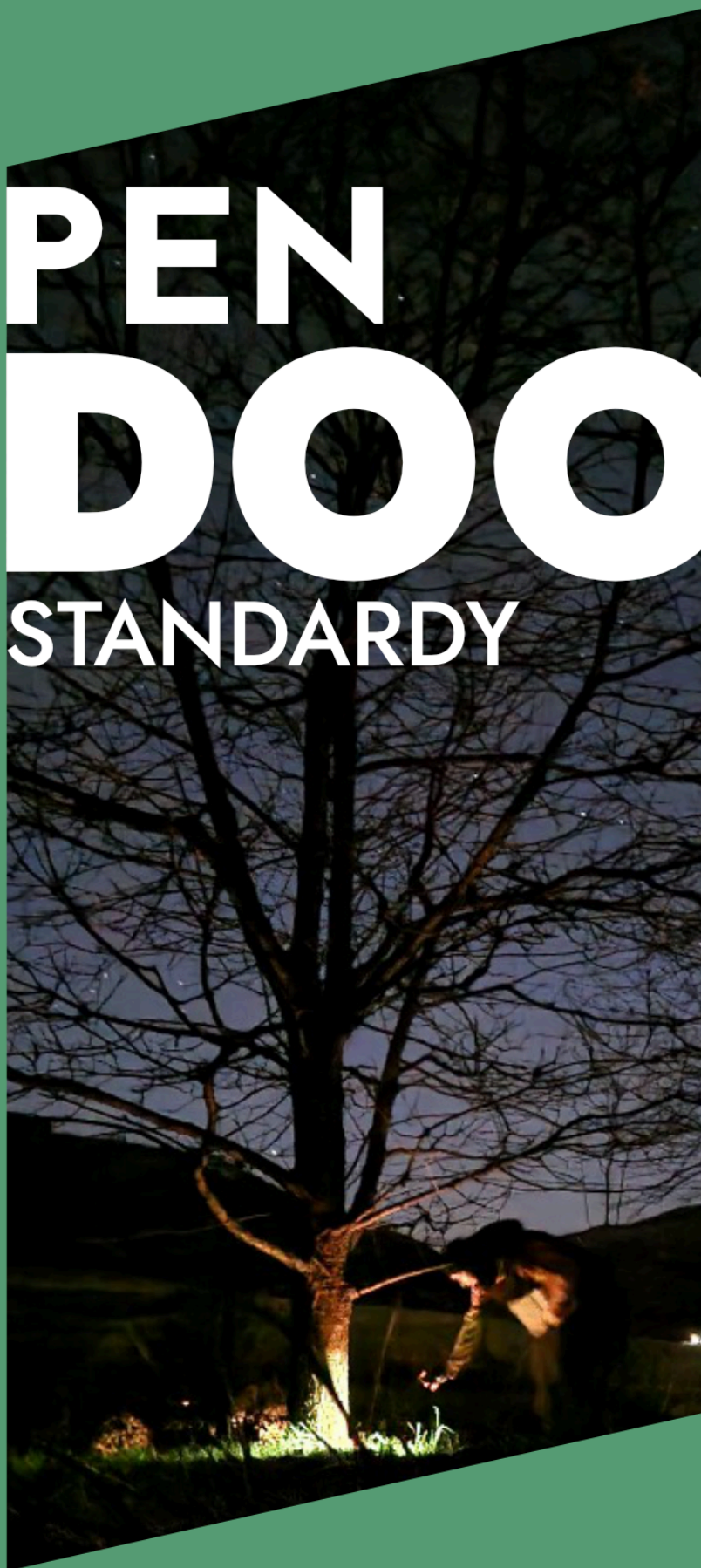


OPEN DOOR STANDARDY



STANDARDY TWORZENIA PROGRAMÓW TERAPII OPARTEJ
NA KONTAKCIE Z NATURĄ DLA MŁODYCH OSÓB
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

**Autorzy:**

Anett Dobrai - Rakipaj, Gabriel Nagy (Asociatia Babilon Travel, Romania)

Magdalena Stempska (Fundacja Imago, Poland)

Lucie Petrová (Terapie pro Divočinou, Czech Republic)

Mathias Roitman (Experientia, Spain)

Redakcja:

Magdalena Stempska (Fundacja Imago, Poland)

Projekt graficzny i okładka:

Rafał Stempski

Niniejsza publikacja powstała w ramach projektu Erasmus+ „Open Door – nature for social inclusion” (nr umowy: 2024-1-PL01-KA220-YOU-000253154).

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską. Wyrażone opinie i stanowiska są wyłącznie opiniami autora (autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej.

Publikacja jest bezpłatna.

Partnerzy projektu



**Co-funded by
the European Union**

“Współfinansowane ze środków Unii Europejskiej. Wyrażone poglądy i opinie są wyłącznie opiniami autora (autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej ani Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji. Ani Unia Europejska, ani Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji nie ponoszą za nie odpowiedzialności.”

SPIS TREŚCI

Rozdział 1

- 1 | Wprowadzenie

Rozdział 2

- 2 | Tworzenie się grupy

Rozdział 3

- 5 | Budowanie zespołu

Rozdział 4

- 11 | Komunikacja

Rozdział 5

- 14 | Bezpieczeństwo, ochrona zdrowia oraz zarządzanie ryzykiem

Rozdział 6

- 16 | Struktura programu

Rozdział 7

- 18 | Trwałość rezultatów

Rozdział 8

- 19 | Podsumowanie



ROZDZIAŁ 1. WPROWADZENIE

Niniejsza publikacja przedstawia Standardy pracy z młodymi osobami z niepełnosprawnościami w ramach programów terapeutycznych opartych na kontakcie z naturą.

Standardy te stanowią integralną część kompleksowego zestawu narzędzi opracowanego w ramach projektu „Open Door – Nature for Social Inclusion”. Na zestaw ten składają się niniejsze Standardy, które określają profesjonalne i organizacyjne ramy wysokiej jakości programów terapii przez przygodę i terapii przez dzikość (adventure & wilderness therapy), oraz Podręcznik, który opisuje sposoby ich praktycznego wdrożenia w codziennej pracy.

Przedstawione standardy powstały na bazie wniosków i rekomendacji z przeprowadzonych pilotażowych programów terapii przez przygodę i terapii przez dzikość, oraz ich ewaluacji w czterech krajach partnerskich (Polsce, Hiszpanii, Czechach i Rumunii). Doświadczenia zebrane w tak różnych kontekstach społecznych, kulturowych i środowiskowych pozwoliły nam zidentyfikować skuteczne rozwiązania oraz kluczowe czynniki odpowiedzialne za sukces programu. Dzięki temu, standardy przedstawione w tym dokumencie, stanowią podsumowanie sprawdzonych, najlepszych praktyk, których wdrożenie zapewnia najwyższą jakość programów terapeutycznych opartych na kontakcie z naturą, tworzonych dla młodych osób z niepełnosprawnościami.

Standardy te stanowią ogólne wytyczne dla organizatorów, trenerów, facylitatorów, wolontariuszy oraz organizacji pozarządowych realizujących włączające programy outdoorowe.

Dokument ten określa zestaw rekomendowanych elementów pomocnych przy projektowaniu, planowaniu i wdrażaniu działań, które opierają się na najlepszej dostępnej wiedzy i zostały potwierdzone naszym doświadczeniem z pracy w terenie.

