

# **SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI**

## **XI Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Reja w Warszawie**

**LATA REALIZACJI: ROK SZKOLNY 2011/2012 – 2013/2014**

### **Motto**

**NIESKOŃCZENIE TRUDNA JEST DROGA POZNAWANIA  
DRUGIEGO CZŁOWIEKA – DZIŚ ZACZYNAM OD SIEBIE!**

## SPIS TREŚCI:

1. Wstęp;
2. Fazy konstruowania programu;
3. Cele programu;
4. Struktura programu;
5. Kierunki działań profilaktycznych;
6. Monitorowanie i ewaluacja programu.

### 1. WSTĘP

Profilaktyka to "ogół działań zapobiegawczych niepożądanym zjawiskom w rozwoju i zachowaniu się ludzi". Ponadto podkreśla się w literaturze, że celem działalności profilaktycznej jest zapobieganie negatywnym stanom rzeczy zarówno tym, które dopiero mają zaistnieć, jak i tym, które w postaci załączkowej już istnieją. Każda odmiana profilaktyki zapobiega negatywnym stanom, które dotyczą różnych sfer życia społecznego.

Na świecie obowiązują dziś różne cele profilaktyki. W odpowiedzi na potrzeby naszych uczniów, ich rozwój intelektualny i społeczny, najbardziej przemawiają do nas te, które dotyczą:

1. Kształtowania świadomych wzorców konsumpcyjnych.
2. Kształtowania umiejętności interpersonalnych, samooceny i samodyscypliny.
3. Rozwijania umiejętności interpersonalnych, a szczególnie umiejętności empatii, współpracy, komunikowania się, rozwiązywania konfliktów.
4. Rozwijania umiejętności podejmowania decyzji oraz rozwiązywania problemów, obejmujących między innymi zdolność do wybierania pozytywnych, a nie negatywnych stylów życia.
5. Rozwijania związków z grupą społeczną i poczucia odpowiedzialności za grupę, do której jednostka należy (rodzina, lokalna społeczność, klasa).

Chcielibyśmy przyjąć model **afektywnej edukacji** jako ten skuteczniejszy w pracy z młodzieżą w naszej szkole. Celem tej edukacji jest rozwijanie jednostkowej samoświadomości i samooceny. Młody człowiek bierze udział w zajęciach, podczas których poznaje siebie, świadomość przeżywanych stanów i emocji, uczy się sposobów zachowania się ludzi w różnych sytuacjach.

Ta wiedza może mu pomóc w pokonywaniu trudności.

Przemawia do nas także model **kompetencji społecznych**, w których przygotowuje się młodzież do radzenia sobie z presją rówieśniczą. Kształci się tutaj takie umiejętności, jak asertywność, umiejętność mówienia „nie”, prezentowanie własnych opinii, wyrażanie życzeń i oczekiwań, nawiązywanie kontaktów oraz dobieranie sobie przyjaciół.

## **2. FAZY KONSTRUOWANIA PROGRAMU**

### **a) DIAGNOZOWANIE ŚRODOWISKA:**

- ankiety wśród uczniów;
- rozmowy z wychowawcami;
- analiza dzienników lekcyjnych.

### **b) OCZEKIWANIA MŁODZIEŻY:**

Diagnoza środowiska uczniowskiego wykazała, że młodzież szkolna zmagają się z wieloma problemami wieku dorastania oraz wynikające z uczestnictwa w komercyjnym, konsumpcyjnym świecie. Młodzież za największe problemy, z którymi się boryka wskazała: presję i stres. Nieumiejętność poradzenia sobie z nimi i rodzące się z tego potrzeby mogą wygenerować inne kłopoty takie jak: problemy rodzinne, kłopoty z odżywianiem, poczucie odrzucenia, sięgnięcie po używki itp.

Dlatego oczekują, że na zajęciach będą podejmowane takie tematy i że będzie to miało wpływ na poprawienie jakości ich relacji z rówieśnikami oraz na lepsze zrozumienie siebie i świata. W opisach młodzieży widać jakie potrzeby się pojawiają w ich życiu: potrzeba zrozumienia, sukcesu, samoakceptacji, konstruktywnych wzorców w szkole, domu i mediach, potrzeba radzenia sobie w trudnych sytuacjach oraz potrzeba odpoczynku.

### **c) OCZEKIWANIA NAUCZYCIELI:**

Wielu nauczycieli oczekuje, że zajęcia profilaktyczne będą pomocne w pracy wychowawczej z młodzieżą. Pomogą w nawiązaniu z uczniami bliższego, opartego na zaufaniu kontaktu. Widzą potrzebę uczestniczenia z młodzieżą w dorastaniu, uczeniu się przez nich nowych umiejętności.

