

## O programie

***Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w każdą pogodę*** to opracowany przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej i udostępniany nieodpłatnie pakiet narzędzi badawczo-profilaktycznych do samodzielnego wykorzystania przez kadry szkolne. Umożliwia on wykonanie autodiagnozy środowiska szkolnego oraz realizację działań profilaktycznych opartych na wynikach tej diagnozy.

Pakiet narzędzi *Nawigacji w każdą pogodę* składa się z zestawu ankiet dla uczniów, rodziców i nauczycieli oraz z materiałów merytorycznych opracowanych w formie inspiracji do pracy z:

- młodzieżą,
- rodzicami,
- nauczycielami.

Zarówno ankiety, jak i inspiracje do pracy z młodzieżą zostały zaktualizowane, by uwzględniały również obecną sytuację wojny na Ukrainie.

Pakiet ten zawiera również:

- gotowe scenariusze pięciu zajęć profilaktycznych dla szkoły podstawowej,
- gotowe scenariusze warsztatów dla rodziców,
- dedykowaną aplikację internetową.

*Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w każdą pogodę* (w skrócie NWKP) została opracowana przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (w skrócie IPZIN) w ramach programu MEiN „Społeczna odpowiedzialność nauki”. Projekt realizowany przez IPZIN nosi tytuł: ***Popularyzacja wyników innowacyjnych badań naukowych opartych na modelu profilaktyki zintegrowanej i ich zastosowań praktycznych wśród nauczycieli, wychowawców oraz psychologów i pedagogów jako metoda skutecznego przeciwdziałania pogorszeniu kondycji psychicznej nastolatków na skutek epidemii COVID-1.***

Instytut Profilaktyki Zintegrowanej od lat prowadzi badania, tworzy i realizuje programy profilaktyczne (także online), które w świetle prowadzonej ewaluacji przynoszą pozytywne rezultaty. *Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w każdą pogodę* jest odpowiedzią IPZIN oraz środowiska trenerów programów [Archipelag Skarbów®](#) i [Nawigacja w Kryzysie](#) na zdiagnozowane potrzeby wychowawcze i profilaktyczne uczniów, rodziców i nauczycieli w okresie przedłużającej się epidemii i po jej ustąpieniu. Inspiracją do jej powstania były wyniki najnowszych badań i doświadczeń IPZIN opisanych w formie wniosków i rekomendacji z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego zawartych w raporcie pt.: *“Jak wspierać uczniów po roku pandemii?”*, który powstał na zlecenie Ministerstwa Edukacji i Nauki na początku 2021r.

Główne rekomendacje dla systemu edukacji zawarte we wspomnianym raporcie wskazują na potrzebę przywrócenia równowagi między przewartościowanym nauczaniem, a niedowartościowanym wychowaniem oraz priorytetowe potraktowanie działań wychowawczych, profilaktycznych i pomocowych w obszarze wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży zarówno w fazie pandemii, jak i w okresie bezpośrednio po jej wygaśnięciu.

*Szkolna inicjatywa profilaktyczna **Nawigacja w każdą pogodę** wpisuje się w szereg rekomendacji szczegółowych zawartych w raporcie:*

- jest propozycją bezpłatną i ogólnie dostępną dla szkół, przez co umożliwia szeroko zakrojone wsparcie psychiczne dzieci i młodzieży w całym kraju – rekomendacja 1 i 9,
- wykorzystuje potencjał leżący w naturalnych zasobach wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży – rekomendacja 2,
- wykorzystuje potencjał zawarty w pracy wychowawczo – profilaktycznej wychowawców szkolnych oraz w lekcjach wychowawczych – rekomendacja 7,
- wspiera kondycję psychiczną uczniów, pomaga w zbudowaniu dobrych relacji w środowisku szkolnym i integruje klasę – rekomendacja 10 i 11.

*Szkolna inicjatywa profilaktyczna **Nawigacja w każdą pogodę** została opracowana zgodnie z koncepcją **9 wskazówek** radzenia sobie w sytuacji kryzysowej. Znane są one z programu profilaktycznego **Nawigacja w Kryzysie** opracowanego w 2020 roku przez IPZIN w odpowiedzi na wyzwania wynikające z epidemii COVID-19. Istotą 9. wskazówek jest wsparcie młodzieży i całego środowiska rodzinnego oraz szkolnego, a także zmotywowanie do wyciągnięcia wniosków z sytuacji kryzysu w taki sposób, aby przedłużający się czas pandemii nie tylko nie pogłębiał trudności na poziomie psychiki, ale też stał się okazją do pozytywnych przemian w życiu młodego człowieka.*

Podstawą naukową służącą opracowaniu wskazówek był sondaż IPZIN na próbie 2475 osób, który dostarczył wiedzy o tym, jak młodzież przeżywa czas epidemii. Opracowane przez IPZIN raporty „*Młodzież w czasie epidemii*” i „*Młodzież w czasie epidemii. Komu jest najtrudniej*” z 8. i 16. kwietnia 2020 roku okazały się cennym materiałem dla określenia najpilniejszych potrzeb profilaktycznych i wychowawczych młodzieży. W ten sposób Instytut Profilaktyki Zintegrowanej rozpoczął **Akcję Nawigację – *chronić siebie, wspierać innych***.

