

SZKOLNY  
PROGRAM  
PROFILAKTYKI

## **SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI PODSTAWY PRAWNE:**

Program zgodny jest z następującymi aktami:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31.01.2002r.
2. Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19.08.1994r.
3. Ustawa z dnia 08.11.1995r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.
4. Ustawa z dnia 9 listopada 1995r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych.
5. Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii z dnia 24.04.1997r. (DzU Nr 75).
6. Rozporządzenie MEN i S z dnia 26.02.2002r. w sprawie podstaw programowych (DzU Nr 51 poz 458).
7. Rozporządzenie MEN z dnia 15.01.2001r. w sprawie pomocy psychologiczno-pedagogicznej (DzU Nr 13).
8. Ustawa o systemie oświaty.
9. Konstytucja RP art. 72.
10. Konwencja o prawach dziecka art.3,9,33.

## WSTĘP

Profilaktyka jest ochroną człowieka w rozwoju przed zagrożeniami i reagowaniem na nie.

Jej celem jest ochrona człowieka, ucznia, dziecka przed wszystkimi zakłóceniami rozwoju. Oddziaływanie profilaktyczne ma szczególne znaczenie dla dzieci i młodzieży w wieku dorastania ( 10 – 18 lat ). Jest to faza rozwoju stanowiąca pomost pomiędzy dzieciństwem a dorosłością, w czasie której dokonuje się wiele intensywnych jakościowych zmian w osobowości człowieka. Jest to czas podatny na zakłócenia i podejmowanie ryzykownych zachowań. „Ryzykowne zachowania” to działania zwiększające prawdopodobieństwo pojawienia się niekorzystnych psychologicznych, społecznych i zdrowotnych konsekwencji, zaburzających prawidłowy rozwój;

Należą do nich:

- palenie tytoniu
- używanie alkoholu
- wagary
- ucieczki z domu
- używanie środków psychoaktywnych
- wczesna inicjacja seksualna
- zachowania agresywne i przestępcze

Do podejmowania zachowań ryzykownych skłania młodzież najczęściej ciekawość, przekora, manifestowanie niezależności i dorosłości, presja grupy, moda, poszukiwanie sposobu na stres, nudne życie, odwagę, chęć zaimponowania, lęk przed odrzuceniem itp.

Zachowania ryzykowne są zastępczym sposobem:

- a) zaspokajania zdeprawowanych potrzeb psychicznych,
- b) realizowania celów wieku rozwojowego.
- c) radzenia sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi.

Głównym celem profilaktyki jest ochrona przed zagrożeniem, dlatego przy projektowaniu działań profilaktycznych musimy wziąć pod uwagę, co do tych zachowań prowadzi, a co stanowi zabezpieczenie przed nimi.

Cechy jednostki i środowiska, które sprzyjają podejmowaniu zachowań ryzykownych nazywamy czynnikami ryzyka. Natomiast te, które zwiększają odporność człowieka na działanie czynników ryzyka nazywamy czynnikami chroniącymi.

Odpowiednio do stopnia zagrożenia profilaktyka zachowań ryzykownych prowadzona może być na trzech poziomach.

1. Profilaktyka pierwszorzędowa:

- promocja zdrowego stylu życia,
- opóźnienie wieku, w którym młodzież wchodzi w kontakt z niepożądanymi substancjami (alkohol, nikotyna, narkotyki) lub znajduje się w niepożądanych sytuacjach (np. wagarzy).

2. Profilaktyka drugorzędowa:

- oddziaływania wobec młodzieży, która ma już za sobą pierwsze złe doświadczenia, skierowane do grupy podwyższonego ryzyka.

3. Profilaktyka trzeciorzędowa:

- jest interwencją w sytuacjach pojawienia się uzależnienia; leczenie, które ma ograniczyć negatywne skutki uzależnienia i umożliwić powrót do normalnego życia.

Dla większej części młodzieży w naszej szkole praca nauczycieli koncentrować się będzie na profilaktyce pierwszorzędowej, którą będziemy realizować poprzez stosowanie:

1. strategii informacyjnej
2. strategii edukacyjnej
3. strategii alternatywnej

Nie możemy zapomnieć o znacznej części młodzieży, która ma już za sobą pierwsze złe doświadczenia i w stosunku do tej młodzieży będzie realizowany program profilaktyki drugorzędowej, zmierzający do zminimalizowania skutków zachowań ryzykownych, czasu trwania dysfunkcji ucznia.

