

**UNIWERSYTET PAPIESKI JANA PAWŁA II**  
**WYDZIAŁ NAUK SPOŁECZNYCH**  
**INSTYTUT NAUK O RODZINIE**

**ROMAN SOLECKI**

**PROFILAKTYKA INTEGRALNA**  
**NA PRZYKŁADZIE OŚRODKA**  
**PROFILAKTYKI PROBLEMOWEJ**  
**„ARCHEZJA”**

Praca licencjacka  
piana pod kierunkiem  
dr Moniki Borowskiej

**Kraków 2011**

**Autor: Roman Solecki**

**Tytuł: Profilaktyka Integralna na przykładzie Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”.**

**Promotor: dr Monika Borowska**

**Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie**

**Kraków 2011**

**Stron 85**

## **ABSTRAKT**

Praca zawiera prezentacje - wspomagającej proces dojrzewania adolescentów - profilaktyki integralnej prowadzonej przez Ośrodek Profilaktyki Problemowej „Archezja”. Zwraca ona szczególną uwagę na zrozumienie siebie, wyznawany światopogląd oraz relacje z grupą. Wskazuje na zagrożenie, jakim są uzależnienia, prezentując ich przyczyny oraz sposoby zapobiegania w ujęciu klasycznym i integralnym. W pracy zaprezentowano również prowadzony w „Archezji” program profilaktyczno-wychowawczy, realizujący w praktyce omawiany model profilaktyczny oraz ocenę jego merytorycznej trafności.

## **SŁOWA KLUCZOWE**

Adolescencja

Dojrzewanie

Profilaktyka integralna

Profilaktyka uzależnień

Rozwój

Uzależnienie

Zagrożenia okresu dojrzewania

# SPIS TREŚCI

|   |    |
|---|----|
| <b>SPIS TREŚCI</b> .....  | 3  |
| <b>WSTĘP</b> .....  | 5  |
| <br>  |    |
| <b>ROZDZIAŁ I</b>   |    |
| <b>Okres dojrzewania oraz wybrane zagrożenia tego etapu rozwoju</b> ..... | 6  |
| 1.1. Specyfika okresu dojrzewania .....                                   | 6  |
| 1.1.1. Samorozwój i zrozumienie siebie .....                              | 8  |
| 1.1.2. Grupa rówieśnicza i relacje osobowe .....                          | 12 |
| 1.1.3. Przekonania normatywne, światopogląd i system wartości .....       | 14 |
| 1.2. Uzależnienia jako zagrożenie okresu dojrzewania .....                | 16 |
| 1.2.1. Przyczyny, rodzaje i mechanizmy uzależnienia .....                 | 18 |
| 1.3. Sposoby przeciwdziałania zachowaniom problemowym .....               | 23 |
| 1.3.1. Profilaktyka w ujęciu klasycznym .....                             | 24 |
| 1.3.2. Profilaktyka integralna .....                                      | 28 |
| <br>  |    |
| <b>ROZDZIAŁ II</b>  |    |
| <b>Metodologia badań własnych</b> .....                                   | 32 |
| 2.1. Cel i przedmiot badań .....  | 32 |
| 2.2. Paradygmat metodologiczny .....                                      | 33 |
| 2.3. Problemy badawcze .....  | 33 |
| 2.4. Metody, techniki, narzędzia badań .....                              | 34 |
| 2.5. Charakterystyka badanej grupy .....                                  | 35 |
| <br>  |    |
| <b>ROZDZIAŁ III</b>   |    |
| <b>Ośrodek Profilaktyki Problemowej „Archezja”</b> .....                  | 36 |
| 3.1. Historia powstania Ośrodka „Archezja” .....                          | 36 |
| 3.2. Program profilaktyczno-wychowawczy „Archezja” .....                  | 37 |
| 3.2.1. Cele programu, grupa docelowa, prowadzący .....                    | 37 |
| 3.2.2. Założenia antropologiczne i teoretyczne programu .....             | 39 |
| 3.2.3. Metody i strategie profilaktyczne stosowane podczas programu ..... | 40 |
| 3.2.4. Scenariusz zajęć i opis elementów programu .....                   | 42 |

**ROZDZIAŁ IV**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Próba oceny trafności merytorycznej programu profilaktyczno-wychowawczego „Archezja” .....</b> | <b>52</b> |
| <b>ZAKOŃCZENIE .....</b>  | <b>59</b> |
| <b>BIBLIOGRAFIA .....</b>   | <b>60</b> |
| <b>ANEKS.....</b>   | <b>63</b> |

## WSTĘP

Praca dotyczy rozwoju człowieka w okresie adolescencji oraz jego potencjalnych zagrożeń, jakimi są uzależnienia. Zarówno problematykę rozwoju jak i uzależnień przedstawiono w ujęciu interdyscyplinarnym, odnosząc się do danych z psychologii, socjologii i pedagogiki. Umożliwia to całościowy wgląd w istotę procesu dochodzenia do dorosłości oraz występujących na tym etapie życia zagrożeń rozwoju.

Głównym przedmiotem badań jest teoretyczny model oraz praktyczna realizacja założeń profilaktyki integralnej, traktowanych tu jako odpowiedź na niską skuteczność dotychczasowych form zapobiegania uzależnieniom wśród młodzieży.

Problem główny to pytanie o trafność merytoryczną zajęć prowadzonych w Ośrodku, przeanalizowaną w kontekście aktualnego stanu wiedzy. Problematyka szczegółowa to pytania o rodzaj stosowanej w programie struktury zajęć oraz form, metod, i strategii profilaktycznych, jak również o ich zgodność z założonymi celami profilaktycznymi i ogólnorozwojowymi. Praca ma ukazać program „Archezja” jako zasadne uzupełnienie tradycyjnych programów profilaktycznych. W badaniach zastosowano metodę monografii pedagogicznej oraz technikę wywiadu swobodnego, w celu zdobycia informacji na temat funkcjonowania Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”.

Praca składa się z czterech rozdziałów. Pierwszy zawiera teoretyczne tło badań własnych, drugi ich metodologiczną i metodyczną organizację. W rozdziale trzecim zaprezentowano uzyskane dane na temat założeń i realizacji programu, a w rozdziale czwartym dokonano oceny jego merytorycznej trafności. Prace uzupełniono spisem bibliograficznym wykorzystanych pozycji oraz Anekssem.

# ROZDZIAŁ I

## OKRES DOJRZEWANIA ORAZ WYBRANE ZAGROŻENIA TEGO ETAPU ROZWOJU

W tym rozdziale pragnę zaprezentować informację na temat okresu dojrzewania i ważnych elementów w nim występujących, takich jak tworzenie obrazu samego siebie, relacje grupowe czy kształtowanie się światopoglądu. Następnie zostanie wyjaśnione pojęcie uzależnienia (jako poważnego zagrożenia współczesnego świata) oraz jego przyczyn. Na koniec przedstawię sposoby przeciwdziałania zachowaniom problemowym, omawiając profilaktykę klasyczną a zarazem wprowadzając do modelu profilaktyki integralnej. Do tego celu posłuży mi literatura z zakresu psychologii rozwojowej, a zwłaszcza z dziedziny profilaktyki, która zwraca uwagę na zagrożenia płynące z poszczególnych sfer rozwoju. Autorzy zostali dobrani ze względu na ich autorytet w dziedzinie profilaktyki i wychowania. Natomiast do opisanie modelu profilaktyki integralnej, posłużyła literatura twórców tego nurtu, bazująca na holistycznym patrzeniu na człowieka i jego rozwój, z uwzględnieniem sfery duchowej, niedocenianej przez innych twórców. W ich ujęciu profilaktyka jest czymś głębszym, niż tylko przeciwdziałaniem uzależnieniom. Tak naprawdę jej celem staje się przygotowanie człowieka do dojrzałego życia wobec codziennych wyzwań i chronienie go przed wszelkimi zagrożeniami, docierając do odpowiedzi na najważniejsze pytania o sens i cel istnienia.

### 1.1. SPECYFIKA OKRESU DOJRZEWANIA

Okres dojrzewania jest najbardziej przełomowym etapem w życiu każdego człowieka, od którego zależy w większości nasza konstrukcja psychofizyczna, będąca fundamentem przyszłego funkcjonowania. Stąd poświęca mu się wiele uwagi w opisach teoretycznych i badaniach, natomiast niestety można zauważyć, że występuje o wiele mniej zastosowań praktycznych, związanych z jego prawidłowym wspomaganie, choćby od strony zapobiegania zachowaniom problematycznym, których współcześnie możemy zauważyć coraz więcej. Pojęcie „Adolescencja ( z łac. *adolescere*, co znaczy wzrastanie ku dojrzałości) jest okresem przemian w życiu człowieka, które z dzieciństwa prowadzą go ku dorosłości.(...) Okres adolescencji jest, po stabilnym

okresie dzieciństwa, czasem intensywnych przemian, którym podlega większość procesów rozwoju.”<sup>1</sup> Rozwój następuje we wszystkich sferach: biologicznej, psychologicznej, społecznej, a także duchowej. I tak samo w tych sferach mogą wystąpić specyficzne zagrożenia, prowadzące do zachwiania równowagi całego systemu, do których wrócimy pod koniec tego rozdziału. Na początku warto zapoznać się elementami, mającymi ważne znaczenie w kształtowaniu się dojrzałej osobowości.

B. Varenhorst wymienia kilka podstawowych celów, osiągniętych przez młodzież w tym okresie życia:

- doświadczenie fizycznej dojrzałości seksualnej ( obraz siebie, oczekiwania wobec innych i sposób komunikowania się, nowe role i obowiązki społeczne),
- rozwijanie własnej indywidualności (Kim jestem? Jakie są moje relacje z innymi ludźmi? stabilizacja koncepcji siebie, świadomość ciągłości własnego rozwoju),
- kształtowanie zobowiązań społecznych (współdziałanie i swoje miejsce w społeczeństwie, sens życia, światopogląd, postawy wobec norm i ról społecznych),
- uzyskanie autonomii ( uwalnianie się od opinii, autorytetu, systemu wartości i poglądów rodziców na rzecz grupy rówieśniczej, jako ważnego punktu odniesienia oraz miejsca kształtowania się pojęcia wolności i odpowiedzialności),
- wyrastanie z egocentryzmu (nabywanie poczucia wspólnoty z innymi członkami społeczeństwa, poszanowanie prawa do odmienności),
- reorganizacja systemu wartości ( usprawnienie procesów myślenia, kwestionowanie systemu wartości szerokiego społeczeństwa, idealizowanie, oparcie w grupie rówieśniczej, tworzenie własnego systemu wartości).<sup>2</sup>

Natomiast Havighurst (1981) wyróżnia osiem zadań rozwojowych:

- 1) osiągnięcie nowych dojrzałych relacji z rówieśnikami obu płci
- 2) osiągnięcie męskiej i kobiecej roli społecznej
- 3) akceptowanie swojego wyglądu i efektywne korzystanie ze swojego ciała
- 4) osiągnięcie emocjonalnej niezależności od rodziców i innych dorosłych
- 5) przygotowywanie się do życia w rodzinie i małżeństwie
- 6) przygotowywanie się do zawodu
- 7) nabywanie zbioru wartości i systemu etycznego
- 8) pożądanie i osiągnięcie społecznie odpowiedzialnego zachowania<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> I. Obuchowska, *Adolescencja*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka-charakterystyka okresów życia człowieka*, Warszawa 2002, s. 163.

<sup>2</sup> Zob. B. Varenhorst, *The adolescent society*, [in:] *Adolescent Peer Pressure. Theory, Correlates and Program Implications for Drug Abuse Prevention*, Rockville 1981, p. 1-20, cyt. za: Z. B. Gaś, *Psychoprofilaktyka*, Lublin 1998, s. 103.

Warto podkreślić, że „okres rozwojowy pełnej adolescencji jest szczególnie istotny z punktu widzenia dalszego rozwoju ucznia. Tempo rozwoju oraz sposoby osiągania celów rozwojowych zależą od samego ucznia oraz od osób wspomagających, czyli rodziców i nauczycieli. Drogą do przeciwdziałania różnego rodzaju zachowaniom patologicznym, o które szczególnie łatwo w tym trudnym okresie życia, jest przekazywanie wiedzy, umiejętności oraz tworzenie warunków sprzyjających prawidłowemu rozwojowi nastolatka. Jedynie w ten sposób można skutecznie wspomóc młodego człowieka w dążeniu do dojrzałości w różnych sferach jego funkcjonowania”<sup>4</sup>

Adolescencja jest pełna różnorodnych zadań rozwojowych, co wiąże się z takimi sytuacjami trudnymi jak: intrapsychiczne i interpersonalne sytuacje konfliktowe, deprivacje potrzeb emocjonalnych i poznawczych, zagrożenia związane z obrazem siebie i systemem wartości, utrudnienia wynikające z braku konstruktywnych wzorów do naśladowania oraz przeciążenia, mające swoje podłoże w braku proporcji pomiędzy możliwościami jednostki a narzuconymi zadaniami. Stąd wynika konieczność zapoznania się z ważnymi elementami kształtowania się osobowości.

### **1.1.1. Samorozwój i zrozumienie siebie**

Patrząc na rozwój z perspektywy psychospołecznej można powiedzieć, że „właśnie wówczas dokonują się między innymi kluczowe zmiany w zakresie obrazu siebie i społecznej percepcji jednostki, formowane są nowe wzorce relacji interpersonalnych, gwałtownie wzrasta liczba i jakość nowych doświadczeń osobistych i społecznych, rozwijane są umiejętności pozwalające na kształtowanie się poczucia własnej kompetencji. Nastolatek osiąga nowy status społeczny, a tym samym zwiększają się jego możliwości osiągania celów, otrzymywania wzmocnień i kształtowania nowych zachowań. W tym więc okresie życia dokonują się gruntowne przemiany w zakresie poczucia tożsamości osobistej i społecznej.”<sup>5</sup>

Istotą wychowania jest przygotowanie człowieka do samodzielnego rozwoju we wszystkich sferach jego życia oraz wyposażenie w zdolności do rozumienia samego siebie. Aby człowiek mógł zaplanować swój rozwój i prawidłowo go przeprowadzić,

---

<sup>3</sup> Zob. R. J. Havighurst, *Developmental Tasks and Education*, New York and London 1981, cyt. za: O. Głuchowska-Bogacka, *Poziom realizacji zadań rozwojowych w okresie wczesnej adolescencji*, [w:] A. Brzezińska, M. Bardziejewska, B. Ziółkowska (red.), *Szanse rozwoju w okresie dorastania*, Poznań 2002, s. 28-29.

<sup>4</sup> P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, *Profilaktyka w gimnazjum*, Kraków 2003, s. 13.

<sup>5</sup> Z. B. Gaś, *Psychoprofilaktyka*, Lublin 1998, s. 101.

musi na samym początku poznać swoją naturę. Chodzi o pewną samowiedzę, a także ciekawość poznawczą wobec otaczającej nas rzeczywistości, ponieważ poszukiwanie prawdy o sobie i o świecie jest jednym z głównych zadań w życiu.<sup>6</sup> Erikson (1968) mówi o tzw. kryzysie tożsamości. „Aby go pokonać, młody człowiek musi scalić dotychczasową wiedzę o sobie zawartą w pełnionych przez niego rolach (syna czy córki, ucznia, przyjaciela itp.) i uzyskać integrację swojej przeszłości z teraźniejszością i koncepcją przyszłości. W sytuacji, gdy otoczenie społeczne nie dostarcza wyraźnych wzorów identyfikacyjnych, gdy brak jest zewnętrznej stabilności tak w rodzinie, jak w społeczeństwie, gdy w dodatku eksplozja informatyczna wzmaga poczucie zmienności i niepewności — struktura tożsamości nie może się scalić i występuje pomieszanie ról. Od tego, czy młody człowiek pokona kryzys tożsamości, *zależy* - zdaniem Eriksona - dalszy rozwój osobowości.”<sup>7</sup> Proces formowania się własnej tożsamości odbywa się na płaszczyźnie osobowej i społecznej. Ta pierwsza dotyczy wyznaczonych celów, wyznawanych wartości, przekonań, preferowanych zainteresowań, określonych potrzeb, ukształtowanych sposobów myślenia i kryteriów oceny. Fundamentalna jest tutaj odpowiedź na pytanie „kim jestem?” która gwarantuje spójność i stałość w zachowaniu w różnych sytuacjach życia oraz daje poczucie własnej wartości w obliczu trudności i niepowodzeń. Natomiast płaszczyzna społeczna dotyczy identyfikacji z daną grupą, która zaspokaja potrzebę akceptacji.<sup>8</sup>

To niezwykle ważne zadanie, którym jest poczucie tożsamości, wiąże się z podjęciem refleksji na temat swojej egzystencji, do której powinno zainspirować nas otoczenie, przede wszystkim środowisko rodzinne i szkolne. Jeżeli tego brakuje, młody człowiek nie jest w stanie odkryć swojej tożsamości i sensu wszelkich działań, a także znaleźć swojego miejsca w świecie. Marek Dziewiecki zwraca uwagę, że jedynie ze sfery duchowej wynika zdolność do zrozumienia samego siebie i gotowość do odpowiedzi na najważniejsze pytania stawiane w życiu: Kim jestem? Skąd pochodzę? Dokąd zmierzam? Po co żyję?<sup>9</sup>

To prawda, że „dynamiczny rozwój w sferach psychicznej i społecznej oznacza większe możliwości adaptacji do wykonywanych zadań oraz umiejętność opracowania

---

<sup>6</sup> Por. S. Ruciński, *Pedagogiczny personalizizm Sergiusza Hessena*, [w:] H. Rotkiewicz (red.), *Filozofia wychowania Sergiusza Hessena*, s. 73-74.

<sup>7</sup> E. H. Erikson, *Identity – youth and crisis*, New York, 1968, cyt. za: I. Obuchowska, *Adolescencja*, dz. cyt., s. 184.

<sup>8</sup> Por. M. Bardziejewska, *Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków?*, [w:] A. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańsk 2005, s. 347.

<sup>9</sup> Por. M. Dziewiecki, *Kochać i wymagać*, Kraków 2006, s.195-196.

wielu rozwiązań problemu. Pojawiające się myślenie abstrakcyjne pozwala na wykraczanie poza obecne doświadczenia o rozważanie nie tylko zagadnień dotyczących własnej przyszłości, ale również problemów ogólnoludzkich, np. moralnych czy politycznych. Młodzi ludzie lubią dyskutować, są nastawieni refleksyjnie, a zarazem, bardzo krytycznie do otaczającej ich rzeczywistości.”<sup>10</sup>

Jednak, również dla S. Hessena, filozofa wychowania, to, co fizyczne, psychiczne czy społeczne nie jest w stanie objąć świata w całości, zając wobec niego odpowiedniej postawy, nazywanej światopoglądem, w której człowiek pragnie ogarnąć otaczającą rzeczywistość. Biologia, psychologia czy socjologia nie dają pełnej odpowiedzi jak wychowywać. Potrzebne jest odwołania do wartości ponadosobowych, kształtujących osobowość, które pozwalają na wyzwolenie się z ograniczeń własnego egoizmu. Dzięki duchowemu rozwojowi, a nie tylko psychofizycznemu dorastaniu, człowiek uświadamia sobie swoje miejsce w świecie i postawę wobec wszechświata, swoją podmiotowość, uczy się obiektywizmu a jego stosunek wobec rzeczywistości staje się żywy, aktywny i dojrzały.<sup>11</sup>

Aby móc zrozumieć siebie, potrzeba dokonywać osądu własnej osoby w działaniu. „Samoocena stanowi istotny regulator postępowania człowieka, jest miarą jego relacji z innymi ludźmi. Według Józefa Kozieleckiego (1986), samooceny to sądy wartościujące, które dotyczą różnych cech człowieka, takich jak właściwości fizyczne, cechy osobowości, stosunki z innymi ludźmi. (...) Kontakty z rówieśnikami umożliwiają dziecku porównywanie swoich cech z właściwościami kolegów, dostarczają informacji, które są podstawą do wydawania sądów o sobie. (...) Dopiero w okresie dorastania samooceny zaczynają się opierać na osobistej refleksji jednostki, są krytyczne i tworzą uporządkowaną całość”<sup>12</sup>

Adekwatny obraz samego siebie wynika z prawidłowego środowiska rodzinnego, oceny innych ludzi, własnych sukcesów i porażek oraz konfrontacji z obecnymi w społeczeństwie wzorcami osobowymi. Natomiast samoakceptacja, przejawia się w zadowoleniu z możliwości realizacji celów, uznawanych za ważne. Dzięki temu osiąga się poczucie własnej wartości, które jest owocem korelacji pomiędzy tego, kim jestem a kim chciałbym być. Rezultatem jest dobre samopoczucie oraz dojrzałe ocenianie sytuacji życiowych i odpowiednie działanie. Brak pozytywnej samooceny

---

<sup>10</sup> P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, dz. cyt., s. 10.

<sup>11</sup> Por. S. Ruciński, dz. cyt., s. 75-79.

<sup>12</sup> J. Kozielecki, *Psychologiczna teoria samowiedzy*, Warszawa 1986, cyt. za: P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, dz. cyt., s. 27.

i samoakceptacji oraz niskie poczucie własnej wartości niesie ryzyko podejmowania działań autodestrukcyjnych i aspołecznych, poprzez nieumiejętne radzenie sobie z sytuacjami trudnymi.<sup>13</sup>

Ważną rolę w procesie samorealizacji ogrywa adaptacja, dzięki której „jednostka zaspokaja swoje potrzeby i odnajduje swoje miejsce w otaczającej ją rzeczywistości. Czynnikiem dynamizującym jest tutaj motywacja wzrostu, która w imię odległego ( a czasem nawet nieosiągalnego) celu pozwala znosić doraźne trudności i towarzyszące im napięcie. Teoria ta akcentuje rolę samoświadomości, indywidualnej twórczości i otwartości na siebie i świat (...) Dzięki nim człowiek podejmuje próby pokonywania własnych ograniczeń i realizowania swoich potencjałów.”<sup>14</sup>

Dojrzałość ludzka, czyli pełna integracja osoby, urzeczywistnienie człowieczeństwa, jest najwyższym celem wychowania. Jej wymiar biologiczny osiągnąć jest w sposób naturalny, przy zachowaniu niezbędnych warunków bytowych, natomiast wymiar psychiczny, społeczny, kulturalny czy religijny wymaga intencjonalnej ingerencji drugiego człowieka i nie zawsze osiągnięty zostaje zadowalający poziom. Potrzebne są tutaj dwa działania: z jednej strony odkrycie swoich talentów, predyspozycji i stworzenie własnego projektu życia na podstawie swoich pragnień i aspiracji, a po drugie nabywanie nowych zdolności i umiejętności pomocnych przy jego realizacji. Każdy w swojej indywidualności różni się w obrębie stawianych sobie celów, na które wpływa kontekst społeczno-kulturowy, dominujące środowisko wychowawcze oraz coraz częściej świat mediów masowych. Jednak najważniejszą postawą osoby dojrzałej wydaje się być rozróżnienie pomiędzy tym, co rozwija a tym, co niszczy. M. Nowak wymienia dążenia, które mają fundamentalne znaczenie dla wychowania:

- dążenie do potwierdzenia siebie w życiu i do stania się osobą znaczącą (działanie, współdziałanie, pragnienie wielkości),
- dążenie do bycia osobą akceptowaną, kochaną i rozumianą przez innych ( dialog, relacja, miłość),
- dążenie do prawdy o sobie i świecie, do odkrywania prawdziwych wartości, do tworzenia relacji międzyludzkich, wspólnoty (osoby wierzące dochodzą do wartości Najwyższej, którą stanowi Bóg i z którym możliwy jest dialog, a który dopełnia ludzkie istnienie, ukazując istotę rzeczy),

---

<sup>13</sup> Por. Tamże, s. 28.

<sup>14</sup> Z. B. Gaś, dz. cyt., s. 76.

- dążenie do udziału w kulturze i jej tworzenia, do aktywności w zmianie świata na lepsze,
- dążenie do uporządkowanego, harmonijnego i integralnego rozwoju własnej osoby, obejmującego wszystkie wymiary życia, do koordynacji całej postawy wobec świata w celu uniknięcia dezintegracji egzystencjalnej.

Pozwalają na to cechy osobowości, umożliwiające realizację w praktyce swojego projektu i autentycznie ludzkich celów oraz stworzenie osobistego stylu życia. Do tych cech można zaliczyć: stałość, aktywność, sprawiedliwość, poświęcenie i ofiarną miłość, kreatywność, odwagę wobec trudności, równowagę emocjonalną, roztropność. Owocem owych dążeń i cech jest dogłębna integracja, która ma charakter dynamiczny, wymagający ciągłego doskonalenia, która staje się najważniejszym celem procesu wychowania. Pojawienie się myślenia logiczno-formalnego pozwala na rozwój szczerości, samokontroli, postawy krytycznej, oraz zrozumienia siebie, innych, obowiązujących zasad. Potrzebna jest stymulacja, doświadczanie rzeczywistości, ale również uwzględnienie indywidualnego czasu rozwoju oraz obecność wychowawcy, który udzieli niezbędnego wsparcia, podejmując dialog z wychowankiem, świadcząc własnym przykładem o dojrzałości.<sup>15</sup>

### **1.1.2. Grupa rówieśnicza i relacje osobowe**

Jednostka jest istotą społeczną, stąd jego naturalna potrzeba do nawiązywania więzi z innymi. „ W początkowym okresie adolescencji (dorastania) zwiększa się zdolność młodego człowieka do otwartego komunikowania i przyjmowania informacji. Jednocześnie młodzież nabywa umiejętności rozpoznawania i rozumienia emocji przeżywanych przez innych ludzi. Szczególnego znaczenia w tym okresie życia nabierają informacje zwrotne mówiące o tym, w jaki sposób młody człowiek jest postrzegany i odbierany przez swoje środowisko.”<sup>16</sup>

Grupa rówieśnicza odgrywa znaczącą rolę w kształtowaniu tożsamości jednostki. Do jej funkcji należy: zastępowanie rodziny, stabilizacja osobowości, wzbudzenie poczucia własnej wartości, określanie standardów zachowania, zapewnienie poczucia

---

<sup>15</sup> Por. M. Nowak, *Podstawy pedagogiki otwartej: ujęcie dynamiczne w inspiracji chrześcijańskiej*, Lublin 1999, s. 409-414.

