

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

Szkoła/Placówka: ZESPOŁ SZKÓŁ NR 3 W ŁUKOWIE

1. Realizowane programy profilaktyczne (nazwa, autorzy, grupy docelowe, krótki opis)
 - a. Program „Szkoła Myślenia Pozytywnego” realizowany przy współpracy z Instytutem Edukacji Pozytywnej. Jest to program kompleksowego wsparcia dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli w profilaktyce zdrowia psychicznego oraz upowszechniania wiedzy na jego temat. W ramach SMP szkoła uczestniczyła w szkoleniach, warsztatach oraz realizowała samodzielnie co miesiąc szereg wyzwań angażując w to całą społeczność szkolną (uczniów, uczennice, nauczycieli i rodziców).
 - b. Realizacja programu profilaktyczno-edukacyjnego ARS Czyli jak dbać o miłość. Program realizowany przez pedagoga i psychologa szkolnego, wychowawców oraz nauczycieli wf – u w ramach edukacji zdrowotnej. Program profilaktyczny w zakresie przeciwdziałania uzależnienia od alkoholu, tytoniu i innych środków psychoaktywnych. W zajęciach brali udział uczniowie klas I, II i III.
 - c. Realizacja Programu Profilaktyki Uniwersalnej „Dobry Temat”, którego celem było wzmocnienie czynników chroniących przed dysfunkcjami. Program realizowany w cyklu 10 interaktywnych lekcji wychowawczych w 5 klasach przez wychowawców.
 - d. Realizacja programu „Nawigacja w każdą pogodę” oddziaływania profilaktyczne prowadzone w 3 klasach przez psychologa szkolnego. Program umożliwił szkole diagnozę środowiska szkolnego oraz zrealizowanie działań profilaktycznych opartych na wynikach tej diagnozy.
 - e. Szkoła brała udział w programie „Mediacja rówieśnicza sposobem na przewyciężenie agresji i przemocy w szkole” pod patronatem Ministerstwa Sprawiedliwości i Ministerstwa Edukacji Narodowej. Głównym celem programu jest przeciwdziałanie agresji i innym patologicznym zachowaniom młodzieży w szkole, promocja rozwiązywania konfliktów i spraw rówieśniczych bez przemocy oraz podniesienie kultury prawnej w szkołach przez propagowanie idei sprawiedliwości naprawczej. W ramach realizacji tego programu przeprowadzono szereg zajęć popularyzujących ideę mediacji oraz edukowano uczniów, jak wygląda proces mediacyjny. Wzięliśmy również udział w konkursie plastycznym pod hasłem „Mediuj z kolegami i koleżankami w szkole”, którego laureatem został uczeń naszej szkoły Norbert Sierpień. Koordynowaliśmy również pracę uczniów biorących udział w konkursie „Postaw na mediację”. I etap rywalizacji polegał na przygotowaniu scenariusza mediacji na podstawie jednego z podanych przez Organizatora stanów faktycznych z zakresu prawa rodzinnego, relacji rówieśniczych oraz prawa pracy. Do konkursu przystąpiło blisko 100 Drużyn Mediacyjnych z całego kraju, których scenariusze mediacji zostały poddane wnikliwej ocenie Komisji Konkursowej Ministerstwa Sprawiedliwości. Ostatecznie Drużyna Mediacyjna Zespołu Szkół nr 3 zajęła w tym konkursie IV miejsce w skali kraju.
2. Szkolenia kadry pedagogicznej (tematyka szkolenia, autorzy szkolenia)
 - a. Webinar - Dlaczego dzieci tak łatwo uzależniają się od e-mediów? - mgr A. Wojtkowska
 - b. Teoretycznym i praktycznym szkolenia dla nauczycieli w ramach programu Dobry Temat – dr W. Poleszak, M. Król, Piotr Szwędrawski
 - c. Konferencja online „Szanse, wyzwania, zagrożenia – wprowadzenie do problematyki bezpieczeństwa dzieci i młodzieży online”.
 - d. Konferencja online - Profilaktyka potęczeń – dr W. Poleszak, dr n.med. A. Lewandowska

