



PROGRAM PROFILAKTYKI

GIMNAZJUM NR 9 W LESZNIE

„Program kształcenia musi się odwoływać równocześnie do treści działań i sensu życia. Dopiero takie podejście do programu kształcenia daje podstawy do mówienia, że jest on równocześnie ustanawiający, wielowymiarowy i wielostronny”

J.Gnitecki

Podstawa prawna:

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu

z dnia 31 stycznia 2002r. (Dz. U. z 2002r. Nr 10, poz. 96)

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu

z dnia 26 lutego 2002r. (Dz. U. z 2002r. Nr 51, poz. 458)

„Każdy proces twórczy jest aktem obecności człowieka w świecie, dokumentem poznania i afirmacją”

H. Read

Program profilaktyczny jest zgodny z programem wychowawczym Gimnazjum nr 9 w Lesznie, adresowany jest do uczniów klas I-III i przeznaczony do realizacji w ramach lekcji wychowawczych.

Program ten składa się z części teoretycznej oraz scenariuszy zajęć.

Program profilaktyczny został opracowany przez nauczycieli Gimnazjum nr 9 w Lesznie. Część teoretyczną opracowały:

- mgr Magdalena Pomykała – pedagog szkolny;
- mgr Donata Pajzert – nauczycielka matematyki, informatyki i techniki.

Scenariusze zajęć zaprojektowały:

- mgr Magdalena Pomykała- pedagog szkolny;
- mgr Jolanta Wasielewska-Hibner- pedagog i wicedyrektor;
- mgr Dorota Wawrowska – nauczycielka chemii;
- mgr Barbara Kubera – nauczycielka religii;
- mgr Joanna Wiercińska – nauczycielka j. niemieckiego.

Skład i oprawę graficzną opracowała Donata Pajzert.

Wstęp

Uczniowie w swojej szkole powinni:

- znajdować środowisko wszechstronnego rozwoju osobowego (w wymiarze intelektualnym, psychicznym, społecznym, estetycznym, moralnym i duchowym),
- poszukiwać, odkrywać i dążyć do osiągnięcia wielkich celów życiowych,
- przygotowywać się do rozpoznawania wartości moralnych, dokonywania właściwych wyborów i hierarchizacji wartości,
- mieć możliwość doskonalenia.

Aby to osiągnąć konieczne jest propagowanie zdrowego stylu życia, kształtowanie postaw prospołecznych i prozdrowotnych, wprowadzanie wśród młodzieży normy na nie zażywanie AIS (środków uzależniających).

Chcemy ograniczyć picie alkoholu, palenie, narkotyzowanie się przez młodych ludzi, zarówno teraz, kiedy chodzą do szkoły, jak i w przyszłości. Czy nam się to

powiedzie, zależy od siły działania trzech podstawowych czynników:

- cech i doświadczeń młodego człowieka,
- kontekstu środowiskowego czy społecznego, w jakim substancja uzależniająca jest zażywana,
- rodzaju substancji i jej narkotycznego działania.

Programy, które skupiają się tylko na jednym czy nawet na dwóch czynnikach nie dają najlepszych efektów, a często kończą się niepowodzeniem. Podejście całościowe w naszym programie pozwala rozwijać umiejętności interpersonalne, uczy zachowywania się w określonych sytuacjach oraz umożliwia uzyskać odpowiednie wiadomości o AIS.

Alkohol, papierosy i narkotyki pociągają tych młodych ludzi, którzy nie widzą przed sobą przyszłości i nie mają o sobie dobrego zdania. Ludzie o silnym poczuciu tożsamości i kontroli nad własnym życiem są bardziej skłonni dbać o siebie i swoje zdrowie.

W prezentowanym tu podejściu profilaktycznym przyjmuje się założenie, że najlepsza drogą do uniknięcia nałogu jest rozwój umiejętności interpersonalnych i całej osobowości.

ZDIAGNOZOWANE ZACHOWANIA PROBLEMOWE MŁODZIEŻY

Na podstawie ankiet pt.: „Moja opinia o przemocy” i „Jak to jest u nas” oraz wywiadów i obserwacji przeprowadzonych przez dyrekcję i pedagoga w roku szkolnym 2001/2002 w ramach realizacji programu „BEZPIECZNA SZKOŁA”, ustalono następujące zachowania problemowe młodzieży uczęszczającej do Gimnazjum nr 9 w Lesznie.

