



## **Program wychowawczo - profilaktyczny na rok szkolny 2026/2027**

### **1. Podstawa i założenia programu**

Program wychowawczo-profilaktyczny został opracowany dla ..... i przeznaczony jest do realizacji w roku szkolnym 2026/2027.

Program obejmuje uczniów liceum ogólnokształcącego .....

Szkoła liczy około xxxx uczniów i y oddziałów klasowych.

Istotną cechą społeczności szkolnej jest ... udział uczniów pochodzących z innych krajów stanowiących znaczącą, a w części społeczności szkolnej przeważającą grupę uczniów. Zróżnicowanie narodowościowe i kulturowe społeczności szkolnej wymaga uwzględnienia w działaniach wychowawczych i profilaktycznych potrzeb związanych z:

- integracją uczniów polskich i innych narodowości,
- budowaniem poczucia przynależności i bezpieczeństwa w społeczności szkolnej,
- przeciwdziałaniem wykluczeniu, dyskryminacji, stereotypizacji i konfliktom na tle narodowościowym lub kulturowym,
- wspieraniem uczniów w procesie adaptacji do środowiska szkolnego i społecznego,
- uwzględnianiem barier językowych i komunikacyjnych,
- wzmacnianiem kompetencji społecznych i międzykulturowych uczniów,
- wspieraniem młodzieży znajdującej się w sytuacji migracji, rozłąki rodzinnej lub innych trudnych doświadczeń życiowych,
- tworzeniem warunków umożliwiających korzystanie z pomocy psychologiczno-pedagogicznej niezależnie od narodowości i poziomu znajomości języka polskiego.

W programie przyjęto założenie, że skuteczna profilaktyka w szkole ponadpodstawowej powinna być dostosowana do wieku młodzieży, jej aktualnych potrzeb rozwojowych oraz rzeczywistych problemów występujących w środowisku szkolnym. Działania podejmowane przez szkołę w roku 2026/2027 będą zatem wynikały z diagnozy potrzeb uczniów, rodziców i nauczycieli oraz z analizy czynników ryzyka i czynników chroniących obecnych w społeczności szkolnej.

Głównym założeniem programu jest stworzenie środowiska szkolnego sprzyjającego bezpieczeństwu, zdrowiu psychicznemu, prawidłowym relacjom społecznym, integracji oraz wszechstronnemu rozwojowi młodzieży.

Działania programu będą miały charakter:

- uniwersalny - skierowany do całej społeczności uczniowskiej,
- selektywny - skierowany do uczniów lub grup znajdujących się w sytuacji podwyższonego ryzyka,

- wskazujący - obejmujący indywidualne wsparcie uczniów, u których występują już określone trudności emocjonalne, społeczne, wychowawcze lub zachowania ryzykowne.

Realizatorami programu będą przede wszystkim: psycholog szkolny, pedagog szkolny, wychowawcy klas oraz nauczyciele, przy współpracy z dyrekcją szkoły, rodzicami/opiekunami uczniów oraz - w zależności od potrzeb - specjalistami i instytucjami zewnętrznymi.

Program zakłada szczególne znaczenie współpracy całej społeczności szkolnej, w tym uczniów różnych narodowości oraz budowanie atmosfery opartej na wzajemnym szacunku, odpowiedzialności, tolerancji, dialogu i reagowaniu na sytuacje zagrażające bezpieczeństwu lub dobrostanowi psychicznemu młodzieży.

## **2. Diagnoza sytuacji szkoły**

Diagnoza sytuacji wychowawczej i profilaktycznej szkoły wskazuje na występowanie kilku istotnych obszarów wymagających systematycznych działań wspierających, profilaktycznych i wychowawczych. Problemy te mają różne nasilenie i nie dotyczą wszystkich uczniów, jednak ich powtarzalność oraz wpływ na funkcjonowanie młodzieży uzasadniają uwzględnienie ich w programie wychowawczo-profilaktycznym na rok szkolny 2026/2027.

### **2.1. Zdrowie psychiczne i dobrostan uczniów**

W społeczności szkolnej obserwowane są trudności związane ze zdrowiem psychicznym młodzieży. Występują przypadki:

- obniżonego nastroju,
- nasilonego lęku,
- objawów depresyjnych,
- kryzysów emocjonalnych,
- samookaleczeń,
- myśli rezygnacyjnych i samobójczych,
- trudności w regulacji emocji.

Zjawiska te nie mają charakteru dominującego w całej populacji uczniów, jednak pojawiają się na tyle regularnie, że wymagają utrzymania dostępnego systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej, wczesnego rozpoznawania sygnałów ostrzegawczych oraz rozwijania kompetencji nauczycieli i wychowawców w zakresie reagowania na kryzys psychiczny ucznia.

Dodatkowo obserwuje się u części uczniów oznaki przemęczenia i niewystarczającej regeneracji, m.in. zasypianie podczas lekcji, trudności z koncentracją oraz regularne spóźnianie się na pierwsze zajęcia. Może to pozostawać w związku zarówno z organizacją dnia uczniów, higieną snu, korzystaniem z urządzeń cyfrowych, jak i z dużym obciążeniem wynikającym z wielogodzinnego pobytu w szkole.

### **2.2. Frekwencja i odpowiedzialność za obowiązek szkolny**

Jednym z wyraźnie widocznych problemów występujących w szkole jest wysoka absencja części uczniów, spóźnienia oraz unikanie wybranych zajęć.

Zaobserwowano również zjawisko świadomego „zarządzania” nieobecnościami przez część młodzieży. Uczniowie kontrolują liczbę opuszczonych zajęć przede wszystkim pod kątem zachowania możliwości klasyfikacji, zamiast traktować regularne uczestnictwo w lekcjach jako element procesu uczenia się.

W sytuacji błędnego oszacowania liczby nieobecności problem często ujawnia się dopiero pod koniec semestru lub roku szkolnego, kiedy możliwości uzupełnienia zaległości lub poprawy frekwencji już się wyczerpały. Powoduje to napięcie, stres ucznia i jego rodziny, a także konieczność podejmowania przez szkołę działań interwencyjnych.

Wskazuje to na potrzebę rozwijania u młodzieży:

- odpowiedzialności za własne decyzje,
- umiejętności przewidywania konsekwencji,
- systematyczności,
- planowania długoterminowego,
- rozumienia korelacji pomiędzy frekwencją, przyswajaniem wiedzy i osiągnięciami szkolnymi.

### **2.3. Motywacja do nauki, trudności edukacyjne i przeciążenie**

Istotnym wyzwaniem pozostaje niska lub niestabilna motywacja części uczniów do systematycznej nauki.

Obserwuje się odkładanie nauki i poprawiania ocen, brak regularnego przygotowywania się do zajęć oraz narastanie zaległości edukacyjnych. Niejednokrotnie uczeń podejmuje działania dopiero w sytuacji zagrożenia oceną niedostateczną lub brakiem klasyfikacji.

Pojawia się mechanizm kumulowania trudności: niepoprawiona ocena niedostateczna zostaje uzupełniona kolejnymi ocenami niedostatecznymi, co powoduje zwiększenie liczby obowiązków i narastanie poczucia przeciążenia. W konsekwencji uczeń może doświadczać stresu, poczucia bezradności i dalszego spadku motywacji.

Jednocześnie należy uwzględnić rzeczywiste obciążenie czasowe uczniów, szczególnie w technikum. W zależności od organizacji zajęć i specyfiki kształcenia w niektórych okresach może występować zwiększone obciążenie czasowe, które ogranicza możliwość odpoczynku, nauki własnej, aktywności fizycznej i życia społecznego.

Szczególnego znaczenia nabiera zatem rozwijanie umiejętności:

- zarządzania czasem,
- planowania nauki,
- ustalania priorytetów,
- dzielenia dużych zadań na mniejsze etapy,
- regularnego poprawiania ocen i uzupełniania zaległości,
- realistycznego przewidywania konsekwencji swoich decyzji,
- radzenia sobie ze stresem związanym z maturą i egzaminami zawodowymi.

