

SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI ZESPOŁU SZKÓŁ EKONOMICZNO – HOTELARSKICH W KOŁOBRZEGU

Podstawą do opracowania programu było:

- Analiza stanu wychowawczego szkoły.
- Obserwacje i rozmowy.
- Program Wychowawczy Szkoły.
- Podstawa programowa kształcenia ogólnego.

Celem programu jest:

- Promowanie zdrowego stylu życia.
- Zapobieganie niepożądanym zachowaniom i patologiom.
- Tworzenie szkoły, która pomaga młodemu człowiekowi w efektywnym starciu w dorosłe życie.

Program wyróżnia następujące obszary działań profilaktycznych:

- Promocja zdrowia.
- Profilaktyka uzależnień.
- Przeciwdziałanie przestępczości i agresji.
- Przystosowanie uczniów do życia społecznego.
- Ochrona przed negatywnym wpływem mediów.

Program skierowany jest do uczniów, rodziców i nauczycieli.

Może być realizowany na zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych oraz podczas codziennych sytuacji szkolnych.

Cele operacyjne programu:

- Ułatwienie poznania siebie i refleksji nad sobą.
- Uczenie zachowań asertywnych, w tym umiejętności wyrażania uczuć.
- Wskazanie konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem i sytuacjami trudnymi.
- Kształtowanie umiejętności komunikowania się z innymi.
- Dostarczanie informacji o alkoholu i innych substancjach uzależniających oraz o zagrożeniach towarzyszących ich zażywaniu.
- Wzrost samoakceptacji i zadowolenia z siebie, bezpieczeństwa w grupie.
- Ochrona zdrowia psychicznego.
- Pokazanie perspektyw zdrowego życia i drogi do satysfakcji osobistych bez zażywania substancji psychoaktywnych.
- Oferowanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego.
- Stworzenie warunków umożliwiających uczniom rozwój osobisty.

Inne dokumenty:

- Statut szkoły
- Program wychowawczy szkoły

Obszary działania:

OBSZAR I DIAGNOZA STANU POTRZEB

Cel ogólny

Poszerzenie wiedzy na temat funkcjonowania psychospołecznego

Zadania

1. Diagnoza specyfiki funkcjonowania psychospołecznego i emocjonalnego.
2. Zebranie informacji na temat specyficznych trudności w nauce.
3. Zgromadzenie informacji o rodzinach dysfunkcyjnych.

Formy realizacji

- Obserwacja zachowań uczniów.
- Prowadzenie wywiadów z uczniami, rodzicami, nauczycielami.
- Przeprowadzanie wśród uczniów badań ankietowych.
- Analiza wyników w nauce.

Efekty

1. Poznanie potrzeb i wartości uczniów.
2. Dobranie odpowiedniego sposobu pracy z uczniem przejawiającym trudności.
3. Pogłębienie wiedzy na temat środowiska rodzinnego uczniów.

OBSZAR II BEZPIECZEŃSTWO W SZKOLE

Cel ogólny

Kształtowanie postaw dbałości o bezpieczeństwo własne i innych

Zadania

1. Uświadomienie skutków zdrowotnych niebezpiecznych i brawurowych zachowań na lekcjach, przerwach oraz w szatni.
2. Zapobieganie panice.
3. Powiadamianie o wypadkach osób kompetentnych.
4. Nabywanie umiejętności zachowania się w przypadkach kontaktu z przedmiotami niebezpiecznymi (petardy, niewybuchy, substancje toksyczne i inne).
5. Monitorowanie zachowania uczniów.

Formy realizacji

- Zapoznanie z regulaminami obowiązującymi na terenie szkoły.
- Przedstawienie uczniom konsekwencji dotyczących zagrożenia zdrowia lub życia własnego bądź innych (zachowania agresywne, palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie substancji psychoaktywnych).
- Wyciąganie konsekwencji za łamanie regulaminów obowiązujących w szkole.
- Kontrakty z uczniami łamiącymi zasady.
- Zapoznanie z planem ewakuacji szkoły oraz sposobem zachowania się w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.
- Eksponowanie w widocznym miejscu telefonów alarmowych.

