

Program Profilaktyczny Rytm i wartości

Program Rytm i Wartości, oparty na koncepcji pozytywnej adaptacji młodzieży (resilience) stworzony został w oparciu o modelowanie empiryczne.

Realizowany przez nas program składa się z narracyjnych modułów dramowych, dotyczących istotnego w nurcie tzw. profilaktyki integralnej obszaru wartości. Dzięki strukturze programu zawierającej moduły konsultacyjne dla wychowawców, są oni aktywowani i wspierani w dalszej pracy z grupą w obszarze wytyczonym przez program. Rozwijana dzięki udziałowi w programie sfera wartości ułatwia młodym ludziom pozytywne postrzeganie siebie oraz postrzeganie świata wokół jako przyjaznego i pozytywnego, w konsekwencji zabezpieczając przed uzależnieniami od narkotyków i innymi zachowaniami ryzykownymi, co stanowi walor profilaktyczny przygotowanego programu.

Efektom programu jest wyraźnie lepsze funkcjonowanie zespołu klasowego, dzięki wzmacnianiu pozytywnych relacji z wychowawcą, który uczestnicząc w projekcie otrzymuje bardzo proste, a więc mało wymagające w zastosowaniu a przy tym skuteczne narzędzia wspierające pracę wychowawczą z grupą i kompensację osłabionych więzi – naturalnej ochrony przed patologiami społecznymi.

1. Realizatorzy programu :

Marcin Drzazga, magister pedagogiki (UŚ), absolwent Studium Reżyserii Teatrów Dzieci i Młodzieży przy PWST w Krakowie. Jest specjalistą w dziedzinie stosowania metod dramowych w profilaktyce i edukacji. Wybitnie doświadczony praktyk w zakresie profilaktycznej pracy z młodzieżą technikami dramowymi (na przestrzeni ostatnich 3 lat – ponad 3000 przepracowanych godzin). Uczeń prof. J. Somersa. Uczestnik i trener licznych warsztatów oraz sympozjów dotyczących pracy technikami dramowymi.

Dawid Rak, magister psychologii (UJ), absolwent kursu animatorów zajęć dla dzieci i młodzieży oraz treningów kontaktu i umiejętności interpersonalnych. Obecnie w trakcie szkolenia do certyfikatu trenera PTP.

Anna Knapik, magister pedagogiki (UŚ), trener (absolwent szkoły trenerów Gniazdo), absolwent licznych kursów doskonalących i szkoleń, m.in.: Studium Terapii przez Sztukę, Pedagogika ulicy, Pedagogika Marii Montessori. Doświadczony praktyk w zakresie pracy technikami aktywnymi z młodzieżą, dziećmi i dorosłymi.

Paweł Piotrowski, absolwent Edukacji Zdrowotnej i Profilaktyki Uzależnień na Uniwersytecie Pedagogicznym w Krakowie, fotografik - absolwent Szkoły Kreatywnej Fotografii (KSA), instruktor i opiekun w świetlicach socjoterapeutycznych.

Karolina Sokolik, magister pedagogiki resocjalizacyjnej (UW), trener „Programu pracy ulicznej z dziećmi i młodzieżą”, streetworerka prowadząca zajęcia z młodzieżą w programie „Wychowawca podwórkowy”.

Lucyna Dudzic, magister psychologii UKSW, absolwentka Studium Treningu i Terapii Grupowej w Dolnośląskim Centrum Psychoterapii. Trener grup w projektach wielokulturowych i międzynarodowych.

Wiktor Szynkaruk, absolwent psychologii (UJ), doświadczony trener pracujący z grupami dzieci i dorosłych.

Katarzyna Sowińska, magister psychologii oraz magister filozofii Uniwersytetu Łódzkiego, absolwent kursu trenerskiego I stopnia w Towarzystwie Wiedzy Psychologicznej Start.

Michał Maciejak, magister pedagogiki UŁ, wychowawca w placówkach środowiskowego wsparcia dzieci i młodzieży, trener warsztatów profilaktycznych.

Dorota Mularz, magister psychologii UJ oraz absolwentka kulturoznawstwa UJ.

