



Opracowanie stworzone przez ekspertów
Fundacji "Instytut Edukacji Pozytywnej"

DOBRE PRAKTYKI

z zakresu działań na rzecz zdrowia
psychicznego dzieci i młodzieży



Baza dobrych praktyk z zakresu działań na rzecz zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży

Autorki koncepcji: Michał Gajewski

Publikacja opracowana w ramach projektu *Prowadzenie działań na rzecz upowszechniania wiedzy na temat zdrowia psychicznego i jego uwarunkowań, kształtowanie przekonań, postaw, zachowań i stylu życia wspierającego zdrowie psychiczne, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu, przeciwdziałanie seksualizacji dzieci i młodzieży – w szczególności przez prowadzenie działań informacyjnych i edukacyjnych finansowanego ze środków Ministerstwa Edukacji Narodowej*

Warszawa, grudzień 2016

Spis treści

Wprowadzenie	3
Dobra praktyka 1. Archipelag Skarbów	4
Dobra praktyka 2. Debata	8
Dobra praktyka 3. Fantastyczne możliwości	10
Dobra praktyka 4. Program Nauki Zachowania	13
Dobra praktyka 5. Program profilaktyczno-wychowawczy EPSILON	16
Dobra praktyka 6. Przyjaciele Zippiego	19
Dobra praktyka 7. Spójrz Inaczej	22
Dobra praktyka 8. Trzy koła	25

Wprowadzenie

Dobre praktyki to godne naśladowania działania podejmowane w różnych sferach życia społecznego, gospodarczego, edukacyjnego, które przynoszą konkretne korzyści dla grup ich odbiorców, ich rezultaty wpływają pozytywnie na określone sfery życia ludzi. Dobre praktyki często zawierają znamiona innowacyjności, są podstawą kreatywnych rozwiązań wykorzystywanych dla osiągnięcia pozytywnych celów rozwojowych. Działania takie odznaczają się trwałością i są możliwe do powtarzania w nowych społecznościach i zróżnicowanych warunkach.

Dobre praktyki stają się obecnie coraz popularniejszym narzędziem wykorzystywanym na całym świecie w celu doskonalenia różnych dziedzin życia przy jak największym wykorzystaniu potencjału już wypróbowanych projektów i podejmowanych działań dedykowanych do osiągnięcia skonkretyzowanych celów. Narzędzie to w edukacji pozwala na rozwój kapitału ludzkiego poprzez wzbogacanie wiedzy, czerpanie z doświadczeń innych osób, a co za tym idzie służy podnoszeniu jakości wdrażanych projektów skierowanych na określone cele edukacyjne, rozwojowe, wychowawcze i profilaktyczne. Wskazując jakieś działania jako dobrą praktykę należy wziąć pod uwagę jej następujące cechy:

- skuteczność
- wydajność
- planowanie
- refleksyjność
- innowacyjność
- uniwersalność
- etyczność.

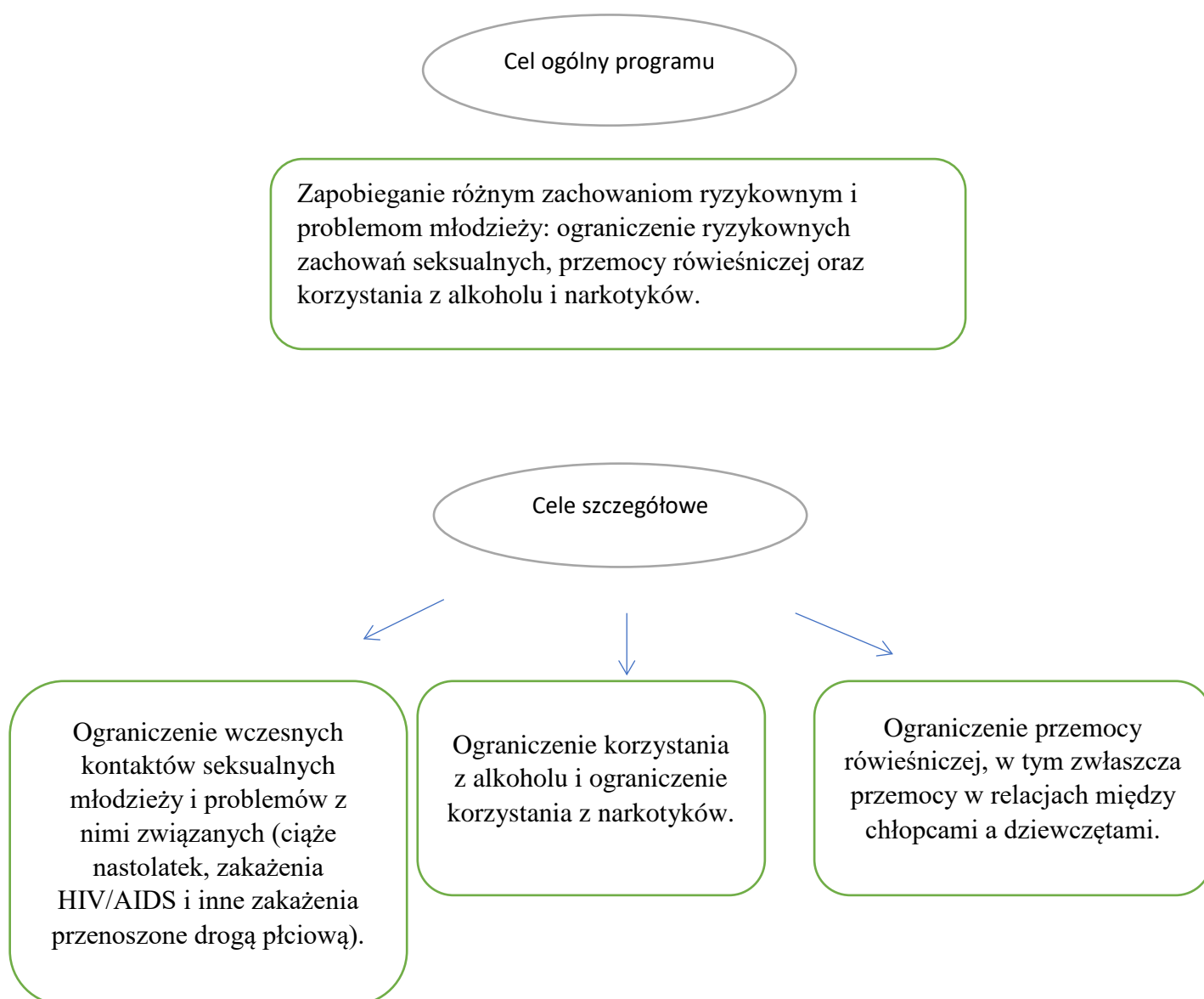
Opisane w tym opracowaniu praktyki mają wzbogacać i wspierać działania podejmowane przez nauczycieli, wychowawców, pedagogów i psychologów w zakresie działań w obszarze wsparcia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Wskazane w opracowaniu dobre praktyki mają na celu umożliwienie, nauczycielom i wszystkim zainteresowanym zdrowiem psychicznym, uzyskania wskazówek i pomocy w kreowaniu projektów i programów wspierających dzieci i młodzież w dbaniu o różne aspekty swojego zdrowia psychicznego.