Dokument określa kluczowe procedury oraz kryteria jakościowe w następujących obszarach:

Rozdział 2. Tworzenie się grupy – zapewnienie odpowiedniego doboru uczestników, różnorodności, włączania społecznego oraz uważności na procesy grupowe.

Rozdział 3. Budowanie zespołu – definiowanie kompetencji, ról i odpowiedzialności trenerów (facylitatorów) oraz personelu wspierającego.

Rozdział 4. Komunikacja – promowanie dostępnych, pełnych szacunku i podmiotowych strategii komunikacyjnych.

Rozdział 5. Bezpieczeństwo – tworzenie kompleksowych ram bezpieczeństwa, które mają za zadanie ochronę zdrowia i dobrostanu uczestników.

Rozdział 6. Treść i struktura programu – projektowanie wartościowych, celowych i elastycznych działań terapeutycznych w środowisku naturalnym.

Rozdział 7. Trwałość rezultatów – odpowiedzialność ekologiczna oraz długofalowy wpływ działań na środowisko naturalne oraz zaangażowanie społeczności lokalnej w realizację programów.

Mamy nadzieję, że przedstawione Standardy posłużą jako praktyczny i profesjonalny przewodnik dla osób i organizacji pracujących z młodzieżą, które dążą do wspierania włączenia społecznego, budowania autonomii oraz rozwoju osobistego młodych osób z niepełnosprawnościami poprzez wartościowy kontakt z naturą.

ROZDZIAŁ 2. TWORZENIE SIĘ GRUPY

Formowanie grup i proces rekrutacji w programach terapeutycznych opartych na kontakcie z naturą dla młodzieży z niepełnosprawnościami wymagają jasnych zasad etycznych oraz zindywidualizowanego podejścia do każdego uczestnika. Ponieważ programy te łączą terapię z aktywnościami outdoorowymi, procedury kwalifikacyjne powinny uwzględniać jednocześnie czynniki psychologiczne, fizyczne, społeczne i środowiskowe. Głównym celem tego etapu jest zapewnienie każdej osobie bezpiecznego i wartościowego udziału, przy jednoczesnym dbaniu o bezpieczeństwo i spójność całej grupy. W programach terapeutycznych opartych na kontakcie z naturą mogą uczestniczyć młode osoby z każdym rodzajem niepełnosprawności, pod warunkiem zapewnienia im odpowiedniego wsparcia i dostosowań (dostęp alternatywny).

Warto podkreślić, że wszystkie procedury powinny być zgodne z ramami prawnymi dotyczącymi praw osób z niepełnosprawnościami. Udział w programie musi opierać się na szacunku dla godności, autonomii, włączenia społecznego i równości szans.

Określenie grupy docelowej

Przed rozpoczęciem rekrutacji do programu, należy wyraźnie określić profil grupy – czyli przedział wiekowy (np. 18–25, 16–21 lat), rodzaje niepełnosprawności (np. ruchowa, sensoryczna, intelektualna, neurorozwojowa, psychospołeczna) oraz profil funkcjonalny młodzieży, do której kierowane są działania. Kwalifikacja do programu powinna opierać się na dobrowolności, wewnętrznej motywacji i możliwości bezpiecznego udziału w programie oraz dopasowaniu wsparcia do indywidualnych potrzeb uczestnika. W przypadku programów długoterminowych kluczowa jest również dyspozycyjność kandydatów, ponieważ zaangażowanie i regularna obecność są niezbędne do zapewnienia stabilności i trwałości grupy. Informacje o procesie rekrutacji powinny skupiać się na mocnych stronach uczestników, ich aktywnym uczestnictwie oraz budowaniu poczucia sprawczości, nigdy na deficytach.

Metody rekrutacji

Działania informacyjne mogą obejmować współpracę ze szkołami, placówkami kształcenia specjalnego, podmiotami świadczącymi usługi na rzecz osób z niepełnosprawnościami, organizacjami młodzieżowymi, stowarzyszeniami rodziców oraz lokalną społecznością. Program może być skierowany np. do dotychczasowych podopiecznych danej instytucji świadczącej inne formy wsparcia (rekrutacja wewnętrzna) lub do uczestników pozyskanych w drodze naboru otwartego.

Rekrutacja jest zazwyczaj najbardziej efektywna, gdy prowadzi się ją we współpracy z zaufanymi, lokalnymi organizacjami partnerskimi oraz w ramach istniejących już sieci kontaktów. Nabory otwarte przynoszą lepsze rezultaty, kiedy dba się o bezpośredni kontakt i budowanie relacji z potencjalnymi uczestnikami, oraz odpowiednią komunikację na dalszych etapach projektu.

Dostępność informacyjna

Materiały informacyjne dotyczące rekrutacji muszą być zrozumiałe, włączające i dostępne. Informacje należy przekazywać prostym językiem, a w razie potrzeby – w dostosowanych formatach, takich jak tekst łatwy do czytania i rozumienia (ETR) lub wersje kompatybilne z czytnikami ekranu.

Zrozumiałe i kompletne informacje

Jasne i zrozumiałe przedstawienie założeń programu - częstotliwości i intensywności spotkań, miejsca i warunków w jakich odbędą się zajęcia (spotkania jednodniowe, wyjazdy kilkudniowe z noclegiem, działania w terenie) oraz oczekiwanego poziomu samodzielności uczestników są kluczowe dla przeprowadzenia efektywnej rekrutacji.

Opisy warunków środowiskowych (miejsc, terenu i tras), oraz potencjalnych wymagań psychofizycznych powinny być przejrzyste i zrozumiałe. Dostępne na miejscu udogodnienia i warunki zakwaterowania (np. namiot, tarp, schronisko górskie, ośrodek wypoczynkowy) oraz dostępne systemy wsparcia powinny być jasno opisane, aby uniknąć nieporozumień i nierealistycznych oczekiwań.

Zaleca się również dokładne określenie dostępnego poziomu wsparcia, w tym kwalifikacji kadry oraz proporcji liczby opiekunów do liczby uczestników.

Kwalifikacja do programu oraz analiza potrzeb

Proces naboru powinien służyć zebraniu informacji dotyczących:

- historii medycznej oraz aktualnego stanu zdrowia,
- mobilności i sprawności ruchowej,

- możliwości fizycznych,
- szczególnych potrzeb w zakresie higieny osobistej (jeśli dotyczy),
- wymagań dietetycznych,
- wrażliwości sensorycznej (nadwrażliwości na bodźce),
- sposobów komunikacji,
- reakcji i sposobów regulacji emocjonalnej,
- potrzeby wsparcia w zakresie interakcji społecznych,
- dotychczasowych doświadczeń w grupie lub aktywnościach outdoorowych.

Szczególną uwagę należy zwrócić na to, jak młoda osoba reaguje na zmiany, nowe, nieznane otoczenie oraz kontakty z rówieśnikami. Proces ten może mieć formę rozmowy, diagnozy lub ustrukturyzowanego kwestionariusza.

W przypadku niepełnoletnich uczestników lub osób nieposiadających pełnej zdolności do czynności prawnych kluczowe znaczenie mogą mieć informacje od rodziców lub opiekunów prawnych. Jednocześnie należy aktywnie zadbać o uwzględnienie perspektywy samej młodej osoby, stosując metody komunikacji dostosowane do jej etapu rozwoju i możliwości.

