

Drama jako narzędzie profilaktyki pozytywnej adresowanej do dzieci i młodzieży

Agnieszka Michalska

Artykuł został stworzony w oparciu o pracę zaliczeniową autorki napisaną na zakończenie Szkoły Trenerów Dramy Drama Way (2016, IV edycja). Tekst omawia możliwości, cele i wartości zastosowania metody dramy i projektów TIE (Teatru w Edukacji) w programach profilaktyki pozytywnej skierowanej do dzieci i młodzieży.

Czym jest profilaktyka pozytywna?

Profilaktyka to świadome działania, której celem jest zapobieganie różnorodnym problemom zanim one wystąpią. Przez wiele lat programy profilaktyczne bazowały na założeniu, że najlepszą metodą zapobiegania problemom jest przekazywanie informacji na temat negatywnych konsekwencji pewnych zachowań, ryzyka, potencjalnych szkód. Tak rozumiana profilaktyka miała często charakter defensywny, dominował w niej przekaz negatywny typu: „Nie pij”, „Nie pal” itp. Odbiorcy tych działań mieli biernie przyjmować podawaną wiedzę. Profilaktyk lub osoba realizująca program podawały gotowe rozwiązania, „straszyły” negatywnymi przykładami. W takim klasycznym ujęciu profilaktyka koncentrowała się głównie na eliminowaniu czynników ryzyka, które doprowadzały do wystąpienia problemów. Pomimo jednak dużych nakładów na prowadzenie takich działań efekt często był niewielki.

Ważnym momentem dla rozwoju profilaktyki było odkrycie „resilience” (elastyczność, sprężystość, odbojność). W fizyce nazwą tą określa się właściwości metalu, który po odkształceniu powraca do punktu wyjściowego. Według badaczy posiadanie przez jednostkę pewnych cech, zasobów może stanowić bufor przed negatywnym wpływem czynników ryzyka. „Resilience” to w jakimś sensie proces, który zostaje uruchomiony w sytuacji ryzyka. Odkrycie czynników chroniących, a także rozwój innych badań nad zachowaniami problemowymi dzieci i młodzieży spowodowały przełom w podejściu do profilaktyki. Pojawiły się programy, które za cel stawiały przede wszystkim promocję zdrowia. Tak rozumiana profilaktyka ma wymiar pozytywny, koncentruje się bowiem na celach konstruktywnych – wzmacnianiu, wydobywaniu zasobów jednostki.

Drama i profilaktyka pozytywna – wspólne wartości i cele działań

Jaki to ma związek z dramą? W książce T. Lewandowskiej-Kidoń „Drama w kształceniu pedagogicznym” autorka wskazuje na przesłanki zastosowania dramy w edukacji. Podkreśla wpływ założeń min. psychologii humanistycznej, analizy transakcyjnej oraz idei Nowego Wychowania na rozwój dramy. Koncepcje te traktują człowieka jako całość psychofizyczną, samodzielną, zdolną do rozwoju, autonomiczną i dążącą do samorealizacji. To w jednostce tkwią siły, które są motorem jej wzrostu. Rozwój człowieka stymulowany jest poprzez przeżycia i doświadczenia. Działania wychowawcze i edukacyjne pobudzają zarówno sferę poznawczą, dostarczają wiedzy, ale równie ważnym elementem jest emocjonalne zaangażowanie, wykorzystywanie wyobraźni, osobistej wiedzy, umiejętności, kreatywności (por. Lewandowska-Kidoń, 2003, s. 36). Według Briana Waya drama jest metodą, która stymuluje całościowy rozwój człowieka, pobudza umysł i ciało, wrażliwość i duchowość, a celem nadrzędnym dramy jest wszechstronny rozwój człowieka. Rozwój rozpoczyna się od środka, w którym znajduje się jednostka. Początkowo odkrywa ona swoje własne możliwości by w kolejnych etapach koncentrować się na odkrywaniu świata zewnętrznego i wykorzystywania jego zasobów we własnym rozwoju (za Lewandowska-Kidoń, 2003, s. 36). W tym rozumieniu drama ma do spełnienia ważne funkcje rozwojowe takie jak wzrost samoświadomości, umiejętności interpersonalnych, refleksyjności, twórczego myślenia, rozumienia innych ludzi itp.