Dobre praktyki wskazane przez nas mamy nadzieję będą wspierały podejmowane przez Państwa wysiłki i ułatwiały pracę, dawały inspirację do podejmowania nowych wyzwań wychowawczych i zwiększały efektywność podejmowanych działań.

Dobra praktyka 1. Archipelag Skarbów

„Archipelag Skarbów” jest to program profilaktyki uniwersalnej o zasięgu ogólnopolskim kierowanym do uczniów szkół gimnazjalnych. Głównym założeniem programu jest ograniczenie wśród młodzieży zachowań problemowych takich jak: używanie alkoholu, narkotyków, wczesne zachowania seksualne, przemoc rówieśnicza. Program realizowany jest od 2006r. w formie mityngów w dużych grupach.

Podmiotem odpowiedzialnym za program jest Fundacja Instytut Profilaktyki Zintegrowanej.



Założenia programu

Modyfikowanie przekonań normatywnych, zwiększanie osobistego zaangażowania na rzecz zdrowego stylu życia, ukazywanie sprzeczności między wyznawanymi wartościami a podejmowaniem zachowań problemowych, ukazywanie konsekwencji zachowań ryzykownych, uczenie umiejętności poznawczych i społecznych, (asertywność, krytyczna refleksja nad przekazem kultury masowej, radzenie sobie z własnymi emocjami).

Program odwołuje się do marzeń i pragnień młodych ludzi związanych ze szczęściem w życiu osobistym i w miłości oraz realizacją życiowych pasji. Treści programu koncentrują się głównie wokół tematów miłości i seksualności. Zrozumienie seksualności jako pięknej i dobrej sfery, której wartość wynika z przyjęcia, że nie jest ona jedynie fizycznym aktem.

Opis działania

Organizacja dwóch dużych mityngów dla młodzieży. Każdy z nich podzielony jest na trzy części.

I mityng: refleksja nad tematem „drogą do realizacji marzeń o szczęściu w życiu osobistym i o prawdziwej miłości, która nie tylko się nie kończy, ale z biegiem lat rośnie”. Prezentacja całościowego sposobu patrzenia na człowieka (ciało, uczucia, rozum, sfera duchowa i więzi z innymi ludźmi) i afirmacji każdej ze sfer. Chłopcy uwrażliwiani są na to, by patrzeć na dziewczęta z szacunkiem i całościowo, a nie tylko na ich ciało. Natomiast dziewczęta są zachęcane do tego, by domagać się od innych takiego całościowego traktowania. Relacje międzyludzkie i współzycie seksualne przedstawiane są jako wyraz więzi dwóch osób posiadających wszystkie ludzkie wymiary, a nie tylko jako kontakt cielesny.

II mityng: omówienie zagadnień związanych ze współżyciem seksualnym: piękno seksualnej bliskości, konsekwencje wczesnych kontaktów seksualnych, zachęta do wstrzemięźliwości od przedmałżeńskiego współżycia seksualnego i kontaktów genitalnych. Zasady jakimi warto się kierować na randkach, m.in. całkowite unikanie alkoholu, narkotyków i dopalaczy na randce. Wiedza o wybranych metodach antykoncepcji, sposobach działania i współczynnikach skuteczności, rodzaje zakażeń przenoszonych drogą płciową. Niekorzystny wpływ środków psychoaktywnych na rozwój osobisty, zawieranie znajomości i budowanie relacji. Po zakończeniu programu uczestnicy mają możliwość korzystania z indywidualnych konsultacji elektronicznych. Prowadzona jest również dla nich strona internetowa www.archipelagskarbow.eu

Metodyka pracy

miniwykład, prezentacja multimedialna, ćwiczenia aktywizujące (pytania do całej grupy lub dialogi z ochotnikami, burza mózgów, fantazja sterowana, scenki odgrywane przez kilku ochotników, angażowanie ochotników do pomocy technicznej), świadectwa zdrowego stylu życia.

Ewaluacja

Schemat ewaluacji – z grupą eksperymentalną i kontrolną oraz trzema etapami badań: pretestem (przed rozpoczęciem realizacji programu), posttestem 1 (miesiąc po zakończeniu realizacji programu) i posttestem 2 (6 miesięcy po zakończeniu realizacji programu). Wielkość i dobór grupy badanej: w każdej z ośmiu szkół objętych badaniami losowy podział klas na grupę eksperymentalną i kontrolną. Charakterystyka grupy badanej: uczniowie klas II i III gimnazjów publicznych z województwa mazowieckiego i warmińsko-mazurskiego. Narzędzia badawcze: autorski kwestionariusz „Pro-Zint” („profilaktyka zintegrowana”) składający się ze stałego trzonu 88 pytań i około 20 pytań zmieniających się w kolejnych etapach badań. Badania anonimowe i poufne.

Rezultaty

Wyniki ankiet ewaluacji bezpośredniej wypełnionej przez 115 uczniów (100% obecnych): Średnia ocena końcowa: 4,74 (skala 1-6) 84,9% dowiedziało się przydatnych dla nich rzeczy. 81,4% czuje się zachęconych do większego szanowania innych 74,4% czuje się zachęconych do unikania pornografii 39,5% czuje się zachęconych do unikania alkoholu 65,1% czuje się zachęconych do unikania narkotyków 31,4 % czuje się zachęconych do czekania ze współżyciem seksualnym do ślubu 43% czuje się zachęconych do czekania ze współżyciem seksualnym do ślubu lub dorosłości.

Ocena końcowa pedagoga w skali od 1 – 6

Dynamika programu – 6 Przygotowanie merytoryczne i organizacyjne ekipy realizatorów – 6 Sposób przekazywania treści i nawiązanie współpracy z młodzieżą – 6 Współpraca ze szkołą – 6 Treść i forma prowadzenia spotkania dla rodziców i rady pedagogicznej - 6

Uwagi pedagoga: „Program spełnił rolę wsparcia wychowawczego i profilaktycznego, w odniesieniu do tychże funkcji szkoły. Poszerzył wiedzę uczniów, nauczycieli i rodziców, uświadomił sens wstrzemięźliwości seksualnej ale przede wszystkim ukierunkował młodzież na budowanie prawdziwych więzi, wybieranie dojrzałych sposobów radzenia sobie w różnych sytuacjach życiowych.” „Na wysoką jakość prowadzenia programu miało duży wpływ doświadczenie prowadzących, posługiwanie się konkretnymi przykładami osób, odnoszenie się do terapii z pewnością miało wpływ na ich wiarygodność: to co mówili to nie tylko teoria ale fakty z życia innych

ludzi, którzy potrafili zmienić swoje życie.” „Rodzice wyrażali opinie, że będą mogli wykorzystać praktycznie to co dowiedzieli się w trakcie spotkania.”