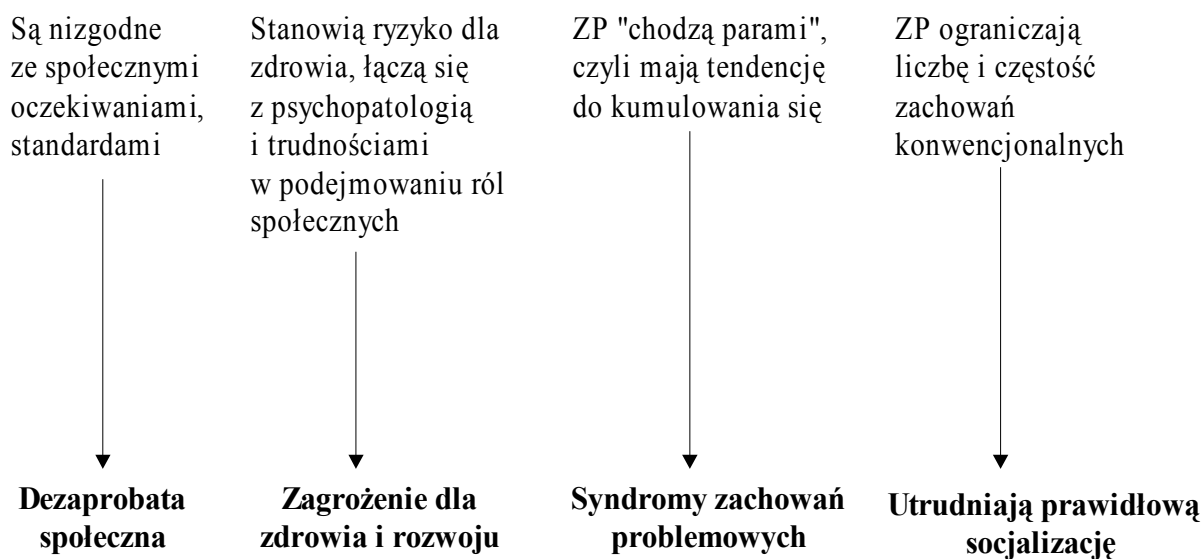
1. Używanie substancji psychoaktywnych.
2. Zachowania agresywne, przemoc, wyłudzenie.
3. Wagary, kłamstwa, ucieczki z domu, drobne kradzieże, niepowodzenia dydaktyczne.

CHARAKTERYSTYKA ZACHOWAŃ PROBLEMOWYCH

Wybór:
Magdalena Pomykała

Autor:
Krzysztof Ostraszewski

Charakterystyka zachowań problemowych (ZP) młodzieży



KONSTRUKCJA UNIWERSALNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI

Lp.	Profilaktyka I° Czynniki chroniące	Zadania do realizacji Wzmacnianie czynników chroniących
1	Czynne uczestnictwo w życiu szkoły i społeczności lokalnej	Budowanie pozytywnych więzi ze szkołą i innymi instytucjami społecznymi
2	Właściwe monitorowanie ze strony rodziców	Włączanie rodziców do aktywnego udziału w programie profilaktycznym
3	Spostrzeżenie dezaprobaty dla zachowań problemowych u rówieśników i dorosłych	Edukacja normatywna (wzmacnianie norm i wartości)
Lp.	Profilaktyka II° Czynniki ryzyka	Zadania do realizacji Redukowanie czynników ryzyka

1	Niepowodzenia szkolne	Wyrównywanie szans, działania korekcyjne
2	Przynależność do „problemowych” grup rówieśniczych	„Alternatywy” dla grup ryzyka
3	Przejawianie zachowań problemowych	Działania interwencyjne

STRATEGIE SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYKI I HIPOTETYCZNE MECHANIZMY ZMIANY

Lp.	Strategia	Czynnik ryzyka	Cechy programu	Mechanizm
1	Poczucie wartości	Niskie poczucie własnej wartości	Zachęca uczniów do poznawania i rozumienia wewnętrznych i zewnętrznych zjawisk wpływających na obraz siebie i poczucie wartości, prowadzi do odkrywania sposobów radzenia sobie z negatywnym stosunkiem do samego siebie	Zwiększanie poczucia własnej wartości i poszanowania własnej tożsamości
2	Umiejętność radzenia sobie ze stresem	Słabe umiejętności radzenia sobie ze stresem	Uczy sposobów radzenia sobie ze stresem i problemami,	Zwiększanie świadomych własnych umiejętności zaradczych, obniżanie poziomu stresu.
3	Umiejętność pomagania	Nieświadomość dostępności systemu wsparcia	Uczy jak dostarczać wsparcia dla kolegów, którzy potrzebują pomocy przy rozwiązywaniu problemów, pozyskiwania wsparcia społecznego w trudnych sytuacjach	Zwiększanie świadomości dostępności pomocy w sytuacjach trudnych
4	Umiejętności życiowe	Słabe umiejętności życiowe	Uczy, jak być asertywnym, jak rozwiązywać konflikty interpersonalne, jak efektywnie komunikować się z innymi	Zwiększanie zdolności do utrzymywania pozytywnych kontaktów interpersonalnych