## **2.4. Relacje rówieśnicze, konflikty i przemoc**

Relacje pomiędzy uczniami stanowią jeden z najważniejszych obszarów wymagających działań profilaktycznych.

Występują:

- konflikty rówieśnicze,
- wykluczanie z grupy,
- izolowanie pojedynczych uczniów,
- wyśmiewanie,
- przemoc psychiczna,
- agresja słowna,
- zachowania o charakterze poniżającym,
- eskalowanie drobnych nieporozumień do poważniejszych konfliktów.

Część konfliktów rozpoczyna się od pozornie błahych sytuacji, jednak ze względu na trudności młodzieży w komunikacji, regulacji emocji i rozwiązywaniu sporów może szybko prowadzić do eskalacji.

Wskazuje to na potrzebę systematycznej pracy nad:

- komunikacją interpersonalną,
- rozwiązywaniem konfliktów,
- empatią,
- szacunkiem do granic drugiej osoby,
- reagowaniem na wykluczenie,
- odpowiedzialnością świadków przemocy,
- sposobami szukania pomocy.

## **2.5. Integracja uczniów polskich i innych narodowości**

Specyfika szkoły związana z bardzo dużym udziałem młodzieży innej narodowości powoduje konieczność szczególnego uwzględnienia procesów integracyjnych.

Funkcjonowanie klas jest pod tym względem zróżnicowane. W oddziałach, w których liczba uczniów polskich i innych narodowości jest bardziej zrównoważona, częściej obserwuje się powstawanie odrębnych grup rówieśniczych, które są jednak zdolne do względnie poprawnego współistnienia i współpracy.

Większe trudności mogą pojawiać się w klasach, w których jedna grupa narodowościowa zdecydowanie dominuje liczebnie. Szczególnie staje się wówczas istotna sytuacja pojedynczych uczniów należących do mniejszości w danej klasie. W takich przypadkach może dochodzić do:

- poczucia osamotnienia,
- izolacji,
- trudności z wejściem do grupy,
- ograniczonego poczucia przynależności,
- wykluczenia społecznego.

Wymaga to zauważenia przez nauczycieli, wychowawcę klasy, a następnie pracy nie tylko z pojedynczym uczniem, ale przede wszystkim z całym zespołem klasowym.

W szkole przyjęto założenie, że działania integracyjne powinny być prowadzone w sposób, który nie wzmacnia podziału na „Polaków” i „Obcokrajowców”, ale pozwala młodzieży budować wspólną tożsamość uczniów jednej klasy i jednej szkoły.

## **2.6. Funkcjonowanie cyfrowe młodzieży**

Korzystanie przez młodzież z telefonów, mediów społecznościowych, komunikatorów, gier oraz innych form aktywności cyfrowej stanowi istotny element ich codziennego funkcjonowania.

W roku szkolnym 2026/2027 wskazane jest pogłębienie diagnozy dotyczącej:

- czasu korzystania z urządzeń cyfrowych,
- używania telefonu w godzinach nocnych,
- wpływu urządzeń cyfrowych na sen i koncentrację,
- cyberprzemocy,
- konfliktów przenoszonych pomiędzy środowiskiem internetowym i szkolnym,
- uzależnień behawioralnych,
- bezpiecznego korzystania z mediów społecznościowych.

Obszar ten powinien być analizowany w powiązaniu z obserwowanym przemęceniem uczniów, problemami ze snem, koncentracją i spóźnieniami na pierwsze lekcje.

## **2.7. Używanie substancji psychoaktywnych**

W środowisku szkolnym występują zachowania związane z używaniem substancji psychoaktywnych.

Szczególnie widocznym problemem jest palenie papierosów i e-papierosów, w tym podejmowanie prób palenia w szkolnych toaletach i innych miejscach na terenie szkoły lub w jej bezpośrednim otoczeniu.

W odniesieniu do młodzieży należy również uwzględniać ryzyko kontaktu z alkoholem, marihuaną i innymi substancjami psychoaktywnymi. Dlatego niezbędne jest prowadzenie profilaktyki opartej nie tylko na przekazywaniu informacji o szkodliwości substancji, ale także na rozwijaniu:

- umiejętności odmawiania,
- świadomości konsekwencji zdrowotnych i społecznych,
- odpowiedzialności za własne wybory,
- umiejętności radzenia sobie z presją grupy,
- alternatywnych sposobów regulowania napięcia i stresu.

## **2.8. Zachowania problemowe i relacje uczeń-nauczyciel**

W szkole występują również zachowania takie jak:

- wulgaryzmy,
- agresja słowna,
- łamanie ustalonych zasad,
- niewłaściwe zachowanie podczas zajęć,
- konflikty pomiędzy uczniami a nauczycielami.

Analiza tych sytuacji wskazuje, że trudności w relacji uczeń-nauczyciel nie zawsze mają charakter jednostronny. W niektórych sytuacjach sposób komunikowania się, reagowania na zachowanie ucznia lub egzekwowania wymagań przez osoby dorosłe może prowadzić do eskalacji napięcia.

Z tego względu działania profilaktyczne powinny obejmować zarówno uczniów, jak i nauczycieli.

Szczególnie istotne jest rozwijanie kompetencji w zakresie:

- komunikacji bez eskalacji konfliktu,
- stawiania jasnych granic,
- konsekwentnego egzekwowania zasad,
- oddzielania oceny zachowania ucznia od oceny jego osoby,
- reagowania na prowokację,
- prowadzenia rozmów w sytuacjach konfliktowych,
- budowania autorytetu opartego na konsekwencji i relacji, a nie na konfrontacji.

## **2.9. Sytuacja rodzinna i mieszkaniowa uczniów**

Część uczniów doświadcza trudności wynikających z sytuacji rodzinnej lub życiowej.

Dotyczy to m.in.:

- ograniczonego wsparcia ze strony rodziny,
- rozłąki z rodzicami,
- migracji,
- pozostawiania rodziców lub części rodziny poza granicami Polski,
- zamieszkiwania w bursach lub internatach,
- ograniczonej codziennej kontroli i pomocy osoby dorosłej.

W przypadku młodzieży mieszkającej poza domem rodzinnym szczególnego znaczenia nabierają umiejętności samodzielnej organizacji życia, zarządzania czasem, dbania o sen, naukę, odpoczynek oraz własne bezpieczeństwo.

## **2.10. Zarządzanie czasem, konsekwencjami i ryzykiem**

Jednym z istotnych wniosków wynikających z obserwacji funkcjonowania uczniów jest występowanie trudności związanych z planowaniem, przewidywaniem konsekwencji i zarządzaniem ryzykiem.

Część młodzieży funkcjonuje w perspektywie krótkoterminowej - reaguje dopiero wtedy, gdy problem staje się pilny. Dotyczy to zarówno nauki, poprawiania ocen, frekwencji, jak i organizacji codziennych obowiązków.

Przykładem jest odkładanie poprawy pierwszej oceny niedostatecznej, co zwiększa prawdopodobieństwo pojawienia się kolejnych zaległości i powoduje późniejsze spiętrzenie obowiązków.

Podobny mechanizm jest widoczny w przypadku absencji - konsekwencje są analizowane dopiero po przekroczeniu lub zbliżeniu się do granicy umożliwiającej klasyfikację.

W związku z tym jednym z ważnych obszarów profilaktyki powinno być rozwijanie kompetencji wykonawczych i życiowych, w szczególności:

- planowania,
- organizacji własnej pracy,
- zarządzania czasem,
- podejmowania decyzji,
- oceny ryzyka,
- przewidywania konsekwencji,
- ustalania priorytetów,
- monitorowania własnych postępów,
- podejmowania działań zanim problem osiągnie poziom kryzysowy.