Rezultaty ewaluacji wyniku:

Wyniki związane z 1 celem szczegółowym:

- Zmniejszenie odsetka uczniów deklarujących podejmowanie bieżących kontaktów seksualnych miesiąc po zakończeniu programu ($p < 0,05$).
- Wzrost odsetka uczniów deklarujących bardziej dojrzałą postawę wobec seksualności w całej grupie badanej miesiąc po programie ($p < 0,005$) oraz wśród chłopców 6 miesięcy po programie ($p < 0,005$).
- Zmniejszenie celowego korzystania z pornografii przez chłopców w okresie ostatnich 30 dni 6 miesięcy po programie ($p < 0,05$) oraz wzrost odsetka młodzieży celowo przerywającej oglądanie pornografii w całej grupie badanej miesiąc po programie ($p < 0,05$).
- Wzrost odsetka młodzieży świadomej, że nie istnieją metody antykoncepcyjne, które w 100% chronią przed poczęciem dziecka lub zakażeniem wirusem HIV zarówno miesiąc, jak i 6 miesięcy po programie ($p < 0,005$).

Wyniki związane z 2 celem szczegółowym dot. alkoholu:

- Zmniejszenie odsetka uczniów sięgających po alkohol w okresie ostatnich 30 dni 6 miesięcy po programie ($p < 0,05$).
- Wzrost odsetka chłopców, którzy asertywnie odmawiają alkoholu w sytuacji presji w kierunku picia w okresie ostatnich 30 dni ($p < 0,05$).
- Wyniki związane z 2 celem szczegółowym dot. narkotyków:
- Zmniejszenie odsetka uczniów sięgających po narkotyki w okresie ostatnich 30 dni 6 miesięcy po programie ($p < 0,05$).
- Wzrost odsetka uczniów, którzy asertywnie odmawiają narkotyków w sytuacji presji w kierunku korzystania z narkotyku w okresie ostatnich 30 dni (efekt śladowy).

Wyniki związane z celem szczegółowym dotyczącym przemocy - brak.

Dobra praktyka 2. Debata

Program Profilaktyczny Debata adresowany do dzieci i młodzieży w wieku 12-15 lat oraz nauczycieli biorących udział w zajęciach.

Cel ogólny programu:

- wzmocnienie postaw pro-abstynenckich u nastolatków stojących przed progiem inicjacji alkoholowej.

Cele szczegółowe:

- wzrost wiedzy o możliwościach rozwoju bez używania substancji psychoaktywnych i zmiana błędnych przekonań normatywnych (pro-alkoholowych norm środowiskowych),
- klaryfikacja wartości w kierunku promocji zdrowego stylu życia,
- wzmocnienie tendencji do podejmowania abstynencji w sytuacji nacisków środowiskowych, osłabienie siły presji rówieśniczej i ze strony środowiska dorosłych – rodziców i nauczycieli.

Założenia

- opóźnienie inicjacji alkoholowej wśród nastolatków, co ma ich chronić przed negatywnymi konsekwencjami picia alkoholu i rozwojem innych zachowań ryzykownych.
- wzmacnianie następujących czynników chroniących: kontakt z dorosłym mentorem prezentującym poparcie dla postawy abstynencji, akceptacja dla szkoły jako środowiska promującego zdrowy styl życia, moralne aspekty trzeźwości
- kształtowanie i wzmacnianie norm przeciwnych picie alkoholu przez dzieci i młodzież
- konfrontowania cenionych wartości z ryzykownymi zachowaniami

Opis programu

Realizacja programu, który ma charakter „krótkiej interwencji profilaktycznej w grupie” odbywa się z udziałem 2 prowadzących i trwa w jednej klasie 3 godzin. Nauczyciele (zwłaszcza wychowawcy klas) są obecni na zajęciach.

W Debacie wykorzystuje się metody interaktywne odwołujące się do dialogu motywującego.

Scenariusz zajęć składa się z logicznie powiązanych ze sobą elementów, które mają charakter dyskursu. Należą do nich:

- tworzenie klimatu wspólnoty i ustalenia zasad pracy obowiązujących na zajęciach,
- sondaż, którego celem jest modyfikowanie przekonań normatywnych,

- przekaz wiedzy na temat alkoholu etylowego i historii jego używania,
- „burza mózgów” na temat korzyści i szkód związanych z używaniem alkoholu, której celem jest zmiana stereotypów oraz zweryfikowanie mitów związanych z alkoholem,
- proste scenki dramowe ilustrujące negatywne konsekwencje/straty związane z pićm alkoholu,
- zabawy dydaktyczne,
- promowanie zabawy bez alkoholu (wykorzystanie skeczu)
- praca grup nad „tym co nas może chronić”
- osobiste świadectwo prowadzącego zajęcia jako dorosłego abstynenta
- sesja odpowiedzi na ewentualne pytania
- podsumowanie.

Ewaluacja

Ewaluacje przeprowadzono wielokrotnie. Do oceny odbioru i przebiegu programu wykorzystano: profesjonalne nagranie pełnej 3-godzinnej edycji programu dla uczniów klasy V, ankiety ewaluacyjne zbierane po każdorazowej standardowej realizacji programu, zogniskowany wywiad grupowy przeprowadzony z uczniami – uczestnikami programu (dwie grupy).

Wyniki zebranych danych w ramach ewaluacji procesu wskazują, że program jest:

- łatwy do implementacji w szkołach (prosty do realizacji scenariusz),
- dobrze odbierany przez szkoły i część uczestników.

Udział w programie przyczynił się do wzrostu poziomu wiedzy na temat problemów i negatywnych konsekwencji dla zdrowia związanych z pićm alkoholu oraz wzmocnił wśród uczniów postawy proabstynenckie i korzystne przekonania normatywne.

Dobra praktyka 3. Fantastyczne możliwości

Szkolny program profilaktyki ukierunkowany na opóźnianie wieku inicjacji alkoholowej u nastolatków wkraczających w okres dojrzewania.

Podmiotem odpowiedzialnym za program Instytut Psychiatrii i Neurologii. Pracownia Profilaktyki Młodzieżowej Pro-M. Program ma zasięg ogólnopolski.

Cele

Głównym celem jest opóźnianie inicjacji alkoholowej oraz zmniejszanie problemów alkoholowych wśród nastolatków wchodzących w okres dojrzewania; wzmocnienie efektów oddziaływań profilaktycznych tak, aby mogły być względnie trwałe w czasie.

Cele szczegółowe:

1. Wzmacnianie umiejętności społecznych uczniów, w tym przede wszystkim umiejętności radzenia sobie z negatywnymi wpływami rówieśników i środowiska
2. Wspieranie wychowawczych i profilaktycznych działań rodziców poprzez zachęcanie do prowadzenia rozmów z ich dorastającymi dziećmi na temat zagrożeń wynikających z picia alkoholu i używania innych substancji psychoaktywnych, a także do tworzenia rodzinnych zasad wychowawczych, podejmowania z dziećmi wspólnych atrakcyjnych zajęć i zainteresowań, kształtowanie postaw i norm przeciwnych picia alkoholu przez dzieci i młodzież szkolną
3. Przekazywanie uczniom rzetelnej wiedzy na tematy związane z konsekwencjami picia alkoholu

Założenia

- wczesna profilaktyka nastawiona na opóźnianie inicjacji sprzyja ograniczaniu prób picia alkoholu przez nastolatków oraz ma duże znaczenie dla przyszłego bezpieczeństwa i rozwoju młodzieży
- zaangażowanie rodziców poprzez zachęcanie ich do rozmów z dzieckiem na ważne tematy życiowe, wyrażanie zdecydowanej postawy przeciwko picia alkoholu przez młodzież, stawianie dziecku zakazów dotyczących picia alkoholu i ich egzekwowanie, wspólne spędzanie wolnego czasu, kontrolowanie tego, co robi dziecko poza domem, umiar we własnym picia alkoholu oraz nie angażowanie dziecka w czynności związane z picia alkoholu przez dorosłych
- przekazanie wiedzy o bezpośrednich psychospołecznych konsekwencjach picia alkoholu

