

PROGRAM PROFILAKTYKI SZKOŁY

DLA ZESPOŁU SZKÓŁ SPECJALNYCH W ŻARACH

*„Prawdziwa cywilizacja nie polega na sile,
ale jest owocem zwycięstw nad samym sobą,
nad mocami niesprawiedliwości, egoizmu i
nienawiści, które są zdolne zniekształcić
prawdziwe oblicze człowieka”.*

(Jan Paweł II)

ŻARY 2010r.

ZESPÓŁ TWORZĄCY PROGRAM PROFILAKTYKI:

1. RABIEGA MARLENA
2. BARTKOWIAK AGNIESZKA
3. URBANOWICZ AGNIESZKA
4. ONUCHOWSKA KATARZYNA
5. ZIĘTAL SEBASTIAN
6. ŁYSKAWIŃSKA ANNA
7. MARCINISZYN ANNA
8. OPALIŃSKI KONRAD
9. DOMALIK MIROSŁAWA

SPIS TREŚCI:

1.	WPROWADZENIE	s. 4
2.	DIAGNOZA ŚRODOWISKA SZKOLENEGO	s. 7
3.	ZAŁOŻENIA GŁÓWNE	s. 9
	3.1 AKTY PRAWNE SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI	s. 10
	3.2 ZADANIA OGÓLNE PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO SZKOŁY	s. 11
	3.3 PRIORYTETY SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI	s. 11
	3.3.1 ZACHOWANIA W SYTUACJACH WYPADKOWYCH	s. 11
	3.3.2 AGRESJA	s. 15
	3.3.3 UZALEZNIENIA: NIKOTYNIZM, ALKOHOLIZM I NARKOMANIA	s. 20
4.	GŁÓWNE CELE, ZADANIA I METODY REALIZACJI OSZKOLNEJ PROFILAKTYKI	s. 30
5.	REALIZACJA SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI	s. 33
6.	KONSPEKT	s. 34
7.	LITERATURA	s. 40

1. WPROWADZENIE

„Przedmiotem profilaktyki może być każdy problem w odniesieniu do którego odczuwamy potrzebę uprzedzającej interwencji oraz wobec którego można zastosować środki zaradcze” (Krzysztof Wojcieszek).

Profilaktyka to działania, które stwarzają człowiekowi okazje do aktywnego uczestnictwa w gromadzeniu doświadczeń powodujących wzrost jego zdolności doradzenia sobie w potencjalnie trudnych sytuacjach życiowych. (Gerald Edwards).

Profilaktyka różni się od innych sposobów przeciwdziałania tym, że jest czynnością uprzedzającą, że podejmowana jest zanim takie groźne zjawiska się ujawnią lub rozprzestrzenia, a ich dolegliwość wymusi dopiero zastosowanie bezpośrednich środków zaradczych.

W potocznym znaczeniu „profilaktyka” odnosi się do działań zmierzających do tego, aby obiekt działania zarówno nie nabywał cech ocenianych negatywnie, jak i nie tracił cech ocenianych pozytywnie. Za każdym razem podłożem decyzji jest system wartości wyznawany przez podejmujących działania.

W profilaktyce chodzi o podjęcie działań uprzedzających, kształtujących spodziewany rozwój zjawisk poprzez wzmocnienie czynników chroniących przed rozwojem problemów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych (profilaktyka kreatywna) oraz osłabianie czynników ryzyka sprzyjających rozwojowi tego typu problemów (profilaktyka defensywna).

Celem interwencji profilaktycznych jest oddziaływanie zarówno na czynniki ryzyka, jak i na czynniki chroniące:



czynników ryzyka

czynników chroniących

Warunkiem skutecznej profilaktyki jest skoordynowane działanie we wszystkich obszarach funkcjonowania. Oznacza to, że interwencje profilaktyczne powinny być skierowane na najważniejsze czynniki ryzyka, tkwiące zarówno w samej jednostce, jak i w jej otoczeniu społecznym.

Odpowiednio do stopnia ryzyka profilaktyka prowadzona jest na trzech poziomach:

Profilaktyka pierwszorzędowa adresowana jest do grupy niskiego ryzyka. Działaniami prewencyjnymi obejmuje się szerokie nie zdiagnozowane populacje. Profilaktyka pierwszorzędowa ma dwa cele – promocję zdrowego stylu życia oraz opóźnienie wieku inicjacji, a przez to zmniejszenie zasięgu zachowań ryzykownych.

Profilaktyka drugorzędowa adresowana jest do grupy podwyższonego ryzyka. Celem działań jest ograniczenie głębokości i czasu trwania dysfunkcji, umożliwienie wycofania się z zachowań ryzykownych (np. poradnictwo rodzinne i indywidualne, socjoterapia)

Profilaktyka trzeciorzędowa adresowana jest do grupy wysokiego ryzyka. Ma ona na celu przeciwdziałanie pogłębianiu się procesu chorobowego i degradacji społecznej oraz umożliwienie powrotu do normalnego życia w społeczeństwie. Głównie jest to leczenie, rehabilitacja i resocjalizacja.

Na wszystkich poziomach profilaktyki stosuje się kilka strategii:

Strategie (działania) informacyjne. Ich celem jest dostarczenie adekwatnych informacji na temat skutków zachowań ryzykownych i tym samym umożliwienie dokonywania racjonalnego wyboru. U podstaw tej strategii leży przekonanie, że ludzie, zwłaszcza młodzi, zachowują się ryzykownie, ponieważ zbyt mało wiedzą o mechanizmach i następstwach takich zachowań. Zakłada się, iż dostarczenie informacji o skutkach palenia tytoniu, picia alkoholu, odurzania się narkotykami czy aktywności seksualnej spowoduje zmianę postaw, a w rezultacie wpłynie na zmianę zachowań. Zazwyczaj są to wykłady ilustrowane niekiedy filmami.

Strategie (działania) edukacyjne. Ich celem jest pomoc w rozwijaniu ważnych umiejętności psychologicznych i społecznych (umiejętności nawiązywania kontaktów z ludźmi, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów, opierania się naciskom ze strony otoczenia itp.). U podstaw tych strategii leży przekonanie, że ludzie, nawet dysponujący odpowiednią wiedzą, podejmują zachowania ryzykowne z powodu braku wielu umiejętności niezbędnych w życiu społecznym. Deficyt w zakresie kompetencji społecznych uniemożliwia im budowanie głębszych, satysfakcjonujących związków z ludźmi, powoduje ciągłą frustrację, uniemożliwia odnoszenie sukcesów, np. zawodowych. Szukają więc chemicznych lub innych podpórek, żeby przetrwać.

Strategie działań alternatywnych. Ich celem jest pomoc w zaspokojeniu ważnych potrzeb (np. sukcesu, przynależności) oraz osiągnięcie satysfakcji życiowej przez stwarzanie możliwości zaangażowania się w działalność pozytywną (artystyczną, społeczną, sportową itp.). U podstaw tych strategii leży założenie, że wiele ludzi nie ma możliwości zrealizowania swej potrzeby aktywności, podniesienia samooceny poprzez osiągnięcie sukcesów czy też rozwoju zainteresowań. Dotyczy to zwłaszcza dzieci i młodzieży zaniedbanej wychowawczo.

Strategie interwencyjne. Celem tych działań jest pomoc osobom mającym trudności w identyfikowaniu i rozwiązywaniu ich problemów oraz wspieranie w sytuacjach kryzysowych.

Szkoła jest głównym terenem pierwszorzędowych oddziaływań profilaktycznych. Dzieje się tak dlatego, że szkoła jest miejscem intensywnego rozwoju w zakresie funkcjonowania interpersonalnego i społecznego w grupie rówieśniczej; jest miejscem działalności zadaniowej uczniów, a więc ujawnia lub wręcz wyzwala trudności dzieci i młodzieży; jest miejscem konfrontacji autorytetów i kształtowania się poczucia własnej tożsamości ucznia; szkoła wypełnia znaczną część aktywnego życia dzieci i młodzieży.

Wychowanie jest bardzo ważnym elementem w pracy szkoły, gdyż młody człowiek, któremu brakuje doświadczenia, ma często kłopoty z zaistnieniem we współczesnym świecie. Często wybiera on drogę, która prowadzi do rozczarowań, staje się przyczyną uzależnień lub nawet tragedii.

Nauczyciele w swojej pracy wychowawczej, wspierając w tym zakresie obowiązek rodziców, winni zmierzać do tego, aby uczniowie w szczególności:

- Byli bardziej uspołecznieni;
- Mieli większą motywację do nauki;
- Przejawiali mniej zachowań antyspołecznych.

Niniejszy program jest skierowany do młodzieży uczącej się w naszej szkole. Jego powstanie było możliwe dzięki współpracy nauczycieli różnych przedmiotów i pedagoga szkolnego.

2. DIAGNOZA ŚRODOWISKA SZKOLNEGO

IDENTYFIKACJA PROBLEMU

Obserwacja środowiska szkolnego i przeprowadzone ankiety i rozmowy wśród uczniów, rodziców i nauczycieli wykazały, że w naszej szkole występują następujące problemy:

- agresja słowna i fizyczna (drobne bójki, zaczepki, wulgaryzmy, kradzieże, brak poszanowania mienia szkolnego i osobistego, zaśmianie szkoły);
- niechętny stosunek do nauki i szkoły;
- niski poziom higieny osobistej;
- palenie papierosów i spożywanie alkoholu;
- brak nawyków zdrowego stylu życia oraz zachowania bezpieczeństwa w szkole i poza nią.

Powołany został zespół ds. profilaktyki środowiska szkolnego, który miał za zadanie dokonanie diagnozy środowiska szkolnego. Do tego celu przygotowane zostały odpowiednie narzędzia badawcze:

- ❑ prowadzona była obserwacja zachowań uczniów
- ❑ wywiady z uczniami, rodzicami i nauczycielami
- ❑ ankiety dla uczniów
- ❑ ankiety dla rodziców
- ❑ warsztaty dla nauczycieli podczas, których ustalono jakie problemy są w naszej szkole najistotniejsze.

Spodziewane efekty podjętych działań profilaktycznych:

- ❑ Szkoła w opinii uczniów i rodziców uważana jest za bezpieczną;
- ❑ Biblioteka wyposażona jest w publikacje dotyczące profilaktyki i najnowsze wiadomości z zakresu nauczania i wychowania - materiały dostępne również dla rodziców;
- ❑ Utworzony jest bank informacji (dla nauczycieli) dotyczących ciekawych lekcji wychowawczych;
- ❑ Poszerzenie wiedzy nauczycieli owocuje lepszymi relacjami uczeń - nauczyciel - rodzic co pozwala na szybszą i skuteczniejszą interwencję oraz na łatwiejsze wychwycenie i zrozumienie problemu;
- ❑ Szkoła posiada stały kalendarz działań profilaktycznych;
- ❑ Uczniowie chętnie biorą udział w różnorodnych konkursach i zawodach a wyniki w nauce są bardzo dobre;
- ❑ Uczniowie są współgospodarzami szkoły, samorząd uczniowski jest aktywny, podejmuje ciekawe akcje;
- ❑ Uczniowie i ich rodzice mają możliwość korzystania ze wsparcia profesjonalnych instytucji;
- ❑ Uczniowie wypracowują zasady współżycia i tolerancji;

- Liczba wagarów jest nieduża;
- Wszyscy uczniowie w trudnej sytuacji mogą liczyć na pomoc i wsparcie, a rodzice przełamali wstyd i, w razie potrzeby śmiało zgłaszają swoje trudności
- Uczniowie wyposażeni są w wiedzę z zakresu profilaktyki.

3. ZAŁOŻENIA GŁÓWNE

- Program profilaktyki Zespołu Szkół Specjalnych w Żarach ukierunkowany jest na ucznia, ale skierowany jest także do rodziców i nauczycieli.
- Podczas tworzenia szkolnego programu profilaktyki trzeba wziąć pod uwagę wszystko, co mogłoby wspomóc edukację i wychowanie uczniów.
- Programem profilaktycznym będą objęci wszyscy uczniowie, a w szczególności ci z „grupy ryzyka”.
- Program tworzy spójną całość ze szkolnym zestawem programów nauczania i programem wychowawczym szkoły.
- Realizatorami programu są: wychowawcy klas, pedagog szkolny, nauczyciel WDŻ, inni nauczyciele, wyłonieni spośród młodzieży liderzy; osoby współpracujące, jak psycholog, terapeuta uzależnień i inni, wg potrzeb i możliwości finansowych szkoły.

W wyniku przeprowadzonych działań nasz uczeń posiada następujące umiejętności:

- ❑ Umie rozwiązywać problemy bez agresji i przemocy;
- ❑ Umie być człowiekiem bez uzależnień.
- ❑ Umie zadbać o swoje zdrowie.
- ❑ Umie unikać sytuacji niebezpiecznych.
- ❑ Umie zachować się w kontakcie z niebezpiecznymi przedmiotami.
- ❑ Zna przepisy ppoż i bhp.
- ❑ Umie ocenić sytuację zagrażającą zdrowiu lub życiu.
- ❑ Umie zawiadomić dorosłych lub odpowiednie instytucje o wypadkach oraz o sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia.

Realizacja programu profilaktycznego szkoły odbywa się przy współpracy z organizacjami i instytucjami wspomagającymi dzieci i rodzinę:

- ❑ Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną
- ❑ Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej,
- ❑ Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej
- ❑ Rewirem Dzielnicowych,
- ❑ Stacją Sanitarno- Epidemiologiczną,
- ❑ Zespołem ds. Uzależnień
- ❑ Sądem Rodzinnym i Nieletnich

Szkolny program profilaktyki powstał w oparciu o program wychowawczy szkoły oraz w oparciu o przeprowadzoną diagnozę problemu wśród nauczycieli, rodziców i uczniów.

2.1 AKTY PRAWNE SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI

Program profilaktyczny szkoły jest zgodny z:

- Statutem szkoły;
- Szkolnym programem wychowawczym;
- Ustawą z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii,
- Ustawą z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych (DzU 1996 nr 10, poz 55; Dz.U 1999 nr 96, poz. 1107; DzU 1997 nr 88, poz. 554; nr 121, poz. 770),
- Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19 sierpnia 1994 r. rozdział 1, art. 1.1... „ochronę zdrowia psychicznego zapewniają organy administracji rządowej i samorządowej oraz instytucje do tego powołane”,

2.2 ZADANIA OGÓLNE SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI

- Większy poziom uspołecznienia uczniów, poprzez uświadomienie uczniom znaczenia emocji, sposobów ich wyrażania oraz wpływ na funkcjonowanie jednostki i innych osób.
- Zmniejszenie poziomu zachowań antyspołecznych poprzez uświadomienie uczniom źródeł agresji i rozróżnienie agresywnych zachowań, ćwiczenie zachowań asertywnych, umożliwiających obronę bez uciekania się do agresji.
- Zapoznavanie ucznia z przepisami i regulaminami związanymi z bezpieczeństwem.

2.3 PRIORYTETY SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI

2.3.1 SYTUACJE WYPADKOWE

BEZPIECZNIE DO SZKOŁY

Należy pamiętać, że przechodząc przez jezdnię trzeba być ostrożnym i nigdy nie wolno przebiegać przez ulicę.

BEZPIECZEŃSTWO W SZKOLE

Zróbmy wszystko, aby szkoła była miłym miejscem, do którego będziesz chodził z przyjemnością.

- Nie popychaj kolegów;
- Nie krzycz, nie biegaj, zachowuj się spokojnie;
- Nie wyśmiewaj się z czyjegoś nazwiska, imienia lub wyglądu;
- Jeśli ktoś będzie chciał zabrać ci pieniądze powiedz o tym szybko dorosłemu;

Gdy nadejdzie koniec przerwy
Każdy pierwszy chce być w klasie.
Ja się nie pcham – idę grzecznie
Bo chcę dotrzeć tam **BEZPIECZNIE**.

BEZPIECZNIE NA PODWORKU

- ❑ Mówcie rodzicom, gdzie będziecie się bawić;
- ❑ Nie odchodźcie daleko od domu;
- ❑ Klucze od mieszkania noś na szyi;
- ❑ Nie bawcie się w ustronnych miejscach;
- ❑ Baw się na placu zabaw;

STOP – NIEBEZPIECZEŃSTWO FAJERWERKI

Niebezpieczna to zabawa
Zranić się – poważna sprawa!
Nawet zimny ogień parzy
Uważaj – a nic się nie zdarzy.
Gdy chcesz bawić się bezpiecznie
To unikaj ich koniecznie
Widząc jak je ktoś odpala
Trzymaj się od tego zdala.

- ❑ Fajerwerki są niebezpieczne;
- ❑ Fajerwerki odpalać mogą tylko dorośli;
- ❑ Fajerwerk może wybuchnąć w dłoniach;
- ❑ Fajerwerk może ogłuszyć;
- ❑ Fajerwerk może poparzyć.

BEZPIECZNE FERIE ZIMOWE

Zima to znakomita pora na organizowanie zabaw na świeżym powietrzu. Niektóre z nich mogą okazać się niebezpieczne!