- Spotkania z przedstawicielami policji, straży pożarnej i ratownictwa medycznego.
- Omawianie prawdziwych sytuacji kontaktu z przedmiotami niebezpiecznymi (skutki postępowania).
- Pogadanki w okresie największego zainteresowania młodzieży artykułami pirotechnicznymi.
- Dyżury nauczycieli szkoły podczas przerw na korytarzu, w szatni i łazience.

Efekty

1. Znajomość praw i obowiązków ucznia.
2. Zwiększenie odpowiedzialności za swoje słowa i czyny.
3. Znajomość numerów alarmowych.
4. Umiejętność działania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.
5. Znajomość jednostek ratunkowych.
6. Zwiększenie bezpieczeństwa w szkole.

OBSZAR III UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNE

Cel ogólny

Kształcenie umiejętności uczniów w tworzeniu prawidłowych relacji interpersonalnych

Zadania

1. Uczenie współdziałania w grupie rówieśniczej z nastawieniem na szacunek dla różnic między ludźmi.
2. Uczenie sposobów prawidłowej komunikacji interpersonalnej.
3. Zapobieganie przyzwalaniu na zachowania nieakceptowane społecznie, agresywne i dewastujące otoczenie.
4. Wspieranie prawidłowego rozwoju sfery emocjonalnej.
5. Wspieranie prawidłowego rozwoju społecznego, w tym koleżeństwa i przyjaźni.
6. Wyrabianie umiejętności akceptacji i tolerancji oraz uczenie odpowiedzialności za siebie i innych.
7. Dostrzeganie osób niepełnosprawnych podeszłych wiekiem, samotnych i potrzebujących.
8. Uczenie konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, negocjowania, przeproszania i przebaczenia.
9. Rozwijanie umiejętności asertywnych.
10. Kształtowanie wartości w życiu młodego człowieka.

Formy realizacji

- Zajęcia warsztatowe dla kl. I - integracja, budowanie zespołu klasowego.
- Prace w zespołach zadaniowych.
- Zabawy i spotkania integrujące zespoły uczniów.
- Wspólny udział klas w wycieczkach szkolnych.
- Trening skutecznej i prawidłowej komunikacji.
- Dyskusje na temat norm i zasad funkcjonowania społecznego.
- Trening reagowania w sytuacjach łamania norm społecznych.

- Pogadanka nt. rozpoznawania, nazywania oraz znaczenia uczuć w naszym życiu.
- Zajęcia warsztatowe nt. wyrażania uczuć, sposobów radzenia sobie z uczuciami.
- Zajęcia warsztatowe wspierające, rozwijające i korygujące rozwój emocjonalny.
- Organizowanie pomocy i wsparcia koleżeńskiego.
- Pogadanki wychowawcze i zajęcia edukacyjne.
- Zajęcia warsztatowe wspierające, rozwijające i korygujące rozwój psychospołeczny.
- Pogadanki na lekcjach wychowawczych.
- Dyskusje na lekcjach wychowawczych.
- Zajęcia warsztatowe - korzyści płynących z bezinteresownego pomagania innym ludziom.
- Działalność wolontariacka.
- Debaty klasowe nt. przyczyn i skutków konfliktów.
- Sposoby konstruktywnego rozwiązywania konfliktów - dyskusje, scenki dramatyczne.
- Zajęcia warsztatowe o sztuce mediacji i negocjacji.
- Pogadanki na godzinach wychowawczych.