Metody pracy

szkolenia, zajęcia informacyjno-edukacyjne, zajęcia pozalekcyjne, wspólne zajęcia dla rodziców i dzieci

Opis

Szkolna część programu obejmuje: Wieczór Fantastycznych Możliwości- spotkanie dzieci, ich rodziców oraz zaproszonych gości, wybór i szkolenie liderów rówieśniczych, zajęcia w klasie. W czasie sześciu zajęć poruszane są następujące tematy: - oczekiwania i obawy uczniów związane z rozpoczęciem nauki w gimnazjum, - wartości i cele życiowe nastolatków, - sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami i rozwiązywanie problemów, - powody picia alkoholu przez nastolatków, - bezpośrednie konsekwencje picia alkoholu przez młodzież, - sposoby skutecznego radzenia sobie z namowami rówieśników do picia alkoholu, - sposoby reklamowania napojów alkoholowych i umiejętności krytycznego odbioru reklam.

Wieczór Dobrej Zabawy, spotkanie kończące program przeznaczone dla wszystkich uczestników programu.

Domowa część programu: równoległe z zajęciami w klasie realizowany jest program edukacyjny dla rodziców. Celem tego programu jest przekazanie rodzicom wiedzy pomocnej w podejmowaniu bardziej świadomych i przemyślanych działań służących ochronie ich dzieci przed problemami związanymi z piciem alkoholu. W trakcie trwania programu rodzice otrzymują cztery zeszyty w których omówione są najważniejsze źródła wpływu na postępowanie nastolatków. Każdy z zeszytów składa się z dwóch części. Pierwsza jest napisana w formie poradnika dla rodziców, druga zawiera zadania dla par rodzic – dziecko oraz Karty Udziału, które uczniowie przynoszą do szkół po wykonaniu zadań.

Ważnym elementem programu są imprezy i zajęcia pozalekcyjne przygotowywane wspólnie przez rodziców i dzieci.

Ewaluacja

Badaniami ankietowymi po zakończeniu programu objęto 405 uczniów ze wszystkich miejscowości i klas, w których realizowano program (n=21), 223 rodziców (40%) . Badania jakościowe (2003-2005) , które umożliwiły ocenę przebiegu programu, obejmowały następujące metody: wywiady grupowe z nauczycielami realizującymi program, dane z dokumentacji programu – arkusze przebiegu zajęć, dane ankietowe od uczniów (17 klas, n=338) i liderów na temat oceny programu i zakresu uczestniczenia w jego poszczególnych elementach. Przebieg części domowej programu analizowano w oparciu o

ustrukturalizowane wywiady telefoniczne z losowo dobraną grupą 30 rodziców uczniów objętych programem.

Przedmiotem badań były rutynowe realizacje programu, prowadzone przez nauczycieli mało doświadczonych w pracy profilaktycznej, z warszawskiej dzielnicy Ursynów. W grupie eksperymentalnej znalazło się 18 klas, a w grupie porównawczej – 16 klas. W obu tych grupach czterokrotnie przeprowadzono audytoryjne, anonimowe badania.

Wyniki ewaluacji formatywnej pozwoliły zidentyfikować szereg problemów dotyczących zawartości merytorycznej programu jak i jego organizacji. W efekcie znacznie zmodyfikowano oryginalną, amerykańską wersję. Wprowadzono szereg zmian we wszystkich materiałach programowych, dostosowano do nowej wersji program szkolenia nauczycieli oraz procedurę przygotowania do pracy w klasie liderów.

Wyniki przeprowadzonych analiz pokazały, że wszystkie zasadnicze elementy merytorycznego programu zajęć w klasie zostały zrealizowane zgodnie z planem w każdej klas eksperymentalnych. W większości klas nie zorganizowano przewidywanych w programie spotkań dla rodziców i dzieci na terenie szkoły, tzw. „wieczorów”. W Wieczorze Fantastycznych Pomysłów i Wieczorze Dobrej Zabawy uczestniczyło jedynie ok. 30% uczniów wraz z rodzicami. Odsetek rodziców wykonujących wraz z dziećmi co najmniej połowę zadań zawartych w zeszytach dla rodziców wyniósł nieco ponad 50%; odsetek uczniów bardzo zadowolonych lub zadowolonych z uczestniczenia w programie wyniósł 43%; jedna trzecia uczestników to osoby niezdecydowane w ocenie, a jedna czwarta – niezadowolone.

Brak danych ze wszystkich placówek w których był realizowany program.

Dobra praktyka 4. Program Nauki Zachowania

Program Nauki Zachowania powstał z myślą o uczniach szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych, którzy mają narastające problemy z zachowaniem się w szkole.

Cele

Cel główny: ograniczenie liczby i częstości występowania niewłaściwych zachowań wybranych uczniów szkole oraz powstrzymanie u tych uczniów procesu utrwalania się i rozwoju zachowań problemowych.

Cele szczegółowe:

- opanowanie przez ucznia konkretnych umiejętności, dostosowanych do jego indywidualnych potrzeb, służących ograniczeniu zachowań destrukcyjnych w klasie i wzmocnieniu zachowań pożądanych
- rozwój odpowiedzialności i świadomości ucznia - rozwijanie poczucia odpowiedzialności za swoje zachowanie i jego konsekwencje
- kształtowanie pozytywnych więzi społecznych u uczniów z trudnościami w zachowaniu.

Założenia

- Program Naprawy Zachowania powstał z myślą o podniesieniu skuteczności działań w szkole wobec uczniów demonstrujących problemy w zachowaniu
- rozwój umiejętności życiowych np. rozwiązywanie konfliktów, podejmowanie decyzji,
- wzrost poczucia własnej wartości i sprawczości
- budowanie przynależności
- nauka standardów dobrego zachowania,
- kształtowanie prawidłowych postawy wobec innych ludzi (rozwój życzliwości, empatii i szacunku dla innych).

Opis programu

Program Naprawy zachowania składa się z trzech modułów.

Moduł I – wprowadzenie ucznia do programu. Na ten moduł składa się: zgłoszenie, dokonane przez pracownika szkoły, rodzica lub samego ucznia, oraz kwalifikacja ucznia do programu, rozmowa motywująca z uczniem i ustalenie z nim celów związanych ze zmianą jego zachowania, rozmowa z rodzicem na zaproszenie ucznia, której celem jest włączenie rodzica do pracy nad zmianą zachowania jego dziecka.

Moduł II – dzień ucznia w programie. Na ten moduł składają się: informacje zwrotne od nauczycieli na temat postępów w realizacji ustalonych celów zmiany zachowania ucznia w trakcie zajęć lekcyjnych, rozmowa podsumowująca dzień, której celem jest omówienie postępów ucznia w ciągu minionego dnia oraz w przypadku takiej potrzeby uczenie nowych umiejętności.