W kolejnym kroku w **Akcji** wzięło udział kilka tysięcy młodzieży uczestnicząc w programie profilaktycznym **Nawigacja w Kryzysie**. Teraz zapraszamy kolejne szkoły i grupy młodzieży do włączenia się do **Akcji Nawigacji** poprzez samodzielną realizację *szkolnej inicjatywy profilaktycznej **Nawigacja w każdą pogodę***, w której sposób wykorzystania wskazówek został przeformułowany i dostosowany do potrzeb uczniów, wychowawców i rodziców w roku szkolnym 2021/2022.

*Szkolna inicjatywa profilaktyczna **Nawigacja w każdą pogodę** realizuje cele i zadania profilaktyki uniwersalnej oraz promocji zdrowia psychicznego. Jej zadaniem jest wzmocnienie naturalnych zasobów odporności i radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i kryzysowymi (zasobów osobistych, rodzinnych i środowiskowych).*

W działaniu skierowanym do młodzieży szkolnej wspieranie naturalnych mechanizmów odporności połączone z uważnością na osoby przeżywające większe trudności, jest strategią racjonalną i psychologicznie bezpieczną (Everly, 2000).

## **Cel ogólny**

Celem ogólnym *Nawigacji w każdą pogodę* jest poprawa kondycji psychicznej uczniów i zapobieganie problemom mogącym wynikać z jej pogorszenia (w tym m.in. przemocy, korzystaniu z substancji psychoaktywnych, uzależnieniom behawioralnym).

Cel ten jest realizowany poprzez:

1. zmotywowanie uczniów do ćwiczenia sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych,
2. wzrost kompetencji rodziców i nauczycieli w zakresie wspierania uczniów,
3. poprawę klimatu szkoły.

### **Cele szczegółowe**

1. Zmotywowanie uczniów do ćwiczenia sposobów radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych, w tym kryzysowych (m.in: akceptacja uczuć, kierowanie własnymi zachowaniami, szukanie wsparcia, dostrzeganie pozytywów, świadomość własnych celów życiowych, wspieranie innych).
2. Ułatwienie rodzicom i nauczycielom zrozumienia potrzeb młodzieży w różnych sytuacjach życiowych, w tym w sytuacjach kryzysowych m.in. poprzez prezentację wyników badań z Państwa szkoły zrealizowanych za pomocą dedykowanej aplikacji internetowej.
3. Wzmocnienie przekonania rodziców i nauczycieli o kluczowym znaczeniu ich roli dla skutecznego wspierania kondycji psychicznej uczniów.
4. Poprawa klimatu wzajemnych relacji między uczniami, rodzicami i nauczycielami poprzez wzbudzenie wzajemnej empatii i poczucia solidarności w obliczu wspólnie przeżywanej sytuacji kryzysowej oraz poprzez konkretne i klarowne pokazanie, jak wiele dobra i wzajemnego wsparcia zachodzi między tymi grupami w danej szkole.

### **Adresaci projektu**

Podmiotem realizującym *Szkolną inicjatywę profilaktyczną Nawigacja w każdą pogodę* jest kadra szkoły. Z uwagi na diagnostyczny i profilaktyczny wymiar proponowanych działań, które angażują znaczną część społeczności szkolnej kluczową rolę odgrywają dyrektor szkoły, a także pedagog/psycholog szkolny oraz wychowawcy klas. *Nawigacja w każdą pogodę* angażuje także uczniów, rodziców i nauczycieli z jednego lub kilku poziomów klas.

*Nawigacja w każdą pogodę* przeznaczona jest dla:

- uczniów klas 6 – 8 szkoły podstawowych oraz klas 1 szkół ponadpodstawowych,
- wychowawców klas uczestniczących w programie i nauczycieli uczących w klasach objętych programem,
- pedagogów, psychologów szkolnych,
- rodziców.