5	Umiejętność podejmowania decyzji	Brak zdolności podejmowania racjonalnych decyzji	Uczy systemu organizowania informacji i dokonywania wyborów między alternatywami.	Zwiększenie zdolności do podejmowania racjonalnych decyzji, zwiększanie ilości sytuacji, w których rozsądek uczestniczy w dokonywaniu wyborów
6	Zaangażowanie osobiste	Słaba motywacja do abstynencji	Zachęca uczniów do dobrowolnego podejmowania zobowiązań lub przyrzeczeń nt. abstynencji lub powściągliwości zaangażowania i motywacji do abstynencji i powściągliwości	Zwiększanie osobistego zaangażowania i motywacji do abstynencji i powściągliwości
7	Wartości	Przekonanie, że zażywanie narkotyków, palenie papierosów, picie alkoholu jest w zgodzie z wartościami osobistymi	Wskazuje sposoby poszukiwania konfliktów między ich osobistymi wartościami a picciem, zażywaniem narkotyków, paleniem papierosów	Zwiększanie zrozumienia, że picie, palenie, zażywanie narkotyków jest w niezgodzie z wartościowym stylem życia
8	Informacje o konsekwencjach	Nieświadomość konsekwencji picia, palenia, zażywania narkotyków	Dostarcza informacji o negatywnych konsekwencjach zdrowotnych i społecznych picia, palenia, zażywania narkotyków i wzmacnia istniejące pozytywne przekonania	Zwiększanie świadomości osobistego zagrożenia konsekwencjami AIS
9	Umiejętność odmawiania	Nacisk kolegów	Uczy jak rozpoznawać naciski ze strony kolegów i mediów oraz jak radzić sobie z sytuacjami nacisku, buduje zarówno rozumienie poznawcze i umiejętności praktyczne	Zwiększenie świadomości, że uczeń może skutecznie poradzić sobie z naciskami skłaniającymi po AIS
10	Alternatywy	Nieświadomość Alternatywnych do zażywania AIS sposobów znajdowania satysfakcji	Dostarcza informacje o innych sposobach osiągnięcia pożądanych stanów emocjonalnych	Zwiększanie świadomości sposobów poszukiwania przyjemności i satysfakcji bez AIS, zmniejszenie motywacji do sięgania po substancje odurzające w celu osiągnięcia stanów emocjonalnych

11	Umiejętność stanowienia	Brak celów życiowych	Uczy sposobów stanowienia i osiągania celów, motywuje uczniów do przygotowania realistycznych zadań osobistych	Zwiększenie zdolności do stanowienia i osiągania celów, zwiększenie motywacji osiągnięć
----	-------------------------	----------------------	--	---

CELE PROGRAMU:

Nadrzędnym celem programu jest:

Promocja zdrowia i rozwijanie zdolności do prowadzenie zdrowego życia

Cele szczegółowe:

1. Dostarczenie wiedzy o środkach psychoaktywnych i niebezpieczeństwach związanych z ich zażywaniem.
2. Przeciwdziałanie aktom agresji wśród uczniów.
3. Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym.
4. Rozwijanie najważniejszych umiejętności interpersonalnych:
 - budowania właściwego wizerunku własnej osoby
 - umiejętności bycia asertywnym, rozwiązywania konfliktów i komunikowania się z innymi,
 - dokonywania właściwych wyborów,
 - sposobów radzenia sobie ze stresem i problemami.

PROGRAM PROFILAKTYKI

Cel nadrzędny: Promocja zdrowia i rozwijanie zdolności do prowadzenia zdrowego życia.

Lp.	Cel szczegółowy	Cele operacyjne	Zadania do realizacji	Osoby prowadzące	Zadania dla rodziców
1.	Dostarczenie wiedzy o środkach psychoaktywnych i niebezpieczeństwach związanych z ich zażywaniem	<p>1. Uczeń posiada podstawowe wiadomości o substancjach uzależniających.</p> <p>2. Zna sposoby oddziaływania AIS na organizm człowieka.</p> <p>3. Potrafi określić straty wynikające z zażywania AIS, zna konsekwencje prawne.</p> <p>4. Umie kontrolować swoje postępowanie wobec AIS.</p> <p>5. Potrafi oprzeć się naciskowi otoczenia.</p> <p>6. Wie, co to jest zdrowy styl życia i potrafi dokonać właściwego wyboru.</p>	<p>1. Lekcje profilaktyczno-wychowawcze nt. szkodliwości substancji psychoaktywnych. Zaproponowane scenariusze zajęć:</p> <p>- „Co powinniśmy wiedzieć o paleniu tytoniu?” kl. I,</p> <p>- „Alkohol szkodzi zdrowiu”. Kl. II</p> <p>- „Narkotyki w szkole”. Kl. II</p> <p>- „HIV, AIDS”. Kl. III</p> <p>2. Promocja zdrowia.</p> <p>3. Spektakl teatralny sponsorowany przez MKRPA.</p> <p>4. Program profilaktyczny- „Elementarz alkoholowy”.</p> <p>5. Cykl spotkań kl. II z pracownikami MONAR-u nt. negatywnego wpływu nałogu na zdrowie człowieka.</p> <p>6. Realizacja programu „Bezpieczna szkoła” przy współudziale Komendy Miejskiej Policji”.</p>	<p>-wychowawcy</p> <p>-higienistka</p> <p>-Dyrektor,</p> <p>-pedagog</p> <p>-pedagog</p> <p>-pedagog</p> <p>-Dyrektor,</p> <p>-pedagog,</p> <p>-wychowawcy</p>	<p>1. Pogadanki na zebraniach z rodzicami nt. AIS przy współudziale specjalistów</p>