Moduł III – ewaluacja postępów. Na ten moduł składa się: raport postępów dziennych związanych z realizacją zakładanych celów, omówienie tygodniowe, którego celem jest zebranie informacji pozwalających podjąć decyzję o pozostawieniu ucznia w programie albo w jaki sposób zmodyfikować cele, by lepiej były dostosowane do aktualnych jego możliwości, podsumowanie kwartalne, które stanowi informację dla społeczności szkolnej o przebiegu i realizacji programu.

Podczas prowadzenia rozmów z uczniami nauczyciele korzystają z pytań sokratejskich i technik coachingowych. Zastosowanie tych technik umożliwia uczniom przyjmowanie odpowiedzialności za swoje postępowanie poprzez samodzielne poszukiwanie rozwiązań.

Ewaluacja

Ewaluacja przeprowadzona w dwóch etapach z wykorzystaniem jakościowych metod zbierania danych takich jak: wywiady telefoniczne z szkolnymi koordynatorami programu, analiza pola sił, uzyskano informacje na temat:

- zachowań, które kwalifikują uczniów do udziału w programie (przeszkadzanie na lekcji, wagary, agresja)
- sposobów podejmowania decyzji o przystąpieniu do programu (zgłoszenie ucznia przez zespół wychowawczy, zgłoszenie przez rodziców)
- działań podejmowanych w programie – zwrócenie uwagi przez respondentów na trudności nauczycieli związane z zaprzestaniem udzielania negatywnych ocen dotyczących niepożądanych zachowań uczniów na rzecz informacji wskazujących sposoby ich zmiany,
- opinii uczniów o programie – zdaniem respondentów uczniowie objęci programem są zadowoleni. Zwrócono też uwagę na przypadki poprawy zachowania wszystkich uczniów w klasach, w których uczeń albo kilkoro uczniów uczestniczyło w programie,
- opinii rodziców i nauczycieli – zarówno opinie rodziców jak nauczycieli są pozytywne – obserwują pożądane zmiany zachowania u dzieci,
- wpływu programu na życie szkoły – zwrócono uwagę na pozytywne efekty, takie jak: częstsze kontakty z rodzicami uczniów, którzy biorą udział w programie, indywidualizacja pracy z uczniami, lepsza współpraca między nauczycielami, większa kontrola nauczycieli nad problemami wychowawczymi,

- czynników sprzyjających i utrudniających realizację programu – wśród czynników pozytywnie wpływających wymieniono: wykorzystanie wiedzy i umiejętności zdobytych podczas szkoleń dla realizatorów, zaangażowanie dyrekcji i nauczycieli, współpraca w gronie pedagogicznym, nowatorski charakter programu; wśród czynników utrudniających: opór nauczycieli, brak zainteresowania ze strony rodziców, traktowanie udziału w programie przez uczniów jako kary.

Uzyskane wyniki wskazały, że Program Nauki Zachowania przyczynia się do pożądanej zmiany zachowania uczniów i poprawy ich poczucia bezpieczeństwa emocjonalnego.

Dobra praktyka 5. Program profilaktyczno-wychowawczy EPSILON

Program profilaktyczno-wychowawczy EPSILON w całości opiera się na promowaniu zdrowia psychicznego ukierunkowanego na rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych dzieci oraz poprawę psychospołecznego funkcjonowania. Skierowany jest do dzieci w wieku 7-9 lat oraz ich rodziców i wychowawców z województwa śląskiego. Podmiotem odpowiedzialnym za program jest Stowarzyszenie EPSILON.

Cele

Cel główny: zapewnienie trwałego poczucia dobrostanu i redukcja zagrożenia patologiami i wykluczeniem społecznym poprzez podniesienie umiejętności życiowych – wyposażenie dzieci w zasoby osobiste, pozwalające na sprawną konfrontację z wydarzeniami życiowymi, pod postacią elementów inteligencji emocjonalnej i poczucia koherencji, jako globalnej orientacji życiowej.

Cele szczegółowe:

1. Zwiększenie udziału konstruktywnych wzorców komunikacyjnych w kontaktach podejmowanych przez dzieci.
2. Zwiększenie umiejętności rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie w sytuacjach trudnych zgodnie z normami współżycia społecznego, zwiększenie liczby zachowań o charakterze pomocy rówieśniczej.
3. Zwiększenie poczucia więzi ze szkołą i poczucia przynależności do silnego zespołu klasowego, zintegrowanego wokół pozytywnych postaw i wartości. Zwiększenie roli wychowawcy jako kluczowego realizatora profilaktyki w szkole.

Założenia

- działania profilaktyczne skierowane do dzieci w wieku 7-9 lat są bardzo efektywne, ponieważ presja grupy rówieśniczej w tym wieku odgrywa mniejszą rolę w porównaniu z okresem adolescencji
- szkoła powinna być środowiskiem, w którym w jak najwyższym stopniu zaspokajane są potrzeby bezpieczeństwa, akceptacji i przynależności do grupy
- dzięki wsparciu osób znaczących dla dziecka (wychowawca), dziecko powinno przekształcać nowe sytuacje stresowe w zadaniowe

Metody pracy

- zajęcia dla dzieci w formie warsztatów z wykorzystaniem metod dramy, dyskusje sterowane, trening umiejętności, wprowadzenie "rytuałów klasowych", wprowadzenie i realizacja umowy klasowej dotyczącej wzorów zachowania w sytuacjach konfliktowych
- szkolenia dla nauczycieli

Opis

Realizacja programu obejmuje 60 godzin podzielonych na trzy moduły: praca z uczniami (24 godz.), praca z wychowawcą (30 godz.), praca z rodzicem (6 godz.).

Program prowadzony jest w formie zajęć w klasie szkolnej z wykorzystaniem technik dramy edukacyjnej. Pomiędzy modułami programu wychowawca utrwała wprowadzone treści programu podczas lekcji wychowawczych i spotkań z rodzicami. Program jest realizowany w oparciu o scenariusze zajęć zawarte w podręczniku. W ramach programu nauczyciele uczestniczą w konsultacjach oraz szkoleniu poświęconym tematom: drama w pracy z grupą, rytuały w pracy z klasą, praca z rodzicami.

Ewaluacja

Program podlega ewaluacji dwukrotnie. Celem jest ocena adekwatności działań służących osiągnięciu celów w kontekście uwarunkowań pojawiających się w poszczególnych miastach i szkołach.

Ewaluacja dotyczy liczby uczestników, frekwencji na zajęciach, problemów zauważanych przez realizatorów (ewaluacja mid-term) a po zakończeniu programu – satysfakcji uczestników (uczniów i wychowawców) z udziału w programie, oceny realizatorów, oceny trudności w realizacji. Ewaluacja przeprowadzana jest w formie ankiet audytoryjnych, kwestionariuszy oraz za pomocą arkuszy ewaluacji procesu.

Ewaluacja procesu wykazała, że realizacja programu przebiegała efektywnie. Odsetek uczniów uczestniczących w co najmniej 75% aktywności związanych z programem wynosił 82%, z czego zadowolenie z uczestnictwa w programie deklarowało 94% uczniów.

Wynik ten udało się osiągnąć m.in. dzięki atrakcyjnej formie zajęć, dużemu zaangażowaniu prowadzących – ich zainteresowaniu problemami uczestników. Sekwencja zajęć wykonanych zgodnie z planem, z uwzględnieniem aktywności wychowawców została zachowana we wszystkich klasach, co świadczy o wysokiej dyscyplinie realizatorów i pozwala na wysoką ocenę efektywności współpracy zespołu realizującego z wychowawcami.