Analiza potrzeb powinna służyć doprecyzowaniu i urealnieniu oczekiwań, ocenie poziomu bezpieczeństwa oraz określeniu, na ile program odpowiada potrzebom uczestnika. Celem tego etapu nie jest wykluczenie kandydata, lecz zapewnienie mu poczucia bezpieczeństwa i odpowiednie przygotowanie do udziału w programie. Odmowa przyjęcia powinna mieć miejsce wyłącznie wtedy, gdy nie da się zagwarantować bezpiecznego uczestnictwa na akceptowalnym poziomie lub gdy nie ma możliwości zapewnienia niezbędnego wsparcia oraz dostępu alternatywnego.

W takich przypadkach należy zaproponować uczestnikom inne, bardziej odpowiednie dla nich formy wsparcia.

Skład grupy

Skład grupy ma kluczowe znaczenie zarówno dla bezpieczeństwa, jak i skuteczności działań terapeutycznych. W pracy z młodymi osobami z niepełnosprawnościami zaleca się zazwyczaj mniejszą liczebność grupy. Dzięki temu, prowadzący mogą poświęcić uczestnikom więcej uwagi, odpowiadać na ich bieżące potrzeby i elastycznie dostosowywać program do zmieniających się warunków.

Optymalnym rozwiązaniem są grupy liczące od 8 do 10 uczestników. Należy jednak pamiętać, że wielkość grupy powinna być wypadkową wymaganego poziomu wsparcia uczestników oraz dostępności kadry.

Przy tworzeniu grupy należy dokładnie przeanalizować wzajemne dopasowanie uczestników pod kątem ich poziomu funkcjonowania. Do kluczowych czynników należą: stopień mobilności, style komunikacji, różnice w przetwarzaniu poznawczym, wrażliwość

sensoryczna oraz zdolność do regulacji emocjonalnej. Choć różnorodność w grupie może sprzyjać wzajemnej nauce i rozwojowi społecznemu, znaczne rozbieżności w funkcjonowaniu mogą wymagać zaangażowania dodatkowej kadry lub dostosowania programu – na przykład poprzez podział na mniejsze podgrupy. Działania te są niezbędne, aby zapobiec poczuciu izolacji, frustracji lub przebodźcowaniu uczestników.

Dobór uczestników pod kątem potrzeb i możliwości pozwala na ich aktywne uczestnictwo i budowanie wspólnego zaangażowania. W sytuacjach, gdy program jest skierowany bezpośrednio do osób wymagających intensywnego wsparcia – w tym indywidualnej asysty jeden na jeden – konieczne jest odpowiednie dostosowanie liczby osób z kadry oraz samej struktury zajęć. Zapewnienie bezpieczeństwa, włączającego charakteru spotkań oraz wysokiej jakości całego procesu terapeutycznego może wymagać zatrudnienia dodatkowych, wykwalifikowanych specjalistów.

Indywidualny plan wsparcia

Przed rozpoczęciem zajęć, dla każdego uczestnika, należy przygotować indywidualny plan udziału w programie. Celem stworzenia planu jest poznanie mocnych stron uczestnika, obszarów potrzebnego wsparcia oraz zidentyfikowanie potencjalnych obszarów ryzyka. Plan powinien również zawierać dane kontaktowe do opiekunów/rodziców (w razie sytuacji awaryjnych) oraz istotne informacje medyczne. Facylitatorzy oraz inni członkowie personelu muszą zostać zapoznani z tymi planami, aby zapewnić spójne i skoordynowane wsparcie. Indywidualny plan wsparcia służy również jako praktyczne narzędzie do programowania i ewaluacji procesu wzmocnienia samodzielności uczestników przy jednoczesnym dbaniu o ich dobrostan.

Świadoma zgoda opiekunów prawnych i samego uczestnika

Udział w programie musi opierać się na świadomej zgodzie rodziców lub opiekunów prawnych (jeśli jest to wymagane prawnie) oraz na świadomej i dobrowolnej zgodzie samej młodej osoby, wyrażonej w formie dostosowanej do jej poziomu rozwoju i sposobu komunikacji. Przekazane informacje muszą jasno określać charakter zajęć, potencjalne ryzyko, poufność przekazanych informacji oraz prawo do wycofania się z udziału w dowolnym momencie.

Materiały dotyczące wyrażenia zgody na udział w programie muszą być przystępne i łatwe do zrozumienia. Proces uzyskiwania zgody nie powinien być traktowany jedynie jako formalność prawna, lecz jako okazja do zbudowania zaufania i jasnego określenia wzajemnych oczekiwań.

Podsumowując, dobór uczestników w terapeutycznych programach opartych na kontakcie z naturą skierowanych do młodych osób z niepełnosprawnościami to złożony proces, który wymaga starannego planowania oraz poświęcenia odpowiedniej ilości czasu. Powinien opierać się na odpowiedzialności etycznej, współpracy interdyscyplinarnej oraz rzetelnej ocenie zarówno czynników środowiskowych, jak i psychospołecznych. Przemyślany proces

rekrutacji staje się fundamentem bezpiecznego, wzmacniającego i wspierającego rozwój doświadczenia terapeutycznego w bliskości natury.

ROZDZIAŁ 3. BUDOWANIE ZESPOŁU

Rola zespołu

Stworzenie dobrze funkcjonującego zespołu jest podstawowym warunkiem sukcesu programów edukacyjnych i terapeutycznych. Zespół dba o dynamikę grupy, sprawny przebieg zajęć i wpływa na ogólną jakość całego programu.

Właściwie dobrany zespół tworzy bezpieczne środowisko, w którym uczestnicy mogą skupić się na nauce, rozwoju osobistym oraz procesach terapeutycznych. Do zadań zespołu należy dbanie zarówno o bezpieczeństwo fizyczne, jak i emocjonalne uczestników.

Osoby projektujące program powinny zaplanować odpowiednią ilość czasu na staranny dobór, przygotowanie i koordynację pracy członków zespołu.

Określenie kontekstu programu przed rekrutacją zespołu

Organizatorzy programu, przed rozpoczęciem procesu rekrutacji członków zespołu, powinni jasno określić następujące kwestie:

Grupa docelowa

- Kim są uczestnicy?
- Jakie są ich specyficzne potrzeby wynikające z niepełnosprawności?
- Czy uczestnicy to osoby korzystające ze stałego wsparcia, członkowie organizacji partnerskich, czy osoby zrekrutowane w naborze otwartym?

Typy programów

- Terapia dzikością (wilderness therapy)
- Terapia przygodą (adventure therapy)
- Terapia outdoorowa, oparta na kontakcie z naturą (outdoor therapy)

Czynniki te mają kluczowy wpływ na wymagany skład zespołu, jego kompetencje oraz kwalifikacje.

Kluczowe role w zespole

W każdym programie należy jasno zdefiniować niezbędne role poszczególnych członków zespołu. W zależności od skali programu i dostępnych zasobów jedna osoba może łączyć kilka ról, jednak zakres obowiązków powinien być jasno i precyzyjnie określony dla każdej osoby indywidualnie.

Do typowych ról należą:

Lider programu – odpowiada za całokształt struktury programu, koordynację pracy zespołu oraz dba, by zakładane rezultaty programu zostały osiągnięte.

