

# **Program Profilaktyki Szkolnej**

## **Zespołu Szkół**

### **w Oleszycach**

**Profilaktyka to proces wspomagania człowieka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu, a także ograniczenie i likwidowanie czynników niekorzystnych dla życia i zdrowia jednostki.**

(Z.B.Gaś 2000)

Profilaktyka to spotkanie z drugim człowiekiem w atmosferze życzliwości, empatii i zrozumienia, jest czasem poświęconym innym w celu przeciw działania niepożądanym zachowaniom. To nadzieja na lepsze jutro.

Realizatorzy programu

Szkolny program profilaktyczny oparty został na następujących aktach prawnych:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2002 r. w sprawie tworzenia szkolnych programów profilaktyki dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych.
2. Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19 sierpnia 1994 r.
3. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi
4. Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii
5. Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych

**Celem profilaktyki szkolnej** jest ochrona ucznia przed różnorodnymi zakłóceniami jego rozwoju. Jest to umiejętność rozpoznawania czynników ryzyka hamujący lub niszczący rozwój ucznia oraz **czynników chroniących** przed podejmowaniem **ryzykownych zachowań**.

Do czynników ryzyka, które sprzyjają podejmowaniu zachowań ryzykownych należą:

- środowisko społeczne promujące pewne wzorce zachowań (przestępcze, z problemami alkoholowymi, mała zaradność życiowa),
- normy społeczne promujące lub prowokujące dane zachowania (obyczaje rodzinne lub środowiskowe),
- grupa rówieśnicza, w której normą są zachowania dysfunkcyjne,
- niskie wyniki osiągnięte w szkole i brak celów życiowych,
- łatwość zdobycia alkoholu, papierosów czy substancji psychotropowych,
- wczesna inicjacja spożywania środków uzależniających.

Do najważniejszych czynników chroniących młodzież przed podejmowaniem zachowań ryzykownych należą:

- silna więź emocjonalna z rodzicami,
- zainteresowanie nauką szkolną,
- regularne praktyki religijne,
- konstruktywna grupa rówieśnicza,
- stała opieka sprawowana przez kompetentną osobę dorosłą,
- uwewnętrzniiony szacunek dla norm, wartości, autorytetów,
- umiejętność rozwiązywania problemów,
- poczucie własnej wartości.

## Charakterystyka naszych wychowanków

W naszej szkole uczy się 800 uczniów, w tym 460 dziewcząt i 340 chłopców. Młodzież kształci się w liceum profilowanym, technikum na podbudowie szkoły podstawowej, technikum na podbudowie gimnazjum, technikum na podbudowie zasadniczej szkoły zawodowej oraz w zasadniczej szkole ogrodniczej.

Uczniowie naszej szkoły pochodzą ze środowisk małomiasteczkowych i wiejskich. Sytuacja socjalno - bytowa uczniów jest przeciętna lub poniżej przeciętnej, część uczniów pochodzi z rodzin o niskim statusie materialnym, korzystających z różnego rodzaju pomocy socjalnych. W szczególnie trudnej sytuacji materialnej są uczniowie z rodzin byłych pracowników PGR oraz małych gospodarstw rolnych. Rodzice tych uczniów często wyjeżdżają do prac sezonowych w innych krajach pozostawiając swoje dzieci pod opieką dziadków, innej rodziny, a zdarza się także, że starsze niedoświadczone rodzeństwo opiekuje się młodszym.

Rodzice naszych uczniów posiadają wykształcenie zawodowe i średnie, niewielki jest odsetek uczniów pochodzących z rodzin inteligenckich. Nieliczna grupa uczniów pochodzi z rodzin dysfunkcyjnych lub niewydolnych wychowawczo. Młodzież kształcąca się w liceum, technikum i zasadniczej szkole zawodowej jest w okresie dorastania. Rozpiętość wiekowa naszej młodzieży to 15 – 21 lat.

**Okres dorastania**, to czas doniosłych, głęboko sięgających zmian psychicznych to kształtowanie się osobowości młodego człowieka. Zmiany osobowościowe w okresie dorastania przebiegają intensywnie i nie zawsze harmonijnie. Emocje młodego człowieka cechuje labilność, przesada i nadmierna afektacja, a podejmowane decyzje bywają pochopne, nieprzemyślane, oparte na podłożu uczuciowym a nie racjonalnym. W wielu przypadkach logiczne argumenty kierowane przez rodziców czy inne osoby zaangażowane w proces wychowania nie trafiają do młodych ludzi, są przez

nich lekceważone i najczęściej odrzucane. Wiele dysfunkcji rozwojowych powstaje w tym właśnie okresie i u wielu osób utrzymuje się przez resztę życia. Okres dorastania to czas poznawania siebie, poszukiwania sensu własnego istnienia, swojej roli w życiu. Jest to podstawowy dylemat z którym musi się uporać każdy nastolatek. Zdobywając doświadczenie życiowe, każdy nastolatek ma zapewniany czas psychospołecznego moratorium.