<sup>16</sup> P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, dz. cyt., s. 16.

bezpieczeństwa, rozwijanie społecznych kompetencji, przekazywanie wzorów do naśladowania.<sup>17</sup>

Jak podaje K. Zajęczkowski, „około 13 roku życia potrzeba akceptacji ze strony rówieśników osiąga taki poziom, iż w celu jej zaspokojenia dziecko podejmuje zachowania konformistyczne, takie, które są nawet sprzeczne z jego osobistymi wartościami(...) Na początku okresu szkolnego i w początkowej fazie adolescencji naturalnym jest więc dążenie młodego człowieka do zdobycia akceptacji i poparcia grupy rówieśników. Odrzucenie przez grupę niesie ze sobą negatywne skutki w postaci poczucia niższości, które zakłóca nawiązywanie kontaktów społecznych utrwalając się w postaci lęku społecznego. Odrzucenie może wywołać tendencję do bezkrytycznego szukania jakichkolwiek kontaktów i w konsekwencji poddania się wpływowi grup o charakterze dewiacyjnym. W grupach takich, wśród podobnych sobie, jednostka uzyskuje akceptację. Ceną, jaką płaci, jest uznanie norm i wartości funkcjonujących w danej grupie.”<sup>18</sup> Podobnie dzieje się w sytuacji, gdy młody człowiek nie może nawiązać relacji interpersonalnych z rówieśnikami, co prowadzi do izolacji i negatywnych doświadczeń emocjonalnych, zaburzających prawidłowe funkcjonowanie społeczne. W konsekwencji brak akceptacji i odrzucenie przez grupę rówieśniczą staje się istotnym elementem determinującym zachowania dewiacyjne.<sup>19</sup>

K. A. Wojcieszek zauważa, że „dla młodego (i nie tylko młodego!) człowieka problem przynależności do grupy jest kluczowym zadaniem rozwojowym. Stąd silna tendencja uważania na to, czego grupa (czasem tylko lider grupy) oczekuje. Zaobserwowane zachowania typowe dla danej grupy są stosunkowo szybko i bezkrytycznie powtarzane, z racji przeświadczenia o ich powszechności i uświęceniu. (...) Jeżeli bowiem jestem przekonany, że moja grupa pije lub ćpa, to będę to robił bez względu na wiedzę o możliwym ryzyku. Więc z grupą będzie dla mnie więcej warta niż ewentualne ryzyko”.<sup>20</sup>

Nastolatek w naturalny sposób dąży do tworzenia wspólnoty ze swoimi rówieśnikami. Nieprawidłowe relacje, które mogą się wytworzyć w takiej grupie, w konsekwencji prowadzą do problemów wychowawczych. Poniżanie, ośmieszanie, dominowanie nad innymi, agresja i przymus fizyczny są zachowaniami, które poprzez

---

<sup>17</sup> Por. I. Obuchowska, *Adolescencja*, dz. cyt., s. 177-178.

<sup>18</sup> K. Zajęczkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych dzieci i młodzieży*, Toruń 2000, s. 41.

<sup>19</sup> Por. Tamże, s. 41.

<sup>20</sup> K. A. Wojcieszek, *Na początku była rozpacz*, Antropologiczne podstawy profilaktyki, Kraków 2005, s. 133.

odrzućcie drugiego człowieka i uprzedmiotowienie, doprowadzają go do izolacji i ucieczki, często w substancje psychoaktywne. Dlatego w celu nawiązania pozytywnych więzi niezbędne są umiejętności poprawnej komunikacji, rozwiązywania konfliktów oraz sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami i stresem.<sup>21</sup>

Podsumowując, „we wczesnym okresie dorastania młodzież jest szczególnie wrażliwa na wpływ grupy rówieśniczej. To ona zapewnia realizację ważnej w tym okresie potrzeby przynależności i wspólnoty. Samoocena nastolatka kształtuje się poprzez porównywanie z innymi oraz poprzez poczucie akceptacji i uznania ze strony grupy (...) Rodzice, którzy ograniczają wybór swoich dzieci dotyczący ich kontaktów z rówieśnikami, odbierają im możliwość doświadczenia siebie w różnych rolach i środowiskach. Tym samym ograniczają możliwość pełnego, dojrzałego określenia siebie”<sup>22</sup> Stąd wynika, że praca z całą grupą rówieśniczą jest niezbędna w celu stwarzania środowiska prawidłowego rozwoju.

### **1.1.3. Przekonania normatywne, światopogląd i system wartości**

Każdy posiada swój sposób myślenia i patrzenia na świat. Okres dojrzewania to czas, kiedy te dwie rzeczy się kształtują, stając się często podstawą na całe życie.

„Właściwości myślenia dorastających oraz ich zwiększające się doświadczenie społeczne wpływają na to, że poddają oni ocenie postępowanie cudze, a także własne. Ten wzrost ujęć wartościujących wpływa na kształtowanie się postaw i przekonań dorastających, które stopniowo stają się coraz bardziej stabilne, przyjmując postać światopoglądu.”<sup>23</sup> Proces wartościowania (czyli ocenianie, wybieranie i realizowanie wartości w swoim życiu) jest niezbędny w kształtowaniu dojrzałej osobowości. W okresie dojrzewania mogą wystąpić na tym polu trudności i kryzysy, związane z tworzeniem indywidualnej hierarchii wartości, konfliktem między wartościami, znaczącymi przewartościowaniami, podejmowaniem decyzji, brakiem integracji procesów uczestniczących w wartościowaniu (poznawczych, afektywnych i motywacyjnych), kontrastem pomiędzy preferowanymi wartościami a realizowanym stylem życia, poczuciem niezrealizowania wartości.<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> Por. P. Piotrkowski, K. Zajęczkowski, dz. cyt., s. 16-17.

<sup>22</sup> K. Maćkowiak-Deskur, *Kształtowanie się światopoglądu w okresie dorastania*, [w:] A. Brzezińska, M. Bardziejewska, B. Ziółkowska (red.), *Szanse rozwoju w okresie dorastania*, Poznań 2002, s. 63-64.

<sup>23</sup> I. Obuchowska, *Adolescencja*, dz. cyt., s. 181.

<sup>24</sup> Zob. Z. B. Gaś, dz. cyt., s. 58.

Ważną rolę odgrywają tutaj przekonania normatywne, które określają, jakie zachowania preferuje grupa, do której aktualnie należymy, co ma wpływ na nasz sposób funkcjonowania.<sup>25</sup> Błędne przekonania normatywne mogą zatem zaburzyć prawidłowy rozwój i działanie jednostki. Normy wyznawane przez grupę kształtują indywidualne nastawienie do rzeczywistości, czyli światopogląd. „Światopogląd określa bowiem obraz świata człowieka, wartości przez niego wyznawane oraz jego własne miejsce w świecie.”<sup>26</sup>

Światopogląd młodego człowieka charakteryzują trzy postawy:

- Idealizm, czyli pragnienie dobra i poszukiwanie go w otaczającej rzeczywistości. Wiąże się to z poszukiwaniem idealnego wzoru do naśladowania, którym może być znana postać życia publicznego bądź rówieśnik, a która ma znaczący wpływ na zachowanie nastolatka. Zostaje też utworzona wizja świata doskonałego, która z wiekiem zostaje zastąpiona przez realizm.

- Nihilizm, poczucie bezsensu istnienia, związany z traumatycznymi przeżyciami, dramatami, trudnościami życiowymi, skłania do poszukiwania osób z podobnym nastawieniem do życia.

- Cynizm, przejawiający się w instrumentalnej motywacji swojego działania, nastawionej na osobiste zyski, przeciwstawiającej się zasadom dorosłych.

Dodatkowo ważną cechą okresu dorastania jest podwyższony poziom samoświadomości, wynikający z młodzieńczego egocentryzmu, gdzie młodzież przykłada dużą uwagę do swoich myśli, a także do tego, co o nich myślą inni.<sup>27</sup>

„Światopogląd kształtuje się w okresie dorastania na podstawie wewnętrznych mechanizmów rozwoju, własnej aktywności osoby oraz pod wpływem nacisków zewnętrznych. Wymaga więc poradzenia sobie z zadaniami rozwojowymi tego okresu, bo od jakości tych rozwiązań zależy dojrzałość obrazu świata. Tak więc pozytywnie rozwiązane zadania rozwojowe okresu dorastania wzbogacają paletę posiadanych kompetencji i owocują dojrzałym światopoglądem. Dzieje się tak dzięki umożliwieniu młodemu człowiekowi eksploracji różnych obszarów aktywności i zainteresowań oraz umożliwieniu mu samodzielnego podjęcia zobowiązań co do swojej przyszłości. Jeżeli młody człowiek nie ma takich doświadczeń, to jego światopogląd ukształtuje się w sposób niedojrzały.”<sup>28</sup>

---

<sup>25</sup> Zob. K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 139.

<sup>26</sup> K. Maćkowiak-Deskur, dz. cyt., s. 56.

<sup>27</sup> Zob. P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, dz. cyt., s. 10-11.

<sup>28</sup> K. Maćkowiak-Deskur, dz. cyt., s. 56.

Kolejnym ważnym elementem w rozwoju człowieka jest uznawany system wartości. „Wartości i styl etyczny związane są ze światopoglądem. Człowiek, który posiada jasno określone, spójne wartości i ideały, do których doszedł w drodze własnych przemyśleń i refleksji, ma także bardziej spójny i rozbudowany światopogląd.”<sup>29</sup> J. Mastalski w modelu kształtowania wartości nastolatka wymienia takie elementy jak: media, szkoła, rodzice, kościół, rówieśnicy, własne aspiracje i doświadczenia. Cały ten proces jest trudny i dynamiczny, zagrożony coraz częściej relatywizmem moralnym, w wyniku konfrontacji własnych ideałów z brutalną codziennością. Wpływa na to także brak postawy krytycznej oraz naiwność i podatność na manipulację, oddziałującą zwłaszcza na sferę ciała i emocji.<sup>30</sup>

Zdobywając mądrość jako efekt poznania i rozumienia świata, istota ludzka staje się bardziej wolna od popędów oraz leków, posiada wewnętrzną siłę osobowości oraz samowiedzę. Będąc podmiotem duchowym, rozeznaje, co jest wartościowe, jak powinno się żyć, nie będąc niewolnikiem potrzeb organizmu. Duchowość daje siłę osobowości, dostarcza jej wiedzy, dzięki czemu człowiek odpowiada na apel wartości.<sup>31</sup> Natomiast „zbyt silne zewnętrzne naciski na przyjęcie określonych systemów wartości mogą spowodować ich negację, odrzucenie i przyjęcie wartości przeciwnych(...) Zależnie od tego, na ile samoocena i poczucie własnej wartości zależą od akceptacji grupy, taki jest jej wpływ na jednostkę.”<sup>32</sup>

W świecie pełnym liberalnego i relatywnego podejścia do kwestii wartości, działania profilaktyczne i wychowawcze muszą ukazywać jednolity i spójny światopogląd, który uwzględniając godność i szacunek do człowieka, będzie inspirował i zachęcał młodych ludzi do podjęcia trudu jego realizacji, w celu ochrony życia ludzkiego.

## **1.2. UZALEŻNIENIA JAKO ZAGROŻENIE OKRESU DOJRZEWANIA**

Okres dojrzewania bogaty jest w poszukiwanie przez młodego człowieka nowych doświadczeń we wszystkich sferach rozwoju, przygotowujących go do dorosłego życia. Trudności związane z adaptacją do zastanej rzeczywistości a także niekonstruktywne

---

<sup>29</sup> Tamże, s. 66.

<sup>30</sup> Por. J. Mastalski, dz. cyt., s. 305-306.

<sup>31</sup> Por. S. Ruciński, dz. cyt., s. 75-79.

<sup>32</sup> K. Maćkowiak-Deskur, dz. cyt., s. 66.

sposoby przystosowania prowadzą do choroby i innych zaburzeń, między innymi uzależnień.<sup>33</sup>

Uzależnienie wg WHO to „psychiczny i fizyczny stan wynikający z interakcji między żywym organizmem a substancją chemiczną (alkohol, nikotyna, leki, narkotyki), charakteryzujący się zmianami zachowania i innymi reakcjami, do których należy konieczność przyjmowania danej substancji w sposób ciągły lub okresowy, w celu doświadczenia jej wpływu na psychikę, lub by uniknąć przykrych objawów towarzyszących brakowi substancji”.<sup>34</sup>

„Substancją nazywamy nie zaliczany do pokarmów związek chemiczny, wpływający na funkcje biologiczne ludzi i zwierząt. Substancja psychoaktywna to taka, która działając w mózgu, zmienia nastrój, procesy myślowe czy zachowanie.”<sup>35</sup> Wg M. Dziewieckiego „substancje uzależniające to te wszystkie związki chemiczne, których działanie może zmieniać sposoby myślenia oraz stany emocjonalne człowieka. Innymi słowy chodzi tu zawsze o substancje, które wprowadzają człowieka w świat złudzeń. Dodajmy od razu, że wprowadzają w świat miłych złudzeń. Sięganie po tego typu substancje (np. narkotyki) lub ich nadużywanie (np. alkohol), jest zawsze formą ucieczki od rzeczywistości. Jednocześnie jest wchodzeniem na drogę uzależnień. W wypadku uzależnień chemicznych chodzi zwykle o taką formę zniewolenia, która prowadzi do śmierci. Tak jest w każdym razie w przypadku uzależnienia od alkoholu i narkotyków. Człowiek uzależniony to ktoś żyjący (do pewnego przynajmniej momentu) w świecie miłych iluzji. Jednocześnie jest to ktoś zniewolony substancjami, które go w ten świat iluzji wprowadzają.”<sup>36</sup>

Jeżeli chodzi o skutki, to „uzależnienie jest chorobą duszy (psychiki) i emocji. Polega ono na utracie kontroli nad własnym życiem, braniu środków odurzających pomimo problemów, które one wywołują oraz na wzrastającej tolerancji organizmu (dla uzyskania tego samego efektu trzeba brać coraz większe porcje lub przejść na coś mocniejszego).”<sup>37</sup> Uzależnienie charakteryzuje się silnym pragnieniem przyjmowania substancji, trudnościami w jej kontrolowaniu oraz problemami towarzyszącymi.<sup>38</sup>

---

<sup>33</sup> Por. B. Ziółkowska, *Okres dorastania. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać?*, [w:] A. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańsk 2005, s. 379.

<sup>34</sup> H. Jakubowska, *Promocja zdrowia i profilaktyka uzależnień*, PWN, Warszawa 1999, s. 57, cyt. za: J. Śledzianowski, *Uzależnienia wśród dzieci i młodzieży szkolnej*, Kielce 2004, s. 15.

<sup>35</sup> M. Teesson, L. Degenhardt, W. Hall, *Uzależnienia*, przeł. Zofia Pelc, Gdańsk 2005, s. 12.

<sup>36</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Kielce 2009, s. 13.

<sup>37</sup> K. Zajączkowski, *Nikotyna, alkohol, narkotyki*, Rubikon, Kraków 2001, s. 49-50, cyt. za: J. Śledzianowski, dz. cyt., s. 16.

<sup>38</sup> Por. M. Teesson, L. Degenhardt, W. Hall, dz. cyt., s. 12.

Jak stwierdza J. Woźniak, „używanie jakiegoś środka zmieniającego nastrój nie jest jeszcze uzależnieniem, gdy zachowana jest wolność wyboru własnego postępowania. Uzależnienie jest stanem, w którym człowiek pozbawiony jest możliwości takiego wyboru, a częstotliwość, ilość i sposób użycia danego środka jest jak gdyby narzucony przez nałóg. U osób uzależnionych występuje brak zdolności do rozpoznawania własnego uzależnienia oraz gotowości do pracy nad sobą. Dochodzi do zaburzenia życia emocjonalnego, nałogowe regulowanie uczuć, oscylowanie między cierpieniem i ulgą, manipulowanie uczuciami. Następuje dezorganizacja własnego <<ja>>, utrata wiary w siebie, bezsilność. Zaburzeniu ulegają również kontakty z otoczeniem”<sup>39</sup>

### 1.2.1. Przyczyny, rodzaje i mechanizmy uzależnienia

Jeżeli chodzi o przyczyny powstawania uzależnienia, bierze się pod uwagę trzy płaszczyzny: biologiczną, psychologiczną i społeczną. Pierwszy obszar związany jest z poszukiwaniem cech biologicznych, które warunkują mechanizm uzależnienia. Wpływają na to czynniki genetyczne, określające podatność na substancje psychoaktywne oraz zmiany mózgowy wywołane przewlekłym przyjmowaniem substancji, tzw. neuroadaptacja. Polega ona na modyfikacji procesów chemicznych, które mają za zadanie przeciwdziałanie skutkom działania substancji, natomiast w przypadku nie dostarczania substancji, zmiany adaptacyjne pozostają, zaburzając homeostazę mózgu.<sup>40</sup> „Uzależnienie fizyczne określa się również jako fizjologiczne albo biologiczne. Uważa się, że jest ono zaawansowaną fazą nałogu, w której organizm przystosował się do codziennej dawki środka i wkomponował go w cykl przemian ustrojowych, w wyniku czego staje się on niezbędny do zachowania homeostazy organizmu”<sup>41</sup>

Drugi obszar (psychologiczny) związany jest z zaburzeniem kontroli nad dostarczaniem substancji, niemożliwością zaprzestania lub ograniczenia jej brania, pomimo doświadczenia negatywnych konsekwencji. Środek psychoaktywny wpływa na systemy wzmacniające, zarówno w mózgu jak także w sferze społecznej, behawioralnej czy także seksualnej. Wg teorii behawioralnej bodziec obecny podczas przyjmowania

---

<sup>39</sup> J. Woźniak, *Między wolnością a nałogiem*, Jedność, Kielce, 1999, s. 34-35, cyt. za: J. Śledzianowski, dz. cyt., s. 17.

<sup>40</sup> Por. M. Teesson, L. Degenhardt, W. Hall, dz. cyt., s. 46, 49.

<sup>41</sup> J. Śledzianowski, dz. cyt., s. 19-20.

substancji, zwiększa prawdopodobieństwo podobnej reakcji, z czego wynika odczuwanie głodu, również przez osoby uzależnione, zachowujące abstynencję. W teorii poznawczej środek psychoaktywny wykorzystywany jest jako sposób zachowania równowagi psychofizycznej. Podobnie w teoriach osobowościowych, jednostka sięga po substancję, aby osiągnąć korzyść związaną z profilem jej osobowości. Dotyczy to w dużym stopniu młodzieży bardziej buntowniczej, o mniej konwencjonalnych postawach. Natomiast w teoriach racjonalnego wyboru, osoba sięga po substancję, ponieważ przykłada większą wagę do korzyści bieżących, niż późniejszych destrukcyjnych następstw.<sup>42</sup> „Uzależnienie psychiczne to nic innego jak psychologiczna potrzeba, a nawet psychiczny przymus zażywania jednego lub kilku środków w celu zaspokojenia określonych potrzeb emocjonalnych. Niemożliwość wprowadzenia danego środka wywołuje uczucie napięcia i złego samopoczucia.”<sup>43</sup>

Trzeci obszar społeczny, uwzględnia czynniki związane z otoczeniem, które wpływają na zaburzenia zachowania i relacji interpersonalnych, a w konsekwencji zwiększają podatność na uzależnienia. Środowisko rówieśnicza odgrywa tutaj znaczącą rolę, gdzie najczęściej odbywają się pierwsze kontakty z substancją psychoaktywną, a postawy rówieśników wobec danych środków, zostają często przejęte. Kolejnym ważnym środowiskiem jest rodzina, od której młody człowiek przejmuje model zachowania wobec substancji psychoaktywnych. Odpowiada ona także za prawidłowe przygotowanie do społecznego, odpowiedzialnego funkcjonowania oraz kształtuje zachowania i więzi międzyludzkie, stanowiącej ważny element w procesie obrony przed uzależnieniami. Również społeczno-ekonomiczne warunki życia, status społeczny, przestępczość i dostępność środków psychoaktywnych w miejscu zamieszkania zwiększają ryzyko wystąpienia uzależnienia.<sup>44</sup>

M. Dziewiecki dzieli na dwie grupy wszystkie czynniki i okoliczności sprzyjające uzależnieniom. „Grupa pierwsza to czynniki wewnętrzne, a zatem związane z osobistą sytuacją i sposobem postępowania danego chłopca czy dziewczyny. Grupa druga to czynniki zewnętrzne, związane zwłaszcza z najbliższym środowiskiem, w którym żyją młodzi oraz z dominującymi trendami społecznymi i kulturowymi w naszej cywilizacji.”<sup>45</sup>

Do zagrożeń z pierwszej grupy należą:

---

<sup>42</sup> Por. M. Teesson, L. Degenhardt, W. Hall, dz. cyt., s. 50-54.

<sup>43</sup> J. Śledzianowski, dz. cyt., s. 18.

<sup>44</sup> Por. Tamże, s. 54-55.

<sup>45</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Kielce 2009, s. 141-142.

- problemy z emocjami
- chęć szybkiej poprawy nastroju
- poszukiwanie łatwego szczęścia
- stany lęku, niepokoju, rozgoryczenia, depresji
- kompleksy
- wewnętrzna pustka
- zaburzone relacje
- brak pogłębionych pragnień i aspiracji
- nieumiejętność korzystania z wolności
- brak dojrzałości duchowej i religijnej
- brak więzi opartych na miłości i prawdzie
- brak ponoszenia odpowiedzialności za życie i postępowanie
- szukanie doraźnej przyjemności i ulgi
- bezkrytyczne przyjmowanie tendencji społecznych
- brak odporności na frustrację
- szukanie silnych emocji i wrażeń

Natomiast do zagrożeń zewnętrzny możemy zaliczyć:

- nieprawidłowo funkcjonujące rodzina (brak dojrzałej hierarchii wartości, wzorców postępowania, relacji oparty na miłości, życiowy konsumpcjonizm),
- niekorzystny kontekst społeczny (brak pozytywnych wartości wychowawczych, ukazywania prawdziwego sensu życia, pogoń za łatwym zyskiem, przedstawianie młodości jako pełnia życia a nie jako trudna faza rozwoju),
- zły kontekst kulturowy ( wypaczone pojęcie demokracji i wolnego rynku, modne systemy wychowawcze – bezstresowe i liberalne),
- środki masowego przekazu (promowanie nieodpowiedzialnej filozofii życia, nawoływanie do błędnie rozumianej tolerancji, jako zakaz odróżniania dobra i prawdy od zła i kłamstwa.<sup>46</sup>

„Współcześnie podstawą większości metod leczenia uzależnienia jest biopsychospołeczny model przyczyn zachowań nałogowych ( Marlatt, VandenBos, 1997). W przeciwieństwie do modelu choroby, w modelu biopsychospołecznym traktuje się <<nałóg>> jako złożony wzorzec zachowania, w którego skład wchodzi elementy biologiczne, psychologiczne, społeczne i behawioralne. Należą do nich: subiektywne doświadczenie głodu, krótkotrwałe gratyfikacje związane z ryzykiem

---

<sup>46</sup> Zob. M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 142-144.

długotrwałych następstw oraz nagłe zmiany stanu somatycznego i psychicznego. Zachowanie nałogowe różni się od innych zachowań problemowych przytłaczającym, patologicznym wciągnięciem w używanie substancji, intensywnym pragnieniem kontynuowania używania substancji i utratą kontroli nad jej używaniem.”<sup>47</sup>

Dziewiecki wymienia cechy, charakteryzujące osobę zagrożoną uzależnieniem:

- nie posiada dojrzałej hierarchii wartości
- unika więzi międzyludzkich
- ma trudności z tworzeniem więzi pozytywnych
- nie jest odporna na frustrację
- nie potrafi wziąć odpowiedzialności za własne życie
- nie jest w stanie podjąć zobowiązań i ich wypełnić
- nie ceni życia i wartości duchowych
- jest pełna kompleksów i blokad emocjonalnych
- realizuje siebie głównie za pomocą tego, co zewnętrzne
- jest niepełna i zagubiona egzystencjalnie
- szuka doraźnej przyjemności
- ucieka przed bolesną rzeczywistością
- tęskni za doświadczeniem ulgi
- ma trudności z osiągnięciem równowagi emocjonalnej
- poszukuje coraz silniejszych emocji i wrażeń<sup>48</sup>

K. A. Wojcieszek, analizując prace M. Gogacza „Ciemna noc miłości”, zwraca uwagę na opisywany przez niego psychiczny proces rozpacz, który może stać się przyczyną uzależnień, a w którym jednostka przeżywa poczucie zagrożenia, traci cel życia oraz motywę samoobrony. Proces rozpacz może prowadzić do destrukcji człowieka, do wchodzenia na drogę uzależnienia. Osoba doświadczając bolesnych przeżyć i cierpienia, których nie jest w stanie zrozumieć i pojąć za pomocą intelektu, ma poczucie kryzysu życia i utraty jego sensu. Sfera emocjonalna zostaje rozbita, relacje zerwane. Miłość, jako podstawowa siła do życia i podstawa wszelkich działań staje się nieobecna, pojawia się poczucie osamotnienia, a także pustki duchowej, której towarzyszy smutek i bezradność.<sup>49</sup>

---

<sup>47</sup> M. Teesson, L. Degenhardt, W. Hall, dz. cyt., s. 56.

