

Zespół Szkół  
im. Ignacego Łukasiewicza  
w Nowej Sarzynie

Szkolny Program  
Profilaktyki

## Założenia ogólne

1. Program skierowany jest do uczniów naszej szkoły, ich rodziców i nauczycieli.
2. Program tworzy spójną całość ze Szkolnym Zestawem Programów Nauczania i Programem Wychowawczym Szkoły.
3. Realizatorami programu są: wychowawcy klas, pedagog szkolny, nauczyciel WD, inni nauczyciele, wyłonieni spośród młodzieży liderzy; osoby współpracujące, jak psycholog, terapeuta uzależnień i inni, wg potrzeb i możliwości finansowych szkoły.

## Cele programu

1. Profilaktyka uzależnień od nikotyny, alkoholu, narkotyków:
  - przekazywanie młodzieży rzetelnej i dokładnej (dostosowanej do poziomu odbiorcy) wiedzy o specyfice substancji uzależniających, ich wpływie na organizm i psychikę młodych ludzi, na zachowanie i różne sfery życia człowieka, a także o mechanizmach i fazach powstawania uzależnienia,
  - rozwijanie umiejętności mogących zmniejszyć ryzyko uzależnienia, takich, jak: poczucie własnej wartości, wewnętrznej kontroli, wyrażania uczuć, podejmowania decyzji, radzenia sobie ze stresem,
  - rozwijanie umiejętności społecznych: rozpoznawania i radzenia sobie z presją ze strony grupy, trening odmawiania, wyczenie identyfikowania manipulacji ze strony reklam i nie ulegania im oraz aktywne poszukiwanie wsparcia i pomocy w otoczeniu,
  - ukazywanie alternatywnych wobec związanych z alkoholem i innymi rodzajami psychoaktywnymi sposobów spędzania przez młodzież czasu wolnego.
2. Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym:
  - zwikszenie wiadomości problemu: rozmiarów, mechanizmów, konsekwencji zachowań agresywnych,
  - tworzenie dobrego klimatu wokół współpracy w redukowaniu przemocy w szkole:
    - ❖ ułatwienie aklimatyzacji uczniów klas pierwszych w szkole
    - ❖ kształtowanie u uczniów umiejętności sprzyjających tolerancji i wyczenie zachowań tolerancyjnych w sytuacjach konfliktowych
    - ❖ rozwijanie i podtrzymywanie prawidłowych, bliskich i satysfakcjonujących kontaktów osobowych w szkole,
  - opracowanie strategii profilaktyki (przeciwdziałania) przemocy rówie niczej w szkole
  - przygotowanie młodzieży do odpowiedniego zachowania się w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia (w tym umiejętności samoobrony w sytuacji zagrożenia przemoc).
3. Przygotowanie do wiadomego korzystania z multimedialnych rodzajów przekazu:
  - przekazywanie informacji dotyczących uzależnienia od telewizji i komputera (gier komputerowych i Internetu),
  - uczenie, jak radzić sobie z manipulacją odbiorcy w rodzajach masowego przekazu,
  - przedstawienie zagrożeń i szans, jakie niesie współczesna kultura „techno” i wirtualna rzeczywistość,
  - kształtowanie umiejętności wartościowania mediów oraz selektywnego i krytycznego ich wykorzystania.

4. Profilaktyka zachowa prozdrowotnych i zdrowego stylu życia:
  - wdanie do zachowa sprzyjających zdrowiu, w szczególności utrwalanie nawyków racjonalnego odżywiania się, rekreacji ruchowej,
  - zapoznanie z przyczynami i skutkami zaburzeń łaknienia typu bulimia i anoreksja
  - ukazywanie znaczenia wpływu obecnego stylu życia na zdrowie potomstwa i przebieg okresu starości.
5. Przygotowanie młodzieży do życia w rodzinie oraz odpowiedzialnego podejścia do zagadnień związanych z rozwojem seksualnym:
  - przedstawienie zadań rozwojowych młodzieży, rzadziej nimi prawidłowo i oraz zagrożenia dla rozwoju seksualnego, w tym zagrożenia dotyczących chorób przenoszonych drogą płciową i AIDS,
  - ukazywanie znaczenia wpływu rówieśników oraz wychowania seksualnego realizowanego przez dorosłych (rodziców i nauczycieli) na rozwój seksualności młodzieży
  - ukazywanie znaczenia i wartości rodziny w życiu każdego człowieka
  - przygotowanie młodzieży do odpowiedzialnego pełnienia ról społecznych, w tym związanych z płcią.

