

Szkolny program profilaktyki

realizowany

w Gimnazjum nr 3 w Piotrkowie Trybunalskim

Podstawa prawna:

- Konwencja o Prawach Dziecka przyjęta przez ONZ dnia 20 listopada 1989r., ratyfikowana przez Polskę 07 czerwca 1991r. (Dz. U. z 1991r. Nr 120, poz.526).
- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997r. (Dz. U. z 1997r. Nr 78, poz. 483),
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 2005r. Nr 179, poz. 1485).
- Prawo oświatowe:
 1. Ustawa z dnia 7 września 1991r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2004r. Nr 256, poz. 2572, z późniejszymi zmianami).
 2. Rozporządzenie MEN z 7 października 2009r. w sprawie nadzoru pedagogicznego (Dz. U. z 2009r. Nr 168, poz. 1324, z późniejszymi zmianami).
 3. Rozporządzenie MEN z dnia 10 czerwca 2015r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania egzaminów i sprawdzianów w szkołach publicznych (Dz. U. z 2015r. Nr 0, poz. 562, z późniejszymi zmianami).
 4. Rozporządzenie MEN z 21 maja 2001r. w sprawie ramowych statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół (Dz. U. z 2001r. Nr 61, poz. 624 z późniejszymi zmianami.).
 5. Rozporządzenie MEN z dnia 27 sierpnia 2012r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2012r. Nr 0, poz. 977).
 6. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 września 2011r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” (Dz. U. z 2011r. Nr 209, poz. 1245).
 7. Rządowy program na lata 2014-2016 „Bezpieczna i Przyjazna szkoła”.
 8. Rozporządzenie MEN z dnia 30 kwietnia 2013 r. w sprawie zasad udzielania pomocy psychologiczno - pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz. U. z 2013r. Nr 0, poz. 532).
 9. Rozporządzenie MEN z dnia 18 sierpnia 2015r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz. U. z 2015r., poz. 1249).

Definicja profilaktyki

Profilaktyka jest procesem, który wspiera człowieka w prawidłowym rozwoju i zdrowym życiu. Jest także jednym ze sposobów reagowania na rozmaite zjawiska społeczne, które oceniane są jako szkodliwe i niepożądane. Działania profilaktyczne zmierzają do ograniczania i likwidowania czynników, które niekorzystnie wpływają na rozwój jednostki. Szkoła jest instytucją, która ma bezpośredni wpływ na rozwój psychiczny ucznia, dlatego też powinna realizować wychowanie profilaktyczne, które stanowi integralną część wychowania ogólnego. Istotą profilaktyki w szkole jest więc reagowanie na zagrożenia i problemy oraz przygotowanie młodych ludzi do podejmowania słuszych wyborów, informowanie o zagrożeniach, pokazywanie alternatywnych dróg wyboru, które sprzyjają prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu.

Szkolny Program Profilaktyki obejmuje wszelkie zagrożenia i opisuje różnorodne celowe działania adresowane do uczniów, rodziców i pracowników placówki, będące odpowiedzią na zdiagnozowane potrzeby społeczności szkolnej. Zajęcia profilaktyczne realizowane zgodnie z przygotowanym wcześniej scenariuszem i adresowane do ściśle określonej grupy lub grup odbiorców. Programy profilaktyczne są zatem elementem składowym programów profilaktyki.

Działania profilaktyczne mają na celu wyposażenie młodego człowieka w umiejętności budowania dobrych relacji i komunikacji społecznych. Poza tym nieodzownym elementem oddziaływań jest znajomość sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych, stresowych i konfliktowych, wyrażania swoich potrzeb, emocji i opinii bez naruszania godności osobistej innych ludzi. Działania profilaktyczne wspierają zatem pracę nad harmonijnym rozwojem osobowości i zdrowym stylem życia.