Szkoła jest instytucją powołaną do wychowania i nauczania, a nie leczenia, dlatego zadaniem profilaktyki szkolnej jest chronienie młodzieży przed zagrożeniami przez działanie wychowawczo-profilaktyczne, a także reagowanie w sytuacjach rozpoznawania pierwszych prób zachowań ryzykownych poprzez odwołanie specjalistycznej pomocy.

Profilaktyka powinna być:

- skuteczna – spełniająca określone zadania, dająca oczekiwane i zaplanowane efekty,
- kompleksowa – obejmująca problem całościowo jako zjawisko społeczne,
- rzeczowa – przekazująca konkretne, ważne i pewne informacje, a nie obiegowe opinie,
- przemyślana – zawierająca ważne elementy, tworząca spójną logiczną całość, dążąca do osiągnięcia wytyczonych celów,
- dostosowana do odbiorcy,
- ciekawie prowadzona.

## **OKREŚLENIE CELÓW**

1. Uświadomienie niepowtarzalności każdego człowieka i własnej tożsamości.
2. Rozpoznawanie, rozumienie i akceptowanie własnych i cudzych uczuć.
3. Wzmocnienie poczucia własnej wartości uczniów i ich rodziców i pozytywnej samooceny.
4. Kształtowanie umiejętności odmawiania (asertywności).
5. Zapoznanie z regułami współżycia i budowa udanych relacji z innymi oraz możliwościami emocjonalnego wsparcia.
6. Stosowanie licznych okazji do doskonalenia zachowań społecznych (m.in. rozwiązywania konfliktów).
7. Rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji.
8. Współpraca z rodzicami
9. Rozwijanie świadomości własnego ciała, poznawanie roli, jaką odgrywa równowaga w organizmie, co pomoże w wyborze zdrowego stylu życia.
10. Dostarczenie rzetelnych informacji o substancjach szkodliwych dla zdrowia: ich składzie i działaniu na organizm; o społecznych, psychologicznych i fizycznych konsekwencjach ich stosowania - opóźnienie inicjacji i redukcja używania substancji psychoaktywnych.
11. Wpajanie pozytywnych wzorców postępowania.

## **CZYNNIKI CHRONIĄCE, NA KTÓRYCH NALEŻY OPIERAĆ SIĘ W DZIAŁANIACH PROFILAKTYCZNYCH**

1. Stabilna rodzina i więź emocjonalna z rodzicami.
2. Zainteresowanie życiem szkoły: sport, koła zainteresowań, sekcje, imprezy kulturalne i rozrywkowe pod nadzorem dorosłych.
3. Znajomość i poszanowanie praw, norm i zasad kierujących życiem społecznym.
4. Praktyki religijne.
5. Uznawanie autorytetów.
6. Przynależność do pozytywnych grup rówieśniczych

## NAZWANIE PROBLEMÓW

Zagrożenia młodzieży i ich rodzin:

1. Alkoholizm w rodzinach i sięganie przez młodzież po alkohol i papierosy.
2. Używanie środków odurzających i narkotyków.
3. Zachowania agresywne i przestępcze.
4. Bezrobocie: -brak perspektyw na przyszłość
5. wymagania i potrzeby finansowe, których nie mogą zaspokoić rodzice
6. Niska samoocena wynikająca z podziału na lepszych i gorszych,
7. bogatych i biednych, pochodzących ze wsi bądź z miasta.
8. 6.Stresowe sytuacje w rodzinie, szkole, kontaktach z rówieśnikami.
9. Uzależnienie od komputera, telefonu komórkowego lub telewizji.
10. Hazard.
11. Brak autorytetów.
12. Podatność na wpływy sekt.
13. Wagary lub porzucenie nauki szkolnej.
14. Ucieczki z domu.
15. 14. Subkultury, uleganie negatywnym wpływom grup rówieśniczych.
16. Próby samobójcze.
17. Cyberprzemoc.