### 3. CELE PROGRAMU

Celem szkolnego programu profilaktyki jest przygotowanie młodego człowieka do dokonywania wyborów takich, które by nie szkodziły innym i jemu samemu. Program ma pomóc młodzieży w kształtowaniu siebie jako dorosłego człowieka świadomego swoich wyborów, szanującego siebie i innych oraz odpornego na zagrożenia płynące z życia w wielkim mieście.

W tym celu szkoła podejmie następujące działania, mające na celu pomoc uczniom w ukształtowaniu pożądaných przez nich cech osobowości.

Te działania to między innymi:

- a. doskonalenie umiejętności i pogłębianie wiedzy nauczycieli i wychowawców klas oraz pedagoga szkolnego w zakresie prowadzenia działań profilaktycznych
- b. współpraca z samorządem uczniowskim i włączenie go w realizację programu profilaktycznego
- c. systematyczne organizowanie zajęć profilaktycznych przez pedagoga szkolnego i wychowawców klas dla uczniów
- d. współpraca z rodzicami- przekazywanie wiedzy na temat zagrożeń, włączanie ich w życie szkoły
- e. współpraca z policją i strażą miejską – natychmiastowe informowanie o problemach uczniów oraz o zagrożeniach płynących z położenia szkoły
- f. współpraca z poradnią psychologiczno- pedagogiczną w zakresie kierowania uczniów ze specjalnymi trudnościami w uczeniu się oraz z trudnościami wieku dojrzewania
- g. zaproponowanie uczniom ciekawych możliwości spędzania wolnego czasu w szkole
- h. zachęcanie uczniów do udziału w różnorodnych akcjach na rzecz szkoły i środowiska
- i. wzmacnianie poczucia własnej wartości, wiary w siebie i w swoje możliwości

- j. ćwiczyć umiejętności komunikacji, wyrażania własnych opinii i poglądów
- k. ćwiczyć umiejętność opanowywania własnych emocji oraz umiejętność rozpoznawania ich i nazywania
- l. kształtować postawy tolerancji i poszanowania innego człowieka
- m. bezpośrednia ingerencja każdego z pracowników szkoły w zakresie dbania o poziom kulturalny uczniów
- n. wprowadzenie korekt do statutu szkolnego pozwalających na skuteczniejsze egzekwowanie wymaganych form zachowań uczniów
- o. ewaluacja programu wychowawczego

#### **4. STRUKTURA PROGRAMU**

Program jest kierowany do całej społeczności szkolnej. Szkolny program profilaktyki jest spójny z programem wychowawczym i programem szkoły. Realizacja obu programów jest częściowo zbieżna.

Biorąc pod uwagę specyfikę szkoły przyjmujemy nadrzędną zasadę, że uczymy się wszyscy od siebie. Podejmując motto naszego programu profilaktyki należy uznać, że poznanie siebie i innego człowieka z jego emocjami, rozterkami, trwa niekiedy całe życie. Dlatego tak ważna jest wrażliwość, umiejętność obserwacji, uczenia się na własnych błędach i dawanie ludziom przestrzeni do rozwoju.

Aby program był skuteczny należy działania prowadzić w sposób systematyczny i wielopoziomowy.

Dlatego szkoła chce zastosować kilka poziomów działania:

1. Informacyjny – informować o skutkach zachowań ryzykownych
2. Edukacyjny – dać wiedzę i możliwość sprawdzenia siebie w sytuacjach psychologicznych i społecznych
3. Sytuacyjny – wspierać rozwój i poznawanie samego siebie w codziennych sytuacjach szkolnych.

W celu ułatwienia wychowawcom klas realizowania szkolnego programu profilaktyki działania, które można wprowadzać w swojej klasie według zapotrzebowania, zostały

rozpisane na poszczególne miesiące roku szkolnego. Nauczyciel zgłasza pedagogowi szkolnemu zapotrzebowanie na daną tematykę zajęć na początku miesiąca.

<b>Miesiąc</b>	<b>Tematyka</b>
Październik	Stres
Listopad	Budowanie pozytywnych relacji w klasie
Grudzień	Komunikat ja
Styczeń / luty	Zaburzenia odżywiania
Marzec	Przeciwdziałanie uzależnieniom
Kwiecień	Asertywność
Maj	Rozwiązywanie konfliktów

Metody, którymi realizowany będzie szkolny program profilaktyki to:

- Lekcje wychowawcze tematyczne;
- Zajęcia w czasie realizacji innych przedmiotów
- Prelekcje
- Warsztaty
- Spotkania edukacyjno- profilaktyczne
- Codzienne reagowanie stosownie do sytuacji
- Rozmowy indywidualne

## **5. KIERUNKI DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH I INTERWENCYJNYCH**

W szkole jest stosowana profilaktyka pierwszo, drugo i trzeciorzędowa.

