

Informacje o zrealizowanych działaniach z zakresu profilaktyki uzależnień w roku szkolnym 2022/2023.

Szkoła/Placówka: Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Łukowie

1. Realizowane programy profilaktyczne (nazwa, autorzy, grupy docelowe, krótki opis)

- a. „Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej” – rekomendowany program profilaktyczny realizowany w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Łuków. Realizatorkami programu byli psychologowie PPP - Agnieszka Kubiak i Joanna Cąkała. Grupa liczyła 10 dzieci, które nie potrafią radzić sobie z porażkami, mają tendencje do poddawania się, pesymizmu, utraty nadziei. Program „Apteczka” opiera się na założeniu, że ukształtowane na wczesnych etapach edukacji szkolnej umiejętności społeczne i emocjonalne oraz poczucie własnej wartości w znacznym stopniu mogą przyczynić się do zapewnienia zdrowia psychicznego, dobrego samopoczucia oraz osiągania sukcesów zarówno w szkole, jak i w życiu.
- b. „Przyjaciele Zippiego” - rekomendowany program profilaktyczny realizowany w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii przez pracowników PPP – Agnieszka Kubiak – psychologa i Katarzynę Chachaj – pedagoga. Kierowany do dzieci w wieku wczesnoszkolnym (grupa 9 osób), potrzebujących wsparcia w kształtowaniu i rozwijaniu umiejętności psychospołecznych. Celem zajęć jest kształtowanie umiejętności konstruktywnego komunikowania się i mówienia o sobie oraz współdziałania w zespole. W ramach realizacji programu organizowane były także kilkukrotne wyjścia i wyjazdy dla dzieci i ich rodziców, co przyczyniło się do modelowania zachowań i postaw rodzicielskich sprzyjających emocjonalnemu wspieraniu dzieci.
- c. „Wyspa zabaw” autorski program realizowany przez Magdalenę Mojską-Sadowską – psychologa i Iwonę Połec – pedagoga. Projekt skierowany jest do dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym (cztery grupy – łącznie 19 dzieci), które są zagrożone wykluczeniem społecznym z powodu doświadczanych trudności w funkcjonowaniu emocjonalno-społecznym. W celu podniesienia efektywności w ramach programu realizowane były również formy wsparcia dla rodziców: zajęcia psychoedukacyjne, zajęcia z dziećmi modelujące postawy rodzicielskie, wyjazdowe zajęcia integrujące z udziałem dzieci i ich rodzin.
- d. „Więzy i mosty” - program profilaktyczny realizowany podczas trzydniowego wyjazdu dzieci objętych wsparciem terapeutycznym w poradni i ich rodziców do Suśca. W ramach projektu odbyły się: zajęcia dla najmłodszych ukierunkowane na rozwijanie kompetencji emocjonalno – społecznych oraz umiejętności nawiązywania zdrowych relacji rówieśniczych, rodzice spotkali się na warsztatach, w trakcie których uczyli się jak wzmacniać więź z dzieckiem i kształtować poczucie własnej wartości. Program został dofinansowany ze środków Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łukowie. W programie uczestniczyło 19 dzieci i 16 rodziców. Realizatorzy: Magdalena Mojska-Sadowska – psycholog, Justyna Goławska – psycholog, Iwona Połec – pedagog, Elżbieta Dejryng-Pogonowska – logopeda.

- e. „Razem być” autorski program realizowany przez Magdalenę Mojską-Sadowską – psychologa i Iwonę Połec – pedagoga w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii. Projekt skierowany jest do uczniów klas VI - VIII, którzy z powodu doświadczanych trudności w funkcjonowaniu emocjonalno-społecznym są zagrożeni wykluczeniem społecznym. Celem programu jest m.in. nauka sposobów kompensowania pojawiających się w relacjach rówieśniczych trudności, wyrabianie poczucia odpowiedzialności za własne czyny, kształtowanie umiejętności kierowania własnym zachowaniem. Program realizowany był na terenie poradni oraz w formie zorganizowanych wyjazdów z dziećmi. W zajęciach uczestniczyło 8 dzieci.
- f. „Podróże w nas i wokół nas”- autorski program realizowany przez Agnieszkę Kubiak – psychologa i Katarzynę Chachaj – pedagoga. W zajęciach uczestniczyło 12 dzieci w wieku 5-6 lat. Program kierowany jest do dzieci z deficytami w sferze emocjonalno-społecznej, z obniżoną koncentracją uwagi, zwiększoną potrzebą ruchu. Celem programu jest niwelowanie trudności w nawiązywaniu relacji społecznych, kształtowanie adekwatnej samooceny i poczucie własnej wartości, rozwijanie odporności na frustrację i porażkę, zaspokajanie zapotrzebowania na stymulację.
- g. „Trening pewności siebie” - program profilaktyczny dla dzieci z kl. III – V doświadczających przemocy rówieśniczej mający na celu zwiększenie umiejętności radzenia sobie z dokuczaniem wśród rówieśników, minimalizowanie podejmowania zachowań ryzykownych; grupa liczyła 8 osób; realizatorzy: Joanna Cąkała – psycholog, Emilia Klimiuk – psycholog.