<sup>48</sup> Zob. M. Dziewiecki, Nowe przesłanie nadziei- Podręcznik duszpasterstwa trzeźwości, Warszawa 2000, s. 122.

<sup>49</sup> Por. K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 101-102.

„Ostatecznym powodem wchodzenia na drogę uzależnień nie jest zatem ani zła wola czy niewrażliwość moralna, ani brak wiedzy, ani też skłonności czy obciążenia genetyczne organizmu, lecz kryzys życia, sygnalizowany przez bolesne stany emocjonalne. Alkohol czy narkotyk jest psychicznym <<lekarstwem>> dla osób, które przeżywają kryzys, które rezygnują z trudu dojrzewania i kierowania życiem mocą własnej świadomości i wolności.”<sup>50</sup> Podobnie uważa A. Wojcieszek twierdząc, że „dodatkowym argumentem na rzecz trafności wskazania na proces rozpacz jako na kluczowy problem (czy pierwotny problem) jest zgodność profilu psychologicznego młodych uzależnionych z obrazem osoby przeżywającej samotność i pustkę”.<sup>51</sup>

Przyczyn uzależnienia można zatem doszukiwać się nie tylko w sferze biologicznej, psychicznej czy społecznej, ale również duchowej, gdzie rozpoczyna się proces rozpacz, utraty wolności i sensu życia. „Substancje uzależniające są najbardziej atrakcyjne dla tych ludzi, którzy przeżywają poważne trudności czy problemy w jakiegokolwiek dziedzinie życia. Atrakcyjność ta nie jest to oczywiście czymś przypadkowym. Konsekwencją każdej sytuacji kryzysowej jest bowiem popadanie w bolesne stany emocjonalne. A wtedy każdy człowiek marzy o tym, by doznać chociaż chwilowej ulgi oraz by poczuć się szczęśliwym. W takiej sytuacji może on stać się łatwą ofiarą alkoholu czy narkotyku, gdyż tego typu substancje obiecują to, za czym ów cierpiący człowiek najbardziej tęskni. Obiecują mianowicie szybką ulgę i przynajmniej chwilowe poczucie radości. Im większe ma ktoś trudności w jakiegokolwiek dziedzinie życia, tym skuteczniejszą pułapkę zastawiają na niego substancje psychotropowe.”<sup>52</sup> Okazuje się zatem, że uzależnienie to nie kwestia jedynie słabej woli i czy predyspozycji organicznych, ale przede wszystkim sposobów regulacji swoich emocji, umiejętności przeżywania bolesnych doświadczeń, a także życia w poczuciu sensu i celowości, wynikających z rozwiniętej sfery duchowej.

Jeżeli chodzi o mechanizmy uzależnienia, okazuje się, że w przypadku poszczególnych jego rodzajów, mechanizmy są podobne. Do podstawowych mechanizmów uzależnień należy system nałogowego regulowania uczuć, czyli dążenie do poprawy nastroju poprzez sięganie po określoną substancję lub wykonywanie określonej czynności (np. zakupy) przynoszącej chwilową ulgę, zamiast podjęcie działań w celu zmiany swojej sytuacji życiowej i osiągnięcia stabilizacji emocjonalnej. Drugim mechanizmem jest system iluzji i zaprzeczeń, w którym człowiek uzależniony

---

<sup>50</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 137.

<sup>51</sup> K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 109.

<sup>52</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 145.

oszukuje sam siebie, zaprzeczając problemowi uzależnienia i bardzo bolesnym konsekwencjom sięgania po daną substancję czy wykonując określoną czynność uzależniającą. Trzecim ważnym mechanizmem są ekstremalne skoki w przeżywaniu siebie, charakteryzujące się niestałym i nierealistycznym obrazem samego siebie. Obecność substancji i działań uzależniających powoduje stan euforii, natomiast powrót do trzeźwości i zaprzestanie czynności uzależniających, powoduje poczucie winy i skrajnie negatywne myślenie na swój temat, któremu towarzyszą bolesne stany emocjonalne (lek, rozpacz, wstyd, rozgoryczenie, przygnębienie). Ponowne sięgnięcie po daną substancję lub powrót do wykonywania czynności uzależniającej, wydaje się być jedynym ratunkiem przynoszącym ulgę, a tak naprawdę zmienia świadomość i emocje. Tak powstaje błędne koło uzależnienia i podejmowania destrukcyjnych zachowań, co z kolei prowadzi do zaburzeń, niszczenia relacji i emocji, destrukcji zdrowia, a ostatecznie życia<sup>53</sup> Prof. Janusz Mastalski opracował model uzależnień cywilizacyjnych, w którym wymienia takie elementy uzależniające jak: Internet, komórka, telewizja, hazard, zakupy, pokarm, praca, seks, grupy, używki, muzyka, nuda, choroba.<sup>54</sup> Zatem problemem nie staje się konkretna substancja czy rzecz, od której można się uzależnić, ale kryzys życia i emocji, który do nich pociąga, aby osiągnąć ulgę.

### **1.3. SPOSOBY PRZECIWDZIAŁANIA ZACHOWANIOM PROBLEMOWYM**

Společne i osobowe skutki zachowań destrukcyjnych paraliżują funkcjonowanie nie tylko jednostki, ale również osób wokół niej, zwłaszcza rodziny, a w konsekwencji wpływają na zdrowie i harmonię całego społeczeństwa. Stąd tak wielkie zaangażowanie wszelkich podmiotów w celu podjęcia działań profilaktycznych, zapobiegających zachowaniom problemowym. „Zapobieganie wystąpieniu zjawisk niepożądanych ze społecznego punktu widzenia jest korzystniejsze i mniej kosztowne niż usuwanie ich skutków (...) Szczególne znaczenie mają działania profilaktyczne w procesie wychowania młodego pokolenia, wiążą się one bowiem z kształtowaniem osobowości. Wystąpienie w tej sferze zaburzeń może doprowadzić do następstw trudnych do

---

<sup>53</sup> Por. M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 13-14.

<sup>54</sup> Zob. J. Mastalski, *Samotność globalnego nastolatka*, Kraków 2007, s. 376.

usunięcia, a często nieodwracalnych.”<sup>55</sup> W jaki sposób można zatem chronić młode pokolenie przed patologiami, a zwłaszcza uzależnieniami?

### 1.3.1. Profilaktyka w ujęciu klasycznym

Pojęcie profilaktyka oznacza „proces, który wspiera rozwój pełnego zdrowia poprzez pomoc w przeciwstawianiu się trudnościom życiowym oraz osiągnięciu subiektywnie satysfakcjonującego, społecznie konstruktywnego i bogatego życia”<sup>56</sup>

Wg K. Zajęczkowskiego profilaktyka obniża prawdopodobieństwo wystąpienia niekorzystnych zjawisk (nadużywanie alkoholu, używanie środków odurzających, przestępczość, przejawy demoralizacji) oraz wspiera całościowy rozwój osoby (zdrowie fizyczne, psychiczne oraz społeczne).<sup>57</sup>

Cz. Czaporow wyróżnia w profilaktyce następujące odmiany:

„- profilaktyka powstrzymująca, polegająca na podejmowaniu działań, których celem jest uniemożliwienie lub utrudnienie podjęcia decyzji lub jej realizacji dotyczącej dokonania czynu niepożądanego,

- profilaktykę uprzedzającą, której celem jest usuwanie czynników mogących spowodować wykołajenie społeczne,

- profilaktykę objawową, której celem jest podjęcie interwencji wychowawczej w stosunku do dzieci i młodzieży zdradzających pierwsze symptomy wykołajenia społecznego.

Czwarty rodzaj, tzw. profilaktykę kreatywną, wyróżnił J. Kwaśniewski. Profilaktyka kreatywna wzmacnia formy zachowań prospołecznych, twórczych, takich, które są godne naśladowania (J. Kwaśniewski, 1979)”<sup>58</sup>

W klasycznej profilaktyce funkcjonuje kilka modeli, które opisał M. Dziewiecki:

- Model moralizujący, w którym sięganie po substancje uzależniające jest wynikiem niedojrzałości moralnej, słabej woli, naiwności, źle uformowanego sumienia. Odpowiedzialność i wina jest po stronie jednostki, świadomej swojego złego postępowania, która czyni to w sposób wolny i celowy. Sposobem przeciwdziałania w takim modelu jest apelowanie do woli, kształtowanie sumienia, przekazywanie zasad moralnych, uświadamianie, co jest dobre, a co złe, straszenie konsekwencjami.

---

<sup>55</sup> K. Zajęczkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych dzieci i młodzieży*, Toruń 2000, s. 7.

<sup>56</sup> P. Piotrkowski, K. Zajęczkowski, *Profilaktyka w gimnazjum*, dz. cyt., s. 45.

<sup>57</sup> Zob. K. Zajęczkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych*, dz. cyt., s. 11.

<sup>58</sup> Tamże, s. 9.

Metodami działania są pogadanki moralizatorskie, mające na celu wywołanie strachu przed korzystaniem ze środków psychoaktywnych. Okazuje się, że również osoby z prawidłowo ukształtowaną moralnością i świadome swoich czynów i negatywnych następstw, także się uzależniają. Co prawda wrażliwość moralna, dojrzałe sumienie i silna wola są ważnymi czynnikami pomagającymi w profilaktyce, ale nie jedynymi.

- Model intelektualizujący, w którym sięganie po substancje uzależniające jest wynikiem braku dostatecznej wiedzy na temat ich działania. Celem działania w tym modelu jest przekazywanie fachowych informacji dotyczących istoty uzależnień, mechanizmów, składu substancji i ich wpływu na organizm oraz życie jednostkowe i społeczne. Stosowanymi metodami są wykłady, dyskusje, statystyki, techniki aktywizujące, konkursy. Okazuje się, że również osoby posiadające bogatą wiedzę na temat substancji psychoaktywnych oraz negatywnych następstw korzystania z nich, również po nie sięgają. Człowiek potrafi manipulować swoim myśleniem, zwłaszcza w sytuacji kryzysu życia. Dodatkowym ryzykiem w tym modelu jest chęć zweryfikowania zdobytej wiedzy w praktyce, co często stawało się swoistym instruktażem, czym można się odurzyć, aby wywołać zamierzone efekty.

- Model biologizujący, w którym sięganie po substancje uzależniające jest wynikiem czynników organicznych oraz determinizmu genetycznego. Badania wykazały jednak, że nie istnieje alkoholizm wrodzony, a jedynie dziedziczona naturalna obronność organizmu przed szkodliwymi substancjami chemicznymi. Nie jest to jednak przyczyną uzależniania się, choć może przyspieszyć jego proces. Natomiast sama wiedza o słabej tolerancji własnego organizmu na dany środek, nie uchroni przed próbami jego aplikowania do organizmu. Dzięki badaniom odkryto związek pomiędzy wiekiem inicjacji a ryzykiem uzależnienia. Im młodszy wiek, tym szybsze tempo rozwoju, a w konsekwencji większe szkody organiczne i psychospołeczne, a także wielokrotnione ryzyko popadnięcia w uzależnienie.

- Model psychologizujący, w którym sięganie po substancje uzależniające jest wynikiem ich atrakcyjności emocjonalnej, czyli zdolności do regulowania swojego nastroju i samopoczucia. Dzięki substancjom psychoaktywnym człowiek może zmieniać swoje przeżycia emocjonalne, bez konieczności zmian w zachowaniu. Jest to szansa uśmierzenia bolesnych doświadczeń, o których dzięki środkom uzależniającym możemy zapomnieć, ale które i tak wrócą. Celem tego modelu jest kształtowanie umiejętności radzenia sobie z trudnymi i nieprzyjemnymi emocjami. Stosowane metody to praca w grupie, burza mózgów, odgrywanie scenek i dialogów, dyskusje. Ciągłe

jednak promowane są kompetencje ważne ze względu na postawę wobec niebezpiecznych substancji (trening asertywności, prawidłowego przeżywania negatywnych emocji). Zachęcając do szczęścia i dobrego życia, dotyczą tych zagadnień w sposób powierzchowny, ograniczając się do sfery biologiczno-psychologicznej. Dlatego również model psychologizujący nie daje pełnej odpowiedzi na zagrożenia uzależnieniami, ponieważ wskazując sposoby na przykre emocje, nie wskazuje, skąd one się biorą.

W całej negatywnej profilaktyce uzależnień, pomijane jest najważniejsze pytanie, dotyczące źródła pochodzenia bolesnych stanów emocjonalnych, od których człowiek próbuje się uwolnić za pomocą substancji uzależniających. Pewne jest, że są one objawem egzystencjalnego funkcjonowania osoby, informacją o przeżywanych kryzysach. O ile łatwo możemy oszukać nasz intelekt, wmawiając sobie różne rzeczy i stosując mechanizmy obronne takie jak racjonalizacja, o tyle nie jesteśmy w stanie ukryć bolesnego nastroju, takiego jak lęk i depresja, chyba, że użyjemy w tym celu chwilowej blokady w postaci środków uzależniających. Ograniczanie działań profilaktycznych do sfery intelektu, biologii, psychiki czy emocji jest zatrzymywaniem się w miejscu i uniemożliwia osiągnięcie zamierzonych celów. Tęsknota za doświadczeniem ulgi, ucieczką od raniącej rzeczywistości oraz za życiem z poczuciem sensu jest tak silna, że człowiek gotowy jest ponieść każdą cenę, nawet świadomy zagrożenia dla swojego zdrowia, życia a także życia innych.<sup>59</sup>

Z. B. Gaś mówi o trzech podejściach teoretycznych do problematyki profilaktyki uzależnień:

- zapobieganie uzależnieniom przez redukcję dostępności i zapotrzebowania
- zapobieganie uzależnieniom przez koncentrację na kontakcie społecznym
- zapobieganie uzależnieniom przez wspieranie rozwoju pełnego zdrowia.<sup>60</sup>

W profilaktyce uzależnień wyróżniamy również trzy poziomy:

- profilaktyka pierwszorzędowa ( wobec osób wolnych od kontaktu ze środkami uzależniającymi): promocja zdrowia, zapobieganie problemom używania substancji psychoaktywnych,
- profilaktyka drugorzędowa ( wobec osób z tzw. grup wysokiego ryzyka: osoby mające kontakt ze środkiem odurzającym, nadużywające, poddane presji środowiska, nieprawidłowo funkcjonujące w rolach społecznych i kontaktach międzyludzkich,

---

<sup>59</sup> Zob. M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 123-137.

<sup>60</sup> Zob. K. Zajączkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych*, dz. cyt., s. 11.

należące do subkultur): obniżanie poziomu ryzyka popadnięcia w uzależnienie, działania w celu wycofania z odurzania się,

- profilaktyka trzeciorzędowa (wobec osób uzależnionych): interwencja po wystąpieniu uzależnienia, zahamowanie pogłębiania się procesu uzależnienia, działania w celu powrotu do społeczeństwa, życia wolnego od środków uzależniających.<sup>61</sup>

Mała skuteczność wielu programów profilaktycznych wynika z negatywnego modelu zapobiegania uzależnieniom, który uczy zajmowania dojrzałej postawy wobec środków uzależniających, poprzez wskazywanie, czego nie wolno robić, czego unikać, jak się zabezpieczać przed trudnymi sytuacjami, jak szukać pomocy z zewnątrz, łatwej, wygodnej i natychmiastowej. Ta negatywna prewencja nie bierze pod uwagę stawiania sobie wymagających wyzwań, korzystania z własnych umiejętności, zajmowania dojrzałej postawy wobec całego życia i jego wszystkich dziedzin, co pozwala na długofalowy proces chronienia, oparty na prawdziwym szczęściu i satysfakcji. Prowadzi to w konsekwencji do społecznego lęku i bezradności, braku wiary we własne siły, w sytuacji zawodności zewnętrznych „zabezpieczeń”. Nieprawidłowa postawa wobec substancji psychoaktywnych powinna być zawsze rozpatrywana w powiązaniu z całą historią życia danego człowieka i z jego aktualną sytuacją, co niestety często umyka w negatywne profilaktyce uzależnień, która ogranicza zasięg działania tylko do tematu konkretnych uzależnień.<sup>62</sup>

E. T. Duffy (1983) uważa, że „profilaktyka uzależnień to proces, który wspiera rozwój zdrowia poprzez umożliwianie ludziom uzyskanie pomocy potrzebnej do przeciwstawiania się różnym trudnościom życiowym oraz osiągnięcie subiektywnie satysfakcjonującego, społecznie konstruktywnego, bogatego życia. W związku z takim podejściem definicyjnym wyróżnia on dwa kierunki działań:

- stwarzanie warunków człowiekowi do jego pełnej samorealizacji i, w konsekwencji, stawania się zdrowym fizycznie, psychicznie, społecznie,  
- przeciwdziałanie czynnikom szkodliwym dla zdrowia (stresom, zagrożeniom przemocy, złym warunkom ekonomicznym, społecznym.”<sup>63</sup>

Programy profilaktyczne często powstawały wokół konkretnej substancji psychoaktywnej. Jednak z prowadzonych w tym zakresie badań wynika, że podobna grupa czynników ryzyka i czynników chroniących wpływa na występowanie różnego

---

<sup>61</sup> Por. K. Zajączkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych*, dz. cyt., s. 12.

<sup>62</sup> Por. M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 121-123.

<sup>63</sup> E. T. Duffy, *What is prevention?*, Wisconsin Prevention Network, Wisconsin 1983, cyt. za:  
K. Zajączkowski, *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych*, dz. cyt., s. 11.

rodzaju zachowań problematycznych wśród młodzieży, a obecność jednego zachowania zwiększa prawdopodobieństwo istnienia następnego. Również zauważa się wspólne podłoże teoretyczne, metodologiczne i strategiczne dla skutecznych programów z różnych obszarów profilaktyki. Dużą rolę odgrywają tutaj programy wspierające pozytywny rozwój wychowanków (zdrowe postawy i umiejętności) jak również dotyczące czynników chroniących, dzięki którym człowiek może stawić czoła kumulującym się czynnikom ryzyka. Dlatego podejście zintegrowane wydaje się być tutaj konieczne.<sup>64</sup>

W Polsce ciągle jeszcze mało mówi się o podejściu integralnym do profilaktyki i wychowania, a tam gdzie się mówi, brakuje praktycznych rozwiązań. Poniższe podłoże teoretyczne tego sposobu patrzenia na zapobiegania zachowaniom ryzykownym pozwoli na lepsze zrozumienie istoty tego działania.

### **1.3.2. Profilaktyka integralna**

Klasyczna profilaktyka stawiała sobie za zadanie zmianę zachowania za pomocą tzw. pogadek profilaktycznych, które poprzez dostarczanie informacji o substancji, miały wywołać strach przed skutkami jej używania. Przełomem okazała się teoria czynników ryzyka i czynników chroniących, która opisywała możliwe do pomiaru statystycznego wydarzenia, przyczyniające się do wzrostu lub spadku ryzyka zachowań destrukcyjnych, dzięki czemu można określić prawdopodobieństwo ich wystąpienia. Ustalenie owych czynników daje możliwość działań w kierunku eliminacji tych nieprawidłowych a wzmacniania pożądanych.<sup>65</sup>

Wojcieszek wymienia następujące czynniki chroniące (w ujęciu Hawkinsa):

- a) silna więź z rodzicami
- b) sukces w nauce i zainteresowanie nią (zaangażowanie we własną przyszłość i rozwój)
- c) praktyki religijne
- d) szacunek dla norm społecznych i autorytetów
- e) konstruktywna grupa rówieśnicza

Okazuje się, że nie tylko czynników tych jest mniej, ale też są dość uniwersalne. Znaczy to, że ujawniają się jako te same czynniki w przypadku różnorodnych

---

<sup>64</sup> Zob. Sz. Grzelak, *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Kraków 2009, s. 322-323.

<sup>65</sup> Por. K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 27-29.

problemów, w przeciwieństwie do czynników ryzyka, które są bardziej specyficzne. Ponadto, jak wspomnieliśmy, są silniejsze niż czynniki ryzyka, co świadczyłoby o pewnej powszechności ich występowania.”<sup>66</sup>

W procesie integracji profilaktyki możemy wyróżnić trzy aspekty. Pierwszy to tzw. profilaktyka środowiskowa, która wiąże w jedną całość działania poszczególnych instytucji i środowisk wychowawczych, które wzajemnie się wspierają i uzupełniają. Drugi to oddziaływanie zarówno na odbiorcę danego programu profilaktycznego, jak również na osoby mające na niego wpływ i z nim związane (rodzice, wychowawcy, nauczyciele). Trzeci aspekt integracji polega na łączeniu założeń różnych obszarów i dziedzin profilaktyki, odchodząc od programów o wąskim zakresie oddziaływania i dotyczących tylko jednej substancji lub zagrożenia.<sup>67</sup>

Wyróżnia się kilka form realizacji działań profilaktycznych:

- oświata zdrowotna (przekazywanie informacji o zachowaniach destrukcyjnych i ich konsekwencjach dla człowieka),
- edukacja humanistyczna (wspomaganie prawidłowego rozwoju osobowości, zwłaszcza w sferach zagrożonych zachowaniami patologicznymi),
- edukacja społeczna (kształtowanie i rozwijanie kompetencji psychospołecznych takich jak: automotywacja, panowanie nad emocjami, naturalne sposoby poprawy nastroju, empatia, wytrwałość w dążeniu do celu, optymistyczne podejście do przyszłości, asertywność, komunikowanie z innymi, rozwiązywanie konfliktów),
- model alternatywnych form (nauka atrakcyjnego spędzania wolnego czasu),
- promocja zdrowia (zdrowy styl życia, dobre samopoczucie we wszystkich sferach egzystencji).<sup>68</sup> Model integralny łączy w sobie wszystkie te formy.

Konieczne staje się opracowanie programów profilaktycznych nowej generacji, ponieważ obecne pomimo dużych nakładów finansowych, atrakcyjne formy, precyzyjnej konstrukcji i uwzględnienia wszystkich prezentowanych wcześniej modeli, posiadają niską skuteczność. Przede wszystkim dzieje się to z powodu skupiania się na symptomach a nie na przyczynach sięgania po substancje psychoaktywne, nie odsłaniając istoty procesu uzależniania się. Nowoczesne poglądy profilaktyczne

---

<sup>66</sup> J. D. Hawkins, R. F. Catalano, J. Y. Miller, Risk and Protective Factors for Alcohol and other Drugs Problems in Adolescence and Early Adulthood: Implications for Substance Abuse Prevention, "Psychological Bulletin", 1992, vol. 112, nr 1, s. 64-105, cyt. za: K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 38-39.

<sup>67</sup> Zob. Sz. Grzelak, dz. cyt., s. 326-327.

<sup>68</sup> Zob. P. Piotrkowski, K. Zajączkowski, *Profilaktyka w gimnazjum*, dz. cyt., s. 47-48.

powinny przede wszystkim odwoływać się do realistycznej i całościowej wizji człowieka, która była redukowana przez poszczególne modele do sfery moralnej, intelektualnej, biologicznej czy emocjonalnej. W centrum zamiast substancji psychoaktywnej – jak to było dotychczas – powinien znajdować się człowiek, w jego konkretnej sytuacji życiowej, osadzony w pełnej antropologii.<sup>69</sup>

Przyjęcie określonej koncepcji człowieka jest zabiegiem niezbędnym, umożliwiającym ocenę działań, wpływających na osobę. „Nie jest możliwa owocna refleksja nad integracją profilaktyki bez holistycznego fundamentu, bez odwołania się do całościowej wizji człowieka i międzyludzkich relacji. Modelu profilaktyki zintegrowanej nie da się stworzyć ani na zasadzie prostego sumowania, ani też wyodrębnienia części wspólnej koncepcji teoretycznych z poszczególnych dziedzin profilaktyki. Potrzebny jest fundament z innego poziomu. Potrzebna jest decyzja dotycząca wyboru konkretnej odpowiedzi na pytanie, kim jest człowiek. Model profilaktyki zintegrowanej oparty jest na antropologii filozoficznej w ujęciu personalistycznym.”<sup>70</sup> Człowiek w swoim życiu nie poszukuje jedynie wiedzy na swój temat, ale przede wszystkim pragnie poznać prawdę dotyczącą całości jego istnienia, odnaleźć sens rzeczywistości, która go otacza, a która w naturalny sposób go zachwyca. Często jednak prawda jest trudna do przyjęcia, dlatego zostaje zastąpiona jej namiastką lub fałszywym obrazem.<sup>71</sup>

„Niezależnie od tego, który z problemów ma w danej szkole większe nasilenie, a który mniejsze, podejście zintegrowane – z założenia traktujące odbiorcę całościowo – pozwala na uzyskanie efektów prewencyjnych odnoszących się do przynajmniej części występujących w danym środowisku zachowań ryzykownych i problemowych”<sup>72</sup>

Obecnie występują dwa terminy na określenie nowej pozytywnej profilaktyki:

Dziewiecki używa terminu profilaktyka integralna:

„Nowoczesna profilaktyka uzależnień musi być profilaktyką integralną, czyli uwzględniającą całościową sytuację wychowanka i promującą dojrzałe postawy w najważniejszych dziedzinach życia(...) Profilaktyka integralna wymaga uwzględniania całej prawdy o postawach i filozofii życia współczesnych nastolatków.

