

SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI
XLV Liceum Ogólnokształcącego im. Romualda Traugutta
w Warszawie

15 września 2015 r.

Podstawa prawna:

1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej uchwalona przez Zgromadzenie Narodowe 2 kwietnia 1997 r.
2. Konwencja o Prawach Dziecka uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych 20 listopada 1989 r., ratyfikowana przez Polskę 30 kwietnia 1991 r.
3. Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty; (Dz. U. z 2004 nr 256 poz.2572 tekst ujednoczony na 1.09.2011)
4. Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r. (Dz.U. Nr 64, poz. 593) tekst jednolity z dnia 17 czerwca 2008 r. (Dz.U. Nr 115, poz. 728) tekst jednolity z dnia 2 października 2009 r. (Dz.U. Nr 175, poz. 1362)
5. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi; (Dz. U. Nr 35, poz. 230; zm.: z 1984 r. Nr 34, poz. 184; z 1987 r. Nr 33, poz. 180; z 1989 r. Nr 35, poz. 192; z 1990 r. Nr 34, poz. 198 i Nr 73, poz. 431; z 1991 r. Nr 73, poz. 321 i Nr 94, poz. 419; z 1993 r. Nr 40, poz. 184; z 1996 r. Nr 127, poz. 593; z 1997 r. Nr 88, poz. 554, Nr 113, poz. 732 i Nr 121, poz. 770; z 1998r. Nr 106, poz. 668; z 2000 r. Nr 12, poz. 136)
6. Ustawa z dnia 29 lipca 1995 r. o przeciwdziałaniu narkomanii; 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. Nr 179, poz. 1485, z późn. zm.²⁾)
7. Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego; (DZ. U. Nr 111 poz. 535; zm.: z 1997 r. Nr 88, poz. 554 i Nr 113, poz. 731; z 1998 r. Nr 106, poz. 668; z 1999 r. Nr 11, poz. 95.)
8. Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych, (Dz. U. z 1996 r. Nr 10, poz. 55; zm. 1997 r. Nr 88, poz. 554 i 121, poz. 770; z 1999 r. Nr 96, poz. 1107; .Dziennik Ustaw z 2010 r. Nr 81 poz. 52)
9. Statut Szkoły
10. Program Wychowawczy Szkoły

WSTĘP - czym jest profilaktyka szkolna

Program szkolnej profilaktyki powstaje jako uzupełnienie programu wychowawczego szkoły, odpowiada na realne problemy i zagrożenia pojawiające się w szkole i środowisku, ma konkretny cel; formy i sposoby działań muszą być dostosowane do wieku uczniów.

Profilaktyka jest tu pojęta szeroko - jako chronienie człowieka w rozwoju przed zagrożeniami i reagowanie na pojawiające się zagrożenia. Jej celem jest ochrona ucznia przed zakłóceniami w rozwoju, czyli przed podejmowaniem przez niego zachowań określanych jako ryzykowne.

Charakter działań profilaktycznych może być różny w zależności od potrzeb osób, do których jest kierowany. Populacje dzieci i młodzieży możemy podzielić na grupy:

1. niskiego ryzyka - należą tu te osoby, które nie podejmują jeszcze zachowań ryzykownych, są przed inicjacją,
2. podwyższonego ryzyka - należą tu osoby, które mają już za sobą pierwsze próby zachowań ryzykownych,
3. wysokiego ryzyka - należą tu osoby o utrwalonych zachowaniach ryzykownych.

Do każdej z tych grup kierowane są inne działania profilaktyczne należące do różnych poziomów:

1. profilaktyka pierwszorzędowa - skierowana do wszystkich
2. profilaktyka drugorzędowa - skierowana do grupy podwyższonego ryzyka
3. profilaktyka trzeciorzędowa - skierowana do uzależnionych.

Szkoła z założenia podejmuje tzw. profilaktykę pierwszorzędową - tzn. skierowaną głównie na osoby niskiego ryzyka czyli takie, które nie podejmują jeszcze działań ryzykownych. Profilaktyka ta polega na promocji zdrowia i zapobieganiu zagrożeniom poprzez rozwijanie umiejętności radzenia sobie z wymogami życia.

