, w konkretnej sytuacji wykorzystać którąś z omawianych wskazówek. W ten sposób program wykorzystuje opisaną przez Hansena skuteczną strategię profilaktyczną, jaką jest motywowanie młodzieży do podjęcia prozdrowotnych minidecyzji (W. Hansen, 1992).

Drugi mityng

W trakcie drugiego mityngu omawiane są zagadnienia związane z seksualnością, w tym także ze współżyciem seksualnym. Treści te omawiamy w tym dokumencie bardziej obszernie ze względu na wrażliwość tego obszaru. Zależy nam na tym, by rodzice mogli dobrze zrozumieć podejście programu i ocenić czy jest, także w tym aspekcie wsparciem dla nich w wychowaniu nastoletniego dziecka.

Celem części programu mówiącej o seksualności jest pokazanie sfery seksualnej człowieka jako pięknej i ważnej w jego życiu, jednak ściśle powiązanej z innymi sferami – emocjonalną, intelektualną, duchową i społeczną.

Współżycie seksualne przedstawiane jest jako wyraz więzi dwóch osób posiadających wszystkie ludzkie wymiary, a nie tylko jako kontakt fizyczny dwóch ciał. Podczas całego programu trenerzy dbają o dobrą komunikację z uczestnikami oraz modelują postawę wzajemnego szacunku do każdej osoby, niezależnie od wyrażanych przez nią opinii i podejmowanych zachowań. Ma to szczególne znaczenie przy podejmowaniu z młodzieżą delikatnego tematu, jakim jest seksualność.

W czasie drugiego mityngu podkreślone jest piękno ludzkiej seksualności oraz seksualnej bliskości. Sfera seksualności opisana jest jako zarazem piękna i intymna, a co za tym idzie – delikatna i podatna na zranienia. Omawiane są możliwe konsekwencje wczesnych kontaktów seksualnych podejmowanych w bardzo młodym wieku w oderwaniu od trwałego związku opartego na miłości, wierności i odpowiedzialności. Mowa jest zarówno o bezpośrednich konsekwencjach emocjonalnych, jak i możliwych konsekwencjach zdrowotnych.

Ukazana jest złożoność sytuacji, w której między dwojgiem młodych ludzi pojawia się najbardziej intymna bliskość fizyczna i związane z nią bardzo silne przeżycia emocjonalne, podczas gdy proces wzajemnego poznawania się w innych sferach pozostaje wciąż na etapie początkowym. Młodzież często nie uświadamia sobie, że głębsze poznanie drugiej osoby w związku (wierność, szacunek, uczciwość, odpowiedzialność itp.) wymaga upływu czasu i wspólnego przejścia różnych sytuacji i prób życiowych. Program pomaga młodzieży odkryć, że jeśli głębsze wzajemne

poznanie dokonuje się przed wejściem w dużą bliskość seksualną, to stanowi ochronę przed zranieniami i rozczarowaniami i sprzyja dojrzałemu wyborowi partnera życiowego.

Młodzież zachęcana jest do wstrzemięźliwości seksualnej aż do czasu zawarcia trwałego związku opartego na wierności, szacunku i odpowiedzialności. Związkiem tym jest małżeństwo. Jednak w przypadku dwojga młodych ludzi, którzy ze względu na swoje przekonania nie decydują się na zawarcie formalnego związku, ważne jest podjęcie zobowiązującej deklaracji wspólnej drogi życia. Trenerzy starają się ukazać młodzieży wartość dążenia do zbudowania trwałej relacji miłosnej na całe życie i wartość płynącą ze zobowiązania wobec drugiej osoby w związku. Ukazywanie tych wartości jest czynione w taki sposób, by nie dotknąć tych licznych młodych ludzi, którzy doświadczyli rozpadu związku swoich rodziców i by nie wzbudzać w nich ocen wobec własnych rodziców. Wskazanie młodzieży ku czemu warto dążyć w żadnej mierze nie oznacza oceniania, czy tym bardziej osądzania ludzi, którym tych dążeń z różnych przyczyn nie udało się zrealizować.