## **Formy realizacji**

### **1. Działania skierowane do uczniów:**

- rozmowy z uczniami na aktualne i ważne dla nich tematy, dotyczące substancji uzależniających, życia seksualnego, zagrożeń cywilizacyjnych - indywidualnie z uczniami oraz z całymi grupami (klasami) młodzieży, w formie pogadanek, prelekcji, wykładów, dyskusji na lekcjach wychowawczych, podczas nauki innych przedmiotów, w czasie realizacji zajęć edukacyjnych, a także podczas zajęć pozalekcyjnych,
- zapewnienie młodzieży udziału w konkursach o charakterze profilaktycznym, organizowanych przez szkoły oraz przez instytucje współpracujące ze szkołami (poradni psychologiczno-pedagogiczne i inne),
- zorganizowanie spektaklu teatru profilaktycznego, połączonego z dyskusją młodzieży z terapeutą uzależnień, spotkaniem ze świadkiem (osobą, która wyszła z uzależnienia)
- przeprowadzenie spotkania klasowych z psychologiem, dotyczących anoreksji i bulimii, ich przyczyn, oraz form pomocy a także powiązanych z innymi problemami młodzieży,
- przeprowadzenie programu edukacji antytytoniowej „Zadbaj o swoje przyszłość” w wybranych klasach pierwszych,
- przeprowadzenie programu dotyczącego profilaktyki AIDS i uzależnień „Słuchaj, ucz się, żyj” w wybranych klasach pierwszych,
- przeprowadzenie Regionalnego Programu profilaktyki Wad Cewy Nerwowej w klasach maturalnych,
- wprowadzanie innych programów profilaktycznych – wg potrzeb zespołów klasowych,
- przygotowanie grupy liderów młodzieżowych, pomagających w zajęciach profilaktycznych z uczniami,
- objęcie uczniów przejawiających zachowania agresywne treningami zastępowania agresji wg metody ART,
- zorganizowanie szkolenia dotyczącego zasad udzielania pierwszej pomocy, zakończonego konkursem,
- organizowanie (w miarę potrzeb i możliwości) spotkania młodzieży np. z policjantem z działu prewencji narkotykowej, psychologiem pracującym np. z uzależnionymi, ginekologiem-położnikiem omawiającym problemy dojrzenia itp.,

## **2. Działania skierowane do rodziców:**

- poruszanie tematyki tej w programie podczas klasowych spotkań z rodzicami i rozmów indywidualnych,
- przeprowadzanie (podczas wywiadówek) pedagogizacji na temat „Jak rozwija tolerancję osobowo naszych dzieci” i „Jak rozmawia z nastolatkami o płciowości”
- przekazywanie rodzicom informacji dotyczących profilaktyki uzależnień, przeciwdziałania agresji młodzieży, zaburzeń łaknienia, manipulacji i innych zagrożeń ze strony mediów oraz sposobów wspierania rozwoju (także seksualnego) dzieci – w formie ulotek oraz wywieszania ich na tablicy ogłoszeń podczas wywiadówek,
- zaproszenie psychologa na spotkanie z rodzicami poruszające przyczyny zaburzeń łaknienia (bulimii i anoreksji) oraz inne problemy młodzieży a także ukazujące dostępne formy pomocy,
- udzielanie rodzicom pomocy w dotarciu do odpowiednich instytucji i osób zajmujących się terapią młodzieży uzależnionej, chorej na anoreksję i bulimię oraz wykazujących inne zaburzenia rozwoju,
- przeprowadzenie szkolenia dla Zespołu Wychowawczego (w tym przedstawicieli Komitetu Rodzicielskiego) na temat „Agresja w szkole”.

## **3. Działania skierowane do nauczycieli:**

- przeprowadzenie warsztatowego szkolenia Rady Pedagogicznej nt. „Rozwiązywanie problemów na lekcjach – jak to robi lepiej”,
- przeprowadzanie szkolenia Zespołu Wychowawczego i Rady Pedagogicznej (oraz przedstawicieli Komitetu Rodzicielskiego i Samorządu Szkolnego) na temat „Agresja w szkole”,
- przeprowadzenie szkolenia Rady Pedagogicznej nt. „Komunikacja interpersonalna”,
- zachęcanie nauczycieli do poszerzania kwalifikacji niezbędnych przy poruszaniu problematyki tej w programie podczas warsztatów, szkoleń, konferencji i innych form doskonalenia dostępnych w naszym regionie,
- udostępnianie ciekawych artykułów z prasy dotyczących problemów młodzieży, interesujących przykładów i form pracy wychowawczej i profilaktycznej na tablicy ogłoszeń w pokoju nauczycielskim,
- udostępnianie spisu zasobów biblioteki (w tym posiadanej filmoteki) – dotyczących wymienionych w programie dziedzin profilaktyki – w pokoju nauczycielskim,
- opracowanie i udostępnianie nauczycielom i wychowawcom scenariuszy ciekawych zajęć z dziedziny profilaktyki,
- zaangażowanie w wymianę informacji (artykułów, scenariuszy, programów itp.) wszystkich nauczycieli.

Powyższa lista działań może być rozszerzona o inne, nie wymienione wyżej, zwłaszcza w przypadku występowania w środowisku uczniów dla młodzieży problemów; poszczególne punkty realizowane mogą być dogłębniej w razie zapotrzebowania danych zespołów klasowych. Niezbędne jest też systematyczne diagnozowanie problemów młodzieży i rodzajów zagrożeń, z jakimi ma do czynienia, aby oferta profilaktyczna szkoły była jak najbardziej adekwatna do potrzeb rozwojowych uczniów.