Lp.	Cel szczegółowy	Cele operacyjne	Zadania do realizacji	Osoby prowadzące	Zadania dla rodziców
2.	Przeciwdziałanie aktom agresji wśród uczniów	<p>1.Uczeń wie, co to jest przemoc.</p> <p>2.Potrafi odróżnić przemoc fizyczną od psychicznej.</p> <p>3.Umie bronić się przed przemocą, wie do kogo zwrócić się o pomoc.</p> <p>4.Zaproponuje wsparcie dla kolegów, którzy potrzebują pomocy.</p> <p>5.Oceni negatywnie niewłaściwe zachowanie rówieśników.</p> <p>6.Wie, jak konstruktywnie pozbyć się negatywnych emocji.</p>	<p>1.Poznawanie i analiza właściwych zachowań na podstawie lektur i biografii sławnych ludzi.</p> <p>2.Elementy programu – „Spójrz inaczej na agresję”.</p> <p>3.Zajęcia profilaktyczne pt. „Bezpieczeństwo własne i otoczenia”.</p> <p>4.Pogadanki nt. konsekwencji prawnych czynów nieletnich z pracownikami Wydziału Prewencji Policji w Lesznie.</p> <p>5.Bieżące spotkania z dzielnicowymi.</p> <p>6.Zwiększenie czujności wszystkich nauczycieli podczas przerw i w czasie pełnienia dyżurów.</p> <p>7.Szybkie i konsekwentne reagowanie na wszelkie przejawy agresji.</p> <p>8.Realizacja programu „Bezpieczna szkoła”, przy współdziałaniu Komendy Miejskiej Policji.</p>	<p>- nauczyciel j. polskiego i j. obcych</p> <p>-pedagog</p> <p>-wychowawcy</p> <p>-pedagog</p> <p>-Dyrektor, -pedagog -Dyrektor, -nauczyciele</p> <p>-wszyscy pracownicy szkoły</p> <p>-pedagog -nauczyciele</p>	<p>1.Pogadanki nt. sposobów walki z przejawami agresji.</p> <p>2.”Jak pomóc młodzieży nadpobudliwej i agresywnej?” –spotkania z pedagogiem</p>

Lp.	Cel szczegółowy	Cele operacyjne	Zadania do realizacji	Osoby prowadzące	Zadania dla rodziców
3.	Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym	1.Uczeń potrafi określić swoje trudności. 2.Rozumie przyczyny zaistniałych niepowodzeń. 3.Poszukuje sposobu rozwiązania problemu. 4.Podejmuje konkretne kroki zmierzające do realizacji celu. 5.Znajduje wsparcie i pomoc w sytuacji kryzysowej.	1.Pogadanki nt. sposobów przewycięzania trudności szkolnych. 2.Zajęcia reedukacyjne, wyrównawcze, terapia. 3.Zorganizowanie pomocy koleżeńskiej. 4.Kierowanie uczniów z trudnościami dydaktycznymi na badania do leszczyńskiej PP-P. 5.Sporządzenie aktualnych wykazów uczniów z opiniami i zaleceniami PP-P. 6.Tworzenie indywidualnych planów pracy z uczniami posiadającymi opinię PP-P. 7.Wzmocnienie czujności podczas nieobecności uczniów w szkole, częsta kontrola usprawiedliwień (tylko w dzienniczkach szkolnych).	-pedagog, -wychowawcy -pedagog, -wychowawcy -wychowawcy -pedagog -pedagog -wychowawcy, -pedagog -wszyscy nauczyciele	1. Indywidualne rozmowy nauczycieli z rodzicami uczniów mającymi trudności dydaktyczne. 2. Rozmowy pedagoga z rodzicami uczniów dyslektycznych i wymagających terapii.