Program „Archipelag Skarbów[®]” jest programem profilaktyki uniwersalnej odwołującym się do paradygmatu określanego w psychologii zdrowia jako „pierwszorzędowa zmiana zachowań” (Green, 2003 za: Grzelak, 2009). A zatem konsekwentnie zachęca on „unikania ryzyka” i zachowań ryzykownych związanych z różnymi obszarami zagrożeń. Obejmuje to motywowanie młodzieży do unikania narkotyków, alkoholu, papierosów, tzw. dopalaczy, przemocy, hazardu, a także wczesnych kontaktów seksualnych.

Wobec młodych ludzi, którzy już podjęli jakiś rodzaj zachowań ryzykownych kierowany jest komunikat „zawróć”. Nie oceniając i nie osądzając tych nastolatków, którzy weszli na „ścieżki ryzyka” trenerzy zachęcają ich do zawrócenia z tej drogi i zmiany stylu życia. Jednym z warunków skuteczności pracy trenerów jest szacunek dla każdego młodego człowieka i postawa nie osądzania ich wcześniejszych wyborów, które na etapie dojrzałości nastolatka nie zawsze są świadome i nie zawsze dobrowolne.

Statystycznie rzecz biorąc istnieje wysokie prawdopodobieństwo, że w dużej grupie nastolatków (a dla takich grup przeznaczony jest program) znajdują się pojedyncze osoby, które doświadczyły molestowania czy wykorzystania seksualnego. Inne z kolei mogą być narażone na takie zranienie w przyszłości. Temat ten podjęty jest w sposób spełniający zasady bezpieczeństwa psychologicznego. W programie profilaktycznym (a nie terapeutycznym) trenerzy nigdy nie dążą do ujawnienia się takich osób. Przeciwnie, szczególnie dbają o to, by podawane informacje miały charakter ogólny i ułatwiały zachowanie pełnej anonimowości osobom, których mogą bezpośrednio lub pośrednio dotyczyć. Skierowany do grupy przekaz obejmuje trzy elementy: pomoc w dostrzeżeniu wartości i piękna sfery seksualnej (szczególnie osoby zranione mają z tym trudność), jasny komunikat, że za przemoc zawsze odpowiedzialny jest sprawca (a fakt, że ofiara często czuje się winna, to skutek psychologicznej manipulacji sprawcy) oraz zachętę do szukania pomocy.

W nawiązaniu do tematu seksualności przedstawiana jest młodzieży podstawowa wiedza o metodach rozpoznawania płodności. Omawiana jest także wiedza o antykoncepcji odwołująca się do wyników aktualnych badań naukowych publikowanych w kluczowym amerykańskim źródle, z którego korzystają lekarze na całym świecie (*Contraceptive Technology*, 21th edition; Hatcher i inni, 2018). Przedstawiane są najważniejsze sposoby działania wybranych, najczęściej stosowanych metod antykoncepcyjnych oraz ich skuteczność w świetle wyników badań. Ze względu na generalną skłonność nastolatków do niedoceniań realnego poziomu ryzyka zachowań, które podejmują, istotne jest uświadomienie im, że zastosowanie środków antykoncepcyjnych nie oznacza całkowitego

wykluczenia możliwości poczęcia dziecka. Uczciwe przedstawienie naukowych faktów wskazujących na określony współczynnik skuteczności poszczególnych metod antykoncepcyjnych nie jest połączone ani z zachęcaniem do ich stosowania, ani ze zniechęcaniem. Trenerzy informują o antykoncepcji, jednak motywują do wstrzemięźliwości seksualnej, jako najlepszego wyboru dla nastolatka.

Co jakiś czas zdarza się, że w programie uczestniczy uczennica w zaawansowanej ciąży. Doświadczenia trenerów programu Archipelag Skarbów® z uczestnictwem takich uczennic pokazują, że dzięki udziałowi w programie i umiejętnej, delikatnej pracy trenerów relacje między nimi a grupą stają się lepsze, ciąża koleżanki przestaje być tematem plotek, a nastoletnia matka nie jest wyśmiewana lecz znajduje życzliwość i wsparcie ze strony koleżanek i kolegów.

Program stawia silny akcent na to, by unikając oceniania czy jakiegokolwiek piętnowania wspierać nastoletnie matki i ojców. Dla młodych ludzi, którzy znajdują się w takiej sytuacji zawsze jest ona wielkim wyzwaniem i postawa moralistyczna w niczym im nie pomoże. Osoby te potrzebują od rówieśników szacunku i wsparcia.