Efekty

1. Integracja zespołów klasowych.
2. Autoprezentacji na forum klasowym.
3. Znajomość zasad prawidłowej komunikacji.
4. Umiejętność postępowania w sytuacjach nieakceptowanych społecznie.
5. Znajomość zasad i norm społecznych.
6. Umiejętność nazywania i wyrażania emocji.
7. Zwiększenie empatii i wrażliwości na potrzeby innych.
8. Zrozumienie korzyści płynących z pomagania innym.
9. Uwrażliwienie na potrzeby osób niepełnosprawnych.
10. Nabycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych.
11. Umiejętność asertywnego odmawiania.

OBSZAR IV PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

Cel ogólny

Kształtowanie postawy prozdrowotnej, życia bez używek i substancji odurzających

Zadania

1. Podejmowanie działań dla ochrony i poszanowania zdrowia własnego i innych – kreowanie negatywnego stosunku do używek i substancji odurzających.
2. Uświadomienie skutków uzależnień od gier komputerowych, telewizji, Internetu, telefonu komórkowego, pornografii.
3. Ukazywanie negatywnego wpływu reklam i środków masowego przekazu na zachowania młodych ludzi.
4. Ukazywanie skutków kreowanego przez mass media stereotypu piękna -

anoreksja, bulimia.

Formy realizacji

- Przeprowadzenie badań ankietowych nt. uzależnień.
- Pogadanki na godzinach wychowawczych dotyczące wpływu używek i substancji odurzających na życie i zdrowie młodego człowieka.
- Przedstawienie wpływu alkoholu, tytoniu i napoi energetyzujących na zdrowie człowieka.
- Wpływ narkotyków i dopalaczy na zdrowie i funkcjonowanie człowieka.
- Zajęcia warsztatowe – psychospołeczny aspekt uzależnień.
- Organizowanie spotkań, prelekcji ze specjalistami.
- Projekcja filmów psychoedukacyjnych oraz dyskusja.
- Zajęcia psychoedukacyjne.
- Zaburzenia psychiczne w odżywianiu.

Efekty

1. Znajomość stopnia problemu uzależnień wśród młodzieży.
2. Znajomość wpływu używek i substancji odurzających na zdrowie człowieka.
3. Znajomość wpływu używek i substancji odurzających na funkcjonowanie psychospołeczne i emocjonalne młodego człowieka.
4. Znajomość uzależnień behawioralnych oraz wpływu ich na życie człowieka.
5. Umiejętność szukania pomocy w sytuacjach uzależnienia.
6. Znajomość prawnych konsekwencji nadmiernego spożywania alkoholu.
7. Znajomość numeru telefonu zaufania dla osób z problemem uzależnienia.

OBSZAR V ZACHOWANIA AGRESYWNE I PRZEMOC

Cel ogólny

Kształcenie umiejętności radzenia sobie z agresją

Zadania

1. Zapoznanie z prawnymi aspektami zachowań agresywnych.
2. Psychologiczne aspekty zachowań agresywnych.
3. Sposoby zastępowania agresji.
4. Uczenie sposobów rozładowywania napięć.
5. Sposoby reagowania na przemoc w sieci.

Formy realizacji

- Spotkania z przedstawicielami policji dotyczące odpowiedzialności nieletnich za czyny karalne.
- Przeprowadzenie badań ankietowych nt. zachowań agresywnych na terenie szkoły.
- Zajęcia psychoedukacyjne – rodzaje agresji, przyczyny, skutki, fazy rozwoju agresji.
- Projekcja filmów psychoedukacyjnych.
- Warsztaty odnośnie przemocy i agresji „Niebieska godzina wychowawcza”.
- Trening zastępowania agresji.
- Zajęcia warsztatowe „Jak radzić sobie ze złością”.

- Techniki relaksacji.
- Zajęcia socjoterapeutyczne dotyczące korekcji zaburzeń zachowania i modelowania prawidłowych wzorców zachowania.
- Zabawy integrujące, warsztaty dotyczące wyrażania emocji, uświadamiania własnych trudności oraz określenia środków zaradczych.
- Zajęcia psychoedukacyjne - pojęcie cyberprzemocy, wpływ na rozwój nastolatka, gdzie szukać pomocy.