---

<sup>69</sup> Por. M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 137-139.

<sup>70</sup> Sz. Grzelak, dz. cyt., s. 332.

<sup>71</sup> Por. K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 82-83.

<sup>72</sup> Sz. Grzelak, dz. cyt., s. 325.

W ten sposób stawia sobie niezwykle trudne zadanie. Zadanie, którego nie podjęły wcześniejsze koncepcje profilaktyki.”<sup>73</sup>

Natomiast Grzelak tworzy pojęcie profilaktyki zintegrowanej:

„Profilaktyka zintegrowana to taka, która stawia sobie za cel skuteczne zapobieganie możliwie szerokiemu spektrum zachowań ryzykownych i problemów młodzieży (np. nikotyna, alkohol, narkotyki, przemoc, depresja, ciąża nastolatek, HIV/AIDS i inne STI) i korzysta z metodyki dającej największą szansę na osiągnięcie dobrej proporcji nakładów do efektów (cost-effectiveness).”<sup>74</sup>

„Istotnym kryterium rozpoznawczym integralnych programów profilaktycznych jest ukazywanie ścisłego związku między sposobami postępowania we wszystkich wymiarach ludzkiego życia a podatnością na uzależnienia.”<sup>75</sup> Model profilaktyki integralnej najpełniej opisuje kondycję człowieka, uwzględniając jego całościową wizję, stawiając trafną diagnozę na temat przyczyn wszelkich zagrożeń oraz sposobów ich zapobiegania. Kolejne rozdziały będą miały za zadanie ukazać praktyczny sposób realizacji założeń tego modelu.

---

<sup>73</sup> M. Dziewiecki, *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, dz. cyt., s. 148.

<sup>74</sup> Sz. Grzelak, dz. cyt., s. 328.

<sup>75</sup> M. Dziewiecki, *Nowe przesłanie nadziei. Podręcznik duszpasterstwa trzeźwości*, Warszawa 2000, s. 128.

## ROZDZIAŁ II

### METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

„Metodologia jest nauką, która łączy naukowców w badaniach. To nauka o czynnościach i metodach postępowania stosowanych w jakiejś nauce bądź w naukach. Dotyczy to zarówno ogółu czynności związanych z opisem badanej rzeczywistości, zasadami postępowania badawczego, doбором metod badawczych, jak i będących wynikiem tych badań różnych wytworów”.<sup>76</sup>

#### 2.1. CEL I PRZEDMIOT BADAŃ

Każda czynność posiada swój cel, do którego zmierza, inaczej byłaby pozbawiona sensu. Tak samo jest z badaniami naukowymi, które zakładają osiągnięcie pewnych rezultatów, czy to poprzez sprawdzenie wcześniej postawionych hipotez czy poznanie nowej rzeczywistości.

„Można powiedzieć, że badanie naukowe to zespół czynności zmierzających do poznania, wyjaśnienia i zrozumienia zjawisk i zdarzeń będących przedmiotem badań jak i udzielenia odpowiedzi na sformułowane pytania badawcze”.<sup>77</sup> Sprecyzowanie celu badań określa zamierzenia badacza, to, co pragnie osiągnąć poprzez swoje działanie. Cel powinien być konkretny, jasny i realny.<sup>78</sup>

Celem badań prezentowanej pracy jest dokonanie próby oceny trafności merytorycznej programu profilaktyczno-wychowawczego „Archezja” w odniesieniu do aktualnej wiedzy z zakresu nowoczesnej profilaktyki uzależnień. Aby osiągnąć wyznaczony cel, należy dokonać analizy zjawisk, które dadzą odpowiedź w poszukiwanym obszarze zainteresowań badacza,

„Używając zwrotu <<przedmiot badań>> mamy na uwadze obiekty i rzeczy w sensie dosłownym, jak i zjawiska czy zdarzenia, jakim one podlegają i w odniesieniu do których chcemy prowadzić badania”.<sup>79</sup> Przedmiotem badań jest opis przebiegu zajęć, stosowane metody i formy pracy z młodzieżą, a także wykorzystywane strategie

---

<sup>76</sup> A. W. Maszke, *Metodologiczne podstawy badań pedagogicznych*, Rzeszów 2008, s. 45.

<sup>77</sup> Tamże, s. 17.

<sup>78</sup> Por. W. Zaczyński, *Praca badawcza nauczyciela*, Warszawa 2000, s. 26.

<sup>79</sup> A. W. Maszke, dz. cyt., s. 91.

profilaktyczne. Dane te uzyskano z wywiadu przeprowadzonego z dyrektorem Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja” panem Tomaszem Gubałą.

## 2.2. PARADYGMAT METODOLOGICZNY

„W badaniach jakościowych łatwiejsze niż w badaniach ilościowych jest też dotarcie do złożoności i osobliwości co najmniej niektórych badanych zjawisk. Nade wszystko zaś badania jakościowe umożliwiają poznanie szerszego kontekstu interesujących badacza zjawisk i rozpoznawanie ich w warunkach naturalnych”.<sup>80</sup>

W prowadzonych badaniach został przyjęty paradygmat badań jakościowych, ze względu na brak uogólnień oraz wkraczanie na nowy grunt badawczy, w celu zrozumienia i poznania nowego zjawiska, jakim jest rozwijająca się nowoczesna profilaktyka integralna, charakteryzujące się integralnym podejściem do problemu nie tylko uzależnień, ale wszelkich zagrożeń okresu rozwojowego i nie tylko. „W badaniach jakościowych możliwe jest podejmowanie tematów wykraczających poza to, co obiektywne i mierzalne, co pozwala na podejmowanie problematyki związanej z ocenami, wartościami, przeżyciami, czyli tym, co jednostkowe”.<sup>81</sup>

## 2.3. PROBLEMY BADAWCZE

Formułowanie problemów badawczych to „prosty zabieg werbalny, polegający na precyzyjnym rozbiciu tematu na pytania, problemy”.<sup>82</sup> „Zbiór owych pytań odnoszących się do przedmiotu badań i towarzyszących mu zjawisk, zdarzeń czy procesów, nazywamy problematyką badawczą”.<sup>83</sup>

W niniejszej pracy sformułowano następujący problem główny:

- W jakim aspekcie przejawia się trafność programu profilaktycznego „Archezja”?

Z powyższego problemu głównego wynikają następujące problemy szczegółowe:

- W czym przejawia się trafność zastosowania założeń profilaktyki integralnej w zapobieganiu uzależnieniom wśród młodzieży oraz w ogólnie rozumianym wsparciu rozwojowym?

---

<sup>80</sup> M. Łobocki, *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Kraków 2006, s.18.

<sup>81</sup> T. Pilch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych*, Warszawa 2001, s. 277- 278.

<sup>82</sup> Tamże, s. 43.

<sup>83</sup> A. W. Maszke, dz. cyt., s. 92.

- W jaki sposób Ośrodek Profilaktyki Problemowej „Archezja” realizuje założenia profilaktyki integralnej?
- Czy praktyczne zastosowanie założeń antropologicznych i teoretycznych profilaktyki integralnej realizowanych w Ośrodku „Archezja” podnosi jakość życia młodzieży?

## 2.4. METODY, TECHNIKI, NARZĘDZIA BADAŃ

„Warunkiem podjęcia badań jest wybór określonej metody czy zespołu metod, przy pomocy których zamierzamy szukać odpowiedzi na problem nas interesujący. Przez metodę naukową rozumiemy tu określony, powtarzalny sposób rozwiązywania problemu naukowego”.<sup>84</sup> Metody są sposobami poznawania wybranego wycinka rzeczywistości. Powinny być: celowe, planowe, obiektywne i wyczerpujące.<sup>85</sup>

W niniejszej pracy badawczej zastosowano metodę monografii pedagogicznej, ze względu na charakter placówki i możliwości jej badania. „Monografia to metoda badań, której przedmiotem są instytucje wychowawcze w rozumieniu placówki lub instytucjonalne formy działalności wychowawczej, lub jednorodne zjawiska społeczne, prowadzące do gruntownego rozpoznania struktury instytucji, zasad i efektywności działań wychowawczych oraz opracowania koncepcji ulepszeń prognoz rozwojowych”.<sup>86</sup>

Technika badawcza rozumiana jest jako „(...)zespół czynności wykonywanych w ramach danej metody”.<sup>87</sup> Technika badawczą zastosowaną w prowadzonych badaniach jest wywiad swobodny, nieskategoryzowany, który pozwolił na dokładne poznanie założeń programu, jego przebiegu, oraz stosowanych w nim metod, form i strategii.

Wywiad jest „sposobem gromadzenia interesujących badacza informacji w bezpośrednim kontakcie z osobami badanymi”.<sup>88</sup> Jak powie S. Kvale: „Wykracza poza spontaniczną wymianę poglądów, która występuje w codziennych konwersacjach i przyjmuje postać starannego zadawania pytań i wysłuchiwanie odpowiedzi, w celu uzyskania całkowicie zweryfikowanej wiedzy. Wywiad nie jest rozmową między

---

<sup>84</sup> S. Nowak, *Metodologia badań socjologicznych*, Warszawa 1970, s. 237.

<sup>85</sup> Por. W. Zaczyński, dz. cyt., s. 20.

<sup>86</sup> T. Pilch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych*, Warszawa 2001, s. 76.

<sup>87</sup> A. W. Maszke, dz. cyt., s. 1

<sup>88</sup> M. Łobocki, dz. cyt., s. 262.

partnerami posiadającymi równe pozycje, gdyż to badacz ustala i kontroluje sytuację. Badacz ustala temat wywiadu, także sprawdza krytycznie odpowiedzi osoby udzielającej wywiadu”<sup>89</sup>. W wywiadzie zastosowano pytania otwarte, dzięki którym można ukierunkowywać rozmowę, podążając za treściami istotnymi dla badacza, a przez to lepiej poznawać interesujące go zjawisko.

Narzędzia badawcze to wszystkie materialne środki pomocnicze badania naukowego.<sup>90</sup> Narzędziem badawczym wykorzystanym w prowadzonych badaniach był dyktafon cyfrowy i lista pytań otwartych, opracowanych na podstawie problemów szczegółowych postawionych na początku pracy.

## **2.5. CHARAKTERYSTYKA BADANEJ GRUPY**

„Właściwy dobór badanych osób zależy w głównej mierze od rodzaju problemów, jakie zamierzamy rozwiązać i hipotez, jakie pragniemy zweryfikować”<sup>91</sup>

Wywiad został przeprowadzony z panem Tomaszem Gubałą, dyrektorem Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”.

---

<sup>89</sup> S. Kvale, *Interview – Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*, Białystok 2004, s. 18.

<sup>90</sup> Por. W. Zaczyński, dz. cyt., s. 20.

<sup>91</sup> M. Łobocki, dz. cyt., s. 197.

# ROZDZIAŁ III

## OŚRODEK PROFILAKTYKI PROBLEMOWEJ

### „ARCHEZJA”

Celem niniejszego rozdziału będzie zaprezentowanie Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”, z uwzględnieniem historii jego powstania oraz opisanie programu profilaktyczno-wychowawczego „Archezja” realizowane w Ojcowskim Parku Narodowym, wraz z przedstawieniem używanych metod i form pracy z młodzieżą a także stosowanych strategii profilaktycznych.

#### 3.1. HISTORIA POWSTANIA OŚRODKA „ARCHEZJA”

Ośrodek Profilaktyki Problemowej „Archezja” powstał w 2006 roku. Jednak już kilka lat wcześniej, jego założyciel pan Tomasz Gubała, zastanawiał się jak w ciekawy sposób przekazywać treści profilaktyczne, łącząc je z wycieczką i podróżą. Klasyczna profilaktyka uzależnień, realizowana w szkołach nie przynosiła efektów. Programy głównie edukowały, dzieciom podnosiła się kwestia wiedzy na temat zagrożeń, substancji uzależniających, oddziałując tylko i wyłącznie na intelekt. Brakowało zajęć skierowanych na całego człowieka, z uwzględnieniem sfery duchowej. Okazywało się, że różne zachowania ryzykowne są jedynie przejawem problemów. Myślenie w kategoriach profilaktyki problemowej, o której mówił dr Wojcieszek, zintegrowanej, mającej na celu wspomaganie wychowania i kompensowanie jego braków, dało pomysł na stworzenie ośrodka plenerowego i pokazanie podróży jako symbolu życia, przygotowania do problemów życia. Na miejsce zajęć została wybrana Dolina Prądnika w Ojcowie, gdzie Pan Tomasz się urodził: *„stwierdziłem, że tamten mój świat jest bezpieczny i ma wiele możliwości, w tamtym świecie nie ma tyle hałasu, ludzie mają hałas w uszach, mają hałas w duszy i przez ten hałas nie są w stanie słyszeć, widzieć wielu rzeczy dookoła, w Ojcowie hałasu jest mniej i tam więcej się słyszy po prostu, chyba przez ten hałas wybrałem Park Narodowy”*

Pan Tomasz Gubała i pan Wojciech Słonina, który pomagał przy tworzeniu ośrodka „Archezja”, przeprowadzili pierwsze zajęcia w Ojcowskim Parku Narodowym. Przypominały one bardziej wycieczkę niż program profilaktyczny, ale okazało się, że wykorzystanie specyfiki parku oraz wspólna wyprawa z rówieśnikami w piękny

krajobraz, oddziałuje w sposób profilaktyczny, stając się alternatywą dla zachowań problemowych. Na zajęcia przyjeżdżały grupy uczniów z zaprzyjaźnionych szkół, które mając już doświadczenie w zajęciach psychoedukacyjnych, dostarczały cennych informacji zwrotnych, z których wynikało, że program bardzo się podoba. Dodatkowo okazało się, że program poprawia także funkcjonowanie prowadzących w różnych dziedzinach życia.

### **3.2. PROGRAM PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZY „ARCHEZJA”**

W Ośrodku Profilaktyki Problemowej „Archezja” realizowany jest program profilaktyczno-wychowawczy „Archezja”, którego cele, założenia, metody i strategię, oraz scenariusz zostaną opisane poniżej.

#### **3.2.1. Cele programu, grupa docelowa, prowadzący**

Celem programu „Archezja” jest uruchamianie rozwoju duchowego młodych ludzi oraz wzmacnianie ich wychowania poprzez rozwój refleksyjności. Motywem przewodnim działania ośrodka jest pokazanie dzieciom i młodzieży konieczności kierowania się w życiu wartościami i posiadania autorytetów, właściwej oceny własnych możliwości, akceptacji siebie i budowania dobrych relacji z innymi. Zajęcia mają też cel edukacyjny (biologia, historia, geografia) płynnie wkomponowany w formę warsztatową. Program uczy jak radzić sobie z trudnymi emocjami. Może być początkiem serii zajęć realizowanych w szkole. W takiej długofalowej wersji powoduje zmiany postaw u młodzieży. W przystępnej formie, wyjątkowym otoczeniu oraz fascynującej scenerii, poruszającej emocje, dzieci i młodzież otrzymują istotne dla nich treści wiedzy praktycznej i teoretycznej.

Celem programu jest również:

- Podniesienie wieku inicjacji nikotynowej, alkoholowej lub/i zatrzymanie w próbach z alkoholem
- Integracja grupy lub/i poprawienie relacji w grupie
- Rozbudzenie zainteresowań archeologią, historią, filozofią czy ekologią – poszukiwanie hobby.
- Poszukiwanie naturalnych sposobów na poprawę nastroju przez uczestników.

- Przyjemna wyprawa i dobra zabawa.<sup>92</sup>

Program profilaktyczny „Archezja” kierowany jest do uczniowie szkół podstawowych, młodzieży w wieku gimnazjalnym, oraz młodzieży ponad gimnazjalnej. Wiek uczestników oraz stopień integracji grupy sugeruje o wyborze wersji. Dla młodszych osób program przyjmuje wersję bardziej integracyjną, dla młodzieży licealnej bardziej filozoficzną. Grupą docelową jest Gimnazjum, ale okazuje się, że program należy również kierować do młodszych, ponieważ im starsze jest dziecko, tym bardziej narażone jest na wszelkiego rodzaju zagrożenia.

Zajęcia są prowadzone w plenerze w formie wycieczki – podróży z przewodnikami, młodymi liderami, których postawy i poglądy można polecać do naśladowania.

Szczególą uwagę zwraca się na dobór realizatorów zajęć, którzy swoją postawą, przekonaniami mogą stanowić autorytet i wzór do naśladowania. Prowadzący, w czasie zajęć podkreśla ważność podejmowania trafnych decyzji w życiu człowieka, a także integruje grupę i niejako przy okazji rozbudza zainteresowania i podpowiada sposoby na twórcze spędzanie wolnego czasu. Spotkanie może być początkiem pracy z liderami środowiskowymi.

W zajęciach bierze udział cała klasa lub grupa do 35 osób. Jeżeli osób jest więcej, to zostają podzieleni na dwie mniejsze grupki. Na każdą grupę przypada dwóch prowadzących, jak jest możliwość to są oni odmiennej płci. Program trwa od 6 – 8 godzin. Warto mieć na uwadze, że to nie program oddziałuje na człowieka, program jest narzędziem, i choćby był genialny program, to jeżeli profilaktyk, który prowadzi zajęcia, nie ma ich przepracowanych, nie jest dojrzały w relacjach z samym sobą, z innymi ludźmi, z Panem Bogiem, to nie będzie w stanie pokazać młodym, co to znaczy mieć dobre relacje. Jeżeli taki człowiek nie czuje troski o drugiego człowieka, to nie będzie prowadził dobrze zajęć profilaktycznych, jeżeli taki człowiek nie ma wiedzy, to on również nie będzie mógł dobrze prowadzić takich zajęć. Idealem prowadzącego zajęcia jest zatem młody człowiek, który jest na studiach albo tuż po, który sam przemyślał swoje życie (odpowiedział sobie na najważniejsze pytania). Taki człowiek, kiedy dostanie program jako narzędzie, ma szansę wykorzystać tę możliwość, którą niesie miejsce, i przeprowadzić go nie tylko jako prowadzący, ale przede wszystkim jako osoba.

---

<sup>92</sup> <http://archezja.com/attachments/File/arche%20ofert%281%29.html>, ostatnio widziane: 24.05.2011r.

### 3.2.2. Założenia antropologiczne i teoretyczne programu

Założenia antropologiczne programu to człowiek w wizji chrześcijańskiej, jako jedność duszy i ciała, z uwzględnieniem sfery intelektualnej, emocjonalnej, społecznej. Podstawą jest model CUDER (ciało, umysł, duch, emocje, relacje), czyli w pełni rozwinięty człowiek, w pełni wolny, widziany jako jedność pięciu sfer, gdzie sfera duchowa to sfera zarządzająca.

Podłoże teoretyczne programu stanowi wizja człowieka, wychowania i profilaktyki w myśli takich osób, jak Jan Paweł II „Pamięć i tożsamość”, ks. Tischner, dr Szymon Grzelak, dr K. Wojcieszek, prof. Z. Gaś, ks. dr Marek Dziewiecki. Kluczowy jest tutaj rozwój duchowy, a profilaktyka to przede wszystkim relacja. Punktem wyjścia są słowa Jana Pawła II: „Gdzie pustka duchowa, tam wkrada się uzależnienie”.

Program opiera się na pojęciu profilaktyki zintegrowanej dr Szymona Grzelaka, oraz profilaktyki integralnej ks. dr Marka Dziewieckiego. Zachowania ryzykowne (takie jak picie alkoholu, palenie papierosów, branie narkotyków, korzystania z pornografii, agresja) stanowią w nich jedynie przejaw problemów na drodze do wychowania. Są one wynikiem poszukiwania sposobów na obniżenie poziomu lęku, towarzyszącemu młodemu człowiekowi w trudnych sytuacjach. Konieczne staje się oddziaływanie na wszystkie dziedziny życia człowieka, zwłaszcza na sferę duchową, która koordynuje pozostałe. Trzeba również brać pod uwagę środowisko, w którym wychowuje się uczeń, nauczycieli, wychowawców, rodziców, aby integrować działania na rzecz wzmocnienia harmonijnego rozwoju wychowanków.

Po Archezji są też realizowane spotkania z rodzicami i Radami Pedagogicznymi, aby przedstawić im, że program to nie jest tylko wycieczka, że ten program zawiera w sobie mnóstwo elementów, które oni mogą rozwijać, wspierać i pracować dalej ze swoimi dziećmi, aby poukładać pewne pojęcia i zdefiniować te fundamentalne, ważne dla każdego człowieka. Okazuje się, że nie tylko uczniowie nie mają takiej wiedzy, ale również nauczyciele, często są przerażeni, kiedy przyjdzie rozmawiać na temat miłości, wolności, odwagi, godności i pojęć, których używają każdego dnia. Okazuje się, że wiele osób nie wie, co się pod nimi kryje, łatwo wtedy zastawić na człowieka pułapkę, choćby w reklamie.

### **3.2.3. Metody i strategie profilaktyczne stosowane podczas programu**

Archezja to symboliczna podróż, więc praca na symbolach i archetypach oraz za pomocą przypowieści stanowi ważny element podczas programu. Dodatkowo wykorzystywane są takie metody jak: burza mózgów, bieg terenowy (uczestnicy otrzymują zadania do wykonania), mini wykłady, sondaż opinii. Jednak najważniejszą metodą stanowi pedagogika przeżycia, w której dziecko może w sposób praktyczny dotknąć otaczającego świata, może poczuć emocje (np. ćwiczenie w Jaskini Ciemnej), może być w świetle, który otacza go ze wszystkich stron, co stanowi najważniejszą zaletę programu. Oprócz metod stosowanych w szkole, dziecko przeżywa i doświadcza całym sobą przestrzeni Ojcowskiego Parku Narodowego, nie tylko słyszy jakiś komunikat, ale go przeżywa i w ten sposób lepiej zapamiętuje. W programie duży nacisk położony jest na poprawę relacji i integrację grupy. Z ewaluacji i opinii szkolnych pedagogów i psychologów wynika, że po jednym dniu spędzonym w Archezji, uczniowie, zwłaszcza klas pierwszych, są w stanie szybciej podjąć naukę szkolną, ponieważ mają już poukładaną sprawę relacji w klasie oraz poznali w optymalny sposób nową grupę rówieśniczą. Cały program to również dobry socjogram grupy, który pokazuje role pełnione przez poszczególnych uczniów na tle klasy.

Jeżeli chodzi o strategie profilaktyczne wykorzystywane w programie, to pierwszą strategią jest wspieranie rozwoju duchowego za pomocą rozwoju refleksyjności. Duchowość rozumiana jest tutaj jako gotowość do stawiania sobie w życiu fundamentalnych pytań i szukania na nie odpowiedzi. Drugą strategią jest obniżanie poziomu lęku, ponieważ im wyższy poziom lęku, tym większa trudność z przeżywaniem bolesnych emocji, a co za tym idzie ogromne pożądanie ulgi. Sięganie po środek chemiczny, który jest w stanie przynieść chwilową ulgę, rozpoczyna proces wchodzenia na drogę uzależnienia. Im mniej lęku w życiu młodego człowieka, tym większa ochrona. Objaśniając świat i wyjaśniając różne sytuacje, których uczeń doświadcza w swoim życiu, prowadzący obniża poziom lęku. Trzecią kluczową strategią jest „odkłamywanie przekonań normatywnych” i tworzenie mody na rozwój. Podczas wspólnej dyskusji podróżując przez Ojców, poszukiwane są sposoby na poprawę nastroju oraz różne formy spędzania wolnego czasu, rozwijania swoich zainteresowań, pasji (fotografia, turystyka, geologia, biologia, historia, religia, zajęcia sportowe, strzelanie z łuku, podróżowanie, wspinaczka). Ta strategia ma na celu

pokazanie, że normom jest szukanie radości w różnych dziedzinach, która jest naturalna i długotrwała, a nie zawężanie swoich zainteresowań do środków psychoaktywnych i używek, dających sztuczne i chwilowe poczucie szczęścia. Kolejną strategią profilaktyczną jest ognisko, kończące cały program, na którym nie ma alkoholu, a pomimo tego wszyscy się dobrze bawią. Dla młodzieży, pokazanie, że można się bawić na trzeźwo jest ważnym oddziaływaniem profilaktycznym.