## **2.11. Wnioski z diagnozy**

Na podstawie przeprowadzonej diagnozy za najważniejsze obszary wymagające działań wychowawczo-profilaktycznych uznaje się:

1. ochronę zdrowia psychicznego i wczesne reagowanie na kryzysy emocjonalne;
2. poprawę frekwencji oraz ograniczenie spóźnień i celowego unikania zajęć;
3. rozwijanie motywacji do nauki, systematyczności i odpowiedzialności za własny proces edukacyjny;
4. naukę zarządzania czasem, planowania i przewidywania konsekwencji;
5. przeciwdziałanie przemocy psychicznej, wykluczeniu i konfliktom rówieśniczym;
6. wzmacnianie integracji uczniów polskich i innych narodowości;
7. profilaktykę używania nikotyny, alkoholu i innych substancji psychoaktywnych;
8. profilaktykę problemowego korzystania z urządzeń cyfrowych i mediów społecznościowych;
9. poprawę jakości komunikacji w relacjach uczeń–uczeń oraz uczeń–nauczyciel;
10. wspieranie uczniów znajdujących się w trudnej sytuacji rodzinnej, migracyjnej lub mieszkających poza domem rodzinnym;
11. wzmacnianie kompetencji nauczycieli w zakresie budowania relacji, stawiania granic i reagowania na zachowania problemowe;
12. rozwijanie u uczniów odpowiedzialności, samodzielności oraz praktycznych kompetencji potrzebnych w dorosłym życiu.

### **3. Czynniki ryzyka i czynniki chroniące**

Na podstawie diagnozy sytuacji wychowawczej i profilaktycznej szkoły wyodrębniono czynniki ryzyka oraz zasoby wspierające prawidłowe funkcjonowanie uczniów. Stanowią one podstawę do planowania działań wychowawczych i profilaktycznych w roku szkolnym 2026/2027.

#### **3.1. Czynniki ryzyka**

Do najważniejszych czynników ryzyka występujących w środowisku szkolnym należą:

1. Trudności w zakresie zdrowia psychicznego i funkcjonowania emocjonalnego - obniżony nastrój, lęk, kryzysy emocjonalne, samookaleczenia, myśli rezygnacyjne i samobójcze, a także przemęczenie i niedostateczna regeneracja.
2. Niska lub niestabilna motywacja do nauki - odkładanie obowiązków, brak systematyczności, narastanie zaległości edukacyjnych oraz podejmowanie działań dopiero w sytuacji zagrożenia oceną niedostateczną lub brakiem klasyfikacji.
3. Trudności w planowaniu i przewidywaniu konsekwencji - problemy z zarządzaniem czasem, ustalaniem priorytetów, oceną ryzyka oraz odpowiednio wczesnym reagowaniem na pojawiające się trudności.
4. Wysoka absencja i spóźnienia - regularne opuszczanie zajęć, selektywne uczestnictwo w lekcjach oraz kontrolowanie liczby nieobecności głównie pod kątem możliwości uzyskania klasyfikacji.
5. Duże obciążenie czasowe uczniów - szczególnie w technikum, gdzie wielogodzinny pobyt w szkole może ograniczać czas na odpoczynek, regenerację, naukę własną i aktywność pozaszkolną.
6. Konflikty rówieśnicze i przemoc psychiczna - wykluczanie, izolowanie, wyśmiewanie, agresja słowna oraz trudności w konstruktywnym rozwiązywaniu konfliktów.
7. Trudności integracyjne w społeczności wielokulturowej - bariery językowe, tworzenie się zamkniętych grup, nierównowaga liczebna uczniów różnych narodowości w klasach oraz ryzyko izolacji uczniów pozostających w mniejszości.
8. Używanie nikotyny i innych substancji psychoaktywnych - w szczególności palenie papierosów i e-papierosów, także na terenie szkoły, oraz ryzyko związane z alkoholem, marihuaną i innymi substancjami.
9. Problemowe korzystanie z urządzeń cyfrowych - nadmierne korzystanie z telefonów, mediów społecznościowych i gier, mogące wpływać na sen, koncentrację, punktualność oraz relacje rówieśnicze.
10. Trudności w relacjach uczeń-nauczyciel - zróżnicowane sposoby komunikowania się, egzekwowania wymagań i reagowania na zachowania problemowe, mogące w niektórych sytuacjach prowadzić do eskalacji napięcia.
11. Trudności wynikające z sytuacji rodzinnej i życiowej - m.in. migracja, rozłąka z rodziną, ograniczone wsparcie dorosłych oraz funkcjonowanie poza domem rodzinnym, w tym zamieszkiwanie w bursach.

### 3.2. Czynniki chroniące i zasoby szkoły

Pomimo występujących trudności szkoła dysponuje zasobami, które mogą być wykorzystywane w działaniach wychowawczych i profilaktycznych.

#### 1. Aktywność samorządu uczniowskiego

Istotnym zasobem szkoły jest **działalność samorządu uczniowskiego**, który w minionym roku szkolnym wykazywał znaczącą aktywność.

Zaangażowanie uczniów w działalność samorządową sprzyja:

- rozwijaniu poczucia sprawczości,
- uczeniu odpowiedzialności,
- współdecydowaniu o życiu szkoły,
- rozwijaniu kompetencji organizacyjnych i społecznych,
- budowaniu więzi ze społecznością szkolną.

Samorząd uczniowski może być również ważnym partnerem przy planowaniu i realizacji działań profilaktycznych, integracyjnych i społecznych.

#### 2. Zaangażowanie społeczności szkolnej w działania charytatywne

Szkoła angażuje się w akcje społeczne i charytatywne, w tym m.in. organizowanie zbiórek na rzecz schronisk dla zwierząt.

Działania tego rodzaju mogą wzmacniać:

- empatię,
- wrażliwość na potrzeby innych,
- odpowiedzialność społeczną,
- umiejętność współpracy,
- poczucie wspólnego celu,
- doświadczenie własnej skuteczności i wpływu.

Stanowią one również naturalną przestrzeń do integrowania uczniów różnych klas i narodowości wokół wspólnego działania.

#### 3. Relacje wspierające pomiędzy uczniami a nauczycielami

Istotnym zasobem szkoły jest obecność nauczycieli i wychowawców, którzy budują z uczniami relacje oparte na szacunku, zrozumieniu i uważności na ich potrzeby.

W praktyce szkolnej widoczna jest gotowość do podejmowania współpracy z psychologiem i pedagogiem szkolnym oraz poszukiwania rozwiązań wspierających ucznia w sytuacjach trudnych.

Jednocześnie obserwuje się zróżnicowanie sposobów komunikowania się z młodzieżą, reagowania na zachowania problemowe oraz rozumienia emocjonalnych i rozwojowych potrzeb uczniów. Zasadne jest zatem dalsze rozwijanie kompetencji całej kadry w zakresie

komunikacji z młodzieżą, stawiania granic, prowadzenia rozmów w sytuacjach konfliktowych, reagowania na kryzysy oraz zapobiegania eskalacji trudnych sytuacji.

#### **4. Dostępność pomocy psychologiczno-pedagogicznej**

Zasobem szkoły jest obecność psychologa i pedagoga szkolnego, umożliwiająca podejmowanie działań diagnostycznych, konsultacyjnych, interwencyjnych i profilaktycznych.

Pozwala to na:

- rozpoznawanie trudności uczniów,
- podejmowanie interwencji w sytuacjach kryzysowych,
- prowadzenie konsultacji indywidualnych,
- wspieranie wychowawców i nauczycieli,
- współpracę z rodzicami i opiekunami,
- kierowanie uczniów do specjalistycznych form pomocy, gdy zachodzi taka potrzeba.

#### **5. Możliwość wykorzystania różnorodności społeczności szkolnej jako zasobu**

Wielokulturowość społeczności szkolnej, mimo że może wiązać się z określonymi trudnościami integracyjnymi, stanowi również potencjalny czynnik chroniący i rozwojowy.

Kontakt uczniów różnych narodowości może sprzyjać rozwijaniu:

- otwartości,
- tolerancji,
- kompetencji międzykulturowych,
- umiejętności współpracy z osobami o różnych doświadczeniach,
- elastyczności społecznej,
- szacunku dla różnic.