- e. Konferencja online - "Jak uczyć i wychowywać, aby kształtować świadome korzystanie z internetu i z innych mediów cyfrowych." prof. J. Pyżalski
 - f. Webinar - Stan zdrowia psychicznego młodzieży - czego potrzebujemy, aby pomóc naszemu dziecku – Instytut Edukacji Pozytywnej
 - g. Webinaru - Co zrobić, żeby Twój uczeń odlepił się od telefonu? – J. Kawaler
 - h. Szkolenie - Kompetencje wychowawcze nauczyciela, - ECRK Białystok
 - i. Szkolenie - Skuteczna komunikacja z uczniem i rodzicem w szkole – ECRK Lex Białystok
 - j. Szkolenie - Jak minimalizować zmęczenie cyfrowe oraz lęki wynikające z przeciężenia informacjami dzieci i młodzieży – ECRK Białystok
3. Szkolenia i spotkania profilaktyczne dla młodzieży (tematyka, autorzy)
- a. Trzy grupy uczniów brało udział w webinarium Dzień Bezpiecznego Internetu.
 - b. Udziału w projekcie informacyjno-edukacyjnym "Hazard? Nie daj się wciągnąć!" mającym na celu podniesienie świadomości o zagrożeniach związanych z uzależnieniem od hazardu i uczestnictwem w nielegalnych grach hazardowych dla klas 4nŻ, 4nL, 4nIb gr1, 2TIG gr2, 1TLb gr2, 4nE, 4nIa gr2, 2TI, 1TIa. – Izba Celno-Skarbowa w Białej Podl.
 - c. Zorganizowanie dwóch spotkań w ramach lekcji wychowawczo-profilaktycznych z funkcjonariuszami Zakładu Karnego w Siedlcach w ramach programu „Więzienie stracony czas” - dla klas 4TL, 4TE, 4nC, 3TE, 3TCa oraz „W służbie prawu” dla klas 4nEA, 4nE, 4nC, 2TE gr1, 1TE, 1TIb – Zakład Karny w Siedlcach.
 - d. Warsztaty dla uczniów klas I i II nt Jak radzić sobie z uzależnieniami? Udział wzięło ok. 150 osób. Celem warsztatów było uchronienie uczniów przed zgubnym skutkiem nałogów – alkoholu, narkotyków, dopalaczy.
 - e. Pogadanki i lekcje prowadzone przez pedagoga i psychologów szkolnych nt:
 - palenia tytoniu i jego negatywnych skutków
 - fonoholizmu, nadmiernego korzystania z tel. komórkowych
 - zagrożeń współczesnej młodzieży
 - negatywnych skutków spożycia alkoholu
 - asertywności i umiejętności odmawiania
 - szkodliwego działania dopalaczy i narkotyków
 - nałogów i konsekwencji wynikających z zażywania środków uzależniających i psychoaktywnych
4. Szkolenia i spotkania profilaktyczne dla rodziców (tematyka, autorzy)
- a. Webinar dla rodziców – Stan zdrowia psychicznego młodzieży – czego potrzebujemy, aby pomóc naszemu dziecku?
 - b. Propozycja skorzystania z bezpłatnych konsultacji ze specjalistami Instytutu Edukacji Pozytywnej w zakresie cyberprzemocy i przemocy psychologicznej.
 - c. Przeprowadzono szkolenie nt. komunikacji bez przemocy w kl. I TCb oraz spotkania dla rodziców w kl. I TIa, I TCa oraz I TŻ nt. idei programu „Nawigacja w każdą pogodę”.
5. Współpraca w zakresie profilaktyki z innymi podmiotami (nazwa podmiotu, zakres współpracy)
- a. Współpraca z Komendą Powiatową Policji w Łukowie polegała na konsultacjach i poradach z funkcjonariuszami różnych pionów KPP. Najczęściej Wydz. ds. Nieletnich oraz organizacji spotkań z nt. Przejawów demoralizacji, cyberprzemocy, odpowiedzialności prawnej nieletnich.
 - b. Współpraca z Zespołem Kuratorów Wydziału Rodzinnego Sądu Rejonowego w Łukowie polegała na spotkaniach i rozmowach, podczas których wymieniamy informacje na temat funkcjonowania uczniów w szkole, w środowisku. Wraz z kuratorem ustalamy kierunek wspólnych oddziaływań profilaktyczno-resocjalizacyjnych, polegający na monitorowaniu sytuacji szkolnej oraz udzielaniu wsparcia i pomocy w rozwiązywaniu problemów.

- c. Współpraca z Zakładem Karnym w Siedlcach realizacja programu „Więzenie stracony czas” i „W służbie prawu”.
- d. Współpraca z Izbą Celno-Skarbową w Białej Podolskiej – cykliczne akcje udział w projekcie „Nie daj się wciągnąć”.
- e. Współpraca z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Łukowie – pomoc przy realizacji programu ARS. Prowadzenie zajęć warsztatowych nt Profilaktyki chorób zakaźnych oraz profilaktyki zachowań ryzykownych.
- f. Współpraca z Instytutem Edukacji Pozytywnej dotyczyła realizacji programu Szkoła Myślenia Pozytywnego.
- g. Współpraca z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie uczestnictwo w spotkaniach, konsultacjach z pracownikami PCPR, którzy nadzorują pieczę nad uczniami w rodzinach zastępczych.