Psychospołeczne moratorium to - wg Eriksona – „to okres pobłażania ze strony społeczeństwa, który pozwala młodym ludziom na wypróbowanie różnych tożsamości i ponoszenie porażek, a jednocześnie chroni przed konsekwencjami swoich czynów”, gdyż umiejętności psychospołeczne nie są jeszcze na tyle rozwinięte, aby młodzi ludzie mogli sami rozwiązywać własne problemy.

W okresie dorastania szczególnie silnie odczuwana jest potrzeba akceptacji, szacunku i uznania. Potrzeby te zaspakajane są przede wszystkim przez rodzinę, szkołę i środowisko, w którym najważniejszą rolę odgrywają grupy rówieśnicze. Jeżeli młody człowiek nie znajdzie na tym etapie rozwoju zrozumienia i wsparcia ze strony najbliższych mu osób, wówczas może podjąć nieprzemyślane i niewłaściwe decyzje życiowe. Może pójść drogą uproszczoną np. wejść w uzależnienia, co na krótko i pozornie daje wrażenie uporania się z własnymi problemami, a w efekcie jeszcze bardziej je pogłębia.

Również niebezpieczne dla młodego człowieka jest wejście w grupę rówieśniczą, która nie uznaje żadnych autorytetów, jest nadmiernie krytyczna i nastawiona buntowniczo do uznawanych społecznie norm i zasad.

Z powyższej analizy wynika, że proces osiągnięcia tożsamości jest trudny i złożony. Młodzież w tym okresie wymaga szczególnej opieki i pomocy.

## **Potrzeby młodzieży naszej szkoły w zakresie profilaktyki**

Na podstawie analizy:

- protokołów Rady Pedagogicznej,
- informacji od nauczycieli, wychowawców klas i grup internatowych,
- informacji od uczniów i rodziców uzyskanych podczas rozmów indywidualnych,
- informacji od pedagoga szkolnego,
- badań ankietowych skierowanych do wychowawców klas, uczniów i rodziców,

wyodrębniono następujące zachowania ryzykowne charakterystyczne dla naszych wychowanków:

1. palenie tytoniu
2. picie alkoholu
3. lekceważenie obowiązków szkolnych
4. wagary

<b>Zachowania ryzykowne</b>	<b>Czynniki zwiększające ryzyko występowania zachowań ryzykownych</b>
Palenie tytoniu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- upodobanie się do innych członków grupy, aby uzyskać akceptację,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- wagary,</li> </ul> </li> <li>- spędzanie wieczorów poza domem,</li> <li>- używanie innych substancji psychotropowych (marihuana),               <ul style="list-style-type: none"> <li>- picie alkoholu,</li> <li>- złe wyniki w nauce,</li> <li>- podkreślanie dorosłości,</li> </ul> </li> <li>- brak umiejętności zachowań asertywnych</li> </ul>
Picie alkoholu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- palenie papierosów,</li> <li>- wagary,</li> <li>- negatywne nastawienie do szkoły,</li> <li>- łatwość nawiązywania kontaktów z rówieśnikami,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- poczucie obciążenia nauką,</li> </ul> </li> <li>- lekceważenie obowiązków szkolnych,</li> <li>- spędzanie dużo czasu poza szkołą,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- uległość wobec grupy,</li> </ul> </li> <li>- brak kontroli osób kompetentnych</li> </ul>
Lekceważenie obowiązków szkolnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wagary,</li> <li>- negatywne nastawienie do szkoły,</li> <li>- poczucie obciążenia nauką, spędzanie dużo czasu na inne zajęcia poza szkołą i domem,</li> <li>- małe aspiracje co do dalszej nauki,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- brak opieki przez rodziców,</li> <li>- niska samoocena,</li> </ul> </li> <li>- brak poczucia skuteczności</li> </ul>
Wagary	<ul style="list-style-type: none"> <li>- palenia papierosów,</li> <li>- picie alkoholu,</li> <li>- spędzanie czasu w towarzystwie rówieśników, którzy mają lekceważący stosunek do nauki,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- małe aspiracje co do dalszej nauki,</li> <li>- negatywne nastawienie do szkoły,</li> </ul> </li> <li>- brak opieki kompetentnej osoby dorosłej,</li> <li>- lekceważenie obowiązków szkolnych,               <ul style="list-style-type: none"> <li>- brak poczucia skuteczności,</li> <li>- niska samoocena</li> </ul> </li> </ul>