2. Szkolenia kadry pedagogicznej (tematyka szkolenia, autorzy szkolenia)

- a. Szkolenie Rady Pedagogicznej prowadzone przez dr Joannę Pracką z Fundacji Matuzalem dotyczące objawów i postępowania w przypadku różnych zaburzeń psychicznych.
- b. Szkolenie wszystkich psychologów poradni dotyczące diagnozy funkcjonalnej w ramach projektu „Szkolenie i doradztwo dla kadr poradnictwa psychologiczno-pedagogicznego”.
- c. „System wsparcia zdrowia psychicznego dzieci w wieku przedszkolnym” - szkolenie w ramach Programu Rozwoju Poradni realizowane przez Fundację Pozytywnej Edukacji.
- d. „Wpływ samooceny na funkcjonowanie nastolatka” - szkolenie w ramach Programu Rozwoju Poradni realizowane przez Fundację Pozytywnej Edukacji.
- e. „Jak motywować nastolatków” - szkolenie w ramach Programu Rozwoju Poradni realizowane przez Fundację Pozytywnej Edukacji.
- f. „Wsparcie szkoleniowe dla pracowników placówek edukacyjnych w zakresie sposobu korzystania z narzędzi technicznych umożliwiających lub wspierających pracę zdalną.” - trzech logopedów.
- g. Kontynuacja przez psychologa Emilię Klimiuk kursu psychoterapii w nurcie behawioralnym.
- h. Kontynuacja przez psychologa Justynę Goławską studiów podyplomowych z zakresu Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka.

- i. „Instrumental Enrichment” - szkolenie indywidualne Agnieszki Kubiak – psychologa, dofinansowywane ze środków KFS.
- j. „Kids Skill's” - szkolenie indywidualne psychologów Joanny Cąkała, Agnieszki Kubiak i Renaty Zielińskiej, dofinansowywane ze środków KFS.
- k. „Zastosowanie TSR w pracy z klientem z objawami depresyjnymi” - szkolenie indywidualne Joanny Cąkała – psychologa, dofinansowywane ze środków KFS.
- l. Superwizje indywidualne psychologów.

3. Szkolenia i spotkania profilaktyczne dla młodzieży (tematyka, autorzy)

- a. Podejmowanie interwencji profilaktycznej wobec dzieci i młodzieży eksperymentujących z substancjami psychoaktywnymi (profilaktyka wskazująca) i uzależnieniami behawioralnymi (komputer, internet); realizatorzy Izabela Janaszek-Talacha, Emilia Klimiuk – psycholog, Joanna Cąkała – psycholog.
- b. „Naprawdę wolni” - spotkanie profilaktyczne dla uczniów kl. VIII miejskich szkół podstawowych, współorganizowane z Fundacją Jana Chrzciciela i SP nr 4 w Łukowie w ramach Dni Kultury Chrześcijańskiej; realizatorzy: Barbara Kubiak – psycholog, Agnieszka Kubiak – psycholog, Elżbieta Dejryng-Pogonowska - logopeda
- c. „Bądź kumplem, nie dokuczaj” - zajęcia profilaktyczno-edukacyjne w SP Zastawie, SP Huta Dąbrowa, SP Dębowica; realizatorzy Agnieszka Kubiak – psycholog, Joanna Cąkała – psycholog.
- d. „Moje życie, moja wartość” - warsztaty profilaktyczno-edukacyjne w SP Zagoździe; realizatorzy psychologicy: Joanna Cąkała i Emilia Klimiuk.
- e. „Rozpoznawanie uczuć oraz asertywne sposoby ich wyrażania” - warsztaty dla uczniów w SP Dębowica; realizatorzy Agnieszka Kubiak – psycholog.
- f. „Cyberprzemoc” - zajęcia profilaktyczno-edukacyjne w SP Wola Gułowska; realizator Emilia Klimiuk – psycholog.
- g. „Wybieram świadomie” - warsztaty psychologiczno-zawodowicze w SP Huta Dąbrowa; realizatorzy Joanna Cąkała – psycholog, Anna Żądetek – logopeda/doradca zawodowy.