U podstaw nowoczesnej profilaktyki leżą te same wartości do których odwołuje się właśnie drama. Człowiek postrzegany jest jako samodzielna jednostka, traktowany w sposób holistyczny, jako całość psychofizyczna. W centrum zainteresowania nowoczesnej profilaktyki znajduje się człowiek, a nie „problem”. Szczególnie dotyczy to profilaktyki uniwersalnej, skierowanej do szerokiej populacji dzieci i młodzieży, której celem jest promocja zdrowia. Według K. Ostaszewskiego jednym z najbardziej znanych przykładów profilaktyki pozytywnej jest rozwijanie umiejętności życiowych (por. Ostaszewski 2014). Nabycie konstruktywnych sposobów radzenia sobie w codziennych sytuacjach społecznych, zaspakajania potrzeb życiowych, wypracowania strategii działania w sytuacjach kryzysowych mają istotny wpływ na zmniejszenie zachowań ryzykownych. Wyodrębniono kilka kluczowych kompetencji mających istotne znaczenie dla rozwoju społecznego i emocjonalnego. Są to: rozpoznawanie emocji i radzenie sobie z nimi, dostrzeganie perspektywy innych ludzi, stawianie sobie pozytywnych celów, podejmowanie odpowiedzialnych decyzji oraz radzenie sobie w kontaktach interpersonalnych. Postulaty promujące pozytywny rozwój opierają się więc na przekonaniu o tym, że człowiek posiada zdolności do rozwoju. Taki sposób myślenia o profilaktyce wymaga zastosowania odpowiednich metod. W tym kontekście drama daje przestrzeń do kształtowania, wyzwala potencjału rozwojowego jednostki. Użycie dramy jako specyficznej techniki edukacyjno-profilaktycznej wydaje się odpowiednim sposobem na realizację

tych celów. Skuteczność metody dramy w kształtowaniu umiejętności wynika z zastosowania specyficznych technik angażujących najważniejsze obszary funkcjonowania człowieka. Poprzez wchodzenie w role człowiek ma możliwość doświadczania różnych sytuacji, próbowania nowych zachowań. Jak zauważą Krystyna Pankowska efekty uczenia się wynikające z odgrywania ról uwidaczniają się w różnych wymiarach funkcjonowania człowieka. Wymiar psychologiczny obejmuje poprawę samooceny, poczucia własnej wartości; wymiar rozwojowy polegający na zwiększaniu odpowiedzialności za własny rozwój, spontaniczność, integrację uczuć z zachowaniami; aspekt społeczny – nabywanie umiejętności bycia w relacji z innymi oraz wymiar pragmatyczny objawiający się umiejętnościami radzenia sobie w sytuacjach trudnych (por. K. Pankowska, 2013, s. 79). Uczestnictwo w programie profilaktycznym realizowanym metodą dramy dostarcza uczestnikom doświadczeń poznawczych, emocjonalnych i motywacyjnych, co sprzyja efektywnemu uczeniu się.

Przykłady projektów

Przykładem działań profilaktycznych wpisujących się w nurt nowoczesnej profilaktyki – są projekty Teatru w Edukacji (TIE) realizowane m.in przez trenerów dramy i profilaktyków Drama Way Fundacji Edukacji i Kultury. Stosowana przez nich Metoda TIE wykorzystują zarówno teatr jak i dramę w budowaniu przestrzeni, w której uczestnicy mają możliwość podejmowania rozmowy na ważne tematy społeczne. Cele programów TIE realizowanych przez trenerów Drama Way (m.in. programy jak „Coś o Kacprze”, „Wielogłos”, „Na krawędzi”) dotyczą obszarów takich jak: przekazywanie wiedzy dotyczącej ważnych zagadnień społecznych, rozwijanie umiejętności społecznych oraz kształtowanie/zmianę postaw wobec poruszanych spraw. Programy te bazują na założeniach, że poprzez uczestnictwo w programie człowiek może zarówno przyswajać wiedzę jak i rozwijać się emocjonalnie, duchowo oraz nabywać umiejętności społeczne ważne do konstruktywnego rozwoju.