Warunkiem wykorzystania tego potencjału jest jednak świadome tworzenie sytuacji sprzyjających współpracy i budowaniu wspólnoty klasowej, zamiast utrwalania podziałów narodowościowych.

#### **6. Potencjał młodzieży do angażowania się w działania wspólnotowe**

Aktywność samorządu oraz udział uczniów w akcjach społecznych wskazują, że młodzież posiada potencjał do podejmowania działań wykraczających poza obowiązkową realizację zajęć szkolnych.

Stanowi to ważny punkt wyjścia do tworzenia profilaktyki, w której uczniowie nie są wyłącznie odbiorcami zajęć prowadzonych przez osoby dorosłe, lecz mogą również być współtwórcami działań, inicjatyw i kampanii skierowanych do społeczności szkolnej.

### **3.3. Obszary wymagające wzmocnienia**

Analiza czynników chroniących i czynników ryzyka wskazuje, że w roku szkolnym 2026/2027 szczególnie zasadne jest wzmocnienie:

1. dostępności i rozpoznawalności pomocy psychologiczno-pedagogicznej;
2. poczucia bezpieczeństwa i przynależności do społeczności szkolnej;
3. kompetencji uczniów w zakresie regulacji emocji i radzenia sobie ze stresem;
4. umiejętności planowania, zarządzania czasem i przewidywania konsekwencji;
5. motywacji, systematyczności i odpowiedzialności za własny proces edukacyjny;
6. kompetencji komunikacyjnych i umiejętności konstruktywnego rozwiązywania konfliktów;
7. integracji uczniów polskich i innych narodowości;
8. przeciwdziałania przemocy psychicznej, wykluczeniu i cyberprzemocy;
9. profilaktyki używania nikotyny i innych substancji psychoaktywnych;
10. higieny cyfrowej, snu i regeneracji;
11. zaangażowania uczniów w życie szkoły i działania samorządowe;
12. działań społecznych i wolontariackich umożliwiających młodzieży doświadczanie współpracy i sprawczości;
13. kompetencji nauczycieli w zakresie komunikacji, deeskalacji konfliktów, stawiania granic oraz rozpoznawania trudności emocjonalnych młodzieży.

Wyodrębnione czynniki ryzyka i czynniki chroniące stanowią podstawę do określenia celu głównego, celów szczegółowych oraz konkretnych działań wychowawczo-profilaktycznych przewidzianych do realizacji w roku szkolnym 2026/2027.

## **4. Cel główny i cele szczegółowe programu**

### **4.1. Cel główny programu**

Głównym celem programu wychowawczo-profilaktycznego na rok szkolny 2026/2027 jest tworzenie bezpiecznego, wspierającego i sprzyjającego rozwojowi środowiska szkolnego, które wzmocnia dobrostan psychiczny uczniów, ich odpowiedzialność za własne decyzje i proces edukacyjny, kompetencje społeczne oraz zdolność do radzenia sobie z trudnościami rozwojowymi, emocjonalnymi i społecznymi.

Program zakłada jednocześnie wzmocnienie czynników chroniących oraz ograniczanie wpływu czynników ryzyka rozpoznanych w środowisku szkolnym.

Szczególne znaczenie mają działania odnoszące się do:

- zdrowia psychicznego młodzieży,
- przeciwdziałania przemocy i wykluczeniu,
- integracji społeczności wielokulturowej,
- poprawy frekwencji i punktualności,
- wzmocnienia motywacji i odpowiedzialności za naukę,
- rozwijania umiejętności zarządzania czasem i przewidywania konsekwencji,

- profilaktyki używania substancji psychoaktywnych,
- higieny cyfrowej, snu i regeneracji,
- poprawy jakości komunikacji w relacjach rówieśniczych oraz relacjach uczeń-nauczyciel,
- rozwijania samodzielności i kompetencji potrzebnych młodzieży w dorosłym życiu.

## **4.2. Cele szczegółowe**

### **Cel 1. Wspieranie zdrowia psychicznego i dobrostanu uczniów**

Działania szkoły będą ukierunkowane na:

- zwiększanie wiedzy uczniów na temat zdrowia psychicznego i sposobów dbania o własny dobrostan,
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji,
- wzmacnianie umiejętności radzenia sobie ze stresem, napięciem i przeciążeniem,
- kształtowanie konstruktywnych sposobów reagowania w sytuacjach trudnych,
- zwiększanie świadomości dotyczącej sygnałów kryzysu psychicznego,
- zachęcanie do szukania pomocy w sytuacji pogorszenia samopoczucia,
- zwiększanie wiedzy uczniów o dostępnych formach wsparcia,
- wczesne rozpoznawanie uczniów wymagających pomocy,
- podejmowanie adekwatnych działań interwencyjnych w przypadku zagrożenia zdrowia lub życia ucznia.

### **Cel 2. Wzmacnianie odpowiedzialności za frekwencję i punktualność**

Celem działań jest:

- zwiększanie świadomości konsekwencji wysokiej absencji,
- ograniczanie traktowania frekwencji wyłącznie jako formalnego warunku klasyfikacji,
- rozwijanie odpowiedzialności uczniów za regularne uczestnictwo w zajęciach,
- ograniczanie spóźnień, szczególnie na pierwsze godziny lekcyjne,
- wzmacnianie umiejętności planowania codziennych obowiązków,
- wcześniejsze identyfikowanie uczniów zagrożonych problemami z klasyfikacją,
- podejmowanie współpracy z uczniem, wychowawcą, rodzicem lub opiekunem przed wystąpieniem sytuacji kryzysowej pod koniec semestru lub roku szkolnego.

### **Cel 3. Rozwijanie motywacji do nauki i odpowiedzialności za własny proces edukacyjny**

Działania będą służyły:

- wzmacnianiu motywacji wewnętrznej i poczucia wpływu na własne wyniki,
- uczeniu systematyczności,
- ograniczaniu odkładania obowiązków,
- rozwijaniu umiejętności monitorowania własnych postępów,

- uczeniu realistycznego planowania popraw ocen i uzupełniania zaległości,
- przeciwdziałaniu kumulowaniu problemów edukacyjnych,
- rozwijaniu umiejętności proszenia o pomoc w sytuacji pojawienia się trudności,
- przygotowywaniu uczniów do radzenia sobie ze stresem związanym z maturą, egzaminami zawodowymi oraz innymi sytuacjami oceniania.

#### **Cel 4. Rozwijanie umiejętności zarządzania czasem, planowania i przewidywania konsekwencji**

Jednym z priorytetów programu jest rozwijanie praktycznych kompetencji potrzebnych uczniom zarówno w szkole, jak i w dorosłym życiu.

Działania będą ukierunkowane na:

- planowanie krótko- i długoterminowe,
- ustalanie priorytetów,
- dzielenie dużych zadań na mniejsze etapy,
- zarządzanie czasem nauki i odpoczynku,
- przewidywanie konsekwencji własnych decyzji,
- analizowanie ryzyka przed podjęciem działania,
- podejmowanie działań zapobiegawczych, zanim problem osiągnie poziom kryzysowy,
- rozwijanie samodzielności i odpowiedzialności,
- kształtowanie nawyku reagowania na trudność na jej wczesnym etapie.

#### **Cel 5. Przeciwdziałanie przemocy, wykluczeniu i agresji rówieśniczej**

Celem działań jest:

- zwiększanie świadomości dotyczącej różnych form przemocy,
- zwracanie szczególnej uwagi na przemoc psychiczną, wyśmiewanie, izolowanie i wykluczanie,
- rozwijanie empatii i odpowiedzialności za sposób traktowania innych osób,
- kształtowanie postawy braku akceptacji dla przemocy,
- rozwijanie umiejętności reagowania przez świadków przemocy,
- zwiększanie wiedzy o sposobach szukania pomocy,
- ograniczanie eskalacji konfliktów,
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania sporów bez agresji,
- wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa uczniów w klasie i w szkole.