Zadaniem szkoły jest też identyfikacja osób będących w grupie podwyższonego ryzyka i ewentualna pomoc w poszukiwaniu sposobów leczenia. Szkoła nie zajmuje się profilaktyką drugorzędową - skierowaną do osób „zagrożonych” i profilaktyką trzeciorzędową - adresowaną do osób uzależnionych. Jest to zadanie placówek specjalistycznych.

Zachowania ryzykowne (problemowe) podejmowane przez młodzież są najczęściej sposobem radzenia sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi i zaspokajaniem podstawowych potrzeb psychicznych. Pełnią one określoną funkcję w rozwoju młodego człowieka. W projektowaniu działań profilaktycznych należy wziąć pod uwagę te czynniki, ponieważ pozwoli to lepiej zrozumieć motywy i przyczyny zachowań problemowych. Bardzo istotny dla skuteczności działań profilaktycznych jest sposób funkcjonowania znaczących osób w szkole - kierownictwa szkoły, nauczycieli, pedagoga, rodziców.

Idzie za tym ustalenie zasad współdziałania zespołu. Są nimi:

1. Zasada wzajemnego zaufania.
2. Zasada poszanowania odmienności.
3. Zasada aktywnego działania.
4. Zasada osobistej odpowiedzialności.

Skuteczność działań profilaktycznych będzie zależała od podjęcia ich przez jak największą liczbę osób z grona pedagogicznego, ich konsekwencję i cierpliwość w tej pracy.

CEL PROGRAMU

Celem profilaktyki szkolnej jest osłabianie czynników ryzyka i wzmacnianie **czynników chroniących** takich jak:

1. Silna więź emocjonalna z rodzicami.
2. Zainteresowanie nauką .
3. Regularne praktyki religijne.
4. Poszanowanie norm, wartości i autorytetów
5. Miejsce w pozytywnej grupie rówieśniczej

(w/g Davida Hawkinsa)

Natomiast główne **czynniki ryzyka** to:

1. Normy społeczne (obyczaje) promujące zachowania dysfunkcyjne.
2. Modelowanie dysfunkcyjnych zachowań w domu i w szkole
3. Konflikty i doświadczenie izolacji w dzieciństwie,
4. Grupa rówieśnicza, w której normą są zachowania dysfunkcyjne.
5. Niskie wyniki w nauce i brak celów życiowych.
6. Łatwość zdobycia substancji psychoaktywnych.
7. Wczesna inicjacja zachowań ryzykownych.

Główne cele programu profilaktycznego są następujące:

1. Motywowanie do poszukiwania i osiągania celów życiowych oraz wartości wyższych, które pomogą młodemu człowiekowi określić własne miejsce w świecie.
2. Przygotowywanie do rozpoznawania wartości moralnych, dokonywania wyborów i hierarchizacji wartości, stworzenie możliwości doskonalenia się.

Cele szczegółowe programu profilaktycznego szkoły pozostają w ścisłym związku z konkretnymi zadaniami edukacji prozdrowotnej programu wychowawczego szkoły (patrz Program Wychowawczy Szkoły, rozdz. edukacja prozdrowotna,).

Są one następujące:

1. Tworzenie bezpiecznej, pełnej życzliwości atmosfery w szkole, budowanie wzajemnego zaufania.
2. Ograniczanie zachowań agresywnych i wulgarnych.
3. Wzmacnianie poczucia własnej godności i wartości wychowanka.
4. Wzbudzenie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie i propagowanie zdrowego stylu życia.
5. Uczenie rozpoznawania u siebie oznak stresu, napięcia i sposobów radzenia sobie z nimi.
6. Wskazywanie na szkodliwość substancji psychoaktywnych i ukazywanie zagrożeń, jakie niosą ze sobą uzależnienia. Dostarczenie młodzieży gruntownej wiedzy w tym zakresie.
7. Ukazywanie pożądanых wzorców zachowań i wartościowych (trzeźwych) sposobów spędzania czasu wolnego.
8. Budowanie więzi ze szkołą.
9. Uczenie, czym jest psychomanipulacja, jak ją rozpoznawać i jak bronić się przed nią (sekty, reklamy, mas media).
10. Wspomaganie uczniów w wypracowywaniu umiejętności asertywnego reagowania w sytuacjach ryzykownych.
11. Informowanie rodziców, co mogą robić, aby zapobiegać uzależnieniom swoich dzieci, i jak reagować na sygnały ostrzegawcze pojawiające się w przypadku uzależnień dzieci.