Mentor/Facilitator – wspiera i moderuje procesy grupowe oraz refleksje uczestników dotyczące ich przeżyć oraz towarzyszy im w procesie uczenia się przez doświadczenie.

Psychoterapeuta – zapewnia profesjonalne wsparcie terapeutyczne, jeśli program obejmuje elementy psychoterapii.

Specjalista ds. aktywności outdoorowych / bezpieczeństwa w terenie – odpowiada za organizację praktyczno-techniczną programu oraz bezpieczeństwo w trakcie aktywności plenerowych. Rola ta może obejmować również nawigację, zarządzanie sprzętem oraz instruktaż podczas zajęć terenowych.

Koordynator ds. logistyki – dba o organizacyjne aspekty programu, w tym:

- przygotowanie miejsc / lokalizacji,
- organizację sprzętu i transportu,
- przygotowanie i dostarczenie posiłków,
- organizację potrzebnych materiałów.

Wolontariusze – wspierają realizację programu poprzez pomoc praktyczną, opiekę nad uczestnikami oraz wsparcie logistyczne.

Asystenci osobiści (w zależności od potrzeb) – zapewniają uczestnikom indywidualne wsparcie podczas trwania zajęć.

Zespół ds. bezpieczeństwa – zapewnia dodatkowe wsparcie podczas bardziej wymagających aktywności lub wypraw.

Eksperci zewnętrzni – specjaliści zapraszani do realizacji konkretnych aktywności wymagających potwierdzonych kwalifikacji lub certyfikatów (np. wspinaczka, kajakarstwo, hipoterapia).

Kluczowe zasady budowania zespołu

Podejście skoncentrowane na osobie

Wszyscy członkowie zespołu powinni stawiać na pierwszym miejscu potrzeby, preferencje oraz cele uczestników z niepełnosprawnościami. Do kluczowych elementów należą:

- Szacunek dla autonomii i godności uczestników
- Elastyczność w projektowaniu programu
- Wspieranie niezależności oraz aktywnego uczestnictwa

Interdyscyplinarność zespołu

Programy oparte na kontakcie z naturą (nature-based therapy) czerpią ogromne korzyści ze współdziałania specjalistów z różnych dziedzin. Efektywna współpraca przekłada się na lepsze rezultaty i gwarantuje kompleksowe wsparcie.

Zespół powinien łączyć specjalistyczną wiedzę z obszarów:

- Terapii i rehabilitacji
- Umiejętności outdoorowych
- Wsparcia osób z niepełnosprawnościami
- Zdrowia i bezpieczeństwa

Dostępność i włączenie społeczne

Zespół musi zadbać o to, aby wszystkie aktywności, przestrzeń oraz metody komunikacji były dostępne i włączające, co obejmuje:

- Dostępność architektoniczną i terenową
- Dostępność komunikacyjną
- Dostosowany sprzęt i narzędzia
- Włączenie społeczne i kulturowe

Bezpieczeństwo i ocena ryzyka

Środowisko naturalne niesie ze sobą specyficzne zagrożenia. Dobrze dobrany zespół gwarantuje, że programy są realizowane z zachowaniem odpowiednich procedur bezpieczeństwa, oceny ryzyka oraz, planowania działania w sytuacjach kryzysowych.

Wymagane Kwalifikacje i Kompetencje

Członkowie zespołu powinni posiadać odpowiednie kwalifikacje w zależności od pełnionej roli. Przykłady obejmują:

Specjaliści ds. aktywności outdoorowych

- instruktor wspinaczki
- instruktor kajakarstwa
- przewodnik górski
- instruktor łucznictwa

- instruktor speleologii
- inne uprawnienia i licencje specjalistyczne

Terapeuci lub facylitatorzy

- ukończona certyfikowana szkoła psychoterapii
- wykształcenie w zakresie psychologii, pedagogiki lub pracy socjalnej
- doświadczenie zawodowe w pracy z określoną grupą docelową

Asystenci osobiści

- ukończone szkolenie lub doświadczenie w asystenturze osobistej
- znajomość metod wsparcia włączającego, najlepiej w warunkach outdoorowych
- zainteresowanie aktywnościami outdoorowymi

Osoby towarzyszące/ Przewodnicy

- doświadczenie w prowadzeniu lub wspieraniu osób ze szczególnymi potrzebami w terenie

Aktywności specjalistyczne wymagające uprawnień formalnych określonych przepisami prawa muszą być prowadzone przez wykwalifikowanych specjalistów.

Wielkość i struktura zespołu

Struktura zespołu powinna być proporcjonalnie dostosowana do:

- liczby uczestników (w niektórych przypadkach może być konieczne wsparcie indywidualne 1:1),
- stopnia złożoności aktywności,
- potrzeb grupy docelowej,
- wymogów bezpieczeństwa przewidzianych w programie.

Pracownicy etatowi i stali współpracownicy powinni odpowiadać za koordynację oraz ciągłość programu, podczas gdy kadra wspierająca (wolontariusze, specjaliści, asystenci) mogą dołączać w zależności od potrzeb programu.

Rekrutacja zespołu

W zależności od organizacji oraz kontekstu programu przy wyborze członków zespołu mogą być stosowane różne metody rekrutacyjne.

Często stosowane podejścia obejmują:

Rekrutacja wewnętrzna

- dłuгоletni / stali pracownicy
- doświadczeni facylitatorzy i specjaliści pracujący już w strukturach organizacji

Organizacje partnerskie

- współpraca z organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz grupy docelowej
- wspólna rekrutacja personelu lub wolontariuszy

Rekrutacja wolontariuszy

- wolontariusze stale współpracujący z organizacją
- nowi wolontariusze zainteresowani rozwijaniem konkretnych umiejętności

Eksperci zewnętrzni

- specjaliści zaproszeni do realizacji konkretnych działań wymagających uprawnień lub wiedzy specjalistycznej

Połączenie doświadczonych członków zespołu ze zmotywowaną, nowo zrekrutowaną kadrą sprzyja tworzeniu wysokiej jakości programów, jak i rozwojowi potencjału danej organizacji.

Koordinacja i przygotowanie zespołu

Efektywna praca zespołowa wymaga ustrukturyzowanej komunikacji i odpowiedniego przygotowania.

Zalecane praktyki obejmują:

- regularne spotkania planujące przed realizacją programu,
- dodatkowe spotkania grupy roboczej pomiędzy poszczególnymi aktywnościami przewidzianymi w programie,
- spotkania online w przypadku rozproszenia geograficznego zespołu,
- jasny podział obowiązków w zespole.

Odpowiednie przygotowanie sprzyja efektywnej współpracy zespołu, tworzeniu wysokiej jakości programów oraz bezpieczeństwu uczestników.

Elastyczność ról

W praktyce role mogą się nakładać, a jeden członek zespołu może pełnić kilka funkcji jednocześnie. Jednak kluczowe jest, aby:

- wszystkie obowiązki zostały jasno określone z wyprzedzeniem,
- każdy członek zespołu rozumiał swoją rolę,
- kluczowe role mające zapewnić bezpieczeństwo grupy muszą być zawsze przydzielone konkretnym osobom.

