

Załącznik nr 3

Realizacja zadania nr 8 – przeprowadzenie we wszystkich klasach konserwatoriów pod hasłem *Nie jesteś sam*. Jak monitorować sytuację osób z otoczenia szkolnego lub środowiskowego, które znalazły się w biedzie, chorobie, stanie sieroctwa społecznego lub „euro sieroctwa”, gdzie szukać pomocy. Wskazany udział przedstawicieli ośrodków pomocy społecznej i pomocy rodzinie, zawodowych kuratorów sądowych.

Temat *Nie jesteś sam* został zrealizowany we wszystkich klasach na godzinie z wychowawcą. Poniżej prezentujemy scenariusz zajęć opracowany przez p. Agnieszkę Osicką (nauczyciela języka francuskiego i wychowawcę kl. IIa) i p. Berenikę Wiłun - psychologa i współpracownika Ośrodka Terapii Uzależnień w Częstochowie.

SCNARIUSZ LEKCJI WYCHOWAWCZEJ

Autorzy scenariusza: mgr Agnieszka Osicka; mgr Berenika Wiłun (psycholog)

Temat lekcji:

Nie jesteś sam - jak monitorować sytuację osób z otoczenia, które znalazły się w biedzie, chorobie, stanie sieroctwa społecznego lub „euro-sieroctwa”. Gdzie szukać pomocy?

Cele główne:

- uwrażliwienie uczniów na problem odrzucenia, wyobcowania społecznego,
- diagnozowanie własnych potrzeb,
- zapoznanie uczniów z instytucjami niosącymi pomoc potrzebującym.

Cele operacyjne:

po zajęciach uczniowie powinni:

- znać problematykę „osamotnienia”,
- potrafić zdiagnozować przyczynę własnej samotności i problemów z nią związanych,
- reagować empatią na ludzi osamotnionych,
- wiedzieć, gdzie szukać pomocy dla siebie i innych.

Metody zajęć:

pogadanka, wykład, burza mózgów

Materialy:

kserokopie „mapy świata moich kontaktów”, flamastry, kartony

Przebieg lekcji:

1. Nauczyciel przedstawia gościa. Zapoznaje uczniów z tematem zajęć i określa zasady panujące na zajęciach (m.in.: każdy ma prawo wypowiedzieć się na powyższy temat, nie przekrzykujemy się, nie wyśmiewamy).

2. Psycholog pyta młodzież, jak interpretują temat zajęć, kto według nich może mieć problem, jakie sytuacje życiowe mogą prowadzić do osamotnienia?

3. Psycholog prosi uczniów o zdiagnozowanie własnej sytuacji. W tym celu rozdaje uczniom listę zdań do dokończenia tzw. „mapę świata moich kontaktów”. Uczniowie kończą następujące zdania:

