



# **PROGRAM**

## **WYCHOWAWCZO – PROFILAKTYCZNY**

### **rok szkolny 2022/2023**

**Bolesławiec, 30 września 2022**

Uchwała Rady Rodziców z dnia 30 września 2022 r.

#### SPIS TREŚCI

Podstawa prawna

WSTĘP

Misja i wizja szkoły oraz model absolwenta

DZIAŁ 1

Budowanie pewności siebie i kształtowanie zaradności życiowej

DZIAŁ 2

Budowanie świadomości i przynależności narodowej, wychowanie do wartości

DZIAŁ 3

Bezpieczeństwo w społeczności szkolnej i trudności w nawiązywaniu kontaktów rówieśniczych

DZIAŁ 4

Bezpieczne i odpowiedzialne korzystanie z zasobów sieci

DZIAŁ 5

Zachowania ryzykowne - uzależnienia

DZIAŁ 6

Zachowania ryzykowne - autoagresja

## **WSTĘP**

Program Wychowawczo-Profilaktyczny realizowany w Szkole Podstawowej nr 4 w Bolesławcu opiera się na hierarchii wartości przyjętych przez radę pedagogiczną, radę rodziców i samorząd uczniowski. Treści szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego są spójne ze statutem szkoły oraz Wewnątrzszkolnymi Zasadami Oceniania. Opracowany Program Wychowawczo-Profilaktyczny jest zbiorem działań, które mają za zadanie wspomagać i kształtować prawidłowy rozwój dzieci i młodzieży w wieku szkolnym przy założeniu, że wychowanie jest procesem realizowanym w rodzinie i szkole. Do realizacji działań wychowawczych i profilaktycznych szkoła uwzględnia wolę rodziny i kierunki polityki oświatowej państwa. Działania profilaktyczne nabierają szczególnej wagi wśród młodzieży w wieku 10-15 lat, w którym to okresie dokonuje się wiele intensywnych, jakościowych zmian w osobowości człowieka. Jest to czas podatny na zakłócenia i podejmowanie zachowań ryzykownych. Zadaniem szkoły jest prowadzenie ciągłej ewaluacji wskazanych zjawisk poprzez gromadzenie i przetrzymywanie dokumentacji badawczej, wywiadów wychowawczych oraz informacji na temat warunków społecznych i materialnych danej rodziny. Cechy jednostki i środowiska, które sprzyjają podejmowaniu zachowań ryzykownych nazywamy czynnikami ryzyka.

Zdajemy sobie również sprawę, że poza już wskazanymi czynnikami indywidualnymi i społecznymi na jakość życia oraz sukces edukacyjny szkoły mają wpływ poszczególne **czynniki ryzyka tj.:**

- kryzys autorytetów,
- łatwość zdobycia substancji psychoaktywnych,
- wczesna inicjacja zachowań ryzykownych,
- brak wiedzy na temat szkodliwości zażywania substancji zakazanych oraz skutków ich przyjmowania,
- naciski środowiska rówieśniczego na zachowania społecznie nieakceptowane,
- konflikty rówieśnicze i/lub środowisko, w którym zaburzone jest poczucie bezpieczeństwa,
- brak wsparcia, zainteresowania w rodzinie lub istnienie niewłaściwych wzorców rodzinnych,
- niekontrolowane przyswajanie wzorców czerpanych z mediów tj. telewizja, Internet,
- niepowodzenia edukacyjne,
- stres i brak zdolności do kompensowania stresu,
- brak nawyku aktywnego odpoczynku,
- zbyt duże obciążenie obowiązkami edukacyjnymi – mnogość „obowiązkowych” zajęć fakultatywnych,
- brak celów życiowych,
- nieprzestrzeganie norm dotyczących higieny pracy i higieny osobistej, itp.

Czynniki zwiększające odporność człowieka to **czynniki chroniące**. Czynniki chroniące (wg Mastena, Besta, Garmesa):

- stała opieka sprawowana przez kompetentną osobę dorosłą,
- zdolności umożliwiające dobre wyniki w nauce,
- umiejętności rozwiązywania problemów,
- wrażliwość społeczna,
- poczucie własnej skuteczności.

Na zlecenie Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) australijscy specjaliści dokonali przeglądu kilkudziesięciu znaczących badań nad czynnikami ryzyka i chroniącymi przed problemowymi zachowaniami i zaburzeniami w obszarze zdrowia psychicznego u dzieci. Oprócz czynników ryzyka w WHO stworzono również **listę głównych czynników chroniących**, które potencjalnie wpływają na prawidłowy rozwój w obszarze zdrowia psychicznego, szczególnie u dzieci, związanych ze szkołą. Należą do nich:

- poczucie przynależności;
- pozytywny klimat szkoły;
- prospołecznie nastawiona grupa rówieśnicza;
- wymaganie od uczniów odpowiedzialności i udzielania sobie wzajemnej pomocy;
- okazje do przeżycia sukcesu i rozpoznawania własnych osiągnięć;
- zdecydowany brak akceptacji przez szkołę dla przemocy.

Identyfikacja najważniejszych czynników chroniących umożliwiła stworzenie portretu zdrowej, bezpiecznej szkoły wspierającej proces budowania odporności u dzieci. Ten pozytywny portret stanowi wzorzec, ale jednocześnie wskazuje **kierunek działań wychowawczych, profilaktycznych**, które należy podjąć.

Zdrowa i bezpieczna szkoła – to szkoła, która zapewnia uczniom:

- wysokie oczekiwania, standardy, przy równoczesnym udzielaniu wsparcia uczniom i ich rodzicom przez nauczycieli i pozostały personel szkoły;
- możliwość budowania przyjaznych relacji z kolegami;
- dobrą atmosferę, ogólny etos i eksponowane wartości;
- zasady i brak zgody na jakiegokolwiek formy przemocy;
- możliwość zdobywania pozytywnych doświadczeń i osiągnięcia sukcesów w ważnych zadaniach oraz podejmowania odpowiedzialności;
- poczucie ładu i porządku w otoczeniu;
- możliwość uczestniczenia w zajęciach pozalekcyjnych.

**Działania profilaktyczne** powinny być **nakierowane na osłabienie czynników ryzyka i wzmocnienie czynników chroniących**. Wg Z. Gasia profilaktyka to wspomaganie radzenia sobie z trudnościami, ograniczenie czynnika zagrażającego, wzmocnienie czynników, które sprzyjają rozwojowi.