Efekty

1. Znajomość czynów karalnych oraz konsekwencji prawnych.
2. Znajomość służb pomocowych oraz numerów ratunkowych.
3. Znajomość stopnia rozpowszechnienia zjawiska agresji wśród młodzieży.
4. Znajomość pojęcia agresji, jej przyczyn i skutków.
5. Umiejętność zastąpienia agresji.
6. Umiejętność rozładowywania napięcia emocjonalnego w sposób konstruktywny.
7. Znajomość pojęcia cyberprzemocy.
8. Umiejętność reagowania w sytuacji zachowań przemocowych w sieci.

OBSZAR VI PROMOCJA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

Cel ogólny

Kształcenie postaw prozdrowotnych

Zadania

1. Zapoznanie z zasadami higieny osobistej i zdrowego żywienia.
2. Profilaktyka chorób.
3. Sposoby organizacji czasu wolnego i uświadomienie znaczenia czynnego wypoczynku.
4. Kształtowanie postaw związanych z ochroną środowiska.
5. Ochrona zdrowia psychicznego młodzieży.

Formy realizacji

- Spotkanie z przedstawicielem Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej.
- Pogadanki na lekcjach wychowawczych.
- Dyskusje na lekcjach biologii.
- Tematyczne gazetki szkolne.
- Zagrożenia współczesnego świata: Choroby weneryczne, AIDS.
- Zajęcia edukacyjne: zaburzenia odżywiania: anoreksja i bulimia, choroby psychiczne, depresja.
- Pogadanki na zajęciach lekcyjnych.
- Wędrówki piesze, rajdy rowerowe, wycieczki, gry i zabawy ruchowe.
- Udział w akcji „Sprzątanie Świata”.
- Czynny udział w Dniu Ziemi.

Efekty

1. Znajomość zasad zdrowego żywienia.
2. Znajomość objawów, przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania chorobom

- wenerycznym i AIDS.
3. Znajomość objawów, przyczyn psychologicznych, skutków dla zdrowia anoreksji i bulimii.
 4. Znajomość miejsc i specjalistów udzielających pomocy w przypadku anoreksji i bulimii.
 5. Znajomość objawów, przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania boreliozie.
 6. Znajomość objawów, przyczyn, skutków oraz metod zapobiegania chorobom nowotworowym.
 7. Zwiększenie aktywności fizycznej jako metody wypoczynku.
 8. Zwiększenie świadomości ekologicznej.
 9. Zaangażowanie w promocję życia ekologicznego.

OBSZAR VII NAUKA

Cel ogólny

Nabywanie umiejętności efektywnego uczenia się

Zadania

1. Zwiększenie skuteczności uczenia się.
2. Podnoszenie motywacji do zdobywania wiedzy.
3. Minimalizacja stresu w celu zwiększenia efektywności uczenia się.
4. Praca indywidualna z uczniem.

Formy realizacji

- Pogadanka na temat zasad skutecznego uczenia się.
- Techniki szybkiego uczenia się – zajęcia warsztatowe.
- Znaczenie koncentracji uwagi, motywacji w zdobywaniu wiedzy – zajęcia psychologiczne.
- Praca w grupach koleżeńskich, spotkania w ramach grup wsparcia.
- Ukierunkowanie zainteresowań, wskazanie możliwości zawodowych - zajęcia z doradztwa zawodowego
- Zajęcia warsztatowe - „Jak radzić sobie ze stresem?”.
- Zaburzenia układu nerwowego.
- Rozmowy indywidualne z uczniami mającymi problemy w nauce.
- Pomoc psychologiczna: sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami, sytuacjami traumatycznymi, wzmacnianie poczucia własnej wartości).
- Prowadzenie różnorodnych form zajęć z dziećmi mającymi deficyty rozwojowe.