Rozwiązania, które sprawdziły się w praktyce

- Korzystanie z superwizji i mentoringu – regularne rozmowy z koordynatorem, analiza sytuacji z perspektywy doświadczonego mentora. Ważne jest, aby nie lekceważyć tego elementu i poświęcić mu odpowiednio dużo czasu.
- Zdefiniowanie zakresu obowiązków pomiędzy zajęciami – istotne jest zrozumienie, że praca zespołu nie zawsze kończy się wraz z samym programem. Ze względu na indywidualny sposób przetwarzania i integrowania doświadczeń, niektórzy uczestnicy mogą potrzebować dodatkowego wsparcia pomiędzy zorganizowanymi aktywnościami grupowymi. W związku z tym należy zaplanować dostępność specjalistów również w tym czasie.
- Szkolenia i rozwój kompetencji – zalecamy aktywne wspieranie członków zespołu poprzez ukierunkowane szkolenia, np. wiedza z zakresu: pracy z osobami z niepełnosprawnościami, metod terapeutycznych opartych na kontakcie z naturą i dostępnych form aktywności w terenie, a także bezpieczeństwa i higieny pracy (w tym oceny ryzyka, procedur awaryjnych oraz pierwszej pomocy). Zachęcamy do stałego rozwoju zawodowego, aby zapewnić ciągły wzrost kompetencji oraz wysoką jakość prowadzonych działań.
- Zasada stopniowego wdrażania i rozwoju - polega na sukcesywnym budowaniu zespołu poprzez włączanie nowych osób do zespołu najpierw w roli wolontariuszy. W przypadku potwierdzenia ich niezawodności i dopasowania do organizacji, ponownie nawiązuje się z nimi kontakt, stopniowo powierzając im większą odpowiedzialność. W kolejnych programach osoby te zapraszane są już w roli członka zespołu (umowa o pracę lub umowa zlecenie). Zapewnia to stałe umacnianie relacji przy jednoczesnym kształtowaniu kompetentnej kadry na potrzeby przyszłych działań (poprzez podnoszenie kwalifikacji, wyższe wynagrodzenie itp.).

ROZDZIAŁ 4. KOMUNIKACJA

Komunikacja z uczestnikami podczas inkluzywnych i opartych na kontakcie z naturą działań outdoorowych nie ogranicza się jedynie do przekazywania informacji; stanowi ona kluczowy element bezpieczeństwa, uczestnictwa, włączenia społecznego oraz procesu uczenia się. W grupach obejmujących osoby z różnymi niepełnosprawnościami i zróżnicowanymi potrzebami w zakresie wsparcia, sposób komunikacji musi zapewniać każdemu równy dostęp do informacji, ich zrozumienie oraz możliwość reagowania na nie w dostępny sposób na wszystkich etapach działań - przygotowania, realizacji i ewaluacji.

Główne zasady komunikacji

- Dostępność – informacje muszą być łatwo dostępne i zrozumiałe dla wszystkich uczestników, niezależnie od rodzaju niepełnosprawności czy sposobu komunikowania się.
- Jasność i przystępność – instrukcje oraz informacje powinny być zwięzłe i proste. Unikamy przekazywania informacji zdaniami wielokrotnie złożonymi.
- Spójność – informacje przekazywane różnymi kanałami muszą pozostać jednolite i spójne.
- Szacunek i godność – komunikacja powinna przebiegać zgodnie z indywidualnymi preferencjami uczestników, szanując ich autonomię oraz prywatność.
- Uczestnictwo (partycypacja) – należy zachęcać uczestników do zadawania pytań, wyrażania swoich potrzeb oraz współdecydowania.
- Bezpieczeństwo – komunikacja musi aktywnie wspierać bezpieczny udział uczestników w działaniach.
- Elastyczność – metody komunikacji powinny być dobierane do potrzeb uczestników oraz elastycznie dostosowywane kiedy nastąpi taka potrzeba.

Komunikacja w zespole

- Jasny podział ról i obowiązków pomiędzy członkami zespołu.
- Udostępnienie charakterystyki uczestników oraz ich potrzeb w zakresie dostępności przed rozpoczęciem działań.
- Zarządzanie harmonogramem działań, zakresów odpowiedzialności i procedur bezpieczeństwa pomiędzy zespołami.
- Gdy jest to uzasadnione, przekazywanie rodzinom lub opiekunom niezbędnych informacji.

- Utrzymywanie stałego, wewnętrznego przepływu informacji pomiędzy kadrami a wolontariuszami.

Komunikacja organizacyjno-logistyczna

- Wcześniejsze przekazywanie informacji o miejscu zbiórki, harmonogramie wyjazdu, warunkach zakwaterowania (jeśli dotyczy) oraz wymaganym sprzęcie.
- Przypomnienie ustaleń organizacyjnych przed rozpoczęciem zajęć.
- Komunikacja za pośrednictwem dostępnych kanałów, takich jak wiadomości sms, rozmowy telefoniczne czy podsumowania na piśmie (drukowane lub wysłane drogą mailową), z wykorzystaniem narzędzi takich jak Google Drive lub WhatsApp.
- Upewnienie się, że informacje są zrozumiałe, szczególnie w sytuacji, w której oryginalne plany ulegają zmianie.
- Zapewnienie łatwego i dostępnego kontaktu do osób odpowiedzialnych na wypadek, gdyby uczestnicy napotkali jakiegokolwiek trudności.

Komunikacja w grupach o zróżnicowanych potrzebach

W zależności od grupy docelowej:

- Łączenie instrukcji słownych, demonstracji oraz wskazówek dotykowych.
- Mówienie będąc zwróconym przodem do uczestników oraz unikanie wypowiadania się, kiedy jesteśmy oddaleni od grupy.
- W komunikacji z osobami z niepełnosprawnością wzroku - werbalne opisywanie otoczenia, trasy oraz wykonywanych czynności. W komunikacji z osobami z niepełnosprawnością słuchu - opisywanie wizualne lub za pomocą pisma.
- Zachęcanie do wsparcia rówieśniczego oraz - gdy jest to uzasadnione - do łączenia się uczestników w pary.
- Przeznaczenie dodatkowego czasu na wyjaśnienia i doprecyzowanie informacji (w razie potrzeby).

Rola facylitatora w procesie komunikacji

- Tłumaczenie instrukcji krok po kroku.
- Demonstrowanie wykonania zadań, kiedy tylko jest to możliwe.
- Sprawdzanie na bieżąco czy wszystko jest jasne.
- Dawanie czasu na pytania i ponowne wyjaśnienia.

- Obserwacja grupy – jesteśmy uważni na oznaki zagubienia lub dyskomfortu u uczestników.
- Motywacja uczestników do aktywnego udziału w aktywnościach.
- W trudnych lub stresujących momentach zapewnienie spokoju i adekwatnego wsparcia.

Komunikacja dot. bezpieczeństwa i zarządzania ryzykiem

- Omawianie zasad bezpieczeństwa zawsze przed rozpoczęciem aktywności.
- Gdy jest to możliwe, fizyczna demonstracja pożądanych, bezpiecznych zachowań.
- Upewnienie się, że uczestnicy zrozumieli instrukcje dotyczące bezpieczeństwa.
- Wyjaśnienie procedur w sytuacjach kryzysowych oraz wyznaczenie miejsca zbiórki.
- Utrzymanie ciągłości komunikacji w trakcie zajęć, ze szczególnym uwzględnieniem zmiennych warunków w terenie.

