

## **Informacje o zrealizowanych działaniach z zakresu profilaktyki uzależnień w roku szkolnym 2023/2024.**

Szkoła/Placówka: Zespół Szkół nr 2 im. A. Świętochowskiego w Łukowie.

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

- a. Systematycznie realizowano program „ARS, czyli jak dbać o miłość”, którego celem jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych przez młodzież np. alkoholu, tytoniu, narkotyków, dopalaczy - szkolny koordynator p. Anita Olszewska.
- b. Realizowano program „Wybierz Życie - pierwszy krok”, którego celem jest zwiększenie poziomu wiedzy na temat profilaktyki raka szyjki macicy i roli wirusa HPV w jego powstawaniu, podniesienie świadomości o czynnikach zwiększających ryzyko raka szyjki macicy oraz motywowanie kobiet do regularnego poddawania się badaniom profilaktycznym przez całe życie - szkolny koordynator p. Anita Olszewska.
- c. Realizowano program profilaktyczny „Bądź bezpieczny w niebezpiecznym świecie”. Grupą docelową są uczniowie ZS nr 2 i ich rodzice. Główny cel, programu to uświadomienie psychicznych, fizycznych i społecznych skutków stosowania substancji uzależniających. Program powstał po przeprowadzonych badaniach diagnostycznych wśród społeczności szkolnej. Program obejmuje działania z zakresu profilaktyki uniwersalnej i selektywnej - szkolny koordynator p. Anita Olszewska.
- d. Realizowano dwa programy edukacyjne „Podstępne WZW” oraz „Znamię? Znam je!” Ich celem jest podniesienie poziomu wiedzy na temat choroby oraz podjęcie działań profilaktycznych - szkolny koordynator p. Anita Olszewska.

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

- a. Spektrum możliwości czy spektrum zagrożeń?
- b. Komunikacja z nastolatkiem w cyfrowym świecie.
- c. Niebezpieczne relacje w sieci – na czym polegają i jak chronić przed nimi najmłodszych.
- d. Konflikty w środowisku szkolnym i metody ich rozwiązywania
- e. Dzieci i młodzież jako użytkownicy mediów i internetu
- f. Powrót do szkoły a kondycja psychiczna uczniów. Przygotuj plan profilaktyki trudnych zachowań na cały rok szkolny
- g. Przemoc językowa, jak sobie z nią radzić
- h. Nowe pokolenie u progu szkoły średniej Czas na generację ALFA.
- i. Dziecko z zaburzeniami koncentracji uwagi. Obraz dziecka z ADHD w szkole. Metody pracy.
- j. #MEDIACHALLENGE: przemoc językowa, jak sobie z nią radzić?
- k. Co z tym zdrowiem psychicznym młodych cyfrowych?
- l. „Niebezpieczne relacje w sieci – na czym polegają i jak chronić przed nimi najmłodszych”
- m. Jak reagować na przemoc w klasie?
- n. Zagrożenia dla nastolatków w mediach społecznościowych
- o. To tylko żart! Czy na pewno? O (cyber)przemocy rówieśniczej
- p. Rówieśnicza interwencja kryzysowa – jak uczyć młodzież pomagania sobie wzajemnie?
- q. Hejt w mojej klasie. Jak zapobiegać? Jak reagować?
- r. Jak nie zbłądzić w cyfrowym świecie? Kompetencje kluczowe dla cyfrowych tubylców
- s. Socjotechnika – czy jesteśmy odporni na manipulację w sieci?
- t. Jak radzić sobie z dezinformacją? Zagrożenia i przeciwdziałanie
- u. Dobre relacje jako fundament zdrowia psychicznego