### **Cele profilaktyki szkolnej**

1. Kształtowanie odpowiedzialnej postawy za zdrowie własne i zdrowie osób drugih w różnych aspektach życia.
2. Wspieranie relacji rodzic – uczeń – nauczyciel w celu tworzenia właściwego klimatu szkoły zapewniającego podmiotowość i bezpieczeństwo uczniów i nauczycieli.
3. Kształtowanie właściwej postawy wobec zdrowia psychicznego (umiejętność radzenia sobie ze stresem, zachowania asertywne), zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia), oraz umiejętność właściwego korzystania z używek (alkohol, kawa, herbata, narkotyki).
4. Wzmacnianie poczucia własnej wartości, wiary w siebie i w swoje możliwości.

### **Zadania szkolnego programu profilaktycznego**

1. Dostarczanie rzetelnej wiedzy o uzależnieniach
2. Oddziaływanie na uczniów w celu kształtowania odpowiedzialnej postawy za własne i cudze zdrowie.
3. Stwarzanie warunków do pogłębiania wiedzy o zagrożeniach cywilizacyjnych.
4. Tworzenie klimatu szkolnego sprzyjającego zainteresowaniem nauką.
5. Promowanie i praktykowanie prozdrowotnego stylu życia.
6. Tworzenie środowiska służącego wzrostowi poczucia własnej wartości.

## **Najważniejsze działania szkoły w zakresie profilaktyki pierwszorzędowej**

1. Stwarzanie przyjaznego klimatu w szkole.
2. Nauczyciele stanowią pozytywne wzorce.
3. Wypracowanie wspólnej polityki szkoły wobec zachowań ryzykownych.
4. Budowanie dobrej współpracy z rodzicami i pozyskiwanie ich jako sojuszników działań wychowawczych i profilaktycznych.
5. Pomoc dla uczniów mających trudności w nauce.
6. Wczesne wykrywanie uczniów z grup ryzyka i kierowanie ich do specjalistów (wstępna diagnoza).
7. Udostępnianie uczniom i rodzicom informacji o specjalistycznej pomocy poza szkołą, kierowanie (w uzgodnieniu z rodzicami) do specjalistów.
8. Szkolenie nauczycieli w zakresie profilaktyki zagrożeń i umiejętności wychowawczych.

Prowadzenie specjalistycznych programów profilaktycznych zleca się osobom wyspecjalizowanym w profilaktyce drugo- i trzeciorzędowej.

Adresy:

Rzeszowskie Centrum Psychoterapii

35 – 203 Rzeszów

ul. Słowackiego 24

tel. 603 434 203

poniedziałki: 10.00 – 12.00

czwartki: 16.00 – 18.00

Wojewódzki Ośrodek

Terapii Uzależnień Rzeszów

ul. Siemiańskiego 17

tel. 017 861 17 44

017 861 16 40

W ramach realizacji programu profilaktycznego w naszej szkole stosowane są następujące strategie:

- informacyjne – dostarczające rzetelnej wiedzy na temat zagrożeń
- edukacyjne – rozwijające umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach
- alternatywne – pozwalające na zaspokojenie ważnych potrzeb i osiągnięciu satysfakcji życiowych przez zaangażowanie się w działalność sportową, artystyczną, społeczną
- interwencyjne – celem tych działań jest pomoc i wspieranie w sytuacjach kryzysowych.

