

Privatna varaždinska gimnazija s pravom javnosti

Stanka Vraza 37

Varaždin

ŠKOLSKI PREVENTIVNI PROGRAM OVISNOSTI za školsku godinu 2016./2017.

1. UVOD

Školski preventivni program ovisnosti temelji se na Nacionalnom programu prevencije ovisnosti za djecu i mlade u odgojno - obrazovnom sustavu, te djecu i mlade u sustavu socijalne skrbi za razdoblje od 2010. do 2014. godine kojim se definiraju obveze provođenja preventivnih aktivnosti u srednjim školama. Provođenje Školskog preventivnog programa važno je kako bi pružili mladima osnove za kvalitetno samostalno upravljanje životom. S druge strane u Republici Hrvatskoj mladi zlouporabe drogu, alkohol i cigarete usprkos mjerama sprečavanja. Uz ove oblike ovisnost prisutni su i drugi oblici tzv. modernih ovisnosti od kojih su najznačajniji ovisnost o kockanju i ovisnost o internetu. Sve to govori da je iznimno važno razvijati programe prevencije ovisnosti usmjerene na prevenciju svih oblika ovisnosti u kojima će biti uključeno što više mladih osoba.

2. CILJEVI

Školski preventivni program ovisnosti (ŠPPO) osmišljen je na način da djelujući tijekom čitavog odgojno-obrazovnog procesa, učenik tijekom adolescencije bude osposobljen za kvalitetno samozaštitno reagiranje.

Škola će se stoga usmjeriti na:

- osnaživanje zaštitnih čimbenika tijekom školovanja učenika (stvaranje pozitivne slike o sebi, podršku od strane učitelja i roditelja, pomoć u rješavanju kriznih situacija, osmišljavanje kvalitetnog slobodnog vremena
- ponudu različitih izvannastavnih aktivnosti, osposobljavanje za samopomoć i samozaštitu),
- ublažavanje utjecaja rizičnih čimbenika (nepovoljne obiteljske okolnosti, školski neuspjeh, poteškoće u ponašanju i dr.).

3. USTROJSTVO ŠPP

ŠPPO će se provoditi u dva stupnja:

1. PRIMARNA PREVENCIJA

- Obuhvaća aktivnosti u koje će biti uključeni svi učenici škole kroz rad u okviru određenih metodskih jedinica u nastavnom procesu, na satovima razrednog odjela, izvannastavnim aktivnostima.

2. SEKUNDARNA PREVENCIJA

- Obuhvaća aktivnosti u koje će biti uključeni oni učenici škole koji spadaju u skupinu djece rizičnog ponašanja, a provode ih razrednici, nastavnici, stručna služba u školi, zdravstveni radnici, radnici Centra za socijalnu skrb i MUP-a, te drugi stručnjaci po potrebi.

4. NOSITELJI ŠPP

Školsko povjerenstvo čine voditelji: psihologinja te članovi povjerenstva tj. razrednici 1., 2. 3. i 4. Razreda

5. AKTIVNOSTI ŠPPO-a

Aktivnosti ŠPPO usmjerene su na tri razine:

- aktivnosti usmjerene na učenike
- aktivnosti usmjerene na roditelje
- aktivnosti usmjerene na nastavnike i druge stručne djelatnike škole

U cilju provedbe planiranih aktivnosti škola će surađivati sa vanjskim suradnicima iz drugih škola, Zavoda za javno zdravstvo, Policijske uprave, Obiteljskog centra, Gradom, Županijom i dr.

5.1. Aktivnosti usmjerene na učenike

1. Aktivnosti primarne prevencije:

- Aktivnosti ŠPPO- a kroz nastavne predmete – sukladno nastavnom planu i programu
 - Rad s učenicima na satovima razrednog odjela od 1. do 4. razreda – razvojno primjerene teme koje pokrivaju područje životnih vještina i samozaštitna ponašanja. Plan tematskih područja za SRO od 1-4. razreda (trening životnih vještina u okviru školskih preventivnih programa ovisnosti i nasilja među mladima)

PODRUČJE:

SVIJEST O SEBI 1. Tko sam ja: • prepoznavanje i prihvaćanje svojih osjećaja, • moje misli, uvjerenja i stavovi, interesi • moje tijelo, odgovorno spolno ponašanje • zdrave i nezdrave navike (prehrana, odmor, kretanje, ovisnost o računalu) • moje jake i slabe strane, samopouzdanje, samopoštovanje, • moje slobodno vrijeme (igra, druženje, računalne igre, sport, film, knjiga) 2. Što me pokreće: • moje želje, potrebe, interesi, ciljevi, vrijednosti, 230 3. Što i tko okida moje gumbе i povređuje me: • prepoznavanje osjećaja, misli i ponašanja u različitim situacijama 4. Kako moji postupci utječu na druge: • odgovornost za vlastite postupke i izbore • posljedice postupaka i izbora (dobre i loše)

PODRUČJE: UPRAVLJANJE SOBOM 1. Upravlјati vlastitim osjećajima i njihovim izražavanjem: • prikladno i neprikladno izražavanje osjećaja, • upravlјanje osjećajima • opuštanje i otpuštanje (tehnikе disanja, vizualizacije, mišićne relaksacije, pametni pokreti) • upravlјanje tremom i strahom od odgovaranja • pravila ponašanja u školi, razredu, autobusu, na internetu, izletu, maturalcu 2. Biti predan i orijentiran prema postignuću: • strategije uspješnih ljudi, • samomotiviranje, • strpljenje i upornost, • postavlјanje ciljeva, • praćenje vlastitog napretka 3. Optimizam i pozitivno razmišljanje: • prepoznavanje i upravlјanje mislima, • ohrabivanje i pozitivan unutarnji razgovor sa sobom 4. Znati se opustiti i otpustiti

PODRUČJE: SVIJEST O DRUGIMA 1. Prepoznavanje tuđih osjećaja, potreba, motiva 2. Razumijevanje drugih (empatija): • izoliranje, ruganje, ismijavanje, fizičko zlostavlјanje, nasilje preko interneta, seksualno nasilje, tračanje • prihvaćanje i tolerancija različitosti (mišljenja, stavova, emocija, vrijednosti, različitost i razumijevanje među spolovima) 3. Orijentacija prema pomaganju i brižnosti: • razredni ili/i školski projekti na temu pomaganja i brižnosti

PODRUČJE: UPRAVLJANJE ODNOSOM 1. Komunikacija i uspostavlјanje odnosa (povjerenje, prijateljstvo, povezivanje, verbalni i neverbalni govor) 2. Aktivno slušanje 3. Suradnja i timski

rad 4. Upravljanje sukobom 5. Donošenje dobrih odluka, oduprijeti se pritisku vršnjaka i reći ne (nagovaranju, pušenju, alkoholu, drogi, ovisnosti o računalu) 6. Asertivnost ili založiti se za sebe i strategije verbalne samoobrane • Sve vrste verbalnog nasilja 231 • Dozvoljeni i nedozvoljeni dodiri • Ponašanje u vezama

PODRUČJE: VJEŠTINE UČENJA 1. Opušteno učenje, navike, strategije, zabavno učenje 2. Stilovi učenja u skladu sa stilovima učenika 3. Kako se motivirati 4. Pametno čitanje i bilježenje, kognitivne mape 5. Strategije pamćenja • Specifično obrazovanje o svim relevantnim pitanjima u vezi s pušenjem duhana, pijenjem alkohola i uzimanjem droga te drugih ovisnosti. o Učenike upoznati sa štetnim posljedicama i rizicima koje mogu imati na zdravstvenom, psihološkom, socijalnom, ekonomskom i etičkom planu zlouporabom sredstava ovisnosti. Posebnu pozornost usmjeriti otkrivanju uzroka uzimanja droga i drugih sredstava ovisnosti, razvoja ovisnosti, utjecaja na strukturiranje rada mozga, formiranje osobnosti, proces odrastanja i osamostaljenja tijekom adolescencije o U provođenju ove točke mogu pomoći vanjski stručnjaci, osobito stručni timovi centara za sprečavanje i izvanbolničko liječenje ovisnika. • Organizacija slobodnog vremena - izvannastavne i izvanškolske aktivnosti pružaju mogućnost samopotvrđivanja djece u raznim područjima, potiču zdrave odnose među članovima grupe, osjećaj pripadnosti i ispunjenosti