Projekt „Coś o Kacprze” autorski projekt Marii Depty stworzony już w 2004 roku skierowany jest do uczniów szkół gimnazjalnych i dotyczył problematyki praw człowieka. Poprzez uczestnictwo w zajęciach młodzież nabywa konkretną wiedzę z zakresu praw człowieka, ale także ma możliwość „trenowania” konkretnych umiejętności społecznych. Efektywność programu potwierdziły wyniki badań przeprowadzonych po realizacji programu. Zdecydowana większość (82,2%) badanych uczestników oceniała, że zdobyła wiedzę/umiejętności przydatne w podejmowaniu decyzji i rozwiązywaniu problemów. Badani deklarowali także, że nabyli także takie umiejętności jak wypowiedanie się na forum, prowadzenia spokojnej dyskusji, argumentowania, wyrażaniu swoich opinii, komunikowania się z innymi, rozwiązywania sytuacji konfliktowych, podejmowania decyzji. Także w obszarze postaw badani wyrażali częściej pozytywny stosunek do osób innej narodowości niż osoby z grupy kontrolnej, które nie brały udziału w programie (por. Depta, 2010).

Program profilaktyki alkoholowej „Wielogłos” skierowany do młodzieży gimnazjalnej porusza z kolei problem presji rówieśniczej przy podejmowaniu decyzji o używaniu środków psychoaktywnych. Odbiorcy programu poznają 15 letnią Maję - bohaterkę spektaklu, która znajduje się w trudnej sytuacji. W czasie warsztatów dramowych uczestnicy szukają odpowiedzi na ważne pytania dotyczące bohaterki, ale też poniekąd dotyczące ich samych. Mają możliwość wypróbowywania różnych nowych zachowań, przyjrzenia się jak inni reagują na nie, zrozumienia motywów i wartości, które wpływają na ludzkie decyzje i poprzez doświadczenia bycia w różnych rolach, poszerzenia perspektywy patrzenia na siebie. Zastosowane techniki rozwijają szereg umiejętności takich jak komunikacja, współpraca, zdolność do empatii, kreatywność, refleksyjność. Uczestnictwo w tym projekcie dramowym daje możliwość eksperymentowania z różnymi zachowaniami, „przymierzania” nowych zachowań, sprawdzania ich, dopasowywania do własnych potrzeb, możliwości, wartości ale też mierzenia się z ograniczeniami. Opinie uczestników wskazują na rozwój umiejętności refleksyjnego myślenia, zastanawiania się nad własnymi decyzjami. Młodzież biorąca udział w programie ma możliwość odnalezienia własnego rozwiązania co jest dużo cenniejsze niż podanie „gotowca”. Drama stawia młodego człowieka w pozycji eksperta od samego siebie, to on – młody człowiek - posiada wszystko to, co niezbędne do odnalezienia rozwiązania (por. Żejmo-Kudelska, 2011).

Innym przykładem jest program „Na krawędzi” – poruszający problematykę zdrowia psychicznego, jego promocję i ochronę, ale także problem wykluczenia osób z problemami psychicznymi. Konstrukcja programu, zastosowane techniki wydobywają zasoby ich uczestników. Poprzez poznawanie historii konkretnego bohatera, który zmagają się z różnymi problemami uczestnicy mają możliwość przeżywania razem z nim jego dylematów, trudności. Pomimo tworzenia/ analizy fikcyjnego świata i fikcyjnych postaci to jednak doświadczenie uczestników i pojawiające się emocje są prawdziwe. Pomimo tego, że uczestnicy dramy mają różne wartości, różne doświadczenia życiowe, odmienne poglądy czy zasoby intelektualne mogą spotkać się ze sobą, wymieniać refleksje, odkrywać motywacje, potrzeby innych i konfrontować je ze swoimi. Daje to możliwość modyfikacji, zmiany własnych przekonań, lepszego rozumienia siebie i innych, pobudza wzrost empatii, umiejętności bycia w relacjach. Wyniki ewaluacji programu „Na krawędzi” świadczą o wysokim potencjale zarówno edukacyjnym jak i profilaktycznym. Badani podkreślali, że uczestnictwo w programie skłoniło ich do refleksji, zastanawiania się nad różnymi rozwiązaniami, poszukiwaniami alternatyw w sytuacjach trudnych (por. Jaskulska, Żejmo-Kudelska, 2010) .

