

**PROGRAM PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ
REALIZOWANY
W ZESPOLE SZKÓŁ SPECJALNYCH NR 3
W KRAKOWIE,
UL. WIELICKA 265**

PODSTAWY PRAWNE DLA DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH W SZKOLE.

- Rozporządzenie z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniami.
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałania alkoholizmowi.
- Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych.
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego.
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii.
- Rozporządzenie MEN z dn. 17 listopada 2010 r. w sprawie zasad udzielania i organizowania pomocy psychologiczno – pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach.
- Rządowy program poprawy stanu bezpieczeństwa w szkołach i placówkach „Zero tolerancji dla przemocy w szkole” przyjętego uchwałą Rady Ministrów nr.28/2007 z dnia 6 marca 2007 r.
- Rozporządzenie MENiS z dnia 7 stycznia 2003 roku w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach. Dz.U.Nr.51, poz. 458.
- Konwencja o Prawach Dziecka
- Ustawa z dnia 10 czerwca 2010 roku o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie oraz niektórych innych ustaw.

WSTĘP

Profilaktykę rozumie się jako proces wspierający zdrowie psychiczne i fizyczne poprzez pomoc i towarzyszenie uczniowi w zdobywaniu wiedzy o zagrożeniach dla zdrowia oraz w nabywaniu umiejętności przeciwdziałania tym zagrożeniom.

W związku ze zwiększającymi się potrzebami przeciwdziałania zjawiskom zagrażającym zdrowiu i bezpieczeństwu dzieci istnieje konieczność podejmowania kompleksowych działań profilaktycznych na terenie szkoły. Głównymi założeniami tego programu jest kreowanie zdrowego i bezpiecznego stylu życia, szeroko pojęta profilaktyka uzależnień, zapobieganie zachowaniom agresywnym u uczniów naszej szkoły oraz szeroko pojęta edukacja uczniów, niezbędna do wykształcenia właściwych postaw i zachowań. Program ten swym zakresem obejmuje uczniów szkoły podstawowej i gimnazjum. Przekazywane treści i sposób ich realizacji będą dostosowane do potrzeb uczniów danej klasy z uwzględnieniem ich wieku.

Realizatorami programu są wychowawcy i nauczyciele. Oddziaływania profilaktyczne mają szczególne znaczenie w odniesieniu do dzieci i młodzieży w okresie dorastania. W tym czasie najczęściej dochodzi do podejmowania zachowań ryzykownych.

Zgodnie z hasłem Światowej Organizacji Zdrowia "zdrowie zaczyna się w domu". Rodzice są pierwszymi i najważniejszymi nauczycielami zdrowia swoich dzieci. Skuteczność edukacji zdrowotnej zależy od tego, w jakim stopniu szkoła będzie współdziałała z rodzicami uczniów. Dlatego dostrzegając wagę problemu także rodziców prosimy o współpracę i włączamy do tego programu.

PROFILAKTYKA W SZKOLE

1. Wzmacnianie więzi emocjonalnej w rodzinie.
2. Budowanie poczucia wartości.
3. Wzmacnianie mocnych stron osobowego rozwoju.
4. Kształcenie umiejętności komunikacyjnych.
5. Wspieranie w sytuacjach trudnych.
6. Wychowywanie do wartości i podejmowania odpowiedzialnych decyzji.
7. Wypracowanie efektywnych sposobów radzenia sobie ze stresem.

ZACHOWANIA RYZYKOWNE

Zachowania ryzykowne to cechy, warunki sprzyjające powstawaniu zachowań ryzykownych.

Najpoważniejsze zachowania ryzykowne to: palenie tytoniu, używanie alkoholu, używanie innych środków psychoaktywnych (narkotyków, leków), wczesna aktywność seksualna, a także zachowania agresywne i przestępcze.

CZYNNIKI CHRONIĄCE

Czynniki chroniące to cechy, sytuacje, warunki zwiększające odporność na działanie czynników ryzyka.

Najważniejsze czynniki chroniące to: silna więź emocjonalna z rodzicami, zainteresowanie nauką szkolną, regularne praktyki religijne, poszanowanie prawa norm, wartości, autorytetów społecznych, przynależność do pozytywnej grupy rówieśniczej.

CELE PROGRAMU

Uczynienie szkoły miejscem bezpiecznym, wolnym od nałogów, w którym uczniowie rozwijają swoje zainteresowania.