4. Szkolenia i spotkania profilaktyczne dla rodziców (tematyka, autorzy)

- a. „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły.” - warsztaty dla rodziców i nauczycieli realizowane w PPP przez mgr Zofię Skrzymowską, w tym dla rodziców kierowanych przez Wydział Rodzinny Sądy Rejonowego w Łukowie.
- b. „Rodzeństwo bez rywalizacji” kontynuacja warsztatów dla rodziców, którzy ukończyli szkolenie „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”; realizator Zofia Skrzymowska.
- c. „O złości dziecka i złości rodzica” - dwie edycje warsztatu; realizator Renata Zielińska – psycholog.

- d. „Zaspokajanie potrzeb emocjonalnych małego dziecka” - warsztat; realizator Renata Zielińska – psycholog.
- e. „Jak chronić dziecko przed zachowaniami nałogowymi” - warsztat dla rodziców Przedszkola Integracyjnego nr 1 w Łukowie i Przedszkola Miejskiego nr 2 w Łukowie; realizator Izabela Janaszek-Talacha.
- f. „Kontakt dziecka z multimediami” - wykład; realizator Renata Zielińska.
- g. „Motywacja dziecka i obowiązki rodziców” - wykład; realizator Emilia Klimiuk – psycholog.
- h. „Jak radzić sobie z zachowaniami trudnymi” - wykład; realizator Magdalena Mojska-Sadowska – psycholog.
- i. „Granice w wychowaniu – czyli jak zachować zdrową równowagę” - wykład; realizator Katarzyna Chachaj – pedagog.
- j. „Pobaw się ze mną” - warsztaty profilaktyczno-edukacyjne dla rodziców i dzieci w wieku żłobkowym; cykl spotkań w żłobku w Wojcieszkowie i Wesołówce; realizatorzy Justyna Goławska – psycholog, Anna Żądętek – logopeda.
- k. „Wideotrening komunikacji” wspierający relacje między rodzicami a dziećmi ułatwiający budowanie więzi rodzinnych; realizatorzy mgr Magdalena Mojska-Sadowska - psycholog, mgr Renata Zielińska – psycholog.
- l. Spotkania profilaktyczno-interwencyjne z rodzicami dzieci/ uczniów, wobec których prowadzona była interwencja profilaktyczna; realizatorzy Joanna Cąkała – psycholog, Anna Wróblewska – pedagog, Justyna Goławska – psycholog, Magdalena Mojska-Sadowska - psycholog.
- m. Zajęcia psychoedukacyjne i konsultacyjne dla rodziców, których dzieci biorą udział w zajęciach grupowych w ramach realizacji programów profilaktycznych dla dzieci (Wyspa zabaw, Przyjaciele Zippiego, Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej, Trening Pewności siebie); realizatorzy: Magdalena Mojska-Sadowska – psycholog, Iwona Połec – pedagog, Joanna Cąkała – psycholog, Katarzyna Chachaj – pedagog, Agnieszka Kubiak – psycholog, Emilia Klimiuk – psycholog.
- n. Bieżące konsultacje udzielane rodzicom zgodnie ze zgłaszanymi potrzebami; w przydziale czynności wszystkich pracowników.