Efekty

1. Zwiększenie motywacji do nauki.
2. Znajomość osób wspierających zdobywanie wiedzy i radzenie sobie z trudnościami.
3. Znajomość i umiejętność zastosowania w praktyce konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem.
4. Świadomość mocnych stron, zdolności i predyspozycji zawodowych.

OBSZAR VIII WAGARY

Cel ogólny

Kształtowanie pozytywnej postawy do realizacji obowiązku nauki

Zadania

1. Współpraca z policją w celu eliminacji absencji szkolnej.
2. Praca z młodzieżą.
3. Stała współpraca z rodzicami.

Formy realizacji

- Patrole służb wokół szkoły.
- Informowanie policji o łamaniu prawa przez uczniów.
- Zapoznanie uczniów ze Statutem Szkoły.
- Przedstawienie uczniom konsekwencji wynikających z opuszczania zajęć lekcyjnych oraz korzyści z systematycznego uczęszczania na lekcje.
- Angażowanie młodzieży do udziału w przedsięwzięciach szkolnych (wolontariat, SU, zajęcia sportowe, konkursy, koła zainteresowań)
- Pomoc psychologiczna: rozmowy indywidualne z uczniami mające na celu zwiększenie motywacji do nauki, pomoc w trudnej sytuacji, kształtowanie odpowiedzialności za podejmowane decyzje.
- Zawieranie kontraktów z uczniami o niskiej frekwencji w obecności przedstawiciela Zespołu Wychowawczego, wychowawcy, rodzica.
- Stałe monitorowanie frekwencji uczniów na lekcjach.
- Informowanie na bieżąco rodziców o nieobecności dziecka w szkole.
- Poinformowanie rodziców o konsekwencjach prawnych wynikających z niskiej frekwencji ich dzieci.
- Zapoznanie z konsekwencjami wynikającymi z absencji (zaległości w nauce, mniejsze szanse dalszej edukacji, itp.).
- Pomoc psychologiczna: wskazanie sposobów motywowania dziecka do systematycznego uczęszczania do szkoły i aktywnego udziału na lekcjach.

Efekty

1. Uczeń potrafi zwrócić się o pomoc oraz dostrzega rolę policji w życiu społecznym.
2. Znajomość Statutu Szkoły oraz procedur postępowania w sytuacji niskiej frekwencji.
3. Znajomość skutków wagarowania.
4. Branie odpowiedzialności za własne postępowanie.
5. Znajomość zadań i celów działania organizacji szkolnych.
6. Czynny udział w życiu szkoły.
7. Świadomość stałej współpracy z rodzicami.

OBSZAR IX PRACA Z ORGANIZACJAMI SZKOLNYMI

Cel ogólny

Kształtowanie umiejętności współpracy i angażowania się w działalność społeczności szkolnej

Zadania

1. Współdziałanie w grupie. Samopomoc koleżeńska dla młodzieży mającej problemy w nauce.
2. Dostrzeganie pozytywnych wzorców organizowanie integracyjnych zabaw szkolnych.

Formy realizacji

- Zbieranie zakrętek dla chorego Szymona z Zamościa.
- Organizowanie otrzęsin, wycieczek, ognisk, dyskotek szkolnych.
- Pomoc materialna i rzeczowa dla dzieci z rodzin dysfunkcyjnych i niewydolnych finansowo. Tworzenie tematycznych gazetek szkolnych.
- Prezentowanie własnych zainteresowań i talentów.
- Stwarzanie sytuacji do prezentowania cały rok swojego hobby i nietypowych umiejętności.

Efekty

1. Zwiększenie umiejętności współpracy w grupie.
2. Integracja i lepsze poznanie środowiska szkolnego.
3. Pomoc uczniom z trudnościami w nauce.
4. Alternatywny sposób spędzania czasu wolnego.
5. Efektywny i aktywny udział w życiu szkoły.