Stosowana jest również strategia deklaracji osobistych, która polega na tym, że człowiek, raz podejmując jakąś decyzję, opowiadając się po jakiejś stronie, stara się ją podtrzymać. Program kończy się wpisem osobistej deklaracji do Wielkiej Księgi Archezji, czyli podjęcia dobrej decyzji, służącej własnemu rozwojowi. Sugerowana jest abstynencja, jednak każdy sam i w wolności podejmuje swoją decyzję. Podczas programu uczestnicy dowiadują się, że człowiek to osoba, posiadająca wolną wolę, podejmujące świadomie wolne decyzje i biorąca za nie odpowiedzialność. Odpowiedzialność za decyzję czyni z nas dojrzałych ludzi, dlatego trzeba się uczyć podejmować dobre decyzje, aby ich konsekwencje nas rozwijały i przynosiły szczęście, a nie były powodem do rozpacz. Podjęcie decyzji jest przedstawione symbolicznie jako strzał z łuku: przymioty rozumu pozwalają zobaczyć cel, przymioty woli pozwalają wykonać strzał, naciągnąć cięciwę, a świadomość emocji, które rozumiemy jako sygnał idący z ciała i z relacji z innymi, porównana jest do wiatru przy strzale z łuku, który trzeba uwzględnić, podejmując decyzję wypuszczenia strzały. Emocje stanowią drugie oprócz intelektu źródło informacji o sytuacji człowieka, które powinno być brane pod uwagę przy podejmowaniu wszelkich działań. Podjęta publicznie, przy całej klasie, w wolności i na poważnie deklaracja abstynencji do określonego wieku, najczęściej do 18 roku życia, zwieńczona uściskiem reki prowadzącego i gratulacjami dobrej decyzji, jest w stanie chronić wychowanka i utrzymać go w tym postanowieniu. Im bardziej rozwinięty i poukładany człowiek, tym bardziej odporny na wpływ środków uzależniających. Kluczowy jest moment sięgania po substancje psychoaktywne, zwłaszcza wśród dzieci i młodzieży, w związku z tym przełożenie tego czasu abstynencji nawet o kilka miesięcy, ma kolosalne znaczenie. Daje to nadzieje, że kiedy sięgną po alkohol później, ich poziom lęku będzie trochę wyższy, nie poczują wtedy tej dojmującej ulgi i nie będą mieli takich natychmiastowych korzyści z picia alkoholu i w związku z tym nie będą tego ponawiali. Kluczowy jest tutaj wiek inicjacji alkoholowej, który jest podnoszony, poprzez decyzje w Wielkiej Księdze Archezji.

Wyniki ewaluacji mailowej pokazują, że wpis do księgi Archezji i podjęta w niej decyzja ma dla uczestników programów duże znaczenie.

Do stosowanych strategii profilaktycznych można również zaliczyć ukazywanie wartości każdego człowieka jako osoby, pobudzanie do poszukiwania własnych talentów, wzbudzanie szacunku do drugiego człowieka. Ewaluacja programu i późniejsze przygotowanie sprawozdania pomaga w dalszej pracy wychowawcy.

#### **3.2.4. Scenariusz zajęć i opis elementów programu**

Program „Archezja” to podróż filozoficzna w czasie (od średniowiecznych ruin zamku do epoki paleolitu), przestrzeni ( kilkukilometrowa piesza wędrówka) oraz w głąb samego siebie, która wymusza przemyślenia. Zajęcia nawiązują do historii neandertalczyka, jednocześnie poruszają tematy bardzo aktualne dla współczesnego człowieka. Praca odbywa się w Ojcowskim Parku Narodowym, na zamku, w jaskini oraz w zrekonstruowanej wiosce z pradziejów- tytułowej Archezji. Pozwala to na bezpośredni kontakt z żywą naturą oraz pięknym krajobrazem, co wpływa na doznania estetyczne, jak również daje możliwość oderwania się od świata technologii i „powrót do korzeni”.

Program profilaktyczno-wychowawczy „Archezja” rozpoczyna się od ”historii o mędrca”, który spotkał młodego chłopaka i zostawił mu prezent w formie najważniejszego pytania: Kim jesteś? które ma za zadanie pobudzić już na samym początku młodzież do refleksji i szukania odpowiedzi na to pytanie podczas podróży, która tak naprawdę rozpoczyna się w Ojcowie, ale potrwa całe życie.

Uczniowie wychodząc z autokaru wkraczają w nowy dla nich świat, są to swego rodzaju „narodziny”. Człowiek też ma swoją „instrukcję obsługi”, czyli dekalog, jeżeli się go nie trzyma, to można człowieka „zepsuć”, czyli skrzywdzić, zdeformować jego rozwój. Wtedy popada w grzech i uzależnienia, uzależnia się od grzechu. Program stwarza możliwość wyciszenia się. Ideałem jest, aby uczestnicy wyłączyli komórki, tak jak wchodzi się w głąb czasu, aby w czasie programu być tu i teraz, ciałem, duszą i rozumem, nie dzwoniąc do nikogo. Wprowadza to pewien nastrój, bez nadmiernego hałasu, który zakłóca nie tylko odbiór świata, ale też własne myśli.

## **Zamek**

Następnie cała grupa udaje się przed wejście do ruin zamku, gdzie zwrócona zostaje uwaga na decyzje, które podejmujemy w ciągu naszego życia, a które mają wpływ na innych ludzi. Tak samo jak budowniczy zamku podjął decyzję, że stanie on w tym miejscu, pewnie nie spodziewał się, że kilkaset lat później ta decyzja wpłynie na tych, którzy ten zamek teraz zwiedzają. Zamek ma na celu integrację grupy. Rozmowa przy studni ma za zadanie pokazać, jak wiele wysiłku jest w stanie podjąć człowiek, aby zrealizować swój cel. Potem w Baszcie przeprowadzona zostaje dyskusja na temat rycerzy i etosu rycerskiego. Jest to okazja do rozmowy na temat norm postępowania, zastanowienia się nad tym, kim był rycerz, kto we współczesnych czasach jest takim rycerzem, odniesienia tego do dzisiejszego świata, na czym polega rycerskość w zachowaniu do innych, w relacjach, w wyznawanych zasadach i wytrwałości w ich przestrzeganiu. Wprowadzone zostają takie pojęcia jak godność, honor. Ma to na celu uświadomienie uczestnikom, że w życiu powinniśmy się kierować pewnymi wartościami oraz pielęgnować w sobie takie cechy rycerskie, jak odwaga, szlachetność, dobro, sprawiedliwość, obrona słabszych. Ostatnim ćwiczeniem, kończącym pobyt na zamku, jest przedstawianie swoich osobistych herbów, w których powinny się znaleźć 4 elementy: jak mam na imię, co lubię robić, co cenię w zachowaniu innych ludzi, czego nie lubię w zachowaniu innych ludzi. Młody człowiek otrzymuje komunikat, że nie ma dwóch takich samych osób na świecie, że każdy jest inny i wyjątkowy, ma w sobie różne talenty. Dzięki temu ćwiczeniu, klasa poznaje się bardziej, a uczestnicy mają możliwość osobistej refleksji na swój temat. Najważniejsze jest przekazanie każdemu dziecku z osobna komunikatu: dobrze, że jesteś, że jesteś tutaj z nami, że istniejesz, aby wychodząc z zamku miało tego poczucie. Obniża to poziom lęku, zaspokaja potrzebę przynależności i uznania, akceptacji, pozwala uświadomić sobie, że ten świat jest stworzony dla Ciebie.

## **Szlaki**

Wychodząc z zamku grupa zatrzymuje się przy drzewie z namalowanymi szlakami. Pogadanka na temat szlaków odkłamuje przekonanie normatywne, że osoby dorosłe ograniczają wolność młodych ludzi. Szlaki symbolizują drogi, którymi człowiek porusza się w życiu, jest to swego rodzaju ciąg zasad, ustalonych przez poprzednie pokolenia, które zostawiły nam znaki, co obniża poczucie lęku wobec nie dających się przewidzieć wyzwań. Natomiast drogowskazy to osoby znaczące dla młodych ludzi,

mistrzowie, autorytety, które wskazują bezpieczną drogę, ponieważ same już przeszły przez życie i mają doświadczenie. Szlak ma za zadanie zaprowadzić nas bezpiecznie do celu. Bariery, które otaczają szlak, nie ograniczają wolności, ale dają poczucie bezpieczeństwa. Sumienie zostaje porównane do kompasu. Nad sumieniem trzeba pracować, ma ogromne znaczenie, ponieważ wskazuje drogę, kiedy brakuje szlaku turystycznego, a także potwierdza, że dany szlak prowadzi mnie we właściwym kierunku. Aby kompas działał prawidłowo, musi współgrać z polem magnetycznym ziemi. Tak samo, aby sumienie funkcjonowało w prawidłowy sposób, musi być prawidłowo ukształtowane i opierać się na spójnym i naturalnym systemie wartości, wpisanym w każdego człowieka. Poszukiwanie sensu życia i jego celu już samo w sobie nadaje sens ludzkiemu życiu. Człowiek, który nie poszukuje drogi, lub który nie chodzi drogami sprawdzonymi i oznakowanymi, naraża się na zagubienie. Dlatego każdej osobie potrzebny jest mistrz, przewodnik, który towarzyszy w drodze.

Ks. Tischner mawiał, że aby zostać mądrym, trzeba znaleźć mądrzejszego od siebie i chodzić za nim. W taki sam sposób rozwój duchowy nie jest samoistny, potrzebny jest przewodnik, żeby nie pobił, a bardzo często dzieci nie mają takich przewodników duchowych, którzy gwarantuje bezpieczeństwo duchowe. Sfera najbardziej zagrożona w dzisiejszym świecie pokazywana jest jako sfera tak intymna, że nie można mówić drugiemu, jak on ma się rozwijać w tej sferze. Młody człowiek zostaje sam ze swoim rozwojem duchowym, kiedy zagrożenia w rozwoju duchowym są największym niebezpieczeństwem, ponieważ mogą przyczynić się do odrzucenia miłości. Dlatego w programie przekazywany jest apel, aby szukać mądrzejszych od siebie, szukać mistrzów, aby potem samemu móc szukać drogi, ale potrzebny jest fundament, czyli wiedza na temat tego, Kim jestem, odpowiedź na pytanie, po co żyje, abyś móc iść samodzielnie.

### **Archetypy**

Kolejnym elementem zajęć jest podział uczestników na trzy mniejsze grupki, którym odpowiada poszczególne archetypy: wędrowiec, alchemik i łucznik. Pada komunikat, że każdy jest jedyny i неповtarzalny i ma swoje indywidualne cechy. Niektóre cechy predysponują do wspólnych zadań. Każdy sam wybiera, do której grupy chce być przydzielony, bazując na swoich cechach charakteru i posiadanych umiejętnościach. Archetypy są odniesione do modelu „Cuder”. Archetyp wędrowca to dobrze poukładany w sferze duchowej, a co za tym idzie w pozostałych sferach

człowiek. Wędrowiec to ten, który potrafi racjonalnie ocenić rozumem, zobaczyć świat, ma wytrwałość, jest konsekwentny do podążania drogą, jest uważny na innych, ma dobrze rozbudowane relacje. Wędrowiec, to człowiek, który jest silny, jest wytrenowany, ma ciało przygotowane do wędrówki, to również człowiek, który zdaje sobie sprawę ze swoich emocji i potrafi pod ich wpływem odpowiednio się zachować. Archetyp alchemika to ktoś, kto kieruje się głównie intelektem, zdobywa i przekazuje wiedzę, lubi poznawać otaczający go świat. Archetyp łucznika to ktoś sprawny, szybki, który potrafi szybko i pewnie podejmować decyzje, jest bystry i spostrzegawczy. Człowiek to jedność, dlatego nie można tych sfer rozdzielić, każda ma w sobie po części z poszczególnego archetypu. Wchodząc do Archezji te trzy podgrupy mają inne zadania: łucznicy zdobywają pożywienie dla całej grupy, strzelając z łuku do tarczy, wędrowcy budują dom łamigłówkę z drewnianych klocków (socjogram grupy: przyjmowane role, panujące relacje, stopień integracji), alchemicy rozpalają ogień. Okazuje się, że dla mieszkańca miasta, który ma 14 lat, rozpalanie ogniska zapałką jest rzeczą niewykonalną, dlatego już samo rozpalanie ognia zapałkami jest dla niego ogromnym wyzwaniem, przeżyciem, samo poukładanie ogniska jest wyzwaniem.

### **Jonaszówka**

Jonaszówka to skałka, odizolowana od innych. Jest to miejsce, w którym opowiadana jest historia Jonasza, który otrzymał zadanie od Boga, ale brakowało mu odwagi, aby je wypełnić, dlatego postanawia od niego uciec. Ma to pokazać, że każdy ma w swoim życiu jakieś zadanie i że często od nich ucieka, myślą, że go przerastają. Jonasz potrzebował czasu na przemyślenie, zareagował za szybko, pod wpływem emocji, zapominając, że nie jest sam, ponieważ Bóg otacza go opieką. Przesłaniem jest nadzieja, że każdy ma w sobie siłę i odwagę do podejmowania wyzwań codzienności, ma też innych ludzi, którzy są gotowi mu pomóc, że na każdy problem warto spojrzeć z różnej perspektywy, dając sobie czas na przemyślenie decyzji. To kolejny element programu, mający na celu obniżenie poziomu lęku. Na Jonaszówce jest również wykonywane bardzo ważne ćwiczenie rozróżniania pojęć. Mylenie podstawowych pojęć jest poważnym zagrożeniem współczesnego świata. Pod termin, który jest znany i dla wszystkich oczywisty, podkłada się inne znaczenie. Przykładem może być pojęcie miłości, które bywa rozumiane opatrnie, często mylone z seksem i emocjami, z miłością tylko i wyłącznie kobiety i mężczyzny, bez odwołania do miłości bliźniego,

miłości rodzicielskiej, miłości jako relacji z Bogiem. Szczególnie młodzi ludzie odbierają to pojęcie w bardzo subiektywny i niepełny sposób.

Ćwiczenie polega na kodowaniu i dekodowaniu takich pojęć jak: miłość i zakochanie, wolność i samowola, odwaga i brawura, oraz na szukaniu różnicy, jaka między nimi występuje. Grupa dzielona jest na 6 mniejszych, każda podgrupa otrzymuje jedno pojęcie i musi je zakodować, używając słów, które je opisują. Pozostałe grupy muszą następnie odkodować to pojęcie, zgadując je po opisie. Mylenie tych pojęć, choćby miłości i zakochania, i używanie ich w sposób zamienny, jest przyczyną zawiązywania niedojrzałych relacji, a co za tym idzie, powoduje zranienia i w konsekwencji prowadzi do procesu rozpacz, a stąd już niedaleko do uzależnienia. W programie Miłość przedstawiana jest nie jako uczucie, emocja (czym jest zakochanie), ale jako akt woli, decyzja, wzięcie odpowiedzialności za drugiego człowieka, poświęcenie oraz wytrwałość, często wbrew emocjom. Podobnie jest z pojęciem wolność, mylonym z samowolą. Ćwiczenie ma na celu odkłamanie kolejnych przekonań normatywnych oraz obalenie mitów. Wolność to działanie w oparciu o pewne zasady, które uwzględniają również dobro drugiego człowieka, czego brakuje w samowoli. Również odwaga ma jakiś sens i cel, a nie jest tylko kapryśnym ryzykiem, co mam miejsce w przypadku brawury. Podsumowaniem ćwiczenia jest stwierdzenie, że w każdym naszym działaniu ważny jest drugi człowiek i jego dobro, nie tylko osobiste pragnienia, często egoistyczne i niedojrzałe. Wprowadzanie tych pojęć ma fundamentalne znaczenie dla szukania odpowiedzi na pytanie: Kim Ja jestem, jak sobie wyobrażam swoje życie, kim mam być, jakim mam być człowiekiem, jak się mam zachować, na czym mam budować swoje życie. Jednocześnie Jonaszówka jest też takim symbolem okresu nauki, rozwoju, niepokładane pojęcia to zagrożenie w sferze nie tylko intelektu, ale również duchowej.

### **Grota Krowia**

Po zejściu z Jonaszówki uczestnicy programu udają się do Groty Krowiej. W niej odbywa się ćwiczenie, ukazujące relacje w grupie i podporządkowania liderowi. Jedna osoba wyklaskuje jakiś prosty rytm, inne mają za zadania po kolei włączać się do tego rytmu, również go wyklaskując. W efekcie cała grupa wyklaskuje wspólnie jeden rytm. Daje to poczucie siły i jedności grupy, ale ukazuje również jak trudno być w niej indywidualistą, ponieważ trzeba się dostosować to panujących zasad (kłaśnieć), i pomimo tego, że ktoś się myli lub na przekór chce zmienić ten rytm, jest zagłuszany

przez większość. Daje to refleksje, że warto wybierać dobre grupy odniesienia, które posiadają pozytywnego lidera i zasady, mogące rozwijać jednostkę. Wybór grupy destrukcyjnej stwarza niebezpieczeństwo związane z brakiem możliwości zmiany panujących w grupie norm. Dodatkowo to ćwiczenie nawiązuje do czasów prehistorycznych, kiedy jaskiniowcy w takich grotach mieszkali. Pada pytanie dotyczące profitów, jakie daje nam przynależność do jakiejś wspólnoty osób. Pokazana jest siła grupy, że człowiek może być szczęśliwy tylko w relacjach, że rozwijanie siły relacji służy do szczęścia, że nie można być szczęśliwym bez relacji do drugiego człowieka, albo do Boga, albo jednego i drugiego, nie mając relacji nie będę szczęśliwy. Kolejnym przesłaniem jest to, że lęk niszczy relacje, ponieważ z lęku wynika agresja, a człowiek agresywny nie potrafi nawiązywać relacji, a w efekcie być szczęśliwy.

### **Opowieść o żmii**

Po drodze do Jaskini ciemnej przekazana zostaje legenda o Żmii. W pewnej indiańskiej wiosce, młody Indianin czekał na dzień, kiedy będzie mógł zostać prawdziwym wojownikiem. Musiał jednak przejść przez inicjację, czyli poddać się próbie, wykonując trudne zadanie wyznaczone przez starszyznę swojego plemienia. Otrzymuje polecenie, aby udać się w daleką podróż i przynieść do wioski coś, czego nikt w wiosce jeszcze nigdy nie widział. Udaje się w wędrowkę. Po kilku tygodniach zauważa na horyzoncie górę, a na niej coś białego i postanawia przynieść tą rzecz do wioski. Wspinając się na ową górę, ryzykuje wiele razy swoje życie. Kiedy dochodzi na szczyt, zabiera ową cenną rzecz i wtedy pojawia się królowa żmii, która prosi go o pomoc, gdyż wspinając się na tą samą górę utknęła i nie może sama zejść. Młody Indianin staje przed dylematem, ponieważ zna naturę żmii, wie, że jest ona zła, starszyzna wioski, rodzice i wytrawni wojownicy przestrzegali go przed nią. Natomiast żmija proponuje mu, że w zamian za pomoc obdarzy go bogactwem, sławą i że sprawi, aby został najdzielniejszym wojownikiem na ziemi. Młody Indianin daje się zwieść i skusić, zabiera ze sobą żmiję. Kiedy schodzą na dół, u podnóża góry nasz bohater kładzie ją na ziemię, a wtedy żmija kąsa go śmiertelnie. Młody Indianin umierając zadaje ostatnie pytanie: dlaczego to uczyniłeś? Na to królowa żmii odpowiada mu, że znał jej naturę, wiedział, że może zabić człowieka, a pomimo tego dał się zwieść i zmanipulować. Tak kończy się historia młodego Indianina, który nigdy nie spełnił swojego marzenia i nie został prawdziwym wojownikiem. Tutaj po raz pierwszy podczas programu Archezja pojawia się dyskusja na temat substancji psychoaktywnych.

Poprzez pytania, grupa dochodzi do wniosku, że zmija symbolizuje środki uzależniające, takie jak alkohol, narkotyki, papierosy, które obiecują nam łatwe i szybkie szczęście, a tak naprawdę jeszcze nikomu nie przyniosły prawdziwej radości, a jedynie stawały się powodem nieszczęście i rozpaczy, niszcząc relacje, a także prowadząc do choroby a nawet śmierci. Bohater posłuchał emocji i dał się oszukać. Przesłanie tej przypowieści jest takie, że człowiek posiada wiedzę na temat szkodliwości alkoholu, narkotyków czy papierosów, a pomimo tego często daje się oszukać obietnicą łatwego szczęścia, które dają niewolę.

### **Obozowisko Neandertalskie**

Przed wejściem do jaskini ciemnej znajduje się rekonstrukcja obozowiska neandertalskiego. Jest to okazja, aby cofnąć się do czasów paleolitu, kiedy nie było jeszcze człowieka i zadać sobie to fundamentalne pytanie: to kim ten człowiek jest? jak to się stało, że jesteśmy ludźmi? Sugerowana jest odpowiedź, do której często dzieci dochodzą same, że człowiek tym się różni od innych, że jest osobą, a osobą jest tylko człowiek i Bóg, zwierzę nie jest osobą. Człowiek posiada duszę i stworzony jest na obraz i podobieństwo Boga, zwraca to uwagę na to, z jakim szacunkiem powinno się odnosić do drugiego człowieka.

Jeżeli człowiek to osoba, to znaczy, że posiada wolną wolę i podejmuje niezawisłe decyzje. Wolnej wola podlega procesowi rozwoju, nie jest dana w postaci pięknie rozwiniętego gotowego produktu, tylko w postaci nasionka, nad którym trzeba pracować w trakcie swojego życia, ale przez błędne decyzje np. przy alkoholu, można spowodować, że proces rozwoju wolnej woli zamieni się w proces uzależnienia się. Podczas tej dyskusji pada pytanie, czym człowiek różni się od zwierzęcia. Prowadzący w raz z grupą dochodzi do wniosku, że człowiek posiada rozum, wolną wolę i duszą i to różni nas od świata zwierzęcego. Jeżeli te trzy dary nie są rozwijane, człowiek bardziej przybliży się do świata zwierzęcego, które kieruje się instynktem i popędami, szukając natychmiastowej realizacji swoich potrzeb. Środki psychoaktywne sprawiają, że osoba traci dar rozumu, nie myśląc logicznie, traci dar wolnej woli, ulegając popędowi, oraz traci dar duszy, nie podejmując refleksji nad swoim życiem i działaniem.

### **Jaskinia Ciemna**

Uczestnicy programu wchodzą do Jaskini ciemnej bez światła, jeden za drugim, trzymając w ręku linę. Wzbudza to wiele emocji i pozwala na doświadczenie lęku przed nieznanym, oraz oparcia się na prowadzącym grupę i budowaniu zaufania do niego. Jaskinia daje unikalną możliwość ukazania relatywnego odbierania świata. Uczestnicy widzą rzeczy, których nie ma, a nie widzą rzeczy, które są. Świat odbierany jest w sposób subiektywny, w związku z tym tylko rozwinięty umysł może chronić przed okłamaniami. Często młodym ludziom wydaje się, że żyją w świecie bezpiecznym, a tak naprawdę świat jest pełny zagrożeń. To ćwiczenie pozwala także ukazać, jak łatwo manipulować człowiekiem, który wkracza w nieznaną dla siebie teren. Prowadzący sugeruje, że w jaskini trzeba uważać na przepaść, że trzeba się schylać, ponieważ strop jest niski, że trzeba się trzymać prawej strony, uważać na ostre kamienie. Wychodząc z jaskini, następuje akomodacja oka, które przyzwyczajają się do ciemności. Uczestnicy programu są w stanie zobaczyć, co tak naprawdę kryje jaskinia, że jest bezpieczna, nie ma przepaści, strop jest bardzo wysoko, mogą poruszać się sami, bez liny, pomimo braku światła. Pokazuje to sytuację podobną do używania substancji psychoaktywnych, gdzie młode osoby wkraczają w nieznaną sobie świat, nie są w stanie przewidzieć jak zareaguje ich organizm, jak się będą zachowywać. Porównanie do jaskini pozwala dostrzec, jak łatwo można w takiej sytuacji manipulować człowiekiem i jak pewny i zaufany musi być przewodnik, któremu zostaje powierzona nasza droga. Konkluzją jest stwierdzenie, że lepiej patrzeć na jaskinię, kiedy z niej wychodzimy i wszystko możemy sami ocenić. Tak samo, lepiej jest patrzeć na życie na trzeźwo, kiedy wszystko jest jasne i przejrzyste i trudniej o manipulację. Wyobraźnia może zniekształcać obraz, powodując widzenie tego, co się pragnie zobaczyć, a nie tego, co istnieje realnie.

Schodząc z Jaskini Ciemnej następuje pogadanka na temat sposobów poprawy nastroju, o których opowiadają uczniowie. Dzielone są one na naturalne i sztuczne, ze wskazaniem, że naturalne rozwijają i są zwykle za darmo, natomiast sztuczne cofają w rozwoju i trzeba za nie płacić. Młodzież bardzo często nie zdaje sobie sprawy, że nastrój można poprawić drogą naturalną, dlatego pobudza się ich do poszukiwania sposobów na radość, na spotkanie z drugim człowiekiem.

## Archezja

Na zamku uczestnicy programu otrzymują Paszport Archezji, który uprawnia do wejścia do pradawnej osady. Jest to karta pracy, która zawiera pytania dotyczące Ojcowa oraz pozwala na lepsze poznanie samego siebie, a także rozwija refleksyjność. Znajdują się w nim następujące zadania:

- Skąd pochodzi nazwa „Ojców”?
- Ilu mieszkańców ma Ojców?
- Wymień 3 cechy człowieka, z którym chciałbyś wyruszyć w głąb czasu
- Wymień 3 przedmioty, które zabrałbyś na taką wyprawę
- Zapisz 3 cechy, które odróżniają człowieka od zwierzęcia
- Wymień 3 czynności, które wykonujesz najlepiej
- Jak możesz wykorzystać to, czego doświadczyłeś w Archezji?