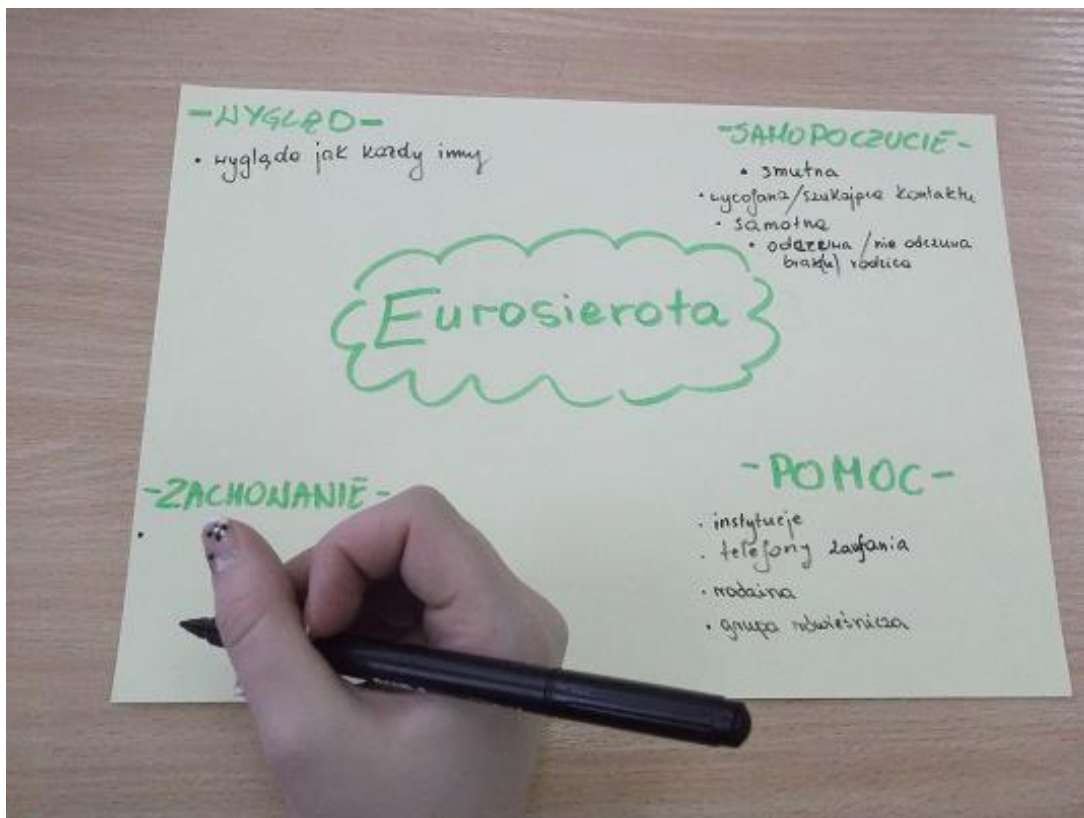
- Osoby, na które mogę zawsze liczyć...
- Kto akceptuje mnie całkowicie znając moje dobre i złe strony ...
- Kto pokazuje mi, że jestem potrzebny, ceniony, szanowany...
- Komu mogę powiedzieć o własnych kłopotach i osobistych sprawach ...
- Do kogo bez trudu zwrócę się o pomoc...
- Z kim chcę rozmawiać o swoich potrzebach a nie potrafię...
- Z kim nie utrzymuję kontaktów takich jak dawniej i dobrze mi z tym...
- Z kim nie utrzymuję kontaktów takich jak dawniej i źle mi z tym...
- Chcę powiedzieć (...komu?...), że ...
- Chcę usłyszeć (...od kogo?...), że ...

Po 10 min psycholog upewnia się, że wszyscy wykonali zadanie i rozpoczyna dyskusję w oparciu o odpowiedzi i refleksje uczniów.

4. Psycholog przedstawia profile kilku osób, prosi jednocześnie o zdiagnozowanie ich problemu. Młodzież słucha i rozpoznaje problemy tych osób.

5. Psycholog prosi następnie o podsumowanie problemów, jakie mogą spotkać młodych ludzi. Dzieli młodzież na grupy, rozdaje kartki i flamastry, prosi o stworzenie profilu osoby potrzebującej pomocy we wskazanym przypadku (np. UZALEŻNIONY - smutny, przygnębiony, nieobecny...). (zał. 1). Po 10 min młodzież prezentuje swoje mapy myśli. W oparciu o prace uczniów rozpoczyna się dyskusja nt. uzależnień. Psycholog podaje i omawia główne aspekty, na podstawie których można wnioskować o uzależnieniu, zachęcając jednocześnie do autodiagnozy.

6. Na zakończenie psycholog pyta uczniów, czy wiedzą gdzie szukać pomocy we wskazanych przypadkach. Informuje ich o programie radzenia sobie z uzależnieniami i wskazuje miejsca, gdzie mogą szukać pomocy. Uczniowie tworzą w oparciu o te informacje tablice zawierające adresy i numery telefonów do instytucji świadczących pomoc osobom w potrzebie. (zał. 2)
Poniżej załączniki wykorzystane w scenariuszu:



(zał. 1)



(zał. 1)

TELEFONY ZAUFANIA

- JASNOGÓRSKI TELEFON ZAUFANIA:
0343652255
- CREODOBOWY TELEFON OŚRODKA
INTERWENCJI KRYZYSOWEJ: 0343663234/
0343663424
- POLICYJNY TELEFON ZAUFANIA:
0343654400
- OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA DLA
OSÓB Z PROBLEMEM NARKOTYKOWYM:
801199990
- POMARAŃCZONA LINIA POMAGA RODZINOM,
KTÓRYCH DZIECI PIJĄ: 801140062
- TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I
NASTOLATKÓW ZANIEDBYWANYCH,
WYKORZYSTYWANYCH SEKSUALNIE,
KTÓRYCH RODZICE PIJĄ, STOWARZYSZENIE
OPTA: 022/8276172
- TELEFON ZAUFANIA UZALEŻNIEŃ
MONAR: 022/8236531
- TELEFON ZAUFANIA „ZATRZYMAJ PRZEMOC”
KOMENDA STOLECZNA POLICJI:
800120143