Lp.	Cel szczegółowy	Cele operacyjne	Zadania do realizacji	Osoby prowadzące	Zadania dla rodziców
4.	Rozwijanie najważniejszych umiejętności interpersonalnych	<p>1. Wie, jak rozpoznawać nacisk ze strony kolegów i mediów.</p> <p>2. Potrafi radzić sobie w sytuacjach nacisku.</p> <p>3. Umie radzić sobie ze stresem i problemami.</p> <p>4. Efektywnie komunikuje się z innymi, rozwiązuje konflikty interpersonalne potrafi być asertywnym.</p> <p>5. Dokonuje rozsądnego wyboru między alternatywami.</p>	<p>1. Lekcje profilaktyczno-wychowawcze rozwijające najważniejsze umiejętności interpersonalne.</p> <p>2. Organizowanie warsztatów zawodowych w leszczyńskiej PP-P nt. wyboru zawodu.</p> <p>3. Kierowanie uczniów na warsztaty antystresowe i inne zajęcia prowadzone w MCP „Alternatywa”.</p> <p>4. Włączanie młodzieży do programu: „Starszy brat-starsza siostra”, i czynnego uczestnictwa w wolontariacie.</p>	<p>- wychowawcy -pedagog</p> <p>-pedagog</p> <p>-pedagog</p> <p>-uprawnieni nauczyciele</p>	<p>1. Współpraca przy realizacji programu „Starszy brat-starsza siostra”.</p>

Wybór i opracowanie:

Donata Pajzert

CHARAKTERYSTYKA DOBREGO PROWADZĄCEGO

- » **Nie osądza.**

Gdy uczestnicy zajęć widzą, że prowadzący ocenia ich opinie, poglądy i zachowania, przestają być otwarci. Nie znaczy to, że musi się z nimi zgadzać, ale musi przynajmniej akceptować te poglądy i zachowania jako ich własne.
- » **Jest uczciwy.**

Dzielenie się swoimi myślami i odczuciami z grupą jest ważne w budowaniu atmosfery otwartości i zaufania. Prowadzący, który robi to chętnie, stanowi model do naśladowania, a także wyzwala aktywność innych.
- » **Buduje zaufanie.**

Jest to proces długotrwały, uwarunkowany sygnałami, jakie członkowie grupy otrzymują od siebie nawzajem i od prowadzącego. Jeśli ich otwartość jest rozumiana i akceptowana, a nie ośmieszana i potępiana, jeśli czują się pełnowartościowymi członkami grupy, ich zaufanie wobec grupy będzie rosło.
- » **Obserwuje.**

Prowadzący powinien zauważać interakcje między członkami grupy, momenty wymagające szczególnej uwagi i specjalnych ćwiczeń, np. gdy ćwiczenie nie wychodzi, może je przerwać i przypomnieć ustalone cele lub reguły gry.
- » **Jest wrażliwy i uważny.**

Gdy członkowie grupy dzielą się osobistymi doświadczeniami związanymi z alkoholem i narkotykami, prowadzący słucha uważnie i nie ocenia, co pozwala im na „przetrawienie” poglądów i postaw wobec środków psychoaktywnych.
- » **Komunikuje się umiejętnie.**

Komunikacja obejmuje przekaz werbalny i niewerbalny oraz słuchanie. Podkreślono tam również rolę słuchania, które polega nie tylko na wsłuchiwanie się w słowa, ale i odczucia drugiego człowieka. Umiejętności komunikacyjne prowadzącego wyzwalają aktywność wszystkich uczestników zajęć i sprawiają, że czują się oni doceniani przez grupę.
- » **Jest elastyczny.**

Swój styl i organizację zajęć prowadzący musi dostosować do specyfiki poszczególnych grup i etapów ich rozwoju. Na przykład, na początku grupa wymaga więcej strukturyzowania i kierowania, a z czasem - coraz mniej. Często konieczna jest zmiana wcześniej opracowanego planu zajęć, jeśli np. grupa chce poświęcić więcej czasu jakiemuś ćwiczeniu czy tematowi albo odrzuca jakiś pomysł.
- » **Jest stanowczy.**

Każdy prowadzący spotyka się z przypadkami, kiedy zachowanie niektórych członków grupy jest nie do przyjęcia. Agresywność, dominacja i inne destrukcyjne zachowania sprawiają, że pozostali uczestnicy zajęć przyjmują postawy obronne, milkną lub zniechęcają się. Brak reakcji ze strony prowadzącego może doprowadzić do przekształcenia się w grupę dysfunkcyjną. Skutecznym sposobem zwalczania takich niewłaściwych zachowań jest

wypowiadanie komunikatów typu „Ja”, które pozwalają mówić o pewnym zachowaniu bądź sytuacji i związanych z nimi -odczuciach bez obwiniania i oceniania konkretnych osób.