5. Współpraca w zakresie profilaktyki z innymi podmiotami (nazwa podmiotu, zakres współpracy)

- a. Udział w posiedzeniach Zespołu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz udział w pracach grup roboczych powołanych przez Zespół w celu przygotowania i monitorowania realizacji indywidualnych planów pomocy osobom doświadczającym przemocy oraz planów działań interwencyjno-edukacyjnych wobec osób stosujących przemoc.
- b. Systematyczna współpraca z kuratorami sądowymi dla osób nieletnich. Wymiana informacji o sytuacji rodziny dzieci/uczniów kierowanych do poradni. Szkolenie kadry kuratorów „Analiza przypadków – wspieranie rodziny w sytuacjach trudnych” – realizator Emilia Klimiuk - psycholog

- c. Współpraca z Miejską Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, pozyskiwanie środków finansowych oraz realizacja programów profilaktycznych.
- d. Współpraca z Fundacją Jana Chrzciciela w Łukowie w zakresie: współorganizowania zajęć feryjnych i wakacyjnych dla dzieci, w szczególności z rodzin dysfunkcyjnych; realizacji spotkań psychoedukacyjnych dla rodziców w ramach „Klubu Rodzica”; organizacji warsztatów tematycznych w ramach XIII Festynu Rodzinnego; realizacji spotkania profilaktycznego dla uczniów „Naprawdę wolni”.
- e. Współpraca z Biblioteką Pedagogiczną w Białej Podlaskiej Filia w Łukowie - rekomendowanie literatury z zakresu profilaktyki, wczesnej interwencji, pomocy psychologiczno-pedagogicznej.
- f. Współpraca z Biblioteką Pedagogiczną w Białej Podlaskiej – realizacja szkoleń dla nauczycieli w ramach projektu Lubelscy Liderzy Edukacji Włączającej, w tym dotyczące organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej i pracy z uczniem zagrożonym niedostosowaniem społecznym.
- g. Współpraca z pedagogami/ psychologami zatrudnionymi w placówkach oświatowych z terenu powiatu łukowskiego, wsparcie w realizacji zadań profilaktycznych, rozwiązywania problemów wychowawczych oraz organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w przedszkolach, szkołach i placówkach oświatowych.
- h. Udział w Kampanii 19 dni na rzecz przeciwdziałania krzywdzeniu dzieci i młodzieży organizowanej przez Fundację PoDRUGIE.

6. Inne zrealizowane działania (krótki opis)

- a. Spotkanie interwencyjne w SP Zastawie w związku z trudnościami w relacjach uczniów w oddziale klasowym; realizator Agnieszka Kubiak – psycholog, Joanna Cąkała – psycholog.
- b. Interwencja kryzysowa dotycząca uczniów SP w Gołaszynie; realizator Izabela Janaszek-Talacha;
- c. Realizacja zajęć feryjnych i wakacyjnych dla podopiecznych poradni we współpracy z Fundacją Jana Chrzciciela w Łukowie; realizatorzy Barbara Kubiak – psycholog, Agnieszka Kubiak – psycholog.
- d. Organizacja warsztatów w ramach Festynu Rodzinnego współorganizowanego z Fundacją Jana Chrzciciela; realizatorzy: Justyna Goławska – psycholog, Anna Żądełek – logopeda, Beata Smyk - logopeda, mgr Agnieszka Kubiak – psycholog, mgr Barbara Kubiak – psycholog oraz kadra niepedagogiczna Anna Dauter, Agnieszka Majak, Dorota Gargoła.
- e. Realizacja cyklu zajęć dla przyszłych matek z zakresu wczesnej profilaktyki logopedycznej; realizator Anna Żądełek – logopeda.
- f. Rozpowszechnianie wśród zainteresowanych rodziców i nauczycieli materiałów informacyjnych z zakresu profilaktyki pozyskanych z Fundacji Poza Schematami: „Profilaktyka uzależnień behawioralnych wśród młodzieży szkolnej”, „Miłość a elektroniczna fascynacja. Co warto wiedzieć o nawiązywaniu znajomości w sieci?”, „BHP użytkownika mediów elektronicznych”, „Kreatywna profilaktyka dla najmłodszych. Poradnik dla realizatorów zajęć”, „Rysia i Tolek na Cyberzachodzie, czyli opowieść o tym jak dwóch małych śmiałków przez Internet wędrowało i wiele przygód miało”, „Rysia i

Tolek w Krainie zdrowych nawyków”, „Jak chronić swoje dziecko przed nałogowymi zachowaniami? Poradnik dla rodziców”.

- g. Upowszechnianie materiałów informacyjnych i edukacyjnych dotyczących profilaktyki i wychowania na stronie internetowej i facebooka poradni.