(zał. 2)

INSTYTUCJE ŚNIADZĄCE POMOC POKRZYWDZONYM

- NIEBIESKA LINIA : 0801120002
- NIEBIESKA LINIA DLA OFIAR
PRZEMOCY W RODZINIE : 0801163102
- CENTRUM POMOCY RODZINIE:
034/3229505 / 0343229206
- OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ:
0343663424 / 0343663234
- PORADNIA RODZINNA: 0343631182
- MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ:
0343244765
- OŚRODEK POMOCY OSOBOM Z PROBLEMANI
ALKOHOLOWYMI: 0343613996
- KOMENDA MIEJSKA POLICJI: 0343691900/
0343249652
- PROKURATURA OKRĘGOWA: 0343240574/
0343246662

W ramach realizacji tego zadania opracowany został zestaw telefonów, adresów placówek i ośrodków pomocy społecznej, z których mogliby skorzystać uczniowie oraz rodzice w sytuacji zagrożenia. Zestawienie dostępne jest na stronie internetowej szkoły oraz na tablicy informacyjnej na korytarzu szkolnym.

OGÓLNOPOLSKIE TELEFONY ZAUFANIA

- **☎ 0 800 12 12 12**

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA

czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.15 – 20.00

(bezpłatny z telefonów stacjonarnych i Orange oraz ze strony internetowej, w pozostałych godzinach można przedstawić problem i zostawić numer telefonu i oczekiwać telefonu zwrotnego)

- **☎ 22 696 55 50**

TELEFON INFORMACYJNO – INTERWENCYJNY RZECZNIKA PRAW DZIECKA

czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.15 – 16.15

- **☎ 116 111**

BEZPŁATNY TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 – 20.00

- **☎ 0 800 100 100**

TELEFON ZAUFANIA helpline.org.pl

czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 11.00 – 17.00

(bezpłatny, można także dzwonić przez Skype, rozmawiać na czacie lub wysłać maila: helpline@helpline.org.pl)

- **☎ 0 801 12 00 02**

TELEFON „NIEBIESKA LINIA” STOWARZYSZENIA NA RZECZ PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE

czynny od poniedziałku do soboty 10.00 – 22.00, w niedziele i święta 8.00 – 16.00 (płatny pierwszy impuls)

- **☎ 801 889 880**

TELEFON ZAUFANIA UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE

dla osób, które mają problem lub też zastanawiają się, czy mają problem z uzależnieniami behawioralnymi (hazard, alkohol, narkotyki, seks, komputer, internet, praca, zakupy, jedzenie). Dla osób bliskich osobom uzależnionym – rodziny, przyjaciół, znajomych

czynny codziennie w godzinach 17.00 – 22.00

(koszt połączenia – koszt jednego impulsu według taryfy operatora)

- **☎ 801 24 70 70**

LINIA WSPARCIA, GDY ZAGINAŁ CZŁOWIEK

(całodobowy)

- **☎ 82 92 88**

TELEFON ZAUFANIA „ANONIMOWY PRZYJACIEL”

(całodobowy)

- **☎ 801 171 701**

TELEFON ZAUFANIA „SZKOŁA BEZ PRZEMOCY”

czynny od poniedziałku do soboty w godzinach 12.00 – 17.00

(koszt połączenia lokalnego)

- **☎ 116 006**

TELEFON DLA OFIAR PRZESTĘPSTW

informacja o prawach, wsparcie emocjonalne, informacje o zadaniach Policji

(bezpłatny)

- **☎ 116 000**

TELEFON ALARMOWY W SPRAWIE ZAGINIONYCH DZIECI

(bezpłatny)

- **☎ 116 123**

PORADNIA TELEFONICZNA DLA OSÓB W KRYZYSIE (DLA OSÓB DOROSŁYCH)

(bezpłatny)

- **☎ 0 800 703 072**

TELEFON ZAUFANIA DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW MAŁYCH DZIECI STOWARZYSZENIA CENTRUM POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ „PIERWSZY KROK”

czynny we wtorki i czwartki w godzinach 17.00 – 21.00

(połączenia tylko z Orange i stacjonarnych)