#### **Cel 6. Rozwijanie kompetencji komunikacyjnych i umiejętności rozwiązywania konfliktów**

Działania szkoły będą obejmowały:

- naukę jasnego komunikowania potrzeb i granic,
- rozwijanie umiejętności słuchania drugiej osoby,
- rozpoznawanie mechanizmów eskalacji konfliktu,

- uczenie sposobów reagowania na prowokację,
- rozwijanie umiejętności negocjacji i szukania kompromisu,
- ograniczanie agresji słownej i wulgaryzmów,
- kształtowanie odpowiedzialności za słowa i zachowanie,
- rozwijanie kompetencji potrzebnych do odbudowania relacji po konflikcie.

### **Cel 7. Wzmacnianie integracji społeczności szkolnej**

Ze względu na wielokulturowy charakter społeczności szkolnej szczególne znaczenie będą miały działania służące:

- budowaniu poczucia przynależności do klasy i szkoły,
- ograniczaniu podziałów opartych na narodowości,
- przeciwdziałaniu wykluczeniu uczniów znajdujących się w mniejszości w danym zespole klasowym,
- wzmacnianiu współpracy pomiędzy uczniami polskimi i innych narodowości,
- tworzeniu okazji do wspólnego działania,
- rozwijaniu kompetencji międzykulturowych,
- przeciwdziałaniu stereotypom, uprzedzeniom i dyskryminacji,
- uwrażliwianiu uczniów na sytuację osób doświadczających migracji, rozłąki rodzinnej lub trudności adaptacyjnych.

Działania integracyjne powinny koncentrować się przede wszystkim na budowaniu wspólnoty klasowej i szkolnej, a nie na utrwalaniu podziału uczniów według narodowości.

### **Cel 8. Profilaktyka używania nikotyny i innych substancji psychoaktywnych**

Działania profilaktyczne będą ukierunkowane na:

- zwiększanie wiedzy o konsekwencjach zdrowotnych używania papierosów i e-papierosów,
- zwiększanie świadomości dotyczącej alkoholu, marihuany oraz innych substancji psychoaktywnych,
- korygowanie przekonań bagatelizujących ryzyko związane z używkami,
- rozwijanie umiejętności odmawiania,
- wzmacnianie odporności na presję grupy,
- rozwijanie alternatywnych sposobów radzenia sobie z napięciem,
- konsekwentne reagowanie na używanie substancji na terenie szkoły,
- podejmowanie działań wspierających wobec uczniów znajdujących się w grupie podwyższonego ryzyka.

### **Cel 9. Kształtowanie zdrowych nawyków cyfrowych, snu i regeneracji**

Działania w tym zakresie będą służyły:

- zwiększaniu świadomości wpływu snu na koncentrację, pamięć i funkcjonowanie emocjonalne,
- zwracaniu uwagi na konsekwencje używania telefonu w godzinach nocnych,
- rozwijaniu umiejętności kontrolowania czasu spędzanego w internecie,
- kształtowaniu higieny cyfrowej,
- profilaktyce problemowego korzystania z mediów społecznościowych i gier,
- zwiększaniu świadomości dotyczącej cyberprzemocy,
- promowaniu równowagi pomiędzy nauką, odpoczynkiem, aktywnością cyfrową i innymi formami spędzania czasu.

#### **Cel 10. Wspieranie uczniów w trudnej sytuacji życiowej, rodzinnej i migracyjnej**

Celem działań jest:

- możliwie wczesne rozpoznawanie sytuacji wymagających wsparcia,
- zapewnianie dostępu do pomocy psychologiczno-pedagogicznej,
- wspieranie uczniów mieszkających poza domem rodzinnym,
- wspieranie młodzieży doświadczającej rozłąki z rodzicami lub rodziną,
- wspieranie uczniów w procesie adaptacji do nowego środowiska,
- rozwijanie samodzielności w organizacji codziennego życia,
- podejmowanie współpracy z rodzicami, opiekunami i odpowiednimi instytucjami, gdy wymaga tego sytuacja ucznia.

#### **Cel 11. Wzmacnianie kompetencji nauczycieli i wychowawców**

Program obejmuje również działania skierowane do kadry pedagogicznej.

Ich celem będzie:

- rozwijanie umiejętności rozpoznawania sygnałów kryzysu psychicznego ucznia,
- zwiększanie kompetencji w zakresie reagowania na samookaleczenia i zachowania zagrażające zdrowiu lub życiu,
- rozwijanie sposobów komunikowania się z młodzieżą w sytuacjach trudnych,
- wzmacnianie umiejętności deeskalacji konfliktu,
- rozwijanie umiejętności stawiania jasnych i konsekwentnych granic,
- wspieranie nauczycieli w reagowaniu na przemoc rówieśniczą i wykluczenie,
- zwiększanie świadomości potrzeb rozwojowych młodzieży,
- wzmacnianie współpracy nauczycieli z psychologiem i pedagogiem szkolnym,
- rozwijanie praktyk, które sprzyjają budowaniu relacji z uczniem bez rezygnacji z wymagań edukacyjnych i zasad obowiązujących w szkole.

#### **Cel 12. Wzmacnianie zaangażowania uczniów i poczucia sprawczości**

Działania programu będą także zmierzały do:

- wspierania aktywności samorządu uczniowskiego,

- angażowania uczniów w organizację działań szkolnych,
- rozwijania inicjatyw uczniowskich,
- włączania młodzieży w akcje społeczne i charytatywne,
- tworzenia możliwości współdecydowania w sprawach dotyczących życia szkolnego,
- rozwijania odpowiedzialności za wspólną przestrzeń i społeczność,
- wykorzystywania inicjatyw uczniowskich jako narzędzia integracji młodzieży różnych klas i narodowości.

#### **4.3. Zakładane efekty realizacji programu**

Realizacja programu powinna prowadzić do stopniowego:

- zwiększenia świadomości uczniów dotyczącej zdrowia psychicznego i możliwości korzystania z pomocy,
- wcześniejszego zgłaszania problemów i sytuacji kryzysowych,
- poprawy odpowiedzialności za frekwencję i punktualność,
- zwiększenia umiejętności planowania nauki i obowiązków,
- ograniczenia kumulowania zaległości edukacyjnych,
- zwiększenia kompetencji uczniów w zakresie radzenia sobie ze stresem,
- ograniczenia zachowań przemocowych i wykluczających,
- zwiększenia gotowości uczniów do reagowania na przemoc wobec innych osób,
- poprawy jakości komunikacji i sposobów rozwiązywania konfliktów,
- wzmacniania integracji zespołów klasowych,
- zwiększenia świadomości zagrożeń związanych z nikotyną, substancjami psychoaktywnymi i problemowym korzystaniem z urządzeń cyfrowych,
- zwiększenia świadomości znaczenia snu i regeneracji,
- wzrostu samodzielności, odpowiedzialności i umiejętności przewidywania konsekwencji,
- wzmacniania zaangażowania uczniów w życie szkoły,
- rozwijania kompetencji nauczycieli w zakresie pracy wychowawczej, komunikacji i reagowania na trudne sytuacje.

Osiągnięcie powyższych celów będzie oceniane na podstawie obserwacji funkcjonowania społeczności szkolnej, informacji uzyskiwanych od uczniów, nauczycieli i rodziców, analizy wybranych danych szkolnych oraz ewaluacji podejmowanych działań.

#### **5. Działania wychowawcze i profilaktyczne**

Działania wychowawcze i profilaktyczne w roku szkolnym 2026/2027 będą realizowane w sposób dostosowany do wieku uczniów, specyfiki liceum i technikum oraz potrzeb wynikających z diagnozy środowiska szkolnego.

Zakłada się łączenie działań kierowanych do całej społeczności uczniowskiej z działaniami skierowanymi do konkretnych klas, grup uczniów oraz osób wymagających indywidualnego wsparcia.