Absolwentka Szkoły Trenerów BAZA, trener umiejętności psychospołecznych.

Paweł Budzon, magister psychologii UKSW, koordynator Centrum Pomocy Rodzinom Wielodzietnym, Wiceprezes Fundacji Centrum Wielodzietności, trener warsztatów profilaktycznych.

Magdalena Słojewska, absolwentka studiów pierwszego stopnia z zakresu pedagogiki w Akademii Pedagogiki Specjalnej w Warszawie obecnie w trakcie studiów drugiego stopnia. Instruktor teatralny, animator, koordynator akcji społecznych, streetworker. Posiada doświadczenie w pracy profilaktyczno-wychowawczej z grupami dzieci i młodzieży.

Maria Dworak, magister psychologii (UJ) i magister pedagogiki resocjalizacyjnej (UJ), posiada bogate doświadczenie w pracy streetworkerskiej oraz w projektach międzynarodowych adresowanych do młodzieży wykluczonej z zakładów poprawczych, schronisk dla nieletnich.

Grzegorz Pytel, ukończył studia pedagogiczne (UŚ). Jest również absolwentem studiów z zakresu Zarządzania Zasobami Ludzkimi oraz studiów doktoranckich w Kolegium Zarządzania i Finansów Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie. Praktyk w zakresie psychoedukacyjnej i szkoleniowej pracy z grupą oraz koordynowania wielozespołowych projektów non-profit.

2. Czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z rozwojem zachowań ryzykownych uwzględnione w programie:

Czynniki ryzyka

- niski poziom samoakceptacji
- niska samoocena
- podatność na presję rówieśniczą
- niskie wsparcie społeczne
- negatywne oczekiwania związane z przyszłością
- akceptacja przemocy

Czynniki chroniące

- samoakceptacja
- wysoka samoocena
- niska podatność na presję rówieśniczą
- dobre relacje z dorosłymi
- zachowania prospołeczne
- aktywne radzenie sobie z problemami
- akceptacja ze strony rówieśników
- wsparcie ze strony przyjaciół
- bliskość z rówieśnikami

3. Harmonogram:

I. Spotkanie informacyjne dla wychowawców klas

II. Realizacja pierwszego z cyku warsztatów profilaktycznych

Zakres czynności realizatorów: nawiązanie relacji z klasą, wypracowanie kontraktu grupowego, realizacja ćwiczeń wspierających jakość komunikacji i relacji w grupie, wprowadzenie grupy do pracy narracyjnej (dramowej), realizacja sekwencji dramowych (praca w rolach, wspólne wypracowywanie rozwiązań problemów, wspólne podsumowania i wnioski).

III. Omówienie pracy z wychowawcą

Zakres czynności realizatorów: omówienie wspólnej pracy z grupą, przekazanie materiałów do dalszej pracy z klasą na lekcji wychowawczych (po pierwszym i drugim z cyklu warsztatów).

IV. Działania wychowawcy z klasą w ramach lekcji wychowawczych

Zakres czynności realizatorów: w oparciu o otrzymane materiały wychowawca realizuje krótkie ćwiczenia z grupą służące wzmocnieniu i utrwaleniu oddziaływania programu na grupę.

V. Realizacja drugiego z cyklu warsztatów profilaktycznych

Zakres czynności realizatorów: realizacja kolejnych działań z grupą kontynuujących pracę rozpoczętą w trakcie pierwszego warsztatu i odwołującą się do działań wychowawcy z klasą w ramach lekcji wychowawczych.

VI. Wsparcie dalszych działań wychowawcy z klasą

Zakres czynności realizatorów: trenerzy, przygotowują analizę socjometryczną grupy lub/i przekazują dla wychowawcy i pedagoga specjalne rekomendacje do dalszej ujmujące zasoby grupy, ujmujące zdiagnozowane zagrożenia i problemy na które należy zwrócić szczególną uwagę.

VII. Spotkanie szkoleniowo-informacyjne z rodzicami

Zakres czynności realizatorów: w dniach zebrań z rodzicami, organizowane są spotkania w trakcie których rodzice i opiekunowie dzieci uzyskują informacje nt. celu i zakresu realizowanych z grupą działań profilaktycznych, struktury zasobów i zagrożeń widocznych w grupie klasowej. W drugiej części spotkania realizowany jest krótki warsztat szkoleniowy wspierającym rodziców w aktywnych działaniach profilaktyczno-wychowawczych realizowanych we współpracy ze szkołą.

4. Cele programu (SMART):

Cel ogólny programu

Rozwijanie umiejętności życiowych jako zbioru zasobów i kompetencji pozwalających na skuteczne radzenie sobie z trudnościami życiowymi w tym:

- Kształtowanie konstruktywnych wzorców komunikacyjnych oraz umiejętności rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie w sytuacjach trudnych
- Wzrost poczucia własnej wartości oraz kształtowanie umiejętności nazywania emocji i radzenia sobie z „trudnymi emocjami”
- Budowanie postaw prospołecznych oraz wzmacnianie roli wychowawcy i rodzica jako osób znaczących

Cele szczegółowe

Cele szczegółowe (operacyjne) programu każdorazowo doprecyzowywane są z wychowawcą i pedagogiem szkolnym w trakcie spotkania konsultacyjnego poprzedzającego realizację programu dla klasy. Uzyskujemy wtedy szczegółowe informacje nt. specyficznych dla danych klas deficytów i obszarów wymagających pogłębionej pracy w ramach realizacji celów strategicznych programu.

Równocześnie, cele operacyjne wynikają z wybieranych już na etapie kontaktów przedrealizacyjnych (na etapie składania wniosku o sfinansowanie) narracji w oparciu o które pracujemy w programie.

W przypadku zestawu dram Rytm i Wartości (realizowanego w ramach Programu Profilaktycznego Epsilon) wśród celów operacyjnych w sposób szczególny istotne są:

- kształtowanie sfery wartości młodego człowieka,
- budowanie systemu konstruktywnych rytuałów spajających grupę i wychowawcę.

Uzasadnienie celowości

Zgodnie z wynikami badań publikowanymi m. In. Przez światową organizację zdrowia (who) wdrażanie programów rozwijania umiejętności życiowych sprzyja ochronie i poprawie zdrowia dzieci i młodzieży, w tym:

- Zmniejszeniu częstości zachowań ryzykownych dla zdrowia, takich jak palenie tytoniu,

picie alkoholu, używanie innych substancji psychoaktywnych oraz zachowań antyspołecznych, agresywnych i samobójczych,

- Zachowaniu abstynencji seksualnej młodych ludzi i bezpiecznym zachowaniom seksualnym, zmniejszeniu liczby ciąż nieletnich,

Zwiększeniu poczucia własnej wartości, pewności siebie, poprawie obrazu własnej osoby i poczucia własnej skuteczności (self-efficacy), lepszemu przystosowaniu społecznemu i emocjonalnemu, zwiększeniu motywacji do troski o siebie i innych ludzi, redukcji lęku w relacjach.

5. Metody i formy realizacji programu:

Program Rytm i Wartości oparty jest o metody aktywnego uczestnictwa (*active participation*), w szczególności dramę edukacyjną oraz współpracę pomiędzy profesjonalnym trenerem i wychowawcą klasy. Program zakłada aktywną pracę warsztatową z małą grupą, jaką jest zespół klasowy, za której poszczególne elementy odpowiadają trenerzy zewnętrzni i wychowawcy pełniący w realizacji projektu kluczową rolę. Botwin wymienia następujące warunki zwiększające skuteczność programu profilaktycznego, realizowanego na terenie szkoły:

- multidyscyplinarność programu,
- interaktywna forma przekazu,
- praca z małą grupą,
- wzmacnianie samoświadomości i samokontroli,
- wzmacnianie umiejętności życiowych.