- **☎ 42 638 47 77**

TELEFON URZĘDOWY DLA OSÓB OBSERWUJĄCYCH I ZANIEPOKOJONYCH AGRESYWNYM POSTĘPOWANIEM WOBEC DZIECI I MŁODZIEŻY

(czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00 – 14.00)

- **☎ 42 637 17 15**

TELEFON ZAUFANIA „ZAKRĘT”

czynny w środy w godzinach 16.00 – 22.00 oraz od soboty od godziny 10.00 do 22.00 w niedzielę

- **☎ 22 827 61 72**

TELEFON ZAUFANIA STOWARZYSZENIA „OPTA”

DLA DZIECI I NASTOLATKÓW ZANIEDBYWANYCH, WYKORZYSTYWANYCH SEKSUALNIE, KTÓRYCH RODZICE PIJĄ

- **☎ 801 615 005**

INFOLINIA DYZURNET.PL

Jeśli natknąłeś się w Internecie na pornografię dziecięcą lub inne nielegalne treści, takie jak rasizm czy ksenofobia, nie ignoruj ich! Zgłoś je anonimowo.

(Koszt połączenia lokalnego)

- **☎ 22 692 82 26**

TELEFON ZAUFANIA AIDS

(całodobowy)

- **☎ 0 801 14 00 68**

POMARAŃCZOWA LINIA – SYSTEM POMOCY RODZICOM, KTÓRYCH DZIECI UPIJAJĄ SIĘ

Infolinia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 14.00 do 20.00

(połączenie jest płatne 33 grosze niezależnie od długości połączenia)

- 📞 **801 112 333**

TELEFON ZAUFANIA CHRZEŚCIJAŃSKIEJ MISJI SPOŁECZNEJ „TEEN CHALLENGE POLSKA”

Ogólnopolski Chrześcijański telefon zaufania i wsparcia dla osób Uzależnionych i Ich Rodzin

(czynny we wtorki czwartki w godzinach 16.00 – 19.00)

- ✉ **www.telefonzaufania.org.pl/**

INTERNETOWY TELEFON ZAUFANIA

WAŻNE TELEFONY I ADRESY W CZĘSTOCHOWIE

Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2

ul. Kosmowskiej 5
tel. 362-24-24

Komitet Ochrony Praw Dziecka

ul. Śląska 22
tel. 361-49-11

Poradnia "Powrót z U"

ul. Nowowiejskiego 3
tel. 324-60-97

Młodzieżowy Telefon Zaufania 363-20-50

Punkt Konsultacyjny Monar

tel. 324-32-56, 365-48-99

Niebieska linia w Częstochowie

tel: 0-800-63-102 czynny (16:00 - 20:00)

Centrum Informacji Zawodowej

ul. Legionów 58 budynek nr 10
tel. 3619392

KOMISARIATY POLICJI

Nazwa	Adres	Telefon	Email
I Komisariat Policji	Popieluszki 5	34 369 18 09	komisariat1@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
II Komisariat Policji	Bór 14	34 363 19 12	komisariat2@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
III Komisariat Policji	Kiedrzyńska 98	34 372 15 86	komisariat3@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
IV Komisariat Policji	Kopernika 38 (przeniesiony z ul. Strażackiej na czas remontu)	34 369 17 11	komisariat4@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
V Komisariat Policji	Czecha 15	34 364 25 45	komisariat5@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
VI Komisariat Policji	Łukasiewskiego 26	34 323 13 13	komisariat6@czestochowa.slaska.policja.gov.pl
KOMENDA MIEJSKA POLICJI	Popieluszki 5	34 369 19 00	komendant@czestochowa.slaska.policja.gov.pl

STRAŻ MIEJSKA

Nazwa	Adres	Telefon	Email
Komenda Straży Miejskiej	Krakowska 80c	34 368 31 90	straz_miejska@czestochowa.um.gov.pl
Placówka Straży Miejskiej	Orkana 95/109	34 363 31 91	straz_miejska@czestochowa.um.gov.pl
Placówka Straży Miejskiej	Dekabrystów 68/76	34 368 31 29	straz_miejska@czestochowa.um.gov.pl
Placówka Straży Miejskiej	Wręczycka 113/115	34 366 60 41	straz_miejska@czestochowa.um.gov.pl