Komunikacja dot. emocji i relacji

- Stworzenie okazji do regularnych, krótkich rundek (check-ins), które pozwalają uczestnikom na dzielenie się swoimi bieżącymi emocjami i potrzebami.
- Przeznaczenie chwili na refleksję po zakończeniu poszczególnych aktywności.
- Zachęcanie uczestników do aktywnego i uważnego słuchania oraz wzajemnego wspierania się.
- Stworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozmów o obawach, lękach i sukcesach.

Komunikacja cyfrowa (online) oraz po zakończeniu zadania (follow-up)

- Wykorzystywanie czatów grupowych lub komunikatorów do przesyłania aktualnych informacji i przypomnień.
- Gdy jest to uzasadnione - udostępnianie rezultatów aktywności oraz zdjęć.
- Zbieranie informacji zwrotnych po zakończeniu aktywności.
- Informowanie uczestników o kolejnych inicjatywach i możliwościach wzięcia udziału w kolejnych projektach.

Proces komunikacji należy postrzegać jako narzędzie włączenia społecznego, a nie skupiać się wyłącznie na jego funkcji operacyjnej. Gdy komunikacja jest dostępna, oparta na szacunku i dostosowana do potrzeb uczestników, zyskują oni większą pewność siebie, autonomię oraz pogłębia się ich stopień zaangażowania w aktywność.

Skuteczna komunikacja znosi bariery i wspiera aktywne uczestnictwo, sprawiając, że aktywności w terenie stają się otwartym i wartościowym doświadczeniem dla grup o różnorodnych potrzebach.

ROZDZIAŁ 5. BEZPIECZEŃSTWO, OCHRONA ZDROWIA ORAZ ZARZĄDZANIE RYZYKIEM

Wszystkie programy terapeutyczne oparte na kontakcie z naturą, skierowane do młodych osób z niepełnosprawnościami, traktują bezpieczeństwo, zdrowie i dobrostan psychiczny uczestników jako kwestie priorytetowe. Niniejszy rozdział określa wymogi w zakresie bezpieczeństwa fizycznego i emocjonalnego, opieki zdrowotnej oraz godności osobistej, mające na celu zapewnienie, że programy są realizowane w sposób bezpieczny, odpowiedzialny i dający wsparcie.

Bezpieczeństwo fizyczne

- Przeprowadzenie szczegółowej oceny ryzyka dla wszystkich aktywności i miejsc przed rozpoczęciem realizacji programu.
- Ustalenie i przekazanie kadrze jasnych informacji nt. zasad bezpieczeństwa z uwzględnieniem możliwości i potrzeb uczestników.
- Identyfikowanie i mapowanie tras, miejsc docelowych oraz punktów ewakuacyjnych. Można wykorzystywać mapy cyfrowe (np. [mapy.com](https://www.mapy.com), [maps.google.com](https://www.google.com/maps))¹. Zaleca się również przygotowanie map papierowych na wypadek braku sygnału GPS.
- Sprawdzenie tras i lokalizacji pod kątem dostępności, czasu przejścia oraz warunków, które mogą ulec zmianie przy zmieniającej się pogodzie (np. poziom wód w rzekach) przed rozpoczęciem realizacji programu. Trasy i aktywności należy dostosowywać do możliwości fizycznych poszczególnych uczestników.
- Monitorowanie warunków pogodowych za pomocą wiarygodnych aplikacji i serwisów meteorologicznych (np. [windy.com](https://www.windy.com), [yr.no](https://www.yr.no))².

¹ Do mapowania tras można wykorzystywać publicznie dostępne mapy lub aplikacje mobilne. Powyższe rozwiązania stanowią jedynie przykłady.

² Do monitorowania warunków atmosferycznych można wykorzystywać publicznie dostępne serwisy meteorologiczne lub aplikacje mobilne. Powyższe rozwiązania stanowią jedynie przykłady.

- Dbałość o zabieranie w teren naładowanych telefonów komórkowych oraz powerbanków, a także rozważenie alternatywnych środków łączności, takich jak krótkofalówki (walkie-talkie).
- Poinformowanie lokalnych służb ratownictwa górskiego lub wodnego o działaniach grupy oraz przygotowanie aplikacji ratunkowych lub innych metod szybkiego wezwania pomocy.
- Udział wykwalifikowanej kadry we wszystkich specjalistycznych aktywnościach outdoorowych (np. wspinaczka, kajakarstwo) oraz - gdy jest taka potrzeba - zapewnienie indywidualnego wsparcia (jeden na jeden).
- Ciągłe monitorowanie samopoczucia uczestników oraz bieżące dostosowywanie intensywności aktywności do aktualnych potrzeb.
- Dbanie o to, by uczestnicy dobrowolnie decydowali się na udział (zasada "challenge by choice") bardziej wymagających aktywnościach oraz ich stopniowe wprowadzanie.
- Planowanie regularnych przerw na odpoczynek, uzupełnienie płynów i posiłek (przekąskę) w trakcie wszystkich zajęć.
- Przygotowanie uczestników do aktywności w terenie poprzez wyjaśnienie kwestii dotyczącej odpowiedniego ubioru (dostosowanego do pogody i charakteru zajęć), prawidłowego pakowania plecaka oraz niezbędnych rzeczy do zabrania (np. woda, przekąski, kurtka przeciwdeszczowa).
- Wykupienie odpowiedniego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW) oraz odpowiedzialności cywilnej (OC) dla uczestników, kadry i organizacji. Dodatkowo – weryfikacja, czy zatrudnieni przewodnicy i instruktorzy posiadają ważne ubezpieczenie.

Opieka medyczna i procedury w sytuacjach awaryjnych

- Gromadzenie szczegółowych informacji o stanie zdrowia każdego z uczestników, w tym danych o chorobach, przyjmowanych lekach, alergiach, specjalnych dietach oraz potencjalnych czynnikach ryzyka.
- Przechowywanie apteczek pierwszej pomocy w łatwo dostępnym miejscu oraz dbanie o ich odpowiednie wyposażenie, dostosowane do specyfiki miejsca i planowanych działań. Sprawdzanie zawartości apteczki przed rozpoczęciem realizacji programu.
- Upewnienie się, że cały personel jest przeszkolony w zakresie procedur bezpieczeństwa, w tym procedur powiadamiania rodziny oraz kontaktu ze służbami ratunkowymi.

- Wcześniejsza identyfikacja i zlokalizowanie najbliższych placówek ochrony zdrowia oraz służb ratunkowych.
- Ciągłe monitorowanie stanu fizycznego uczestników oraz natychmiastowa reakcja na wszelkie oznaki dyskomfortu, urazów czy dolegliwości zdrowotnych.

Bezpieczeństwo emocjonalne

- Tworzenie stabilnych i przewidywalnych zasad funkcjonowania w grupie, sprzyjających budowaniu zaufania oraz poczucia przynależności.
- Zapewnienie stałego składu kadry, regularnego monitorowania samopoczucia (check-ins) oraz opartej na empatii komunikacji z uczestnikami.
- Stopniowe wprowadzanie nowych lub bardziej wymagających zadań, co pozwala uczestnikom na budowanie pewności siebie we własnym tempie.
- Dostosowywanie poziomu trudności zajęć do stanu emocjonalnego uczestników oraz poziomu odczuwanego przez nich stresu lub lęku.
- Wypracowanie przewidywalnej rutyny oraz jasnych oczekiwań w celu zmniejszenia poziomu stresu i niepewności uczestników.