Omawiane są wybrane zakażenia przenoszone drogą płciową, w tym poprzez kontakty seksualne bez pełnego współżycia (w tym zakażenie HIV), wraz z informacją o tym, które z nich mogą nie dawać widocznych objawów. Młodzież otrzymuje informację o współczynnikach skuteczności prezerwatywy w ochronie przed poszczególnymi zakażeniami (S. Weller K. Davis, 2004; A. McKay, 2007). Przedstawienie tych danych ma na celu uświadomienie młodzieży, że prezerwatywa daje znaczącą, ale nie całkowitą ochronę przed zakażeniami przenoszonymi drogą płciową. Znaczenie takiej wiedzy podkreśla teoria homeostazy ryzyka. W myśl tej teorii, i potwierdzających ją badań empirycznych, fałszywe poczucie stuprocentowego bezpieczeństwa może powodować wzrost ryzykowności zachowań. Świadomość realnego poziomu ryzyka jest potrzebna szczególnie nastolatkom, którzy mają tendencję do zakładania, że „mnie to na pewno nie spotka”.

W trakcie drugiego mityngu obszerny blok tematyczny jest poświęcony refleksji dotyczącej tego, kto może być przewodnikiem w życiu (czyli autorytetem i przykładem w zakresie stylu życia, podejmowanych wyborów, posiadanych cech charakteru, umiejętności czy wiedzy). Omawiane są różne grupy osób mających wpływ na młodego człowieka. Akcent jest położony na to, aby zachęcić młodych ludzi do dostrzegania u dorosłych z najbliższego otoczenia (rodzice, dziadkowie, nauczyciele, itp.) tego, co dobre, nawet jeśli nie są wzorem we wszystkich dziedzinach życia. Młodzieży ukazana jest ich własna odpowiedzialność jako przewodników dla młodszego rodzeństwa, młodszych koleżanek, kolegów.

Program przekazuje wiedzę na temat niekorzystnego wpływu środków psychoaktywnych na postrzeganie rzeczywistości, efektywne radzenie sobie z problemami, zawieranie znajomości i budowanie relacji. Młodzież zachęcana jest do całkowitej abstynencji od narkotyków i tzw. dopalaczy (przez całe życie) oraz do całkowitego unikania alkoholu w okresie dojrzewania. Młody człowiek, który w trudnych sytuacjach emocjonalnych sięga po alkohol lub narkotyki, nie uczy się radzenia sobie ze stresem, problemami i relacjami międzyludzkimi. Trzeźwe życie w okresie dojrzewania jest kluczem do zdobycia najważniejszych umiejętności życiowych i społecznych.

Program podejmuje temat negatywnej presji rówieśniczej i wagi asertywnego radzenia sobie z nią. Jedno z ćwiczeń aktywizujących polega na treningu asertywności, który umacnia w młodzieży świadomość, że są sytuacje, w których trzeba jednoznacznie przeciwstawić się presji. Celem ćwiczenia jest osłabienie pozycji negatywnych liderów grupy i wzmocnienie poczucia siły i wzrost umiejętności radzenia sobie z naciskiem przez pozostałą część młodzieży.

Formą zachęty do zdrowego stylu życia jest zaproszenie do *Festiwalu twórczości*, który odbywa się na koniec drugiego mityngu. Jest on elementem programu, w którym sama młodzież formułuje przekaz profilaktyczny do swoich rówieśników. Tematy, które wybiera młodzież, to m.in.: znaczenie szacunku w relacjach międzyludzkich, wpływ środków psychoaktywnych na życie młodego człowieka, niebezpieczeństwa związane z korzystaniem z pornografii, angażowanie się w obowiązki domowe, znaczenie autorytetów w dążeniu do realizacji marzeń i celów.

Na zakończenie *Festiwalu twórczości* trenerzy proponują młodzieży wspólny śpiew autorskiej szanty pt. „Ballada Starego Bosmana”. Szanta ta stanowi artystyczne podsumowanie programu. W sposób lekki i humorystyczny przypomina i utrwała znaczenie najważniejszych symboli programu. Włączanie się młodzieży we wspólny śpiew piosenki o treściach profilaktycznych pokazuje im samym, że nie trzeba się wstydzić wartości, mądrych wyborów i zdrowego stylu życia.