## ZADANIA SZKOŁY JAKO ŚRODOWISKA WYCHOWAWCZEGO

1. Stworzenie atmosfery wzmacniającej poczucie bezpieczeństwa w relacjach między nauczycielem i uczniem.
2. Uświadomienie możliwości uzyskania w szkole pomocy i wsparcia emocjonalnego.
3. Dążenie do otwartej komunikacji pomiędzy nauczycielami i uczniami, czyli sytuacji gdy młodzież i nauczyciele mogą i chcą mówić o wszystkich ważnych dla nich sprawach, mając pewność, że zostaną wysłuchani i zrozumiani.
4. Egzekwowanie zasad postępowania zawartych w Statucie Szkoły, które są jasne, zrozumiałe i obowiązujące wszystkich uczniów tak samo.
5. Tworzenie szkolnej społeczności.

## ZADANIA NAUCZYCIELA-WYCHOWAWCY

1. Stałość i ciągłość kontaktu z uczniem.
2. Obserwacja jego funkcjonowania w wielu wymiarach:
  - interpsychicznym (dawania sobie rady z problemami wewnętrznymi)
  - interpersonalnym (funkcjonowania w grupie i relacjach z nauczycielami)
  - zadaniowym (systematyczność, motywacja, koncentracja).
3. Stały kontakt z rodzicami.
4. Dzięki wymienionym działaniom maksymalnie wczesne rozpoznawanie zagrożenia oraz zastosowanie właściwych środków ochronnych i zapobiegawczych we współpracy z odpowiednimi specjalistami.
5. Podejmowanie ważnych treści profilaktycznych na zajęciach.
6. Realizowanie prostych ćwiczeń profilaktycznych
7. Realizowanie profesjonalnych programów po przeszkoleniu.
8. Tworzenie programów autorskich.
9. Udział w budowaniu szerszego systemu pozaszkolnego, np. budowanie koalicji z rodzicami czy samorządem, projekty lokalne.
10. Lektura publikacji i czasopism poświęconych profilaktyce

Zadania	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
I. Diagnoza problemów w szkole	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stała obserwacja młodzieży</li> <li>- przygotowanie i przeprowadzenie ankiety w celu uzyskania informacji o skali zagrożeń w środowisku i szkole</li> <li>- analiza wyników badań</li> <li>- opracowanie wniosków na podstawie uzyskanych wyników</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy klas</li> <li>- rada pedagogiczna</li> </ul>
II.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozpoznawanie emocji innych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy klas</li> </ul>



<p>Kształtowanie inteligencji emocjonalnej</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- osób, empatia</li> <li>- asertywność</li> <li>- radzenie sobie z problemami</li> <li>- szukanie pomocy w sytuacji zagrożenia</li> <li>- przeciwstawienie się presji grupy</li> <li>- poznawanie uczniów i sposobów panowania nad nimi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciele</li> </ul>
<p>III. Funkcjonowanie organizmu i zdrowy styl życia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- znaczenie równowagi w organizmie</li> <li>- wpływ używek i środków odurzających na organizm</li> <li>- prawidłowe odżywianie</li> <li>- wczesna inicjacja seksualna, psychologiczne i społeczne skutki <ul style="list-style-type: none"> <li>- AIDS/HIV sytuacje,</li> <li>- w których dochodzi do zakażenia</li> <li>- styl życia, a ryzyko zagrożeń, środki zmniejszające zagrożenie</li> </ul> </li> <li>- program różowa wstążka</li> <li>- kształtowanie nawyków higienicznego zachowania</li> <li>- obserwacja stanu zdrowia uczniów</li> <li>- udostępnienie uczniom środków higienicznych w toaletach.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciele biologii</li> <li>- i chemii</li> <li>- wychowawcy klas</li> <li>- nauczyciel wychowania do życia w rodzinie,</li> <li>- katecheci</li> </ul>
<p>IV. Zapobieganie narkomanii</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- uświadomienie młodzieży i rodzicom fizycznych i psychicznych skutków używania narkotyków</li> <li>- współpraca z rodzicami, rozpoznawanie problemów</li> <li>- działania edukacyjne dla</li> <li>- prawne aspekty sprzedaży i używania narkotyków</li> <li>- przyczyny sięgania młodzieży po narkotyki</li> <li>- zasady postępowania wobec ucznia sięgającego po narkotyki</li> <li>- gdzie szukać pomocy?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy klas</li> </ul>
<p>V.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- szkodliwość palenia tytoniu</li> <li>- choroby płuc, rak</li> <li>- propagowanie wolnego od nikotyny stylu życia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciele,</li> <li>- wychowawcy klas,</li> <li>- pielęgniarki szkolne,</li> </ul>