### **5.1. Zdrowie psychiczne i profilaktyka kryzysów**

Planowane działania:

- prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych dotyczących zdrowia psychicznego, rozpoznawania emocji, stresu i sygnałów przeciążenia;
- przekazywanie uczniom wiedzy o tym, kiedy i gdzie można szukać pomocy;
- prowadzenie zajęć dotyczących sposobów radzenia sobie z napięciem i stresem;
- indywidualne konsultacje psychologiczne i pedagogiczne;
- obejmowanie szczególną uwagą uczniów przejawiających obniżony nastrój, nasilony lęk, wycofanie, zachowania autoagresywne lub inne sygnały kryzysu;
- podejmowanie interwencji w przypadku ujawnienia samookaleczeń, myśli samobójczych lub innych zachowań stanowiących zagrożenie dla zdrowia lub życia ucznia;
- współpraca z rodzicami lub opiekunami oraz specjalistami i instytucjami zewnętrznymi w sytuacjach wymagających pogłębionej pomocy;
- wspieranie uczniów wracających do szkoły po kryzysie psychicznym lub dłuższej nieobecności;
- uwrażliwianie nauczycieli na sygnały mogące świadczyć o pogorszeniu funkcjonowania psychicznego ucznia;
- promowanie korzystania z pomocy psychologicznej jako elementu dbania o zdrowie.

### **5.2. Sen, regeneracja i przeciwdziałanie przemęczeniu**

Ze względu na obserwowane zasypianie uczniów podczas zajęć, spóźnienia na pierwsze lekcje oraz duże obciążenie czasowe młodzieży planuje się:

- prowadzenie zajęć dotyczących higieny snu i wpływu niewyspania na koncentrację, pamięć, nastrój oraz wyniki w nauce;
- zwracanie uwagi na związek pomiędzy korzystaniem z telefonu w godzinach nocnych a jakością snu;
- podejmowanie tematu równowagi pomiędzy nauką, odpoczynkiem i czasem wolnym;
- rozwijanie umiejętności planowania dnia z uwzględnieniem czasu na regenerację;
- prowadzenie indywidualnych rozmów z uczniami, u których przewlekłe zmęczenie znacząco wpływa na funkcjonowanie szkolne;
- uwzględnianie możliwych przyczyn zdrowotnych, rodzinnych lub emocjonalnych w sytuacji długotrwałych trudności ze snem i funkcjonowaniem w ciągu dnia.

### **5.3. Frekwencja, punktualność i przeciwdziałanie absencji**

Planowane działania:

- systematyczne monitorowanie frekwencji uczniów przez wychowawców;
- możliwie wczesne reagowanie na narastającą liczbę nieobecności i spóźnień;
- indywidualne rozmowy z uczniami mającymi trudności z regularnym uczestnictwem w zajęciach;
- analizowanie wspólnie z uczniem przyczyn absencji;

- budowanie świadomości, że nieobecność oznacza nie tylko problem formalny, lecz także utratę części procesu edukacyjnego;
- rozwijanie umiejętności przewidywania konsekwencji własnych decyzji dotyczących obecności na zajęciach;
- przeciwdziałanie świadomemu „zarządzaniu” nieobecnościami wyłącznie w granicach pozwalających na uzyskanie klasyfikacji;
- włączanie rodziców lub opiekunów w działania na wczesnym etapie narastania problemu;
- współpraca wychowawcy, pedagoga, psychologa i nauczycieli w przypadku uczniów szczególnie zagrożonych brakiem klasyfikacji;
- ustalanie z uczniem możliwych do realizacji działań naprawczych przed znacznym nagromadzeniem nieobecności.

#### **5.4. Motywacja do nauki i przeciwdziałanie zaległościom edukacyjnym**

Planowane działania:

- prowadzenie zajęć dotyczących motywacji, samodyscypliny i budowania nawyków;
- uczenie uczniów, jak rozpoczynać zadania pomimo braku motywacji;
- rozwijanie umiejętności planowania nauki;
- uczenie dzielenia dużych zadań na mniejsze etapy;
- promowanie regularnego uzupełniania zaległości i poprawiania ocen;
- prowadzenie zajęć pokazujących mechanizm narastania problemu w wyniku odkładania obowiązków;
- indywidualna praca z uczniami, u których brak motywacji prowadzi do poważnego zagrożenia wynikami edukacyjnymi;
- wspieranie uczniów w ustalaniu realistycznych i osiągalnych celów;
- wzmacnianie odpowiedzialności ucznia za własny proces edukacyjny;
- wskazywanie związku pomiędzy bieżącymi decyzjami a późniejszą możliwością ukończenia szkoły, zdania matury, egzaminu zawodowego lub realizacji planów zawodowych.

#### **5.5. Zarządzanie czasem, planowanie i zarządzanie ryzykiem**

Ze względu na stwierdzone trudności młodzieży w przewidywaniu konsekwencji i odpowiednio wczesnym reagowaniu na problemy przewiduje się prowadzenie praktycznych zajęć dotyczących:

- planowania tygodnia;
- zarządzania czasem;
- ustalania priorytetów;
- rozpoznawania spraw ważnych i pilnych;
- przewidywania możliwych skutków podejmowanych decyzji;
- szacowania ryzyka;
- reagowania na problem na jego początkowym etapie;
- planowania popraw ocen;

- przygotowywania się do sprawdzianów i egzaminów;
- monitorowania własnej frekwencji;
- organizowania nauki w okresie zwiększonego obciążenia;
- unikania mechanizmu odkładania obowiązków do momentu, w którym pojawia się sytuacja kryzysowa.

Zajęcia powinny mieć możliwie praktyczny charakter i opierać się na faktycznych sytuacjach znanych uczniom, np. planowaniu poprawy ocen, organizowaniu nauki przed egzaminem, kontrolowaniu frekwencji czy podziale dużego projektu na mniejsze etapy.

## **5.6. Stres szkolny, matura i egzaminy zawodowe**

W klasach starszych oraz klasach przygotowujących się do egzaminów planuje się:

- zajęcia dotyczące radzenia sobie ze stresem egzaminacyjnym;
- psychoedukację dotyczącą fizjologicznych i psychologicznych objawów stresu;
- naukę prostych technik regulowania napięcia;
- rozwijanie umiejętności realistycznego planowania przygotowań;
- przeciwdziałanie odkładaniu nauki;
- pracę nad przekonaniami nasilającymi lęk przed niepowodzeniem;
- wspieranie uczniów nadmiernie obciążonych presją wyniku;
- konsultacje indywidualne dla uczniów szczególnie silnie reagujących na sytuacje egzaminacyjne.

## **5.7. Przeciwdziałanie przemocy psychicznej, agresji i wykluczeniu**

Planowane działania:

- prowadzenie zajęć dotyczących różnych form przemocy rówieśniczej;
- omawianie przemocy psychicznej, wykluczania, izolowania, poniżania i wyśmiewania;
- uczenie rozpoznawania granicy pomiędzy żartem a zachowaniem krzywdzącym;
- rozwijanie odpowiedzialności świadków przemocy;
- uczenie sposobów reagowania, gdy krzywdzona jest inna osoba;
- informowanie o możliwościach zgłaszania przemocy;
- prowadzenie interwencji w klasach, w których występuje wykluczenie lub nasilone konflikty;
- indywidualne wsparcie uczniów doświadczających przemocy;
- podejmowanie pracy z uczniami przejawiającymi zachowania agresywne;
- współpraca z rodzicami lub opiekunami;
- analizowanie sytuacji klasowej i relacji rówieśniczych po poważniejszych zdarzeniach.

## **5.8. Rozwiązywanie konfliktów i komunikacja**

Planowane działania obejmują:

- warsztaty dotyczące konstruktywnej komunikacji;

- naukę wyrażania własnych potrzeb i granic bez agresji;
- rozwijanie umiejętności słuchania drugiej osoby;
- naukę reagowania na krytykę i prowokację;
- rozpoznawanie momentu, w którym konflikt zaczyna eskalować;
- uczenie sposobów zatrzymywania eskalacji;
- rozwijanie umiejętności negocjowania i poszukiwania rozwiązań;
- prowadzenie rozmów mediacyjnych w uzasadnionych przypadkach;
- wspieranie uczniów w odbudowywaniu relacji po konflikcie;
- prowadzenie zajęć interwencyjnych w klasach, w których utrzymują się długotrwałe napięcia.