## Ogólna charakterystyka działań

*Szkolna inicjatywa profilaktyczna Nawigacja w każdą pogodę* może być realizowana przez kadre szkolną zarówno w warunkach stacjonarnych jak i online. Łączy ona w sobie:

- diagnozę środowiska szkolnego (uczniowie, rodzice, nauczyciele) za pomocą aplikacji internetowej,
- bezpośrednie oddziaływanie profilaktyczne skierowane do uczniów (poprzez wychowawców) uwzględniające wyniki badań diagnostycznych (minimum 5 zajęć),
- spotkanie informacyjne dla rady pedagogicznej (prowadzone przez szkolnego koordynatora NWKP),
- spotkanie informacyjne dla rodziców (prowadzone przez wychowawców).

Przeprowadzenie badań w pierwszej fazie realizacji służy przede wszystkim pozyskaniu danych o stanie kondycji psychicznej młodzieży, nauczycieli i rodziców. Celem tego elementu jest wzmocnienia wzajemnej empatii w społeczności szkolnej (pytania o samopoczucie, kondycję psychiczną, przeżywane trudności kierowane zarówno do uczniów, jak i do rodziców i nauczycieli) oraz pozwala na ukazanie licznych przejawów dobra, pozytywnych gestów i wzajemnego wsparcia pomiędzy młodzieżą, rodzicami i nauczycielami z danej społeczności szkolnej. Diagnoza prowadzona w ramach *szkolnej inicjatywy profilaktycznej Nawigacja w każdą pogodę* może być potraktowana jako uzupełnienie szkolnej diagnozy przeprowadzonej pod kątem opracowania szkolnego programu wychowawczo – profilaktycznego dla danej placówki. Jednocześnie stanowi ona podstawę naukową do pracy profilaktycznej w ramach zajęć, a jej wyniki mogą być na bieżąco analizowane i wykorzystywane w trakcie lekcji dla młodzieży, spotkań dla rodziców, i szkoleń dla rady pedagogicznej.

Zajęcia dla młodzieży i rodziców bazują na materiałach opracowanych w ramach projektu i dostępnych w aplikacji. Część materiałów z założenia opracowano w formie, która ma stanowić inspirację dla twórczej pracy nauczyciela wychowawcy. Część materiałów ma formę gotowych scenariuszy zajęć adresowanych do uczniów i ich rodziców. Wychowawca lub wychowawca wraz z pedagogiem/psychologiem szkolnym samodzielnie planują realizację zajęć w danej klasie w taki sposób, by był on najbardziej korzystny dla konkretnej grupy młodzieży.

## Harmonogram działań związanych z *Nawigacją w każdą pogodę*

Poniżej znajduje się opis kolejnych kroków dla szkoły, która chce realizować szkolną inicjatywę profilaktyczną *Nawigacja w każdą pogodę*.

1. Zapoznanie się dyrektora z materiałami informacyjnymi dotyczącymi szkolnej inicjatywy profilaktycznej *Nawigacja w każdą pogodę* oraz decyzja o zgłoszeniu szkoły do projektu.
2. Wyznaczenie szkolnego koordynatora projektu tzn. osoby, która będzie miała dostęp do aplikacji internetowej z ramienia szkoły oraz będzie przekazywała informacje i materiały merytoryczne wychowawcom klas uczestniczących w projekcie, a także pomagała w planowaniu i realizacji zajęć w poszczególnych klasach. Szkolny koordynator będzie również odpowiedzialny za przeprowadzenie

- spotkania informacyjnego dla nauczycieli i realizację badań online wśród kadry pedagogicznej. Może też być osobą, która poprowadzi warsztaty dla rodziców.
3. Szkolenie dla szkolnych koordynatorów cyklu zajęć *Nawigacja w każdą pogodę* w formie online lub samodzielne zapoznanie się szkolnego koordynatora z materiałami szkoleniowymi dostępnymi w aplikacji.
  4. Przeprowadzenie przez szkolnego koordynatora w ramach rady pedagogicznej mini-szkolenia informującego kadrę placówki o *Nawigacji w każdą pogodę* połączonego z przeprowadzeniem ankiety wśród nauczycieli.
  5. Spotkanie robocze szkolnego koordynatora *Nawigacji w każdą pogodę* z wychowawcami klas w celu omówienia współpracy przy *szkolnej inicjatywie profilaktycznej* i zaplanowania realizacji zajęć w poszczególnych klasach.
  6. Spotkanie wychowawców z rodzicami: krótka prezentacja projektu i przeprowadzenie ankiety.
  7. Spotkania wstępne dla młodzieży prowadzone przez wychowawców, w czasie których młodzież otrzyma informacje o *Nawigacji w każdą pogodę* oraz zostanie przeprowadzona ankieta wśród uczniów.
  8. Pobranie przez szkolnego koordynatora raportu i prezentacji z wynikami badań dla szkoły z aplikacji internetowej (dostępne do dwóch dni roboczych po oznaczeniu informacji, że wszystkie badania w szkole zostały zakończone) i przekazanie ich wychowawcom klas uczestniczących w projekcie.
  9. Cykl zajęć dla młodzieży w ramach *Nawigacji w każdą pogodę* prowadzony przez wychowawców – minimum 5 zajęć z młodzieżą w każdej klasie.
  10. Spotkania informujące rodziców i kadrę pedagogiczną o wynikach badań przeprowadzonych w szkole. Mogą one zostać przeprowadzone przez szkolnego koordynatora NWKP.
  11. Wypełnienie ankiet ewaluacyjnych przez uczestników projektu.
  12. Przekazanie koordynatorowi za pomocą aplikacji internetowej certyfikatu dla szkoły poświadczającego udział placówki w projekcie.