Poziomy profilaktyki

Działalność profilaktyczna w szkole realizowana jest na trzech poziomach:

Profilaktyka uniwersalna – polega na wspieraniu wszystkich uczniów w prawidłowym rozwoju i stylu życia oraz podejmowaniu działań, których celem jest ograniczanie zachowań ryzykownych niezależnie od poziomu ryzyka używania przez nich środków i substancji psychoaktywnych (w tym nowych substancji), psychotropowych, środków zastępczych. W dużej mierze działania profilaktyczne skupiają się na tworzeniu wspierającego, przyjaznego klimatu szkoły, który pozytywnie wpływa na zdrowie psychiczne i poczucie wartości, motywację do osiągnięć uczniów i nauczycieli. Pozwalają także na czynny udział rodziców w życiu szkoły.

Profilaktyka selektywna – wspieranie uczniów, którzy ze względu na swoją sytuację rodzinną, środowiskową lub uwarunkowania biologiczne są w wyższym stopniu narażeni na rozwój zachowań ryzykownych. Wymaga dobrego rozpoznania w społeczności szkolnej grup uczniów zachowujących się ryzykownie lub znajdujących się w specyficznej sytuacji społecznej czy rodzinnej (np. dzieci z rodzin alkoholowych, uczniowie z deficytami poznawczymi).

Profilaktyka wskazująca – wspieranie uczniów, u których rozpoznano wczesne objawy używania środków i substancji psychoaktywnych, wystąpienia zachowań ryzykownych, które nie zostały zdiagnozowane jako choroby lub wymagające leczenia. Jest to profilaktyka na rzecz jednostki wysokiego ryzyka. Podejmowane wobec niej działania polegają na interwencji, terapii dzieci i młodzieży. Na tym poziomie częściej angażują się w profilaktykę instytucje zewnętrzne, przygotowane do prowadzenia pomocy psychologicznej lub medycznej (za K. Ostaszewski, A. Borucka, 2005).

Czynniki ryzyka i czynniki chroniące

Terminem zachowania ryzykowne określa się różne nieprawidłowe zachowania ucznia niebezpieczne zarówno dla zdrowia fizycznego i psychicznego, jak i dla jego otoczenia społecznego. Różne czynniki sprawiają, że dziecko zachowuje się zgodnie z normami i oczekiwaniami społecznymi lub podejmuje zachowania ryzykowne.

Czynniki ryzyka - indywidualne cechy i zachowania uczniów, cechy środowiska społecznego i efekty ich wzajemnego oddziaływania, które wiążą się z wysokim prawdopodobieństwem wystąpienia zachowań ryzykownych stanowiących zagrożenie dla ich prawidłowego rozwoju, zdrowia, bezpieczeństwa lub funkcjonowania społecznego.

Czynniki chroniące – indywidualne cechy i zachowania uczniów, cechy środowiska społecznego i efekty ich wzajemnego oddziaływania, których występowanie wzmacnia ogólny potencjał zdrowotny ucznia i zwiększa jego odporność na działanie czynników ryzyka.

Wśród licznych czynników ryzyka i czynników chroniących za najważniejsze uważa się:

- związane z sytuacją rodzinną,
- związane z sytuacją szkolną,
- czynniki osobowościowe,
- związane z grupą rówieśniczą,
- związane z oddziaływaniem środowiska,

Do najważniejszych czynników chroniących należą:

- silna więź emocjonalna z rodzicami,
- zainteresowanie nauką szkolną,
- wysoki poziom inteligencji, zdolności poznawcze,
- regularne praktyki religijne,
- poszanowanie norm, wartości i autorytetów społecznych,
- przynależność do pozytywnej grupy,
- wsparcie środowiska pozarodzinnego,
- zasoby środowiska lokalnego takie jak: bezpieczne sąsiedztwo, dobry klimat szkoły, wsparcie nauczycieli, konstruktywne formy aktywności dostępne w społeczności lokalnej.