Moduły dla rodziców i nauczycieli

Współpraca z rodzicami i nauczycielami w ramach programu

Do istoty modelu profilaktyki zintegrowanej należy prowadzenie działań profilaktycznych w sposób wzmacniający najważniejsze czynniki chroniące młodzież przed zagrożeniami i najważniejsze zasoby lokalnej społeczności. Do tych czynników i zasobów należą przede wszystkim rodzice, opiekunowie i dalsza rodzina, a także wychowawcy i nauczyciele. **Z punktu widzenia podejścia zintegrowanego działania profilaktyczne prowadzone z pomocą specjalistów spoza szkoły mają sens pod warunkiem, że są realizowane w oparciu o wartości przekazywane przez rodziców jako najważniejszych wychowawców młodzieży, a jednocześnie są zgodne z celami wychowawczymi i profilaktycznymi realizowanymi przez kadre pedagogiczną szkoły.**

Dlatego ważne jest, by decyzja dyrekcji szkoły o zaproszeniu do współpracy trenerów programu Archipelag Skarbów[®], nastąpiła po zapoznaniu się z jego założeniami, celami i treściami i stwierdzeniu, że stanowią one wzmocnienie codziennej pracy wychowawczej rodziców i wychowawców.

Współpraca ekipy trenerów z dyrekcją szkoły, rodzicami i nauczycielami obejmuje:

- ❖ przekazanie dyrekcji szkoły materiałów dotyczących treści i celów programu Archipelag Skarbów[®], aby ułatwić przeprowadzenie procedury wyrażenia świadomej zgody rodziców na udział dziecka w programie;
- ❖ ustalenie szczegółowych zasad współpracy ekipy trenerów z kadre pedagogiczną szkoły oraz podziału zadań obejmujących przygotowanie i przebieg realizacji poszczególnych elementów programu;
- ❖ wyznaczenie przez dyrekcję osoby odpowiedzialnej z ramienia szkoły za współpracę z trenerami;
- ❖ przeprowadzenie zajęć dla młodzieży (2 x ok. 4 godziny lekcyjne);
- ❖ przeprowadzenie spotkania z rodzicami;
- ❖ przeprowadzenie szkolenia dla kadry pedagogicznej (1,5-2 godziny dydaktyczne) i przekazanie materiałów wspierających pracę wychowawczo-profilaktyczną szkoły.

Moduł szkoleniowy dla rodziców

Jedną z ważnych funkcji programu Archipelag Skarbów® jest pomoc w budowaniu dobrych relacji między rodzicami i ich nastoletnimi dziećmi oraz podkreślanie roli rodziców w ich ważnej roli życiowych przewodników młodzieży.

Spotkanie dla rodziców trwa optymalnie jedną godzinę zegarową, a na pewno nie krócej niż jedną godzinę lekcyjną. Bardzo cenna dla rodziców jest wiedza trenerów oparta na ich doświadczeniu codziennej pracy z młodzieżą. Żywo prowadzone spotkanie jest oparte o prezentację multimedialną oraz rozmowę z uczestnikami.

W trakcie spotkania prezentowane są cele, efekty i treści programu Archipelag Skarbów®. Omawiane są aktualne wyniki badań Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej nad młodzieżą, ze szczególnym podkreśleniem danych świadczących o dużej roli rodziców w ochronie nastoletniej młodzieży przed podejmowaniem zachowań ryzykownych.

Podawanych jest szereg wskazówek dotyczących budowania relacji z nastolatkiem oraz praktyczne podpowiedzi zwiększające skuteczność oddziaływania wychowawczego rodziców. Szczególny akcent położony jest na umiejętności dobrej komunikacji, które są niezbędne w wychowaniu nastolatka. Rodzice uwrażliwiani są na znaczenie słuchania, chwalenia i stawiania granic. Wskazane są sposoby podejmowania trudnych tematów w rozmowach z nastolatkiem.

Wszyscy uczestnicy spotkania otrzymują ulotkę profilaktyczną „Przewodnik po dżungli kontaktów z nastolatkiem”.

Moduł szkoleniowy dla kadry pedagogicznej

Szkolenie dla kadry pedagogicznej składa się z dwóch elementów. Jednym z nich jest szkolenie całej rady pedagogicznej.