Najlepszy wynik osiągnięto w zakresie zaangażowania rodziców. Rodzice nie zawsze wywiązywali się z terminowości realizacji wspólnych z dziećmi aktywności w ramach realizacji programu. W kolejnych edycjach programu realizator zaplanował wprowadzenie dodatkowych procedur wzmacniających poziom kontroli nad realizacją elementów programu skierowanych do rodziców.

Dobra praktyka 6. Przyjaciele Zippiego

Program promocji zdrowia psychicznego dla dzieci w wieku 5-9 lat ukierunkowany na wzmacnianie umiejętności osobistych i społecznych dzieci. Program o zasięgu ogólnopolskim. Podmiotem odpowiedzialnym za program jest Centrum Pozytywnej Edukacji.

Promocja zdrowia psychicznego w tym programie pojmowana jest jako wzmacnianie naturalnych sił, zdolności i umiejętności małego dziecka, w celu przewyższania niepowodzeń, radzenia sobie w trudnych sytuacjach i budowania adekwatnej samooceny, wzmacniania poczucia własnej wartości, asertywności i budowania dobrych relacji z innymi.

Cele

Celem głównym programu jest promocja zdrowia psychicznego poprzez wyposażenie dzieci w wieku 5-9 lat w podstawowe umiejętności radzenia sobie z problemami, trudnościami, ze zmianą i stratą, a także rozwój umiejętności wymyślania i wykorzystywania strategii pomocnych w sytuacjach trudnych, stresowych, zmiany i straty.

Cele szczegółowe:

1. Doskonalenie u dzieci zdolności rozpoznawania i nazywania uczuć. Nauczenie określania i wykorzystywania strategii radzenia sobie z uczuciami smutku, złości, rozdrażnienia i zazdrości.
2. Rozwój i doskonalenie u dzieci kompetencji komunikacyjnych, nauczenie ich jak uważnie słuchać, jak wyrazić to, co chcemy powiedzieć, jak prosić o pomoc i udzielać pomocy innym. Doskonalenie u dzieci umiejętności nawiązywania i utrzymania przyjaźni, radzenia sobie z odrzuceniem i samotnością. Doskonalenie u dzieci umiejętności radzenia sobie ze zmianą i stratą.
3. Doskonalenie u dzieci umiejętności rozwiązywania konfliktów, poszukiwania rozwiązań, które będą pomocne, ale nie będą nikogo krzywdziły. Reagowanie na przemoc i pomoc ofiarom prześladowań. Ograniczenie przemocy i zapobieganiu zjawiskom bullyingu – krzywdzenia.

Założenia

- doskonalenie wśród dzieci umiejętności radzenia sobie z trudnościami i konfliktami w codziennym życiu
- podnoszenie u wszystkich małych dzieci poziomu zdolności radzenia sobie z trudnościami dnia codziennego

- propagowanie niesienia pomocy innym, nauka empatii

Opis

Program składa się z 24 spotkań realizowanych w trakcie jednego roku szkolnego.

Tematyka spotkań: Część I - Uczucia, Część II - Komunikacja, Część III - Budowanie i zrywanie więzi, Część IV - Rozstrzygnięcie konfliktów, Część V - Przeżywanie zmiany i straty, Część VI - Dajemy sobie radę. Każda z części realizuje przedstawione cele szczegółowe. Kanwą każdej części jest opowiadanie, czytane przez nauczyciela i wzbogacone ilustracjami, do którego wraca się podczas każdego ze spotkań. Bohaterami opowiadań są dzieci i różne wydarzenia w ich życiu, które mogą przytrafić się każdemu dziecku. Na przykładzie tych sytuacji i losów bohaterów prowadzone są rozmowy z dziećmi, dzieci wykonują różne ćwiczenia, rysują, odtwarzają scenki i próbują wymyślać różne sposoby poradzenia sobie w takich sytuacjach. Każde spotkanie kończy się podsumowaniem. Dzieci oceniają program wypełniając „kartę podsumowania” poprzez zamalowanie słońeczka lub chmurki oraz uśmiechniętej lub smutnej buźki.

Ewaluacja

Ewaluacja procesu dotyczy możliwości implementacji programu w polskich warunkach, dostępności oraz oddziaływania programu na dzieci i nauczycieli. W roku 2005 przedmiotem ewaluacji było pilotażowe wdrożenie programu w warszawskich placówkach. Od roku 2006 program jest oferowany poprzez sieć trenerów. Trenerzy zbierają i gromadzą informacje na temat wdrożenia programu, które raz do roku przekazywane są do licencjobiorcy. Na podstawie tych danych prowadzone są analizy dot.: zasięgu i dostępności programu w Polsce, sposobów docierania z informacją o programie do szkół i nauczycieli, liczby dzieci uczestniczących w zajęciach, a także dane jakościowe na temat współpracy z rodzicami i obserwowanych przez nauczycieli efektów programu. W latach 2006/07 oraz 2007/08 – wszyscy nauczyciele realizujący program wypełniali ankietę ewaluacyjną badającą ich opinie odnośnie do oddziaływania programu na dzieci.

W roku szkolnym 2012/2013 program Przyjaciele Zippiego był realizowany w 474 przedszkolach i klasach szkolnych. W szkoleniach przygotowujących do realizacji programu uczestniczyło 632 nauczycieli oraz prawie 16 tysięcy dzieci. W latach 2005 – 2013 w całej Polsce w zajęciach wzięło udział ponad 111 tysięcy dzieci, 3 800 szkół i przedszkoli a program realizowało ponad 5 tysięcy nauczycieli. W Polsce, od kilku już lat w programie uczestniczy największa liczba dzieci spośród wszystkich krajów partnerskich PFC w Europie.

Dzieci są gotowe do rozmów o sprawach ważnych na tym etapie życia, o przyjaźni, o zmianach jakie zachodzą w nas i wokół nas, o sukcesach i porażkach oraz sposobach radzenia sobie z trudnościami.

Program jest bardzo dobrze oceniany przez rodziców, którzy mają okazję zaobserwować przemiany swojego dziecka, ale też pochylić się nad jego problemami.

Nauczyciele prowadzący zajęcia dostrzegają znaczące zmiany w zakresie umiejętności psychospołecznych u dzieci biorących udział w spotkaniach, są to min: poprawa relacji interpersonalnych w grupie, bardziej dojrzałe wyrażanie uczuć, zmniejszenie ilości konfliktów w grupie, zmiana sposobów rozwiązywania problemów, samodzielne rozwiązywanie problemów.

Prowadzone w latach 2006-2008 badania ewaluacyjne wśród nauczycieli pokazały, że program w istotny sposób wpływa zarówno na postawy nauczycieli, ich postrzeganie dzieci i budowane relacje, jak również na funkcjonowanie samych dzieci, ich kompetencje społeczne i emocjonalne. Wielu nauczycieli twierdzi, że prowadzenie zajęć w programie Przyjaciele Zippiego jest pomocne dla nich również osobiście, że łatwiej radzą sobie z sytuacjami trudnymi.