Profilaktyka pierwszorzędowa jest skierowana do ogółu uczniów i na celu ma działanie zapobiegające.

Profilaktyka drugorzędowa ma na celu dotarcie do grupy podwyższonego ryzyka i ma na celu ujawnienie osób najbardziej zagrożonych rozwinięciem się u nich określonych kłopotów.

Profilaktyka trzeciorzędowa jest ukierunkowana na osoby, u których już wystąpiły niepożądane zachowania.

Profilaktykę pierwszo i drugorzędową realizuje cała społeczność szkolna.

Profilaktykę trzeciorzędową realizuje psycholog i pedagog szkolny.

### 1. Zapobieganie uzależnieniom

	<b>Działania</b>	<b>Osoby odpowiedzialne</b>	<b>Sposób realizacji</b>
1.	Zaproszenie do współpracy osób z zewnątrz zajmujących się profilaktyką dla klas pierwszych w ramach możliwości finansowych	Pedagog szkolny, dyrektor szkoły	Pedagog szkolny podejmuje próby zdobycia dofinansowania do programów i ustala harmonogram zajęć wraz z dyrektorem szkoły i przedstawia je wychowawcom klas.
2.	Przeprowadzanie godzin wychowawczych tematycznych dotyczących uzależnień i zachowań ryzykownych	Wychowawcy, pedagog szkolny	Dostosowany do potrzeb klas i przygotowane przy współpracy z uczniami, pedagogiem, psychologiem, biblioteką szkolną.
3.	Omówienie w klasach zajęć ze specjalistami (podsumowanie i usystematyzowanie wiedzy uczniów)	Wychowawcy, pedagog szkolny	Wychowawcy po zajęciach przeprowadzają pogłębioną rozmowę na temat podjęty w czasie zajęć.
4.	Ewentualne interwencje i konsultacje dla uczniów i rodziców	Wychowawcy, pedagog szkolny, psycholog	W przypadku podejrzenia o zażywanie narkotyku przez ucznia wdrażane są procedury zawarte w odrębnych przepisach.
5.	Jasne określenie w statucie oraz wymaganiach wychowawczych systemu kar i nagród	Dyrekcja, osoby pracujące nad statutem, cała kadra	Dbanie o upowszechnianie wiedzy na temat systemu kar i nagród wśród uczniów.
6.	Zapoznanie rodziców ze statutem	Wychowawcy	Podczas pierwszego zebrania z

	szkolnym i wymaganiami wychowawczymi (zwłaszcza regulaminem wycieczek i imprez szkolnych)		rodzicami wychowawcy klas zapoznają rodziców z dokumentami szkoły oraz wskazują miejsce ich dostępności.
7.	Przestrzeganie procedur postępowania w przypadku zagrożenia narkomania, alkoholizmem itp.	Rada pedagogiczna	Konsekwentne przestrzeganie procedur przez cały rok szkolny.

## 2. Uczenie uczniów sposobów radzenia sobie ze stresem

	<b>Działania</b>	<b>Osoby odpowiedzialne</b>	<b>Sposób realizacji</b>
1.	Lekcje wychowawcze o stresie w klasach pierwszych	Pedagog, psycholog, wychowawcy	Wychowawcy przeprowadzają lekcje na temat stresu w swoich klasach wychowawczych samodzielnie lub z pomocą pedagoga i psychologa.
2.	Pedagogizacja rodziców – zebranie z rodzicami	Jw.	W klasach pierwszych rozmowa z rodzicami na temat stresu związanego ze zmianą szkoły i konieczności zrozumienia swoich dzieci
3.	Realizacja tematyki stresu podczas godzin przysposobienia obronnego	Nauczyciel PO	Omawianie tematu stresu na lekcjach
4.	Tworzenie przyjaznej atmosfery w szkole	Rada pedagogiczna	Wysiłki czynione przez wszystkich w celu lepszego zrozumienia się i polepszenia atmosfery w szkole

5.	Zapoznanie uczniów klas trzecich z problematyką matur (zachowanie podczas egzaminów ustnych, zapraszanie absolwentów itp.)	Wychowawcy, pedagog	Przeprowadzanie lekcji tematycznych na temat matur.
6.	Poradnictwo indywidualne	Pedagog, psycholog, wychowawcy	Uczniowie zgłaszają się samodzielnie, bądź są kierowani przez wychowawców i nauczycieli.