6. Inne zrealizowane działania (krótki opis)

- a. Zorganizowano szkolny Tydzień Walki z Depresją, w ramach którego przeprowadzono akcję profilaktyczną oraz zajęcia psychoedukacyjne dla młodzieży.
- b. Wspólnie z młodzieżą nagraliśmy film profilaktyczny na konkurs organizowany przez Komendę Powiatową Policji i Starostwo Powiatowe w Łukowie. Celem przedsięwzięcia było pobudzanie wśród uczestników zainteresowania profilaktyką społeczną, w szczególności tematem szacunku i otwarcia na drugiego człowieka, które warunkują pozytywne funkcjonowanie jednostki w społeczeństwie. Uczniowie Zespołu Szkół nr 3 zajęli w tym konkursie 3 miejsce w powiecie.
- c. Dołączyliśmy do kampanii fundacji Po drugie – 19 dni przeciwko przemocy i krzywdzeniu dzieci i młodzieży – przez 19 kolejnych dni listopada prowadziliśmy zajęcia tematyczne dotyczące różnych aspektów przemocy i radzenia sobie z nią
- d. Opracowanie raportu dot. diagnozy czynników ryzyka i czynników chroniących ze szczególnym uwzględnieniem zagrożeń związanych z podejmowaniem zachowań ryzykownych przez uczniów.
- e. Zwrócenie uwagi uczniów podczas Międzynarodowego Dnia bez Przemocy, na to czym jest przemoc, jakie są konsekwencje prawne związane z naruszeniem wolności drugiej osoby wg kodeksu karnego, w jaki sposób sąd rodzinny może ukarać nieletniego oraz gdzie szukać pomocy w sytuacji zagrożenia przemocą rówieśniczą.
- f. 10.09.2022 r. zorganizowaliśmy w naszej szkole Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom. Wspólnie z uczniami zwracaliśmy uwagę na związek tego typu zachowań ze sposobem myślenia osób chorych o sobie, świecie oraz innych ludziach. W ramach zajęć psychoedukacyjnych edukowaliśmy uczniów nt. zniekształceń poznawczych leżących u podłoża niskiej samooceny oraz uczylimy, jak formułować bardziej życzliwe komunikaty. Zwieńczeniem naszych działań była gazetka szkolna, na której zostały zaprezentowane „Czułe Myśli” - zbiór pozytywnych afirmacji w wersji dla dziewcząt i chłopców.
- g. Zorganizowaliśmy akcję Dzień bez papierosa. Propagowanie treści profilaktycznych poprzez plakaty, lekcje, pogadanki, informacje przesłane bezpośrednio do uczniów przez dziennik oraz transparent z hasłem zachęcającym do niepalenia tytoniu.
- h. Indywidualne rozmowy z uczniami mające na celu rozładowanie napięcia, przywrócenia równowagi emocjonalnej związanej z złym stanem psychicznym.
- i. Pogadanka profilaktyczna w kl. 2TI nt. wzajemnych relacji w klasie, kształtowania właściwych postaw i zachowania się w klasie.
- j. Pedagog z psychologiem szkolnym prowadzili rozmowy z uczniami, którzy doświadczyli bądź byli sprawcami przemocy psychicznej, fizycznej lub cyberprzemocy.
- k. Pogadanka profilaktyczna w kl. 2TS w związku ze stosowaniem cyberprzemocy wśród uczniów tej klasy. Przypomnienie konsekwencji prawnych wynikających z tego rodzaju przemocy.

- l. Zapraszanie policjantów na lekcje wychowawcze (nt. odpowiedzialności prawnej nieletnich i konsekwencji stosowania cyberprzemocy), w sytuacjach trudnych gdy była konieczność rozmowy z uczniem, w przypadku przemocy fizycznej, w sytuacji przesłuchania ucznia w szkole, w celu wyjaśnienia sprawy kradzieży w sklepie (zapoznanie się z materiałem dowodowym, poszukiwanie sprawcy w szkole na podstawie zdjęć z monitoringu).
- m. Zorganizowaliśmy szkolny Dzień Zdrowia Psychicznego. Motywem przewodnim tegorocznej akcji było poczucie własnej wartości. W ramach spotkań psychoedukacyjnych z uczniami omówiono 5 filarów zdrowej samooceny oraz zaprezentowano skuteczne strategie budowania pozytywnego obrazu siebie. Wiedza psychologiczna została okraszona dobrą muzyką w wykonaniu uczniów naszej szkoły.
- n. Braliśmy udział w IX Regionalnej Olimpiadzie Wiedzy o Zdrowiu Psychicznym, a nasi uczniowie odnieśli największe sukcesy od początku organizowania tej olimpiady – II miejsce w regionie.
- o. Podejmowanie działań wychowawczych, organizacja spotkań dla młodzieży z policjantem nt. przejawów demoralizacji w szkole oraz konsekwencji wynikających z dopuszczania się czynów karalnych przez nieletnich kl. 3TCb, wyjaśnienie sprawy kradzieży.
- p. Profilaktyka antynikotynowa – częste rozmowy z uczniami palącymi w pobliżu Szkoły.
- q. W miarę potrzeb organizowaliśmy dla uczniów treningi związane z ćwiczeniami rozładowującymi napięcie emocjonalne. Podczas tych zajęć uczyliśmy jak kontrolować swoje emocje, jak opanować strach, stres często związany z nauką, przekazywaliśmy pozytywne wzmocnienie.
- r. Pedagog i psycholodzy szkolni w ramach działań z zakresu profilaktyki uzależnień przeprowadzili 52 rozmowy indywidualne z uczniami.
- s. Wszyscy nauczyciele wychowawcy w ramach godzin wychowawczych prowadzili zajęcia z zakresu profilaktyki uzależnień. W zależności od potrzeb zajęcia dotyczyły problematyki uzależnień od środków odurzających, psychoaktywnych czy też innych.