ORGANIZACJA I SPOSÓB REALIZACJI PROGRAMU

1. **Godziny do dyspozycji wychowawcy** – tematy godzin wychowawczych zgodnie z programem wychowawczym i tematy uwzględniające problemy zgłaszane przez wychowawców, uczniów i rodziców.
2. **Spotkania z pedagogiem szkolnym** – zagadnienia, scenariusze zajęć według potrzeb.
3. **Spotkania z psychologiem szkolnym** – w/g potrzeb.
4. **Spotkania z rodzicami** – tematy i terminy do uzgodnienia.
5. **Spotkania pozalekcyjne z młodzieżą** – rozmowy indywidualne i spotkania grupowe
6. **Wybór i wdrażanie autorskich programów profilaktycznych** prowadzonych przez specjalistów – w/g potrzeb.
7. **Oddziaływania terapeutyczne** – poprzez pracę indywidualną i grupową psychologa i pedagoga szkolnego.
8. **Spotkania z gronem pedagogicznym**

FORMY PRACY

1. Oddziaływania werbalne (rozmowy, pogadanki)
2. Dyskusje, dzielenie się doświadczeniami
3. Zajęcia grupowe
4. Oddziaływania terapeutyczne
5. Warsztaty
6. Działania informacyjne
7. Działania interwencyjne

POSTAWA PROWADZĄCEGO

1. Nie osądza wypowiedzi (choć nie zawsze musi się z nimi zgadzać).
2. Akceptuje i docenia uczucia uczniów.
3. Buduje zaufanie grupy tzn. sprawia, że każdy czuje się pełnowartościowym członkiem grupy.
4. Analizuje przyczyny różnych zachowań uczniów.
5. Jest stanowczy wobec agresywnych i destrukcyjnych zachowań uczniów.
6. Szanuje pytania i zarzuty uczniów, umie przyznawać się do błędów, jest otwarty na propozycje.
7. Umie dostosować styl i organizację zajęć do specyfiki poszczególnych grup i etapów ich rozwoju.

ORGANIZACJA PROGRAMU

Zadania nauczycieli – wychowawców klas:

- ⤴ planowanie i przeprowadzanie zajęć z uczniami;
- ⤴ organizowanie zajęć promujących zdrowy styl życia;
- ⤴ angażowanie rodziców w swoje działania;
- ⤴ prowadzenie pedagogizacji rodziców;
- ⤴ dokształcanie się, czytanie czasopism, literatury specjalistycznej np. „Remedium”, „Wychowawca”;
- ⤴ prowadzenie zajęć pozalekcyjnych (kół zainteresowań);

Zadania dyrektora:

- ⤴ planowanie zajęć pozalekcyjnych;
- ⤴ kierowanie nauczycieli na odpowiednie kursy profilaktyki;

Zadania komisji wychowawczej:

- ⤴ ustalenie treści dla poszczególnych poziomów klasowych;
- ⤴ przeprowadzenie ewaluacji programu na koniec roku szkolnego;

Zadania rodziców:

- ⤴ uczestnictwo w programie
- ⤴ przekazywanie własnej opinii na temat programu profilaktycznego wychowawcy;

Zadania pedagoga szkolnego:

- ⤴ udzielanie porad w zakresie profilaktyki wychowawcom;
- ⤴ kierowanie do poradni specjalistycznych;
- ⤴ nawiązywanie współpracy z placówkami specjalistycznymi w zakresie profilaktyki uzależnień;
- ⤴ monitorowanie funkcjonowania programu;
- ⤴ dysponowanie adresami dotyczącymi profilaktyki drugorzędowej i trzeciorzędowej;
- ⤴ tworzenie biblioteki nauczyciela poszerzającej wiedzę w zakresie profilaktyki;
- ⤴ prowadzenie godzin wychowawczych;
- ⤴ prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych;

Zadania psychologa szkolnego:

- ⤴ wspomaganie wychowawców i pedagoga szkolnego w diagnozowaniu aktualnej sytuacji szkolnej i życiowej uczniów;
- ⤴ praca terapeutyczna i ogólnorozwojowa z uczniami;
- ⤴ poradnictwo psychologiczne;
- ⤴ informowanie o możliwościach i sposobach uzyskania pomocy w sytuacjach zagrożenia uzależnieniem;
- ⤴ kierowanie do poradni specjalistycznych;
- ⤴ nawiązywanie współpracy z placówkami specjalistycznymi w zakresie profilaktyki uzależnień;

Ewaluacja wewnętrzna – maj/czerwiec 2016 r.

Analiza realizacji Szkolnego Programu Profilaktyki – maj 2016 r.

- 1) przeprowadzenie wśród uczniów, wychowawców i rodziców wywiadu diagnozującego sytuację problemową z obszaru uzależnień (w zależności od potrzeb).
- 2) analiza efektywności profilaktyki uzależnień realizowanej podczas godzin wychowawczych i w ramach wdrażanych programów profilaktycznych (analiza dokumentacji szkolnej; wnioski z rozmów z uczniami i rodzicami oraz nauczycielami szkoły, realizatorami prowadzonych programów) – maj 2016 r.

Podsumowanie wniosków i zebranie propozycji do pracy profilaktycznej szkoły na następny rok szkolny – czerwiec 2016 r.

PROGRAM SZKOLNEJ PROFILAKTYKI
jako odpowiedź na realne problemy i zagrożenia w szkole – diagnoza

W roku szkolnym 2003/04 przeprowadzono wstępną diagnozę środowiska uczniów w zakresie zachowań ryzykownych, której celem było wyłonienie podstawowych problemów dotyczących zachowań ryzykownych istniejących w szkole.

W roku szkolnym 2004/05, w oparciu o rozmowy z wychowawcami, uczniami i rodzicami oraz na bazie wnikliwej analizy i obserwacji środowiska uczniowskiego, dokonano aktualizacji wiedzy o zachowaniach ryzykownych uczniów naszej szkoły.

W kolejnych latach dokonano aktualizacji wiedzy o zachowaniach ryzykownych uczniów, na podstawie przeprowadzonej ankiety dla uczniów i rodziców, nauczycieli jak również w oparciu o rozmowy z wychowawcami, rodzicami i uczniami, realizatorami programów z obszaru profilaktyki.

Problemy bieżące koncentrują się wokół następujących zagadnień:

Klasy pierwsze

Problemy przedstawione przez nauczycieli	Problemy zgłaszane przez uczniów klas pierwszych
1.palenie papierosów 2.zachowania wulgarne 3.picie alkoholu 4.wagary 5.trudna sytuacja materialna rodziny 6. uzależnienie od Internetu	1.trudności związane z okresem dorastania 2.brak kontaktu z rodzicami 3.rodzina rozbita 4.trudności w kontaktach z rówieśnikami 5.złe warunki do nauki
Zachowania ryzykowne zauważone przez rodziców uczniów	Zachowania ryzykowne występujące w środowisku rówieśniczym uczniów
1.trudności związane z okresem dorastania 2.picie alkoholu 3.palenie papierosów 4.zachowania wulgarne 5.brak motywacji do nauki	1.zachowania wulgarne 2.trudności związane z okresem dorastania 3.trudności w kontaktach z rodzicami 4.trudności w kontaktach z rówieśnikami 5.picie alkoholu 6.rodzina niepełna / rozbita 7.brak kontaktu z rodzicami 8.palenie papierosów 9.złe warunki do nauki