Cele operacyjne:

- Kształtowanie odpowiedzialności za zdrowie swoje i najbliższego otoczenia.
- Propagowanie zdrowego stylu życia.
- Uświadomienie uczniom, czym jest uzależnienie.
- Kształtowanie umiejętności interpersonalnych – wzmacnianie współpracy w grupie.
- Wyposażenie uczniów, nauczycieli i rodziców w wiedzę pozwalającą dostrzegać związki między używaniem substancji psychoaktywnych a innymi problemami pojawiającymi się w życiu człowieka.
- Zapobieganie ryzykownym zachowaniom, w tym nikotynizm, narkomania, alkoholizm, środki psychotropowe
- Uświadomienie uczniom co zrobić w sytuacjach kryzysowych, gdzie mogą szukać pomocy.
- Ochrona uczniów przed niepożądanymi treściami w Internecie oraz brutalnymi programami i grami komputerowymi, cyberbullying - cyberprzemoc, grooming – uwodzenie w sieci.
- Budowanie współpracy z rodzicami i pozyskiwanie ich jako sojuszników działań wychowawczych i profilaktycznych – szkoła w roli mediatora.
- Zapobieganie ryzykownym sytuacjom związanym z seksem.
- Budowanie poczucia własnej wartości, wzmacnianie mocnych stron osobowego rozwoju ucznia, podnoszenie samooceny.

PROGRAM PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ

CELE	ZDANIA	FORMY REALIZACJI	OSOBY ODPOWIEDZIALNE
Diagnoza zagrożeń istniejących w środowisku.	- Spotkanie z grupą uczniów - zapisanie na arkuszu papieru potrzeb wychowanków w zakresie profilaktyki. Przedyskutowanie, które z nich są ważne i dlaczego. Wspólne ustalenie tematów priorytetowych. - Prowadzenie rozmów indywidualnych z uczniami-pacjentami i zapoznanie się z rodzajem zagrożeń występujących w ich środowisku macierzystym. - Rozpoznanie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (orzeczenia i opinie z PPP)	Zajęcia warsztatowe. Rozmowy indywidualne. Przeprowadzenie ankiety wśród uczniów. Obserwacja zachowań uczniów.	Nauczyciel, wychowawca.
Kształtowanie przynależności do nowego środowiska szkolnego	- Organizowanie zajęć integracyjnych. - Organizowanie imprez w poszczególnych oddziałach mających na celu tworzenie i utrwalanie szkolnych tradycji. - Przygotowanie uczniów do pracy w zespole uczniowskim: - ustalenie zasad pracy w grupie - wybór samorządu oraz innych funkcji w oddziale lekcje wychowawcze prowadzone metodami aktywizującymi mające na celu : budowanie zaufania, poznanie form spędzania wolnego czasu, kształtowanie asertywności, twórczego myślenia, poznanie technik skutecznego porozumiewanie się, wspólne rozwiązywanie konfliktów, kształtowanie poczucia własnej wartości i inne.	Zajęcia warsztatowe w ramach godzin wychowawczych i zajęć pozalekcyjnych.	Nauczyciel, wychowawca.

Doskonalenie umiejętności interpersonalnych.	• Doskonalenie umiejętności rozpoznawania i wyrażania własnych uczuć oraz akceptowania uczuć innych. • Kształtowanie poczucia własnej wartości. • Wdrażanie do umiejętności wyrażania swoich sądów, podejmowania decyzji, budowania pozytywnego obrazu samego siebie. • Rozwijanie umiejętności nawiązywania i utrzymywania kontaktów z innymi.	Ćwiczenia i zajęcia w grupach na temat „komunikacji interpersonalnej”, asertywności. Indywidualne rozmowy. Zajęcia integrujące grupę z wykorzystaniem metod aktywizujących.	Nauczyciel, wychowawca
Kształtowanie odpowiednich postaw w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami, osobami dorosłymi znanymi i obcymi.	• Uczenie postaw ograniczonego zaufania do innych. • Utrwalanie zachowań asertywnych. • Uczenie konstruktywnego rozwiązywania konfliktów.	Rozmowy spontaniczne i kierowane. Zajęcia warsztatowe.	Nauczyciel, wychowawca
Rozwijanie umiejętności życiowych.	• Kształcenie umiejętności radzenia sobie ze stresem, lękiem oraz innymi emocjami. • Wskazywanie sposobów realizacji osobistych celów i satysfakcjonującego zaspokajania potrzeb okresu dojrzewania. • Rozwijanie umiejętności wychowawczych rodziców.	Stosowanie technik relaksacyjnych. Filmy instruktażowe. Scenariusze. Rozmowy indywidualne	Nauczyciel, wychowawca
Wspieranie uczniów w osiąganiu sukcesów	• Zapoznanie uczniów z technikami efektywnego uczenia się. • Indywidualne zajęcia i rozmowy z uczniami mającymi problemy z nauką i uczniami uzdolnionymi.	Zajęcia warsztatowe	Nauczyciel, wychowawca