### **5.9. Integracja uczniów polskich i innych narodowości**

W związku ze specyfiką społeczności szkolnej planowane są działania wspierające integrację, w szczególności:

- prowadzenie zajęć integracyjnych w klasach;
- organizowanie działań wymagających współpracy uczniów należących do różnych grup;
- przeciwdziałanie tworzeniu sztywnych podziałów narodowościowych;
- zwracanie szczególnej uwagi na uczniów, którzy ze względu na skład klasy pozostają w wyrażonej mniejszości;
- reagowanie na przypadki wykluczenia, stereotypizacji lub dyskryminacji;
- budowanie wspólnej tożsamości klasy niezależnie od narodowości uczniów;
- wykorzystywanie projektów klasowych, działań charytatywnych i inicjatyw samorządowych jako przestrzeni do współpracy;
- uwzględnianie barier językowych w komunikacji z uczniami;
- wspieranie uczniów doświadczających trudności adaptacyjnych związanych z migracją;
- podejmowanie tematów dotyczących szacunku, różnorodności i funkcjonowania w społeczności wielokulturowej.

### **5.10. Profilaktyka palenia papierosów i e-papierosów**

Ze względu na występujące przypadki palenia na terenie szkoły planuje się:

- prowadzenie zajęć profilaktycznych dotyczących nikotyny;
- przekazywanie aktualnej wiedzy na temat konsekwencji zdrowotnych używania papierosów i e-papierosów;
- omawianie mechanizmu uzależnienia;
- analizowanie wpływu grupy rówieśniczej na podejmowanie zachowań ryzykownych;
- wzmacnianie umiejętności odmawiania;
- konsekwentne reagowanie na palenie na terenie szkoły;
- podejmowanie indywidualnych rozmów z uczniami powtarzającymi zachowania związane z paleniem;
- współpracę z rodzicami lub opiekunami w sytuacjach wymagających interwencji;

- kierowanie uczniów potrzebujących specjalistycznej pomocy do odpowiednich form wsparcia.

### **5.11. Profilaktyka alkoholu, marihuany i innych substancji psychoaktywnych**

Planowane działania:

- psychoedukacja dotycząca mechanizmów działania substancji psychoaktywnych;
- przekazywanie informacji o konsekwencjach zdrowotnych, psychicznych, społecznych i prawnych;
- rozwijanie umiejętności oceny ryzyka;
- korygowanie przekonań normalizujących używanie substancji;
- praca nad wpływem presji rówieśniczej;
- rozwijanie konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem;
- indywidualne rozmowy i interwencje w sytuacjach ujawnienia używania substancji;
- współpraca z rodziną oraz specjalistami zewnętrznymi w przypadkach wymagających pogłębionego wsparcia.

### **5.12. Higiena cyfrowa i cyberprzemoc**

Planowane działania obejmują:

- zajęcia dotyczące świadomego korzystania z telefonu, internetu i mediów społecznościowych;
- analizowanie wpływu korzystania z urządzeń cyfrowych na sen i koncentrację;
- rozwijanie umiejętności ograniczania czasu ekranowego;
- rozwijanie krytycznego podejścia do informacji publikowanych w internecie, rozpoznawania dezinformacji, fake newsów oraz treści zmanipulowanych; kształtowanie zasad odpowiedzialnego, bezpiecznego i świadomego korzystania z narzędzi sztucznej inteligencji, z uwzględnieniem ochrony prywatności, danych osobowych i odpowiedzialności za wykorzystywane oraz tworzone treści;
- omawianie mechanizmów utrzymujących nadmierne korzystanie z mediów społecznościowych i gier;
- profilaktykę cyberprzemocy;
- uczenie ochrony prywatności i wizerunku w internecie;
- rozwijanie odpowiedzialności za treści publikowane i przesyłane w sieci;
- omawianie konsekwencji rozpowszechniania kompromitujących zdjęć, nagrań, wiadomości lub informacji;
- uczenie sposobów reagowania na cyberprzemoc i zgłaszania jej osobom dorosłym.

### **5.13. Działania integracyjne i budowanie wspólnoty szkolnej**

Planowane działania:

- wspieranie aktywności samorządu uczniowskiego;

- zachęcanie uczniów do inicjowania przedsięwzięć szkolnych;
- organizowanie akcji społecznych i charytatywnych;
- kontynuowanie zbiorów i działań pomocowych, w tym na rzecz schronisk dla zwierząt;
- wykorzystywanie wspólnych działań jako przestrzeni do integracji uczniów;
- wspieranie inicjatyw międzyklasowych;
- promowanie wolontariatu i działań na rzecz innych;
- rozwijanie postaw obywatelskich i prospołecznych, odpowiedzialności za wspólnotę szkolną oraz gotowości do podejmowania działań na rzecz innych osób i dobra wspólnego;
- tworzenie możliwości prezentowania zainteresowań i umiejętności uczniów;
- w miarę możliwości organizacyjnych wspieranie wyjść, wydarzeń i innych form integracji poza standardowymi zajęciami lekcyjnymi.

#### **5.14. Rozwijanie samodzielności i kompetencji życiowych**

W przypadku młodzieży w wieku 15–19 lat działania profilaktyczne powinny przygotowywać również do coraz bardziej samodzielnego funkcjonowania.

Planowane obszary pracy:

- podejmowanie decyzji;
- odpowiedzialność za własne wybory;
- przewidywanie konsekwencji;
- zarządzanie czasem;
- radzenie sobie z niepowodzeniem;
- prośenie o pomoc;
- rozwiązywanie problemów;
- dbanie o zdrowie psychiczne i fizyczne;
- budowanie zdrowych relacji;
- funkcjonowanie w grupie;
- radzenie sobie z presją;
- organizowanie nauki i obowiązków;
- przygotowanie do większej samodzielności po ukończeniu szkoły.

#### **5.15. Indywidualna pomoc psychologiczno-pedagogiczna**

Niezależnie od działań grupowych prowadzone będą działania indywidualne, w szczególności:

- konsultacje psychologiczne;
- konsultacje pedagogiczne;
- rozmowy wspierające;
- interwencje kryzysowe;
- działania mediacyjne;
- konsultacje dla rodziców i opiekunów;
- konsultacje dla nauczycieli;

- rozpoznawanie potrzeb ucznia z uwzględnieniem jego funkcjonowania w środowisku szkolnym oraz planowanie adekwatnego wsparcia we współpracy z nauczycielami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami;
- wsparcie uczniów doświadczających problemów rodzinnych, emocjonalnych, edukacyjnych i rówieśniczych;
- kierowanie do specjalistycznej pomocy poza szkołą w przypadkach przekraczających możliwości pomocy szkolnej;
- współpraca z wychowawcą i innymi osobami zaangażowanymi w pomoc uczniowi.

## **5.16. Zasady realizacji działań**

Podejmowane działania powinny:

- wynikać z rzeczywistych potrzeb uczniów;
- być dostosowane do wieku i poziomu funkcjonowania grupy;
- unikać moralizowania i przekazywania wyłącznie zakazów;
- angażować uczniów w analizowanie rzeczywistych sytuacji i konsekwencji;
- mieć możliwie praktyczny i interaktywny charakter;
- uwzględniać zróżnicowanie kulturowe i językowe społeczności szkolnej;
- w miarę możliwości wykorzystywać aktywność i inicjatywę samych uczniów;
- zakładać współpracę wychowawców, nauczycieli, psychologa i pedagoga;
- być modyfikowane w ciągu roku szkolnego, jeżeli pojawią się nowe potrzeby lub problemy wymagające interwencji.

Program nie zakłada realizacji wszystkich działań w identycznym zakresie w każdej klasie. Zakres i intensywność poszczególnych działań będą dostosowywane do wieku uczniów, etapu edukacyjnego oraz aktualnej sytuacji danego zespołu klasowego.

