

Rola programu zajęć wychowawczo-profilaktycznych „Spójrz inaczej” we współczesnej szkole

Ewa Czemiesowska-Koruba

**Stowarzyszenie Psychoprofilaktyki
„Spójrz Inaczej”**



Program „Spójrz Inaczej”

- Zbiór scenariuszy zajęć do systematycznej pracy ze wszystkimi klasami szkoły podstawowej – około 25 zajęć na rok szkolny
- Wprowadzany od 1993 roku, systematycznie modyfikowany
- Cel - uniwersalna profilaktyka ryzykownych zachowań u dzieci i młodzieży.
- Autorzy: Andrzej Kołodziejczyk
Ewa Czerniewska-Koruba
Tomasz Kołodziejczyk

Rekomendacje



Program „Spójrz Inaczej” został pozytywnie oceniony i rekomendowany w ramach wspólnego systemu rekomendacji:

- Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii,
- Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,
- Ośrodka Rozwoju Edukacji (MEN).

<https://programyrekomendowane.pl/strony/artykuly/spojrz-inaczej,4>

<https://programyrekomendowane.pl/strony/artykuly/spojrz-inaczej,29>

Geneza programu



- Program SI powstał w odpowiedzi na rosnące zagrożenie młodzieży negatywnymi skutkami używania substancji psychoaktywnych (lata 90-te)
- Z upływem czasu program ewoluował w kierunku strategii mających przynieść szersze efekty profilaktyczne dotyczące poprawy zdrowia psychicznego, lepszego przystosowania społecznego i zdrowego stylu życia.

Trochę historii...



- Pomysły scenariuszy – dwa edukacyjne prozdrowotne programy amerykańskie: *Drug Education Curriculum* oraz *Substance Education*
- Budowanie własnych autorskich scenariuszy zajęć psychoedukacyjnych dla uczniów klas I-III
- Scenariusze dla młodszych uczniów - inspiracją do opracowania kolejnych autorskich scenariuszy zajęć dla uczniów klas IV-VIII

Główne cele programu SI

- Zapobieganie uzależnieniom i innym zachowaniom destrukcyjnym
- Zapobieganie nieprawidłowej adaptacji społecznej dzieci w wieku wczesnoszkolnym poprzez wspieranie prawidłowego rozwoju i rozwijanie umiejętności psychospołecznych kluczowych dla tego okresu rozwojowego.
- Zapobieganie problemom zdrowia psychicznego u dzieci w wieku 10-15 lat poprzez rozwijanie umiejętności psychospołecznych kluczowych dla tego okresu rozwojowego i kształtowanie prawidłowych relacji społecznych z rówieśnikami

Cele szczegółowe programu

- rozwijanie umiejętności psychospołecznych uczniów, w tym rozpoznawania i nazywania uczuć, radzenia sobie z negatywnymi emocjami, kształtowania pozytywnej samooceny i pozytywnego obrazu siebie,
- tworzenie warunków do rozwoju umysłu, empatii i zdolności przyjmowania perspektywy drugiego człowieka, które służą wspieraniu rozwoju umiejętności współpracy, umiejętności rozwiązywania problemów/konfliktów oraz umiejętności podejmowania samodzielnych decyzji,
- Zachęcanie do zdrowego stylu życia poprzez zwiększanie wiedzy o własnym ciele, negatywnych wpływach społecznych, decyzjach prozdrowotnych, zagrożeniach i konsekwencjach związanych z używaniem substancji psychoaktywnych i leków

Spójrz inaczej - program uniwersalny uwzględniający istotne czynniki ryzyka i czynniki chroniące m.in.:

Czynniki ryzyka

- deficyty umiejętności psychospołecznych,
- niskie poczucie własnej wartości,
- zachowania agresywne lub destrukcyjne w klasie,
- pozytywne oczekiwania wobec działania substancji psychoaktywnych
- wczesny wiek inicjacji alkoholowej i nikotynowej,
- niska pozycja w grupie rówieśniczej

Czynniki chroniące

- umiejętności psychospołeczne i mechanizmy samokontroli,
- umiejętności dotyczące rozpoznawania i odpierania presji, budowania planów i celów życiowych,
- wzmacnianie zdrowych reguł współżycia w grupie,
- rozwijanie umiejętności wychowawczych nauczycieli
- wspieranie pozytywnego klimatu klasy i szkoły.
- opóźnienie inicjacji alkoholowej/ nikotynowej

Treści programowe

I. Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć

- 1. Uczucia przeżywane przez człowieka**
 - rozpoznawanie i nazywanie uczuć,
 - uświadamianie sobie i akceptacja uczuć – własnych i uczuć innych osób,
 - radzenie sobie z trudnymi uczuciami
 - uczenie się sposobów pozytywnego wpływania na swój nastrój oraz nastroj innych.
- 2. Poczucie własnej wartości /pozytywna samoocena**
 - dostrzeganie własnej niepowtarzalności,
 - akceptowanie własnego wyglądu
 - świadomość swoich sukcesów i mocnych stron,
 - docenianie siebie i innych
 - radzenie sobie z negatywnym myśleniem
- 3. Świadomość zmian we własnym życiu i rozwoju**
 - rozwój jako proces,
 - indywidualne tempo zmian.
 - plany na przyszłość i warunki ich realizacji.
 - dorosłość i dojrzałość.

Treści programowe

II. Uczestnictwo w grupie

1. Rozumienie innych ludzi

- dostrzeganie i akceptowanie różnic w wyglądzie, zachowaniu i upodobaniach,
- dostrzeganie wyjątkowości i niepowtarzalności każdego,
- docenianie innych.

2. Uczeń jako członek różnych grup

- rodzina; rodzaje rodzin, znaczenie rodziny, moja rola w rodzinie
- rozumienie różnych sytuacji rodzinnych.
- klasa szkolna, przyjaźń i koleżeństwo
- wzajemny wpływ, pomaganie i otrzymywanie pomocy.
- istnienie i przestrzeganie norm, reguł i zasad
- współdziałanie i współpraca.
- wpływ grupy na jednostkę

Treści programowe

III. Rozwiązywanie problemów

1. Podejmowanie decyzji

- Kryteria służące podejmowaniu decyzji,
- Emocje towarzyszące podejmowaniu decyzji.
- Rozważanie konsekwencji przy podejmowaniu decyzji.
- Decyzje związane z ryzykiem .
- Zmiana decyzji.

2. Rozwiązywanie problemów i konfliktów

- Strategie rozwiązywania problemów.
- Rozwiązywanie problemów klasowych.
- Konflikt jako naturalne zjawisko w kontaktach z innymi.
- Podstawy wiedzy o konfliktach
- Sposoby rozwiązywania konfliktów

3. Sytuacje trudne w kontaktach z innymi

- Radzenie sobie ze złością, odrzuceniem, wstydem, dokuczaniem, skarżeniem.
- Agresja i przemoc w szkole – sposoby zapobiegania i radzenia sobie z nimi.

Treści programowe

IV. Dbanie o zdrowie i wiedza na temat uzależnień

1. Potrzeby człowieka

- rozpoznawanie swoich potrzeb
- Związek między zachowaniami a zaspokojeniem potrzeb.
- Przyzwyczajenia, nawyki i ich rozpoznawanie. Potrzeby a zachcianki.

2. Dbanie o zdrowie

- zdrowy i niezdrowy sposób życia,
- Podejmowanie właściwych decyzji zdrowotnych.
- Równowaga fizyczna i psychiczna.
- Odróżnianie produktów korzystnych i szkodliwych dla zdrowia.
- Zasady używania i przyjmowania lekarstw.

3. Substancje psychoaktywne

- Przyczyny i skutki używania nikotyny.
- Alkohol i jego działanie, przyczyny używania alkoholu, szkody związane z używaniem alkoholu
- mechanizm uzależnienia od alkoholu ,
- współuzależnienie w rodzinie z problemem alkoholowym.
- Narkotyki – przyczyny i skutki ich używania.

Program jest nastawiony na:

- wspieranie dzieci w środowisku szkolnym, które w tym okresie rozwojowym staje się naturalnym miejscem rozwijania umiejętności psychospołecznych;
- psychoedukację nauczycieli, którzy są głównymi realizatorami programu, polegającą na wspieraniu rozwoju ich podstawowych umiejętności wychowawczych, uwrażliwianiu na potrzeby dzieci oraz na nauce odpowiednich sposobów kontaktowania się z dzieckiem.

Sposób prowadzenia zajęć

- Zajęcia prowadzone w szkole metodami aktywnymi, raz w tygodniu na jednej godzinie lekcyjnej
- Aktywne techniki pracy z grupą - praca w kręgu, granie ról, dyskusja, praca w małych grupach, techniki plastyczne.
- Prowadzący – przeszkolony nauczyciel, pedagog lub psycholog

Badania nad skutecznością programu „Spójrz Inaczej”

Prof. Maria Deptuła (1994)

- zmniejszenie odsetka dzieci odrzucanych przez rówieśników i izolowanych
- polepszenie stosunku emocjonalnego dzieci do swoich kolegów i koleżanek w klasie
- korzystne zmiany pozycji dzieci w strukturze popularności

Dr hab. Krzysztof Ostaszewski (1995-96)

- korzystne zmiany w wiedzy dotyczącej zachowań służących zdrowiu
- poszerzenie wiedzy o substancjach chemicznych mogących stanowić zagrożenie dla zdrowia