### 3. Budowanie pozytywnych relacji w klasie

	Działania	Osoby odpowiedzialne	Sposób realizacji
1.	Organizowanie wycieczki integracyjnej dla klas pierwszych we wrześniu	Wychowawcy klas	Wychowawcy organizują wycieczkę dla swojej klasy. Wycieczka może mieć formę dowolną. W czasie wycieczki odbywają się zajęcia integracyjne prowadzone przez psychologa lub pedagoga.
2.	Zajęcia integracyjne w pierwszych tygodniach września	Psycholog, pedagog, wychowawcy	W każdej klasie przeprowadzone są warsztaty integracyjne w wymiarze kilku godzin.
3.	Ankieta diagnostyczna w klasach pierwszych	Pedagog szkolny	Ankiety, w których uczniowie mają szansę zasygnalizować o swoich potrzebach
4.	Klasowe wyjścia do ośrodków kulturalnych	Wychowawcy, samorządy klasowe	W ramach integrowania klasy i pogłębiania relacji można organizować wspólne wyjścia do teatru, filharmonii itp.
5.	Planowanie programu zajęć wychowawczych i profilaktycznych w sposób przemyślany i dostosowany do	Wychowawcy	Na początku roku planuje się wspólnie z klasą tematykę zajęć poruszanych na godzinach

	potrzeb klasy		wychowawczych
6.	Tworzenie atmosfery zrozumienia i zaufania na co dzień	Cała społeczność szkolna	Dbanie o rozmówcę, dbanie o jakość rozmowy i brak pośpiechu,

#### 4. Radzenie sobie z presją otoczenia

	<b>Działania</b>	<b>Osoby odpowiedzialne</b>	<b>Sposób realizacji</b>
1.	Lekcje wychowawcze / w miarę możliwości warsztaty na temat asertywności	Wychowawcy, pedagog, psycholog	Po zgłoszeniu zapotrzebowania pedagogowi lub psychologowi szkolnemu ustala się termin godziny wychowawczej.
2.	Lekcje wychowawcze/ ewentualnie warsztaty na temat rozwiązywania konfliktów	jw.	jw.
3.	Organizowanie warsztatów dla chętnych dotyczących wiary w siebie	Pedagog, psycholog	Zebranie chętnych ze wszystkich klas pierwszych i przeprowadzenie warsztatów w terminie ustalonym z dyrekcją szkoły
4.	Prowadzenie lekcji wychowawczych na temat komunikatu ja i budowania dobrych relacji międzyludzkich	Wychowawcy, pedagog, psycholog	Po zgłoszeniu zapotrzebowania pedagogowi lub psychologowi szkolnemu ustala się termin godziny wychowawczej.
5.	Poradnictwo indywidualne dla osób słabiej radzących sobie z problemami	Psycholog, pedagog	Uczniowie zgłaszają się sami lub są diagnozowani przez wychowawców
6.	Budzenie w uczniach potrzeby osiągnięć i rozwoju indywidualnych talentów i zdolności	Cała społeczność szkolna	Kierowanie uczniów w kierunku rozpoznania swoich możliwości i talentów oraz pracy nad nimi

## 6. MONITOROWANIE I EWALUACJA PROGRAMU

Monitorowanie i ewaluacja szkolnego programu profilaktyki jest koniecznym elementem realizacji. Ewaluacja prowadzona jest w sposób dostosowany do tematu i rodzaju zajęć profilaktycznych.

Cel ewaluacji i monitorowania	Metoda	Czas realizacji	Osoby odpowiedzialne
Ewaluacja programów prowadzonych przez osoby z zewnątrz	Wybrana przez zespół	Każdorazowo po przeprowadzonym projekcie	Osoby z zewnątrz, pedagog szkolny, psycholog szkolny
Ewaluacja rocznych planów profilaktycznych dostosowanych do klas	Tabela sprawozdanie	Do końca maja każdego roku szkolnego	Wychowawcy dostarczają dyrekcji
Ewaluacja rocznych planów profilaktycznych	Sprawozdanie tabela	Do końca czerwca każdego roku szkolnego	Pedagog szkolny na podstawie złożonych sprawozdań wychowawców
Ewaluacja podsumowująca	Ankiety, wywiady, zestawienia	Koniec roku 2013/2014	Pedagog szkolny