Czynności samoobsługowe oraz poszanowanie godności uczestników

- Uwzględnienie kwestii higieny osobistej, zakresu czynności samoobsługowych w planowaniu zajęć, ze szczególnym uwzględnieniem dłuższych bloków zajęć w terenie.
- Zapewnienie wsparcia w zakresie potrzeb higienicznych, przy uwzględnieniu faktu, że dostęp do tradycyjnych toalet i łazienek w warunkach outdoorowych może być ograniczony.
- Przygotowanie uczestników do bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z toalety w naturze (z poszanowaniem środowiska), podstawowych zasad higieny oraz dbania o prywatność w terenie.
- Mądre i wrażliwe odpowiadanie na intymne potrzeby uczestników, z pełnym poszanowaniem ich godności; zapewnienie wsparcia kadry tej samej płci lub osoby wskazanej przez uczestnika.

ROZDZIAŁ 6. STRUKTURA PROGRAMU

Kluczowe Etapy

Programy outdoorowe skierowane do młodych osób z niepełnosprawnościami wymagają przejrzystej i przemyślanej struktury, która zapewnia bezpieczeństwo (fizyczne i emocjonalne), dostępność oraz wartościowy rozwój osobisty. Choć prowadzący mogą dostosowywać poszczególne aktywności do konkretnego kontekstu, uporządkowanie poszczególnych etapów zgodnie z ich celami jest niezbędne do zachowania spójności i efektywności programu. Kolejność faz może być modyfikowana w oparciu o potrzeby grupy oraz ocenę sytuacji przez doświadczoną kadrę, jednak wszystkie kluczowe elementy powinny zostać zrealizowane.

Zaleca się, aby przyjęta sekwencja aktywności pozwalała na stopniowanie trudności i wymaganego poziomu zaangażowania uczestników zaczynając od integracji, a kończąc na trudniejszych wyzwaniach. Trzy pierwsze etapy można modyfikować w zależności od potrzeb grupy – tak by budować atmosferę zaufania i przynależności. Kluczowe jest zrealizowanie wszystkich trzech faz, jednak nie muszą one przebiegać w sztywno określonej kolejności.

Przykładowo, jeśli uczestnicy nie znali się wcześniej, bardziej efektywne może okazać się przeprowadzenie na początku indywidualnych rozmów, a dopiero potem uformowanie grupy. Daje to prowadzącym wyraźniejszy obraz tego, kogo włączyć do programu oraz jaką charakterystyka uczestników będzie potrzebna do stworzenia zrównoważonej grupy.

Kluczowe etapy obejmują:

Formowanie grupy

Program powinien rozpoczynać się od uformowania grupy, co obejmuje powitanie uczestników, stworzenie bezpiecznego i inkluzywnego środowiska oraz jasne przedstawienie celu programu i oczekiwań wobec uczestników. Faza ta wspiera wstępną integrację grupy oraz buduje poczucie przynależności.

Rozmowa w grupie

Należy przeprowadzić grupowe spotkanie wstępne, aby zaobserwować dynamikę grupy, style komunikacji uczestników oraz to, jak się czują w grupie. Faza ta pomaga również uczestnikom zrozumieć, że wkraczają we wspólny proces, a nie korzystają z indywidualnego wsparcia.

Rozmowy indywidualne

Każdy uczestnik powinien wziąć udział w indywidualnym spotkaniu z prowadzącymi, aby omówić motywacje, cele osobiste, granice oraz potrzebne wsparcie. Proces ten zapewnia uwzględnienie indywidualnych potrzeb uczestników przy jednoczesnym zachowaniu spójności grupy.

Wstępne aktywności o niskim poziomie ryzyka

Pierwsze aktywności powinny być dostępne dla wszystkich, bezpieczne (o niskim poziomie ryzyka) oraz ukierunkowane na wzajemne poznanie się uczestników i wprowadzające nastrój zabawy. Wyznaczają one kierunek całego programu, który ma być jednocześnie bezpieczny i angażujący. Celem tej fazy jest obniżenie poziomu lęku oraz rozpoczęcie procesu budowania zaufania.

Naprzemienne aktywności: Wyzwania & Refleksje

Kolejny etap polega na przeplataniu dwóch typów aktywności:

- przygód i wyzwań (aktywności fizyczne, oparte na doświadczeniu i pokonywaniu trudności,
- refleksji i omówienia (nazywanie i rozumienie emocji, wyciąganie wniosków i nadawanie znaczenia doświadczeniom).

Trudność zadań i odczuwalny poziom wyzwań powinny rosnąć stopniowo, by uczestnicy mogli się rozwijać, a ich satysfakcja wzrastać bez poczucia przeciążenia i nadmiernego stresu.

Wyprawa (w trakcie trwania programu)

Na odpowiednim etapie programu (np. w jego połowie) uczestnicy powinni wziąć udział w dłuższej lub bardziej złożonej aktywności, takiej jak wyprawa. Ta kluczowa faza służy utrwaleniu zaufania, wzmocnieniu tożsamości grupy oraz stawia przed uczestnikami trudniejsze wyzwanie, które wymaga współpracy, odporności psychicznej i samoświadomości.

Przerwa / Przestrzeń do regeneracji

Po bardziej wymagających aktywnościach należy zapewnić przerwę lub działania o mniejszej intensywności. Pozwala to uczestnikom na odpoczynek, regenerację i przyswojenie doświadczeń. Daje to również prowadzącym czas na dostosowanie kolejnych kroków do samopoczucia grupy.

Reintegracja

Po przerwie należy zorganizować spotkanie ukierunkowane na ponowne nawiązanie relacji w grupie i wzmocnienie jej spójności oraz omówić wcześniejsze doświadczenia. Faza ta łagodnie wprowadza uczestników do kolejnego etapu programu.

Dodatkowe wyzwania

Należy przeprowadzić kilka dodatkowych aktywności opartych na wyzwaniach i przygodzie, aby utrzymać powyżej opisany rytm działania - refleksja. Pozwala to na utrwalenie nabytych umiejętności, pogłębienie zaufania oraz przygotowanie grupy do domknięcia procesu.

Zakończenie programu

Program powinien zakończyć się ustrukturyzowaną sesją, która obejmuje: refleksję, uznanie dla wysiłku uczestników oraz jasne domknięcie procesów (emocjonalnych i praktycznych).

Należy zapewnić przestrzeń do przeanalizowania dotychczasowego doświadczenia, dostrzeżenia poczynionych postępów oraz omówienia planów na przyszłość po zakończeniu programu.

W programie outdoorowym dla osób ze szczególnymi potrzebami wyżej wymienione etapy nie są jedynie czysto technicznym schematem — to przede wszystkim najbardziej uważny i bezpieczny sposób towarzyszenia każdemu uczestnikowi w podróży pełnej zaufania, odkrywania siebie i rozwoju osobistego. Rozpoczęcie od uformowania grupy, wysłuchania głosów uczestników i zrozumienia ich historii daje pewność, że nikt nie wkracza w tę przygodę nieprzygotowany lub niezauważony. Przeplatanie prostych ćwiczeń z większymi wyzwaniami i zapewnienie przestrzeni na refleksję pozwala każdej osobie podążać tą drogą we własnym tempie, dając poczucie sprawczości i bycia zaopiekowanym. Wyprawa w połowie programu staje się punktem zwrotnym — momentem, w którym grupa dostrzega swoją siłę, bliskość i odwagę. Następująca po niej przerwa, spotkanie reintegracyjne oraz kolejne wyzwania na koniec programu pomagają przyswoić to, co zostało przeżyte, i przygotowują do domknięcia procesu, które pomaga docenić znaczenie całej przebytej drogi.