Jeżeli chcesz być bezpieczny i uniknąć przykrych niespodzianek, pamiętaj:

- ❑ Zawsze informuj rodziców o miejscu swoich zabaw;
- ❑ Nie wchodź na lód zamrzniętych jezior, stawów i rzek;
- ❑ Nie rzucaj śnieżkami w nadjeżdżające samochody;
- ❑ Nie przyczepiaj sanek do samochodów;
- ❑ Nie zjeżdżaj na sankach z pagórków znajdujących się w pobliżu ulic, rzek;
- ❑ Nie rzucaj w kolegów śnieżkami, w których umieściłeś coś twardego;

BEZPIECZNIE W DOMU

- ❑ nie baw się ogniem - to grozi pożarem
- ❑ nie manipuluj w kontaktach
- ❑ sieciowych – może porazić cię prąd

- ❑ nie wychylaj się przez okno - możesz wypaść
- ❑ nie bierz lekarstw z apteczki domowej
- ❑ gdy obcy puka do Twoich drzwi - nie otwieraj ich
- ❑ gdy będzie zagrażało Ci niebezpieczeństwo - zadzwoń na policję.
- ❑ ZAPISZ NAJWAŻNIEJSZE NUMERY TELEFONÓW

STRZEŻ SIĘ OBCEGO

W swoim życiu spotykasz wielu ludzi: na ulicy, w parku, w sklepie. Większość z nich to mili i życzliwi ludzie. Są podobni do Ciebie i Twoich rodziców. Ale może się zdarzyć, że jedna z nich jest zła i chce zrobić Ci krzywdę. Taką osobę nazywamy OBCY. Wygląda ona tak jak inni, jest bardzo miła, uśmiechnięta, może dać Ci cukierka, a nawet znać Twoje imię. Kiedy nie będzie nikogo jej zachowanie się zmieni, już nie będzie taka miła, przestraszy Cię. Dlatego musisz pamiętać o kilku ważnych sprawach, jeżeli będziesz je stosował będziesz BEZPIECZNY.

BEZPIECZNIE W LESIE

Gdy wybierasz się do lasu
To pamiętaj nie idź sam
Nigdy w lesie nie hałasuj
Nie rozpalaj ognia tam.
Nie dotykaj dzikich zwierząt
Nie zaśmiecaj czystych miejsc
I pamiętaj bądź ostrożny

Gdy do lasu zechcesz wejść.

UWAGA NIEBEZPIECZEŃSTWO!!!

W czasie spaceru w lesie możesz znaleźć niewypały.

Jeżeli natkniesz się na przedmiot przypominający niewypał:

NIE DOTYKAJ GO! OZNACZ TO MIEJSCE (chusteczką na patyku).

Jak najszybciej powiadom kogoś DOROSŁEGO!!!

BEZPIECZNE WAKACJE

ZAWSZE

- ❑ Kąp się w miejscach, gdzie bezpieczeństwa pilnuje ratownik;
- ❑ Pływaj pod opieką osób dorosłych;

NIGDY

- ❑ Nie skacz do wody, gdy nie znasz dna jeziora;
- ❑ Nie baw się w jeziorach i rzekach niestrzeżonych;
- ❑ Nie krzycz i nie hałasuj podczas kąpieli;
- ❑ Nie wchodź do wody rozgrzany.

2.3.2 AGRESJA

Zaburzenie w relacjach interpersonalnych, wyrażające się w pomniejszaniu, ośmieszaniu, obniżaniu wartości innych (agresja werbalna), bądź też w napadaniu, biciu itp. (agresja fizyczna). Występowaniu agresji sprzyjają niektóre schorzenia organiczne i zaburzenia funkcjonowania układu nerwowego. Jedną z przyczyn agresji u dzieci są frustracje, wynikające z poczucia krzywdy, braku zaspokojenia podstawowych potrzeb psychicznych, zwłaszcza potrzeby miłości. Agresja powstaje także jako wynik uczenia się poprzez obserwację agresywnych form zachowań rodziców czy bohaterów filmowych. Oddziaływanie procesu modelowania jest szczególnie silne wtedy, gdy osoby agresywne budzą w dziecku podziw. Agresywność, przejawiana w okresie dzieciństwa i młodości u człowieka dorosłego, może przybrać postać brutalnego lekceważenia potrzeb innych, narzucania siłą swojej woli, zmuszania innych do uległości, naruszania zasad i norm moralnych, niszczenia wartości, wywoływania konfliktów. Agresja może występować w formie bezpośredniej (wprost do osoby, która była przyczyną frustracji) lub przemieszczonej (wyładowanie na sobie, innych osobach lub na przedmiotach). Agresja często ma charakter instrumentalny - umożliwia osiągnięcie zamierzonego celu¹.

AGRESJA - POZIOM WYSTĘPOWANIA I JEJ PRZEJAWY

Nauczyciel, aby rozpoznać i ocenić poziom agresji we własnej szkole, może porównać swoje obserwacje z wynikami badań socjologicznych. Porównania te mogą dotyczyć tylko zachowań agresywnych o charakterze destrukcyjnym, bowiem znane z literatury analizy empiryczne nie zajmują się agresją konstruktywną występującą na terenie szkół. Koncentrują się głównie na częstotliwości i nasileniu czynów agresywnych nasyconych przemocą.

¹ A. Bandura, R. Walters, Agresja w okresie dorostania, Warszawa 1968; Z. Skorny, Psychologiczna analiza agresywnego zachowania się, Warszawa 1968.

Z analiz tych wynika, że częstotliwość zachowań „przemocowo-agresywnych” występujących w polskich szkołach, kształtuje się na różnych poziomach, w zależności od regionu kraju² Wysokim poziomem występowania czynów agresywnych wśród uczniów szkół i placówek oświatowych charakteryzują się były województwa (w kolejności od najwyższych wskaźników): opolskie, olsztyńskie, zielonogórskie, wrocławskie, poznańskie, śląskie, krakowskie, warszawskie, koszalińskie, gorzowskie), niskim poziomem (od najniższych): łomżyńskie, przemyskie, skierniewickie, siedleckie, płockie, ostrołęckie, ciechanowskie. Fakt, że były województwo poznańskie zajmuje wysokie, bo piąte miejsce w grupie o wysokim poziomie obciążenia agresją szkół i placówek oświatowych, wskazuje, że w naszym regionie istnieje poważny problem do rozwiązania. Jeżeli zaś chodzi o częstość i nasilenie czynów obciążonych przemocą, pojawiających się w szkołach różnego typu, to globalnie nie zauważa się różnic pomiędzy nimi, we wszystkich występuje przemoc fizyczna, psychiczna i wandalizm. Szkoły te różnią się jednak pod względem poziomu nasilenia występowania na ich terenie poszczególnych form przemocy. I tak, w szkołach podstawowych dominuje przemoc fizyczna, w szkołach o charakterze zawodowym przemoc psychiczna, natomiast w liceach ogólnokształcących wandalizm³. Badania socjologiczne⁴ wykazują, że zachowania agresywne o charakterze destrukcyjnym obserwowane na terenie polskich szkół mają różny kierunek. Mogą być skierowane ku ludziom lub przedmiotom, występować w relacjach dziecko-dziecko, nauczyciel-dziecko, dziecko-nauczyciel. Przemoc skierowana przeciwko rzeczom lub ludziom, w której agresorem-sprawcą jest uczeń najczęściej występuje tam, gdzie kontrola nauczycieli jest mniejsza, a czas pobytu nie jest zorganizowany (szatnie, toalety, zakamarki, korytarze) oraz przyjmuje formy (według hierarchii średnich nasilenia dla badanej populacji:

- ❑ przemocy fizycznej (potrącenie, bicie, zabieranie przedmiotów);
- ❑ przemocy psychicznej (straszenie, przymuszanie, grożenie, utrudnianie);

² Jan Tatarowicz, "Agresja i przemoc w badaniach oświatowych", w: "Agresja i przemoc w szkołach polskich i niemieckich", red. Krystyna Ostrowska i Jan Tatarowicz, MEN, Warszawa 1998, s. 85

³ Jan Surzykiewicz, "Agresja w polskich szkołach w relacjach uczniów o sobie i innych", w: "Agresja i przemoc.....", s. 50-53

⁴ Jan Surzykiewicz, "Agresja w polskich szkołach w relacjach uczniów o sobie i innych", w: "Agresja i przemoc.....", s. 42-47

- ❑ przemocy werbalnej (obrażanie, wymyślanie, rozpowszechnianie kłamstw, używanie wulgarnych słów);
- ❑ przemocy przeciwko rzeczom (niszczenie, „bazgranie”, brudzenie, zabieranie);
- ❑ przemocy grożącej użyciem broni (ostrych narzędzi, gazu, pistoletu);
- ❑ przemocy seksualnej (zaczepianie, przymuszanie).

MÓWIĄC NIE AGRESJI - WARTO PAMIĘTAĆ...

Nauczyciel pragnący podjąć skuteczne działania przeciw agresji, winien nie tylko rozpoznać poziom agresji na terenie własnej szkoły czy klasy, ale musi także dokonać trafnej analizy i diagnozy form oraz przyczyn czynów agresywnych w odniesieniu do każdego ucznia-agresora i ucznia-ofiary przemocy. Oznacza to, że powinien znaleźć, między innymi, odpowiedzi na następujące pytania:

1. Czy w mojej szkole (klasie) występuje agresja, jeżeli tak, to ma charakter konstruktywny czy destruktywny?
2. Jakie formy zachowań charakteryzują agresję konstruktywną, a jakie destruktywną?
3. Przeciw komu mogą być skierowane zachowania nasycone przemocą (który z uczniów lub nauczycieli posiada cechy potencjalnej ofiary przemocy)?
4. Przeciw komu są skierowane zachowania agresywne i dlaczego?
5. Czy zachowanie agresywne konkretnego ucznia to wynik:
 - ❑ uszkodzenia mózgu;
 - ❑ wrodzonych predyspozycji;
 - ❑ trudności w nauce na jakie napotyka uczeń w szkole;
 - ❑ przykrości, napaści ze strony nauczycieli, kolegów lub rodziców;
 - ❑ wzmacniania zachowań agresywnych, które uczeń otrzymuje od społeczności szkolnej, rodziny, grup rówieśniczych;

- ❑ wpływu grup rówieśniczych;
- ❑ obserwacji i naśladowania zachowań agresywnych otoczenia;
- ❑ alienacji ucznia w szkole, klasie lub domu rodzinnym;
- ❑ niedostosowania społecznego;
- ❑ wpływu środków masowego przekazu;
- ❑ niewłaściwej postawy rodzicielskiej;
- ❑ itd.

Następnie po usunięciu źródeł zachowań agresywnych należy podjąć wielokierunkowe, odpowiednio dostosowane do konkretnego ucznia oddziaływania wychowawcze, mające na celu zmianę tych zachowań. Jeżeli źródłem agresji u dziecka jest uszkodzenie mózgu to należy zmobilizować rodziców i dziecko do podjęcia leczenia, natomiast w sytuacji, gdy przemoc uwarunkowana jest frustracją wpływającą z trudności w nauce na jakie napotyka uczeń w szkole, należy te trudności po prostu usunąć. Gdy przyczyna agresji tkwi w chęci poznawania świata, to nie ma innej drogi jak umożliwienie uczniowi realizację tej potrzeby.

Musimy jednak pamiętać, że nie da się nikogo zmienić przez zalecanie zmian, natomiast można ułatwić komuś podjęcie decyzji, trzeba go tylko do tego przekonać. Nakłanianie ucznia do zmian winno przebiegać w atmosferze porozumienia pomiędzy nauczycielem i uczniem, opartej na autentyczności, empatii i bezwarunkowej akceptacji dziecka. Istnieją zachowania, które sprzyjają porozumieniu i takie, które tworzą bariery.

Zdaniem Gordona⁵ do poczucia nieporozumienia i braku akceptacji ze strony dzieci, a w konsekwencji do zaburzenia procesu przekonywania ucznia przez nauczyciela do zmiany zachowania, mogą doprowadzić pewne rodzaje wypowiedzi osób dorosłych:

⁵ Joanna Grochulska, „Agresja u dzieci”, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne Warszawa 1993, s.55-60

- rozkazywanie, zarządzanie, komenderowanie - dziecko oburza się i gniewa oraz ujawnia wrogie uczucia, czasem atak wściekłości, próby agresji, stawianie oporu;
- ostrzeganie, upominanie, grożenie - dziecko często doznaje pokusy zrobienia czegoś, przed czym było przestrzegane, tylko dlatego, aby osobiście sprawdzić, czy nastąpią zapowiadane skutki;
- radzenie, dyktowanie rozwiązań - takie wypowiedzi mogą wpłynąć na wytworzenie się zależności i rezygnacji z własnego myślenia;
- przekonywanie, moralizowanie, wygłaszanie kazań - często dzieci na słowa "powinieneś", "musisz" reagują oporem i obroną;
- robienie wyrzutów, pouczanie, przytaczanie logicznych argumentów - logika i rzeczywistość wywołują często obronę i niechęć, dlatego dzieci bronią swoich pozycji i nie rezygnują z nich do końca;
- osądzanie, krytykowanie, obwinianie - dziecko na podstawie oceny i osądu kształtuje swój obraz samego siebie, dziecko może uwierzyć, że jest mało wartościowe, poza tym ostra krytyka wywołuje kontrkrytykę, obronę, budzi wrogie uczucia wobec osoby oceniającej;
- chwalenie, aprobowanie - bywają sytuacje, że pochwała przyjmowana jest przez dziecko jako manipulacja;
- wymyślanie, ośmieszanie, zawstydzanie - najczęstszą reakcją dziecka jest chęć rewanżu, słowny atak;
- interpretowanie, analizowanie, stawianie diagnozy - jeżeli analiza, czy interpretacja jest poprawna, dziecko może czuć się zażenowane, jeżeli jest błędna będzie ono się irytować niesprawiedliwym obwinianiem;
- uspokajanie, pocieszanie - uspokajanie dziecka, które czuje się czymś wytrącone z równowagi, często przekonuje je po prostu o tym, że nie jest rozumiane;
- badanie, wypytywanie, indagowanie - może zdradzać brak zaufania, podejrzliwość dorosłych wobec dzieci, wywoływać u nich poczucie ograniczenia wolności;

- rozweselanie, zabawianie - reagowanie żartami może wytworzyć u dziecka poczucie urazy i odepchnięcia.

2.3.3 UZALEŻNIENIA: ALKOHOLIZM, NIKOTYNIZM, NARKOMANIA I DOPALACZE

Sejm Rzeczypospolitej Polskiej przyjął 7 maja 1998 roku uchwałę w sprawie przeciwdziałania i zwalczania zjawisk patologicznych wśród nieletnich. Uchwałą tą sejm zwrócił się do samorządów terytorialnych, administracji rządowej i innych instytucji oraz organizacji pozarządowych zajmujących się wychowaniem, pomocą, terapią, profilaktyką o podjęcie działań w celu stworzenia i realizacji jednolitego programu przeciwdziałania agresji, przemocy i demoralizacji wśród nieletnich. W uchwale tej sejm zwraca się także o pomoc i poparcie do mediów publicznych i komercyjnych. Rośnie krzywa zjawisk patologicznych wśród naszego społeczeństwa. Zjawiska i zachowania niepożądane, jak palenie papierosów, picie alkoholu, używanie narkotyków, waczenie kleju, zachowania agresywne i przemoc - są plagą współczesnego świata ludzi dorosłych, a co gorsza także dzieci i młodzieży.

Alicja Pacewicz w broszurce "Jak pomóc dziecku nie pić" z 1994 roku podaje, że w Polsce:

- nawet małe dzieci są zachęcane lub namawiane do próbowania alkoholu, 70% nieletnich miało kontakt z alkoholem, z czego ponad połowa pije go przynajmniej raz w tygodniu,
- co piąty młody człowiek ma z tego powodu problemy w szkole, domu, popełnia drobne przestępstwa i inne wykroczenia,
- wśród uczniów szkół średnich jest zaledwie 15% abstynentów, piwo pije 73% chłopców i 67% dziewcząt, wino 69% chłopców i 36% dziewcząt, wódkę odpowiednio - 14% i 7%.

Tak więc uzależnienia: alkoholizm, nikotynizm, lekomania, toksykomania, narkomania ciągle zbierają obfite żniwo wśród młodocianych. Często są to destrukcyjne sposoby rozładowywania konfliktów i napięć, jakie niesie współczesna cywilizacja. Obserwuje się także wzrost dewiacji seksualnych, przestępczości i samobójstw. Czesław Cekiera na podstawie badań własnych i innych autorów podaje, że w genezie

uzależnień wyodrębnić można liczne uwarunkowania psychologiczne i środowiskowe zwiększające ryzyko uzależnień. Zaliczyć tu można następujące czynniki:

- osobowościowe: rozchwianie emocjonalne, poczucie pustki i zagrożenia, brak silnego wzorca ojca i matki, lęk, poczucie krzywdy, obniżone poczucie własnej wartości, nieumiejętność rozwiązywania problemów, częsta podatność na frustrację, obniżony system wartości, niski stopień uspołecznienia,
- środowiskowe: rodzina niepełna, rozbita lub zagrożona rozbitciem, brak więzi w rodzinie, częste konflikty, labilność metod wychowawczych, nadopiekuńczość, częsta nieobecność rodziców w domu, wysoka tolerancja rodzinna wobec palenia i picia, środowisko marginesu społecznego, łatwy dostęp do środków uzależniających.

W wielu krajach na świecie opracowano i ciągle się doskonalą nowe systemy wychowania zapobiegającego patologiom społecznym. Głównie tworzą je dwa filary: system prewencyjny i psychoprofilaktyczny. *System wychowania prewencyjnego opiera się na rozumnym, celowym działaniu i kształtowaniu, takich postaw człowieka, które byłyby wolne od niepożądanych zachowań i dewiacji, czyli działania prewencyjne zmierzają do zapobiegania zdeprawowaniu, demoralizacji, wykołajeniu, a także koncentrują się wokół niedopuszczania do wytworzenia się postaw egoistycznych i aspołecznych. Psychoprofilaktyka jest ochroną przed powtórny zaburzeniem, chorobą, uzależnieniem, przed recydywą w przestępstwie. To jest również proces utrwalania pozytywnych osiągnięć leczenia, rehabilitacji, czy resocjalizacji.*

Do instytucji zajmujących się prewencją i psychoprofilaktyką, do których w dużej mierze trafiają dzieci i młodzież o wysokim wskaźniku wymienionych wyżej osobowościowych i środowiskowych determinantów popadnięcia w uzależnienia, należą domy dziecka, schroniska młodzieżowe, ogniska wychowawcze, pogotowia opiekuńczo- wychowawcze i zakłady poprawcze. Do tych placówek trafiają jednostki ze środowisk patologicznych, które mają ogromny bagaż złych doświadczeń, złych wzorów i złych nawyków.⁶

⁶ Beata Boćwińska-Kiluk „Edukacja i Dialog” nr 4 (117) kwiecień 2000

Wielu rodziców, opowiadając o swoich uzależnionych dzieciach, zwraca uwagę na fakt, że miały one skłonność do izolowania się, zwłaszcza od rodziny, nie potrafiły się dzielić swoimi radościami i smutkami, nie zwracały się o pomoc. Myślę, że przyczyn tego zjawiska można szukać w zakłóceniach pierwszej fazy rozwojowej, w której kształtuje się ufność, będąca później podstawą poczucia tożsamości. Niedostatki późniejszego zaufania do świata będą mogły się przejawiać różnymi postaciami lęku przed otoczeniem, izolacji oraz brakiem konstruktywnego radzenia sobie z trudnościami (wtedy mogą się pojawiać uzależnienia jako forma radzenia sobie z napięciem, stresem).

Kolejną, o kluczowym znaczeniu dla późniejszego funkcjonowania w społeczeństwie jest faza, w której kształtuje się potrzeba bycia produktywnym, potrzeba konstruktywnego działania. Jeżeli dziecko nie będzie odbierać komunikatów zwrotnych od rodziców w postaci pochwał, zainteresowania, uznania, to później może nie podejmować wielu działań, nie wywiązywać się z podstawowych obowiązków, gdyż nie będzie widziało w tym sensu i korzyści dla siebie.

W fazie tej młody człowiek nabywa również podstawowych umiejętności życia w grupie i konstruktywnych działań wykonywanych razem z innymi. Jeżeli nie rozwinie się u niego owa produktywność, to nie można się spodziewać, że będzie z chęcią chodził do szkoły, uczył się, pracował, czy realizował jakiegokolwiek inne, narzucane z góry cele. Dlatego też mogą się pojawić trudności z nauką, wagary, nieposłuszeństwo wobec rodziców, zaniedbywanie obowiązków. W związku z piętrzącymi się problemami będzie wzrastało napięcie, a wtedy jedną z dostępnych form jego redukcji może być sięgnięcie po środek odurzający, który w łatwy, szybki i bezbolesny sposób usunie przeszkodę.

Ostatnim okresem, w którym mogą się pojawić kolejne czynniki sprzyjające powstawaniu uzależnienia, jest okres, w którym jednostka dochodzi do ostatecznego odkrywania swojej tożsamości. Młody człowiek zaczyna się interesować tym, jak postrzegają go inni, jak on sam siebie spostrzega wśród nich. W tym okresie jest szczególnie podatny na wpływy rówieśników, innych atrakcyjnych grup i ich zachowań. Ponieważ poczucie niepewności, nieufności i niezrozumienia, nabyte w poprzednich fazach rozwoju, utrudnia mu prawidłowe i produktywne życie, to będzie szukał tego wszystkiego, czego nie zapewnili mu rodzice, wśród rówieśników. Prawdopodobieństwo, że trafi do grupy

używającej narkotyków oraz że zacznie również ich używać, jest bardzo duże. Wystarczy jedna chwila słabości, zwątpienia i "pomocna dłoń przyjaciela", a nie tylko świat, ale przede wszystkim ten młody człowiek stanie się piękniejszy, lepszy, silniejszy... na chwilę, która będzie coraz krótsza.⁷

Jednym z najistotniejszych powodów pojawienia się i rozwoju uzależnienia jest utrata kontaktu człowieka z własnym organizmem. Brak czy niedobór świadomości ciała, czy też "mądrości organizmu", powoduje, że nie otrzymuje on odpowiednich informacji o istniejącym zagrożeniu lub o pojawiającej się już dysfunkcji. Zwykle nie zdajemy sobie sprawy z tego, że tendencja do pojawienia się reakcji uzależnieniowej odnosi się nie tylko do pewnej wydzielonej grupy, np. narkomanów czy alkoholików, ale do każdego z nas i to w sytuacjach, których bynajmniej nie jesteśmy skłonni kojarzyć z uzależnieniami.

Nikotynizm - uzależnienie od tytoniu. Są trzy zasadnicze aspekty szkodliwości palenia tytoniu: ekonomiczny, socjalny i osobisty. Z obliczeń ekonomistów wynika, że straty i koszty, jakie ponosi państwo i społeczeństwo z powodu nałogu palenia tytoniu, są bardzo duże. Owe straty i koszty obejmują przedwczesne zgony, wydatki na leczenie chorób związanych z paleniem, absencją chorobową, renty inwalidzkie, niską wydajność pracy, wypadki przy pracy, pożary itp. Do tego dochodzą straty, krzywdy i cierpienia ludzkie, wynikające z utraty najbliższej osoby, związane z przebywaniem choroby, z pozbawieniem zdolności do pracy itp.

Szkodliwe dla zdrowia działanie dymu tytoniowego zależy od jego toksycznych składników, powstających w żarzącej się części palonego papierosa. Jest ich bardzo wiele. Spośród nich największe spustoszenie zdrowotne wywołują nikotyna, tlenek węgla oraz ciała mutagenne i rakotwórcze. Mechanizmy szkodliwego działania dymu tytoniowego są wielorakie i praktycznie obejmują wszystkie tkanki i narządy organizmu ludzkiego.

Z przeprowadzonych w ostatnich latach badań naukowych wiadomo, że bierne palenie stanowi również duże ryzyko zdrowotne. Na bierne palenie narażeni są:

⁷ Marta Stolarska „Edukacja i dialog” nr 8 (121) październik 2000

- ❑ dorośli, niepalący, żyjący i przebywający w otoczeniu palaczy w środowisku domowym, w miejscu pracy i w miejscach publicznych;
- ❑ dzieci i młodzież, zdani na permanentny kontakt z palącymi rodzicami, nauczycielami i wychowawcami, swoimi rówieśnikami, którzy nierzadko już palą;
- ❑ dzieci nie narodzone - w całym okresie życia płodowego w organizmie kobiety ciężarnej palącej czynnie i biernie.

Wielu autorów uznaje za przestępstwo palenie tytoniu w zamkniętym pomieszczeniu w obecności dzieci, zmuszonych w ten sposób do biernego palenia, przy jednoczesnym braku świadomości i rozeznania groźących im niebezpieczeństw.

Według opinii ekspertów Światowej Organizacji Zdrowia samo zwalczanie palenia tytoniu mogłoby zrobić więcej niż jakakolwiek pojedyncza akcja na całym polu medycyny zapobiegawczej. Za główną metodę leczniczą należy uznać psychoterapię, mającą na celu wzmocnienie motywacji do zaprzestania palenia. Praktycy leczenia odwykowego jednocześnie podkreślają, że każda metoda będzie skuteczna tylko wtedy, gdy palacz wykaże silną wolę i chęć odzwyczajenia się od palenia.

Przeciwnikotynowe programy edukacyjne należy zaczynać w rodzinie, kontynuować w przedszkolu i szkole. Przedstawienie zagrożeń i chorób związanych z paleniem tytoniu niewiele wpływa na zmianę zachowań. Należy raczej podkreślać pozytywne aspekty niepalenia, a nie skutki palenia. Program powinien być odbierany nie tylko jako zakazy i zagrożenia, lecz jako sposób na podniesienie jakości życia. W wielu krajach uzyskano zmniejszenie liczby osób palących dzięki popularyzowaniu mody na niepalenie i łączeniu jej z pojęciem kulturalnego człowieka. Zakazy administracyjne jedynie ułatwiają kultywowanie tej mody i ograniczają możliwości biernego palenia w miejscach publicznych. Ogromną rolę w prewencji palenia odgrywają rodzice i krewni, nauczyciele i wychowawcy. To oni tworzą wzorce zachowań.

Alkoholizm - uzależnienie od alkoholu. Wpływ alkoholu na zdrowie jest wielokierunkowy. Przyjmuje się, że m.in. alkohol odgrywa istotną rolę w tym, że Polska zajmuje pierwsze miejsce w Europie pod względem nadumieralności mężczyzn w wieku produkcyjnym przewyższającej umieralność kobiet. Najgroźniejszym dla zdrowia składnikiem alkoholu jest etanol, niekorzystnie wpływający na różne narządy. Skutkiem jego

nadużywania są alkoholowa marskość wątroby, przewlekłe zapalenie trzustki i zaburzenia wchłaniania. W badaniach nad wpływem etanolu na układ krążenia podkreśla się obecnie rolę alkoholu jako istotnego czynnika wywołującego nadciśnienie tętnicze.

Przypuszcza się, że alkohol wywołuje bezpośrednie zmiany w mięśniu serca (podobnie jak w innych mięśniach) oraz może być przyczyną znacznych zaburzeń rytmu. Układ nerwowy nie jest również obojętny na kontakt z alkoholem. Nowoczesne badania, szczególnie wprowadzenie tomografii komputerowej, pozwalają na wczesne wykrywanie zaniku mózgu u osób nadużywających alkoholu. Badania ostatnich lat wskazują na to, że alkohol zarówno samodzielnie, jak i we współdziałaniu z tytoniem odgrywa istotną rolę w powstawaniu pewnych rodzajów nowotworów, szczególnie przełyku, wątroby, krtani i trzustki.

Oprócz szkodliwego oddziaływania alkoholu na organizm człowieka dorosłego, a w szczególności na młodzież, jest on także przyczyną wielu patologii społecznych. Wzrasta liczba młodych ludzi w izbach wytrzeźwień i nasila się przestępczość wśród nieletnich popełniana pod wpływem alkoholu. Oprócz agresji nietrzeźwych sprawców czynów karalnych wobec otoczenia, jest też charakterystyczne występowanie autoagresji, przejawiającej się w samouszkodzeniach i podejmowaniu prób samobójczych. Rozmiary pijaństwa młodzieży stają się niebezpieczne dla kondycji zdrowotnej społeczeństwa.

Zjawisko nadużywania alkoholu przez młodzież stało się tak powszechne, że nikogo już dziś nie szokują - niestety! - zakrapiane alkoholem młodzieżowe imprezy imieninowe lub urodzinowe (słowo *party* stało się w młodzieżowym slangu synonimem zwykłego pijaństwa), picie alkoholu na wycieczkach czy biwakach szkolnych. Badania CBOS wskazują na powody sięgania po alkohol przez młodych ludzi, którymi są: ciekawość, namowa kolegów lub rodzeństwa, podanie alkoholu przez rodziców (babcię) jako lekarstwa na przeziębienie czy ból brzucha. Często przyczyną kontaktu z alkoholem jest chęć odprężenia się i zrelaksowania, udowodnienia własnej dorosłości, uzyskania akceptacji grupy. Młodzi ludzie w alkoholu upatrują sposób na lepszą zabawę, poprawę samopoczucia, dodanie sobie odwagi.

Wieloletnie badania i obserwacje zjawiska konsumpcji alkoholu przez nieletnich dowodzą, że mimo działań profilaktycznych i obowiązujących zakazów problem stale narasta. Statystyki ostatnich lat mówią, że na walkę z alkoholizmem przeznaczono pięć razy mniej niż na

reklamę wyrobów piwowskich. W tej sytuacji wydaje się, że całe społeczeństwo jest bezsilne wobec problemu alkoholizowania się młodego pokolenia i skazane jedynie na obserwowanie rozwoju tego patogenego zjawiska i pozorowanie działań leczniczo-profilaktycznych.

Narkomania - uzależnienie od narkotyków. Zjawisko narkomanii ma charakter społeczny. Dotyczy ono zarówno dzieci (w tym noworodków), jak i dorosłych. Długotrwałe przyjmowanie narkotyku prowadzi do ruiny całego ustroju. Narkomani na skutek zmniejszonej odporności częściej zapadają na choroby zakaźne (gruźlicę, padaczkę, AIDS). Matki-narkomanki mają przedwczesne i skomplikowane porody, a u noworodków mogą wystąpić objawy głodu narkotycznego. Dzieci te są często opóźnione w rozwoju fizycznym i psychicznym.

Przyczyn uzależnienia od narkotyków upatruje się przede wszystkim w braku zaspokojenia potrzeb. Chłód, rygorizm rodziców, obojętność, samotność dziecka, brak norm - prowadzą do deprivacji, która najczęściej przejawia się różnego rodzaju lękami, przeszkadzającymi w normalnym rozwoju osobowości. Poszukiwanie nisz bezpieczeństwa jest wówczas naturalnym odruchem. Jeżeli młody człowiek napotyka na swej drodze inną osobę lub grupę osób uzależnionych, która za przyłączenie się i wspólne używanie narkotyków daje jej poczucie przynależności i uczestnictwa, może chętnie do niej przystać.

Uzależnienie narkotyczne jest chorobą, która sprawia przede wszystkim silny ból fizyczny i psychiczny. Najprostszym sposobem uśmierzenia tego bólu jest przyjęcie środka, który pozwoli nam znaleźć zapomnienie. Tym środkiem jest narkotyk, przyjmowany w coraz większych dawkach. Regularne przyjmowanie narkotyku skutkuje odpowiednim przystosowaniem się metabolizmu komórkowego organizmu. Na brak dawki organizm reaguje głodem narkotycznym (objawy abstynencyjne), czyli bólem mięśni, niepokojem, mdłościami, biegunką, halucynacjami, derilium aż do zapaści włącznie. Jest to uzależnienie fizyczne. Towarzyszy mu uzależnienie psychiczne, które charakteryzuje brak zainteresowania cokolwiek poza zaspokojeniem potrzeby narkotyku. Objawia się apatią, pasywnością, sennością, utratą świadomości, oszołomieniem, spowolnieniem reakcji.⁸

⁸Urszula Parnicka „Edukacja i dialog” 1nr 3 (126) marzec 2001

Prócz bólu fizycznego i psychicznego narkoman odczuwa jeszcze ból społeczny. Wygląd zewnętrzny i zachowanie narkomana prowadzą do osłabienia i zniszczenia więzi społecznych, skazując go na samotność i konieczność przebywania w środowisku osób podobnych do siebie. Własne cierpienia i współczucie otoczenia mogłyby wpłynąć na próbę zmiany tego stanu, gdyby takiej próbie towarzyszyła silna wola powrotu do zdrowia. Na przeszkodzie często stoi charakterystyczna dla tej choroby destrukcja psychiki - właśnie brak woli

ZAGADNIENIA	ZADANIA	METODY REALIZACJI
<p align="center">ZACHOWANIA W SYTUACJACH WYPADKOWYCH</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Uświadamianie skutków zdrowotnych niebezpiecznych i brawurowych zachowań na przerwach , w szatniach, na obiekcie sportowym , boisku oraz na wycieczkach □ Zapobieganie panice i zachowaniom histerycznym □ Powiadamianie o wypadkach osób kompetentnych □ Nabywanie umiejętności zachowania się w przypadkach kontaktu z przedmiotami niebezpiecznymi np.: petardy, niewybuchy, substancje toksyczne □ Organizowanie próbnych ewakuacji wewnątrzszkolnych; □ Organizowanie próbnych ewakuacji z udziałem straży pożarnej; □ Zapoznaczanie uczniów z przepisami BHP podczas wszystkich pierwszych lekcji z danego przedmiotu; 	<ul style="list-style-type: none"> □ Pogadanki □ Apele porządkowe □ Zapoznanie z regulaminami obowiązującymi na terenie szkoły □ Wykonanie plakatów obrazujących skutki niebezpiecznych zachowań □ Prace plastyczne □ Scenki ukazujące następstwa zachowań brawurowych □ Spotkania z przedstawicielami policji, straży pożarnej, pielęgniarką szkolną □ Ćwiczenia w rozpoznawaniu sygnałów alarmowych i próbna ewakuacja □ Poznawanie dróg ewakuacji na terenie szkoły □ Omawianie prawdziwych sytuacji kontaktu z przedmiotami niebezpiecznymi (skutki, następstwa, sposób postępowania) □ Projekcja filmu □ Tworzenie wypowiedzi pisemnych □ Pogadanki w okresie największego zainteresowania młodzieży artykułami

		pirotechnicznymi (Świąta Bożego Narodzenia, Nowy Rok)
AGRESJA	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Poszukiwanie sposobów rozładowywania napięć: zdrowych, przynoszących ulgę, dopuszczalnych społecznie ❑ Uczenie konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, negocjowania, przeproszenia i przebaczenia. ❑ Zapobieganie przyzwalaniu na zachowania nieakceptowane społecznie, agresywne i dewastujące otoczenie. ❑ Organizowanie zadań mające na celu przeciwdziałanie agresji; ❑ Gry i zabawy przeciwko agresji; 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Organizowanie warsztatów, pogadek i zajęć dramowych ❑ Debata, dyskusja ❑ Uczenie technik relaksacyjnych ❑ Ukazywanie prostych sposobów bezpiecznego rozładowywania napięć ❑ Organizowanie zabaw z zachowaniami grzecznościowymi, odgrywanie scenek ❑ Trening poprawnej komunikacji ❑ Praca w zespołach zadaniowych ❑ Promowanie zasad uczciwego, sprawiedliwego i honorowego postępowania ❑ Przedstawianie uczniów wykazujących się postawą odwagi społecznej na apelach, w gazetce ❑ Omawianie przypadków zachowań agresywnych, dyskusja na temat sposobów reagowania na nie ❑ Uczenie poprzez przykłady właściwego rozumienia solidarności grupowej

<p style="text-align: center;">ALKOHOLIZM, NARKOMANIA, NIKOTYNIZM, DOPALACZE – LEGALNY NARKOTYK</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Zapobieganie problemom alkoholowym. ❑ Zapobieganie narkomanii. ❑ Przekazywanie młodzieży rzetelnej i dokładnej (dostosowanej do poziomu odbiorcy) wiedzy o specyfice substancji uzależniających, ich wpływie na organizm i psychikę młodych ludzi, na zachowanie i różne sfery życia człowieka, a także o mechanizmach i fazach powstawania uzależnienia, <ul style="list-style-type: none"> ❑ Ukazywanie alternatywnych wobec związanych z alkoholem i innymi środkami psychoaktywnymi sposobów spędzania przez młodzież czasu wolnego. ❑ Rozwijanie umiejętności społecznych: rozpoznawania i radzenia sobie z presją ze strony grupy, trening odmawiania, ćwiczenie identyfikowania manipulacji ze strony reklam i nie ulegania im oraz aktywne poszukiwanie wsparcia i pomocy w otoczeniu 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Rozmowy indywidualne z uczniami i rodzicami. ❑ Lekcje wychowawcze na temat radzenia sobie ze stresem. ❑ Edukacja rodziców.
--	--	--

4. GŁÓWNE CELE, ZADANIA I METODY REALIZACJI SZKOLNEJ PROFILAKTYKI

ZAGADNIENIA	ZADANIA	METODY REALIZACJI
HIGIENA	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Wdrażanie zasad dbałości o higienę ❑ Kształtowanie postaw związanych z ochroną środowiska. ❑ Podejmowanie działań dla ochrony i poszanowania zdrowia własnego i innych – negatywny wpływ alkoholu tytoniu, narkotyków, hałasu. ❑ Dostarczanie pozytywnych wzorów spędzania czasu wolnego. ❑ Ukazywanie wpływu reklam i środków masowego przekazu na zachowania młodych ludzi 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Uczenie i przypominanie prawidłowej postawy w czasie nauki i zabawy ❑ Spotkania ze stomatologiem i pielęgniarką szkolną ❑ Pogadanki na temat utrzymywania czystości w toaletach i na holach ❑ Przyrządzanie i spożywanie posiłków ❑ Plakaty i konkursy, wierszyki, rymowanki ❑ Wędrowki piesze, gry i zabawy ruchowe, zajęcia terenowe ❑ Gimnastyka korekcyjna ❑ Ćwiczenia w przerwach śródlekcyjnych ❑ Ćwiczenia umiejętności zaplanowania i przygotowania posiłków ❑ Udział w akcjach, „Sprzątanie świata” ❑ Dokarmianie ptaków ❑ Obserwacja zmian zachodzących w przyrodzie ❑ Wycieczki ekologiczne ❑ Współpraca z Organizacją Gmin Doliny Redy i Chylonki ❑ Działalność koła ekologicznego ❑ Organizowanie warsztatów i pogadanek tematycznych ❑ Projekcja filmów edukacyjnych ❑ Organizowanie konkursów plastycznych, muzycznych, odgrywanie scenek dramatycznych ❑ Zdobywanie funduszy na działania profilaktyki antyalkoholowej ❑ Organizowanie uroczystości i zabaw okolicznościowych ❑ Celebrowanie urodzin i rocznic ❑ Ćwiczenie umiejętności planowania czasu ❑ Organizowanie wyjazdów integracyjnych w obrębie klasy z udziałem rodziców ❑ Koła zainteresowań, zajęcia w ramach “ Otwartej szkoły „, Dzień Sportu ❑ Rajdy turystyczne ❑ Wyjścia do teatrów, kin, wycieczki klasowe ❑ Udział w przedstawieniach teatralnych i muzycznych na terenie szkoły ❑ Działalność biblioteki i czytelnia ❑ Pogadanki ukazujące mechanizm działania reklamy

		<ul style="list-style-type: none"> ❑ Parodia scenek reklamowych ❑ Uczenie analizowania reklam ❑ Przegląd i ćwiczenie umiejętności doboru czasopism i programów telewizyjnych
USPOŁECZNIE NIE	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Uczenie współdziałania w grupie rówieśniczej z nastawieniem na szacunek dla różnic między ludźmi ❑ Dostrzeganie osób niepełnosprawnych, podeszłych wiekiem, samotnych i ich potrzeb ❑ Dostarczanie pozytywnych wzorców organizowania zabaw szkolnych ❑ Wspieranie prawidłowego rozwoju emocjonalnego i społecznego, w tym koleżeństwa i przyjaźni ❑ Stwarzanie okazji do przeżycia sukcesu, pozbycia się wstydu i poczucia własnej nieatrakcyjności 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Prace w zespołach zadaniowych ❑ Zabawy i spotkania integrujące zespoły uczniów ❑ Prezentowanie zainteresowań ❑ Stwarzanie sytuacji do prezentowania swojego wizerunku (hobby, zainteresowania, pasje) ❑ Działalność Klubu Seniora w ramach działalności “ Szkoły Otwartej ” ❑ Uroczystości klasowe np.: Dzień Babci i Dziadka ❑ Lekcje okazjonalne z udziałem osób starszych, prezentujących doświadczenia zawodowe i osobiste ❑ Właściwy dobór repertuaru muzyczno – tanecznego ❑ Dostosowanie głośności do wymogów zdrowotnych ❑ Organizacja konkursów w trakcie zabaw tanecznych ❑ Przygotowanie poczęstunków w salach lekcyjnych ❑ Wspólny udział klas w wycieczkach szkolnych ❑ Tworzenie zespołów międzyklasowych i wewnątrzklasowych ❑ Organizowanie pomocy koleżeńskiej ❑ Organizowanie wystaw i prezentacji dotyczących własnych zainteresowań i pasji ❑ Konkursy szkolne, kiermasze własnych wytworów i zawody sportowe ❑ Dzień talentów ❑ Warsztaty dla uczniów mających trudności w nawiązywaniu kontaktów z rówieśnikami

<p style="text-align: center;">RODZINA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Integrowanie wychowawczych działań szkoły i rodziny ❑ Pomoc rodzinie w sytuacjach losowych, problemach materialnych, wychowawczych i społecznych ❑ Ochrona praw dziecka w sytuacjach niewydolności rodziny 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Zebrania rodziców z udziałem dzieci ❑ Konsultacje indywidualne ❑ Konsultowanie planów wychowawczych z rodzicami ❑ Udział rodziców w wycieczkach, imprezach okazjonalnych i ich organizowaniu ❑ Współpraca z instytucjami wspomagającymi rodzinę (Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna, Policja Państwowa) oraz z pedagogiem szkolnym ❑ Kontakty rodziców z wychowawcą klasy ❑ Organizowanie zbiórek pieniężnych oraz kiermaszy używanych podręczników i przyborów szkolnych ❑ Zapomogi dla uczniów ❑ Dożywianie dzieci ❑ Badanie środowiska rodzinnego uczniów ❑ Kierowanie wniosków do Sądu Rodzinnego ❑ Współpraca z rodzinami zastępczymi ❑ Współpraca z instytucjami wspomagającymi rodziny niewydolne wychowawczo ❑ Wskazywanie dróg uzyskania pomocy w sytuacjach dysfunkcyjności środowiska rodzinnego (np.: alkoholizm i narkomania, przemoc, zaniedbanie, przestępczość)
---	--	--

4. REALIZACJA SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI

Szkolny program profilaktyki Zespołu Szkół specjalnych został utworzony przez zespół powołany przez panią dyrektor szkoły.

Realizacja szkolnego programu profilaktyki odbywać się będzie:

- ❑ W ramach lekcji wychowawczych;
- ❑ Poprzez zapraszanie kompetentnych osób;
- ❑ Poprzez udział uczniów w różnego rodzaju akcjach na skalę ogólnopolską;
- ❑ Poprzez apele;

Kontrola realizacji szkolnego programu profilaktyki odbywać się będzie poprzez:

- ❑ Przeprowadzenie ankiet wśród uczniów, rodziców i nauczycieli;
- ❑ Obserwację zachowań uczniów;
- ❑ Sprawozdań z frekwencji;
- ❑ Analizę wyników w nauce.

5. KONSPEKT

Temat: Palenie papierosów szkodzi zdrowiu.

Cele lekcji:

□ ogólne:

- uświadomienie uczniom szkodliwości palenia tytoniu
- uchronienie młodzieży przed inicjacją tytoniową

□ szczegółowe:

uczeń wie, że:

- palenie szkodzi zdrowiu
- palenie tytoniu pociąga za sobą zarówno przejściowe jak i długotrwałe skutki fizjologiczne, kosmetyczne, socjalne i ekonomiczne
- palenie papierosów nie jest właściwym sposobem radzenia sobie ze stresem lub nadwagą
- tytoń oprócz nikotyny zawiera szereg innych szkodliwych substancji
- istnieją skuteczne sposoby rzucenia palenia
- przemysł tytoniowy używa różnorodnych sposobów ukierunkowujących reklamę na młodzież
- placówki służby zdrowia i organizacji społecznych mogą dostarczyć informacji na temat tytoniu

uczeń potrafi:

- dokonywać świadomego wyboru i powiedzieć NIE
- wyjaśniać dlaczego młodzież jest szczególnie narażona na emisję szkodliwych produktów palenia papierosów
- współdziałać w zespole
- wyszukiwać i selekcjonować informacje
- przekazywać wiedzę i wyjaśniać własne poglądy na temat palenia tytoniu
- egzekwować prawo do przebywania w środowisku wolnym od dymu tytoniowego

Forma zajęć:

- praca w grupach,
- praca w klasowym kręgu,
- praca indywidualna

Metoda: pogadanka,**Pomoce naukowe:**

- duże arkusze papieru,
- kolorowe pisaki, farby

TOK LEKCJI

I Część wstępna

- 1 Powitanie uczniów
- 2 Sprawdzenie listy obecności
- 3 Zapoznanie z tematyką zajęć

II Część właściwa

1. Nauczyciel proponuje, aby klasa podzieliła się na dwie grupy. Każda z grup siada, tworząc swój krąg. Pierwsza grupa szuka dobrych stron wynikających z palenia tytoniu, druga zaś słabych stron.
2. Grupy po opracowaniu tematu prezentują wyniki swoich prac poprzez sprawozdawców, którzy wykorzystują w tym celu sporządzone plakaty. Członkowie grup mogą uzupełniać wypowiedzi swoich sprawozdawców, a członkowie drugiej grupy mogą zadawać dodatkowe pytania wyjaśniające.
3. Obie grupy przygotowują plakat, dowolną techniką, na dużych arkuszach informujący o szkodliwości palenia papierosów. Uczniowie muszą zadbać o estetykę i atrakcyjną szatę graficzną
4. Uczniowie obu grup mają za zadanie zaplanować i zredagować ulotkę o szkodliwości palenia
5. Po prezentacjach nauczyciel zadaje pytania :
 - Odpowiedzcie w jakich okolicznościach młodzież sięga po pierwszego papierosa?

- ❑ Czy trudno jest przebywać w kręgu koleżanek i kolegów, którzy palą, dlaczego?
- ❑ Jakie są skuteczne sposoby rzucenia palenia?
- ❑ Czy palenie papierosów jest drogą do innych uzależnień?
- ❑ Czy palenie papierosów ma wpływ na tworzenie się grup towarzyskich „palaczy”, „niepalących”, czy jest też bez znaczenia?

6. Na zakończenie lekcji nauczyciel rozdaje każdemu uczniowi kwestionariusz na temat palenia. Wszyscy wypełniają indywidualnie kwestionariusze. Po wypełnieniu każdy otrzymuje odpowiedzi do kwestionariusza na temat palenia i porównuje ze swoimi odpowiedziami.

III Część końcowa

Zajęcia kończy wspólny krąg i pytania nauczyciela

- ❑ czego nauczyliście się na dzisiejszej lekcji?
- ❑ czy ta lekcja zmieniła coś w sposobie Twojego patrzenia na problem palenia?

Kwestionariusz na temat palenia

Które z podanych zdań są prawdziwe (P), a które fałszywe (F)?

1. Najbardziej szkodliwym składnikiem dymu papierosowego jest nikotyna
2. Palenie hamuje wzrost
3. Palenie jest drugą co do wielkości przyczyną chorób i zgonów które można uniknąć
4. Tytoń jest narkotykiem
5. Wypalenie tylko jednego papierosa nie wpływa na organizm
6. Papieros relaksuje
7. Około 25% Polscy to palacze
8. Rzucenie palenia powoduje tycie
9. Osoby palące od dawna nie są w stanie rzucić palenia
10. Palenie może spowodować gangrenę
11. Ryzyko utraty zdrowia jest mniejsze jeśli palimy papierosy o niskiej zawartości smoły i nikotyny
12. Nałogowym palaczem zostaje się dopiero po kilku latach palenia
13. Reklamy nie mają wpływu na wzrost liczby palaczy
14. Dym papierosowy szkodzi także osobom niepalącym
15. Nikotyna oddziałuje nie tylko na organizm ciężarnej kobiety, ale także na jej dziecko.

Odpowiedzi :

1 F- obecnie uważa się, że jest nim tlenek węgla, który wpływa na tętnice i serce

2 F

3 F- jest główną przyczyną chorób i zgonów

4 P

5 F

6 F- nikotyna pobudza centralny układ nerwowy

7 F- pali około 53% mężczyzn i 22% kobiet

8 F

9 F

10 P

11 F

12 F

13 F- tak twierdzą producenci papierosów

14 P

15 P

6. LITERATURA

Bandura A., R. Walters, Agresja w okresie dorastania, Warszawa 1968; Z. Skorny, Psychologiczna analiza agresywnego zachowania się, Warszawa 1968.

Boćwińska-Kiluk B., „Edukacja i Dialog” nr 4 (117) kwiecień 2000

Doliński, Gajwska, Rewińska (2004): Teoretyczno – metodyczne aspekty korekcji zachowań. Programy Profilaktyczne. Zielona Góra

Grochulska J., „Agresja u dzieci”, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne Warszawa 1993

Parnicka U. „Edukacja i dialog” 04): ·nr 3 (126) marzec 2001

Pluta Teresa (2004): Profilaktyczno – wychowawczy program przeciwdziałania agresji u dzieci w młodszym wieku szkolnym. Kraków

Rylke, Tuszewski: Powrót do źródeł. O profilaktyce w szkołach..

Stephen A. Maisto, mark Galizio, Gerard J. Connors (2000): Narkotyki: Zazywanie i nadużywanie. Warszawa

Stolarska M. „Edukacja i dialog” nr 8 (121) październik 2000

Surzykiewicz J., „Agresja w polskich szkołach w relacjach uczniów o sobie i innych”, w: „Agresja i przemoc.....”,

Świątkiewicz Grażyna (2002): Profilaktyka w środowisku lokalnym. Warszawa

Tatarowicz, J. „Agresja i przemoc w badaniach oświatowych”, w: "Agresja i przemoc w szkołach polskich i niemieckich", red. Krystyna Ostrowska i Jan Tatarowicz, MEN, Warszawa 1998, s. 85