Nikotynizm	<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Światowy dzień bez papierosa”</li> <li>- znaczenie reklam w zachęcaniu do palenia „czy reklama zachęca do palenia”</li> </ul>	
VI. Alkoholizm	<ul style="list-style-type: none"> <li>- działania skierowane na opóźnianie rozpoczęcia picia alkoholu</li> <li>- fizyczne, psychiczne skutki uzależnień od alkoholu</li> <li>- alkoholizm w rodzinie</li> <li>- alkohol, a wulgaryzm</li> <li>- alkohol, a rozwiązłość seksualna</li> <li>- alkohol, a agresywność i przestępczość</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wychowawcy, nauczyciele, rodzice,</li> <li>- pedagog szkolny,</li> <li>- psycholog,</li> </ul>
VII. Bezpieczeństwo młodzieży	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zapobieganie urazom i wypadkom</li> <li>- zasady udzielania pierwszej pomocy</li> <li>- dyżury nauczycieli</li> <li>- zachowanie się w przypadku zagrożenia atakiem terrorystycznym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciele w-f</li> <li>- wychowawcy</li> <li>- pielęgniarka szkolna, nauczyciel Edukacji dla bezpieczeństwa</li> </ul>
VIII. Prewencja agresji, przemocy i przestępczości	<ul style="list-style-type: none"> <li>- badanie bezpieczeństwa uczniów w szkole i najbliższym otoczeniu, środowisku</li> <li>- zachowanie się w sytuacjach zagrożenia</li> <li>- panowanie nad emocjami</li> <li>- odpowiedzialność karna nieletnich</li> <li>- radzenie sobie z przemocą i zachowanie się w roli obrońcy, świadka i sprawcy przemocy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dyrekcja szkoły</li> <li>- wychowawcy klas</li> <li>- wychowawcy</li> <li>- kurator sądowy</li> <li>- policja</li> </ul>
IX. Prawa dziecka i obywatela	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konwencja o Prawach dziecka</li> <li>- -Konstytucja RP</li> <li>- -Katalogi Praw</li> <li>- Statut Szkoły</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauczyciele</li> <li>- wychowawcy klas</li> </ul>
X. Start zawodowy młodzieży	<ul style="list-style-type: none"> <li>- planowanie własnej drogi zawodowej</li> <li>- -wybór zawodu,</li> <li>- zapotrzebowanie</li> <li>- rynku pracy:</li> <li>- lokalnego, krajowego i UE</li> <li>- elementy komunikacji i autoprezentacji</li> <li>- umiejętności zdawania egzaminów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- -wychowawcy klas</li> <li>- zaproszony doradca zawodowy</li> <li>- nauczyciele przedsiębiorczości</li> </ul>

## Przewidywane efekty działań profilaktycznych

- szybsza i łatwiejsza adaptacja w nowym środowisku szkolnym,
- lepsze relacje między uczniami – nauczycielami – rodzicami,
- mniejszy wskaźnik agresji, przemocy wśród uczniów,
- rozwój umiejętności asertywnych,
- rozpoznawanie zagrożeń ( sekty ),
- przewidywanie zagrożeń wynikających z przypadkowych kontaktów seksualnych,
- świadomość zagrożeń wynikających z uzależnienia od papierosów, alkoholu, narkotyków,
- wykształcenie umiejętności radzenia sobie z uzależnieniem i skuteczne szukanie pomocy,
- dostrzeżenie walorów zdrowego stylu życia,
- skuteczniejsze podejmowanie decyzji w trudnych sytuacjach życiowych ( wybór partnera, współżycie seksualne, środki antykoncepcyjne ),
- umiejętności przewidywania zagrożeń związanych z przemocą seksualną – gwałty, molestowanie,
- zwrócenie większej uwagi na dbałość o swoje zdrowie i podejmowanie środków zaradczych w sytuacjach zagrożenia,
- lepsze rozpoznanie swoich zdolności i umiejętności ( ankiety, testy psychologiczne ),
- rozpoznanie poziomu atrakcyjności różnych zawodów i specjalności w skali regionu, kraju, Unii Europejskiej,
- świadomość znaczenia w życiu komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
- umiejętność zastosowania pożądanych form i norm zachowania się w określonych sytuacjach życiowych,
- wykształcenie umiejętności radzenia sobie ze stresem.