## **6. Działania skierowane do nauczycieli i rodziców**

### **6.1. Działania skierowane do nauczycieli**

W roku szkolnym 2026/2027 przewiduje się działania wspierające nauczycieli i wychowawców w zakresie:

- rozpoznawania sygnałów kryzysu psychicznego ucznia;
- właściwego reagowania na samookaleczenia, myśli samobójcze i inne zachowania zagrażające zdrowiu lub życiu;
- reagowania na przemoc rówieśniczą, wykluczenie i cyberprzemoc;
- prowadzenia rozmów z uczniem w sytuacji konfliktowej;
- deeskalacji napięcia;
- stawiania jasnych i konsekwentnych granic;
- egzekwowania wymagań bez eskalowania konfliktu;

- rozumienia potrzeb rozwojowych młodzieży;
- reagowania na problemy związane z absencją i brakiem motywacji;
- uwzględniania specyfiki funkcjonowania uczniów w środowisku wielokulturowym;
- współpracy z psychologiem i pedagogiem szkolnym.

Działania mogą być realizowane w formie krótkich szkoleń, konsultacji, materiałów informacyjnych, rozmów indywidualnych oraz omawiania konkretnych sytuacji wychowawczych.

## 6.2. Działania skierowane do rodziców i opiekunów

Współpraca z rodzicami i opiekunami będzie obejmowała w szczególności:

- konsultacje dotyczące trudności emocjonalnych, edukacyjnych i wychowawczych ucznia;
- przekazywanie informacji dotyczących sygnałów kryzysu psychicznego;
- psychoedukację dotyczącą zdrowia psychicznego młodzieży;
- zwracanie uwagi na znaczenie snu, regeneracji i higieny cyfrowej;
- współpracę w sytuacji wysokiej absencji, spóźnień i zagrożenia brakiem klasyfikacji;
- konsultacje dotyczące używania substancji psychoaktywnych;
- wspólne ustalanie sposobów pomocy uczniowi w sytuacjach wymagających interwencji;
- przekazywanie informacji o możliwościach uzyskania specjalistycznej pomocy poza szkołą.

Zakres współpracy będzie dostosowany do indywidualnej sytuacji ucznia oraz możliwości kontaktu z jego rodziną lub opiekunami.

## 7. Organizacja i harmonogram realizacji programu

Program będzie realizowany przez cały rok szkolny 2026/2027. Intensywność poszczególnych działań będzie uzależniona od aktualnych potrzeb szkoły, klas oraz poszczególnych uczniów.

| Obszar             | Przykładowe działania                        | Adresaci                            | Realizatorzy                   | Termin   |
|--------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|----------|
| Zdrowie psychiczne | psychoedukacja, konsultacje, interwencje     | uczniowie                           | psycholog, pedagog, wychowawcy | cały rok |
| Frekwencja         | monitoring, rozmowy, działania interwencyjne | uczniowie zagrożeni wysoką absencją | wychowawcy, pedagog, psycholog | cały rok |

|                        |                                                            |                                 |                                   |                 |
|------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------|
| Motywacja i nauka      | zajęcia dotyczące planowania, motywacji i systematyczności | uczniowie                       | psycholog, pedagog, wychowawcy    | cały rok        |
| Zarządzanie czasem     | warsztaty praktyczne, planowanie nauki i obowiązków        | uczniowie                       | psycholog, pedagog, wychowawcy    | wg potrzeb      |
| Przemoc i konflikty    | profilaktyka, interwencje, zajęcia klasowe                 | uczniowie                       | psycholog, pedagog, wychowawcy    | cały rok        |
| Integracja             | zajęcia integracyjne, inicjatywy uczniowskie               | Klasy                           | wychowawcy, samorząd, specjaliści | cały rok        |
| Użytki                 | profilaktyka nikotyny i innych substancji                  | uczniowie                       | pedagog, psycholog, wychowawcy    | wg harmonogramu |
| Higiena cyfrowa        | zajęcia dotyczące internetu, telefonu i snu                | uczniowie                       | wychowawcy, specjaliści           | wg potrzeb      |
| Stres egzaminacyjny    | zajęcia i konsultacje                                      | klasy maturalne i egzaminacyjne | psycholog, pedagog                | II semestr      |
| Wsparcie nauczycieli   | konsultacje, szkolenia, materiały                          | nauczyciele                     | psycholog, pedagog, specjaliści   | cały rok        |
| Współpraca z rodzicami | konsultacje, psychoedukacja                                | rodzice/opiekunowie             | psycholog, pedagog, wychowawcy    | cały rok        |

Szczegółowe terminy realizacji poszczególnych działań mogą być ustalane na bieżąco, zgodnie z potrzebami wynikającymi z funkcjonowania społeczności szkolnej.

## 8. Współpraca w realizacji programu

Realizacja programu wymaga współpracy wszystkich osób uczestniczących w procesie wychowawczym i edukacyjnym.

W działaniu zaangażowani będą w szczególności:

- dyrekcja szkoły;

- psycholog szkolny;
- pedagog szkolny;
- wychowawcy klas;
- nauczyciele;
- samorząd uczniowski;
- rodzice i opiekunowie uczniów.

W zależności od potrzeb szkoła może podejmować współpracę z:

- poradnią psychologiczno-pedagogiczną;
- placówkami ochrony zdrowia;
- ośrodkami pomocy społecznej;
- placówkami specjalistycznymi;
- organizacjami pozarządowymi;
- służbami i instytucjami właściwymi ze względu na charakter danej sytuacji.

W przypadku sytuacji kryzysowych działania powinny być podejmowane zgodnie z obowiązującymi w szkole procedurami oraz z uwzględnieniem dobra i bezpieczeństwa ucznia.

## **9. Ewaluacja programu**

Ewaluacja programu będzie prowadzona w ciągu roku szkolnego oraz po zakończeniu jego realizacji.

Jej celem będzie określenie:

- stopnia realizacji zaplanowanych działań;
- ich przydatności dla uczniów;
- zmian w zakresie zidentyfikowanych problemów;
- potrzeb wymagających kontynuacji lub modyfikacji działań w kolejnym roku szkolnym.

W ewaluacji mogą zostać wykorzystane:

- obserwacje uczniów i zespołów klasowych;
- informacje przekazywane przez wychowawców i nauczycieli;
- konsultacje z psychologiem i pedagogiem;
- analiza frekwencji i spóźnień;
- analiza sytuacji wychowawczych i interwencji;
- anonimowe ankiety uczniowskie;
- ankiety lub informacje zwrotne od nauczycieli;
- informacje uzyskiwane od rodziców;
- analiza udziału uczniów w inicjatywach szkolnych i działaniach profilaktycznych.

Ewaluacja nie będzie ograniczała się wyłącznie do liczby przeprowadzonych zajęć. Istotne będzie również określenie, czy podejmowane działania odpowiadały rzeczywistym potrzebom społeczności szkolnej oraz jakie problemy wymagają dalszej pracy.

Wnioski z ewaluacji zostaną wykorzystane przy planowaniu programu wychowawczo-profilaktycznego na kolejny rok szkolny.

## **10. Postanowienia końcowe**

Program wychowawczo-profilaktyczny ma charakter otwarty i może być modyfikowany w trakcie roku szkolnego w odpowiedzi na pojawiające się potrzeby, problemy i sytuacje wymagające interwencji.

Realizacja programu jest wspólnym zadaniem społeczności szkolnej, przy czym zakres odpowiedzialności poszczególnych osób wynika z pełnionych przez nie funkcji oraz charakteru podejmowanych działań.

Psycholog i pedagog szkolny wspierają realizację programu poprzez działania diagnostyczne, profilaktyczne, konsultacyjne i interwencyjne oraz współpracę z uczniami, nauczycielami, wychowawcami, rodzicami i instytucjami zewnętrznymi.

Wychowawcy i nauczyciele realizują zadania wychowawcze i profilaktyczne w ramach codziennej pracy dydaktycznej i wychowawczej oraz reagują na obserwowane trudności zgodnie z przyjętymi zasadami i procedurami.

Program podlega okresowej ocenie, a wnioski wynikające z jego realizacji stanowią podstawę do planowania dalszych działań wychowawczych i profilaktycznych.