Po wejściu do Archezji, każda z trzech grup otrzymuje swoje zadanie. Alchemicy rozpalają ogień, aby potem upiec na nim kielbaski. Łucznicy strzelają z łuku do tarczy, zyskując za każdy trafiony strzał prawo do jednej kielbaski. Przedstawia to w obrazowy sposób, że po dobrym strzale następuje nagroda, tak samo konsekwencją dobrej decyzji jest gratyfikacja w postaci satysfakcji. Natomiast wędrowcy budują domek z drewna, za pomocą specjalnych klocków, które są swego rodzaju łamigłówką, gdyż każdy klocek musi być użyty. Jeżeli grupa jest mniej liczna, do budowania domku zaproszeni są wszyscy. Jest to świetny socjogram grupy, ukazujący panujące w niej relacje oraz pełnione role. Po wykonaniu ćwiczeń, grupa wspólnie gromadzi się wokół ogniska na posiłek. Jest to bardzo pierwotny sposób integracji ludzi, prosto z czasów prehistorycznych, odczuwany zarówno emocjonalnie jak i duchowo.

Potem następuje podsumowanie zajęć na podstawie Paszportów Archezji i przedyskutowanie odpowiedzi. Ostatnim elementem jest podjęcie decyzji w Wielkiej Księdze Archezji. Jest to kulminacyjny moment w całym programie, wynik logicznego ciągu. Jak mówi Pan Tomasz Gubała: *„Skoro mam wolną wolę, podejmuje niezależne decyzje, biorę za nie odpowiedzialność, to znaczy, że podejmuje dobrą decyzję, która służy do mojego szczęścia, to jakbym wchodził na drogę do szczęścia, w związku z tym im szybciej na tą drogę wejdę, tym szybciej będę szczęśliwy, dlatego wypada tą decyzję podjąć tu i teraz, natychmiast, bo jest to najlepszy moment”*. Uzgadniana jest wspólna decyzja całej grupy, chociaż każdy może podjąć swoją decyzję indywidualnie. Uczestnicy podpisują się imieniem i nazwiskiem, publicznie przy całej klasie. Potwierdzeniem decyzji przez prowadzącego jest uścisk ręki, gratulacje, spojrzenie

w oczy, aby została podkreślona powaga sytuacji i znaczenie powziętej decyzji, która ma realny wpływ na życie człowieka. Odniesione to zostaje do strzału z łuku: Strzał z łuku jest jak decyzja, emocje są jak wiatr, który wieje z różnych stron, łucznik musi wiedzieć skąd wieje wiatr, musi zdecydować czy bierze poprawkę na wiatr czy odkłada decyzję do momentu, kiedy przestanie wiać. Efektem decyzji są jakieś konsekwencje i wtedy od jakości decyzji to zależy, czy konsekwencje będą dla nas powodem do radości czy będą powodem do rozpacz, że decyzja to istota życia, tak naprawdę żyjemy podejmując decyzje, to jest jedno z fundamentalnych przesłań tego programu.

## ROZDZIAŁ IV

# PRÓBA OCENY TRAFNOŚCI MERYTORYCZNEJ PROGRAMU PROFILAKTYCZNO-WYCHOWAWCZEGO „ARCHEZJA”

Najważniejszą zaletą programu profilaktycznego „Archezja” jest oparcie go na **całościowej wizji człowieka, uwzględniającej sferę cielesną, umysłową, duchową, emocjonalną i społeczną**. Jest to warunek integralnego podejścia do wychowania, ponieważ wszystkie sfery tworzą harmonijną całość. Redukcja oddziaływań tylko do jednej sfery nie jest w stanie skutecznie ochronić młodego człowieka przed niebezpieczeństwami codzienności. Doświadczenie zagrożeń w jednej sferze powoduje automatycznie dysfunkcjonalność wszystkich. Opierając się na modelu CUDER, uwzględnione zostają wszystkie wymiary człowieka, z naciskiem na ich wspólną koordynację i współpracę.

Ks. dr Marek Dziewiecki podkreśla potrzebę tworzenia programów profilaktycznych nowej generacji, „które uwzględnią całą rzeczywistość wychowanka, a nie jego postawę wobec substancji uzależniających (...) Nie można skutecznie zapobiegać jakiemuś negatywnemu zjawisku, dopóki w sposób precyzyjny i pogłębiony nie poznamy jego przyczyn. W przeciwnym wypadku działania profilaktyczne koncentrować się będą na mierzeniu się z symptomami, a nie ze źródłem zagrożeń”.<sup>93</sup> Cały program „Archezja” skupia swoją uwagę na człowieku i jego tajemnicy, a nie na objawach używania substancji psychoaktywnych. Opiera się na personalizmie, który w centrum umieszcza osobę, z jej godnością. Motywuje do stawiania sobie w życie najważniejszych pytań o sens i cel istnienia człowieka oraz szukania na nie odpowiedzi. Uczestnicy przede wszystkim mają lepiej poznać samych siebie, swoje emocje, wartości, relacje, a nie zdobyć wiedzę na temat środków uzależniających. „Antropologa personalistyczna podkreśla fakt, że człowiek jest osobą wcieloną, czyli kimś, kto łączy w sobie wymiar fizyczny, psychiczny i duchowy(...) Niedomaganie ciała wpływa niekorzystnie na nastrój psychiczny. Z kolei psychiczne napięcia i konflikty prowadzą do niepokoju i bolesnych pytań w sferze duchowej. Z drugiej strony równowaga

---

<sup>93</sup> M. Dziewiecki, *Nowe przesłanie nadziei*, dz. cyt., s. 119.

duchowa czy dojrzałe więzi międzypersonalne w oczywisty sposób ułatwiają zachowanie równowagi psychicznej i odporności fizycznej”.<sup>94</sup>

Mała skuteczność dotychczasowych programów profilaktycznych wynika głównie z ich koncentracji nad objawami uzależnienia i wpływającymi na nie czynnikami, zamiast nad jego istotą i główną przyczyną, jaką jest kryzys życia. W nowoczesnych programach ważnym elementem jest zdobywanie kompetencji w zakresie wiedzy na temat substancji psychoaktywnych, ich działania, destrukcyjnych skutków biopsychospołecznych, kształtowanie odpowiednich postaw wobec środków uzależniających i nacisków społecznych, nauka asertywności i wyrażania swoich emocji. Brakuje jednak refleksji nad przyczyną bolesnych stanów emocjonalnych oraz działania w kierunku formowania dojrzałej i odpowiedzialnej postawy wobec życia.<sup>95</sup> Przez cały program „Archezja” **stosowana jest strategia pobudzania do refleksji** na temat człowieka i jego miejsca w świecie oraz zagrożeń obecnych we współczesnej rzeczywistości. Ukazywana jest także **dojrzała postawa wobec życia**, opierająca się na podejmowaniu dobrych decyzji i braniu za nie odpowiedzialności, często wzmocniana poprzez przykład prowadzących zajęcia.

„Skoro ostatecznym źródłem sięgania po alkohol przez dzieci i młodzież jest kryzys życia, to skuteczna profilaktyka nie może ograniczać się do interwencji tylko w sferze biologicznej czy psychicznej. Musi wkraczać w sferę ludzkiej duchowości, gdyż przyjęcie dojrzałej postawy wobec życia jest możliwe tylko w sferze duchowej”.<sup>96</sup> „Archezja” ukazuje sferę duchową, jako dar odróżniający nas od zwierząt, który trzeba rozwijać i pielęgnować. Jest to konieczne ze względu na jedyną możliwość, jaką daje ta sfera w poszukiwaniu odpowiedzi o sens i cel ludzkiego życia. Brak tych odpowiedzi skutkuje zagubieniem w rzeczywistości, poczuciem pustki i szukaniem doraźnych przyjemności, aby ją zapełnić.

Warto zauważyć, że „gdy brak jest duchowości lub gdy dany człowiek rozwija jedynie jej namiastkę, to z definicji nie może przyjąć dojrzałej postawy wobec życia. A postawa błędna będzie prowadzi do bolesnych emocji, co wiąże się z ryzykiem różnego rodzaju uzależnień. Nie ma więc wolności bez duchowości, gdyż człowiek nie może odpowiedzialnie kierować sobą i swoim życiem, dopóki nie zrozumie samego siebie i nie nauczy się odróżniać tego, co go rozwija, od tego, co go niszczy. Człowiek

---

<sup>94</sup> Tamże, s. 19.

<sup>95</sup> Por. Tamże, s. 123.

<sup>96</sup> Tamże, s. 124.

bez duchowości to człowiek z definicji uzależniony od jakichś części samego siebie albo od środowiska zewnętrznego”.<sup>97</sup>

Kolejnym ważnym zjawiskiem są bolesne emocje, nad którymi nie mamy kontroli, ponieważ nie możemy zniwelować ich istnienia, a które są dla nas ważną informacją o sytuacji psychofizycznej naszego organizmu. Występują na skutek trudnych sytuacji życiowych i kondycji egzystencjalnej osoby. Dążąc do dobrego samopoczucia, człowiek wygodny unika konieczności działania na rzecz zmiany swojego postępowania, aplikując do organizmu substancje, które wpływają na stan emocjonalny.<sup>98</sup> Dzięki wykonywanym ćwiczeniom a zwłaszcza tym w Jaskini Ciemnej oraz dyskusji na temat naturalnych i sztucznych sposobów poprawienia sobie nastroju, **uczestnicy doświadczają różnych emocji, a także dowiadują się, jaki mają one wpływ na zachowanie oraz jak w konstruktywny sposób można regulować swoje samopoczucie.** Nieumiejętność przeżywania bolesnych emocji powoduje rozpacz i ból, a w konsekwencji poszukiwanie ulgi. Jest to jedna z fundamentalnych przyczyn uzależniania się. Stąd nacisk w „Archezji” na doświadczanie pozytywnych emocji i wskazywanie konstruktywnych dróg ich przeżywania.

„Skuteczna profilaktyka uzależnień wymaga zatem nie tylko wypracowania dojrzałej teorii życia poprzez rozwój duchowy, ale także domaga się znalezienia źródła siły potrzebnej, aby nie zrezygnować z aspiracji do życia w wolności i trzeźwości. Największym źródłem siły są więzi międzypersonalne, oparte na miłości i zaufaniu. Chodzi tu o więzi wychowanka z samym sobą, z drugim człowiekiem i z Bogiem. Profilaktyka uzależnień to pomaganie wychowankowi, by uczył się więzi opartych na kompetentnej miłości”.<sup>99</sup> Ćwiczenie na Jonaszówce pozwala **zrozumieć najważniejsze pojęcia obecne w życiu człowieka, przede wszystkim wyjaśniając, czym jest miłość.** Złe rozumienie wolności czy miłości sprawia, że osoba pragnie zaspokajać swoje potrzeby, bez względu na godność innych, krzywdząc ich a także siebie samą. Ukazanie Miłości jako odpowiedzialnej decyzji chroni przez zranieniami w sferze emocjonalnej, cielesnej, a także duchowej.

Cały program wspiera **nawiązywanie pozytywnych relacji** poprzez współdziałanie w grupie, ale także wzajemne poznawanie się oraz konieczność współpracy wszystkich w osiągnięciu wspólnego celu, czyli wejścia do Archezji, w myśl zasady wchodzi wszyscy albo nikt. Obrazuje to, jak ważny jest każdy członek

---

<sup>97</sup> Tamże, s. 125.

<sup>98</sup> Por. Tamże, s. 121-122.

<sup>99</sup> Tamże, s. 127.

drużyny, i jaką wagę ma jego decyzja i zaangażowanie, przejawiające się w wypełnianiu zadań w Paszporcie Archezji.

Aby skutecznie oddziaływać w sposób profilaktyczny, wychowawcy powinni kierować się w swoich działaniach motywacją pozytywną i promować wśród uczniów pozytywne kompetencje, rezygnując ze strategii odstraszenia. Celem jest kształtowanie wokół wychowanka sieci pozytywnych więzi oraz wyposażanie go w niezbędne umiejętności.<sup>100</sup> Podział na grupy wg archetypów ukazuje bogactwo cech, które każdy człowiek posiada w sobie, a które warto rozwijać, aby sprostać wyzwaniom codzienności. Podczas całego programu następuje **integracja grupy** oraz **promowane są prawidłowe kompetencje**, niezbędne do podróżowania przez całe życie.

Wychowawca – profilaktyk powinien stać się przykładem życia dla młodych ludzi, który sam rozwija się we wszystkich swoich sferach, przy czym nie ma problemu z uzależnieniami czy innymi zachowaniami destrukcyjnymi. Najlepiej chronią realne osoby, program jest tylko narzędziem.<sup>101</sup> Dlatego prowadzący zajęcia w Ojcowie, to osoby, które same przemyślały swój stosunek do siebie, do świata, do substancji psychoaktywnych i potrafią zająć wobec nich dojrzałą postawę. Ich zadaniem jest bycie przewodnikiem po dolinie prądu. Rozmowa przy szlakach wskazuje na **ważną rolę drogowskazów życiowych, którymi często są rodzice i nauczyciele**, a których warto szukać i pytać o pomoc. Podkreśla to również M. Gogacz, który analizując lęk, obecny w procesie rozpacz, wskazuje na brak mądrych mistrzów-przewodników, które towarzyszyłyby osobie zagrożonej i pomagały w prawdziwym i rzetelnym rozpoznaniu jej sytuacji. Dzięki temu można uniknąć przypadkowych odruchów obronnych i paniki.<sup>102</sup>

Program „Archezja” skierowany jest do wszystkich osób, bez względu na wyznawane wartości czy wiarę. Przyjęcie za podstawę chrześcijańskiej wizji człowieka związane jest z jej całościowym traktowaniem bytu ludzkiego jako cielesno-duchowego i osobowego. Natomiast przyjęcie sfery duchowej jako centralnej, wynika z prawa naturalnego, pierwotnego od każdej religii. Duchowość oznacza tutaj fundament, który umożliwia stawianie sobie najważniejszych pytań w życiu i szukanie na nie odpowiedzi. Dopiero na tym budowany jest konkretny system religijny. Tak pojmowaną sferę duchową posiada każdy. Bez jej rozwoju nikt nie jest w stanie prawidłowo funkcjonować, ponieważ jego życie będzie pozbawione sensu. Aby

---

<sup>100</sup> Por. Tamże, s. 131.

<sup>101</sup> Por. K. A. Wojcieszek, dz. cyt., s. 85.

<sup>102</sup> Por. Tamże, s. 110.

rozwijać ową sferę, należy pobudzać refleksyjność, co jest głównym nurtem działań zamierzonych w programie „Archezja”.

Najważniejszym zadaniem profilaktyki zdaje się być przekształcanie za pomocą refleksji trudnych do zniesienia stanów emocjonalnych, które przeniesione ze sfery czysto emocjonalnej na sferę duchową, nabierają sensu. Potrzebna jest tutaj pomoc, dialog i relacje ze strony innych ludzi, swoistych przewodników, którzy są w stanie wyrwać z samotności, opuszczenia i zaniedbania, wzmacniają wolę, zachęcając do pracy nad sobą, poszukiwania dobra, podejmowania decyzji, konfrontując przy tym życie marzeniami i fikcją, z prawdą o otaczającej rzeczywistości.<sup>103</sup> Podczas programu uczestnicy **dokonują samooceny, podejmują refleksje nad swoim działaniem i postawami wobec życia, nad swoimi cechami charakteru. Podejmują wyzwania, które pozwalają im na wzmocnienie poczucia własnej wartości** (wejście na Jonaszówkę, wejście do Jaskini Ciemnej, zbudowanie domu, strzelanie z łuku, rozpalenie ogniska). **Program motywuje do wzrostu i rozwijania się we wszystkich sferach, integruje myślenie na temat człowieka i jego miejsca w świecie.**

Najważniejsze jest to, że **uczestnicy przeżywają i doświadczają tego, o czym mówi prowadzący**. Sfera cielesna jest rozwijana poprzez wędrówkę, wspinaczkę, strzelanie z łuku i budowanie domu. Sfera umysłowa poprzez dyskusje, pogadanki, zadania z Paszportu Archezji. Sfera duchowa za pomocą stawiania fundamentalnych pytań na temat człowieka i życia, skłaniania do refleksji, przekazując przypowieści, oraz poprzez wskazywanie drogi do zrozumieniu samego siebie i swoich „korzeni”. Sfera emocji poprzez doświadczanie różnych uczuć i ukazywanie sposobów, jak sobie radzić z tymi bolesnymi. Natomiast sfera relacji przy każdym ćwiczeniu grupowym (grota krowia, budowa domu, rozpalanie ogniska, kodowanie pojęć) oraz podczas całego programu, przy okazji wspólnej wędrówki i rozmów, a przede wszystkim przez doświadczenie bycia razem z grupą i uczenia się brania za nią odpowiedzialności (podział na Archetypy, wejście do Archezji, tylko przy wypełnionych paszportach całej grupy).

Grupa utworzona z uczestników programu **zaspokaja naturalną potrzebę przynależności i akceptacji, a także bezpieczeństwa**. Każdy w tej grupie przedstawia się, mówi o sobie, jest doceniony i niezbędny. Do odpowiedzialnych zadań wybierani są uczniowie, którzy pełnią **rolę liderów**. Prowadzący w taki sposób modeluje zadania, aby wyzwolić podczas nich pozytywne działanie owych osób, co ukazuje ich dobre

---

<sup>103</sup> Por. Tamże, s. 115-117.

cechy i w automatyczny sposób wpływa na zachowanie całej grupy. Często wyznaczania do takich zadań jednostek, sprawiających problemy wychowawcze sprawia, że zostają oni docenieni na tle klasy, a ich funkcjonowanie ulega poprawie. Zaburzone zachowanie w szkole bywa zwykle objawem braku zaspokojenia potrzeby przynależności i uznania, które kompensowane są w destrukcyjny sposób, przy braku możliwości ich zaspokojenia za pomocą innych, społecznie akceptowanych działań. Program daje możliwość ich realizacji. Ukazany zostaje także **model konstruktywnej grupy**, która rozwija i daje prawdziwą radość, **z którą można się identyfikować**.

„Archezja” odwołując się do etosu rycerskiego wskazuje, jak ważną rolę odgrywają w naszym życiu **wartości**, i które tak naprawdę są przymiotami człowieczeństwa. Podczas programu prowadzący prezentują **spójny i rozbudowany światopogląd**. Lepsze poznanie i zrozumienie świata, które dokonuje się podczas „Archezji”, w efekcie prowadzi do większej **samowiedzy i mądrości**, co z kolei **wyzwala z lęku i pozwala panować nad popędami**.

Program odkłamuje także **błędne „przekonania normatywne” grupy**, wykazując podczas dyskusji, jakie jest prawdziwe myślenie uczestników na dany temat. Wpływa to na **system wartości i na wyznawany światopogląd** jednostki, identyfikującej się z rówieśnikami. Dodatkowo „Archezja” daje każdemu szansę na swobodną **eksplorację różnych aktywności i zainteresowań** a także **podjęcie ważnych decyzji, dotyczących swojej przyszłości**, co jest niezbędne w procesie kształtowania dojrzałej osobowości. Stworzone są także warunki do **doświadczenia własnej autonomii oraz integracji i potwierdzenia swojej tożsamości, a także samoakceptacji**.

Program „Archezja” oddziałuje na obszar psychologiczny i społeczny związany z uzależnieniem. Podejmuje kwestię nie tyle samej wiedzy na temat szkodliwości związanych z działaniem danej substancji na organizm, ale bardziej skupia się na niszczeniu w ten sposób relacji, życia emocjonalnego, a także duchowego, co w konsekwencji prowadzi do rozpacz.

W nawiązaniu do wymienionych przez ks. dr Marka Dziewieckiego i zaprezentowanych w I rozdziale pracy czynników wewnętrznych, zagrażających młodemu człowiekowi, podsumowując można powiedzieć, że program „Archezja”: pokazuje naturalne sposoby poprawy nastroju, podejmuje kwestię poszukiwania prawdziwego szczęścia, obniża lęk, dowartościowuje osoby posiadające kompleksy, wypełnia wewnętrzną pustkę, pomaga nawiązywać dojrzałe relacje, zachęca do pogłębionych pragnień i aspiracji życiowych, uczy umiejętnie korzystać z wolności,

pobudza do rozwoju duchowego, ukazuje czym jest miłość i wolność, kształtuje postawę odpowiedzialności za swoje decyzje, zachowanie i za drugiego człowieka, wskazuje drogę rozwiązywania problemów, odkłamuje błędne przekonania normatywne, uczy postawy krytycznej wobec przekazów medialnych, oddziałuje na sferę emocji i pokazuje jej wpływ na człowieka i jego działanie, daje poczucie bezpieczeństwa wobec trudności życiowych, zachęca do poszukiwania autorytetów, a przede wszystkim sprawia wiele radości i satysfakcji.

Poprzez spotkania z rodzicami i nauczycielami tworzy się **system wsparcia społecznego** osób, które w ten sam sposób patrzą na profilaktykę, traktując wychowanka całościowo i oddziałując w sposób integralny na wszystkie jego sfery oraz przyjmując określoną koncepcję człowieka.

Program „Archezja” **wskazuje źródło bolesnych stanów emocjonalnych**, jakim jest **pustka duchowa**, związana z **poczuciem bezsensu życia i brakiem miłości**. Nie uczy tylko dojrzałej postawy wobec substancji uzależniających, ale starając się wypełnić ową pustkę, kształtuje dojrzałą postawę wobec całego życia i występujących w nim trudności, co chroni najskuteczniej i przed wszelkimi zagrożeniami. Punktem wyjścia nie jest substancja czy objaw dysfunkcyjności, ale człowiek.

## ZAKOŃCZENIE

W pracy przedstawiono specyfikę okresu adolescencji oraz czynniki, mogące ten proces zaburzyć, prowadząc jednostkę do uzależnień. Jako przykład sposobu przeciwdziałania tym zagrożeniom zaprezentowany został model profilaktyki integralnej, posiadający zintegrowany i całościowy charakter patrzenia na rozwój człowieka. Jego teoretyczne założenia zostały porównane do praktycznej realizacji profilaktyki integralnej w formie plenerowych zajęć profilaktyczno-wychowawczych w Ośrodku Profilaktyki Problemowej „Archezja”. Ich trafność merytoryczna została potwierdzona w odniesieniu do aktualnego stanu wiedzy, a stosowane formy, metody i strategie realizują cele profilaktyki integralnej, poprawiając funkcjonowanie młodego człowieka w świecie w aspekcie psychologicznym, socjologicznym i pedagogicznym.

Podsumowując w nawiązaniu do najważniejszych elementów procesu dojrzewania, przedstawionych w Rozdziale I, program profilaktyczno-wychowawczy „Archezja” pozwala na lepsze zrozumienie siebie i pobudza do samorozwoju, pozwala na ukształtowanie konstruktywnego światopoglądu, bazującego na spójnym systemie wartości oraz prawdziwych przekonaniach normatywnych grupy. Poprawia także funkcjonowanie w grupie rówieśniczej poprzez integrację i nawiązywanie konstruktywnych relacji, zaspokajając przy tym podstawowe potrzeby przynależności, uznania, akceptacji i bezpieczeństwa. W efekcie obniżając lęk, umożliwiając samoocenę i samoakceptację, a w konsekwencji integrację osobowości i odszukanie odpowiedzi na fundamentalne pytania: „Kim Jestem? Skąd pochodzę? Dokąd zmierzam?”.

Bez wątpienia program profilaktyczno-wychowawczy „Archezja” spełnia swoją rolę w profilaktyce uzależnień, równocześnie przeciwdziałając innym zagrożeniom procesu rozwojowego, wpływając także na formowanie się dojrzałej osobowości i kształtowanie odpowiedzialnej postawy wobec całego życia, nie tylko u młodego człowieka, ale u każdego uczestnika zajęć w Ośrodku „Archezja”, gdzie odkrywana jest tajemnica człowieczeństwa, a poprzez rozwój duchowy, życie nabiera głębszego sensu.

# BIBLIOGRAFIA

## 1. LITERATURA PRZEDMIOTU

- Bardziejewska M., *Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków?* [w:] Brzezińska A.(red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- Dziewiecki M., *Kochać i wymagać*, Wyd. eSPe, Kraków 2006.
- Dziewiecki M., *Nowe przesłanie nadziei-Podręcznik duszpasterstwa trzeźwości*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 2000.
- Dziewiecki M., *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*, Wyd. „Jedność”, Kielce 2009
- Gaś Z. B., *Psychoprofilaktyka*, Wyd. UMCS, Lublin 1998.
- Głuchowska-Bogacka O., *Poziom realizacji zadań rozwojowych w okresie wczesnej adolescencji*, [w:] Brzezińska A., Bardziejewska M., Ziółkowska B. (red.), *Szanse rozwoju w okresie dorastania*, Wyd. Fundacji Humaniora, Poznań 2002.
- Grzelak Sz., *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Wyd. Rubikon, Kraków 2009.
- Kvale S., *Interview – Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*, Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana, Białystok 2004.
- Łobocki M., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006.
- Maćkowiak-Deskur K., *Kształtowanie się światopoglądu w okresie dorastania*, [w:] Brzezińska A., Bardziejewska M., Ziółkowska B. (red.), *Szanse rozwoju w okresie dorastania*, Wyd. Fundacji Humaniora, Poznań 2002.
- Mastalski J., *Samotność globalnego nastolatka*, Wyd. naukowe Papieskiej Akademii Teologicznej w Krakowie, Kraków 2007.
- Maszke A. W., *Metodologiczne podstawy badań pedagogicznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2008.