WSKAZÓWKI DLA REALIZATORA PROGRAMU

„Myśl jak mędrcy, ale mów jak zwykli ludzie”
(Arystoteles)

Prowadząc zajęcia należy kierować się następującymi zasadami:

1. Realizować program w sposób dostosowany do wiedzy, poziomu zainteresowania i zaangażowania uczniów.
2. Pobudzać uczniów do poszukiwania różnych rozwiązań.
3. Słuchać uważnie wypowiedzi uczniów i pozwalać im na swobodę wypowiedzi bez krytyki i oceny.
4. Nie wykorzystywać osobistych kłopotów ucznia w trakcie zajęć.
5. Być otwartym na potrzeby uczniów, które wykraczają poza program.
6. Należy być uważnym we wprowadzaniu innowacji, gdyż zajęcia odbywają się w szkole, której zasady prowadzenia zajęć dydaktycznych mogą nie pokrywać się ze specyfiką i wymogami dydaktycznymi programu.
7. W czasie dyskusji uczniów, w przypadku wystąpienia różnych poglądów, nie należy zmuszać ucznia do osiągnięcia jednomyślności. Wskazane jest zajęcie własnego stanowiska, szanując jednak odmienne poglądy i postawy uczniów. Odstępstwo od tej zasady może być podyktowane faktem przyjmowania przez uczniów jawnie fałszywych przekonań na temat substancji odurzających.
8. We wszystkich przypadkach, w których uczniowie wykonują jakąś pracę pisemną, która później będzie odczytywana, należy zdecydowanie podkreślać anonimowość tych wypracowań i nie podejmować prób ustalania kto, co napisał.

Uwagi o metodach pracy w czasie zajęć

Przeglądając metody nauczania w różnych okresach szkolnictwa można stwierdzić, że właściwe wyniki otrzymujemy w momencie, gdy stosujemy wiele metod nauczania, gdyż nie ma jednej metody tak zwanej uniwersalnej.

Każda metoda może być realizowana jako aktywizująca, bądź nie. Wszystko zależy od zachowania nauczyciela, który może określić reakcje ucznia wyzwolić lub zablokować.

Decydując się na metody, które mają być zastosowane na lekcji warto przypomnieć sobie siebie w wieku swoich uczniów oraz zastanowić się nad następującymi pytaniami:

- Jak uruchomić wyobraźnię uczniów?
- Czy można to zobaczyć, dotknąć, posmakować, odegrać?
- Narysować – zdemontować, złożyć, uruchomić?

- Czy można zaobserwować zmiany?
- Czy można to zobaczyć za oknem?
- Co można przywołać z pamięci uczniów?
- Jakie posiadasz materiały?
- Co mogą przynieść uczniowie?
- Jak będzie przebiegała praca na lekcji?
- Jaką metodą?
- Dlaczego właśnie tą?

Poniżej zostało omówionych kilka metod i form pracy na lekcji:

Praca w małych grupach

Zapewnia większe bezpieczeństwo uczestnikom niż dyskusja na forum klasy, szczególnie tym niepewnym siebie, rzadko zabierającym głos. Aby praca w małych grupach była efektywna należy:

- ustalić lub przypomnieć *podstawowe normy* obowiązujące w trakcie trwania zajęć, takie jak: mówienie po kolei, poszanowanie opinii innych;
- zapobiegać dobieraniu się stałych osób w tych samych grupach (skład grupy powinien się zmieniać);
- wyznaczyć w grupie *lidera* (prowadzącego), który będzie pilnował przestrzegania norm, czasu trwania pracy i zachęcał wszystkich do wypowiedzania się. Będzie on zapisywał ważniejsze wnioski z dyskusji, a potem przedstawi je na forum klasy.

Nauczyciel powinien unikać interwencji w pracę grupy, ograniczać się tylko do przypominania głównego tematu dyskusji i w razie konieczności obowiązujących norm. Po zakończeniu pracy sprawozdawca każdej grupy przedstawia wnioski z dyskusji całej klasie.

Miniwykład

Jest to krótka opowieść - prelekcja, wskazana szczególnie wtedy, gdy trzeba przekazać nową wiedzę na jakiś temat. Miniwykład, żeby odniósł pożądany efekt musi spełniać kilka warunków:

- powinien być krótki tzn. trwać od 5 do 15 minut; jeżeli masz więcej do powiedzenia, podziel to na dwie lub trzy części;
- w czasie miniwykładu należy bezpośrednio zwracać się do słuchaczy, zachęcać ich do zadawania pytań, dyskusji;
- powinien być wygłoszony prostym językiem, zrozumiałym dla wszystkich;
- przekazywaną wiedzę należy ilustrować przykładami z życia.

„Burza mózgów”

Polega na dzieleniu się nieuporządkowanymi pomysłami na jakiś temat związany z poszukiwaniem rozwiązania określonego problemu, a następnie na wybieraniu spośród nich najciekawszych. Celem tej metody, oprócz wytworzenia dużej ilości pomysłów w krótkim czasie, jest również rozwijanie twórczego myślenia, nauczanie szacunku dla propozycji innych, zintegrowanie klasy.

"Burza mózgów" może być prowadzona w całej klasie lub w podgrupach.

Przed rozpoczęciem należy przedstawić uczniom jej cel oraz reguły pracy, do których należą:

- absolutny zakaz oceniania i krytykowania pomysłów w fazie ich zgłaszania;
- zgłaszanie pomysłów trwa przez określony czas;
- pomysły zapisywane są na tablicy lub notowane na kartce przez lidera, jeśli pracujecie w grupach;
- uzyskane w ten sposób pomysły będą analizowane i opracowywane przez klasę pod kierunkiem nauczyciela.

Odgrywanie ról i scenek (psychodrama)

Odgrywanie polega na inscenizowaniu krótkich scenek na wybrane tematy. Uczniowie przyjmują role innych osób i mają zachowywać się tak, jak według nich zachowałyby się te osoby w danej sytuacji. Metoda ta ułatwia zrozumienie innych ludzi, pozwala wypróbować pewne typy zachowań, rozwija umiejętności rozwiązywania problemów.

Przed przystąpieniem do odegrania scenki należy poinformować klasę o zasadach inscenizacji, wyraźnie określić jej cel. Granie pierwszej sceny warto poprzedzić dyskusją nad konkretnymi sytuacjami,

np. „*Co byś w takim przypadku zrobił, powiedział?*”

„*Co może stać się potem?*”

Możemy również podzielić klasę na kilka grup (tyle, ile jest ról) i każdej grupie polecić, aby omówiła jedną rolę. Potem wybrana osoba odgrywa tę rolę przed całą klasą. Aby inscenizacja osiągnęła swój cel należy pamiętać, że:

- odgrywane sytuacje powinny mieć ścisły związek z problemami uczniów;
- nie powinno być zbyt wielu grających naraz;
- każda scenka powinna być dokładnie omówiona.

W trakcie omawiania scenki należy zapytać. Co przeżywali aktorzy, potem poprosić resztę klasy o podzielenie się swoimi wrażeniami. Nie należy pozwalać na krytykowanie gry uczniów, ważne jest udzielanie jak największego wsparcia. Twoja pomoc przy odgrywaniu scenki może wyrazić się w stawianiu pytań,

np. „*Co mógłbyś teraz zrobić?*” lub sugerując dalsze posunięcie, gdy aktorzy nie wiedzą co robić „*Co by było, gdybyś...*”.

Praca w parach lub trójkach

Praca ta jest ważna, gdy temat dotyczy osobistych treści emocjonalnych i wskazane jest stworzenie atmosfery bezpieczeństwa i intymności. Służy również budowaniu bliskości i zaufania między uczniami. Uczniowie dobierają się w pary lub trójki zgodnie ze swymi preferencjami, choć osoba prowadząca może ich zachęcić, aby próbowali spotkać się z osobą inną niż ta, z którą siedzą w ławce.

Wykład

Jest rzadko stosowaną formą. Służy przekazaniu lub uporządkowaniu i uogólnieniu wiadomości zebranych przez uczniów, np. w trakcie pracy w grupach. Wykład może być użyteczny, gdy:

- nie trwa dłużej niż 10 min.;
- w trakcie trwania wykładu zachęca się do zadawania pytań i dyskusji;
- używa się różnorodnych pomocy: ankiet, kwestionariuszy, przezroczy, nagrań itp.;
- rozdaje się uczniom zarys wykładu, na którym mogą robić własne notatki;
- ilustruje się wiedzę przykładami związanymi z życiem uczniów.

Dyskusja dydaktyczna

Może być ona przeprowadzana na podany przez prowadzącego temat lub wynikający z zajęć. Prowadzący nie musi „kontrolować” biegu dyskusji, ale powinien zadbać, by wszyscy chętni mogli zabrać głos, by uczniowie słuchali się nawzajem i uczyli się szanować odmienne od swoich poglądy.

Warto zachęcić mniej aktywnych uczniów do wypowiedzenia się, podkreślając, że ich zdanie jest równie ważne.

Pytania stawiane uczniom w trakcie dyskusji powinny odnosić się do ich konkretnych doświadczeń i wydarzeń z życia lub zajęć.

Pomoce wizualne

Składają się na nie filmy, slajdy, grafika komputerowa, obrazy, plakaty, mapy, tablice, plansze, ilustracje itd. Obraz jest trzykrotnie bardziej skuteczny niż samo słowo, a słowo w połączeniu z obrazem oddziałuje sześciokrotnie silniej niż samo słowo. 75% wiedzy nabywa się drogą wzrokową. W stosowaniu pomocy wizualnych trzeba pamiętać, aby były one wprowadzane w odpowiednim czasie, zaś uwaga została nakierowana na określone elementy, zrozumiałe, łatwo widoczne dla wszystkich uczniów. W przypadku kiedy są to powiększenia obiektów należy pamiętać, aby uświadomić uczniom ich wielkość rzeczywistą.