Zachowania ryzykowne/problemowe młodzieży są wypadkową statusu społeczno – ekonomicznego rodziny, relacji interpersonalnych w rodzinie, umiejętności rodziców, cech indywidualnych dziecka, postaw i zachowań rówieśników, klimatu społecznego szkoły i cech środowiska zamieszkania. Prawdopodobieństwo pojawienia się zachowań ryzykownych jest tym większe, im bardziej są one szkodliwe i im dłużej trwa ich działanie.

Przykładowe czynniki ryzyka:

- brak stawiania dziecku jasnych i wyraźnych oczekiwań co do jego zachowań,
- brak zasad w domu lub surowe praktyki wychowawcze,
- zaniedbywanie potrzeb dziecka,
- niekonsekwencja w wychowaniu,
- wysoki poziom konfliktów w rodzinie,
- brak bliskości pomiędzy rodzicami a dziećmi,
- picie alkoholu, palenie papierosów przez rodziców,
- samotne rodzicielstwo,
- nowy związek rodzica,
- „trudny temperament” (impulsywność, skłonność do demonstrowania złości, wyższy poziom pobudzenia i aktywności, oporność na uspokajanie),
- wczesne niepowodzenia szkolne,
- deficyty poznawcze dziecka (niższy poziom inteligencji, deficyt koncentracji i uwagi),
- przeciążenie dzieci pracą intelektualną,
- pasywne formy spędzania czasu wolnego (TV, internet, gry komputerowe, kino domowe),
- kult mięśni i siły fizycznej, kult zgrabnej sylwetki,
- kult farmakologii (przekonanie, że chemia jest lekarstwem na wszystko, mniejszy wysiłek – wyższy efekt),
- promowanie egocentryzmu,
- wszechobecna tendencja do osłabienia roli rodziny w życiu dziecka,
- brak odpowiedniego nadzoru i wsparcia ze strony rodziców,
- przestawanie z młodzieżą używającą substancji psychoaktywnych, popełnianą wykroczenia i inne zachowania antyspołeczne,
- ekspozycja na przemoc w szkole,
- brak wsparcia ze strony nauczycieli i innych dorosłych,
- duża dostępność alkoholu i narkotyków,
- wpływy młodzieżowych grup przestępczych.

Celem interwencji profilaktycznej jest oddziaływanie zarówno na czynniki ryzyka, jak i na czynniki chroniące. Działania profilaktyczne powinny być skierowane na najważniejsze czynniki ryzyka tkwiące zarówno w samej jednostce, jak i w jej otoczeniu społecznym.

Diagnoza

Szkolny Program Profilaktyki został opracowany w oparciu o diagnozę środowiska szkolnego Gimnazjum nr 3.

Diagnozy dokonano w oparciu o analizę:

- wyników badań ankietowych wśród uczniów i rodziców przeprowadzonych w czasie ewaluacji zewnętrznej w 2015 r.,
- obserwacji uczniów na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych oraz w trakcie przerw,
- informacji od wychowawców klas i innych nauczycieli (teczki wychowawców),
- rozmów z rodzicami prowadzonych przez wychowawców i pedagoga szkolnego,
- rozmów z uczniami,
- dokumentacji szkolnej, w tym dzienników lekcyjnych,
- analizy dokumentacji pedagoga szkolnego,
- rozmów z przedstawicielami instytucji współpracujących ze szkołą (Policja, Sąd Rejonowy, Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie).

Problemy występujące w szkole

Przeprowadzona analiza wskazuje na istnienie następujących problemów wychowawczych w szkole:

1. Niezadowalająca frekwencja uczniów – wagary, ucieczki z lekcji, spóźnianie się na lekcje.
2. Niskie potrzeby edukacyjne niektórych uczniów i lekceważenie obowiązków szkolnych, brak motywacji do nauki, trudności w nauce.
3. Obniżona kultura osobista uczniów:
 - agresja słowna i wulgaryzmy
 - obniżona samokontrola emocji i zachowania
 - niewłaściwe zachowanie się uczniów wobec nauczycieli (arogancja)
4. Palenie papierosów.
5. Eksperymentowanie z alkoholem.
6. Cyberprzemoc – incydentalne przypadki nękania w sieci.

