

# Moc prawdy w profilaktyce

Wersja skrócona

# Co się dzieje, gdy zawodzi działanie ochronne?

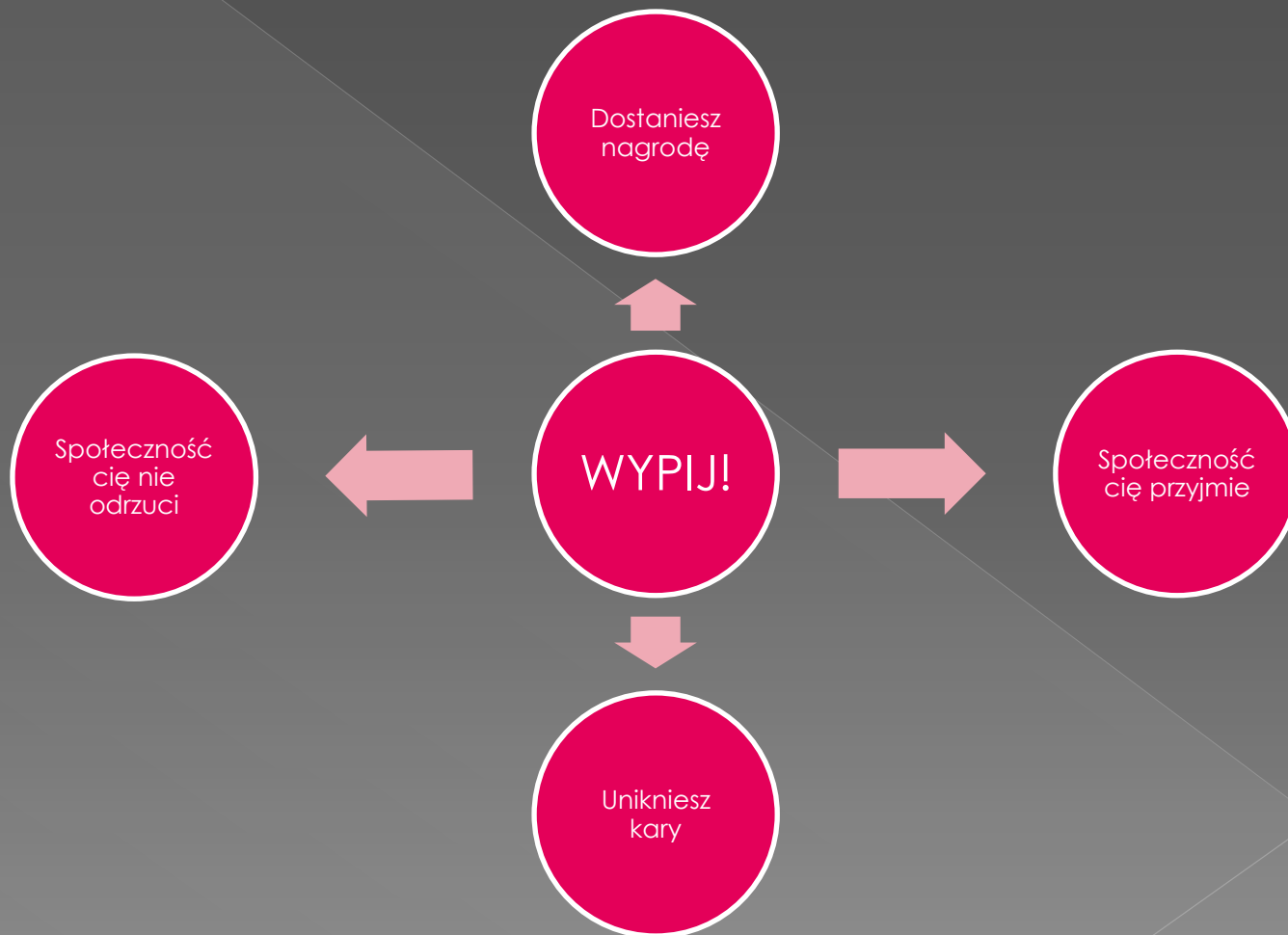
- ◉ W przypadku używania substancji psychoaktywnych ostatecznym rezultatem jest uzależnienie ( np. od alkoholu etylowego)
- ◉ Mechanizmy psychologiczne uzależnienia opierają się na utrwalonym zakłamaniu, zwanym SYSTEMEM ILUZJI I ZAPRZECZEŃ
- ◉ Przykłady: Henio i kiełbasa, „uzależniona żona”

Jednym z podstawowych celów terapii jest rozbrojenie tego systemu – uznanie przez uzależnionego swego stanu i zdecydowanie się na drogę powrotną z pomocą terapeuty, czyli doprowadzenie go do PRAWDY o sytuacji.