Dobra praktyka 7. Spójrz Inaczej

Program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla klas IV-VI szkół podstawowych w wieku 10-13 lat.

Cele

Cel ogólny programu: zapobieganie zachowaniom ryzykownym i destrukcyjnym w klasie szkolnej oraz problemom zdrowia psychicznego u dzieci w wieku 10-13 lat.

Cele szczegółowe programu:

- rozwijanie umiejętności psychospołecznych uczniów, w tym umiejętności rozpoznawania i nazywania uczuć, umiejętności 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 zwiększenie wiedzy o własnym ciele, negatywnych wpływach społecznych, decyzjach prozdrowotnych, zagrożeniach i konsekwencjach związanych z używaniem substancji psychoaktywnych i leków.

Założenia:

- główne kierunki działań edukacyjnych programu są nastawiane na wspieranie prawidłowego rozwoju psychospołecznego, rozwijanie umiejętności, które pomagają dzieciom w nawiązywaniu zdrowych relacji z rówieśnikami oraz w radzeniu sobie z trudnymi emocjami i sytuacjami życiowymi
- wspieranie dzieci w środowisku szkolnym, które w tym okresie rozwojowym staje się naturalnym miejscem rozwijania umiejętności psychospołecznych;
- psychoedukacja nauczycieli
- minimalizowanie negatywnego wpływu takich indywidualnych czynników ryzyka jak: deficyty umiejętności psychospołecznych, niskie poczucie własnej wartości, niska pozycja w grupie rówieśniczej, odrzucenie przez rówieśników, niepowodzenia szkolne, zachowania agresywne lub destrukcyjne w klasie, pozytywne oczekiwania wobec działania alkoholu, nikotyny, narkotyków i leków, wczesny wiek inicjacji alkoholowej i nikotynowej, negatywne wpływy przekazów medialnych i reklam;
- wzmacnianie działania takich indywidualnych czynników chroniących jak: umiejętności psychospołeczne (radzenia sobie z trudnymi emocjami, konstruktywnego porozumiewania

się, rozwiązywania konfliktów, budowania pozytywnego obrazu siebie itd.) i odpierania presji rówieśniczej, zdrowe reguły funkcjonowania w klasie/grupie rówieśniczej, oraz szkolnych czynników chroniących takich jak: umiejętności wychowawcze nauczycieli oraz pozytywny klimat szkoły.

Opis programu

Zajęcia programu Spójrz inaczej w klasach IV-VI są w założeniu kontynuacją zajęć prowadzonych w klasach I-III. W IV klasie realizowanych jest 25 zajęć 45-minutowych, w V klasie - 26 zajęć, w VI - 28 zajęć. Realizator przeprowadza dwa spotkania z rodzicami.

Program Spójrz inaczej obejmuje następujące zagadnienia:

1. Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć (rozpoznawanie, nazywanie i akceptacja uczuć własnych oraz innych osób, rozumienie i wyrażanie uczuć pojawiających się w sytuacjach trudnych, uczenie się sposobów pozytywnego wpływania na swój nastrój oraz nastroj innych, radzenie sobie z trudnymi emocjami (strach, smutek, złość).
2. Pozytywna samoocena (świadomość i poznawanie siebie, docenianie siebie i innych, radzenie sobie z negatywnym myśleniem).
3. Świadomość zmian we własnym życiu (rozwój jako proces, indywidualne tempo zmian, plany na przyszłość i warunki ich realizacji, dorosłość i dojrzałość)
4. Dziecko jako członek rodziny (rozumienie roli rodziny i swojej roli w rodzinie, wzajemna pomoc w rodzinie)
5. Uczeń jako członek różnych grup (wzajemny wpływ, pomaganie i otrzymywanie pomocy, przyjaźń i koleżeństwo, rodzina, rodzaje rodzin, znaczenie rodziny, moja rola w rodzinie, rozumienie innych, normy, reguły i zasady we wzajemnych kontaktach, współdziałanie i współpraca, wpływ grupy na jednostkę – namawianie i odmawianie.
6. Podejmowanie decyzji (kryteria służące podejmowaniu decyzji, emocje towarzyszące podejmowaniu decyzji, rozważanie konsekwencji przy podejmowaniu decyzji, odpowiedzialność za własne decyzje, decyzje związane z ryzykiem, zmiana decyzji)
7. Rozwiązywanie problemów i konfliktów (sposoby i strategie rozwiązywania problemów, sposoby rozwiązywania konfliktów)
8. Sytuacje trudne w kontaktach z innymi (radzenie sobie ze złością, odrzuceniem, wstydem, dokuczaniem, skarżeniem, pomaganie osobom odrzuconym, namawianie i odmawianie, agresja i przemoc w szkole – sposoby zapobiegania i radzenia sobie z dokuczaniem)
9. Dbanie o zdrowie (zdrowy i niezdrowy sposób życia, podejmowanie decyzji dotyczących zdrowia)

10. 1Substancje psychoaktywne (skutki używania nikotyny, alkoholu, mechanizm uzależnienia i współuzależnienia, przepisy dotyczące używania substancji psychoaktywnych przez dzieci i młodzież, zasady używania leków, narkotyki: rodzaje, przyczyny oraz skutki używania pomoc w sytuacjach problemów z używaniem, zachowania alternatywne).
11. Reklama (mechanizmy reklamy, korzystanie z reklam)

Ewaluacja

Ewaluacja prowadzona jest od 1991 r. i jest okresowo powtarzana. W ciągu 25 lat trwania programu przeprowadzono 1 202 szkolenia, w których wzięło udział 15 150 nauczycieli-realizatorów programu w klasach IV-VI. Przybliżona liczba klas objętych programem na przestrzeni 25 lat to 5 050 a szacunkowa liczba uczniów 101 000.

W latach 1991-2015 na podstawie informacji zebranych w ramach ewaluacji procesu i ewaluacji formatywnej dokonano 6 aktualizacji programu Spójrz inaczej w klasach IV-VI. Były to m.in.: poprawki w scenariuszach lekcji, zmiana w kolejności realizacji działów, dodanie nowych scenariuszy, wprowadzenie nowych rysunków i ilustracji, uzupełnienie podręcznika dla realizatorów o część dotyczącą prowadzenia zajęć, roli prowadzącego, rozwiązywania sytuacji trudnych w pracy z grupą, oraz zmian w programie szkolenia dla realizatorów.

Dobra praktyka 8. Trzy koła

Program wychowawczo-profilaktyczny „Trzy Koła” stworzony został przez Fundację Wychowawców i Młodzieży „Prom”. Skierowany jest do uczniów szkół podstawowych i gimnazjów.

Wychowawcy uczestniczą łącznie w trzydniowym szkoleniu prowadzonym przez Fundację. Uczestnicy kursu otrzymują materiały metodyczne wraz z pomocami do pracy z uczniem. Na pierwsze 4 miesiące pracy nauczyciele otrzymują następujące tematy do przepracowania:

- Praca nauczyciela nad własną postawą wobec uczniów
- Pięć zasad, jak rozmawiać w grupie
- Krąg i rundy wypowiedzi
- Powiedz nam coś o sobie
- Każdy daje swój wkład
- Krąg naszych radości i smutków
- Pomaganie
- Zapobieganie konfliktom i godzenie się
- Niebezpieczeństwa i wpływy społeczne (bingo biegane)
- Animowanie rodziców do współpracy w profilaktyce

Na dalsze okresy pracy wychowawca tworzy plany według własnych pomysłów wykorzystując otrzymane materiały.