TEATR ZAANGAŻOWANY

Wszystkie te opisane wyżej przykłady poprzez zastosowanie metod dramowych dają ich uczestnikom możliwość rozwijania umiejętności społecznych, odwołują się do wartości, kładą nacisk na rozwój potencjałów ich uczestników.

Zakończenie

Mam przekonanie, że zarówno nowoczesna profilaktyka jak i drama bazują na wspólnych wartościach. Jest to przede wszystkim podmiotowy sposób myślenia o człowieku. Kładą nacisk na pozytywny rozwój, odnoszą się do tego, co w człowieku mocne, dobre, do jego zasobów, zdolności. W centrum zainteresowania stawiają człowieka z całym jego potencjałem, a nie tylko problem do rozwiązania. Jest w tym optymizm i wiara w możliwości rozwojowe jednostki, w to, że młody człowiek jest zdolny do podejmowania odpowiedzialnych decyzji, dokonywania samodzielnych wyborów, które służą jego rozwojowi, pozwalają realizować mu pozytywne cele i wartości życiowe. Drama w tym znaczeniu jest, moim zdaniem, niezwykle ważnym narzędziem realizacji skutecznych programów profilaktycznych.

Literatura:

Depta M. (2010). TIE as human rights education. W: *Drama. Learning and Creativity*

A. Gałązka, UK: National Drama Publication s. 76-87. źródło: www.dramaway.pl/tie-jako-narzedzie-edukacji-na-rzecz-praw-czlowieka/136/111 (polski Tytuł: TIE jako narzędzie edukacji na rzecz praw człowieka, 30.03.2017).

Gaś Z. (1995). Pomoc psychologiczna młodzieży Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.

Gaś Z. (1995). *Współczesne koncepcje profilaktyki uzależnień*, Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.

Jaskulska A., Żejmo-Kudelska A. (2010). Theatre in Education: theory and Polish practice Teatr w edukacji: teoria i polska praktyka W: *Drama. Learning and Creativity* A. Gałązka, UK: National Drama Publication, źródło <http://fundacja.dramaway.pl/teatr-w-edukacji--teoria-i-polska-praktyka/224/189%7C>. (polski tytuł Teatr w edukacji: teoria i polska praktyka, data odczytania 20.01.2016).

Lewandowska-Kidoń T. (2003). *Drama w kształceniu pedagogicznym*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.

Michałowska D.(2008). *Drama w edukacji*. Poznań: Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu, Wydawnictwo Naukowe Instytutu Filozofii.

Ostaszewski K. (2005). Druga strona ryzyka. *Remedium* 2005, nr 2.

Ostaszewski K (2006). Pozytywna profilaktyka. *Świat Problemów* 2006, nr 3/158. Pankowska

K. (2013). *Drama. Konteksty teoretyczne*. Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.

TEATR ZAANGAŻOWANY

Szymańska (2015). *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej profilaktyki*. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.

Witerska K (2010). *Drama na różnych poziomach kształcenia*. Łódź: Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi.

Witerska K. (2011). *Drama. Techniki, strategie, scenariusze*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.

Witerska K.(2014). *Drama. Przewodnik po koncepcjach, technikach i miejscach*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.

Żejmo-Kudelska A.(2011). Teatr w edukacji: nowe spojrzenie na profilaktykę uzależnień. *Głos Pedagogiczny*, listopad 2011(33), str. 16-18. źródło: <http://fundacja.dramaway.pl/teatr-w-edukacji--nowe-spojrzenie-na-profilaktyke-uzaleznien/224/188%7C> (data odczytania 20.01.2017)