

BUSOLA

PROGRAM PROFILAKTYCZNY BUSOLA – PODRÓŻ W BEZPIECZNY ŚWIAT

Autorzy: **Mariola Niedoba, Adam Just, Anna Karczewska**
Fundacja Centrum Rozwoju Rodziny PROGRESJA



Opis problemu:

Pomimo szeroko prowadzonej profilaktyki na terenie szkół, statystyka nadal wskazuje na wzrost pewnych specyficznych zachowań problemowych dzieci i młodzieży. Poza typowymi, znanymi od lat formami zachowań problemowych (np. spożywanie alkoholu, palenie papierosów, zażywanie „tradycyjnych” narkotyków), w ostatnich latach doszła cała gama specyficznych zachowań problemowych, na które zwracają uwagę specjaliści, nauczyciele, rodzice oraz media. Do zachowań tych zaliczyć można: zażywanie środków psychoaktywnych, cyberprzemoc, dręczenie rówieśników (bullying), próby samobójcze, uzależnienia od komputera i Internetu, telefonów komórkowych (fonoholizm), drastyczne diety będące wynikiem zaburzonego obrazu siebie (zaburzenia anorektyczne i bulimiczne). Jak wynika z opracowań zawartych w Rządowym programie na lata 2014 - 2016 „Bezpieczna i Przyjazna Szkoła”, przyjętym Uchwałą Rady Ministrów 8 lipca 2014 roku, nadal realnymi problemami pozostają ww. zachowania dzieci i młodzieży. W ostatnich 5 latach wzrósł o około 5 % odsetek uczniów z klas V i VI szkoły podstawowej doświadczających dręczenia ze strony rówieśników (bullying) i odsetek przyznających się do dręczenia kolegów. Istotnie wzrósł wpływ portali społecznościowych na codzienne życie nastolatków. Jak wynika z badań 90% młodzieży gimnazjalnej posiada konto przynajmniej na jednym z portali społecznościowych. Kontakty w sieci stanowią więc realne zagrożenie bezpieczeństwa korzystającej z niej młodzieży. Potwierdzają to badania z 2011 roku: „Ponad 31% badanych gimnazjalistów przynajmniej raz celowo wykluczało kogoś lub nie

dopuszczało do grona znajomych w Internecie, żeby mu dokuczyć. Niemal 2/5 wysyłało przynajmniej raz wiadomości przez komunikator, aby kogoś obrazić lub wystraszyć. Ponad 36% obrażało lub wyzywało podczas gier online, niemal co dziesiąty robił to raz lub kilka razy dziennie” (Rządowy program „Bezpieczna...” 2014, s.13). Także z danych Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego wynika, że liczba samobójstw wśród uczniów ostatniej klasy gimnazjum i uczniów liceum systematycznie rośnie. Wyniki prowadzonych badań, których celem jest analiza zjawiska i dynamika zmian w obszarze zachowań problemowych dzieci i młodzieży szkolnej wskazują jednoznacznie, że mimo podejmowanych działań profilaktycznych ich skuteczność nie jest dostateczna. Wnioski z badań często zawierają sugestie o konieczności zmian w podejściu do profilaktyki. Akcentuje się znaczenie jakie odgrywają w profilaktyce: 1) odkrywanie i wzmacnianie zasobów i potencjału jednostki, w tym promowanie pozytywnych umiejętności życiowych u dzieci i młodzieży oraz 2) odkrywanie i wzmacnianie zasobów i potencjałów bliskiego dziecku środowiska, rodzinnego i szkolnego (Bernard B., Resnick MD, Ireland M, BorowskyI.)

Cel główny programu BUSOLA: Kształtowanie prawidłowego procesu adaptacji i zmian rozwojowych oraz odporności dzieci na czynniki ryzyka i trudności sytuacji życiowych - zapobieganie problemom i zachowaniom problemowym dzieci

Cel szczegółowy 1: Zwiększenie świadomości w zakresie własnych zasobów i możliwości oraz ich wykorzystania w budowaniu prawidłowych relacji z innymi, poprzez:

- zwiększenie wiedzy na temat ról społecznych jakie pełni każdy człowiek
- poszerzenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach społecznych, kiedy pełnimy jednocześnie kilka ról
- ugruntowanie i rozbudowanie obrazu samego siebie w oparciu o analizę działań podejmowanych przez dzieci i analizę źródeł samooceny

(zeszyt: CO O SOBIE WIEM?)