- Nowak M., *Podstawy pedagogiki otwartej: ujęcie dynamiczne w inspiracji chrześcijańskiej*, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1999.
- Nowak S., *Metodologia badań socjologicznych*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1970.
- Obuchowska I, *Adolescencja*, [w:] Harwas-Napierała B., Trempała J.(red.), *Psychologia rozwoju człowieka-charakterystyka okresów życia człowieka*, Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2002.
- Pilch T., Bauman T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2001.
- Piotrkowski P., Zajączkowski K., *Profilaktyka w gimnazjum*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2003.
- Ruciński S., *Pedagogiczny personalizizm Sergiusza Hessena*, [w:] H. Rotkiewicz (red.), *Filozofia wychowania Sergiusza Hessena*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1997.
- Śledzianowski J., *Uzależnienia wśród dzieci i młodzieży szkolnej*, Wyd. Akademii Świętokrzyskiej, Kielce 2004.
- Teesson M., Degenhardt L., W. Hall, *Uzależnienia*, przeł. Zofia Pelc, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- Wojcieszek K. A., *Na początku była rozpacz. Antropologiczne podstawy profilaktyki*, Wyd. Rubikon, Kraków 2005.
- Zaczyński W., *Praca badawcza nauczyciela*, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 2000.
- Zajączkowski K., *Profilaktyka zachowań dewiacyjnych dzieci i młodzieży*, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2000.
- Ziółkowska B., *Okres dorastania. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać?* [w:] Brzezińska A.(red.), *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.

## **2. ŹRÓDŁO UZUPEŁNIAJĄCE**

<http://www.archezja.com/>, ostatnio widziane: 24.05.2011r.

## ANEKS

### Załącznik 1.

#### Wywiad z Panem Tomaszem Gubałą – dyrektorem Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”.

##### - Skąd wziął się pomysł na Archezję?

- pomysł na Archezję zaczynał się bardzo dawno, zaczynał się pewnie z 10 lat temu, pamiętam taką rozmowę z Adamem, po którymś programie Noe, jak zaczęliśmy się zastanawiać jak można by wymyślić ciekawy sposób przekazywania treści profilaktycznych, siedziało mi w głowie połączenie wycieczki, podróży może nawet pielgrzymki z treściami profilaktycznymi. Potem dużo rozmów z Wojtkiem Słoniną, niezwykle ciekawych i ważnych.

Myślenie o profilaktyce jako o profilaktyce zintegrowanej, czyli wspomaganie wychowania dał dopiero pomysł na to, żeby to był ośrodek, żeby to był plener, pokazanie podróży jako symbolu

##### - a dlaczego właśnie podróż?

- bo życie to podróż, rozumiem profilaktykę jako wspomaganie wychowania, kompensujące niedostatki w wychowaniu, a to wydaje się dość prostym pomysłem, że wychowanie to przygotowanie do problemów życia, czyli symbolicznie można to w ten sposób pokazać (jako podróż).

##### - już wtedy wiedział Pan o czymś takim jak profilaktyka zintegrowana?

Dr Wojcieszek mówił dużo o profilaktyce problemowej, już wtedy okazywało się, że klasyczna profilaktyka uprawiana w szkołach nie działa, wiadomo było, że nie można mówić o profilaktyce anty alkoholowej, anty nikotynowej, anty różnych zachowań ryzykownych, bo te zachowania ryzykowne okazały się przejawem problemu. Brakowało mi w programach profilaktycznych, które realizowałem, dotknięcia sfery ducha. Programy były bardziej oparte na edukacji, sferze intelektu, dzieciom podnosiła się kwestia wiedzy na temat zagrożeń, substancji uzależniających, wydawało mi się wtedy, że jest to mało skuteczne, ponieważ oddziaływanie tylko i wyłącznie na intelekt, kwestia takich quasi terapeutycznych zajęć nie ma takiej skuteczności, jak zajęcia skierowane na całego człowieka, głównie do sfery duchowej. No i próbowaliśmy, pierwsze zajęcia były bardziej wycieczką niż programem profilaktycznym, ale okazało się, że to miejsce również pracuje, samo miejsce, samo piękno miejsca, wykorzystanie

jego specyfiki już daje oddziaływanie profilaktyczne, już sam komunikat „wyprawa w piękne miejsce z przyjaciółmi” poprawia nastrój, już to była kwestia alternatywy

**- a dlaczego właśnie Ojcowski Park Narodowy?**

- bo tam się urodziłem i to jest moje miejsce, i do pewnego wieku mój świat to była dolina prądnika, kiedy miałem 3,4,5,10 lat to był mój świat, potem się rozszerzył ale stwierdziłem, że tamten mój świat jest bezpieczny i ma wiele możliwości, w tamtym świecie nie ma tyle hałasu, ludzie mają hałas w uszach, mają hałas w duszy i przez ten hałas nie są w stanie słyszeć, widzieć wielu rzeczy dookoła, w Ojcowie jak może zauważyłeś hałasu jest mniej i tam więcej się słyszy po prostu, chyba przez ten hałas wybrałem park narodowy

**- pierwsza grupa w Ojcowie? Co to byli za ludzie?**

- grupa z al-anonu plus kilka młodych osób, którzy sami przeszli taki pierwszy program Archezja, kiedyś wydawało mi się, że warto do programu wrzucić elementy analizy transakcyjne, potem od tego odszedłem

- okazało się, że program poprawia funkcjonowanie prowadzących, poprawia ich poczucie własnej wartości, jedna z prowadzących, która była ofiarą przemocy, trafiła do Archezji i wiem, że jej to poprawiło samoocenę, relacje,

- program był od początku kierowany do młodych ludzi w wieku gimnazjalnym, pierwsze grupy były oswojone z psychoedukacją i miałem od nich zwrotne informacje, miały pewnego rodzaju doświadczenie w takich zajęciach

**- jak pierwsze grupy odbierały program?**

- program podobał się zawsze, ale myślę, że jest to też kwestia miejsca, pierwsze grupy były jeszcze w strojach neolitycznych, miały jednakowe ubrania, potem z praktycznych powodów odeszliśmy od tego,

**- jakby Pan określił cel ośrodka?**

- uruchamianie rozwoju duchowego młodych ludzi, wzmacnianie poprzez rozwój refleksyjności, ale również pokazanie takiego życia, którego już nie ma, opartego na trochę innych zasadach niż w mieście, ciekawym jest też to, że na programie są w pewnym sensie „premiowane dzieci” pochodzące ze wsi, mają umiejętności, które w tych warunkach są potrzebne, a one nie mają gdzie się tymi umiejętnościami posłużyć, bo np. rozpalenie ogniska, porąbanie kawałka drewna, kontakt z przyrodą jest dla dzieci ze wsi naturalną sprawą, celem jest, aby wykorzystać takie piękne miejsce do rozwoju duchowego młodych ludzi

**- a jakie to ma przełożenie na profilaktykę, wychowanie?**

- fundamentalne, sfera duchowa jest sferą zarządzającą w człowieku, ze sfery duchowej idzie pytanie: po co? cytat Jana Pawła II, który jest na stronie, to powiedział nasz Papież, tylko tam gdzie pustka duchowa, wtedy pojawiają się uzależnienia, więc wypełniając pustkę duchową, poprzez rozwój refleksyjności, pokazywanie na własnym przykładzie, przykładzie osób prowadzących, że chrześcijanin nie musi być, często tak jak sobie wyobraża młodzież, dewotem, może być wesołym, fajnym, mądrym człowiekiem i takim jest, to powoduje, że ten rozwój duchowy to nic innego jak wypełnienie tej pustki, o której mówi Jana Paweł II, to nic innego jak dawanie dzieciom sfery, która daje rozwój całego człowieka i jednocześnie chroni, bo ten rozwój nie tylko daje radość z rozwoju, ale też chroni, tak że to jest jedna z fundamentalnych strategii wykorzystywanych w naszych zajęciach.

**- do jakiej młodzieży są głównie skierowane zajęcia?**

- głównie młodzież w wieku 14+, taki był zamysł, ale w tej chwili się okazuje, że trzeba te zajęcia kierować do młodszych, z ewaluacji tych programów coraz bardziej wynika taki fakt. Nieprawdą jest, że dzieci w 4,5,6 klasie Szkoły Podstawowej są niegotowe na przyjmowanie pojęć abstrakcyjnych, wyraźnie widzę, że są gotowe i to właśnie w tym wieku dzieci chłoną, szukają, zastanawiają się jak jest z tym rozwojem, a kim ja w ogóle jestem, po co żyję na tym świecie. Mam córkę w tym wieku, która dopytuje o rzeczy, których należałoby się spodziewać w pytaniach starszych, być może, że kiedy nie rozmawiamy o tych sprawach, że powiedzmy dziecko w SP nie miało okazji nigdy się nad tym zastanawiać, to w wieku gimnazjalnym jest coraz bardziej jakby zaimpregnowane, poprzez to, że jest starsze, jest bardziej zamknięte, że coraz bardziej wstydzi się swoich pytań, emocji, coraz bardziej jest też osobą narażoną na wszelkiego rodzaju zagrożenia, czyli mówiąc inaczej popełniło nie jeden grzech w swoim życiu i z poczucia winy nie chce o tym słuchać, do tych dzieci mówi się coraz trudniej, różnymi metodami, one nie chcą przyjąć pewnych informacji, w tej chwili myślę tak, pracujemy z młodszymi, i zobaczymy, czy kiedy one będą w wieku gimnazjalnym, będą już na wyższym poziomie rozwoju, potem żeby było łatwiej z nimi rozmawiać, wchodzić głębiej, wchodzić w niuanse, wchodzić w szczegóły, dlatego myślę, że Archezja może być kierowana do dzieci młodszych, ale docelowo grupa gimnazjalna.

**- kto prowadzi zajęcia?**

- ideałem by było, aby zajęcia prowadzili ludzie młodzi, którzy sami są już poukładani, bo tylko tacy mogą prowadzić te zajęcia, wiemy nie od dzisiaj, że to nie program oddziałuje tylko człowiek, że program jest narzędziem, i choćby był genialny program,

to jeżeli profilaktyk, który prowadzi zajęcia nie ma sam poukładane w duszy, swojego stosunku, relacji z samym sobą, z innymi ludźmi, z Panem Bogiem to on nie jest w stanie pokazać młodemu co to znaczy mieć dobre relacje, jeżeli taki człowiek nie czuje troski o drugiego człowieka to nie będzie prowadził dobrze zajęć profilaktycznych, jeżeli taki człowiek nie ma przeczytane, nie ma wiedzy to on również nie będzie mógł dobrze prowadzić takich zajęć, czyli ideałem prowadzącego zajęcia jest młody człowiek, który jest na studiach albo tuż po, który sam przemyślał, sam ma poukładane, sam czuje troskę o drugiego człowieka, jest w stanie pokazać jakie powinny być poprawne relacje z samym sobą, innymi ludźmi, z Panem Bogiem, i taki człowiek, kiedy dostanie program jako narzędzie zrobi to dobrze, i wtedy wykorzysta tę możliwość, którą niesie miejsce, którą niesie program, które są, ale wykorzysta je jako on, jak prowadzący, jako człowiek

**- jakie są założenia antropologiczne i teoretyczne programu Archezja?**

- antropologiczne to jest CUDER, czyli rozumienie człowieka w wizji chrześcijańskiej, rozumie, że człowiek to jedność duszy i ciała, z uwzględnieniem sfery intelektualnej, umysłu, sfery emocji, relacji, i to jest wizja człowieka, do którego chcielibyśmy wspomagać w rozwoju młodych, mówimy, że model, do którego zachęcamy to jest w pełni rozwinięty, tzn. w pełni wolny człowiek, widziany jako jedność pięciu sfer: ciała, umysłu, duszy, emocji, relacji z uwzględnieniem tego, że sfera duchowa musi być sferą zarządzającą, takie widzenie człowieka też pozwala tutaj wiele zrobić

- teoretyczne podłoże to Jana Paweł II „Pamięć i tożsamość”, ks. Tischner, dr Szymon Grzelak, dr K. Wojcieszek, prof. Z. Gaś. ks. dr Marek Dziewiecki, to jest ten sposób patrzenia i tak naprawdę można powiedzieć, że teoria jest taka, że człowiek to nie tylko mięcho, że rozwój duchowy jest kluczowy, że program to relacja, nie można o tym zapomnieć, że ogromny wkład mają ludzie, którzy go prowadzą

- profilaktyka integralna ks. Dziewieckiego, zintegrowana dr Grzelaka, tak naprawdę nie widzę jakiś dużych różnic, patrzenie na wszystkie zachowania ryzykowne jako na przejaw jakiś problemów na drodze wychowania i to jest klucz w moim myśleniu, że patrzymy na to, że jeżeli uczeń zaczyna zachowywać się dysfunkcyjnie, pije, pali, bierze narkotyki, korzysta z pornografii, jest agresywny, to znaczy, że w jego życiu, na drodze jego rozwoju coś się dzieje takiego, że on tą metodą próbuje obniżyć sobie poziom lęku, próbuje zagłuszyć lęk, panikę. I to jest myślenie w profilaktyce zintegrowanej, dodatkowo jest to, że nie możemy tylko oddziaływać na ucznia, ale musimy również brać pod uwagę jego środowisko, nauczycieli, wychowawców, z

którymi jest duży problem, rodziców, stąd pomysł na spotkania z rodzicami i radami pedagogicznymi po Archezji, aby usłyszeli, że ten program to nie jest wycieczka, że ten program zawiera w sobie mnóstwo elementów, które oni mogą rozwijać, wspierać i pracować dalej, chociaż by poukładanie pewnych pojęć, definiowanie fundamentalnych ważnych dla człowieka pojęć, okazuje się, że nie tylko uczniowie nie mają takiej wiedzy, takich definicji, ale również i nauczyciele, często są przerażeni, kiedy przyjdzie rozmawiać na temat miłości, wolności, odwagi, godności i pojęć, których używamy a okazuje się, że wiele osób nie wie, co się pod nimi kryje, łatwo wtedy przekłamać, łatwo w reklamie zastawić pułapkę na człowieka, który nie wie co to jest takie pojęcie

**- jakie formy, metody pracy z młodzieżą są stosowane podczas realizacji zajęć?**

- Sama Archezja to symboliczna podróż, burza mózgu, mini wykłady, ale głównie chciałbym, żeby to była praca przypowieściami, myślę, że najważniejszą strategią, metodą jest taka pedagogika przeżyć, dziecko praktycznie może dotknąć, może poczuć emocje będąc w jaskini ciemnej, może być w świetle, który otacza go ze wszystkich stron i to jest największa siła tego programu, że oprócz metod, które można stosować w szkole, są tu metody, których w szkole nie da się zastosować, wykorzystanie pedagogiki przeżyć, przeżywać i pamiętać, bo to jest doświadczenie nie tylko intelektualne, że usłyszałem komunikat ale poczułem całym sobą, to jest najważniejsza strategia

- socjogram, budowanie relacji, ogromny nacisk w programie jest na poprawę relacji, na integrację grupy, bo od początku do końca te elementy tam są i z ewaluacji wychodzi, że integracja grupy po programie jest zdecydowanie większa, dzieci się po prostu znają, po jednym dniu w Archezji są w stanie szybciej podjąć naukę, mając jakby pozalutowane sprawy w relacjach i to jest opinia wielu psychologów, pedagogów ze szkół, np. cała gmina Olkusz, panie z Olkusza mówią, że po pierwszych klasach, które wracają z Archezji, widać, że szybciej są gotowe do nauki, tzn. że szybciej układają sobie sprawy relacji w klasie.

Jest też takie poznanie nowej grupy przez wychowanka, tak najbardziej optymalnie pierwsze klasy gimnazjum przechodząc program, najwięcej zyskują na tym

**- a strategie profilaktyczne wykorzystywane w ośrodku?**

- przede wszystkim strategia rozwoju i wspierania rozwoju duchowego, polegająca na tym, że zakładamy, że poprzez rozwój refleksyjności następuje rozwój duchowości, rozumianej jako gotowość do stawiania sobie fundamentalnych pytań, i z ewaluacji nam wychodzi, że dzieci, około połowy chłopców i trzydziestu procent dziewcząt zaczyna zastanawiać się nad pytaniami, które padły w programie, zadają te pytania

prowadzącym, dla mnie takim charakterystycznym pytaniem było, jak któryś z chłopców zapytał: *jak Pan był w moim wieku to Pan wiedział, co będzie robił w życiu?* w nim to siedziało

- druga strategia to jest strategia obniżania poziomu lęku, jest to strategia wynikająca jasno z takiego myślenia, im wyższy poziom leku, tym większa trudność z przeżywaniem na długą metę takie emocje, w związku z tym ogromne pożądanie ulgi i teraz, jeżeli takie dziecko sięgnie po chemiczny środek, który mu obniży poziom lęku, napięcia, to zaczyna to być dla niego rzeczą tak pożądaną, że ponawia i ponawia i ponawia, czyli im mniejszy poziom lęku, im dziecko bardziej spokojne, nie obawiające się, tym bardziej chronione, jak? Najlepiej poprzez poprawę relacji w domu, ale to jest dla nas nie zawsze dostępne, ale poprzez to, że wyjaśniamy, objaśniamy świat, prowadzący pokazują, wyjaśniając różne sytuacje, to też obniża poziom lęku, na zasadzie wiem, co mnie czeka, więc zdaje sobie z tego sprawę, jestem spokojny.

- pokazujemy również taką strategię „odkłamywanie przekonań normatywnych”, tworzenie mody na rozwój, pokazujemy przeróżne metody na poprawę nastroju, idąc przez ojców możemy dużo mówić o różnych formach spędzania wolnego czasu, zainteresowaniach, rozwoju przeróżnych hobby, od fotografii, turystyki, geologii, biologii, historii, mówimy o czasach biblijnych, strzelamy z łuku, sportowe sprawy, bardzo dużo pada takich rzeczy i to jest strategia, która pokazuje, że gimnazjalista, że młody człowiek, dla niego normom jest poszukiwanie różnych sposobów na spędzenie wolnego czasu, na radość, że bardziej normom jest szukanie w różnych dziedzinach, co mnie odpowiada, a bardziej marginalne jest zamykanie swoich zainteresowań tylko do piwa, narkotyków, bo one zawężają zainteresowania, więc my robimy coś przeciwnego, rozszerzamy zainteresowania, te trzy strategie są najważniejsze,

- jest też wiele elementów, które można nazwać strategiami profilaktycznymi, np. dla wielu gimnazjalistów ognisko bez kropli alkoholu, na którym świetnie się wszyscy bawią, jest niezwykle profilaktyczne, bo oni w swoim życiu czegoś takiego nie mają, pokazanie, że można się bawić na trzeźwo jest taką strategią,

- przede wszystkim jest taka strategia deklaracji osobistych, decyzji osobistych, polega to na tym, że człowiek, który raz podjął jakąś decyzję, z natury swojej stara się tą decyzję podtrzymać, jak raz zadeklarujesz się, że jesteś po stronie dobra, to potem bardzo trudno jest to odwołać, i ta strategia jest tutaj kluczowa w momencie wpisuje do wielkiej księgi Archezji, czyli podjęcia dobrej decyzji służącej do twojego rozwoju, mu tutaj sugeruję abstrynencję,

Z jednej strony nie ma znaczenia sam przedmiot decyzji, w sensie tego ciągu myślowego w Archezji, że jeżeli człowiek, to istota, która ma wolną wolę, to znaczy, że podejmuje świadomie wolne decyzje i natychmiast bierze za nie odpowiedzialność, to odpowiedzialność za decyzje czyni z nas mężczyzn, nie jesteś mężczyzną, jak tej odpowiedzialności nie bierzesz, ale zwalasz na kogoś innego, wtedy jesteś takim chłoptasiem, a skoro tak, to trzeba uczyć się podejmować dobre decyzje, aby konsekwencje tych decyzji były dla nas powodem do dumy, a nie powodem do rozpaczki, dlatego podjęcie decyzji w Archezji ma wymiar jako decyzji, jako samego faktu decyzji, symbolicznie przedstawionej jako strzał z łuku, przymioty rozumu pozwalają zobaczyć cel, przymioty woli pozwalają wykonać, naciągnąć cięciwę, a świadomość emocji, które rozumiemy jako sygnał idący z ciała i z relacji, mojej sytuacji, jakby drugi obieg informacji oprócz intelektu, moje emocje mówią mi o mojej sytuacji, płyną albo z ciała, albo z relacji z drugim człowiekiem, i jak mam tego świadomość, to potrafię wykorzystać tą informację, mogę pod jej wpływem coś zrobić, uczymy dzieci, co to jest ta decyzja, i z jednej strony wpis do wielkiej księgi Archezji jest taką decyzją, a z drugiej strony kotwicą, bo jeżeli uda się, że dzieci podejmują decyzję abstynencji na określony czas albo do 18 roku życia, to jest ta strategia, jak zadeklarowałem publicznie to trzyma, a ta decyzja jest podjęta publicznie, przy całej klasie, w pewnym rytuale bym powiedział, uścisk ręki, spojrzenie w oczy i tak decyzje trzyma, jest to ważne, bo kluczowy jest moment kiedy człowiek sięgnie po środki uzależniające, po alkohol, ze względu na ten poziom lęku, im bardziej rozwinięty i poukładany człowiek tym bardziej odporny na wpływ alkoholu, jeżeli w związku z tym przedłożymy ten czas abstynencji chociaż o pół roku, o rok, średnio nawet jakbyśmy go podnieśli o dwa miesiące, to w życiu tych dzieci ma to kolosalne znaczenie, bo być może wtedy, kiedy sięgnie po ten alkohol później, ich poziom lęku będzie trochę wyższy, nie poczują tej dojmującej ulgi i nie będą mieli takich natychmiastowych korzyści z picia alkoholu i w związku z tym nie będą tego ponawiali, kluczowy jest wiek inicjacji alkoholowej, my ten wiek podnosimy, poprzez decyzje w księdze Archezji i też ma to znaczenie dla tych dzieci, to jest wynik ewaluacji mailowej, ta decyzja ma dla nich duże znaczenie, można powiedzieć, że również podnoszenie wieku inicjacji alkoholowej jest również pewną strategią profilaktyczną, decyzja podniesienia wieku, obniżanie lęku, rozwój duchowy, pokazywanie alternatywnych sposobów na spędzenie wolnego czasu, pokazywanie też możliwości, pokazujemy im sytuację nietypową, że każdy człowiek ma talenty, jest inny, wzbudzanie szacunku do

innego człowieka, pokazywanie wartości człowieka jako osoby, to wszystko można wymienić jako strategie profilaktyczne

**- jak przebiegają zajęcia?**

- Archezja jest symboliczną podróżą przez życie, ale też symbolicznie cofamy się w czasie, pokazujemy trochę jak życie, wyjście z autokaru trochę jak narodzenie, średniowiecze to zamek, Jonaszówka to czasy biblijne, jednocześnie Jonaszówka jest też takim symbolem okresu, nauki, rozwoju, układamy fundamentalne pojęcia, nie poukładane pojęcia to zagrożenie w sferze nie tylko intelektu, ale również duchowej, potem grotą krowia, gdzie pokazujemy siłę grupy, że człowiek może być szczęśliwy tylko w relacjach, że rozwijanie siły relacji służy do szczęścia, że nie można być szczęśliwym bez relacji do drugiego człowieka, albo do Boga, albo jednego i drugiego, ale nie mając relacji nie będę szczęśliwy, w innym momencie w innym miejscu pokazujemy też że lęk niszczy relacje, ponieważ z lęku wynika agresja, a człowiek agresywny nie potrafi nawiązywać relacji, potem jest kwestia cofnięcia się jeszcze głębiej do paleolitu, do czasów kiedy nie było człowieka na ziemi i pokazanie w miejscu gdzie jest neandertalczyk, gdzie go spotykamy, zadanie tego fundamentalnego pytania: to kim ten człowiek jest? jak to się stało, że jesteśmy ludźmi, sugerujemy taką odpowiedź, do której często dzieci dochodzą same, że człowiek tym się różni od innych istot, że jest osobą, a osobą jest tylko człowiek i Bóg, zwierze nie jest osobą, to znaczy że ma duszę, ale też to, że jest pełną osobą, to jest bardzo głębokie, bo tu też chodzi że na obraz i podobieństwo Boga, to też wiele mówi, z jakim szacunkiem powinno się odnosić do drugiego człowieka ale też jak dbać o siebie, o swoje ciało, i w tym miejscu rozpoczynamy tę myśl, że skoro człowiek to osoba, to znaczy też, że mamy wolną wolę, że podejmujemy nie zawisłe decyzje, że dostaliśmy wolną wolę, pokazujemy tutaj proces rozwoju wolnej woli, bo dostaliśmy wolną wolę nie w postaci pięknie rozwiniętego gotowego produktu, tylko w postaci nasionka nad którym trzeba pracować, człowiek rozwija swoją wolną wolę, przynajmniej powinien, w trakcie swojego życia, ale przez błędne decyzje np. przy alkoholu, możesz spowodować, że proces rozwoju wolnej woli zamieni się w proces uzależnienia się, co jest czymś przeciwnym do rozwoju wolnej woli, mówimy też, że efektem decyzji są jakieś konsekwencje i wtedy od jakości decyzji to zależy, czy konsekwencje będą dla nas powodem do radości czy będą powodem do rozpacz, że decyzja to istota życia, tak naprawdę żyjemy podejmując decyzje, i myślę, że to jest jedno z fundamentalnych przesłań tego programu

- potem jaskinia, to jest element na którym pokazujemy możliwość relatywnego odbioru świata, jaskinia daje jedyną znaną mi możliwość pokazanie dzieciom przeżycia takiej sytuacji, kiedy widzą rzeczy, których nie ma a nie widzą rzeczy, które są, komentujemy to pokazując zagrożenie płynące z reklam, ale jest to dowód na to, że świat odbieramy subiektywnie, odbieramy rozumem, umysłem, nie okiem, oko kłamie, ucho kłamie, to rozum nie kłamie, w związku z tym jak nie będziesz miał rozwiniętego umysłu, to możesz zostać okłamany, może Ci się wydawać że żyjesz w świecie bezpiecznym, a tak naprawdę żyjesz w świecie pełnym zagrożeń, dotyczy to sfery duchowej, bardzo mało kto naprawdę racjonalnie zastanawia się nad tym, jak niebezpieczne są zagrożenia w sferze duchowej, być może dlatego, że mamy tak intelekt trochę spaczony, ale to ćwiczenie w jaskini ciemnej zostaje dzieciom na bardzo długo w pamięci i na nim można zbudować bardzo wiele, polega na tym, że wchodzimy do ciemnej jaskini bez światła, w miarę szybko, pozwalamy dzieciom przeżyć napięcie związane z lękiem, wejściem w nieznaną, ciemną, mokrą, sugerujemy, że jest lekko niebezpiecznie, prostym zdaniem, uwaga na głowę, sugerujemy że jest nisko, że można się uderzyć, uwaga po prawej stronie może być niebezpiecznie, trzymajcie się lewej, sugerujemy że może tam być przepaść, ostre kamienie, a kiedy przyzwyczajają się oczy po pobycie w jaskini, okazuje się, że jest bezpiecznie, że było płasko, że nie było wcale ciasno, wiele uczestników mówi niemożliwe, ja czułem całym sobą, wręcz się uderzyłem o te kamienie, a jego tu nie ma. To jest dowód na to, że często nasza wyobraźnia płata nam figle i że często widzimy świat takim, jakim chcemy go wiedzieć, to ćwiczenie jest bardziej skierowane do dzieci starszych

- potem schodzimy do doliny, jest tam jeszcze taki element, gdzie pokazujemy, że są naturalne i sztuczne metody poprawienia sobie nastroju, to też ważne, bo bardzo często dzieci nie zdają sobie sprawy, że poprawić nastrój można drogą naturalną, poprzez szukanie sposobu na radość, na spotkanie z przyjaciółmi i wiele jest takich sposobów naturalnych, tym się różnią od sztucznych, że rozwijają człowieka, metody sztuczne nie tylko nie rozwijają, ale wręcz cofają w rozwoju, prawo lejka, które mówi, że człowiek się rozwija, ma swoją wolną wolę, hobby, zainteresowania, jak zacznie zamiast nich korzystać np. z alkoholu, czyli sztucznego sposobu na poprawę nastroju, to zacznie sobie te zainteresowania zawężać

- potem schodzimy do osady, do Archezji, tam dzieci czytają, pokazują paszport Archezji, dla nas to karta pracy uczestnika programu, w której dzieci idąc odpowiadają

sobie na pytania, głównie żeby uruchomić refleksyjność, paszport jest też okazją do przedyskutowania, jak odpowiedzieli, kto, jak to jest,

- uczestnicy są podzieleni na archetypy, podajemy komunikat, że każdy człowiek jest jedyny i nie powtarzalny, ma swoje i tylko swoje cechy, ale jednak niektóre cechy predysponują nas do wspólnych zadań, i te cechy pozwalają nam przyjąć troszkę inną rolę w grupie niż kolega, dlatego dzieci same dzielą się na takie 3 podgrupy, archetypy: wędrowcy, alchemicy i łucznicy, odnosimy to trochę do Cudera, pokazując, że człowiek może przypominać kwiat z pięciu płatków (opowieść o staruszku na samym początku - jako cel programu, zadanie pytania, a podpowiedzią w tym jest zastanów się czy nie przypominasz trochę takiego pięciolistkowego, płatkowego kwiatka, czy nie jesteś trochę jak ten Cuder, masz ciało, umysł, duszę, emocje i relacje) i te archetypy, archetyp wędrowca to dobrze poukładany w sferze duchowej, a co za tym idzie w pozostałych sferach człowiek, wędrowiec to ten który potrafi racjonalnie ocenić rozumem, zobaczyć świat, ma wytrwale konsekwentny do podążania drogą, jest uważny na innych, ma dobrze rozbudowane relacje, to człowiek, który jest silny, jest wytrenowany, ma ciało przygotowane do wędrowki, to również człowiek, który zdaje sobie sprawę ze swoich emocji i potrafi pod ich wpływem zachować się odpowiednio

- archetyp alchemika to ktoś, kto kieruje się głównie intelektem, matematyk, fizyk, ktoś, kto ma klucze do rozpoznawania roślin, potrafi podać nazwę, to cecha rozumu, potrafi powiedzieć o tym kwiecie bardzo dużo,

- łucznik- sprawny, szybki, który potrafi szybko i pewnie podejmować decyzje

Jak wiemy człowiek to jedność, nie można tych sfer rozdzielić, te archetypu również dotyczą osób, które mają szczególnie rozwinięte takie sfery, co nie znaczy że nie posiadają pozostałych

- wchodząc do Archezji, te trzy podgrupy mają inne zadanie: łucznicy zdobywają pożywienie strzelając z łuku, strzał z łuku jak decyzja, świadomość własnych emocji, które są jak wiatr, który wieje z różnych stron, łucznik musi wiedzieć skąd wieje wiatr, musi zdecydować czy bierze poprawkę na wiatr czy odkłada decyzję do momentu, kiedy przestanie wiać, to też jest bardzo znaczące, wędrowcy budują dom z ogromnych klocków (zdjęcia), jest to ćwiczenie łamigłówek, zadanie grupowe, to taki prosty socjogram, pokazujący role w grupie, można na podstawie tego ćwiczenia bardzo wiele powiedzieć na temat relacji w tej grupie, jakie dzieci przyjmują role

- alchemicy mają za zadanie rozpalić ogień, okazuje się że dla mieszkańca miasta który ma 14 lat rozpalenie ogniska zapalką jest rzeczą niewykonalną, dlatego już samo

rozpalanie ognia zapalkami jest dla niego ogromnym wyzwaniem, przeżyciem, samo poukładanie ogniska jest zadaniem wystarczającym

- dzieci zdobywają pożywienie, otrzymują kielbaski, które sobie pieką, dostają chleb i wodę, chodzi o to, że to jedzenie, które dostają po strzale z łuku jest taką bardzo obrazową nagrodą za dobrą decyzję, trafiłeś dobrze z łuku to natychmiast masz gratyfikację, dotyczącą ciała, dostałeś jeść, to raz, dwa spożywanie posiłku wspólnie w grupie wokół ogniska to ogromnie ważne, to bardzo integruje, to bardzo pierwotny sposób integracji ludzi, być może na poziomie neandertalczyk, to się czuje emocjonalnie, duchowo, trudno to sobie na poziomie intelektualnym poukładać

- ostatni element to podjęcie decyzji w wielkiej księdze Archezji, to jest jakby podsumowanie i kulminacyjny moment całego programu, bo jest wynik logicznego ciągu, skoro mam wolną wolę, podejmuje niezależne decyzje, biorę za nie odpowiedzialność, to znaczy, że podejmuje dobrą decyzję, która służy do mojego szczęścia, to jakbym wchodził na drogę do szczęścia, w związku z tym im szybciej na tą drogę wejść, tym szybciej będę szczęśliwy, dlatego wypada tą decyzję podjąć tu i teraz, natychmiast bo jest to najlepszy moment, uzgadniamy wspólną decyzję, dzieci podpisują się imieniem i nazwiskiem publicznie przy całej klasie, potwierdzenie decyzji jest przez prowadzącego z gratulacjami, z uściskiem ręki, spojrzeniem w oczy, po to aby podkreślić powagę, znaczenie takiej decyzji, i podkreślić to, że to nie są żarty, że ta decyzja ma realny wpływ na życie człowieka.

- potem mamy takie ćwiczenia integrujące, ruchowe, aby dzieci trochę pobiegały, rozruszały się, skakanka, przeciąganie liny, mają one przygotować dzieci do powrotu do cywilizacji, do autokaru, nie ukrywam, że bardzo ważną sprawą jest wyciszenie się w trakcie tego programu, ideałem jest wyłączenie komórek, tak jak wchodzi się w głąb czasu, tak w czasie programu dzieci powinny być tu i teraz, ciałem i duszą, i rozumem, a nie dzwonić do domu, znajomych, wyciszenie się, wprowadzenie w pewien nastrój, to jest klucz, że właśnie w Ojcowie jest mniej tego hałasu, który zakłóca nie tylko odbiór świata, ale też własne myśli

- program trwa od 6-8 godzin

- przypowieść o żmii pokazuje zagrożenia wynikające nie tylko z alkoholu, tam jest takie przesłanie, że alkohol oszukuje, taki powinien być komunikat przekazany przez tę przypowieść, w opowieści bohater znał naturę wielu rzeczy i znał naturę żmii, wiedział od swoich wychowawców, rodziców, a mimo to dał się oszukać, bo posłuchał emocji, posłuchał żmii, która mu pokazała świat inny niż naprawdę, dał się oszukać tak jak

wielu z nas daje się oszukać reklamie lub zachętom skierowanym od osoby cynicznej, przypowieść ma powiedzieć: skoro znasz naturę rzeczy, bo wecie, że alkohol szkodzi, narkotyki są niebezpieczne to nie daj się oszukać, alkohol oszukuje, narkotyki oszukują, obiecują szczęście a dają niewolę, takie jest przesłanie tej przypowieści o żmii

- historia Jonasza, jest okazją do wykorzystania nazwy miejsca, skała na której stoimy to Jonaszówka, tu chodzi też o pokazanie, podpowiedzenie tego, że każdy z nas jest pod opieką Boga, anioła stróża, taka jest prawda, sam wychodziłem z takich opresji z których nie miałem prawa wyjść, bo anioł stróż był przy mnie, Jonasz dostał od Pana Boga zadanie i przestraszył się Go, zapominając o wsparciu, które ma, nie pamiętając o wsparciu uciekał przed zadaniem, a dla gimnazjalisty jest to bardzo częsta sytuacja, kiedy nie pamiętając o zrobieniu zadania domowego ucieka z lekcji, zapominając o tym że to jego zadanie, że dostał wsparcie, i pokazanie, przypomnienie o tym również obniża poziom lęku, to ta strategia o której mówiłem na początku, słynne nie lękajcie się bo jest opieka, to nie jest tak że żyjemy na świecie pozostawieni sami sobie, bo bylibyśmy bezradni jak te żuczki i nie znaczylibyśmy nic, natomiast ta przypowieść przypomina o tym, że skoro jest zadanie od Boga to jest też Jego wsparcie

- jeszcze zamek, integracja poznanie się, tak naprawdę na zamku, komunikat do dzieci jest: dobrze, że jesteś, to nie komunikat do całej grupy ale do każdego dziecka z osobna, tak powinno to ćwiczenie zostać zrobione, aby po wyjściu z zamku dziecko usłyszało od prowadzącego: dobrze, że jesteś tutaj, dobrze że jesteś w Ojcowie, cieszę się z tego że istniejesz, to również obniża poziom lęku, to również pokazuje, że tak jesteś tutaj potrzebny, akceptowany, ten świat jest dla Ciebie, to jest główny komunikat zamku, wymienianie w kółku herbów, do każdego mówisz po imieniu, każdy jest zauważony, każdy jest w tym świecie gościem, ale akceptowanym i pożądanym, takie jest przesłanie zamku

- baszta to okazja do porozmawiania na temat norm, zasad rycerskich do pokazania też, kto to jest rycerz, odniesienia tego do świata dzisiejszego, to wprowadzenia takiego pojęcia jak godność, jak honor, pokazanie cech rycerskich, cech męskich, które też bardzo są potrzebne, aby młodzi ludzie, szczególnie chłopcy, że bycie mężczyzną to nie znaczy, że się tego wstydzisz, chodzi o bycie prawdziwym mężczyzną, wojownikiem, to rozum czyni z nas wojowników, jest to okazja do takiego wyobrażenia sobie a kto w naszych czasach jest tym prawdziwym rycerzem, na czym polega rycerskość, choćby w zachowaniu do innych, w relacjach, w zasadach, czy trzymam się tych norm, czy zastanawiam się nad tym, jest to też okazja do wprowadzenia symboliki bariery,

sumienie-kompas, szlak turystyczny jako taki ciąg zasad, norm ustalonych przez poprzednie pokolenia też w charakterze opieki, to również obniża poziom lęku, mówimy idziemy drogą, którą już ktoś szedł, sprawił że stała się bezpieczna, zostawił nam znaki, więc spokojnie, nie lękajcie się, to jest znowu ten komunikat, znowu obniżanie lęku, pokazanie sumienia, to jest też pokazanie, że sumienie istnieje, że trzeba nad nim pracować, że sumienie ma ogromne znaczenie, bo pokazuje drogę, co mam robić w momencie kiedy nie mam szlaku turystycznego, dla wielu dzieci może to być nowość, bardzo ważne jest to pokazanie tego przepisu na życie, czyli tych instrukcji obsługi człowieka, jak wychodząc z autokaru się rodzi, to ktoś też może powiedzieć, ale jak to jest z tym życiem, czy jest jakiś przepis, mówimy trochę w żartach, o tym że tak jak skomplikowany przedmiot który się kupi ma instrukcję obsługi, tak człowiek który się rodzi również ma instrukcję obsługi, więc kiedy nie zna instrukcji obsługi i nie przestrzega zasad zawartych w instrukcji obsługi to się zepsuje, tak też człowiek który nie przestrzega 10 przykazań „zepsuje się”, czyli popadnie w grzech, a także w uzależnienie, czyli uwikłanie w sensie uzależnienia od różnych grzechów, jest to prosty komunikat, nie przestrzeganie 10 przykazań jest takie jak nieprzestrzeganie instrukcji obsługi urządzenia, urządzenie źle obsługiwane zepsuje się, człowiek też.

- drogowskazy, to jest kwestia taka, że przede wszystkim pokazujemy autorytet swoich rodziców, czyli ktoś kto szedł przed wami, jest dla was mistrzem, autorytetem, zostawia wam znaki, które mówią tu jest bezpiecznie, ta droga prowadzi dokądś, ta droga jest do celu, zostawiamy ten cel w domyśle, bo poszukiwanie sensu życia i celu w swoim życiu jest niezwykle ważne, bo poszukiwanie sensu nadaje sens całemu życiu, człowiek który nie idzie do jakiegoś celu, nie idzie jakąś drogą, tak naprawdę pląta się, błąka, kręci w kółko, i symbolicznie i w lesie, w życiu też do niczego nie dojdiesz, jak nie będziesz szukał sensu swojego życia, celu, i to jest też taka symbolika, jeżeli idziemy drogą, która została sprawdzona i oznakowana, i w życiu również są to pewne zbiory zasad i porównujemy to do religii, jeżeli jestem chrześcijaninem to wybieram jakąś drogę, skąd ma wiedzieć, jak wygląda droga chrześcijanina? Po znakach, które zostawili poprzednicy, i wybór drogi nie zawsze jest świadomy, to przewodnik, to mistrz, ojciec duchowy mówi idziemy tą drogą, kiedy się ma lat 5,10, 15 to się tą drogą idzie za mistrzem bo inaczej się nie da, tak jak uczymy się najlepiej od kogoś, Tischner powiedział, co zrobić żeby być mądrym, znajdź mądrzejszego od siebie, chodzić za nim i go szukać, tak samo nieprawdą jest, że rozwój duchowy może być rozwojem samoistnym, a co to mistrz, a co to ojciec duchowy, potrzebujemy przewodnika również

a może przede wszystkim w rozwoju duchowym, żeby nie pobłądzić, a bardzo często dzieci nie mają takich przewodników duchowych, kogoś kto by powiedział bo tak to jest, bo to gwarantuje Ci bezpieczeństwo duchowe, sfera najbardziej zagrożona, sfera która jest najbardziej zagrożona jest w dzisiejszym świecie pokazywana jako sfera tak intymna, że nie można mówić drugiemu jak on ma się rozwijać w tej sferze, coś nieprawdopodobnego, młody człowiek staje sam ze swoim rozwojem duchowym? kiedy zagrożeniem w rozwoju duchowym jest grzech przeciwko Duchowi Świętemu, czyli odrzucenie Miłości, to jest największe zagrożenie, że odrzucę miłość, dlatego że nie będę miał dobrego rozwoju duchowego, i rola przewodnika tutaj jest niezwykle ważna, szukajcie mistrzów duchowych, szukajcie mądrzejszych od siebie, słuchajcie, patrzcie, uczcie się, jak dojdiesz do pewnego poziomu to sam będziesz mógł szukać drogi, ale musisz mieć grunt pod nogami, musisz wiedzieć kim jesteś, musisz szukać odpowiedzi napytanie po co żyjesz, abyś mógł iść samodzielnie, nie boje się tutaj tego, że ktoś mi zarzuci że narzucam młodym pewną wizję człowieka i świata, bo jestem chrześcijaninem i uważam, że taka wizja człowieka i świata jest prawdą, w związku z tym, tak narzucam im prawdę, no i tyle.

**- a co w sytuacji, jeżeli ten drogowskaz, którym jest rodzic, nie jest dobrym drogowskazem?**

- to jest ogromny problem, ogromne wyzwanie, ale w tej sytuacji kierujemy się przede wszystkim troską, troską o dzieci, staramy się nie zrobić im przykrości, ale trzeba też pamiętać, że one mają doświadczenia zranienia, one żyją w takim domu gdzie jest źle mają takie doświadczenia, i nie jest to dla nich nowość, dlatego mówienie im prawdy, szukaj mistrza duchowego, szukaj nauczyciela, szukaj opiekuna, skoro tak jest w twoim życiu, że twój dom rodzinny nie daje Ci tego, to szukaj, jest jeszcze ojciec chrzestny, matka chrzestna,

Ktoś kto podejmuje się tego obowiązku mówi będę Cię wspomagał w wychowaniu, to nie tylko to, że będę Cię trzymał do chrztu, jeżeli twoi rodzice nie spełniają roli wychowawczej to młody człowiek może zwrócić się do swoich rodziców chrzestnych, oni mają obowiązek, czasami do mądrego dorosłego, do nauczyciela, ale musi mieć odwagę stanąć w prawdzie i zdać sobie sprawę, że jego rodzice nie są dobrymi wychowawcami, nie są dobrymi drogowskazami, to wynika z jakiegoś grzechu, to jest ten moment, jak w biblii pisze o grzechu przekazywanym z pokoleń, a syndrom DDA nie jest takim grzechem? Dlaczego Dzieci niewinne cierpią za grzechy rodziców? Bo wychowując się w lęku, w chaosie przekazują to dalej, dlatego przerwanie tego

łańcucha jest bardzo ważne, czyli przerwanie błędnych przekonań dzieci, bo dzieci żyjące w rodzinie gdzie jest źle niosą ze sobą trzy ważne komunikaty: nie mów o sobie, o swoich emocjach, nie przeżywaj tych emocji bo są straszne, zamroź je i nie ufaj, a kluczem do szczęśliwego życia jest nawiązywanie relacji, czyli zaufanie, jest przeżywanie, zdawanie sobie sprawy ze swoich emocji, jeżeli emocje to jest drugi obiekt informacji to zamrażając emocje pozbawiamy się niezwykle istotnego źródła informacji o swojej sytuacji, bo nie przeżywając emocji, odgrywając role zamykamy się w roli i nie wiemy, jaka jest moja sytuacja naprawdę, no i kwestia nie mówienia o sobie, czyli też takie zamknięcie i brak relacji, generalnie to tworzy ludzi nieszczęśliwych, ale też ludzi zrozpaczonych, nie mając możliwości zmienić drugiego człowieka, masz mu powiedzieć to szukaj mistrza gdzie indziej.

- Rozróżnianie pojęć na Jonaszówce, to jest bardzo ważne ćwiczenie, bo ogromnym zagrożeniem dzisiejszego świata, nie tylko dla młodych jest zmiana pojęć, pod termin, który jest znany i dla wszystkich oczywisty, podkłada się inne znaczenie, dodając przymiotnik, zmieniając znaczenie, dobrym przykładem tutaj jest pojęcie miłości, który bywa rozumiany opatrnie, zupełnie różnie, często mylony z seksem, często mylony z miłością tylko i wyłącznie kobiety do mężczyzny, a tak naprawdę zapominamy o pojęciu miłości bliźniego, pojęciu miłości rodzicielskiej, miłości jako relacji z Bogiem, pojęcie miłości jest dla mnie najbardziej zagrożone, bo widzę, jak różnie odbierają to pojęcie młodzi,

- kwestia wolności również mylona z samowolą, rozwój wolnej woli mylony z takim totalnym „róbta co chceta”, i bardzo wiele fundamentalnych pojęć, używanych przez młodych, bez zrozumienia, odwaga – brawura, zanikanie niektórych pojęć, takich jak godność, jak szacunek do swojego ciała, jak honor, pytałem wielu gimnazjalistów jak rozumieją honor, kojarzy im się z kibolami, bo biją wszystkich którzy nie są od nas, zupełne pomylenie pojęć,

Wprowadzanie tych pojęć ma fundamentalne znaczenie dla szukania odpowiedzi kim ja jestem, jak sobie wyobrażam, kim mam być, jakim mam być człowiekiem, jak się mam zachować, jak się mam ubrać, odezwać, jakim językiem mam mówić, bo ja tego nie wiem

**- jak ocenia Pan skuteczność programu?**

- to jest problem, ponieważ będę subiektywny, ja wierzę, że ten program działa, dlaczego tak sądzę? Dostaje maile od dzieci, sam fakt, że z każdej grupy przychodzi 5-6 maili, to jest moim zdaniem już kawałek góry lodowej, bo od mam ochotę napisać do

tego żeby się do komputera i napisać maila to jest czas kiedy znowu wykruszy się pewna grupa osób, te maile zwykle są mailami, które zawierają jakieś pytanie, czasami prośba o pomoc, właśnie w sytuacji rodzinnej, to znaczy, że prowadzący uzyskali przez krótki okres czasu pozycję autorytetu, bo pyta się o rzeczy bardzo ważne, prosi o pomoc ludzi których się szanuje, zna, pytania zadawane w mailach świadczy o tym, że zaczęli się zastanawiać nad sprawami, nad którymi nigdy się nie zastanawiali, bardzo często pada na zajęciach, no ale nigdy nie pomyślałem że to tak, nigdy się nad tym nie zastanawiałem, wg ankiet z kolei widać, że program lepiej dopasowany jest dla chłopców, że większość z chłopców lepiej ten program przyjmuje, nie wiem czy idzie za tym zmiana postaw, ale decyzje do księgi wpisuje około 60% uczestników, wydaje mi się, że to dużo, deklaracja abstynencji, najczęściej do 18 roku życia, 60% to jest ogrom, niewymuszona decyzja, jednocześnie ta decyzja nie jest dla tych dzieci nic nie znaczącym epizodem, też wiem to z maili i rozmów, drogę powrotną od Archezji do parkingu bardzo często wykorzystujemy w celach ewaluacji, prostej rozmowy, co się podobało, co się nie podobało, a podpisał decyzję, a czemu, czy to tak sobie czy na poważnie, nie umiem podać liczby, nie wiem jak zważyć skuteczność programu, ale wiem jedno, program poprawia relacje, program dla 60% uczestników jest okazją do podjęcia ważnej decyzji i myślę, że to jest fakt, na pewno jakaś część osób zacznie się zastanawiać, bardzo wiele tutaj skuteczności zależy od wychowawcy i nauczycieli, którzy mają kontynuować program, bo archezja jest tylko rozpoczęciem pewnego procesu, pewnej pracy, bardzo dużo zależy od tego, czy wychowawca wróci do tych pojęć, czy przypomni, czy podpowie, idealnie żeby zrobił to po 3 dniach, 3 tygodniach, 3 miesiącach, 3 latach, tak że to nie program daje skuteczność tylko ludzie, więc sam program tak jest skuteczny, poprawia relacje, zwiększa refleksyjność, podnosi wiek inicjacji alkoholowej.

**Załącznik 2.**

**Dokumentacja fotograficzna niektórych miejsc w Ojcowskim Parku Narodowym, wykorzystywanych podczas zajęć (źródło: <http://www.archezja.com/>).**



**Zdjęcie 1. Ruiny zamku w Ojcowie**



**Zdjęcie 2. Jonaszówka**



**Zdjęcie 3. Obozowisko Neandertalskie**



**Zdjęcie 4. Jaskinia Ciemna**



**Zdjęcie 5. Grota Krowia**



**Zdjęcie 6. Dolina Prądnika**

Solecki Roman  
Przegonia 345, 32-049 Przegonia  
Wydział Nauk Społecznych  
Uniwersytet Papieski Jana Pawła II

Kraków, dnia.....

## OŚWIADCZENIE

Niniejszym wyrażam zgodę na udostępnienie przez Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie mojej pracy licencjackiej zatytułowanej **Profilaktyka Integralna na przykładzie Ośrodka Profilaktyki Problemowej „Archezja”**.

.....  
*czytelny podpis autora*

Kraków, dnia.....