Asocjogram

To zapis skojarzeń przedstawiony w charakterystyczny, graficzny sposób. Na środku tablicy lub kartki, w owalu umieszcza się hasło. Na końcu odchodzących od owalu „promieni” zapisuje się skojarzenia, nie porządkuje się ich, nie ocenia, nie selekcjonuje. Dopisane pojęcia nie muszą mieć ze sobą żadnego związku, odzwierciedlają po prostu różne aspekty, pozostającego w centrum uwagi zagadnienia.

Technika ta stosowana jest często w fazie wprowadzenia, doskonale służy bowiem aktywizowaniu wiedzy uprzedniej, czyli przypomnieniu sobie tego, co wiem lub czego doświadczyłem w związku z danym problemem.

Drzewko decyzyjne

To zapis analizy procesu podejmowania decyzji. Metoda ta pozwala uświadomić uczniom wyraziście, że każda decyzja powoduje określone skutki pozytywne lub negatywne, uczy więc przewidywania konsekwencji postępowania i ponoszenia odpowiedzialności za nie. Forma graficzna drzewka zmusza do logicznego myślenia i precyzyjnego formułowania sądów. Poprawne wypełnienie

schematu wymaga:

- zdefiniowania problemu;
- znalezienia różnych możliwości rozwiązania problemu (drzewko będzie ma tyle gałęzi, ile jest tych możliwości);
- określenia pozytywnych i negatywnych skutków każdej możliwości;
- podjęcia decyzji;

Schemat należy wypełniać od "pnia", określając najpierw na czym polega problem decyzyjny; następny poziom to "gałęzie", gdzie wpisuje się możliwe rozwiązania problemu; trzeci poziom to rozpisanie wartościujące konsekwencji poszczególnych wariantów rozwiązania problemu; w koronie drzewa należy określić cele i wartości, którymi kieruje się osoba podejmująca decyzję - stanowią one zarazem kryterium oceny poszczególnych możliwości.

Praca całą klasą

Trudno zachować uwagę wszystkich uczniów w klasie, ale to właśnie jest jednym z zadań nauczyciela. Praca wspólnym frontem to zetknięcie się dwóch różnych frontów nauczyciel – uczeń. Dlatego bardzo ważny jest początek lekcji, który ma zainteresować uczniów i zachęcić ich do pracy. Tę rolę przejmuje nauczyciel. Ta metoda jest wykorzystywana na większości lekcji nawet w minimalnym zakresie, gdyż zawsze trzeba coś przekazać całej klasie.

Praca indywidualna

Jest to forma w której uczniowie samodzielnie wykonują powierzone im zadania. Rolą nauczyciela jest natomiast obserwować uczniów, udzielać wskazówek oraz naprowadzać na właściwą drogę. Ważne jest to, aby podane przez prowadzącego polecenia były jasne, zwięzłe i zrozumiałe. Każdy uczeń musi dokładnie wiedzieć, co ma w danej chwili robić. W przeciwnym wypadku możemy liczyć się z brakiem uwagi i koncentracji uczniów.

Pogadanka (rozmowa wprowadzająca)

Rozmowa nauczyciela z uczniami polegająca na zadawaniu krótkich, wzbudzających zainteresowanie uczniów pytań i ich odpowiedzi, a także wypowiedzi nauczyciela. Dużą wagę należy przywiązać do sformułowania pytań wejściowych, prowokacyjnych, które będą jednocześnie diagnozować doświadczenie uczniów, ich skojarzenia lub pobudzać ciekawość i wyobraźnię np.:

- Jakie są wasze skojarzenia, gdy powiem...?
- Jak myślicie, co to znaczy...?
- O by było, gdyby to było odwrotnie?
- Co by było, gdyby tego nie było?

LITERATURA

1. M. Taraszkiewicz, „Jak uczyć lepiej, czyli refleksyjny praktyk w działaniu”, Wydawnictwa CODN, Warszawa 2000r.
2. B. Jakubowska, E. Kaniewska-Pęczek, A. Kobiałka, J. Markiewicz, I. Odrowąż-Pieniążek, R. Różycka, Z. Sobolewska, J. Strzemieczny, „Profilaktyka uzależnień. Program edukacyjny” Ministerstwo Edukacji Narodowej, Warszawa 1991r.
3. J. Karmolińska, M. Wieczorek-Stachowicz, Profilaktyka problemów dzieci i młodzieży „Sobą być – dobrze żyć”, Leszno 2001r.
4. J. Karmolińska, K. Maćkowiak, M. Wieczorek- Stachowicz, „Budowanie szkolnego programu profilaktyki”, OKUN, Leszno 2002r.
5. „Bezpieczna szkoła”, Kuratorium Oświaty w Poznaniu, Poznań 2001r.
6. Strona internetowa: www.menis.gov.pl