Miarą efektów programu są zmiany w zachowaniach i postawach uczniów.

Cele programu

- wzmacnianie więzi społecznych pomiędzy nauczycielami i uczniami, szkołą i rodzicami, rozwijanie pozytywnych relacji społecznych między uczniami,
- wzmacnianie zachowań prospołecznych uczniów
- wzmacnianie postaw i zachowań prozdrowotnych oraz zmniejszanie zapotrzebowania na zachowania antyzdrowotne, takie jak: picie alkoholu, palenie papierosów i inne zachowania ryzykowne dla zdrowia.

Założenia programu

1. Kształtowanie wśród uczniów zdrowego stylu życia, bez używania narkotyków, alkoholu oraz przemocy w codziennych kontaktach. Jest to przede wszystkim zadanie rodziców oraz szkoły.
2. Działania powinny być systematyczne i mieć charakter ciągły z uwagi na fakt, że większość czynników ryzyka ma charakter narastający wraz z wiekiem młodzieży.

3. Oddziaływania prowadzące do kształtowania pożądanych postaw zdrowotnych i społecznych dzieci i młodzieży powinny być integralną częścią programu wychowawczego pracy nauczyciela. Dbanie o siebie i swoje zdrowie oraz o szacunek wobec innych ludzi powinny być powiązane z systemem wartości i norm.
4. Spośród nauczycieli najważniejszą rolę pełni wychowawca klasy. Przede wszystkim on ma największy wgląd na całościowy rozwój ucznia i może czuwać nad jego harmonijnym rozwojem.
5. Jednym z warunków skuteczności oddziaływań i czynnikiem chroniącym przed występowaniem zachowań ryzykownych i antyspołecznych, takich jak wagary, upijanie się, odurzanie się, wandalizm i przemoc są pozytywne więzi uczniów ze szkołą (Hawkins, Catalano, Miller, 1992), a także umiejętności wychowawcze i społeczne nauczycieli (Voisin i wsp., 2005)
6. Od nauczyciela wymaga się dużego zaangażowania oraz motywacji do pracy. Program Trzy Koła pozostawia nauczycielowi swobodę w wyborze technik pracy wychowawczo-profilaktycznej i oferuje mu źródła inspiracji.

Opis programu

- Klimat i więzi (Koło Zielone): rozwijanie współpracy, zasady komunikowania się, pomaganie innym, rozwijanie pozytywnych relacji między uczniami, praca nad wartościami, więzi międzypokoleniowe, rozwijanie kreatywności dzieci, pełnienie określonych ról w grupie, sposoby przekazywania pozytywnych informacji na temat innych osób i umiejętność przyjmowanie ich na własny temat.
- Sprawy i problemy (Koło Pomarańczowe): uczenie wyrażania uczuć własnych i rozpoznawanie uczuć innych, docieranie do problemów przeżywanych przez dzieci i młodzieży, wzmocnienia poczucia własnej wartości, doceniania innych.
- Zdrowie i zagrożenia (Koło Czerwone): wiedza o działaniu środków uzależniających (papierosy, alkohol, narkotyki, w tym dopalacze, uzależnienie od internetu, komórki itp.), negatywne wpływy społeczne, skuteczne odmawianie, formy agresji i przemocy, mechanizm powstawania agresji, sposoby radzenia sobie z agresją i jej eskalacją, zdrowe nawyki żywieniowe, ruch, unikania nieszczęśliwych wypadków, dbanie o bezpieczeństwo innych, ciekawe formy spędzania wolnego czasu.
- Współpraca z rodzicami: aktywizowanie ich w czasie zebrań rodzicielskich, włączanie w życie szkoły, dzielenie się radościami z kontaktów z dziećmi, rozmowy o problemach wychowawczych.

Metody pracy

- lekcje prowadzone są w kręgu i w małych grupach (burze mózgów, odgrywania ról, rysunki, scenki komiksowe, gry, zajęcia ruchowe i inne techniki aktywizujące)
- kwadransy wychowawcze, migawkowe kontakty na korytarzu, wycieczki, imprezy, akcje klasowe i szkolne, spotkania z rodzicami.

Ewaluacja

Ewaluacja programu obejmowała sprawdzenie czy program wywiera pożądany wpływ na:

- szkolne więzi społeczne,
- zachowania prospołeczne uczniów,
- zachowania prozdrowotne

Ewaluacja przeprowadzono wśród uczniów szkół podstawowych z Tarnowa, Zielonki i Ząbek. Badania przeprowadzono w schemacie pretest-posttest. W badaniu ankietowym wzięło udział ponad 1000 uczniów. Do pomiaru kluczowych trzech zmiennych wykorzystano kilka skal o wysokiej rzetelności oraz kilka pojedynczych pytań ankietowych. Do analizy wyników wykorzystano MANOVA – wielozmiennową analizę wariancji z powtarzanymi pomiarami.

Więzi społeczne w szkole

Wyniki badania wskazują, że program Trzy Koła wzmacnia niektóre wymiary społecznego funkcjonowania uczniów i tym samym sprzyja wzmacnianiu więzi społecznych. W grupie eksperymentalnej znacznie wzrosła częstość pracy w kręgu i w małych grupach, przy jednoczesnym braku zmian w tym zakresie w grupie porównawczej. Jednocześnie w grupie eksperymentalnej zwiększył się poziom akceptacji dla pracy zespołowej, podczas gdy w grupie porównawczej się nieco obniżył.

W zakresie dwóch zmiennych związanych z tematyką więzi społecznych (doświadczenie akceptacji w szkole oraz klimat klasy) wyniki sugerują pozytywne efekty programu, ale zaobserwowane pozytywne zmiany były na granicy istotności statystycznej.

Zachowania prospołeczne i antyspołeczne

Pozytywny wynik programu wystąpił w zakresie częstości zachowań prospołecznych. W obu grupach zaznaczył się wprawdzie spadek takich zachowań w toku roku szkolnego, jednakże spadek ten okazał się znacząco mniejszy w grupie objętej programem niż w grupie porównawczej.

Nie stwierdzono wpływu programu na ograniczenie zachowań antyspołecznych, takich jak bicie i dokuczanie ze strony kolegów i koleżanek szkolnych.

Zachowania prozdrowotne i anty-zdrowotne

Wyniki badań wskazują na pozytywny efekt w programie w zakresie ograniczenia zachowań anty-zdrowotnych w grupie uczniów objętych programem. Istotnie zmniejszyła się częstość zachowań „niezdrowych” (np. jedzenie chipsów, picie coli, ograniczenie częstości picia alkoholu, jedzenie dużych ilości słodyczy, spędzanie czasu przed telewizorem, granie w agresywne gry komputerowe).

W zakresie pozostałych zmiennych opisujących zachowania anty-zdrowotne (palenie papierosów i podejmowanie innych zachowań ryzykownych) nie stwierdzono istotnych różnic między grupami. Nie zaobserwowano również wpływu programu na zwiększenie lub zmniejszenie zachowań prozdrowotnych takich jak: picie mleka, soków, mycie zębów, czytanie dla przyjemności.