Proponowany przez nas Program Wychowawczo-Profilaktyczny składa się z kilku części, a każda z nich ma na celu zapobieganie pojawianiu się bądź ograniczenie występowania czynników ryzyka. Celem prowadzonych działań wychowawczo-profilaktycznych jest dostarczenie narzędzi, które wzmocnią poczynania szkoły, a w konsekwencji doprowadzą do osiągnięcia sukcesu na wybranym polu. Z tego powodu przedstawione działania zgodne są ze standardami kompetencji w procesie kształcenia w zakresie zdrowia publicznego, które zostały określone w 1999 roku przez Międzynarodową Organizację Zdrowia (WHO). Zapis informuje, że jednym z celów działalności jest praca ze społecznością i dla społeczności. W przypadku **społeczności szkolnej** należy do niej zaliczyć wszystkie jednostki, które mają swój wkład w procesie edukacyjnym tj. **uczniowie, nauczyciele, wychowawcy, dyrektorzy, pozostali pracownicy szkolni, rodzice, opiekunowie dzieci oraz organizacje lokalne**. Wszystkie wymienione jednostki stanowią niezastąpione ogniwo w procesie edukacyjnym i z tego powodu zostały wcielone w działania prewencyjne proponowane szkole Program profilaktyczno- wychowawczy został podzielony na **działy**:

- Dział 1. Budowanie pewności siebie i kształtowanie zaradności życiowej,
- Dział 2. Budowanie świadomości i przynależności narodowej, wychowanie do wartości,
- Dział 3. Bezpieczeństwo w społeczności szkolnej i trudności w nawiązywaniu kontaktów rówieśniczych,
- Dział 4. Bezpieczne i odpowiedzialne korzystanie z zasobów dostępnych w sieci,
- Dział 5. Zachowania ryzykowne - uzależnienia,
- Dział 6. Zachowania ryzykowne – autoagresja.

Proponowane w Programie Wychowawczo- Profilaktycznym działania mają charakter wychowawczy i profilaktyczny.

Działalność wychowawcza szkoły ma na celu kształtowanie osobowości młodego człowieka, jego postaw, zachowań oraz cech niezbędnych w życiu społecznym. Naszym celem jest przygotowanie ucznia do samodzielnego, poprawnego nawiązywania stosunków międzyludzkich, kształtowania długoterminowych relacji z innymi ludźmi, zachowania etycznego, moralnego i akceptowanego przez społeczność, w której żyje. Ważna jest świadomość oraz istnienie głębokich, skłaniających do refleksji wartości młodego człowieka. Działalność wychowawcza polega na prowadzeniu działań z zakresu promocji zdrowia oraz wspomaganie ucznia i wychowanka w jego rozwoju ukierunkowanym na osiągnięcie pełnej dojrzałości w sferze:

- 1) fizycznej – ukierunkowanej na zdobycie przez ucznia i wychowanka wiedzy i umiejętności, pozwalających na prowadzenie zdrowego stylu życia i podejmowania zachowań prozdrowotnych;
- 2) psychicznej – ukierunkowanej na zbudowanie równowagi i harmonii psychicznej, ukształtowanie postaw sprzyjających wzmocnieniu zdrowia własnego i innych ludzi, kształtowanie środowiska sprzyjającego rozwojowi zdrowia, osiągnięcie właściwego stosunku do świata, poczucia siły, chęci do życia i witalności;
- 3) społecznej – ukierunkowanej na kształtowanie postawy otwartości w życiu społecznym, opartej na umiejętności samodzielnej analizy wzorów i norm społecznych oraz ćwiczeniu umiejętności wypełniania ról społecznych;

- 4) aksjologicznej – ukierunkowanej na zdobycie konstruktywnego i stabilnego systemu wartości, w tym docenienie znaczenia zdrowia oraz poczucia sensu istnienia.

Działalność profilaktyczna w szkole polega na realizowaniu działań z zakresu:

- 1) profilaktyki uniwersalnej – pierwszy poziom – skierowanej do wszystkich uczniów i nauczycieli. Jej celem jest budowanie zdrowych i trwałych relacji w obrębie szkolnej społeczności, m. in. poprzez szkolenie nauczycieli i innych pracowników w zakresie pedagogiczno -wychowawczym, ustalenie określonych zasad postępowania, niezgodę na przemoc, dbanie o dobre relacje, wzmacnianie odporności uczniów (np. poprzez warsztaty radzenia sobie ze stresem) i podnoszenie ich samooceny czy wyrażne wskazanie osoby, do której można udać się po pomoc;
- 2) profilaktyki selektywnej – drugi poziom – działania skupione są na osobach z grupy zwiększonego ryzyka (np. uczniach z problemami zdrowotnymi, ekonomicznymi, rodzinnymi, z trudnościami w nauce). Zadaniem szkoły i pracowników jest określenie potrzeb i trudności uczniów z grupy ryzyka oraz wsparciu ich w przezwyciężeniu trudności, m.in. poprzez działania włączające ich do grupy rówieśniczej czy pomagające w nauce. Ważnym czynnikiem jest włączenie rodziców/ opiekunów uczniów do pracy oraz wspólne rozwiązywanie napotykaných trudności;
- 3) profilaktyki wskazującej – trzeci poziom – działania skupiają się na osobach z grupy wysokiego ryzyka. Profilaktyka wskazująca zawiera w swoich działaniach również te wynikające z działań drugiego poziomu. Pracownicy szkoły powinni w bardzo dyskretni i nieustannie obserwować ucznia, zapewnić mu opiekę szkolnego specjalisty oraz współpracować z rodzicami w zakresie zapewnienia mu stałej specjalistycznej opieki.

### **Zasady ewaluacji programu wychowawczo-profilaktycznego**

Ewaluacja programu polega na systematycznym gromadzeniu informacji na temat prowadzonych działań, w celu ich modyfikacji i podnoszenia skuteczności programu wychowawczo-profilaktycznego. Ewaluacja przeprowadzana będzie poprzez:

- 1) obserwację zachowań uczniów i zachodzących w tym zakresie zmian,
- 2) analizę dokumentacji,
- 3) przeprowadzanie ankiet wśród uczniów, rodziców, nauczycieli, pracowników niepedagogicznych
- 4) rozmowy z rodzicami,
- 5) wymianę spostrzeżeń w zespołach wychowawców i nauczycieli.

Ewaluacja programu przeprowadzana będzie przez zespół ds. ewaluacji programu wychowawczo-profilaktycznego powołany przez dyrektora. Zadaniem zespołu jest opracowanie planu ewaluacji, organizacja badań oraz opracowanie wyników. Z wynikami prac zespołu zostanie zapoznana rada pedagogiczna i rada rodziców.

### **W treściach Programu Wychowawczo-Profilaktycznego zostały uwzględnione kierunki polityki oświatowej państwa na rok szkolny 2022/2023 dotyczących szkół podstawowych**

1. **Wychowanie zmierzające do osiągnięcia ludzkiej dojrzałości poprzez kształtowanie postaw ukierunkowanych na prawdę, dobro i piękno, uzdalniających do odpowiedzialnych decyzji.**
2. Wspomaganie wychowawczej roli rodziny przez właściwą organizację i realizację zajęć edukacyjnych wychowanie do życia w rodzinie. Ochrona i wzmacnianie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.
3. Działanie na rzecz szerszego udostępnienia kanonu i założeń edukacji klasycznej oraz sięgania do dziedzictwa cywilizacyjnego Europy, m. in. przez umożliwienie uczenia się języka łacińskiego już od szkoły podstawowej.
4. Doskonalenie kompetencji nauczycieli do pracy z uczniami przybyłymi z zagranicy, w szczególności z Ukrainy, adekwatnie do zaistniałych potrzeb oraz kompetencji nauczycieli nowych przedmiotów wprowadzonych do podstawy programowej.
5. Rozwijanie umiejętności metodycznych nauczycieli w zakresie prawidłowego i skutecznego wykorzystywania technologii informacyjno-komunikacyjnych w procesach edukacyjnych. Wsparcie edukacji informatycznej i medialnej, w szczególności kształtowanie krytycznego podejścia do treści publikowanych w Internecie i mediach społecznościowych.
6. Wsparcie nauczycieli i innych członków społeczności szkolnych w rozwijaniu umiejętności podstawowych i przekrojowych uczniów, w szczególności z wykorzystaniem pomocy dydaktycznych zakupionych w ramach programu „Laboratoria przyszłości”.
7. Podnoszenie jakości kształcenia oraz dostępności i jakości wsparcia udzielanego dzieciom i uczniom w przedszkolach i szkołach ogólnodostępnych i integracyjnych.

*„Sztuka jest obecnie dla nas pewnego rodzaju orężem w rękę: oddzielać sztuki od miłości Ojczyzny nie wolno!”  
Jan Matejko*

## **MISJA I WIZJA SZKOŁY ORAZ MODEL ABSOLWENTA**

### **Misją szkoły jest:**

- 1) Kształcenie umożliwiające uczniom wszechstronny rozwój zdolności i talentów.
- 2) Rozbudzanie ciekawości do podejmowania różnorodnych twórczych inicjatyw i uczenie obiektywnej oceny własnych działań.
- 3) Kształtowanie odpowiedzialności za podjęte działania i przyjęte na siebie obowiązki.
- 4) Rozwijanie umiejętności pracy w zespole w poszanowaniu prawa do odmienności myśli i poglądów.
- 5) Zachęcanie do podejmowania bezinteresownych działań na rzecz innych.
- 6) Współpraca nauczycieli w kształtowaniu kompetencji kluczowych.

### **Wizja szkoły:**

- 1) Szkoła jest wspólnotą uczniów, rodziców i nauczycieli, która czerpie wzorce z kultury, historii narodu, jak również z twórczości i patriotycznej postawy patrona - Jana Matejki.
- 2) Uczniowie, rodzice i pracownicy szkoły mają poczucie wspólnej tożsamości i wspólnych celów. Uczniowie czują się szanowani jako jednostki mające własne talenty, zainteresowania i potrzeby. Są zachęceni do poznania i zrozumienia samych siebie, swoich wartości, dążeń, a także swoich lęków i obaw.
- 3) Szkoła dostrzega talenty i wskazuje ścieżki do ich rozwoju.
- 4) W szkole panuje życzliwa atmosfera, oparta na kulturze osobistej, wzajemnym szacunku, akceptacji, pomocy i współdziałaniu.
- 5) Szkoła aktywnie włącza się do działań na rzecz społeczności lokalnej;
- 6) Szkoła podejmuje działania na rzecz współpracy ze szkołami z innych krajów;
- 7) Uczniowie naszej szkoły osiągają sukcesy na miarę swoich możliwości, uczą się żyć w środowisku i dla środowiska, są wrażliwi na dobro, prawdę i piękno, działają na rzecz innych, propagując ideę wolontariatu.

### **Model absolwenta**

Uczeń Szkoły Podstawowej nr 4 im. Jana Matejki w Bolesławcu:

- 1) Jest patriotą, zna i pielęgnuje tradycję i kulturę szkoły, regionu i własnego narodu;
- 2) Jest przygotowany do nauki na dalszym etapie kształcenia;
- 3) Potrafi samodzielnie podejmować decyzje i ponosić ich konsekwencje;
- 4) Czerpie radość z nauki i rozumie wartość uczenia się;
- 5) Potrafi krytycznie i twórczo korzystać z różnych źródeł wiedzy i wykorzystać swoją wiedzę w różnych sytuacjach życiowych, adekwatnie do zaistniałych potrzeb;
- 6) Jest pozytywnie nastawiony do siebie i innych, empatyczny, tolerancyjny;
- 7) Dbą o własne zdrowie psychiczne i fizyczne oraz bezpieczeństwo swoje i innych;
- 8) Jest wrażliwy na krzywdę innych, bezinteresownie angażuje się w pomoc;
- 9) Odznacza się kulturą osobistą wyrażającą się w postawie, języku, wyglądzie zewnętrznym i dbałości o estetykę otoczenia;
- 10) Szanuje odmiennosc poglądów i religii.

## **DZIAŁ 1.**

### **BUDOWANIE PEWNOŚCI SIEBIE I KSZTAŁTOWANIE ZARADNOŚCI ŻYCIOWEJ**

Cele:

- budowanie świadomości samego siebie i realnych aspiracji życiowych.
- kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych.
- poszerzanie horyzontów, uświadamianie mnogości ścieżek życiowych.
- rozwijanie zainteresowań, uzdolnień i poszerzanie oferty zajęć rozwijających zainteresowania,
- odnajdywanie swoich mocnych stron i uczenie asertywności,
- zaznajamianie uczniów z pojęciem tolerancji,
- uczenie podejmowania właściwych decyzji.
- uczenie sposobów radzenia sobie z sytuacjami trudnymi, stresowymi i wskazywanie pozytywnych wzorców zachowań,
- wsparcie nauczycieli i innych członków społeczności szkolnych w rozwijaniu umiejętności podstawowych i przekrojowych uczniów, w szczególności z wykorzystaniem pomocy dydaktycznych zakupionych w ramach programu „Laboratoria przyszłości”.

<b>Zadanie</b>	<b>Sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Termin</b>
Zajęcia integracyjne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia integracyjne we wszystkich klasach I- VIII ze szczególnym uwzględnieniem klas pierwszych i czwartych;</li> <li>- omówienie i przestrzeganie zasad klasowych i szkolnych;</li> </ul>	Wychowawcy klas pierwszych i czwartych Wychowawcy klas	wrzesień
Poznanie siebie i koncentrowanie się na odkrywaniu własnych zdolności, wzmacnianie poczucia własnej wartości	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia, których celem jest poznanie swoich mocnych stron, zainteresowań, sprawności fizycznej;</li> <li>- prezentacja swoich zainteresowań na stronie internetowej szkoły,</li> <li>- udział uczniów w zajęciach dodatkowych;</li> <li>- korzystanie z zasobów szkolnych „Laboratoriów przyszłości.</li> </ul>	Wychowawcy klas/pedagog Prowadzący zajęcia	Cały rok
Podnoszenie kompetencji społecznych	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sposoby skutecznej komunikacji;</li> <li>- umiejętność współpracy, pomocy innym i korzystania z pomocy;</li> <li>- radzenia sobie ze stresem</li> <li>- radzenie sobie ze złością – warsztaty</li> </ul>	Wychowawcy nauczyciele przedmiotów pedagog nauczyciele specjaliści	Cały rok
Wdrażanie do zauważania potrzeb uczniów i osób niepełnosprawnych	<ul style="list-style-type: none"> <li>- praca nad integracją społeczności klasowej oraz akceptacji uczniów o specjalnych potrzebach – powierzanie im funkcji asystentów;</li> <li>- kształtowanie postaw tolerancji (pogadanki, warsztaty, filmy)</li> </ul>	Wszyscy nauczyciele pedagog specjalny	Cały rok
Kształtowanie postaw związanych z ekologią	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zwiększanie świadomości dotyczącej ochrony przyrody, postawy proekologiczne</li> <li>- udział w konkursach o tematyce związanej z ekologią: „Woda, źródło życia”, „Ze smogiem wygramy, gdy o czyste powietrze sami zadbamy”, „Las bliżej nas”, „Chroń naturę-nic wielkiego! Zrób dla ziemi coś dobrego”. Udział szkoły w projekcie „Ekorozwój Ziemia dla Wszystkich”</li> </ul>	nauczyciele  nauczyciele klasy I-III	cały rok
Wymiana doświadczeń między nauczycielami	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dyskusje, wymiana doświadczeń;</li> <li>- podnoszenie kwalifikacji w zakresie kompetencji społecznych;</li> </ul>	Wszyscy nauczyciele	Wszyscy nauczyciele
Nawiązanie odpowiednich relacji z rodzicami oraz zaangażowanie rodziców do udziału w życiu klasy i szkoły	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wspólne działania przy realizacji zadań;</li> <li>- współpraca z Radą Rodziców</li> </ul>	Wychowawcy klas i inni nauczyciele	cały rok

## DZIAŁ 2

### BUDOWANIE ŚWIADOMOŚCI I PRZYNALEŻNOŚCI NARODOWEJ, WYCHOWANIE DO WARTOŚCI

Cele:

- kształtowanie świadomości obywatelskiej,
- kształtowanie patriotyzmu lokalnego,
- rozwijanie postaw prospołecznych oraz dbanie o wspólne dobro,
- pielęgnowanie postaw patriotycznych,
- zachęcanie do aktywnego udziału w życiu rodzinnym, społeczności szkolnej, lokalnej i państwowej,
- dbałość o używanie poprawnej polszczyzny,
- wykazywanie szacunku do symboli narodowych i lokalnych tj. hymn kraju, godło, flaga oraz dbanie o krzewienie innych symboli, wartości i tradycji narodowych,
- pielęgnowanie tradycji narodowych,
- uczenie wykazywania właściwej postawy podczas obchodów państwowych i szkolnych,
- poszerzanie wiedzy o historii miasta, regionu, jego kulturze i sztuce itp.
- gotowość do świadomego i odpowiedzialnego wybierania wartości i odpowiadania za nie,
- wprowadzenie w dziedzictwo cywilizacyjne Europy.
- **kształtowanie postaw ukierunkowanych na prawdę, dobro i piękno, uzdalniających do odpowiedzialnych decyzji.**
- **Działanie na rzecz szerszego udostępnienia kanonu i założeń edukacji klasycznej oraz sięgania do dziedzictwa cywilizacyjnego Europy, m. in. przez umożliwienie uczenia się języka łacińskiego już od szkoły podstawowej.**

**Pamiętamy, że nikt nie rodzi się patriotą. Przekazywanie treści patriotycznych jest zadaniem i obowiązkiem stawianym przed każdym nauczycielem, bez względu na jego prywatne przekonania polityczne czy wiarę.**

Zadanie	Sposób realizacji	Odpowiedzialny	Termin
Podtrzymywanie tradycji szkoły.	- poznajemy patrona szkoły J. Matejkę oraz jego twórczość. - poznajemy morskie tradycje „Czwórki”. Zwiedzamy Szkolne Muzeum Morskie. - aktywny udział w życiu szkoły.	Wychowawcy klas I nauczyciele i wychowawcy klas I-VIII nauczyciele i wychowawcy klas I-VIII	IX-X cały rok szkolny

Uświadomienie istoty przynależności do narodu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- godziny wychowawcze, spotkania (np. Sybiracy), filmy edukacyjne.</li> <li>- udział uczniów w konkursach plastycznych, literackich, historycznych organizowanych w związku z obchodami rocznicy Odzyskania Niepodległości.</li> <li>- uroczystości: Dzień Edukacji Narodowej, Święto Odzyskania Niepodległości, Święto Konstytucji 3 Maja, Dzień Flagi.</li> <li>- poznawanie na lekcjach historii, języka polskiego, lekcjach wychowawczych postaci, które wniosły znaczący wkład w nasze dziedzictwo narodowe (prawda, dobro, piękno)</li> <li>- nauka sentencji w języku łacińskim na lekcjach historii, języka polskiego</li> <li>- wprowadzenie wybranych nazw łacińskich roślin i zwierząt na lekcjach przyrody</li> </ul>	Wychowawcy klas, nauczyciele.  nauczyciele historii, języka polskiego, wychowawcy nauczyciele historii, języka polskiego nauczyciel przyrody	cały rok szkolny
Poznawanie historii lokalnej społeczności.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wycieczki do muzeum i miejsc związanych z historią bolesławian.</li> <li>- poznajemy nasze miasto i jego historię.</li> </ul>	Wychowawcy, nauczyciele	cały rok
Nawiązanie stałej współpracy z rodzicami/ opiekunami uczniów. Angażowanie rodziców i opiekunów w pracę na rzecz szkoły.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zebrania z rodzicami.</li> <li>- wspólne organizowanie imprez szkolnych.</li> <li>- udział rodziców w apelach/uroczystościach klasowych i szkolnych związanych z kształtowaniem postaw patriotycznych.</li> <li>- udział szkoły w konkursie pieśni patriotycznych</li> <li>- wspólne działania mające na celu podniesienie kultury osobistej uczniów i dbanie o poprawność języka.</li> </ul>	nauczyciele i wychowawcy/rodzice	Według potrzeb
Wprowadzenie w dziedzictwo cywilizacyjne Europy.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- obchody Dnia Języków Obcych,</li> <li>- włączanie w społeczność szkolną uczniów przybyłych z innych krajów, (udział w uroczystościach szkolnych,</li> <li>- korzystanie z doświadczeń i wiedzy uczniów cudzoziemskich (zwyczaje, tradycje z krajów, w których uczniowie wcześniej pobierali naukę)</li> </ul>	nauczyciele i wychowawcy/rodzice	maj 2023

### **DZIAŁ 3 BEZPIECZEŃSTWO W SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ I TRUDNOŚCI W NAWIĄZYWANIU KONTAKTÓW RÓWIEŚNICZYCH**

Cele:

- poprawa stanu bezpieczeństwa na terenie szkoły, w jej obrębie i poza nią,
- wspomaganie rozwoju emocjonalnego, intelektualnego i zdrowotnego uczniów,
- intensyfikacja wspólnych (przy współpracy rodziców i nauczycieli) działań wychowawczych,
- kształtowanie umiejętności bezpiecznych zachowań i radzenie sobie w sytuacjach skomplikowanych i trudnych,



- budowanie schematów reagowania w sytuacjach kryzysowych,
- przedstawienie bądź przypomnienie panujących w szkole zasad i norm postępowania,
- budowanie szacunku do nauczycieli i pracowników szkoły,
- budowanie poczucia bezpieczeństwa, wzmacnianie postaw empatii i zaufania,
- dbanie o zdrowie: promowanie zasad zdrowego odżywiania oraz nawyków higieny osobistej,
- wzmocnienie prawidłowych relacji rówieśniczych po powrocie z nauki zdalnej,
- minimalizowanie skutków stresu,
- kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów poprzez mediacje,
- Doskonalenie kompetencji nauczycieli do pracy z uczniami przybyłymi z zagranicy, w szczególności z Ukrainy

Zadanie	Sposób realizacji	Odpowiedzialni	Termin
Poprawa stanu bezpieczeństwa na terenie szkoły, w jej obrębie i poza nią.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zapoznanie / przypomnienie uczniom, nauczycielom oraz rodzicom / opiekunom uczniów zasad i reguł bezpieczeństwa obowiązujących na terenie szkoły.</li> <li>- Pogadanki na godzinach wychowawczych na temat bezpiecznych zachowań na co dzień.</li> <li>- Aktywne prowadzenie dyżurów przez nauczycieli na terenie szkoły.</li> <li>- Szkolenia BHP dla pracowników szkoły.</li> <li>- Prowadzenie prac remontowych, instalacji niezbędnych sprzętów i montowanie usprawnień.</li> <li>- Badanie ewaluacyjne, interpretacja wyników oraz dobranie odpowiednich działań profilaktyczno – wychowawczych.</li> </ul>	dyrektor szkoły, pracownik BHP, dyrektor wychowawcy, kierownik ds. gospodarczych, pedagog	cały rok, według potrzeb  styczeń i maj
Kreowanie zdrowego, bezpiecznego i przyjaznego środowiska.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uświadamianie uczniom zagrożeń wynikających z kontaktów osobistych lub wirtualnych z osobami starszymi, obcymi bez wiedzy i zgody dorosłych.</li> <li>- Propagowanie rywalizacji na zasadach „fair play”.</li> <li>- Warsztaty dla młodzieży dotyczące rozwiązywania konfliktów za pomocą mediacji</li> <li>- Rozwiązywanie konfliktów wśród uczniów poprzez mediacje.</li> <li>Szkolny klub mediatora.</li> </ul>	nauczyciele, rodzice, pedagodzy, policja psycholog Martyna Stec opiekun klubu mediatora	cały rok  październik  cały rok
Promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia wśród dzieci i młodzieży	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Akcja "Dzień Sportu i Zdrowia".</li> <li>- Tematyka prozdrowotna realizowana zajęciach lekcyjnych: zasady zdrowego odżywiania się, dbanie o higienę ciała i umysłu, umiejętnie korzystamy z urządzeń sanitarnych, zdrowy styl życia, higiena fizyczna i psychiczna w okresie dojrzewania.</li> <li>- Promowanie zachowań proekologicznych poprzez udział w konkursach i akcjach,</li> <li>- Organizowanie zajęć pozalekcyjnych, konkursów, zawodów sportowych, wycieczek, promowanie turystyki.</li> </ul>	SU, nauczyciele wychowawcy, nauczyciele przyrody, biologii, techniki wychowawcy, nauczyciele WDŻ, SU, nauczyciele wychowawcy,	cały rok

Zaznajomienie uczniów z praktyczną formą pierwszej pomocy	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauka udzielania pomocy przedmedycznej.</li> <li>- zajęcia Pierwszej Pomocy (zajęcia EDB)</li> <li>- udział w konkursach Pierwszej Pomocy</li> <li>- spotkania z ratownikiem medycznym, WOPR, Strażą Pożarną, Policją</li> <li>- procedury szkolne dotyczące bezpieczeństwa.</li> </ul>	nauczyciele dyrektor inspektor BHP pielęgniarka	cały rok
Zapobieganie problemom i zachowaniom problemowym u dzieci	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zapoznanie uczniów z regulaminami, zasadami, procedurami obowiązującymi na terenie szkoły, kontrakty klasowe.</li> <li>- Status ucznia w klasie (badanie socjometryczne), wyniki, analiza, wnioski do pracy.</li> <li>- Badanie poczucia bezpieczeństwa – ankieta badanie samopoczucia ucznia w klasach 4-8.</li> <li>- Badanie samopoczucia uczniów z Ukrainy,</li> <li>- Wzmocnienie więzi w klasie poprzez stosowanie odpowiednich metod – Złota piątka (wg J. Pyzalskiego)</li> <li>- Uczenie umiejętności radzenia sobie z emocjami kształtowanie poprawnej komunikacji.</li> <li>- Eliminowanie wulgaryzmów, agresji słownej uczenie empatii i tolerancji, nauka odmawiania.</li> <li>- Wzmacnianie samooceny u uczniów poprzez odkrywanie swoich mocnych stron.</li> </ul>	wychowawcy  wychowawcy/pedagog  pedagodzy specjalni  wychowawcy/ pedagog	IX  wrzesień i listopad  cały rok intensywniej I semestr październik /listopad
Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizacja programów integracyjnych, służących rozwiązywaniu konfliktów (zależnie od potrzeb klasy).</li> <li>- Zajęcia realizowane w ramach WDŻWR: dzieci maltretowane i molestowane – problemy przemocy obcym wstęp wzbroniony! (intymność fizyczna i psychiczna - prawo do prywatności)</li> <li>- Zawieranie kontraktów z uczniami dopuszczającymi się zachowań agresywnych.</li> <li>- Praca ze sprawcą i ofiarą przemocy.</li> <li>- Spotkania z przedstawicielami służb mundurowych – uświadomienie odpowiedzialności karnej nieletnich</li> <li>- Kształtowanie wspierającego środowiska szkolnego, promowanie zachowań fair play, pracy wolontaryjnej.</li> </ul>	wychowawcy nauczyciele pedagog zy	Cały rok  zgodnie z planem zajęć WDŻWR Cały rok
Doskonalenie kompetencji nauczycieli do pracy z uczniami przybyłymi z zagranicy, w szczególności z Ukrainy	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnoza pedagogiczna uczniów (obserwacje, diagnoza osiągnięć, wywiad z rodzicami).</li> <li>- Zapoznanie z technikami uczenia się.</li> <li>- Wzbudzanie motywacji do nauki poprzez stosowanie różnorodnych metod nauczania i uświadamianie celowości nauki.</li> <li>- Stosowanie indywidualizacji i wielopoziomowości nauczania.</li> <li>- Wprowadzanie innowacji pedagogicznych.</li> <li>- Kierowanie uczniów do poradni PP.</li> <li>- Udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej.</li> <li>- Udział nauczycieli w szkoleniach i warsztatach dotyczących nauki podstaw języka ukraińskiego, oraz dotyczących kryzysów psychicznych</li> </ul>	wychowawcy nauczyciele nauczyciele, specjaliści  dyrektor - propozycje warsztatów i szkoleń	cały rok

Rozwiązywanie kryzysów rozwojowych i życiowych dzieci i młodzieży	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pracownicy szkoły okazują wsparcie w trudnych sytuacjach (rozmowy z wychowawcą, pedagogiem szkolnych, psychologiem szkolnym).</li> <li>- Współpraca z Poradnią Psychologiczno- Pedagogiczną, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Sądem Rodzinnym, Strażą Miejską, Policją, wnioskowanie o założenie "Niebieskiej Karty" dla rodzin stosujących przemoc.</li> <li>- Kierowanie spraw do Sadu Rodzinnego z prośbą wglądu w sytuację rodziny.</li> </ul>	nauczyciele wychowawcy pedagog dyrektor	w miarę potrzeb
---	--	--	-----------------

#### DZIAŁ 4 BEZPIECZNE I ODPOWIEDZIALNE KORZYSTANIE Z ZASOBÓW SIECI

Cele:

- wdrażanie do bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z sieci,
- uświadomienie zagrożeń wynikających z przebywania w sieci -w tym zapobieganie cyberprzemocy,
- nabycie umiejętności świadomego korzystania ze środków masowego przekazu,
- zwiększenie czujności rodziców na wszelkie niebezpieczeństwa wynikające z korzystania z mediów,
- zapobieganie uzależnienia od komputera, telefonu – Internetu.
- rozwijanie umiejętności metodycznych nauczycieli w zakresie prawidłowego i skutecznego wykorzystywania technologii informacyjno-komunikacyjnych w procesach edukacyjnych.
- kształtowanie krytycznego podejścia do treści publikowanych w Internecie i mediach społecznościowych.

Zadanie	Sposób realizacji	Odpowiedzialni	Termin
Promowanie bezpiecznego korzystania z Internetu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zapoznanie uczniów z zaletami i wadami korzystania nowych mediów (analiza reklam telewizyjnych i w Internecie, reklamy w gazetach).</li> <li>- Przekierowanie zainteresowań komputerowych uczniów na twórcze i kreatywne zajęcia z użyciem programów komputerowych.</li> <li>- Przygotowanie przez uczniów prezentacji np. „Nie bądź niewolnikiem telewizji i komputera- wybierz wolność i czyste powietrze.</li> </ul>	wychowawcy nauczyciele informatyki nauczyciele wychowania fizycznego	Według planów wychowawczych
Kształtowanie umiejętności zachowania się w sytuacji zagrożenia- uczenie reagowania na zjawiska cyberprzemocy	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tematyka godzin wychowawczych, zajęć komputerowych,</li> <li>- Spotkania z policjantem/Strażą Miejską.</li> <li>- Kontrakty klasowe.</li> <li>- Wyrabianie nawyku mówienia „nie” w sytuacjach zagrażających dziecku, zachęcanie do szukania pomocy wśród dorosłych.</li> <li>- Organizacja klasowych i szkolnych konkursów związanych z tematyką bezpieczeństwa w sieci (konkurs plastyczny na plakat na spot reklamowy wskazujący na zagrożenia w sieci).</li> <li>- Udział w projekcie „Szkoła odpowiedzialna cyfrowo”- informacje dla uczniów.</li> </ul>	wychowawcy klas pedagodzy nauczyciele plastyki nauczyciele informatyki wychowawcy	według planów wychowawczych cały rok

Edukacja rodziców-uczulenie na problem cyberprzemocy wśród dzieci	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Przekazanie informacji na temat zasad bezpiecznego korzystania z sieci oraz niebezpieczeństw z nimi związanych (zebrania klasowe).</li> <li>- Przygotowanie informacji na temat bezpiecznego korzystania z sieci (przydatne linki na stronie szkoły).</li> <li>- Indywidualne kontakty rodziców z wychowawcą oraz pedagogami.</li> <li>- Udział w projekcie „Szkoła odpowiedzialna cyfrowo”- informacje dla rodziców.</li> <li>- Szkolenie dla rodziców „Nie dla cyberprzemocy”</li> </ul>	wychowawcy pedagodzy nauczyciele informatyki	cały rok
Podnoszenie kompetencji nauczycieli w tematyce bezpiecznego korzystania z mediów	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Szkolenia rady pedagogicznej.</li> <li>- Udział nauczycieli w formach doskonalenia na temat radzenia sobie z cyberprzemocą.</li> <li>- Udział w projekcie „Szkoła odpowiedzialna cyfrowo”</li> <li>- Warsztaty dla nauczycieli z zakresu wykorzystania technologii informatycznej w pracy nauczyciela</li> </ul>	dyrektor nauczyciele – samorozwój koordynatorzy projektu dyrektor nauczyciel informatyki	w ciągu roku szkolnego  cały rok według potrzeb

## **DZIAŁ 5 ZACHOWANIA RYZYKOWNE - UZALEŻNIENIA**

Cele:

- poznanie przyczyn sięgania po środki zmieniające świadomość,
- dostarczanie uczniom, rodzicom, opiekunom oraz nauczycielom wiedzy i umiejętności na temat skutecznego przeciwdziałania i radzenia sobie z zagrożeniami dla zdrowia i jakości życia,
- przeciwdziałanie pojawianiu się zachowań ryzykownych związanych z używaniem środków odurzających, substancji psychoaktywnych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych przez uczniów naszej szkoły,
- uświadomienie uczniom konsekwencji wynikających z wszelkiego rodzaju uzależnień,
- współpraca z instytucjami wspomagającymi rodzinę oraz szkołę w realizacji zadań profilaktycznych,
- uczenie sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych, ze stresem,
- wspomaganie środowiska rodzinnego w zakresie zagrożeń związanych z używaniem substancji i środków psychoaktywnych,
- wzbudzanie w uczniach odpowiedzialności za własne zdrowie oraz propagowanie zdrowego stylu życia,

Realizacja Programu Wychowawczo - Profilaktycznego przebiega we współpracy z rodzicami. Ponadto szkoła współpracuje w zakresie realizacji działań wychowawczo - profilaktycznych z:

- Poradnię Psychologiczno – Pedagogiczną,
- Policją i Strażą Miejską,
- Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej,
- Kuratorami Sądownym d/s Rodzinnych i Nieletnich,

- Towarzystwem Przyjaciół Dzieci,
- Pełnomocnikiem Prezydenta ds. Przeciwdziałania Alkoholizmowi i innym Uzależnieniom,
- Instruktorem terapii uzależnień Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego ds. Uzależnień oraz Przeciwdziałania Narkomanii,
- Miejską Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Zadanie	Sposób realizacji	Odpowiedzialni	Termin
<p>Promowanie zdrowego stylu życia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uświadomienie rodziców o potrzebie systematycznego udziału dzieci w zajęciach wychowania fizycznego,</li> <li>- dbanie o higienę ciała, odzieży, miejsca pracy i wypoczynku,</li> <li>- wskazanie konieczności regularnego spożywania posiłków zdrowe odżywianie,</li> <li>- przekazanie uczniom informacji o działaniu i skutkach zdrowotnych i społecznych używania środków uzależniających leki, e-papierosy, alkohol i inne środki zmieniające świadomość),</li> <li>- zajęcia z młodzieżą dotyczące stresu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opracowanie wykazu zajęć pozalekcyjnych do dyspozycji uczniów.</li> <li>- Przygotowanie materiałów dotyczących profilaktyki wad postawy – ulotka lub prezentacja (zaprezentowana na zebraniach).</li> <li>- Pogadanki, prezentacje, spotkania ze specjalistami np. pielęgniarka szkolną.</li> <li>- Pogadanki, spotkania ze specjalistami, opracowanie prezentacji.</li> <li>- Pogadanki, spotkania ze specjalistami, warsztaty.</li> <li>- Zajęcia z młodzieżą klas VIII w formie warsztatów.</li> </ul>	<p>wicedyrektor pielęgniarka wychowawcy nauczyciele pedagodzy nauczyciele wf</p>	cały rok
<p>Udział w konkursach i projektach o tematyce zdrowotnej</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konkurs plastyczny „Używki?! Nie, dziękuję”.</li> <li>- Udział w konkursach o tematyce prozdrowotnej organizowanych przez firmy i instytucje.</li> <li>- Udział w projekcie „Dziel się Uśmiechem”</li> </ul>	<p>nauczyciel plastyki</p> <p>nauczyciele kl. I - III</p>	
<p>Zapoznanie uczniów z ofertą szkoły w zakresie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zajęcia rozwijające zainteresowania: SKS, rugby, brydż sportowy, wschodnie sztuki walki, nauka tańca towarzyskiego.</li> </ul>	<p>dyrektorzy, nauczyciele prowadzący zajęcia</p>	cały rok

ciekawego spędzania czasu wolnego			
Prowadzenie działań zapobiegających niepowodzeniom szkolnym	- Diagnozowanie sytuacji wychowawczej. - Wspieranie uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych z trudnościami w nauce i zachowaniu -pomoc psychologiczno-pedagogiczna	zespół wychowawczy nauczyciele uczyący, specjaliści prowadzący zajęcia z pomocy PP	cały rok
Realizacja kampanii „Zachowaj trzeźwy umysł”	- Warsztaty, pogadanki, materiały informacyjne.	pedagog, wychowawcy	cały rok
Realizacja programu profilaktycznego „Spójrz Inaczej”	- Zajęcia w ramach godzin wychowawczych.	wychowawcy	cały rok
Realizacja programu profilaktycznego „Program Domowych Detektywów- Jaś i Małgosia na tropie”	- Warsztaty w ramach godzin wychowawczych w klasie 5 oraz 4.	pedagog, wychowawcy klas	
Realizacja programu profilaktyki „Szkolna Interwencja Profilaktyczna”	- Pomoc uczniom z pierwszymi doświadczeniami używania środków psychoaktywnych. - Zapewnienie wsparcia rodzinom uczniów z pierwszymi doświadczeniami używania środków psychoaktywnych. - Zapewnienie dostępności pomocy psychologicznej uczniom –dyżury psychologa.	pedagog, wychowawca	według potrzeb
Realizacja programu promocji zdrowia „Jestem bezpieczny”	- Realizacja autorskiego programu w wybranej klasie trzeciej.	pedagog	styczeń- marzec
Realizacja programu profilaktycznego „Nie pal przy mnie, proszę”	- Realizacja w klasach II.	pedagog	listopad- grudzień
Realizacja warsztatów profilaktycznych w klasach I-VIII dotyczących emocji i radzenia sobie z emocjami Warsztaty dla rodziców oraz nauczycieli	„Komunikacja empatyczna” klasy I- IV „Staw czoło przeciwnościom” klasy V- VIII „Komunikacja oparta na empatii”	Psycholog Martyna Stec	czerwiec/wrze- sień/listopad
Podnoszenie wiedzy i umiejętności w zakresie profilaktyki uzależnień- współpraca z instytucjami	- Spotkania i pogadanki oraz warsztaty z funkcjonariuszami policji/Straży Miejskiej/SANEPIDU	pedagog	cały rok
Edukacja rodziców na temat niewłaściwych zachowań dzieci	- na zebraniach klasowych „Dojrzałość szkolna” „Trudności w uczeniu się” - w indywidualnych rozmowach.	pedagog wychowawcy, pedagog	zebrania w klasach I i II

- zapobieganie niepowodzeniom szkolnym, - prawidłowe wykorzystanie czasu wolnego –przeciwdziałanie wagarom, higiena psychiczna dziecka - zagrożenia płynące z uzależnień			według planu zebrań
Wspieranie wszystkich pracowników szkoły w realizacji zadań dotyczących szeroko rozumianego bezpieczeństwa na terenie szkoły	- Aktualizacja procedur bezpieczeństwa, strategii szkoły, - Rozmowy, przekazywanie informacji, podejmowanie wspólnych działań	dyrektor szkoły zespół do spraw bezpieczeństwa oraz inni pracownicy szkoły	cały rok
Podnoszenie kompetencji nauczycieli w zakresie profilaktyki	Szkolenie nauczycieli klas IV-VIII „Spójrz Inaczej na agresję”- przygotowanie nauczycieli do prowadzenia zajęć profilaktycznych z uczniami według w/w programu	Stowarzyszenie „Spójrz Inaczej”	listopad

## **DZIAŁ 6 ZACHOWANIA RYZYKOWNE – SAMOBÓJSTWA I AUTOAGRESJA**

Próby samobójcze oraz samobójstwa dokonane, są nagłaśniane przez media, w szczególności, jeśli dotyczą one dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Takie zdarzenia stają się również impulsem do prowadzenia bardziej ukierunkowanych działań w celu diagnostyki stanów depresyjnych oraz wpajaniu młodym ludzi umiejętności, które promują zdrowie psychiczne oraz umożliwiają samodzielne radzenie sobie w pojawiających się sytuacjach problemowych. Aby tego dokonać, potrzebne jest prowadzenie zajęć równoległych, doksztalających rodziców / prawnych opiekunów oraz nauczycieli i wychowawców szkolnych. Bez posiadania przez nich kompleksowej wiedzy oraz przy braku zdolności prawidłowego reagowania w sytuacjach kryzysowych, zapobieganie takim sytuacjom oraz interweniowanie w momencie, gdy wystąpią, jest niezwykle trudne. Z tego powodu konieczne jest prowadzenie stałej i systematycznej edukacji również dla dorosłych w temacie depresji oraz samobójstw.

Wśród najczęściej spotykanych czynników ryzyka należy wyróżnić:

- wcześniejsze próby samobójcze – 4/5 osób, które popełniły samobójstwo, dokonało przynajmniej jednej takiej próby wcześniej;
- izolacja od ludzi, poczucie osamotnienia, bezradności, beznadziejności;
- zmiana osobowości, okazywanie drażliwości, pesymizmu, przygnębienia lub apatii;
- wyrządzanie sobie krzywdy np. samookaleczanie się, głodzenie, zadawanie bólu;
- stres występujący w rodzinie, rodzina dysfunkcyjna (np. zachowania antyspołeczne w rodzinie – kradzieże,

- pobicie, prostytutka, dewastacja mienia);
- przypadki prób samobójczych w rodzinie;
- niesprzyjające otoczenie, włączając w to posiadanie i przetrzymywanie broni palnej w domu;
- sytuacje kryzysowe np. prześladowanie, nękanie, molestowanie, poważne problemy z utrzymywaniem dyscypliny, śmierć ukochanej osoby, fizyczne bądź seksualne nadużycia, zakończenie relacji miłosnej bądź przyjacielskie, przemoc w rodzinie, zachowania suicydalne
- problem z alkoholem i/lub z środkami psychoaktywnymi;
- poważny stan zdrowia, przeżywanie cierpienia fizycznego (np. AIDS, choroby nowotworowe, choroby psychiatryczne,
- choroby neurologiczne, inne choroby przewlekłe, choroby o podłożu genetycznych i/lub neurochemicznym);
- zaburzenia psychiczne w rodzinie;
- rozwód, separacja rodziców;
- problemy komunikacyjne w rodzinie, brak czasu opiekunów, który wpływa na brak zainteresowania lub trudności w zauważeniu problemów emocjonalnych dziecka
- rodzina adopcyjna, zastępcza;
- nieadekwatny lub nadmierny autorytet rodziców / opiekunów;
- częste przeprowadzki do innego miejsca zamieszkania, brak wsparcia rówieśniczego.

Większości aktów samobójczych nie jest czynem odosobnionym, ale towarzyszą im zachowania charakterystyczne dla zachowań depresyjnych. Z tego powodu istnieje duże prawdopodobieństwo, że prawidłowa profilaktyka oraz działania zaradcze są w stanie zmniejszyć ilość aktów samobójczych. Badania pokazują również, że większość prób samobójczych młodzieży poprzedzona była wspomnianymi już znakami ostrzegawczymi tj.:

- wygłaszanie gróźb bezpośrednio skierowanych do samego siebie np. używanie określeń „idę się zabić”, „muszę ze sobą skończyć”, „mam nadzieję, że zasną i już nigdy się nie obudzę”; noty samobójcze bądź plany (te papierowe oraz online);
- robienie ostatecznych przygotowań np. żegnanie się ze znajomymi, rozdawanie swoich rzeczy;
- zainteresowanie tematem śmierci;
- zmiany zachowania, aparycji, myśli i/lub uczuć;
- zmniejszenie wysiłku, skargi na przewlekłe problemy zdrowotne np. bóle głowy, bóle brzucha, zmęczenie;
- zmiana zachowania ucznia w klasie / zmiany zachowania klasy w stosunku do ucznia / konflikty z rówieśnikami;
- incydenty prowadzące do interwencji policji i/lub stosowanie przemocy wobec innych uczniów;
- nieusprawiedliwione absencje w szkole;
- obniżenie ocen, obniżenie zaangażowania lub nieangażowanie się w sprawy szkoły i swoich kolegów i koleżanek;
- podejmowania zachowań ryzykownych – stosowanie używek, akty seksualne, ucieczki z domu, itp.;
- listy samobójcze (pożegnalne);
- zaniedbanie wyglądu zewnętrznego.

Poza czynnikami ryzyka istnieją również czynniki ochronne, które mogą wpłynąć na zmniejszenie szans / ograniczenie pojawienia się sytuacji ryzykownych. Wszystkie czynniki związane są z: rodzinnym oraz rówieśniczym wsparciem, szkolną oraz społeczną aktywnością, ćwiczeniem umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów medycznych oraz psychologicznych.



Kroki jakie powinni podejmować nauczyciele w celu zmniejszenia prawdopodobieństwa pojawienia się bądź uaktywnienia się czynników ryzyka należą do bardzo trudnych. Prezentujemy działania o charakterze edukacyjnym, informacyjnym i prewencyjnym.

<b>Zadanie</b>	<b>Sposób realizacji</b>	<b>Odpowiedzialni</b>	<b>Termin</b>
Wyposażenie uczniów w wiedzę z zakresu właściwego zarządzania stresem	- Praca nad wzmocnieniem odporności uczniów poprzez podnoszenie kompetencji emocjonalno-społecznych: radzenie sobie z emocjami oraz ze stresem, szukanie pomocy w sytuacjach problemowych.	pedagog, wychowawca	na bieżąco
Uświadamianie uczniów czym jest depresja i jak należy sobie z nią radzić	- Godziny wychowawcze tematyka Co to jest depresja? Gdzie szukać pomocy? - Udział w kampanii społecznej dotyczącej depresji. - Przygotowanie informacji na temat zjawiska obniżonego nastroju oraz depresji u dzieci na stronie internetowej szkoły.	pedagog – przygotowanie materiałów,  wychowawcy	Listopad- grudzień  październik
Rozpoznawanie złego stanu emocjonalnego, rozpoznanie uczniów z zaburzeniami osobowości – pomoc	- Zbieranie informacji o zażywanych lekach. - Obserwacja uczniów podczas zajęć edukacyjnych, zajęć pozalekcyjnych i specjalistycznych.	pielęgniarka szkolna nauczyciele, wychowawcy, pedagog	cały rok
Dostarczanie wiedzy na temat: jak rozpoznać wczesne sygnały ostrzegawcze o samobójstwie, samookaleczeniu w zachowaniu ucznia	- Pogadanki w czasie zebrań rodzicami. - Indywidualne spotkania z rodzicem. - Spotkanie z specjalistą. - Szkolenie zewnętrzne w ramach samodoskonalenia.	wychowawca, pedagog dyrektor szkoły nauczyciele	cały rok
Wspieranie uczniów w prawidłowym rozwoju i zdrowym stylu życia. Stawianie sobie realistycznych celów	- Rozmowa, pogadanka, zajęcia pozalekcyjne. - Poszukiwanie wspólnych rozwiązań danego problemu. - Podnoszenie samooceny.	wszyscy nauczyciele	cały rok
Zapobieganie niepowodzeniom edukacyjnym	- Kontrola frekwencji uczniów i uświadomienie konsekwencji „wagarów”.	nauczyciele, wychowawcy, pedagog	cały rok
Szkolenie rady pedagogicznej	Szkolenie nauczycieli na temat doraźnej pomocy dzieciom po wydarzeniach traumatycznych -debriefing	Stowarzyszenie „Spójrz Inaczej”	listopad
Zapewnienie miejscu pracy nauczycielom i innym członkom personelu dostępu do metod zmniejszania stresu zawodowego	- Materiały informacyjne dotyczące wypalenia zawodowego. - Poprawianie kanałów komunikacji.	dyrekcja szkoły, pedagog, bibliotekarz	na bieżąco według potrzeb