

# WYPRAWA ODKRYWCÓW



## Geneza programu

Program profilaktyki zintegrowanej **Archipelag Skarbów® – Wyprawa Odkrywców** powstał jako odpowiedź profilaktyczna ekspertów IPZIN i środowiska trenerów programu **Archipelag Skarbów®** na potrzeby związane z trudną i dynamicznie zmieniającą się sytuacją młodzieży, rodziny, szkoły i całego społeczeństwa, powstałą na skutek epidemii COVID19.

Program został opracowany na podstawie wybranych elementów rekomendowanego programu profilaktyki zintegrowanej **Archipelag Skarbów®**, wybranych elementów programu **Nawigacja w Kryzysie** oraz doświadczeń wyniesionych z ogólnopolskiej **Akcji Nawigacji – Chroń siebie, wspieraj innych**, której ważnym elementem były badania przeprowadzone przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, opublikowane w raporcie **Młodzież w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej?**.

Działania te miały miejsce w okresie pierwszego etapu kwarantanny od kwietnia do czerwca br. i zostały docenione przez Ministerstwo Zdrowia, Krajowego Konsultanta w dziedzinie psychiatrii dzieci i młodzieży oraz Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, reprezentującej System Rekomendacji Programów Profilaktycznych.

Program **Archipelag Skarbów® – Wyprawa Odkrywców** w sytuacji reżimu sanitarnego i nauki zdalnej realizowany jest w formie *online*. Program jest dostosowany również do pracy stacjonarnej.

## Cel programu

Podstawowym celem programu jest wsparcie młodzieży i pomoc w odnalezieniu się w obecnej, związanej z epidemią, skomplikowanej sytuacji społecznej oraz **nauka umiejętności radzenia sobie w różnych innych sytuacjach kryzysowych**, poprzez skierowanie uwagi na kluczowe, z punktu widzenia nastolatka, cele życiowe.

Drugim celem działania jest wsparcie dorosłych (rodziców, nauczycieli) w pełnieniu funkcji wychowawczej i profilaktycznej w obecnej rzeczywistości. Za pomocą nowoczesnych narzędzi i interesujących treści inspirujemy wychowawców w ich pracy zdalnej.

## Elementy programu

Na program *Archipelag Skarbów – Wyprawa Odkrywców* składają się następujące elementy:

- Ankieta wstępna przeprowadzana przed realizacją zajęć z młodzieżą (przeprowadzana w trybie online)
- Zajęcia z młodzieżą – 3 godziny lekcyjne w formie zdalnej *online* z każdą klasą uczestniczącą w programie osobno (klasie towarzyszy wychowawca, pedagog lub oddelegowany przez szkołę nauczyciel)
- Szkolenie dla rady pedagogicznej – forma zdalna
- Spotkanie dla rodziców – forma zdalna
- Ankieta końcowa połączona ze spotkaniem klasy z wychowawcą (w trybie online)

## Treści programu

### BLOK 1 – JESTEŚ GWIAZDĄ

W pierwszej części programu wprowadzamy uczestników w temat szczęścia, przyjaźni i miłości. Budujemy wraz z uczniami definicje głębokiego i trwałego szczęścia w życiu, prawdziwej przyjaźni i miłości. Głównym obrazem do którego się odwołujemy jest gwiazda, w której ramiona symbolizują różne obszary życia ważne z perspektywy budowania relacji z innymi ludźmi. Zachęcamy młodzież do myślenia o sobie i innych, że są pewną całością, do poznawania siebie i wzajemnego szacunku. Pokazujemy wartość tego, że każdy jest wyjątkowy i niepowtarzalny.

### BLOK 2 – MIŁOŚĆ JEST SZTUKĄ

Wprowadzeniem w temat jest dialog z młodzieżą o ich pasjach i zainteresowaniach poprzedzony przykładem osób znanych ze świata sportu oraz innych młodych ludzi.

Pasje dają młodym ludziom satysfakcję i energię do życia, są również silnym czynnikiem chroniącym w ujęciu profilaktycznym. Różne formy zaangażowania wymagają czasu, wysiłku i wytrwałości. Pozwala to na pokazanie na zasadzie porównania, że podobnie jest w przyjaźni i miłości. W ramach bloku poświęconego przyjaźni i miłości poruszamy temat dotyczący rodzajów miłości, który pozwala zrozumieć, że zwrot *KOCHAM CIĘ* może mieć różne znaczenia. Może być odmiennie rozumiane przez drugą osobę oraz wiązać się z innymi oczekiwaniami. Podsumowaniem tego bloku w nawiązaniu do pierwszej części programu jest podkreślenie wartości wierności i trwałości najważniejszych relacji w życiu w odniesieniu do definicji głębokiego i trwałego szczęścia oraz prawdziwej miłości.

### BLOK 3 – PATRZ DALEKO

Trzeci blok zajęć korzystając z wcześniejszych odniesień służy wprowadzeniu młodzieży w temat umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i kryzysowych. Wprowadzamy pojęcie dziewięciu wskazówek, które mogą stanowić mapę, która może i bezpiecznie przeprowadzić młodego człowieka przez takie sytuacje. W trakcie tej części pokazujemy wybrane wyniki ankiety wstępnej, którą młodzież wypełniała przed programem. Wykorzystujemy wypowiedzi odnoszące się do źródeł wsparcia z których korzystają, marzeń oraz ich celów życiowych jako istotnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych. Rozmawiamy również o barierach będących w ich odczuciu przeszkodą w realizacji swoich planów.

Ważnym tematem są uczucia i umiejętność ich akceptowania. Na przykładzie złości wskazujemy, że wszystkie uczucia są ważne i potrzebne, podkreślając jednocześnie wartość świadomego decydowania o tym co pod wpływem uczuć robimy.

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