# A jak jest w profilaktyce?

- Jeżeli docelowym efektem w uzależnieniu - na końcu drogi - jest BRAK PRAWDY w postaci systemu iluzji i zaprzeczeń, to jak jest w profilaktyce – na początku drogi? Jak jest ZANIM człowiek użyje substancji? Również tu początkiem jest BRAK PRAWDY o sytuacji.
- Obrazuje to „czworokąt bermudzki”

# „motywacyjny czworokąt bermudzki”



# Na czym się opierają te obietnice?

- Obietnica I – otrzymasz nagrodę...  
SZTUCZNE POBUDZENIE OŚRODKA  
PRZYJEMNOŚCI (tzn. przyjemność bez uzasadnienia rzeczowego)
- Obietnica II – unikniesz kary (ból) –  
odroczone negatywne skutki
- Obietnica III – społeczność cię przyjmie –  
pułapka tworzenia błędnych przekonań –  
wyróżniające się obserwujemy łatwiej
- Obietnica IV – społeczność cię nie odrzuci –  
iluzja pseudowspólnoty , lęk

# Oszustwo zasadnicze

- W człowieku są dwa poziomy – materialny i niematerialny. Oszustwo zasadnicze odnosi się do natury człowieka i brzmi: jedyną twoją perspektywą jest przyjemność oparta na władzach materialnych. Nie masz innej perspektywy. Nie pijesz – nie żyjesz!
- Dotyczy to wszelkich innych dysfunkcji – przemocy, ryzykownego seksu.

# Jak rozbrajać ten czworokąt i „zasadnicze oszustwo”?

- ◉ Jest to pytanie o zasadę profilaktyki.
- ◉ Samodzielne odkrycie prawdy ( niekiedy duże koszty osobiste - straty!)
- ◉ Zaufanie, gdy nie można odkryć ( zawsze małe koszty własne)
- ◉ Można to nazwać zasadą samodzielności i wiarygodności.



# Rozbrajanie I fałszywej obietnicy

- ⦿ Plus ratio quam vis (raczej rozum, niż siła (siła emocji))
- ⦿ Inne źródła radości
- ⦿ Przebudzenie sfery niematerialnej w człowieku – relacje osobowe, kontemplacja
- ⦿ Ochrona przed przedwczesną inicjacją

Rozbrajanie II fałszywej obietnicy „nie będziesz ukarany, unikniesz bólu i cierpienia”

- ◉ Informowanie o konsekwencjach
- ◉ Przybliżanie odległych negatywnych konsekwencji
- ◉ Prośba oparta na zaufaniu
- ◉ Świadczenia „stamtąd”
- ◉ Zachęta do obserwacji otoczenia

# Rozbrajanie III fałszywej obietnicy

- ◉ Korygowanie błędnych przekonań normatywnych
- ◉ Doświadczanie, że „nie wszyscy i nie zawsze”

# Rozbrajanie IV fałszywej obietnicy

- ◉ Odślanianie pseudowspólnoty
- ◉ Doświadczenie asertywności
- ◉ Wspólnoty alternatywne

# Najtrudniejsze: obalenie zasadniczej nieprawdy

- ◉ Wyłącznie w kontekście osobowym – relacje osobowe. Doświadczenie godności osoby i rozwoju osoby.
- ◉ Mądrość, wiara, cierpliwość
- ◉ Pokora (przyjmę prawdę i dobro)/umartwienie (odrzuć fałsz i zło)
- ◉ Postuszeństwo / ubóstwo
- ◉ Formowanie sumienia przez spolegliwego opiekuna
- ◉ Argument ostateczny: miłość osobowa...