

S z k o l n y
p r o g r a m p r o f i l a k t y k i

LXVIII Liceum Ogólnokształcącego

im. T. Chałubińskiego

w Warszawie

Rok szkolny 2016/2017

Cele programu:

- I. Wyształcenie umiejętności i postaw, które pozwalają na zaniechanie prób używania substancji psychoaktywnych.
- II. Kształtowanie postaw empatii, nauka zasad pozytywnego kontaktu i budowania relacji między ludźmi.
- III. Nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem jako elementem codziennego życia

I. Wyształcenie umiejętności i postaw, które pozwalają na zaniechanie prób używania substancji psychoaktywnych.

Zadania	Formy i narzędzia realizacji	Osoby odpowiedzialne za realizację	Termin realizacji
1. Wyposażenie uczniów w wiedzę na temat: czym są nałogi i uzależnienia oraz . informowanie o konsekwencjach palenia papierosów, nadużywania alkoholu, używania narkotyków i dopalaczy, stosowania innych środków psychoaktywnych oraz uzależniających	<ul style="list-style-type: none">• Pogadanki, warsztaty na godzinach wychowawczych innych przedmiotach, na których młodzież może pracować w grupach.• Spotkania i rozmowy z rodzicami, współpraca z rodziną.• Rozprowadzanie broszur, wywieszek i plakatów• Program – profilaktyka antyalkoholowa i antynarkotykowa	<ul style="list-style-type: none">• Psycholog, wychowawcy inni nauczyciele, Pedagogzy, zespoły szkoleniowe pochodzące spoza szkoły, pielęgniarki, Straż miejska, Żandarmeria wojskowa, Samorząd szkolny.	Cały rok
2. Podnoszenie wiedzy nauczycieli, a szczególnie wychowawców, psychologa i pedagoga na temat najczęściej stosowanych środków psychoaktywnych przez młodzież i możliwości działań wspierających nauczycieli, rodziców i uczniów w profilaktyce uzależnień	<ul style="list-style-type: none">• Konferencje, warsztaty, konsultacje metodyczne• Współpraca nauczycieli z rodzicami - budowanie dobrych relacji szkoły z rodzicami uczniów• Współpraca środowiska szkolnego i pozaszkolnego	<ul style="list-style-type: none">• Pracownicy szkoły	Cały rok
3. Zdobycie przez wychowawców umiejętności diagnozowania problemów we własnej klasie	<ul style="list-style-type: none">• Konferencje, warsztaty, konsultacje metodyczne	<ul style="list-style-type: none">• Wychowawcy	Cały rok
4. Rozwijanie pozytywnej samooceny, samoakceptacji, asertywnego zachowania i myślenia oraz konstruktywnych sposobów radzenia sobie z trudnościami	<ul style="list-style-type: none">• Pogadanki, warsztaty na godzinach wychowawczych i innych przedmiotach• Indywidualne kontakty z psychologiem i pedagogiem	<ul style="list-style-type: none">• Psycholog, pedagog, wychowawcy inni nauczyciele	Cały rok

5. Budowanie dobrych relacji między uczniami, rodzicami i nauczycielami	<ul style="list-style-type: none"> • Spotkania i debaty tematyczne 	• Nauczyciele	Cały rok
6. Zachęcanie do rozwijania pasji, zainteresowań, hobby. Promowanie alternatywnych, ciekawych form spędzania wolnego czasu	<ul style="list-style-type: none"> • Warsztaty, koła zainteresowań, spotkania z ciekawymi ludźmi • Zachęcanie do uczestnictwa w konkursach i olimpiadach przedmiotowych 	• Wychowawcy, inni nauczyciele	Cały rok