- v. Jak wykorzystać literaturę do profilaktyki zagrożeń w cyberprzestrzeni?
- w. Standardy Ochrony Dzieci w kontekście bezpieczeństwa online
- x. Jakiej cyfrowej edukacji medialnej potrzebujemy dla młodych ludzi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi?
- y. Dziecko ma prawo do rozwoju, a nie tylko do przetrwania
- z. Jak reagować, żeby zareagować – o problemach różnej natury, kiedy musimy podjąć interwencję
- aa. Dorosły godny zaufania – jak rozmawiać o krzywdzeniu z dzieckiem i z jego rodzicem
- bb. Między zapałem a zniechęceniem – jak wdrożyć standardy ochrony dzieci?
- cc. Dobrostan psychiczny dzieci i młodzieży. Jak reagować na sygnały alarmowe?
- dd. O samotności i kryzysie psychicznym uczniów
- ee. Blisko telefonu, daleko od rodzica – wpływ korzystania z telefonu przez rodziców na rozwój i dobrostan dziecka
- ff. SELF-REG, czyli jak wspierać dzieci w rozwoju, wzmacniać ich zdolność do samoregulacji i budować odporność psychiczną

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

- a. Udział młodzieży w akcji „Świat widziany przez algogogle i narkogogle” gdzie młodzi kierowcy oraz kandydaci na kierujących pojazdami mogli przekonać się, przymierzając specjalnie skonstruowane okulary, jak niebezpieczne jest kierowanie samochodem pod wpływem alkoholu. Celem akcji było uświadomienie uczniom szkodliwości działania alkoholu i substancji psychoaktywnych na organizm człowieka.
- b. Kampanie informacyjne dla młodzieży i ich nt. różnego rodzaju uzależnień, konsekwencji oraz miejsc pomocowych – wychowawcy, pedagog.
- c. Zorganizowano zajęcia warsztatowe „Grupa ponad wszystko”. Celem zajęć była nauka podejmowania samodzielnych decyzji w sprawie używek i odmawiania w sytuacjach nacisku grupowego. Zajęcia prowadzone przez pedagoga szkolnego.
- d. Zorganizowano Szkolne Obchody Dnia Bezpiecznego Internetu, które miało na celu przede wszystkim inicjowanie i propagowanie działań na rzecz bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do zasobów internetowych, zaznajomienie rodziców, nauczycieli i wychowawców z problematyką bezpieczeństwa online oraz promocję pozytywnego wykorzystywania Internetu. Organizator akcji: wychowawcy, pedagog szkolny
- e. Udział młodzieży spotkanie młodzieży z klas pierwszych z przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Łukowie dotyczące ogólnych zasady bezpieczeństwa. Uwagę młodzieży zwrócono również na odpowiedzialność prawną nieletnich w zakresie łamania prawa lub niestosowania się do obowiązujących norm społecznych. W wystąpieniu szczególnie podkreślono zakres odpowiedzialności za swoje czyny nastolatków i wiek, od którego są traktowani jak osoby dorosłe. Zajęcia służyły zwiększeniu świadomości prawnej i bezpieczeństwa młodzieży. Organizator akcji: pedagog szkolny
- f. Udział młodzieży w zajęciach edukacyjno-warsztatowych, które dotyczyły przemocy rówieśniczej, poprowadziła je psycholog z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Łukowie. Podczas zajęć przedstawione zostały informacje na temat zjawiska przemocy rówieśniczej w świecie realnym i cyberprzestrzeni. Młodzież dowiedziała się, jak reagować na przemoc rówieśniczą oraz poznała możliwości pomocy, z której mogą skorzystać młode osoby doświadczające przemocy ze strony rówieśników lub będące jej świadkami - organizator: pedagog szkolny.
- g. Udział w zajęciach warsztatowych z praktycznych metod i sposobów samoobrony dla uczennic zakwalifikowanych do programu. Celem spotkań było rozwijanie postaw umożliwiających zapobieganie niebezpieczeństwom, ich unikanie i pokonywanie. Zajęcia

prowadzone były przez licencjonowanego trenera samoobrony - organizator: pedagog szkolny.

- h. Uczestnictwo w konkursie profilaktycznym pod hasłem „Chill w realu – moje korzyści z bycia offline”, którego celem było zachęcenie młodzieży do spędzania czasu bez cyfrowych urządzeń - organizator: pedagog szkolny.
- i. Wyjazd do Zakładu Karnego w Siedlcach. Młodzież uczestniczyła w zajęciach w ramach ogólnopolskiego programu „W służbie prawu”. Były to warsztaty z zakresu edukacji prawnej młodzieży związanej z prewencją przestępstw. Podczas wykładu uczestnicy programu dowiedzieli się od kiedy i na jakich zasadach można ponosić odpowiedzialność karną, co grozi za łamanie prawa, jak wygląda życie w więzieniu oraz na czym polega praca w Służbie Więziennej - organizator: pedagog szkolny.
- j. Udział w warsztatach na temat „Mój system wartości – poznaję aby wybrać” poprowadzone przez szkolnego pedagoga. Głównym celem zajęć było ustalenie przez uczniów osobistej hierarchii wartości z wyodrębnieniem tych, które są ważne dla grupy klasowej. Uczniowie poprzez ćwiczenia indywidualne i zespołowe dowiedzieli się czym są wartości życiowe, określili swoje priorytety, poddali hierarchizacji swój system wartości, poznali jakimi wartościami mogą kierować się inni ludzie, a także wyodrębnili wartości wspólne - ważne dla całej grupy klasowej.

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

- a. Podnoszenie kultury pedagogicznej rodziców i opiekunów uczniów ZS2 poprzez pogadanki na temat zagrożeń związanych z niewłaściwym i nadmiernym korzystaniem z komputera i Internetu – wychowawcy, pedagog.
- b. Upowszechniano informacje na temat substancji psychoaktywnych poprzez gazetki szkolne, broszurki, ulotki, plakaty profilaktyczne poruszające zagadnienia współczesnego świata (alkohol, narkotyki, przemoc w rodzinie i cyberprzemoc) – nauczyciele, wychowawcy, szkolni specjaliści.

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

- a. Ścisła współpraca z Komendą Powiatową Policji w Łukowie dotycząca organizacji zajęć profilaktycznych dla uczniów szkoły.
- b. Współpraca z Miejską i Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łukowie oraz z Punktem Konsultacyjnym dla Ofiar Przemocy i Osób Uzależnionych.
- c. Stała współpraca z Sądem Rejonowym w Łukowie, kuratorami sądowymi, Placówką Opiekuńczą w Stoczku Łukowskim i Adamowie, Placówką Wielofunkcyjną w Łukowie, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej oraz Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Łukowie dotycząca wymiany informacji o sytuacji rodzinnej naszych uczniów, ich problemów osobistych (m.in. rozmowy diagnozujące nt. profilaktyki uzależnień) i ulotek profilaktycznych poruszających zagadnienia współczesnego świata (alkohol, narkotyki i przemoc w rodzinie).
- d. Współpraca z Powiatową Stacją Sanitarno - Epidemiologiczną - współrealizacja programu „ARS czyli jak dbać o miłość” i „Wybierz życie - pierwszy krok” „Znamię. Znam je” „Podstępne WZW”.

#### **6. Inne zrealizowane działania (krótki opis)**

- a. Ważnym elementem działań minimalizujących ryzyko sięgania po substancje psychoaktywne przez młodzież, była aktywizacja uczniów do udziału w akcjach charytatywnych, zajęciach pozalekcyjnych, wycieczkach, zawodach sportowych, konkursach oraz imprezach kulturowych i społecznych. Działania te miały na celu: kształtowanie właściwych nawyków spędzania czasu wolnego, wzbudzanie nowych

zainteresowań, poszerzanie wiedzy, kształtowanie właściwych postaw prospołecznych oraz budzenie aspiracji życiowych.

- b. Konkurs profilaktyczny pod hasłem „Wybieram marzenia, nie uzależnienia”, który był dobrą okazją do pokazania swoich umiejętności i pasji innym.
- c. Przeprowadzono diagnozę czynników ryzyka i czynników chroniących, a wyniki badania uwzględniono w działaniach profilaktycznych.
- d. Cykl zajęć profilaktycznych prowadzonych przez pedagoga dotyczące uzależnień od alkoholu, papierosów, narkotyków, dopalaczy, e – papierosów odbywające się systematycznie.

Informację opracował pedagog szkolny  
Anita Woźniak