Evaluacija primarne prevencije

- Evidencija obrađenih tema iz ŠPP u sklopu nastavnih predmeta
- Procjena o redovitosti ispunjavanja plana SRO uvidom u školske dnevnik
- Procjena razrednika o učincima i prihvaćenosti pojedinih tema i preporuke za teme i načine rada koje žele za iduću godinu
- Prema mogućnostima i prikladnosti, procjena zadovoljstva učenika pojedinom temom
- Prema mogućnostima i prikladnosti, ispitivanje znanja i stavova učenika prije i nakon obrade određene teme
- Evidencija o aktivnostima poduzetim u svrhu omogućivanja kvalitetnog provođenja slobodnog vremena

2. Aktivnosti sekundarne prevencije:

- Diskretni, osobni zaštitni postupak - specifični pedagoški pristup kojim se na diskretan način ohrabruje, motivira i gradi samopouzdanje i samopoštovanje preosjetljive i teže prilagodljive djece koja su iz bilo kojeg dodatnog razloga (najčešće zbog teže obiteljske patologije) ili rizične naravi, posebno ugrožena (ovu točku tijekom odgojno-obrazovnog rada u razredu neposredno provode nastavnici i osobito razrednici uz suradnju sa stručnim suradnicima)

- Individualni rad/savjetovanje od strane stručnih suradnika u školi ili stručnjaka izvan škole – kod učenika kod kojih se očituje utjecaj rizičnih čimbenika te iskazuju neku teškoću

Evaluacija sekundarne prevencije

- Evidencija stručnog suradnika o učenicima kod kojih se pokazala potreba za sekundarnom prevencijom
- Procjena stručnog suradnika o uspješnosti sekundarne prevencije na temelju toga koliko su ti učenici uspješno funkcionirali

5.2. Aktivnosti usmjerene na roditelje/staratelje

- Predavanja i radionice o razvoju što kompetentnijeg roditeljstva

Informacije na početku školske godine: Razredi Kućni red škole, Razredna pravila, Pravilnik o pedagoškim mjerama, Pravilnik o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika

5.3. Aktivnosti usmjerene na profesore

- Edukacija nastavnika za kreiranje “kvalitetne škole”, “zdrave škole”, “škole bez neuspjeha” koja se prilagođava učenicima i njihovim najvažnijim potrebama u procesu odrastanja, širenje znanja i vještina nastavnika u pružanju pomoći i podrške učenicima u korištenju pozitivnog ponašanja, neprihvatanja lošeg te odbijanja zlouporabe sredstava ovisnosti. Podršku u edukaciji i širenju znanja i vještina pružati će suradnici ili vanjski suradnici za profesore.

6. MATERIJALNA UVJETOVANOST PROVEDBE ŠPPO

Škola će tijekom realizacije ovog programa koristiti već postojeća sredstva i opremu, a po potrebi nabavit će se i neka nova u skladu s materijalnim mogućnostima.

7. VREDNOVANJE

U sklopu ŠPPO svi članovi povjerenstva ŠPPO-a kontinuirano će evaluirati realizirane aktivnosti kako bi se stvorio temelj za daljnje unapređivanje preventivnih aktivnosti.

8. ZAVRŠNE ODREDBE

Ovaj ŠPP razmatran je na sjednici Nastavničkog vijeća 28. rujna 2016. i usvojen na sjednici Školskog odbora 30. rujna 2016. i sastavni je dio Godišnjeg plana i programa škole.

Program izradila:
Sabina Kavur, dipl. psih.
školski psiholog