Klasy drugie

Problemy przedstawione przez nauczycieli	Problemy zgłaszane przez uczniów
1.wagary 2.palenie papierosów 3.zachowania wulgarne 4.picie alkoholu 5.brak motywacji do nauki 6.używanie środków psychoaktywnych 7.trudna sytuacja materialna rodziny	1.trudności związane z okresem dorastania 2.trudności w kontaktach z rówieśnikami 3.rodzin niepełna / rozbita 4.złe warunki do nauki 5.brak kontaktu z rodzicami 6.konflikty z rodzicami 7.alkoholizm w rodzinie

Zachowania ryzykowne zauważone przez rodziców uczniów	Zachowania ryzykowne występujące w środowisku rówieśniczym uczniów
1.trudności związane z okresem dorastania 2.picie alkoholu 3.palenie papierosów 4.zachowania wulgarne 5.wagary 6.brak motywacji do nauki 7.uzależnienie od Internetu	1.trudności związane z okresem dorastania 2.pice alkoholu 3.palenie papierosów 4.wulgarne zachowania 5.konflikty z rodzicami 6.brak kontaktu z rodzicami 7.rodzina niepełna 8.agresja i przemoc

Klasy trzecie

Problemy przedstawione przez nauczycieli	Problemy zgłaszane przez uczniów
1.wagary 2.palenie papierosów 3.zachowania wulgarne 4.picie alkoholu 5.brak motywacji do nauki 6.używanie środków psychoaktywnych 7.trudna sytuacja materialna rodziny 8.uzależnienie od Internetu	1.brak kontaktu z rodzicami 2.konflikty z rodzicami 3.trudności związane z okresem dorastania 4.rodzina niepełna rozbita 5.trudności w kontaktach z rówieśnikami 6.złe warunki do nauki

Zachowania ryzykowne zauważone przez rodziców młodzieży	Zachowania ryzykowne występujące w środowisku rówieśniczym młodzieży
1.Trudności związane z okresem dorastania 2.picie alkoholu 3.palenie papierosów 4.zachowania wulgarne 5.wagary 6.brak motywacji do nauki 7.uzależnienie od internetu	1.wulgarne zachowania 2.trudności związane z okresem dorastania 3.picie alkoholu, zażywanie narkotyków 4.konflikty z rodzicami 5.palenie papierosów 6.agresja i przemoc 7.złe warunki do nauki 8.rodzina niepełna / rozbita 9.trudności w kontaktach z rówieśnikami

Diagnoza sytuacji problemowych:

Na bazie przeprowadzonej diagnozy stwierdzono następujące zachowania ryzykowne wśród uczniów naszej szkoły:

- w klasach pierwszych:

1. palenie papierosów
2. trudności związane z okresem dorastania
3. picie alkoholu
4. zachowania wulgarne
5. trudności w nawiązywaniu kontaktów rówieśniczych
6. trudności związane z okresem dorastania
7. brak kontaktu z rodzicami
8. zachowania agresywne

- w klasach drugich i trzecich:

1. wagary
2. trudności związane z okresem dorastania
3. palenie papierosów
4. picie alkoholu, eksperymentowanie ze środkami psychoaktywnymi
5. zachowania wulgarne
6. brak kontaktu i konflikty z rodzicami
7. przemoc rówieśnicza
8. wczesna inicjacja seksualna i zachowania ryzykowne w sferze seksualnej
9. niekontrolowane korzystania z multimediiów, uzależnienie od Internetu
10. problemy z motywacją do nauki

Na bazie przeprowadzonej diagnozy stwierdzono, iż w roku szkolnym 2015/2016 istnieje potrzeba zrealizowania następujących programów profilaktycznych:

1. „Profilaktyka uzależnienia od Internetu” - Policja IV komenda rejonowa.
2. Zajęcia profilaktyczne „Decyduję odpowiedzialnie” realizowane przez Referat Profilaktyki Straży Miejskiej m. st. Warszawy dla klas pierwszych, dotyczące problematyki odpowiedzialności prawnej nieletnich, zachowań ryzykownych, program skierowany do uczniów klas pierwszych.
3. Zajęcia z doradztwa zawodowego dla uczniów klas trzecich oraz drugich – realizowane przez Młodzieżowe Centrum Kariery.
4. Środki psychoaktywne, dopalacze, leki, narkotyki – działania profilaktyczne dla uczniów klas pierwszych i drugich, dla rodziców oraz rady pedagogicznej (wybór realizatora w pierwszym semestrze, realizacja w II semestrze)
5. Kontynuacja współpracy z Wyższą Szkołą Psychologii Społecznej – warsztaty dla uczniów klas trzecich i drugich z obszaru motywacji, stresu egzaminacyjnego.
6. Prezentacja multimedialna „Masz jedno życie” - program realizowany przez Wydział Ruchu Drogowego Komendy Stołecznej Policji, skierowany do uczniów klas trzecich.
7. Program Straży Miejskiej „Płytką wyobraźnia to kalectwo” dla klas pierwszych.

8. Program „Zdrowe Piersi Są OK”(profilaktyka raka piersi) realizowany przy współpracy SANEPID-u.
9. Program „Rak jądra”, „Czerniak”(profilaktyka nowotworu jądra, nowotworu skóry) realizowany przy współpracy Towarzystwa Rozwoju Rodziny.
10. Program edukacyjno – informacyjny na temat szkodliwości picia alkoholu przy współpracy Stołecznego Ośrodka dla Osób Uzależnionych od Alkoholu (Kolska).

Lista placówek, które udzielają pomocy dzieciom oraz rodzinie znajduje się na stronie internetowej:

www.poradnia-top.pl w zakładce pomoc innych placówek.

www.cmppp.edu.pl w zakładce bazy danych.

Bibliografia:

propozycje dla nauczycieli

1. Gaś Z.: „Szkolny program profilaktyki: istota, konstruowanie, ewaluacja”, Fundacja „Masz szansę”, Lublin, 2004 r.
2. red. Gaś Z.: „Badanie zapotrzebowania na profilaktykę w szkole”, fundacja „Masz szansę”, Lublin, 2004 r.
3. red. Kamińska-Buśko B.: „Zapobieganie uzależnieniom”, CMP, Warszawa. 1997 r.
4. „Agresja i przemoc w szkolnych oddziaływaniach profilaktycznych”, Poradnik metodyczny dla nauczycieli, Warszawa. 2005 r.
5. Harmin M.: „Duch klasy. Jak motywować uczniów do nauki” CIVITAS, warszawa, 2005 r.
6. Paszkowska-Rogacz A., Tarkowska M.: „Metody pracy z grupą w poradnictwie zawodowym”, DDZ, Warszawa, 2004 r.
7. Hiszpańska B.: „Pomóż młodzieży znaleźć wartości i drogowaskazy”, MEN, Warszawa, 1994 r.
8. Szuty J.: „Gdy nauczyciel jest wychowawcą”, PWN, Warszawa-Łódź, 2002 r.
9. Kosyrz Z.: „Osobowość wychowawcy” Pedagogium, Warszawa, 2005 r.

propozycje dla rodziców

1. Faber A. Mazlish E.: „Jak mówić żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać...” Media Rodzina, Poznań, 1992 r.
2. Mucha G.: „Aids. Historie prawdziwe” Prószyński i s-ka, 2007 r.
3. Rosik P.: „Jak rozmawiać z dzieckiem o AIDS”, Karan, Warszawa
4. Sztander W.: „Poza kontrolą”, PARPA, Warszawa, 1997 r.

propozycje dla młodzieży

1. Rosik P.: „Wybór należy do ciebie”k Karan, Warszawa, 1999 r.
2. Robinson B. E.: „Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików” PARPA, Warszawa, 1998 r.
3. Karpetta E., Szmerdt-Sisicka E.: „Mity i rzeczywistość”, Prószyński i ska, Warszawa, 2000 r.
4. Zimbardo Ph., Gerrig R.: „Psychologia i życie”, PWN,Warszawa, 2008 r.