### **Korzyści dla szkoły z udziału w szkolnej inicjatywie profilaktycznej *Nawigacja w każdą pogodę***

1. Pomoc w diagnozie sytuacji wychowawczo – profilaktycznej (standaryzowane narzędzia i raport), która stanowić może ważny zasób informacji przydatnych do konstruowania programu wychowawczo – profilaktycznego szkoły.
2. Bezpłatny dostęp do materiałów/pomocy dydaktycznych jako narzędzi realizacji programu wychowawczo-profilaktycznego szkoły.
3. Bezpłatny udział szkolnych koordynatorów w szkoleniach lub dostęp do modułu do samodzielnego przeszkolenia się w zakresie *Nawigacji w każdą pogodę*.
4. Atrakcyjna forma realizacji szkolnych zadań profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego.
5. Pomoc w budowaniu pozytywnego klimatu szkoły w triadzie nauczyciel – uczeń – rodzic.
6. Wzrostu kompetencji wychowawców w zakresie wspierania kondycji psychicznej uczniów.
7. Dodatkowe doskonalenie warsztatu pracy wychowawców i pedagoga/psychologa, jako głównych realizatorów *Nawigacji w każdą pogodę*, którzy dokonują własnej

refleksji nad 9. wskazówkami oraz wykorzystują wyniki badań w trakcie prowadzenia zajęć profilaktycznych dla młodzieży i rodziców.

8. Wsparcie w realizacji zadań wynikających z **Podstawowych kierunków polityki oświatowej państwa** na rok szkolny 2021/2022, zwłaszcza punkty:
  - Wspomaganie przez szkołę wychowawczej roli rodziny, m.in. przez właściwą organizację zajęć edukacyjnych wychowanie do życia w rodzinie oraz realizację zadań programu wychowawczo-profilaktycznego.
  - Wychowanie do wrażliwości na prawdę i dobro. Kształtowanie właściwych postaw szlachetności, zaangażowania społecznego i dbałości o zdrowie.
9. Certyfikat uczestnictwa szkoły w projekcie, na podstawie którego dyrektor może wystawić nauczycielom stosowne dokumenty wymagane do awansu zawodowego.

### Warunki otrzymania certyfikatu

Do otrzymania certyfikatu uprawniona jest każda szkoła, która weźmie udział w *szkolnej inicjatywie profilaktycznej **Nawigacja w każdą pogodę*** i zrealizuje **wszystkie** niżej wymienione elementy projektu:

1. **Przeprowadzenie ankiet wstępnych** wśród młodzieży, rodziców i nauczycieli.
2. Przeprowadzenie minimum **pięciu zajęć profilaktycznych** w przeliczeniu na jedną klasę uczestniczącą w projekcie.
3. Przeprowadzenie **ankiety ewaluacyjnej na zakończenia zajęć dla młodzieży** na poziomie 50% uczniów zgłoszonych do projektu wg list szkolnych.
4. Przeprowadzenie **jednego spotkania dla rodziców informującego o wynikach badania w szkole**, poświadczonego ankietami ewaluacyjnymi wypełnionymi przez rodziców.
5. Przeprowadzenie **jednego spotkania dla rady pedagogicznej informującego o wynikach badania w szkole**, poświadczonego ankietami ewaluacyjnymi wypełnionymi przez nauczycieli.
6. Wypełnienie **ankiet ewaluacyjnych przez szkolnego koordynatora i wychowawców** prowadzących zajęcia w ramach NWKP.

Certyfikat jest wystawiany przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej i będzie przekazany szkole za pośrednictwem aplikacji internetowej.