II. Kształtowanie postaw empatii, nauka zasad pozytywnego kontaktu i budowania relacji między ludźmi.

1. Organizowanie wycieczki integracyjnej dla uczniów kl I oraz zajęć integracyjnych w szkole	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanki, rozmowy grupowe i indywidualne z pedagogiem i psychologiem oraz wychowawcą. • Spotkania dla rodziców 	• Psycholog, pedagog, wychowawcy	IX, X
2. Klasowe wyjścia do ośrodków kulturalnych, naukowych, sportowych itp	• Wyjścia poza szkołę	• Wychowawcy, nauczyciele	Cały rok
3. Tworzenie atmosfery zrozumienia i zaufania, na co dzień. Dbanie o rozmówcę, jakość rozmowy i brak pośpiechu	• Pogadanki, warsztaty	• Psycholog, pedagog, wychowawcy	Cały rok
4. Rozwijanie bezpiecznej i przyjaznej uczniowi atmosfery w klasie i szkole - prezentowanie wzorców pozytywnego zachowania - budowanie więzi z klasą i ze szkołą	<ul style="list-style-type: none"> • Dyżury nauczycieli. Współpraca z gabinetem medycznym, personelem szkolnym, administracją. • Koła zainteresowań 	• Wszyscy pracownicy.	Cały rok
5. Rozwijanie u uczniów wrażliwości na drugiego człowieka i życzliwości	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanki, rozmowy grupowe i indywidualne z pedagogiem i psychologiem oraz wychowawcą • Wolontariat 	• Psycholog, pedagog, wychowawcy	Cały rok
6. Rozwijanie otwartości na różnorodność i indywidualność każdego człowieka	• Pogadanki, rozmowy grupowe i indywidualne z pedagogiem i psychologiem oraz wychowawcą	• Psycholog, pedagog, wychowawcy	Cały rok

7. Nauka zasad dobrej komunikacji i zasad dobrego wychowania	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanki i warsztaty na godzinach wychowawczych 	<ul style="list-style-type: none"> • Wychowawcy 	Cały rok
8. Propagowanie wśród młodzieży idei honorowego krwiodawstwa.	<ul style="list-style-type: none"> • Program „Honorowe Krwinki” 	<ul style="list-style-type: none"> • Pielęgniarki, psycholog, wychowawcy kl. III, Nauczyciele biologii i wf. 	Marzec, kwiecień

III. Nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem jako elementem codziennego życia

1. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnymi emocjami przez naukę technik relaksacji	<ul style="list-style-type: none"> • Warsztaty, lekcje wychowawcze, rozmowy indywidualne 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog, wychowawcy 	Cały rok
2. Poznawanie różnorodnych form wsparcia w trudnych sytuacjach życiowych	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowy indywidualne z uczniami 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog 	Cały rok
3. Rozpoznawanie sygnałów przeciążenia stresem	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanki na godzinach wychowawczych, rozmowy indywidualne z uczniami 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog, wychowawcy 	Cały rok
4. Organizacja poradnictwa indywidualnego dla osób słabiej radzących sobie z problemami.	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowy indywidualne z uczniami 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog, trener rozwoju osobistego 	Cały rok
5. Budowanie w uczniach potrzeby osiągnięć i rozwoju indywidualnych talentów i zdolności. Ustalenie preferencji osobowościowych	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowy indywidualne z uczniami, • Spotkania z interesującymi ludźmi • Program profilaktyczny „Wiem, rozumiem, wybieram” 	<ul style="list-style-type: none"> • Wszyscy pracownicy Psycholog, pedagog, trener rozwoju osobistego 	Cały rok
6. Budowanie pozytywnych relacji w klasie i przygotowanie uczniów do radzenia sobie ze złością i stresem zwłaszcza przed egzaminami i sprawdzianami.	<ul style="list-style-type: none"> • Film „Stres pod kontrolą” • Pogadanki 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog, wychowawcy 	Cały rok
7. Doradztwo zawodowe jako pomoc w zmniejszeniu stresu przy podejmowaniu decyzji w sprawie przyszłości	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanki, warsztaty, rozmowy indywidualne z doradcą zawodowym 	<ul style="list-style-type: none"> • Psycholog, pedagog, wychowawcy, doradcy zawodowi 	Cały rok

Program profilaktyki opracowały:
Wisława Kujawa-Janczewska
Eunika Drózd
Agata Kulpa-Kulpińska