OBSZAR X WSPÓŁPRACA SZKOŁY Z RODZICAMI

Cel ogólny

Kształtowanie stałej i prawidłowej współpracy szkoły z rodzicami

Zadania

1. Integrowanie wychowawczych działań szkoły i rodziny.
2. Pomoc rodzinie w sytuacjach losowych, problemach materialnych i społecznych.
3. Ochrona praw dziecka w sytuacjach niewydolności rodziny.
4. Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym poprzez wykrywanie trudności w nauce i problemów wychowawczych.
5. Edukacja rodziców z zakresu zjawiska przemocy.
6. Pedagogizacja rodziców w zakresie dalszej drogi edukacyjnej i zawodowej uczniów.

Formy realizacji

- Zebrania rodziców.
- Angażowanie rodziców do sprawowania opieki w czasie uroczystości szkolnych i wycieczek.
- Organizacja imprez szkolnych.
- Konsultacje indywidualne dla rodziców.
- Współpraca z instytucjami wspierającymi rodzinę – GOPS, Policja, Sąd Rodzinny.
- W uzasadnionych przypadkach podejmowanie działań interwencyjnych.
- Pogadanki na temat praw dziecka (Konwencja Praw Dziecka).
- Współpraca z poradnią psychologiczno – pedagogiczną.
- Badanie środowiska rodzinnego uczniów – wywiad środowiskowy.

- Wskazywanie dróg uzyskiwania pomocy w sytuacjach dysfunkcyjności środowiska rodzinnego.
- Wskazanie możliwości działania w sytuacji trudności wychowawczych, uzależnienia i demoralizacji młodzieży.
- Rozmowy z rodzicami – uświadomienie konieczności przeprowadzania badań w PPP.
- Poradnictwo dla rodziców w sprawie metod postępowania z uczniem mającym trudności w nauce, funkcjonowaniu psychospołecznym i emocjonalnym.
- Psychoedukacja rodziców: omawianie przypadków agresywnych zachowań, dyskusja na ten temat i natychmiastowe reagowanie.
- Psychoedukacja rodziców: uzależnienia od narkotyków i dopalaczy.
- Spotkanie z doradcą zawodowym nt. „Młodzi na dzisiejszym rynku pracy”.

Efekty

1. Aktywny udział rodziców w życiu szkoły.
2. Czynny udział w zebraniach szkolnych.
3. Znajomość specyfiki funkcjonowania w wieku dorastania.
4. Znajomość objawów i instytucji pomocowych w przypadku uzależnień.
5. Znajomość środowiska rodzinnego i lokalnego uczniów.
6. Umiejętne wspieranie uczniów z rodzin dysfunkcyjnych.
7. Znajomość instytucji pomocowych i numeru telefonu na Pomarańczową Linie.
8. Znajomość zasad efektywnego wspierania dziecka w procesie kształcenia się i wyboru przyszłej ścieżki zawodowej.

Szczegółowy opis działań w poszczególnych obszarach z uwzględnieniem konkretnych zadań znajdować się będzie w harmonogramach wychowawców na każdy rok szkolny.

Ewaluacja programu profilaktyki:

W celu wyciągania wniosków dotyczących efektywności pracy profilaktycznej będzie dokonywana rocznie.

Jako informacje zwrotne na temat funkcjonowania i realizacji programu mogą służyć:

- analiza arkuszy obserwacji poszczególnych uczniów i klas,
- analiza wyników ankiet przeprowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli,
- udział uczniów w różnego rodzaju imprezach kulturalnych na terenie szkoły i poza nią,
- analiza trudnych przypadków wychowawczych, podejmowanych działań zaradczych i postępów w tym zakresie,
- obserwacja zachowań uczniów w różnych sytuacjach typowych i nowych.

Program został pozytywnie zaopiniowany przez Samorząd Uczniowski oraz Radę Rodziców oraz przyjęty przez Radę Pedagogiczną dn. 05.10.2016.