Dla grupy nauczycieli uczestniczących w całym programie wraz z młodzieżą cały ten czas (ok. 8-9 godzin lekcyjnych) ma wymiar szkoleniowy. Wiele elementów pracy trenerów, sposobów nawiązywania kontaktu z młodzieżą oraz metod atrakcyjnego i zrozumiałego przedstawiania trudnych treści profilaktycznych może wzbogacić warsztat umiejętności wychowawczych nauczyciela. Wartość szkoleniowa udziału nauczyciela w programie jest największa wtedy, gdy opiekę nad daną klasą przez cały czas trwania programu sprawuje wychowawca. Dzięki temu może on obserwować reakcje młodzieży ze swojej klasy i wykorzystać tę wiedzę w dalszej pracy.

Opis szkolenia teoretycznego dla kadry pedagogicznej

Kadra pedagogiczna szkoły uczestniczyć będzie w szkoleniu teoretycznym pt. „Program profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów® jako uzupełnienie i wzmocnienie pracy wychowawczej rodziców i nauczycieli”. Szkolenie trwa 2 godziny lekcyjne (i nie powinno być skracane do mniej niż 1,5 godziny lekcyjnej).

W ramach szkolenia zaprezentowane będą cele i treści programu Archipelag Skarbów® oraz wyniki badań nad jego skutecznością. Omówione będą wyniki badań nad młodzieżą z uwzględnieniem najważniejszych czynników chroniących, na których znaczenie badania wskazują (więzi z pozytywnymi dorosłymi, rodzina, klimat szkoły i klasy, osobisty rozwój i realizacja pasji, religijność [niezależnie od wyznania]) i czynników ryzyka zachowań problemowych młodzieży (presja

rówieśników, seksualizacja kultury masowej, brak oparcia w pozytywnych dorosłych). Prowadzący przedstawią wybrane aspekty wiedzy dotyczącej skutecznych strategii w profilaktyce młodzieżowej, a także wiedzę dotyczącą znaczenia „poziomów oddziaływania profilaktycznego i wychowawczego” dla skuteczności zmiany zachowań młodzieży (zob. *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*, s. 161–168). Omówione będą zastosowania tej wiedzy w codziennej pracy wychowawczej i profilaktycznej pracowników szkoły. W czasie szkolenia podkreślano znaczenie odwoływania się do mocnych stron i pozytywnych cech zarówno pojedynczych uczniów, jak i całych zespołów klasowych.

Wychowawcy i nauczyciele uwrażliwiani są na to, że niektórych uczniów (zwykle tych, którzy przeżywają poważne trudności osobiste) program porusza w silniejszy i głębszy sposób. Uczniowie, którzy wcześniej nie byli na to gotowi, po programie mogą szukać pomocy. Uczestnicy szkolenia są zachęceni do zasygnalizowania młodzieży ich gotowości do kontaktu indywidualnego i wspólnego zastanowienia się nad poszukiwaniem właściwych źródeł pomocy.

Nauczyciele uczestniczący w szkoleniu otrzymają pakiet materiałów składający się z:

- dwóch artykułów dotyczących roli rodziców i nauczycieli w profilaktyce młodzieżowej (S. Grzelak, 2014) oraz wpływu zjawiska seksualizacji na młodzież (S. Grzelak, 2013),
- ulotki profilaktycznej „Przewodnik po dżungli kontaktów z nastolatkiem”,
- kompletu materiałów profilaktycznych (dwie ulotki) rozdawanych młodzieży.

Wychowawcom klas uczestniczących w programie Archipelag Skarbów® przekazywane są *Materiały dydaktyczne na dwie godziny wychowawcze dla klas biorących udział w programie profilaktyki zintegrowanej Archipelag Skarbów®* umożliwiające kontynuowanie pracy profilaktycznej. Przeprowadzenie tych zajęć pomaga młodzieży w dostrzeżeniu znaczenia nauczycieli i wychowawców jako przewodników życiowych. Dla wychowawców jest to szansa na pogłębienie więzi z uczniami oraz ewentualną poprawę atmosfery w klasie, która jest ważnym czynnikiem chroniącym przed podejmowaniem zachowań ryzykownych (zob. *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*, s. 113–124). Drugim celem zajęć jest nauka wyrażania swoich uczuć i opinii – także tych krytycznych - z szacunkiem. Doświadczenie wychowawców, którzy przeprowadzili zajęcia uczy, że mogą one poprawić komunikację pomiędzy uczniami oraz na linii uczniowie–wychowawca. Wykorzystanie scenariuszy przez wychowawców oraz inspiracji ze szkolenia przez całą kadrę pedagogiczną szkoły oraz rodziców może znacznie zwiększyć siłę efektów programu Archipelag Skarbów®. Trzeba pamiętać, że efekty programu dla konkretnej grupy młodzieży stanowią wypadkową współpracy trenerów ze szkołą w trakcie realizacji programu oraz działań wzmacniających podjętych przez nauczycieli i rodziców po jego zakończeniu.