Drama jest metodą wspierania zrównoważonego rozwoju dziecka opartą o wspólne, aktywne działanie. Umożliwia poznanie i przeżycie problemów, wspólne poszukiwanie właściwych rozwiązań i dokonywanie wyborów przy zaangażowaniu każdego członka grupy. Drama wykorzystuje umiejętność każdego człowieka (szczególnie dzieci) wchodzenia w rolę. Dzięki dramie dzieci mogą doświadczyć sytuacji nowej lub też przeżyć podobną jak w życiu pod okiem dbającego o bezpieczeństwo trenera-profilaktyka.

Istotą dramy jest konflikt, problem. To on generuje napięcie angażując emocjonalnie, motywując uczestników do jego rozwiązania.

Drama uczy rozumienia siebie i innych na poziomie emocji i uczuć, rozwija wyobraźnię i inteligencję inter i intrapsychiczną.

Drama zaspokaja:

Potrzebę bezpieczeństwa.

Potrzebę uznania.

Potrzebę pozytywnych kontaktów emocjonalnych z innymi.

Potrzebę dodatniej samooceny.

Potrzebę samorealizacji.

Zaspokajanie potrzeb jest **warunkiem zachowań pozytywnych i zapobiegania**

negatywnym. Wspólne uczestnictwo w dramie pozwala poznać dzieci, ich zainteresowania, umiejętności współdziałania i współpracy w grupie. Umożliwia stworzenie takiej sytuacji, w której dziecko może się wykazać, osiągnąć sukces, być docenionym i zauważonym przez kolegów. Dzięki tym wszystkim cechom drama uznawana jest obecnie za jedno z najlepszych narzędzi w pracy profilaktycznej z grupą, w szczególności w zakresie prewencji i zapobiegania zachowaniom ryzykownym, jak również w zakresie wspierania zrównoważonego rozwoju dzieci i grup rówieśniczych.

10. Zakładane rezultaty realizacji programu:

- Poprawa jakości komunikowania się w grupach klasowych
- Poprawa umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów w grupie klasowej
- Zwiększenie poziomu tolerancji w grupie, zwiększenie częstości występowania postaw prospołecznych
- Aktywizacja wychowawcy w pracy z grupą i wspieraniu grupy klasowej

6 . Opis sposobu ewaluacji programu.

- Program podlega corocznej ewaluacji wewnętrznej na podstawie ankiet wypełnianych przez losowo wybrane grupy uczestników w trakcie realizacji w poszczególnych miastach Polski / dzielnicach Warszawy. Wyniki ewaluacji analizowane są każdorazowo w kontekście doskonalenia programu oraz zespołu realizacyjnego i przedstawiane Zleceniodawcy wraz ze sprawozdaniami.
- W trakcie realizacji program podlega ewaluacji typu on-going (1-2 krotnie w trakcie realizacji), której celem jest ocena adekwatności działań służących osiągnięciu celów w kontekście uwarunkowań pojawiających się w poszczególnych grupach i szkołach. Wyniki ewaluacji typu on-going dołączane są do sprawozdań okresowych z realizacji programu.
- Program podlega okresowej ewaluacji zewnętrznej realizowanej we współpracy z Uniwersytetem Jagiellońskim. Pierwsza ewaluacja miała miejsce w 2006r. Wyniki ewaluacji 2006r., stały się podstawą do doskonalenia programu w szczególności w obszarach, które we wnioskach z ewaluacji zostały zidentyfikowane jako najistotniejsze w kontekście efektywności realizacji celów programu. Wyniki i wnioski ewaluacji

7. Rekomendacja programu :

Program Profilaktyczno Wychowawczy Epsilon (w oparciu o strukturę którego realizowany jest projekt) posiadają rekomendacje takich instytucji jak:

- Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
- Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie
- Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii
- Ośrodek Rozwoju Edukacji
- Instytut Psychiatrii i Neurologii

Instytucja realizuje działania w obszarze profilaktyki społecznej na terenie całej Polski, w szczególności Warszawy (m.in.: w dzielnicach Bemowo, Wola, Mokotów, Włochy, Bielany, Ochota, Wilanów, Żoliborz, Praga Płd., Ursus, Włochy, Rembertów).

Program finansowany
przez Miasto Stołeczne Warszawa – Dzielnica Ochota,
ul. Grójecka 17a, 02-021 Warszawa