Cel szczegółowy 2: Zwiększenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach problemowych oraz zwiększenie liczby zachowań o charakterze pomocy rówieśniczej, poprzez:

- poszerzenie wiedzy na temat sposobów przekształcania sytuacji problemowej w oczekiwaną, korzystną zmianę
- doskonalenie umiejętności poszukiwania rozwiązań własnych problemów
- zbudowanie przekonania, że w sytuacjach problemowych mogą zawsze liczyć na pomoc ze strony bliskich osób

(zeszyt: MAM PROBLEM – JAK GO ROZWIĄZAĆ?)

Cel szczegółowy 3: Zwiększenie stopnia uwewnętrznienia podstawowych norm i zasad społecznego funkcjonowania i pozytywnych postaw i wartości, poprzez:

- zwiększenie wiedzy na temat funkcji i roli jaką pełnią normy oraz zasady społecznego funkcjonowania
- zwiększenie ilości pozytywnych zachowań w stosunku do rówieśników, zgodnych z promowanymi normami współżycia społecznego
- zwiększenie rozumienia zasadności stosowania określonych zasad i norm społecznych oraz związku pomiędzy zasadami postępowania a poczuciem bezpieczeństwa

(zeszyt: PO CO NAM ZASADY?)

Cel szczegółowy 4: Zwiększenie umiejętności empatycznych oraz doskonalenie umiejętności podejmowania działań o charakterze naprawczym w celu naprawienie wyrządzonej szkody, poprzez:

- poszerzenie wiedzy na temat świadomego i nieświadomego przekraczania zasad i reguł społecznego funkcjonowania
- zwiększenie wrażliwości na krzywdzące działania innych osób

(zeszyt: A CO JEŚLI ZŁAMIĘ ZASADY?)

Cel szczegółowy 5: Doskonalenie umiejętności planowania czasu wolnego i przeciwdziałania zjawisku „nudy”, poprzez:

- dokonanie analizy własnych aktywności pod kątem atrakcyjności podejmowanych działań
- zwiększenie umiejętności planowania i korzystania z technik zarządzania czasem
- zwiększenie świadomości w zakresie własnych pasji i zainteresowań

(zeszyt: MAGICZNY CZAS)

Podstawowe założenia programu:

Program profilaktyczny **BUSOLA** ukierunkowany jest na rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych dzieci w wieku 9 – 13 lat, poprawę ich psychospołecznego funkcjonowania oraz zapobieganie zachowaniom problemowym. Wpływa na kształtowanie prawidłowego procesu adaptacji oraz odporności dzieci na czynniki ryzyka i trudności sytuacji życiowych, z uwzględnieniem prawidłowości dotyczących zmian rozwojowych.

Opracowany w 2014 roku przez specjalistów Fundacji Progresja program stanowi propozycję nowoczesnych działań profilaktycznych opartych na dwóch podstawowych filarach: profilaktyce pozytywnej oraz profilaktyce zintegrowanej. Zdaniem autorów profilaktyka adresowana do

najmłodszych, opierająca się na czynnikach chroniących dziecko i umożliwiających prawidłowy przebieg rozwoju dziecka oraz prawidłową adaptację pomimo czynników ryzyka i trudnych sytuacji życiowych z którymi dziecko się styka, zwiększa istotnie skuteczność oddziaływań profilaktycznych o charakterze pozytywnym (wskazują na to także wyniki najnowszych badań, cyt. w *Rządowym Programie Bezpieczna Szkoła; 2014*). Podstawą przy konstruowaniu programu BUSOLA było również założenie, że tematyka zajęć i dobór problemów musi uwzględniać wiek rozwojowy dziecka i to właśnie problemy wieku rozwojowego, w jakim znajduje się dziecko muszą znajdować swoje odzwierciedlenie w treściach programu oraz metodyce. Kluczowym jest więc ujęcie różnego rodzaju zachowań problemowych (np. picia alkoholu, sięgania po substancje psychoaktywne, przemocy), mających to samo źródło. Program BUSOLA koncentruje się więc na zagadnieniach ważnych dla danego okresu rozwojowego oraz zmianach, nie tyle określonych zachowań lecz zmianach w obrębie stylu życia (wyborów prozdrowotnych i prospołecznych postaw).