Opis szkolenia praktycznego dla wychowawców klas

Udział wychowawców klas (lub innych nauczycieli) w całym programie Archipelag Skarbów® dla młodzieży jest formą intensywnego, 8-godzinnego szkolenia praktycznego z zakresu profilaktyki młodzieżowej.

Obecność wychowawców jest okazją do obserwowania sposobu pracy trenerów oraz zaangażowania i reakcji poszczególnych uczniów. Konstrukcja programu sprzyja pozytywnemu zaangażowaniu i niestereotypowym zachowaniom tych uczniów, którzy w sytuacjach szkolnych sprawiają trudności, przyjmują negatywne role społeczne lub są wycofani i pozostają w cieniu.

Ważną rolą wychowawców oraz nauczycieli podczas programu jest wspieranie trenerów w utrzymaniu dyscypliny koniecznej dla efektywnego prowadzenia zajęć.

Uwarunkowania skuteczności programu realizowanego w szkole

Siła efektów programu Archipelag Skarbów® dla uczestniczącej w nim młodzieży w dużej mierze zależy od jakości współpracy na linii trenerzy–szkoła–rodzice. Tylko dobra współpraca przekłada się na maksymalną siłę efektów profilaktycznych dla młodzieży.

W danej szkole siła efektów może być większa lub mniejsza w zależności od:

- 1) warunków technicznych zapewnionych przez szkołę niezbędnych do pracy z dużą grupą młodzieży (odpowiednia wielkość sali, zaciemnienie sali, odpowiedni ekran, sprawne nagłośnienie itp.),
- 2) przebiegu procesu grupowego animowanego przez ekipę trenerów,
- 3) zaangażowania dyrekcji, pedagoga oraz nauczycieli odpowiedzialnych za poszczególne klasy w trakcie realizacji programu i kontynuacji pracy profilaktycznej
- 4) pogłębianie treści związanych z programem w rozmowach rodziców z dziećmi.

Bibliografia

- Erikson E. (2000). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Grzelak S. (2009). *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*. Wydanie drugie rozszerzone. Kraków: Wydawnictwo Rubikon.
- Grzelak S. (2013). *Seksualizacja w przestrzeni publicznej i jej wpływ na młodzież*. W: „Świat Problemów”. Nr 6 [online]. Dostępny w Internecie: www.swiatproblemow.pl/2013_06_4.html.
- Grzelak S. (2014). *Rodzice, szkoła i profesjonalna profilaktyka – w stronę dobrej współpracy*. W: „Świat Problemów”. Nr 1.
- Grzelak S. (2015). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*. Red. S. Grzelak. Wydanie pierwsze. Warszawa: ORE.
- Hansen W. (1992). Za: S. Grzelak (2009). *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*. Wydanie drugie rozszerzone. Kraków: Wydawnictwo Rubikon.
- McKay A. (2007). *The Effectiveness of Latex Condoms for Prevention of STI/HIV*. W: „The Canadian Journal of Human Sexuality”. Vol. 16 (1–2).
- STS (2013). Materiał z konferencji sejmowej: „Odebrana niewinność – seksualizacja kobiet i dziewcząt w mediach i reklamie”. Konferencja zorganizowana przez Stowarzyszenie Twoja Sprawa, 19 marca 2013. Do pobrania ze strony: www.twojasprawa.org.pl/dokumenty/RaportAPA-polski.pdf.
- Trussel J. (2011). *Contraceptive Failure in the United States*. „Contraception”. Nr 83.
- Trussel J. i in. (2011). *Contraceptive Technology*. 20th edition.
- Weller S., Davis K. (2004). *Condom effectiveness in reducing heterosexual HIV Transmission*. The Cochrane Library. Issue 3. Chichester, UK.
- Zurbriggen E.L. i in. (2007). *Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls*. Washington, D.C.: Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne.