

XIV LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE IM. STANISŁAWA STASZICA

**SZKOLNY PROGRAM  
WYCHOWAWCZO –PROFILAKTYCZNY  
2022 / 2023**

*„Talent jest jak kawałek szlachetnego, ale surowego metalu: dopiero pilna praca go obrobi i wartość wielką mu nada.”*

*Stanisław Staszic*

## **Wprowadzenie**

Program Wychowawczo – Profilaktyczny, XIV Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisława Staszica skierowany jest do uczniów szkoły.

Większość naszych uczniów cechuje się bardzo wysokimi zdolnościami intelektualnymi które jednak nie zawsze idą w parze z rozwojem emocjonalnym i umiejętnościami społecznymi. Dodatkowo są oni w trudnym okresie jakim jest dojrzewanie .

W związku z powyższym program zawiera propozycje działań, które w sposób systemowy angażują uczniów ich rodziców oraz całe środowisko szkolne (kadrę pedagogiczną, pracowników administracji i obsługę). Celem tego współdziałania jest wspieranie ucznia we wszechstronnym rozwoju. Chcielibyśmy aby młodzi ludzie kształtowali się tak by odnaleźli swoje miejsce w społeczności, umieli kierować się prawdą, dobrem swoim oraz innych.

Nasza szkoła stanowi zintegrowaną, świadomie współdziałającą społeczność, która istnieje, aby:

- inspirować i wspierać naszych uczniów w przyswajaniu wiedzy
- rozwijać zainteresowania
- kierować się wspólnie przyjętymi wartościami
- promować zdrowy tryb życia
- wspierać ucznia w rozwoju psychicznym i emocjonalnym (uczyć radzenia sobie ze stresem, poszerzać samoświadomość, rozwijać zdolności społeczne).

Podsumowując, wszystkie powyższe działania ukierunkowane są na osiągnięcie przez naszych uczniów pełni dojrzałości fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej.

### **Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2022/2023**

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. Wspomaganie kształcenia w szkołach ponadpodstawowych w związku z nową formułą egzaminu maturalnego od roku 2023.
6. Doskonalenie systemu kształcenia zawodowego we współpracy z pracodawcami – wdrażanie Zintegrowanej Strategii Umiejętności 2030.
7. 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.
8. 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”.
9. Podnoszenie jakości kształcenia oraz dostępności i jakości wsparcia udzielanego dzieciom i uczniom w przedszkolach i szkołach ogólnodostępnych i integracyjnych.

### **Warszawskie priorytety edukacyjne na rok szkolny 2022/2023**

1. Pomoc psychologiczna i działania na rzecz zdrowia psychicznego dla uczniów i nauczycieli w okresie po pandemii.
2. Praca w klasie wielokulturowej, ze szczególnym uwzględnieniem dzieci ukraińskich.
3. Działania na rzecz demokracji szkolnej i wzmacniania postaw prodemokratycznych.
4. Działania na rzecz ochrony klimatu i środowiska w placówkach oświatowych.
5. Kształcenie zawodowe dla rynku pracy i wspieranie kompetencji przyszłości

## **Podstawy prawne Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego**

### **Ustawy i rozporządzenia :**

- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. z 2016 r., poz.59);
- Ustawa z dnia 14 Grudnia 1016 r. – Prawo oświatowe (Dz.U. 2018r. poz.996 ze zm.)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia rozporządzenie Ministra Edukacji narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. z dnia 24 lutego 2017 r., poz.356);
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2015 roku w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz.U. z 28.08.2015 r.,poz.1249).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 stycznia 2018 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz. U. poz. 1249)
- Rozporządzenia MEN z dnia 29 kwietnia 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie szczególnych rozwiązań w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19 art. 8a ust. 5 pkt 2 ustawy z dnia 14 marca 1985 r. o Państwowej Inspekcji Sanitarnej (Dz. U. z 2019 r. poz. 59, oraz z 2020 r. poz. 322, 374 567). 7.

**Dokumenty wewnętrzne:**

- Statut szkoły

**Inne przepisy:**

- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej
- Powszechna Deklaracja Praw Człowieka
- Konwencja Praw Dziecka

## **Cele ogólne i zadania szkoły**

Nasze oddziaływania koncentrują się na 4 sferach: emocjonalno-społecznej, fizycznej, intelektualnej oraz aksjologicznej.

### **Sfera emocjonalno-społeczna:**

- wyrobienie wrażliwości społecznej (umiejętności współpracy, zdolności postępowania zgodnie z własnym sumieniem, asertywności, empatii, gotowości do niesienia pomocy innym, otwartości na innych, uważności na drugiego człowieka),
- kształtowanie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własny rozwój w aspekcie moralnym,
- kształtowanie postaw otwartości, tolerancji i poszanowania dla odmienności, różnic kulturowych oraz etnicznych,
- wyrobienie zdolności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, ze stresem oraz z emocjami
- doskonalenie umiejętności współpracy.

### **Sfera fizyczna:**

- wychowanie w trosce o zdrowie fizyczne z uwzględnieniem sfer odżywiania, organizacji wolnego czasu i aktywności fizycznej,
- promowanie zrównoważonego rozwoju psychofizycznego.

### **Sfera intelektualna:**

- kształtowanie umiejętności zdobywania wiedzy jako podstawowego elementu procesu uczenia się przez całe życie,
- kształtowanie postawy patriotyzmu z poszanowaniem historii Polski,
- rozwijanie kultury osobistej w sferach: języka, relacji międzyludzkich i respektowania przyjętych norm i wartości,
- kształcenie kompetencji językowych niezbędnych w procesie dalszej edukacji i w pracy zawodowej,
- kształcenie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własny rozwój w aspekcie intelektualnym,

### **Sfera aksjologiczna:**

- rozwijanie rozumienia pojęcia wartości uniwersalnych takich jak prawda, uczciwość, solidarność, sprawiedliwość, wolność...
- rozwijanie i wspieranie młodzieży w internalizowaniu uniwersalnych tak by były one odzwierciedleniem codziennego funkcjonowania,
- kształtowanie w uczniach potrzeby samodoskonalenia przez całe życie.

Celem wszelkich oddziaływań profilaktyczno-wychowawczych jest umożliwienie osiągnięcia dojrzałości i zintegrowania wszystkich powyższych sfer.

## **Sylwetka absolwenta**

### ***Absolwent XIV LO im. S. Staszica to młody człowiek, który:***

- potrafi funkcjonować w zespole: respektuje prawa człowieka, jest empatyczny, tolerancyjny i kulturalny. Dostrzega problemy swoje i innych i - w razie potrzeby - służy pomocą lub prosi o nią,
- jest odpowiedzialny i odważny: ceni prawdę, uczciwość i wytrwałość w dążeniu do celu,
- jest ciekawy świata, ale też krytyczny. Ma określone zainteresowania, które pomogą mu dokonać świadomego wyboru dalszej drogi kształcenia,
- umie w konstruktywny sposób spędzać wolny czas, m.in. rozwijając różnorodne zainteresowania i pasje,
- ceni i szanuje pracę swoją i innych. Obowiązki wykonuje sumiennie i odpowiedzialnie, potrafiąc konstruktywnie ocenić efekty własnych wysiłków,
- wie czym jest kultura słowa i stosuje się do niej w swoich wypowiedziach.

## **Wartości wychowawcze stanowiące fundament postawy uczniów naszej szkoły**

### **SZACUNEK i TOLERANCJA**

- Odnosimy się z szacunkiem i uwagą do siebie i innych.
- Liczymy się z innymi poglądami.
- Troszczymy się o siebie nawzajem.
- Współpracujemy by osiągnąć jak najlepsze wyniki jako zespół.

### **UCZCIWOŚĆ i ODPOWIEDZIALNOŚĆ**

- Budujemy wzajemne zaufanie.
- Bierzemy odpowiedzialność za nasze czyny, nasze postępy oraz za nasze środowisko.

### **DETERMINACJA i CIEKAWOŚĆ POZNAWCZA**

- Staramy się w pełni wykorzystać swój potencjał.
- Wiemy, że rzetelna nauka, sprawność fizyczna i właściwa postawa społeczna to klucz do naszego sukcesu.
- Ciekawość, to w naszej szkole pierwszy stopień do wiedzy.

### **DUMA i ODWAGA**

- Jesteśmy dumni z osiągnięć naszej Ojczyzny, naszego miasta, tradycji naszej szkoły.
- Tworzymy przyszłość tak, jak nasi poprzednicy czynili to dla nas.

## Diagnoza potrzeb i problemów występujących w szkole

Rozpoznaniu potrzeb i problemów występujących w szkole służą następujące metody:

- Obserwacja połączona z wywiadem środowiskowym.
- Rozmowy indywidualne z uczniami i ich rodzicami.
- Konsultacje z nauczycielami przedmiotu, wychowawcami i nauczycielami specjalistami.
- Analiza ankiet przeprowadzanych w ramach ewaluacji pracy szkoły.
- Analiza ankiet skierowanych do rodziców uczniów.
- Analiza sytuacji wychowawczo – opiekuńczej podczas rad pedagogicznych .
- Analiza dokumentów szkolnych, w tym dziennika internetowego Librus.
- Informacje uzyskane od zespołów wychowawczych dla poszczególnych poziomów klas.

Na podstawie pogłębionej analizy i syntezy danych uzyskanych z wyżej wymienionych źródeł została postawiona diagnoza potrzeb.

W jej wyniku rozpoznano kluczowe problemy występujące w naszej szkole na rozwiązanie których chcielibyśmy nakierować kontynuowanie pracy profilaktyczno-wychowawczej poprzez:

- budowanie relacji u -u, n – u, n -n w oparciu o wzajemny szacunek i zrozumienie jako fundamentu prawidłowej atmosfery edukacyjno -wychowawczej w naszej szkole,
- wskazywanie uczniom na potrzebę rozwoju osobistego przez podejmowanie działalności na rzecz innych - propagowanie pomocy koleżeńskiej w nauce,
- realizowanie zajęć psychoedukacyjnych, pogłębiających samoświadomość uczniów w tym poszerzanie ich kompetencji społecznych i emocjonalnych,
- wspieranie młodzieży w pokonywaniu ich osobistych trudności (odczuwanej frustracji, porażki).

Ponadto uwzględniono następujące wnioski wynikające z nadzoru pedagogicznego z poprzedniego roku szkolnego:

- hospitowane lekcje były bardzo dobrze przygotowane i przeprowadzone, na wysoką ocenę zasługuje dobry kontakt nauczycieli z uczniami, rytmiczność realizowanych treści programowych oraz dostosowywanie metod i form pracy do możliwości uczniów;
- integracja w klasach I nie budzi zastrzeżeń – istotną rolę wywarły tutaj zajęcia prowadzone przez specjalistów ze szkolnego zespołu psychologiczno-pedagogicznego oraz zaangażowanie wychowawców klas;
- korektom należy poddać realizację zajęć wychowania fizycznego oraz zasady oceniania z tego przedmiotu (także zmniejszyć zbyt dużą urazowość na zajęciach);



- nauczanie poza pracowniami znacznie ograniczyło korzystanie ze zgromadzonych pomocy naukowych;
- należy zadbać o właściwe stosowanie przedmiotowych zasad oceniania;
- ocena pracy w klasach matematycznych – doskonalenia wymagają sposoby oceniania (należy podjąć próbę ujednoczenia zasad oceniania);
- metody nauczania matematyki są właściwie dobrane do realizowanych treści i specyfiki zespołów uczniowskich;
- zasadne wydaje się zwiększenie liczby zajęć otwartych (mają one charakter integrujący zespoły nauczycielskie i wzbogacają warsztat pedagogiczny kadry);
- kontrola rozkładów materiału i PZO wykazała niewielkie, ale powtarzające się braki. Zalecenia zostały przekazane przewodniczącym właściwych zespołów przedmiotowych;
- sformułowane zostały uwagi i zalecenia dotyczące poprawy dyscypliny pracy;
- należy zorganizować zajęcia wyrównawcze z matematyki w klasie 3d i 3e w celu nadrobienia zaległości spowodowanych długą nieobecnością nauczyciela;
- należy opracować i podjąć działania w celu poprawy frekwencji uczniów przygotowujących się do konkursów i olimpiad;
- należy uaktualnić i dostosować do aktualnej sytuacji politycznej harmonogram szkolnych warsztatów przyrodniczych i humanistycznych;
- należy zadbać o integrację zespołów klasowych poprzez organizację dni integracyjnych w klasach pierwszych oraz pozalekcyjnych zajęć reintegracyjnych w klasach starszych.

Dodatkowo, wyznaczonymi w roku szkolnym 2022/2023 priorytetami działań wychowawczo – profilaktycznych będzie w dalszym ciągu:

- systematyczna kontrola frekwencji i szybkie reagowanie w sytuacji problemowej (rozmowy wychowawcze, informowanie rodziców, sankcje przewidziane w statucie szkoły),
- zastosowanie różnorodnych form pracy z uczniem z uwzględnieniem wykorzystania narzędzi i zasobów cyfrowych.
- kreatywne podejście do realizacji zajęć z zakresu problematyki uzależnień oraz bezpiecznego i efektywnego korzystania z technologii cyfrowych.
- propagowanie i kształtowanie postaw koleżeńskich z naciskiem na respektowanie norm społecznych jako istotnej wartości w środowisku szkolnym.
- udzielanie opieki i wsparcia psychologiczno- pedagogicznego uczniom z uwzględnieniem ich indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych,
- otoczenie opieką i wsparciem uczniów z Ukrainy,
- poszerzanie świadomości uczniów w zakresie dbania o środowisko i klimat,
- realizacja Szkolnego Systemu Wsparcia Psychicznego Młodzież

## **Analiza uwarunkowań społeczności szkolnej**

### **Czynniki chroniące:**

#### indywidualne:

- umiejętności społeczno – psychologiczne (asertywność , radzenie sobie ze stresem, umiejętność proszenia o pomoc, konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, dobre mechanizmy samokontroli),
- wysoki poziom inteligencji,
- motywacja,
- posiadanie celów życiowych,
- zainteresowanie nauką;

#### rodzinne:

- więź emocjonalna z rodzicami,
- okazywanie wsparcia młodemu człowiekowi,
- czuwanie nad zachowaniem i bezpieczeństwem młodego człowieka,
- docenianie wysiłków;

#### szkolne:

- dobre relacje rówieśnicze,
- poczucie przynależności,
- wzajemny szacunek,
- klimat szkoły ( normy i zasady),
- zaangażowanie i wsparcie nauczycieli,
- zapewnienie bezpieczeństwa.

### **Czynniki ryzyka:**

#### indywidualne:

- zaburzenia w obszarze zachowania (agresywne, aspołeczne, uleganie wpływom rówieśniczym,
- ukonstytuowana w osobowości – niska samoocena,
- stres akademicki ( wysoki poziom nauczania w połączeniu z wysokimi aspiracjami),
- stres emocjonalny (w obszarze poczucia własnej wartości – czasowe obniżenie lub zachwianie poczucia wartości na skutek utraty pozycji „najlepszego ucznia w klasie”),
- stres społeczny (trudności w odnalezieniu się w grupie, rywalizacja z rówieśnikami
- wyniki w nauce, odrzucenie przez rówieśników),
- stres fizjologiczny ( zaniedbywanie higieny snu i nieprzestrzeganie zasad zdrowego
- żywienia, kiedy jedynym priorytetem jest nauka);

rodzinne:

- osłabienie więzi emocjonalnej,
- konflikty w rodzinie,
- brak dyscypliny,
- zakwaterowanie w miejscu innym niż pierwotne środowisko rodzinne ( bursa, stancja);

szkolne:

- niepowodzenia szkolne,
- brak wsparcia i zrozumienia ze strony nauczycieli,
- brak akceptacji w grupie rówieśniczej

## Strategia wychowawczo –profilaktyczna

### Umiejętności ucznia i zadania wychowawczo-profilaktyczne szkoły

#### 1. Fizyczna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
prorowadzenie profilaktyki uniwersalnej – dostarczenie uczniom rzetelnej opartej na naukowych podstawach lub o potwierdzonej skuteczności wiedzy na temat uzależnień i szkodliwości środków odurzających	- wzrost świadomości zagrożeń związanych z używaniem środków psychoaktywnych. (dopalacze) - nabycie umiejętności dobrej zabawy bez sięgania po środki uzależniające
dostarczenie wiedzy dotyczącej prawidłowego żywienia; reagowanie i korygowanie nieprawidłowych nawyków dotyczących odżywiania i stylu życia	- zna rolę prawidłowego odżywiania w rozwoju i funkcjonowaniu organizmu i stosuje zasady prawidłowego odżywiania w codziennej diecie - uczeń wie gdzie należy szukać pomocy
stwarzanie warunków do przeciwdziałania wadom postawy	przeciwdziała wadom postawy
propagowanie i organizowanie różnych form aktywności ruchowej	dostrzega znaczenie aktywności ruchowej dla prawidłowego rozwoju
uczenie racjonalnego gospodarowania czasem	- potrafi racjonalnie dysponować czasem - rozumie znaczenie odpoczynku i snu w prawidłowym rozwoju i funkcjonowaniu
wdrażanie do podejmowania różnych działań chroniących zdrowie	świadomie i odpowiedzialnie podejmuje decyzje dotyczące własnego zdrowia
propagowanie wiedzy na temat znaczenia badań profilaktycznych	zna i rozumie rolę badań profilaktycznych
zachęcanie do podejmowania działań na rzecz własnego zdrowia i kształtowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie innych	zna rolę czynników wpływających na prawidłowy i harmonijny rozwój
współpraca z instytucjami i organizacjami zajmującymi się profilaktyką i ochroną zdrowia	kontroluje czas pracy przy komputerze i innym urządzeniu telekomunikacyjnym
zapoznanie uczniów z konsekwencjami natury fizycznej i psychicznej, spowodowanymi długim korzystaniem z komputera i innych urządzeń telekomunikacyjnych	zna konsekwencje wynikające z łamania zasad racjonalnego korzystania z komputera i innych urządzeń telekomunikacyjnych

## 2. Emocjonalna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
realizacja zajęć z zakresu kształtowania poczucia własnej wartości, autoprezentacji	kształtuje pozytywny obraz swojej osoby i akceptuje siebie
wdrażanie do samokształcenia i samooceny	potrafi akceptować i doceniać siebie oraz kształtować poczucie własnej wartości
rozwijanie umiejętności konstruktywnego rozładowywania emocji	<ul style="list-style-type: none"><li>- rozpoznaje swoje mocne i słabe strony, określa swoje potrzeby,</li><li>- potrafi konstruktywnie wyrażać własne emocje oraz odpowiednio reagować na emocje innych w różnych sytuacjach życiowych,</li><li>- kształtuje umiejętność konstruktywnego reagowania na krytykę</li></ul>
kształcenie umiejętności dostrzegania i reagowania na zagrożenia cywilizacyjne, w tym cyberprzemoc	jest empatyczny, odważny, reaguje na niepożądane sytuacje
organizowanie zajęć z zakresu rozpoznawania, nazywania i skutecznego radzenia sobie z emocjami, stwarzanie atmosfery sprzyjającej rozmowie o emocjach i sytuacjach trudnych,  zajęcia i pogadanki na temat wytyczania celów i planowania	<ul style="list-style-type: none"><li>- rozpoznaje, nazywa, kontroluje i akceptuje doświadczane emocje,</li><li>- rozpoznaje objawy stresu i stosuje skuteczne strategie radzenia sobie z nim</li></ul>
wzmacnianie pozytywnych zachowań i konstruktywna krytyka działań niepożądanych	potrafi poradzić sobie z sytuacjami sukcesu oraz niepowodzenia
rozwijanie umiejętności pozytywnego postrzegania siebie i innych	zauważa i akceptuje popełniane przez siebie błędy oraz potrafi wyciągnąć z nich wnioski
motywowanie ucznia do systematycznego chodzenia do szkoły	wypełnia obowiązki szkolne i regularnie uczęszcza na lekcje

### 3. Intelktualna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
otoczenie opieką uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych i monitorowanie ich funkcjonowania	uczniowie lepiej radzą sobie w pokonywaniu trudności
doskonalenie i zachęcanie do stosowania technik efektywnego uczenia się	rozwija umiejętności w zakresie technik uczenia się i stosuje je
organizowanie wyjazdów o charakterze edukacyjnym; zachęcanie do udziału w kołach zainteresowań oraz innych formach poszerzania wiedzy	rozpoznaje, rozwija i doskonali swoje umiejętności, poszerza zainteresowania
umożliwienie indywidualnego rozwoju uczniowi we współpracy z instytucjami specjalistycznymi, naukowymi i rodzicami	samodzielnie dociera do informacji i poddaje je krytycznej ocenie
rozwijanie kompetencji czytelniczych wśród uczniów	- jest świadomym odbiorcą kultury, - dba o kulturę języka
kształcenie umiejętności segregowania informacji i krytycznego ich odbioru	posługuje się technologią informacyjną w odpowiedzialny i bezpieczny sposób
stwarzanie okazji do dyskusji i wymiany poglądów	jest twórczy, niezależny w myśleniu, przedsiębiorczy
poznanie technik prezentacji i dyskusji	doskonali sztukę autoprezentacji, dzieli się swoją wiedzą i pasjami
doradztwo edukacyjno - zawodowe – rozpoznawanie swoich zdolności, predyspozycji oraz planowanie ścieżki własnego rozwoju	potrafi zaplanować swoją ścieżkę rozwoju edukacyjno - zawodowego
dostarczenie wiedzy opartej na naukowych podstawach dotyczącej używania alkoholu i tytoniu	zna konsekwencje nadużywania używek w sferze społecznej i zdrowotnej

#### 4. Aksjologiczna sfera funkcjonowania ucznia

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
propagowanie wartości uniwersalnych, takich jak wolność, równość, braterstwo, prawda, dobroć, uczciwość, solidarność, sprawiedliwość;	zna normy moralne oraz czuje potrzebę kierowania się nimi, rozpoznaje wartości moralne w otaczającym świecie, dokonuje ich oceny i hierarchizacji, kieruje się uczciwością i odpowiedzialnością w życiu szkolnym
zachęcanie do rozwijania własnych zainteresowań jako znaku wiary w wartość nauki;	rozumie, że nauka stanowi wartość autoteliczną, dąży do rozwoju zainteresowań;
zapoznanie uczniów z tradycją szkoły, organizacja uroczystości szkolnych oraz upamiętniających święta ważne dla narodu,	uczestniczy w obchodach ważnych rocznic państwowych i uroczystościach szkolnych
propagowanie wartości języka i kultury ojczystej	- dba o język ojczysty jako o źródło kultury narodu, - rozumie znaczenie patriotyzmu i zna tradycję narodową, nie dyskryminuje innych nacji
kształcenie umiejętności wartościowania informacji i krytycznego ich odbioru;	kieruje się stabilnym systemem wartości, w którym docenia wagę zdrowia i poczucia sensu istnienia
rozwijanie i wspieranie działalności wolontariackiej;	jest empatyczny i wrażliwy na potrzeby innych ludzi – podejmuje działania na rzecz potrzebujących, środowiska szkolnego, lokalnego
przeciwdziałanie nietolerancji i agresji;	kieruje się postawą tolerancji i otwartości wobec innych kultur, poglądów i religii
stwarzanie uczniom przyjaznego i bezpiecznego środowiska do wymiany poglądów;	wartościuje informacje i z nich korzysta zgodnie z poszanowaniem praw autorskich
organizowanie wyjazdów edukacyjnych poszerzających świadomość kulturową, historyczną i przyrodniczą uczniów;	jest świadomym odbiorcą kultury i zna wartość kultury rodzimej i europejskiej
propagowanie akcji mających na celu ochronę środowiska naturalnego	rozumie wielką wartość środowiska naturalnego i kieruje się troską o nie
tworzenie uczniom możliwości uczestniczenia w wyjazdach i wymianach międzynarodowych prowadzących do postawy otwartości na inne kultury;	rozpoznaje manipulację i traktuje ją jako zachowanie nieetyczne;  zna wartość samodoskonalenia się przez całe życie i jest otwarty;

## 5. Społeczna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
realizacja zajęć kształtujących umiejętności komunikacji interpersonalnej; realizacja zajęć dotyczących umiejętności rozwiązywania konfliktów;	- prawidłowo funkcjonuje w środowisku rówieśniczym, potrafi współpracować potrafi rozwiązywać konflikty w sposób społecznie akceptowany (mediacje, negocjacje) - doskonali sztukę autoprezentacji
integracja zespołu klasowego i środowiska szkolnego	- jest zintegrowany ze środowiskiem klasowym i szkolnym, - zna tradycję szkoły, uczestniczy w jej tworzeniu i kultywowaniu
realizacja zajęć z zakresu praw dziecka i odpowiedzialności prawnej nieletnich i pełnoletnich osób;	- zna i szanuje prawa własne i innych - broni słusznych wartości
realizacja tematyki związanej z różnymi przejawami nietolerancji i agresji	jest odpowiedzialny za siebie i innych; dostrzega przejawy agresji i reaguje na nie
kształcenie umiejętności stosownego zachowania się w różnych okolicznościach;	potrafi zachować się adekwatnie do sytuacji
realizacja zadań propagujących ideę wolontariatu;	dostrzega potrzeby innych, niesie pomoc potrzebującym i słabszym, podejmuje działania wolontariackie
przygotowanie uczniów do funkcjonowania w rzeczywistości globalnej przy zachowaniu tożsamości narodowej;	aktywnie działa w środowisku szkolnym, lokalnym, podejmuje działania samorządowe
przygotowanie uczniów do prawidłowego funkcjonowania społecznego w relacjach z rówieśnikami i dorosłymi; stwarzanie okazji do dyskusji i wymiany poglądów;	jest asertywny, nie ulega presji grupy i nie poddaje się negatywnym wpływom otoczenia



## Plan działań wychowawczo – profilaktycznych

<b>Liceum klasa 1</b>	
<b><i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i></b>	<p>Kształtowanie postawy samoświadomości, wyobraźni i kreatywności oraz ukierunkowanego doskonalenia własnych zdolności i umiejętności.</p> <p>Rozwijanie umiejętności oceny własnych możliwości oraz wyznaczania sobie celów krótko- i długoterminowych, ustalania priorytetów działań.</p> <p>Kształtowanie postawy pełnej świadomości wpływu dobrostanu fizycznego i psychicznego na funkcjonowanie człowieka.</p> <p>Kształtowanie świadomości dotyczącej znaczenia aktywności ruchowej i aktywnego wypoczynku oraz właściwego odżywiania w życiu człowieka jako skutecznego sposobu dbania o własne zdrowie fizyczne i psychiczne.</p> <p>Promowanie postawy trzeźwości i przeciwdziałanie uzależnieniom.</p> <p>Promowanie ratownictwa medycznego i zachęcanie do reagowania w sytuacjach zagrożenia życia.</p> <p>Kształtowanie odpowiedzialnej postawy proekologicznej wobec klimatu i środowiska.</p>
<b><i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i></b>	<p>Tworzenie dobrej atmosfery w szkole i klasie poprzez angażowanie społeczności uczniowskiej do podejmowania działań mających na celu integrację społeczności szkolnej.</p> <p>Doskonalenie umiejętności skutecznej komunikacji interpersonalnej (umiejętności słuchania i odbierania komunikatów niewerbalnych).</p> <p>Kształtowanie umiejętności poszukiwania różnorodnych rozwiązań sytuacji problemowych i konfliktowych.</p> <p>Uwrażliwienie młodzieży na akty przemocy oraz wykluczenia - rozwijanie umiejętności odpowiedniego reagowania.</p> <p>Kształtowanie i rozwijanie postaw kreatywności i przedsiębiorczości ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji przyszłości.</p>
<b><i>Kultura -wartości, normy, wzory zachowań</i></b>	<p>Popularyzowanie wiedzy o różnicach kulturowych, rozwijanie świadomości na temat zasad humanitaryzmu w oparciu o poszanowanie godności człowieka i zasady tolerancji.</p> <p>Kształtowanie postawy szacunku dla wartości narodowych (uczestnictwo w obchodach świąt narodowych, uroczystościach)</p>

	<p>szkolnych, poszanowanie symboli narodowych i miejsc pamięci narodowej).</p> <p>Kształtowanie postaw szacunku i tolerancji wobec wielokulturowości.</p>
<b><i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i></b>	<p>Eliminowanie mowy nienawiści poprzez propagowanie właściwej kultury słowa.</p> <p>Propagowanie wiedzy na temat prawnych i moralnych skutków posiadania, zażywania i rozprowadzania środków psychoaktywnych.</p> <p>Kształtowanie umiejętności wykorzystania wiedzy dotyczącej bezpieczeństwa w sieci, świadomego korzystania z technologii informacyjnych i oprogramowania komputerowego, umiejętności przeciwdziałania przejawom cyberprzemocy.</p> <p>Utrwalanie umiejętności oceny konsekwencji podejmowanych działań dla siebie i innych z określeniem alternatywnych rozwiązań problemu.</p> <p>Kształtowanie postawy odpowiedzialności za swoje życie i innych (np. przestrzeganie prawa szkolnego, zapobieganie wczesnej inicjacji seksualnej, odpowiedzialność prawna nieletnich).</p>
<b>Liceum klasa II</b>	
<b><i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i></b>	<p>Nabywanie umiejętności wykorzystywania technik efektywnego uczenia się z uwzględnieniem zachowania proporcji między czasem pracy a odpoczynkiem.</p> <p>Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem, niepowodzeniami oraz sytuacjami trudnymi.</p> <p>Kształtowanie umiejętności szybkiego i efektywnego reagowania w sytuacjach kryzysowych.</p> <p>Budowanie poczucia własnej wartości.</p> <p>Kształtowanie odpowiedzialnej postawy wobec kwestii klimatu i środowiska.</p>
<b><i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i></b>	<p>Rozwijanie umiejętności dostrzegania pozytywnych aspektów działania zespołowego z wykorzystaniem potencjału wszystkich uczestników.</p> <p>Rozwijanie postaw prospołecznych i obywatelskich, promowanie angażowania się w wolontariat.</p> <p>Kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów z zastosowaniem negocjacji i mediacji.</p>

<p><b><i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i></b></p>	<p>Pielęgnowanie postaw wobec szacunku do uniwersalnych wartości.</p> <p>Uwrażliwianie na stosowanie się do norm społecznych oraz wartości i postaw etycznych w życiu.</p> <p>Promowanie aktywnego uczestnictwa w życiu kulturalnym ( teatry, muzea, kino)</p> <p>Czerpanie z tradycji innych kultur jako poszerzenie własnych horyzontów.</p>
<p><b><i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i></b></p>	<p>Pogłębianie wiedzy na temat negatywnych skutków zażywania środków psychoaktywnych, kształtowanie postawy promującej zdrowie, bezpieczeństwo i odpowiedzialność za życie swoje i innych.</p> <p>Nabywanie umiejętności asertywnego odbioru reklam i mediów, przeciwdziałanie uzależnieniom od Internetu i urządzeń telekomunikacyjnych.</p> <p>Doskonalenie umiejętności podejmowania racjonalnych decyzji w oparciu o krytyczną analizę danych.</p> <p>Przypomnienie zasad obowiązujących na drodze (piesi, rowerzyści, kierowcy) w celu zminimalizowania ryzyka kolizji, wypadków.</p>
<p><b>Liceum klasa III</b></p>	
<p><b><i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i></b></p>	<p>Promowanie postaw prozdrowotnych ( propagowanie aktywnego sposobu spędzania czasu, rozwijanie nawyku przestrzegania zasad prawidłowego żywienia, rozwijanie umiejętności gospodarowania czasem znaczenie odpoczynku i snu).</p> <p>Podnoszenie poczucia własnej wartości.</p> <p>Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem, niepowodzeniami oraz sytuacjami trudnymi.</p> <p>Promowanie postawy trzeźwości i przeciwdziałanie uzależnieniom.</p> <p>Promowanie postaw i zachowań proekologicznych.</p>
<p><b><i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i></b></p>	<p>Angażowanie społeczności uczniowskiej do podejmowania działań i aktywności w celu integracji społeczności szkolnej leżącej u podstaw tworzenia dobrej atmosfery w szkole i klasie</p> <p>Rozwijanie postaw prospołecznych i obywatelskich, zachęcanie do podejmowania działań na rzecz innych.</p> <p>Doskonalenie umiejętności wykorzystywania wiedzy na temat praw i obowiązków obywateli.</p>

<p><b><i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i></b></p>	<p>Kultura słowa i zachowania jako istota funkcjonowania w społeczeństwie.</p> <p>Planowanie ścieżki własnego rozwoju, kariery naukowej i zawodowej.</p> <p>Poszerzanie wiedzy na temat kultury rodzimej.</p> <p>Rozwijanie wrażliwości na etykę w życiu szkolnym.</p> <p>Kształtowanie umiejętności zrozumienia i efektywnego współdziałania w środowisku wielokulturowym.</p>
<p><b><i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i></b></p>	<p>Dostarczanie wiedzy na temat skutków zdrowotnych, społecznych i psychologicznych zażywania środków psychoaktywnych.</p> <p>Krytyczny odbiór reklam i mediów - przeciwdziałanie uzależnieniom od Internetu i urządzeń telekomunikacyjnych</p> <p>Budowanie poczucia przynależności do społeczności szkolnej jako czynnik chroniący przed poczuciem osamotnienia.</p> <p>Doskonalenie umiejętności podejmowania racjonalnych decyzji w oparciu o krytyczną analizę danych.</p> <p>Bezpieczne zachowanie na drodze (piesi, rowerzyści, kierowcy).</p>
<p><b>Liceum klasa IV</b></p>	
<p><b><i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i></b></p>	<p>Pogłębianie wiedzy na temat zdrowia i konieczności przeprowadzania badań profilaktycznych.</p> <p>Dbanie o zachowanie równowagi pomiędzy pracą, a odpoczynkiem.</p> <p>Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem np. w sytuacji egzaminacyjnej.</p> <p>Planowanie ścieżki kariery zawodowej, promowanie postaw przedsiębiorczych.</p> <p>Wypracowanie strategii przygotowania do egzaminu maturalnego.</p> <p>Wykorzystanie kompetencji komunikacyjnych w skutecznej autoprezentacji.</p> <p>Dbanie o ochronę klimatu i środowiska.</p>

<b><i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i></b>	<p>Podejmowanie działań nastawionych na pomoc innym w różnych obszarach ich funkcjonowania (wolontariat).</p> <p>Kształtowanie i rozwijanie postaw kreatywności i przedsiębiorczości ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji cyfrowych.</p> <p>Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w dorosłym życiu.</p> <p>Doskonalenie umiejętności świadomego podejmowania decyzji i przeciwstawiania się naciskom grupy (asertywności).</p>
<b><i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i></b>	<p>Poszerzanie wiedzy na temat innych kultur, religii i narodowości.</p> <p>Umiejętne wykorzystywanie wiedzy na temat praw i obowiązków obywateli (odpowiedzialność prawna osób dorosłych).</p> <p>Wprowadzanie w życie ideałów świadomej konsumpcji.</p> <p>Zachęcanie do uczestnictwa w życiu kulturalnym.</p> <p>Rozwijanie i wykorzystywanie kompetencji międzykulturowych.</p>
<b><i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i></b>	<p>Edukacja w zakresie przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym.</p> <p>Edukacja na temat podłoża-mechanizmów i skutków zachowań ryzykownych</p> <p>Uwrażliwienie na problem odpowiedzialności podczas komunikacji pieszej i motoryzacyjnej.</p> <p>Umiejętne reagowanie w trudnych sytuacjach.</p>

## **Ewaluacja programu wychowawczo-profilaktycznego 2022r.**

**Obszar ewaluacji:** Klimat szkoły

### **I. Cele:**

Określenie czy klimat szkoły rozumiany jako społeczna atmosfera środowiska edukacyjnego wspiera wszechstronny rozwój i daje poczucie bezpieczeństwa fizycznego i emocjonalnego.

### **II. Wskazanie realizatorów i odbiorców działań:**

Realizatorem działań ewaluacyjnych jest Zespół psychologiczno pedagogiczny

Odbiorcami działań ewaluacyjnych byli:

uczniowie XIV LO

### **III. Określenie wskaźników ewaluacyjnych :**

- jakość relacji społecznych,
- poczucie bezpieczeństwa emocjonalnego i fizycznego,
- poczucie przynależności do swojej klasy,
- poczucie więzi ze szkołą

### **IV. Określenie pytań na temat wskaźników**

- stosunki panujące w relacji nauczyciel – uczeń,
- stosunki panujące w relacji wychowawca - uczeń,
- właściwości procesu edukacyjno – wychowawczego

### **V. Określenie źródeł informacji ewaluacyjnych**

- dokumentacja szkolna
- wychowawcy, nauczyciele, pedagogzy i psychologzy szkolni
- rodzice
- uczniowie

### **VI. Procedury**

PRE-POST

### **VII. Metody i narzędzia ewaluacyjne**

- analiza dokumentacji
- ankiety
- wywiady
- obserwacje

### **VIII. Gromadzenie danych ewaluacyjnych**

-proces gromadzenia danych za pomocą ww narzędzi trwał przez cały rok szkolny 2021/2022. Ponadto wykorzystane zostały również dane z ubiegłego roku szkolnego.

## **IX. Analiza zgromadzonych danych**

Analiza gromadzonych danych przeprowadzana była prowadzona przez Zespół do spraw ewaluacji na bieżąco w ciągu całego roku szkolnego 2021/2022. W czerwcu 2022r. powstał raport.

Celem analizy danych było uzyskanie odpowiedzi na następujące pytania:

- jaki jest klimat edukacyjno – wychowawczy w szkole, w klasie?
- czy uczniowie czują się w swojej klasie bezpiecznie?
- czy wychowawca jest osobą do której uczeń może zgłosić się gdy jest w trudnej sytuacji?
- jakie w szkole panują relacje między uczniami a nauczycielami?

## **X. Interpretacja uzyskanych wyników**

### **1. Analiza potrzeb uczniów**

- Powrót młodzieży do nauki stacjonarnej, jakkolwiek przez zdecydowaną większość przyjęty został entuzjastycznie to dla wielu uczniów stał się wyzwaniem w procesie aktywnego – żywego uczestnictwa w życiu klasy i szkoły. Od początku roku szkolnego działania wychowawców, nauczycieli i szkolnych specjalistów skoncentrowane były na procesie integracji i reintegracji zespołów klasowych. Wszyscy rozumieli, że jedną z najważniejszych potrzeb naszej młodzieży jest zbudowanie pozytywnych relacji, poczucia bezpieczeństwa oraz przynależności i identyfikacji ze społecznością klasową.
- Sprawą istotną z punktu widzenia młodzieży i nauczycieli była potrzeba zrewidowania wiedzy uczniów, która z uwagi na prowadzone w ubiegłym roku szkolnym zdalne nauczanie w niektórych obszarach wymagała uzupełnienia. Dlatego też szkoła mając na uwadze potrzeby edukacyjne uczniów przez okres kilku miesięcy prowadziła zajęcia wyrównawcze z wybranych przedmiotów.
- Obserwowany wzrost uczniów, którzy zgłaszali swoje trudności w obszarze zdrowia psychicznego stał się wyzwaniem dla nauczycieli i szkolnych specjalistów by w codzienności szkolnej w realny sposób udzielać młodzieży wsparcia i fachowej pomocy. Uczniowie wobec przeżywania trudnych emocji i nierzadko sytuacji kryzysowych nadal oczekują;
  - okazywania zrozumienia,
  - życzliwego podejścia,
  - dostosowywania wymagań edukacyjnych do możliwości i swoich potrzeb,
  - wykazywania czujności wobec wszelkich zmian w ich zachowaniu.

W dalszym ciągu obserwujemy problemy naszych uczniów w radzeniu sobie ze stanami emocjonalnymi, dostrzegamy pojawianie się objawów depresyjnych w tym zachowań autoagresywnych.

Charakterystyczna dla uczniów zdolnych potrzeba rozwoju w sferze intelektualnej niejednokrotnie bywa przyczyną trudności w radzeniu sobie z emocjami, sukcesami, porażkami, relacjami

z rówieśnikami. Za fasadą wysokiej samooceny wynikającej między innymi z wysokich osiągnięć w nauce, kryje się duży lęk, brak zaufania, oraz w konsekwencji brak poczucia bezpieczeństwa zwłaszcza w grupie rówieśniczej. Utrudnia to rozwój społeczny i emocjonalny młodzieży, powoduje lęk przed wypowiedaniem się na forum klasy w sprawach ważnych i osobistych zakłócając potrzebę dialogu, otwartości i szczerości -możliwości bycia zrozumianym. Wielu uczniów, silnie odczuwa samotność.

Szczególnie narażeni na frustracje są uczniowie klas I. Wielu z nich po raz pierwszy w swojej karierze edukacyjnej konfrontuje się z niepowodzeniami - słabe oceny na tle grupy.

### **Badania ankietowe**

W roku szkolnym 2021/2022

a) W I semestrze Zespół psychologiczno - pedagogiczny opracował narzędzie badawcze – „Ankieta badającą samopoczucie psychiczne uczniów”

Celem ankiety było uzyskanie informacji na temat samopoczucia psychicznego uczniów liceum jak również zbadanie potrzeb ewentualnej pomocy w tym zakresie.

Ankieta miała charakter anonimowy, a wypełnienie jej było dobrowolne.

### **Ankieta przeprowadzona w klasach I i II:**

Łącznie badanych **197 uczniów**.

Ankieta składała się z 13 pytań zamkniętych.

Analiza i interpretacja wyników:

- 1) Ponad 73 % uczniów określiło swój stan emocjonalny w ostatnim miesiącu jako niezły i wzwyż aż po doskonały natomiast około 4% uczniów oceniło swój stan emocjonalny w ostatnim miesiącu najniżej na skali odpowiedzi.
- 2) Ponad 36% uczniom zdarzało się w ostatnim czasie płakać lub/i być smutnym bez powodu częściej niż kiedyś.
- 3) Prawie 20% uczniów miewa (czasem bądź często) myśli dotyczące śmierci lub chęci odebrania sobie życia w tym u 11 uczniów te myśli występują często z kolei 56% uczniów deklaruje, iż nigdy nie miewa myśli dotyczących śmierci lub chęci odebrania sobie życia.
- 4) Ponad 55% uczniów nie ma obaw o swoją przyszłość. Mają poczucie, że ich przyszłość będzie piękna i ciekawa. Oceniają, że doskonale sobie poradzą.
- 5) Ponad 25% uczniów często martwi się o swoją przyszłość a 19% uczniów obawia się, że przyszłość jest beznadziejna i nic dobrego ich nie czeka.
- 6) Na skali odczuwanego poczucia winy ponad 37% uczniów deklaruje częste bądź stałe poczucie winy i wyrzuty sumienia.
- 7) Prawie 47% uczniów ocenia, iż miewa kłopoty ze snem. Sypiają gorzej niż dawniej, wybudzają się w nocy i nie mogą usnąć.
- 8) Oceniając poziom odczuwalnego zmęczenia ponad 26% uczniów deklaruje zupełny brak energii i zmęczenie wszystkim co robią.



- 9) Na skali odczuwanego poczucia lęku/niepokoju ponad 82% uczniów nie odczuwa ich wcale lub tylko czasami. Natomiast ponad 3% uczniów ocenia, że ich lęk jest tak silny, że utrudnia im normalne funkcjonowanie.
- 10) Prawie 22% uczniów nie pozwala sobie na popełnianie błędów, a jeśli już je popełniają są na siebie źli i chcą siebie ukarać.
- 11) Na pytanie „Czy znasz w Twojej szkole osobę, o której wiesz, że się samookalecza?” ponad 10% (20 osób) uczniów odpowiedziało twierdząco.
- 12) Na pytanie „Czy zdarza się Tobie dokonywać samookaleczeń?” ponad 88% uczniów odpowiedziało, że nigdy natomiast 18 osób określiło, że zdarza się to rzadko lub czasem. 4 osoby przyznały, że często dokonują samookaleczeń.

### **Ankieta przeprowadzona w klasach III:**

Łącznie badanych **306 uczniów**.

Uczniowie klas trzecich uczestniczyli w warsztatach „Zaburzenia depresyjne u młodzieży” organizowanych przez Centrum Terapii Dialog. W każdej klasie po zakończonych zajęciach młodzież otrzymywała do wypełnienia ankietę ewaluacyjną dotyczącą ich samopoczucia.

Ankieta składała się z 6 pytań zamkniętych i 1 pytania otwartego, które dawało możliwość uczniom zgłoszenia prośby o rozmowę wspierającą z psychologiem lub pedagogiem szkolnym.

Analiza i interpretacja wyników:

- 1) 65% uczniów określiło swój stan emocjonalny w ostatnim miesiącu jako niezły i wzwyż aż po doskonały natomiast około 2,6% uczniów oceniło swój stan emocjonalny w ostatnim miesiącu najniżej na skali odpowiedzi.
- 2) 28% uczniom zdarzało się w ostatnim czasie płakać lub/i być smutnym bez powodu częściej niż kiedyś.
- 3) 22% uczniów (68 osób) uważa, że po warsztacie (zapoznaniu się z typowymi objawami depresji) problem depresji może ich dotyczyć.
- 4) 17% uczniów (51 osób) podejrzewa u siebie stany lękowe natomiast prawie 50% uczniów zdecydowanie ocenia, że ich nie ma.
- 5) Ponad 37% uczniów (116 osób) uważa, że ma problem z perfekcjonizmem jako zaburzeniem, które utrudnia im funkcjonowanie.
- 6) Prawie 12% uczniów deklaruje chęć porozmawiania ze specjalistą (psychologiem/pedagogiem) na temat swojego samopoczucia/problemów z którymi się mierzą.

### **Wnioski wynikające z przeprowadzonej analizy ankiety:**

1. Większość uczniów liceum ocenia swój ogólny stan emocjonalny jako dobry a nawet bardzo dobry. Jednak ponad 30% uczniów obserwuje u siebie relatywnie wysoki poziom smutku w ostatnim miesiącu. Warty uwagi wdaje się tych kilka procent uczniów, którzy zdecydowanie określają swój poziom smutku jako wyjątkowo wysoki.

2. Wielu uczniów zauważa znaczące pogorszenie nastroju w ostatnim czasie. Zdarza im się częściej płakać i odczuwać smutek, niektórzy z nich definiują to jako objawy depresji. Najważniejszym czynnikiem chroniącym zdrowie psychiczne uczniów jest zapewnienie szeroko rozumianej dostępności sieci wsparcia (rodzina, rówieśnicy, nauczyciele i wychowawcy, specjaliści w zakresie pomocy psychologiczno-pedagogicznej).
3. Ankieta wykazała również silną tendencję do dążenia do perfekcjonizmu naszych uczniów a co za tym idzie nie dawanie sobie przyzwolenia na popełnianie jakichkolwiek błędów. Duże wymagania w stosunku do siebie generują niezwykle duże koszty emocjonalne co wiąże się z możliwością większej podatności na stres i szybkim wypaleniem.
4. W oparciu o wyniki ankiety skierowanej do uczniów klas I i II należy zwrócić szczególną uwagę na aspekt komunikowanego przez młodzież zmęczenia i częstego poczucia winy. Co więcej wielu uczniów przyznaje, że miewa myśli dotyczące śmieci/chęci odebrania sobie życia. Jest to wyraźny sygnał skłaniający do kontynuowania działań profilaktycznych i psychoedukacyjnych poruszających tematykę ochrony zdrowia psychicznego.
5. Szczegółowa analiza ankiet skłania do rozważenia podjęcia działań zaradczych, mających na celu dotarcie do każdego ucznia między innymi poprzez zorganizowanie dobrowolnych, indywidualnych konsultacji ze specjalistami szkolnymi w każdej klasie przy jednoczesnej współpracy z wychowawcami. Pozwoli to na szybkie wychwycenie problemu i wdrożenie działań pomocowych.

b) Analiza ankiety przeprowadzonej wśród uczniów klas I i II  
 „ Analiza wyników diagnozy zdrowia psychicznego i fizycznego młodzieży”

Udział w ankiecie wzięło 341 uczniów Szkoły.

**Diagnozie podlegały obszary dotyczące:**

**- palenia papierosów i innych wyrobów tytoniowych:**

30% uczniów przyznaje, że pali lub próbowało palić wyroby tytoniowe. W tym obszarze odnotowano bardzo wysoki wzrost, w porównaniu do identycznego badania przeprowadzonego w roku szkolnym 2020-2021, w którym odsetek ten wyniósł 19%. Przedział wieku, w którym najczęściej dochodzi do pierwszego kontaktu z nikotyną nie zmienił się- jest to 15-16 lat. Większość uczniów palących papierosy robi to sporadycznie (nie częściej niż 9 dni w miesiącu). Bardzo popularne są wśród uczniów papierosy elektroniczne. Diagnoza wykazała, że wszyscy palący uczniowie (30% ogółu) korzystają lub korzystali przynajmniej raz w życiu z papierosów elektronicznych!

**- spożywania alkoholu:**

Według wyników diagnozy dokładnie 50% uczniów ma już za sobą pierwszy kontakt z alkoholem. Przedział wieku, w którym najczęściej do niego dochodzi to 15- 16 lat, choć niemal równie duża część uczniów próbowała alkoholu po raz pierwszy między 14, a 15 rokiem życia. Wyniki te nie różnią się znacząco od tych jakie odnotowano w poprzednim badaniu. Istotnie zwiększył się natomiast odsetek uczniów spożywających alkohol częściej niż 5 razy w

miesiącu- jest to aż 16% wszystkich ankietowanych uczniów. W zeszłym roku odsetek ten wyniósł tylko 10%.

#### **- zażywania substancji psychoaktywnych:**

Zdecydowana większość uczniów nigdy nie zażywała środków psychoaktywnych takich jak kokaina, heroina, MDMA, metamfetamina, dopalacze (ok 90%) Coraz większą popularnością cieszy się jednak marihuana- aż 21,4% uczniów przyznało, że przynajmniej raz w swoim życiu paliło marihuanę. Najczęściej do pierwszego kontaktu z tym środkiem psychoaktywnym dochodzi w przedziale wieku 15- 16 lat. Ankietowani, którzy palili marihuanę najczęściej nie zażywają jej regularnie. Odpowiedzi na pytanie o częstotliwość sięgania po nią wskazują, że znaczna część uczniów korzystających z tej używki, paliła marihuanę nie więcej niż 9 razy w życiu. Zwiększyła się jednak grupa uczniów którzy zadeklarowali bardzo częste korzystanie z marihuany ( 5% wszystkich uczniów zadeklarowało palenie marihuany więcej niż 100 razy w życiu).

#### **- spędzania czasu wolnego z naciskiem na korzystanie z urządzeń multimedialnych:**

Zdecydowana większość uczniów (80%) deklaruje, że nie ogląda telewizji dłużej niż godzinę dziennie, a 59,8% nie ogląda telewizji w ogóle. Podobne odpowiedzi uzyskano w ubiegłorocznej ankiecie. Uwagę należy zwrócić jedynie na fakt, że jest grupa- prawie 8% uczniów, która deklaruje spędzanie 5 godzin lub więcej przed telewizorem podczas przeciętnego dnia nauki. Zupełnie inaczej przedstawiają się natomiast odpowiedzi na pytanie o czas korzystania z komputera i smartphona podczas przeciętnego dnia nauki szkolnej. Najczęściej zaznaczoną odpowiedzią (38,4%) była odpowiedź zawierająca najwyższą przewidzianą przez twórców ankiety odpowiedź- 5 godzin i więcej.

## **Wnioski:**

1. Papierosy lub inne wyroby zawierające nikotynę są po alkoholu najczęstszą używką, po którą sięgają nasi uczniowie. Trudno wskazać jednoznaczną przyczynę tego, że tak wielu uczniów sięga w ostatnim czasie po papierosy. Mogą być to zarówno: trudna i złożona sytuacja zewnętrzna, która powoduje w uczniach niepokój, większa dostępność papierosów elektronicznych i ich relatywnie niska cena czy stres szkolny. Bardzo duży procent uczniów, który korzysta z papierosów elektronicznych wskazuje, że należy w sposób szczególny uwzględnić tę formę palenia w prowadzonym przez Szkołę programie zajęć o charakterze profilaktycznym.
2. Uczniowie sięgają po alkohol jeszcze chętniej i nieco wcześniej niż po papierosy. Dokładnie połowie ankietowanych zdarzyło się pić alkohol przynajmniej raz w życiu. Przedziały wieku, w którym uczniowie próbują tej używki są bardzo różne (najczęściej jednak w przedziale 14-16 lat). Średnio co 3 uczeń trafiający do naszej szkoły ma już za sobą pierwsze kontakty z alkoholem, a co piąty sięga po alkohol po raz pierwszy będąc już uczniem naszego liceum. Zajęcia o charakterze profilaktycznym powinny być nastawione na pokazanie negatywnych skutków picia alkoholu i prowadzone tak

aby trafiły zarówno do uczniów, którzy są abstynentami jak i tych, którzy mają już za sobą pierwsze kontakty z alkoholem.

3. Działania profilaktyczne związane z zapobieganiem kontaktowi uczniów z substancjami psychoaktywnymi powinny obejmować pakiet najczęściej spotykanych substancji tego typu, takich jak: kokaina, MDMA, kodeina, heroina, dopalacze. W sposób szczególny uwzględnić należy marihuanę. Uczniowie sięgają po nią najczęściej, przy równoczesnym wysokim przyzwoleniu społecznym na jej palenie i niewielkiej wiedzy o negatywnych skutkach jej zażywania. W związku z tym w dalszym ciągu należy realizować działania profilaktyczne w tym zakresie jak również pokazywać uczniom konstruktywne sposoby na rozładowanie emocji w tym rdzenie sobie ze stresem.
4. Podobnie jak podczas badania w roku szkolnym 2020-2021 okazało się, że młodzież niemal nie ogląda telewizji. O wiele bardziej ceni sobie internet, z którego korzysta za pośrednictwem smartphonów, komputerów i innych urządzeń multimedialnych. Działania profilaktyczne powinny uwzględniać ten trend i być prowadzone w sposób ciekawy, który pokazuje realne zagrożenia dotyczące m.in. zjawiska uzależnienia od internetu, ale i cyberprzemocy.

Nadal, nie należy więc zaniedbywać tematyki uzależnień od używek i ich szkodliwości, także ze względów prewencyjnych.

Dlatego zasadnym jest kontynuowanie możliwie różnorodnych działań mających na celu uświadomienie niebezpieczeństwa zażywania nikotyny, alkoholu oraz narkotyków.

Szczególnie wartym zatrzymania zdaje się być temat uzależnień od urządzeń elektronicznych. Warto też zwrócić uwagę na zagrożenia z tym związane m.in. cyberprzemoc, konsekwencje prawne wynikające ze złych zachowań w sieci, konsekwencje psychologiczne związane z nadmiernym skupieniem się na wirtualnej rzeczywistości, potrzebie nieustannego bycia docenionym w mediach społecznościowych, porównywania się z innymi.

Pomocnym w tym zakresie wydawałoby się także promowanie i motywowanie do aktywnego spędzania wolnego czasu poprzez organizowanie wyjść i możliwości uczestniczenia np. w dodatkowych zajęciach sportowych, projektach grupowych, wycieczkach.

#### c) Analiza wyników ankiety przeprowadzonej wśród uczniów klas I, II, III- „, Klimat szkoły”

Łączna liczba badanych – 345 uczniów

1. 59% badanych uważa ,że relacje panujące między uczniami w szkole są dobre, 34% uważa, że są bardzo dobre, 5% ( 17 )uważa , że są złe, 2% ( 7 ) uważa , że są bardzo złe
2. 62% uczniów dobrze ocenia relacje między nauczycielami a uczniami, 22% uczniów uważa, że dobre relacje ma tylko z niektórymi nauczycielami, 12% z niektórymi nauczycielami źle 4% z większością nauczycieli źle,

3. 232 uczniów uważa, że atmosfera dominująca w relacji u – n jest przyjazna ,  
136 , że jest wspierająca,  
132 - tolerancyjna,  
109 - stresująca,  
104 - partnerska,  
67 – poważna,  
28 – nieżyczliwa
4. 85% uczniów ma w szkole swojego ulubionego nauczyciela
5. 79% uczniów wskazuje ,że ma zaufanie do swojego wychowawcy  
21% uczniów nie ufa swojemu wychowawcy
6. Uczniowie dostrzegają następujące cechy u swojego wychowawcy:  
życzliwy – 237,  
sprawiedliwy – 164,  
ciepły – 158,  
łagodny – 132,  
uważny – 116,  
niezaangażowany – 50  
niesprawiedliwy – 40,  
nieuchwytny – 29
7. W opinii Uczniów dyrektor szkoły jest:  
nieдоступny dla uczniów - 89,  
stara się rozwiązać problemy z myślą o uczniu – 84,  
jest dostępny dla uczniów - 80,  
dba o klimat w szkole - 78,  
nie zna problemów uczniów - 55,  
nie rozumie uczniów i ich problemów – 49,  
ma dobry kontakt z uczniami - 41,  
nie interesuje go zdanie uczniów - 41
8. 88% badanych dobrze czuje się w swojej klasie,  
12% badanych w nie czuje się dobrze w swojej klasie
9. Uczniowie w następujący sposób opisują atmosferę w swojej klasie:  
258 – życzliwa,  
221 - wzajemnej pomocy,  
41 - rywalizacji,  
39 – stresująca,  
13 - dobra,  
9 – przyjacielska
10. 73% badanych uważa ,że większość uczniów przestrzega w klasie ustalonych reguł pracy na lekcjach , a 27% ,że ich nie przestrzega.

## Podsumowanie

Uczniowie w szkole czują się bezpiecznie. Zdecydowana większość **dobrze** ocenia relacje panujące między nauczycielami, a uczniami. Choć tylko 22% badanych ocenia, że dobre relacje ma tylko z niektórymi nauczycielami. Wśród nauczycieli są tacy, którzy swoją postawą zaskarbili sobie uznanie uczniów. Wysoka wartość dotyczy również oceny poziomu zaufania uczniów do swojego wychowawcy. Taka sytuacja sprzyja budowaniu więzi emocjonalnych, sprawnemu komunikowaniu się oraz adaptacyjności w sytuacjach problemowych. Z pewnością ten obszar wymaga dalszego badania i poprawy funkcjonowania.

## Wnioski

Budowanie pozytywnego klimatu społecznego to proces długotrwały i złożony. Do odniesienia sukcesu koniecznym jest zaangażowanie wszystkich osób reprezentujących społeczność szkolną. Zarówno tych, którzy tworzą szkołę, jak i tych którzy do niej uczęszczają. Dlatego też w dalszym w przyszłym roku szkolnym będziemy nadal pracować nad pozytywnym klimatem szkoły biorąc pod uwagę jego funkcję - czynnika chroniącego naszą młodzież.

## XI. Konfrontacja zamierzonych celów programu z osiągnięciami

Przeprowadzone w bieżącym roku szkolnym badania ankietowe oraz liczne obserwacje pozwalają na stwierdzenie, że prawidłowo obrany został obszar pracy naszego liceum. Wyniki są zadawalające ale wskazują jednocześnie na sfery wymagające doskonalenia i poprawy. Z uwagi na znaczenie jakie spełnia prawidłowa atmosfera w społeczności szkolnej w ten obszar wymagać będzie kontynuacji działań w celu podniesienia jakości relacji n-u, u-u, n-n.

## XII. Raport

Priorytetem w roku szkolnym 2021/2022 była realizacja działań na rzecz wsparcia zdrowia psychicznego uczniów, którzy po powrocie do nauki w trybie stacjonarnym, mierzyli się z wieloma konsekwencjami wcześniejszej izolacji. Nasze działania skoncentrowały się przede wszystkim na wzmocnieniu ich kondycji psychicznej uwzględniając zróżnicowane potrzeby edukacyjne, rozwojowe i emocjonalne. Powrót do nauki stacjonarnej okazał się dla wielu uczniów dużym wyzwaniem. Bardzo często uczniowie sygnalizowali ogólne złe samopoczucie, wyczerpanie, huśtawkę emocjonalną, frustrację i bezradność. Młodzież zmaga się z realnymi problemami wynikającymi z poczucia osamotnienia, braku relacji rówieśniczych oraz nadmiernej koncentracji na wynikach i ocenach. Powszechne staje się silne dążenie do perfekcjonizmu, stawianie sobie zbyt wysokich wymagań oraz nadmierne przejmowanie się każdą porażką. Poprzeczka ustawiona tak wysoko prowadzi do nadmiernej samokrytyki, obniżonej samooceny a w niektórych przypadkach do stanów lękowych i depresji. Nadmierny hałas i brak przestrzegania zasad podczas zajęć lekcyjnych to kolejne trudności, które często zgłaszają uczniowie. Nadmiar bodźców (przestymulowanie) generuje problemy z koncentracją, zmęczenie, kłopoty ze snem i większą podatność na stres.

W pierwszych tygodniach nauki skoncentrowaliśmy nasze działania na rozpoznaniu potrzeb, trudności i oczekiwań uczniów klas I oraz pomocy w budowaniu pozytywnych relacji rówieśniczych w klasie. Szkolni specjaliści z udziałem wychowawców przeprowadzili zajęcia

integracyjne. Mieliśmy świadomość, że takie działania są ważnym elementem w procesie tworzenia klimatu, budowania poczucia przynależności i identyfikacji ze społecznością klasową.

Działania podejmowane przez wszystkich nauczycieli, wychowawców i specjalistów miały na celu rozwijanie:

- strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach
- umiejętności rozpoznawania i regulowania własnych emocji
- kompetencji relacyjnych (osłabionych podczas trwania pandemii i nauki zdalnej)
- umiejętności współpracy w grupie
- kompetencji komunikacyjnych
- wytrwałości, optymizmu i nastawienia na rozwój

Klimat szkoły ma znaczenie dla zdrowia psychicznego uczniów oraz ich dalszego funkcjonowania na kolejnych etapach edukacji oraz w społeczeństwie. Wyniki badań potwierdzają znaczenie pozytywnego klimatu szkoły jako czynnika ochronnego jeśli chodzi o zachowania ryzykowne młodzieży (przemoc i agresja) ale także m.in. używanie substancji psychoaktywnych, wagary, kłótnie, bójkę. Jest on też czynnikiem ochronnym jeśli chodzi o depresje i myśli samobójcze. Pozytywny klimat szkoły lub jego istotne elementy zmniejszają ryzyko ww problemów mogą realnie ograniczać ryzyko tych zaburzeń. Pozytywne relacje młodego człowieka ze szkołą i nauczycielami dają poczucie więzi, przynależności do społeczności szkolnej oraz przywiązania do szkoły i nauczycieli.

Mechanizmy wpływu klimatu szkoły na osiągnięcia są złożone. Ogromne znaczenie ma motywacja do uczenia się, na którą wpływa poczucie przynależności do społeczności szkolnej, docenianie przez nauczycieli, a także postrzegana sprawiedliwość zasad panujących w szkole. Jednocześnie pozytywna informacja zwrotna uzyskiwana od nauczycieli wiąże się z wyższym poczuciem własnej wartości. Zaufanie i działania nastawione na wzmocnienie relacji interpersonalnych podnoszą wzajemne zaufanie i ułatwiają współpracę i wspólne uczenie się. Pozytywny klimat zmniejsza też liczbę nieobecności uczniów w szkole, co przekłada się na ich wyniki w nauce. Znaczenie ma też poczucie bezpieczeństwa wynikające z niskiego poziomu agresji i przemocy szkolnej.

Klimat szkoły wpływa też na zaangażowanie nauczycieli i stabilność grona pedagogicznego, a to z kolei sprzyja poprawie wyników nauczania. Trzeba też podkreślić, że różne wymiary klimatu społecznego wpływają na skuteczność różnego rodzaju interwencji szkolnych, a także zmniejszają negatywny wpływ różnic społeczno-ekonomicznych między uczniami.

### **XIII. Modyfikacja programu**

Wobec niestety stale narastających trudności w sferze emocjonalnej, społecznej naszych uczniów konieczne jest dbanie o społeczną atmosferę środowiska edukacyjno – wychowawczego opartą o wzajemny szacunek i zrozumienie. Dlatego też tak duże znaczenie ma kontynuowanie działań mających na celu kształtowanie prawidłowych relacji w szkole.

## **Szkolny system wsparcia zdrowia psychicznego młodzieży**

W odpowiedzi na potrzeby uczniów istnieje konieczność realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia, którego głównymi celami będzie:

1. wzrost świadomości społeczności szkolnej na temat znaczenia zdrowia psychicznego dla rozwoju ucznia (destygmatyzacja tematyki zdrowia psychicznego),
2. stworzenie w szkole klimatu wspierającego zdrowie psychiczne młodych osób,
3. wzrost wiedzy wszystkich członków społeczności szkolnej na temat możliwości zadbania o swoje zdrowie psychiczne (w formie instytucjonalnej i terapeutycznej) oraz tego, gdzie można się zwrócić o pomoc w przypadku dostrzeżenia u siebie lub u kogoś objawów zagrażających zdrowiu psychicznemu,
4. wzrost świadomości na temat zagrożeń i problemów zdrowia psychicznego doświadczanych przez uczniów i uczennice oraz ich środowisko rodzinne,
5. zapewnienie młodzieży doświadczającej problemów możliwości uzyskania profesjonalnego wsparcia oraz zapobieżenie dalszej eskalacji trudności.

### **Sposoby realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia:**

Prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych w zakresie:

1. rozwijania kompetencji miękkich jako sposobu na ochronę zdrowia psychicznego i poprawę dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży, w tym umiejętności komunikacji społecznej i wewnętrznej,
2. promowania wiedzy i umiejętności na temat korzystania z nowych technologii komunikowania tak, by utrzymywać zdrowie psychiczne oraz przeciwdziałanie inicjacji w zakresie różnych zachowań ryzykownych dla zdrowia psychicznego poprzez dostarczenie odpowiedniej informacji oraz wzmacnianie czynników chroniących i redukcję czynników ryzyka,
3. poszerzania wiedzy i umiejętności na temat radzenia sobie w trudnych sytuacjach, które mogłyby prowadzić do pogorszenia zdrowia psychicznego,
4. wspierania rozwoju duchowego młodzieży jako sposobu na zachowanie dobrostanu psychicznego i radzenie sobie w obliczu dylematów.

Aby efektywnie wspierać zdrowie psychiczne uczniów i przeciwdziałać jego zagrożeniom wychowawcy, nauczyciele, psycholodzy i pedagodzy powinni zaangażować się w realizację Szkolnego Systemu Wsparcia by uzyskać efekty podejmowanych działań

Istotnym aspektem Szkolnego Systemu Wsparcia Zdrowia Psychicznego Młodzieży po pandemii jest aktywne włączanie rodziców w proces nabywania kompetencji rodzicielskich. Budowania w rodzicach idei świadomego i uważnego rodzicielstwa, które z jednej strony opiera się na wiedzy (dotyczącej rozwoju dziecka, a także psychologicznych konsekwencji popełnianych błędów wychowawczych), a z drugiej na zaufaniu własnej intuicji i uważnym wsłuchiwanie się w potrzeby dziecka by mogli być realnym wsparciem dla swoich dzieci. Istotne jest aby wyposażyć rodziców w wiedzę dotyczącą rozwoju emocjonalnego zdolnego dziecka w kontekście jego prawidłowego rozwoju, budowania indywidualnej tożsamości, poczucia podmiotowości i sprawstwa.



**Działania podejmowane przez wychowawców i nauczycieli w ramach realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia:**

- integracja zespołów klasowych,
- okazywanie zrozumienia uczniom,
- życzliwe podejście wobec trudności ucznia,
- dostosowywanie wymagań edukacyjnych do możliwości i potrzeb ucznia,
- wykazywanie czujności wobec wszelkich zmian w zachowaniu uczniów,
- informowanie szkolnych specjalistów i rodziców uczniów o swoich spostrzeżeniach, obserwacjach dotyczących zmian w funkcjonowaniu ucznia
- podejmowanie na godzinach wychowawczych tematyki z zakresu profilaktyki zdrowia psychicznego według harmonogramu działań profilaktycznych, który uwzględnia zadania Szkolnego Systemu Wsparcia.

**Działania podejmowane przez szkolnych i zewnętrznych specjalistów, w ramach realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia**

Klasy	Program profilaktyczny	Wykonawca	Czas trwania
Klasy I	<p><b>„Zajęcia integracyjne”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie relacji</li> <li>• tworzenie więzi i świadomości grupowej</li> <li>• zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w zespole klasowym</li> </ul>	<b>Szkolni specjaliści</b>	2 godziny
	<p><b>„ Psychiatria też dla ludzi”</b> program edukacji rówieśniczej dotyczący fizjologii stresu, profilaktyki zaburzeń psychicznych i wykluczenia społecznego osób chorych psychicznie</p>	<b>Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów IMFSA</b>	1 godzina
	<p><b>„Team Building – budowanie zespołu klasowego” - „ Warsztaty konstruktywnych zachowań”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zrozumienie podstaw funkcjonowania zespołu klasowego</li> <li>• zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i ról w zespole klasowym</li> <li>• tworzenie więzi i świadomości grupowej</li> <li>• poznanie swoich słabych i mocnych stron – zadania kooperacyjne</li> </ul>	<b>MDK, Ochota”</b>	3 godziny

<b>Klasy II</b>	<b>„Budujemy bezpieczne środowisko”</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• profilaktyka uzależnień</li> <li>• budowanie i wzmacnianie relacji między uczniami</li> <li>• umiejętności wykorzystywania zasobów klasy jako grupy wspierającej się</li> </ul>	<b>Centrum profilaktyki innowacyjnej Stowarzyszenie EPSILON</b>	3godziny
	<b>„Zaburzenia odżywiania- anoreksja , bulimia”</b>	<b>Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów IMFSA</b>	1 godzina
	<b>„ Samoświadomość jako czynnik chroniący”</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie siebie czyli: <ul style="list-style-type: none"> <li>- mocne strony,</li> <li>- słabe strony,</li> <li>- umiejętność rozpoznawania własnych emocji i ich źródeł,</li> <li>- poszukiwanie własnych zainteresowań</li> </ul> </li> </ul>	<b>Szkolni specjaliści</b>	1 godzina

<b>Klasy III3</b>	<p><b>„ Rozwijanie kompetencji miękkich jako formy wzmocnienia zdrowia psychicznego”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie relacji</li> <li>• komunikacja - jak skutecznie porozumiewać się z innymi</li> <li>• kształtowanie umiejętności rozpoznawania w sobie różnych stanów emocjonalnych</li> </ul>	<b>Szkolni specjaliści</b>	1 godzina
<b>Klasa 3d</b>	<p><b>„ Akademia Pewności” – Warsztaty konstruktywnych zachowań</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określenie swoich zasobów (mocne strony, umiejętności, talenty)</li> <li>• poszukiwanie źródeł motywacji do nauki i działania</li> <li>• wyznaczanie celów, budowanie ścieżek pomocnych w osiągnięciu ich</li> <li>• rozwijania pasji oraz zainteresowań, określanie swoich wartości</li> </ul>	<b>MDK,, Ochota”</b>	3 godziny
<b>Klasa 3 e</b>	<p><b>„ Program profilaktyczny Epsilon”</b></p> <p>Cele programu i przewidywane efekty:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozwijanie umiejętności życiowych jako zbioru zasobów i kompetencji pozwalających na skuteczne radzenie sobie z trudnościami życiowymi.</li> <li>• Zwiększenie poczucia własnej wartości, pewności siebie. Poprawa obrazu własnej osoby, lepsze przygotowanie społeczne i emocjonalne. Redukcja lęku w relacjach.</li> </ul>	<b>Centrum profilaktyki innowacyjnej Stowarzyszenie EPSILON</b>	5 godzin
<b>Klasy III4</b>	<p><b>„Jak radzić sobie ze stresem przed egzaminem”</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Zrozumienie specyfiki reakcji stresowej</li> <li>2.Wzbudzenie życzliwości wobec siebie i przeciwdziałanie wewnętrznej krytyce</li> <li>3..Rozpoznawanie pułapek myślowych</li> <li>4..Pozytywne nastawienie do sytuacji stresowej</li> </ol>	<b>Szkolni specjaliści</b>	1 godzina

## **Zakończenie**

Szkolny Program Wychowawczo - Profilaktyczny skierowany jest do uczniów, nauczycieli i rodziców. SPWP jest realizowany przez nauczycieli, wychowawców, zespół pomocy psychologiczno-pedagogicznej, pracowników niepedagogicznych szkoły, RR, SU.

Program stanowi załącznik do Statutu Szkoły oraz jest podstawą do tworzenia planów wychowawczo-profilaktycznych klas.

*Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny przyjęto do realizacji na podstawie uchwały Rady Rodziców z **dnia 26.09.2022r.***