Założenia profilaktyki zintegrowanej odzwierciedla też sama struktura programu. Program profilaktyczny BUSOLA jest programem modułowym. W roku 2014 powstał moduł II adresowany do uczniów szkół podstawowych (klas IV – VI): „BUSOLA – Podróż w bezpieczny świat”. W trakcie opracowywania są dwa pozostałe moduły, adresowane do uczniów najmłodszych klas szkoły podstawowej (I – III): „BUSOLA. Klik – klak, poznajemy świat” oraz uczniów gimnazjum („BUSOLA – Na morzu uczuć i emocji”). Jednym z założeń programu było stworzenie takiej formy aby mógł on być realizowany w trakcie godzin lekcyjnych (dostosowanie czasu trwania pojedynczych zajęć do systemu lekcyjnego), a prowadzącym był nauczyciel – wychowawca, pełniący rolę profesjonalisty.

Opis programu:

Zajęcia programu „BUSOLA – Podróż w bezpieczny świat” stanowią zamknięty cykl 7 spotkań i oparte są o aktywną pracę warsztatową z małą grupą. Atutem programu są także opracowane zeszyty pracy indywidualnej dla każdego dziecka, zawierające ćwiczenia wykonywane wspólnie w grupie lub indywidualnie podczas spotkania w szkole, dodatkowo wzbogacone o dwa ćwiczenia do pracy z rodzicem w domu (forma ta pozwala włączyć w proces zmian rodziców).

Zeszyty indywidualne mają bardzo atrakcyjną formę i kolorową szatę graficzną, co zostało dostrzeżone, docenione i wysoko ocenione przez wszystkie dzieci uczestniczące w pilotażu programu.

Historia powstania programu:

Pomysł opracowania nowatorskiego, opartego o założenia profilaktyki pozytywnej i profilaktyki zintegrowanej programu profilaktycznego, powstał w Fundacji Progresja w roku 2013. Wtedy to ruszyły pierwsze prace nad koncepcją programu BUSOLA. Stanowiły one odpowiedź na zgłaszane do fundacji częste pytania nauczycieli o nowe programy profilaktyczne adresowane do dzieci, które miałyby atrakcyjną formę.

Ponieważ autorzy programu wywodzą się z różnych środowisk zawodowych (psychologia, pedagogika - socjoterapia, resocjalizacja) oraz posiadają wieloletnie doświadczenie w pracy profilaktycznej z dziećmi, młodzieżą jak również w pracy z rodzinami, umożliwiło im to spojrzenie z wielu różnych płaszczyzn na problemy dotyczące zachowań, rozwoju i funkcjonowania dzieci i młodzieży.

W 2014 roku, dzięki pomocy finansowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko – Mazurskiego w Olsztynie opracowane zostały scenariusze konkretnych zajęć, zeszyty pracy indywidualnej dla uczniów, podręcznik realizatora oraz przeprowadzone zostało szkolenie dla 10 nauczycieli. Uczestnicy szkolenia przeprowadzili zajęcia pilotażowe programem BUSOLA – Podróż w bezpieczny świat, w których wzięło udział 100 uczniów szkół podstawowych. Na tej podstawie, w oparciu o ocenę uczestników i realizatorów, przeprowadzona została także ewaluacja programu.

Ciekawą i atrakcyjną formę graficzną zeszytom pracy indywidualnej zapewнили graficy biura projektowego z Gdyni.

Fundacja Centrum Rozwoju Rodziny PROGRESJA, z siedzibą w Ostródzie aktualnie realizuje szkolenia dla realizatorów programu profilaktycznego „BUSOLA – Podróż w bezpieczny świat”. Istnieje także możliwość zorganizowania szkolenia w miejscu wskazanym przez zamawiającego (po uzgodnieniach z realizatorem).

Grupa szkoleniowa: 10 – 12 osób

Czas trwania szkolenia: 10 godzin i 5 godzin konsultacji indywidualnych

Koszt uczestnictwa w szkoleniu: 300 zł / osoba

Uczestnicy, którzy ukończą szkolenie otrzymują:

certyfiakat uprawniający do prowadzenia zajęć Programem BUSOLA, otrzymują także podręcznik dla realizatora, zawierający szczegółowe scenariusze zajęć, komplet zeszytów do pracy indywidualnej dla ucznia oraz zeszyty w formie elektronicznej.

Informacje udzielane są pod numerem tel. **509 138 052**