Przedstawiona struktura nie jest sztywnym schematem, jest czymś fundamentalnym: gwarantuje, że całe doświadczenie pozostaje dostępne, wartościowe i naprawdę transformujące dla każdego uczestnika.

ROZDZIAŁ 7. TRWAŁOŚĆ REZULTATÓW

Trwałość rezultatów w inkluzywnych programach outdoorowych odnosi się nie tylko do odpowiedzialności za środowisko naturalne, ale także do długofalowej kontynuacji, możliwości adaptacji działań w innych kontekstach i środowiskach oraz rozwoju partnerstw (lokalnych i ponadnarodowych) oraz stosowanej metodologii. Celem programów jest budowanie trwałej zmiany w społeczeństwie oraz tworzenie rozwiązań, które można łatwo przenieść i dostosować w innych miejscach.

Kluczowe aspekty trwałości obejmują:

- Projektowanie działań, które można powielać przy ograniczonych zasobach, z wykorzystaniem prostych metod oraz łatwo dostępnych przestrzeni.
- Zapewnienie możliwości przenoszenia działań do różnych kontekstów geograficznych i społecznych, co pozwala organizacjom z innych regionów dostosowywać je do lokalnych warunków oraz zróżnicowanych grup docelowych.
- Dokumentowanie metod, wprowadzonych adaptacji oraz wyciągniętych wniosków, aby przyszli prowadzący mogli łatwo z nich korzystać i stale je udoskonalać.
- Budowanie długofalowej współpracy z lokalnymi partnerami, takimi jak parki narodowe i krajobrazowe, ośrodki sportu, placówki terapeutyczne, organizacje społeczne oraz instytucje edukacyjne.

- Utrzymywanie partnerstw poza czasem trwania projektu poprzez dalszą współpracę, wspólną organizację wydarzeń oraz inne inicjatywy.
- Zachęcanie organizacji do włączania inkluzywnych działań outdoorowych do ich stałego programu, a nie traktowania ich wyłącznie jako jednorazowych działań projektowych.
- Wspieranie uczestników w pozostaniu aktywnymi po zakończeniu programu poprzez regularne spotkania, lokalne kluby lub inicjatywy rówieśnicze.
- Wykorzystanie zebranych doświadczeń i nawiązanych relacji jako fundament pod kolejne, nowe inicjatywy i projekty.
- Szkolenie edukatorów i wolontariuszy, aby wiedza oraz kompetencje pozostały wewnątrz organizacji i społeczności lokalnych.
- Promowanie praktyk odpowiedzialnych środowiskowo oraz szacunku dla przestrzeni naturalnych wykorzystywanych do aktywności.
- Zachęcanie do budowania świadomości społecznej i wsparcia w uczestnictwie w dostępnych aktywnościach outdoorowych; wzmocnienie akceptacji i zaangażowania na poziomie lokalnym.

Trwałość rezultatów programów łączy w sobie troskę o środowisko naturalne, długofalowe partnerstwa, metody łatwe do adaptacji oraz zaangażowanie społeczności lokalnej. Pozwala to zapewnić dostępność projektowanych działań outdoorowych i nadać im znaczenie również po zakończeniu pojedynczego projektu.

ROZDZIAŁ 8. PODSUMOWANIE

Opracowując Standardy, nasz zespół projektowy postawił sobie za cel stworzenie kompleksowych i opartych na praktyce ram do projektowania oraz realizacji wysokiej jakości terapeutycznych programów w naturze dla młodych osób z niepełnosprawnościami. Czerpiąc z autentycznych doświadczeń z różnych kontekstów kulturowych, Standardy odzwierciedlają zarówno przetestowane metody, jak i wspólne doświadczenie zawodowe, stanowiąc solidny fundament pod przyszłe inicjatywy w tej dziedzinie.

Kluczowym wnioskiem z naszych doświadczeń jest to, że wysoka jakość programu zaczyna się na długo przed przeprowadzeniem pierwszych aktywności w terenie. Starannie dobrane grupy, etyczna rekrutacja oraz indywidualna diagnoza są niezbędne do zapewnienia każdemu uczestnikowi możliwości bezpiecznego, wartościowego i podmiotowego uczestnictwa. Równie istotne jest właściwe przygotowanie interdyscyplinarnego zespołu — tego czynnika nie sposób przecenić. Kompetencje, jasność ról, ciągłe doskonalenie zawodowe oraz supervizja bezpośrednio przekładają się na bezpieczeństwo uczestników, dostępność i ogólną skuteczność programu.

Standardy wyraźnie podkreślają, że komunikacja nie jest tylko koniecznością operacyjną, ale przede wszystkim kluczowym narzędziem włączającym. Dostępna, jasna i oparta na szacunku komunikacja umożliwia pełny udział, redukuje niepewność i wzmacnia zaufanie w grupie. Dostosowana do zróżnicowanych potrzeb, staje się potężnym mechanizmem wzmacniania podmiotowości uczestników oraz ich zaangażowania.

Kolejnym ważnym wnioskiem jest konieczność holistycznego rozumienia bezpieczeństwa. Bezpieczeństwo fizyczne, dobrostan emocjonalny oraz poszanowanie godności osobistej uczestników oraz przygotowanie kadry w zakresie opieki medycznej są ze sobą ściśle powiązane i równie ważne. Skuteczne zarządzanie ryzykiem, połączone z wrażliwością na stan emocjonalny i psychiczny uczestników, tworzy środowisko, w którym możliwy jest rozwój bez naruszania dobrostanu uczestników.

Ustrukturyzowane, a zarazem elastyczne podejście do projektowania programu pokazuje, że celowe sekwencjonowanie działań ma kluczowe znaczenie dla osiągania wartościowych rezultatów. Stopniowalność aktywności — od początkowego budowania zaufania po bardziej wymagające wyzwania, połączona z regularną refleksją — wspiera rozwój osobisty, spójność grupy oraz trwałość efektów. Jednocześnie pozwala to prowadzącym elastycznie reagować na zmieniające się potrzeby grupy.

Opracowane Standardy kładą nacisk na poniższą zależność: aby terapeutyczne programy w naturze przynosiły trwałe efekty, muszą one wykraczać poza ramy pojedynczych projektów. Obejmuje to budowanie silnych, długofalowych partnerstw, trwałe zakorzenienie praktyk w strukturach organizacji, wspieranie ciągłego zaangażowania uczestników oraz promowanie odpowiedzialności za środowisko naturalne.

Podsumowując, terapeutyczne programy w naturze — jeśli są projektowane i realizowane zgodnie z niniejszymi Standardami — posiadają ogromny potencjał w zakresie wzmacniania u młodych osób z niepełnosprawnościami autonomii, odporności psychicznej oraz rozwoju osobistego. Standardy te służą nie tylko jako praktyczny przewodnik, ale również jako wezwanie do dalszego rozwoju, adaptacji i upowszechniania włączających podejść outdoorowych w różnych środowiskach, kontekstach i kulturach zapewniając tym samym, że wartościowy kontakt z naturą pozostanie dostępny dla każdego.