Przeciwdziałanie przemocy i agresji.	• Uświadomienie, czym jest agresja, jak ją rozpoznawać i jakie niesie zagrożenia. • Przeciwdziałanie bezkarności – informacje o kodeksie prawa cywilnego i karnego. • Zapoznanie uczniów z „Niebieską Kartą”. • Uświadomienie gdzie należy szukać pomocy w przypadku zetknięcia się z agresją lub przemocą.	Zajęcia warsztatowe w ramach godzin wychowawczych i zajęć pozalekcyjnych, Opracowanie i wprowadzanie norm w każdej grupie wychowawczej. Stymulacja zachowań poprzez kontakt ze sztuką: - udział w imprezach kulturalnych na terenie szpitala, - udział w konkursach plastycznych i literackich (szkolnych i pozaszkolnych).	Nauczyciel, wychowawca.
Przeciwdziałanie zagrożeniom. Zapobieganie zachowaniom ryzykownym uczniów, takim jak: - popełnianie wykroczeń przeciw prawu, - nierealizowanie obowiązku szkolnego, - używanie substancji psychoaktywnych.	• Uświadomienie uczniom zagrożeń współczesnego świata (narkotyki, alkohol, papierosy, środki psychotropowe) • Ukazywanie zdrowotnych, społecznych i moralnych następstw uzależnień. • Propagowanie zdrowego stylu życia. • Umożliwienie rodzicom korzystania z różnych form edukacji zdrowotnej w szkole.	Przeprowadzenie cyklu spotkań dotyczących uzależnień. Realizacja tematów dotyczących działań profilaktycznych w ramach godzin wychowawczych. Przeprowadzenie akcji profilaktycznych: - plakaty, - Konkursy plastyczno-literackie. Spotkania z rodzicami.	Nauczyciel, wychowawca.

Stop cyberprzemocy.	• Uczenie świadomego i umiejętnego poruszania się w cyberprzestrzeni. • Ukazanie uczniom rodzajów zagrożeń, uświadomienie przyczyn i skutków nadmiernego i niekontrolowanego korzystania z komputera, Internetu. • Podniesienie świadomości wśród uczniów, rodziców i nauczycieli na temat współczesnych środków komunikacji. • Podniesienie świadomości rozsądnego korzystania z portali społecznościowych.	Przeprowadzenie rozmów, pogadanek. Ochrona uczniów przed niepożądanymi treściami w Internecie oraz brutalnymi programami i grami komputerowymi.	Nauczyciel, wychowawca.
Promowanie zdrowego stylu życia, kształtowanie postaw oraz zachowań prozdrowotnych	• Zasady dbania o higienę osobistą, odzieży, miejsca pracy i wypoczynku • Udział w programach profilaktycznych • Anoreksja i bulimia-jako zagrożenia dla zdrowego stylu życia. • Skutki nieprawidłowego odżywiania się – otyłość. • Bezpieczeństwo podczas gier i zabaw ruchowych. • Zapoznanie się z elementami pierwszej pomocy.	Przeprowadzenie godzin wychowawczych Rozmowy z uczniami. Zajęcia warsztatowe	Nauczyciel, wychowawca.
Zapobieganie przemocy psychicznej.	• Zapoznanie wychowanków z mobbingiem i jego konsekwencjami. • Zapobieganie fobiom szkolnym oraz powstawaniu sytuacji stresowych podczas procesu edukacyjnego.	Przeprowadzenie ankiety. Przeprowadzenie godzin wychowawczych.	Nauczyciel, wychowawca.
Unikanie zagrożeń ryzykownych wynikających z wczesnej aktywności seksualnej	• Zapoznanie uczniów z tematem inicjacji seksualnej. • Ukazanie uczniom skutków wczesnej inicjacji seksualnej. • Zapoznanie wychowanków ze środkami antykoncepcyjnymi.	Przeprowadzenie lekcji wychowawczych	Nauczyciel, wychowawca

EWALUACJA

Ewaluacja zostanie przeprowadzona wśród uczniów oraz nauczycieli. Obszarem poddanym ewaluacji będzie stopień realizacji zadań zawartych w Szkolnym Programie Profilaktyki Uzależnień.

Sposoby ewaluacji:

- analiza ankiet
- obserwacja uczniów
- rozmowy z uczniami
- rozmowy z rodzicami.

Uzyskane w ten sposób wyniki będą analizowane i wykorzystywane do wprowadzenia zmian w programie.