Dr Agnieszka Misiuk (2015)

- dzieci uczestniczące w zajęciach „Spójrz Inaczej” zajmują bardziej korzystną pozycję w klasie szkolnej
- postrzegają siebie wzajemnie bardziej przychylnie, są do siebie bardziej przyjaźnie nastawione, co stwarza im lepsze możliwości rozwoju i trenowania własnych kompetencji

Skuteczność Programu wg nauczycieli

- lepsze przystosowanie się uczniów do wymagań szkolnych,
- większa otwartość uczniów i gotowość do współpracy z innymi
- wzrost więzi między dziećmi
- polepszenie relacji między wychowawcą a uczniami.

Stowarzyszenie Psychoprofilaktyki **„Spójrz Inaczej”** **w Starachowicach**

- Szkolenia dla realizatorów programu „Spójrz Inaczej” na terenie całej Polski od 1993 roku
- 27 trenerów
- Około 22 000 przeszkolonych realizatorów



**Czy program „Spójrz inaczej”
jest potrzebny
we współczesnej szkole?**

Problemy współczesnego wychowania



- Wartości zmieniają się z pokolenia na pokolenie, problem z poczuciem tożsamości
- Tracą na znaczeniu tradycyjne instytucje, a ich rolę przejmuje grupa rówieśnicza i popularna kultura
- Popularność „ideologii przyjemności”
- Powierzchnowość i tymczasowość kontaktów międzyludzkich
- Oczekiwanie zmian, zanik potrzeby stabilności

Program SI - odpowiedzią na wyzwania i problemy współczesnej edukacji i wychowania

„Na wiedzę współczesnego człowieka niezbędną dla adekwatnego funkcjonowania we wszystkich wymiarach życia składa się wiedza:

- *o otaczającym świecie*
- *o relacjach ja-świat*
- *o sobie samym”*

prof. Mirosława Nowak-Dziemianowicz

Problemem jest pomijanie w szkole kluczowych umiejętności m.in.:

- *inteligencja emocjonalna,*
- *budowanie relacji i związków,*
- *komunikacja międzyludzka,*
- *rozwiązywanie problemów,*
- *dbanie o ciało, dbanie o zdrowie*

prof. Dorota Klus-Stańska

Program SI – narzędziem rozwoju kapitału społecznego

- *„Kapitał społeczny to przede wszystkim umiejętności społeczne, które pozwalają współpracować z innymi. Umiejętność współdziałania czy zaufanie do innych stają się jednymi z ważniejszych cech rozwoju w sytuacji, gdy rozwój w coraz mniejszym stopniu zależy od wysiłku pojedynczych osób, a jest efektem pracy zespołowej. Na poziomie każdego człowieka kapitał społeczny w dużej mierze zależy od jego umiejętności społecznych – nawiązywania i utrzymywania kontaktów, a także funkcjonowania w różnych mniej lub bardziej formalnych powiązaniach.”*

Program SI – rozwój empatii

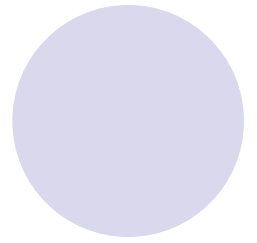
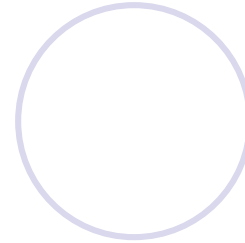
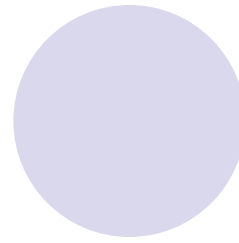
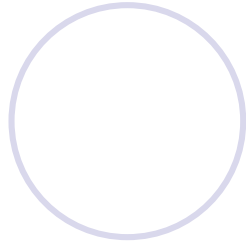
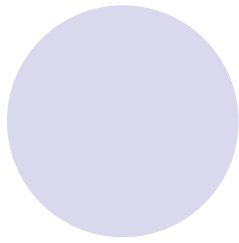
„Postrzegamy innych jako empatycznych, gdy czujemy, że działają oni lub w inny sposób uwzględniają bezpośrednio lub nieokreślony sposób nasze wartości i motywacje, naszą wiedzę i nasze umiejętności lub kompetencje, ale przede wszystkim, kiedy przejawiają one rozpoznanie naszych działań w sposób, który można przyjąć jako ich uznanie.”

W. Schwartz

Empatia rozwija sztukę koncentracji, uważnego słuchania i rozumienia innych.

W oparciu o empatię możemy:

- świadomie budować relacje i tworzyć wspólnotę,
- prowadzić spór, konstruktywnie się konfrontować



Dziękuję!