<b>Zadania szkoły</b>	<b>Odpowiedzialni</b>
<p><b>I. Dostarczanie rzetelnej wiedzy o uzależnieniach i wytwarzających się współuzależnieniach.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wpływ alkoholu, nikotyny i środków odurzających na organizm człowieka</li> <li>2. Wczesna inicjacja zażywania środków uzależniających na kształtowanie się osobowości młodego człowieka.</li> </ol> <p><b>II Oddziaływanie na uczniów w celu kształtowania odpowiedzialnej postawy za własne i cudze zdrowie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdrowie – najważniejsza wartość człowieka</li> <li>2. Wpływ grup nieformalnych na kształtowanie się osobowości</li> <li>3. Rodzice – pierwsi najważniejsi wychowawcy</li> <li>4. Znaczenie koleżeństwa i przyjaźni wśród młodzieży</li> <li>5. Tolerancja źle pojęta (konsekwencje dla osób łamiących prawo)</li> <li>6. Zagrożenie uzależnieniami (obecność dealerów i bliskość punktów sprzedaży używek, istnienie w szkole stref niekontrolowanego życia młodzieży)</li> </ol> <p><b>III Tworzenie warunków do pogłębiania</b></p>	<p>Wychowawcy klas i zaproszone osoby</p> <p>Wychowawcy klas i higienistka szkolna</p> <p>Nauczyciel biologii i technologii żywienia Wychowawcy klas, pedagog szkolny Katecheci</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>Nauczyciele wszystkich przedmiotów</p> <p>Dyrekcja, wychowawcy, pedagog szkolny</p>

**wiedzy o zagrożeniach cywilizacyjnych dla normalnego funkcjonowania człowieka i społeczeństwa.**

1. Telewizja i internet – dobrodziejstwo czy przekleństwo techniki.
2. Bezkrytyczne naśladownictwo innych kultur (wpływ mediów).
3. Modny styl bycia, a umiejętność podejmowania decyzji i ponoszenia konsekwencji.
4. Znaczenie autorytetu.
5. Kulturowanie tradycji rodzinnych i religijnych.

Nauczyciele informatyki,  
wychowawcy klas  
Nauczyciele języka polskiego

Wychowawcy klas, nauczyciele  
psychologii społecznej

Wychowawcy klas, nauczyciele  
historii, WOS  
Katecheci

**IV Tworzenie klimatu szkolnego sprzyjającego zainteresowaniem nauką.**

1. Zapoznanie ze statutem szkoły – prawa i obowiązki uczniów.
2. Spotkanie rodziców z dyrektorem szkoły na temat motywacji podnoszenia wyników w nauce.
3. Wspólne obchodzenie uroczystości szkolnych (jasno określone zasady postępowania)
4. Sukcesy szkolne uczniów pozytywny wzór do naśladowania.
5. Aktywny udział rodziców w życiu szkoły (współpraca z trójkami klasowymi i Radą Rodziców)

Wychowawcy klas

Dyrektor szkoły

Wychowawcy klas i inni  
nauczyciele

Wychowawcy klas i dyrekcja  
szkoły  
Dyrektor Szkoły i wychowawcy  
klasy

**V Promowanie i praktykowanie prozdrowotnego stylu życia.**

1. Umiejętność radzenia sobie ze stresem i uczenie postaw asertywnych.
2. Zdrowe odżywianie się warunkiem zdrowia i dobrego samopoczucia.
3. Zaburzenie odżywiania (anoreksja i bulimia) a zdrowie psychiczne.
4. Ruch i aktywność fizyczna jako forma spędzania wolnego czasu
5. Właściwe korzystanie z używek (alkohol, kawa, herbata)
6. Profilaktyka rozwoju cewy nerwowej u noworodków (uczniowie klas V)

Nauczyciele psychologii,  
pedagog szkolny  
Nauczyciele technologii żywienia

Nauczyciele technologii żywienia

Nauczyciele wychowania  
fizycznego  
Nauczyciele żywienia

Higienistka szkolna

<p>7. Samobadanie piersi</p> <p><b>VI Tworzenie środowiska służącego wzrostowi poczucia własnej wartości</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kształtowanie się sumienia poprzez regularne praktyki religijne</li> <li>2. Kształtowanie pozytywnego wizerunku własnej osoby – moje mocne strony</li> <li>3. Bieda lub bogactwo rodziny ucznia (daleko od średniej w dochodach) a zniżenie własnej wartości</li> <li>4. Umiejętność rozwiązywania konfliktów – konflikty rówieśników, konflikty pokoleń</li> <li>5. Umiejętność wyboru – dobro i zło jako pojęcia względne.</li> </ol>	<p>Pracownicy SANEPiD</p> <p>Katecheci</p> <p>Nauczyciele marketingu</p> <p>Katecheci, wychowawcy klas</p> <p>Wychowawcy klas, nauczyciele marketingu, nauczyciele psychologii społecznej Pedagog szkolny</p>
--	---

*Nie programy pomagają lecz ludzie mądrzy i dobrzy*