Czynniki ryzyka

1. Samotne rodzicielstwo – 66 uczniów wychowywanych jest przez jednego rodzica.
2. Trudne środowisko lokalne – stare osiedle, gdzie funkcjonują grupy o charakterze chuligańskim i przestępczym.
3. Brak właściwych wzorców do naśladowania w najbliższym środowisku.

Czynniki chroniące

1. Dobra współpraca między szkołą a radą rodziców.
2. Zaangażowanie Parafii Miłosierdzia Bożego we współpracę ze środowiskiem lokalnym.
3. Zainteresowania uczniów.

Cele Szkolnego Programu Profilaktyki:

1. Tworzenie bezpiecznej, ciepłej atmosfery w szkole.
2. Ograniczenie zachowań agresywnych i przemocy w szkole.
3. Poznanie się wzajemne i budowanie zaufania.
4. Wzmacnianie poczucia własnej wartości.
5. Nauka i ćwiczenia zachowań asertywnych.
6. Wzbudzenie w uczniach poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie.
7. Rozpoznawanie oznak stresu oraz sposobów radzenia sobie z nim.
8. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z napięciem pojawiającym się w trudnych sytuacjach.
9. Przybliżenie znaczenia pozytywnego myślenia.
10. Zapoznanie uczniów z rodzajem uzależnień.
11. Zapoznanie z czynnikami, które mają wpływ na popadanie w nałóg.

12. Wskazywanie na szkodliwość używek oraz ukazywanie zagrożeń, jakie niosą ze sobą uzależnienia.
13. Propagowanie zdrowego stylu życia.
14. Wskazywanie pożądanych wzorców zachowań.
15. Wskazywanie właściwego modelu spędzania czasu wolnego oraz kreowanie właściwych wzorców.
16. Wskazywanie wartościowych rozrywek.
17. Budowanie więzi ze szkołą.
18. Poznanie sposobów oddziaływania reklam na ludzi i nauczanie rozszyfrowywania reklam papierosów i napojów alkoholowych.
19. Informowanie rodziców, co mogą zrobić, aby zapobiegać uzależnieniom swoich dzieci.
20. Zwrócenie uwagi rodziców na sygnały ostrzegawcze pojawiające się w przypadku uzależnień oraz inspiracja do literatury wartościowych pozycji traktujących o tej problematyce.
21. Opóźnianie wieku inicjacji.

Formy realizacji:

1. Prowadzenie pogadanek w ramach godzin wychowawczych .
3. Zapraszanie ludzi, którzy pracują z uzależnionymi- policjant, psycholog, lekarz, terapeuta.
4. Zapraszanie osób, które pokonały uzależnienie (np. z klubu AA, wolontariusze).
5. Prowadzenie spotkań dla rodziców poświęconych różnym problemom wychowawczym.
6. Prezentacja materiałów informacyjnych z zakresu uzależnień (np. artykuły z gazet , broszury, książeczki Pomarańczowa Linia).
7. Ćwiczenia asertywności.
8. Teatr profilaktyczny.
9. Filmy edukacyjne.
10. Realizacja programów profilaktycznych:
 - Elementarz
 - Zanim spróbujesz
 - Zostań przyjacielem swojego organizmu
 - Twój piękny uśmiech
 - Sobą być dobrze żyć
 - Stop dla przemocy w szkole
 - Higiena wieku dojrzewania, czyli jak dbać o skórę
 - Bez ryzyka
 - TAK czy NIE
 - Profilaktyka HIV/AIDS
 - STOP DOPALACZOM
 - Trzymaj formę
11. Wywiady, ankiety.
12. Promowanie różnorodnych form twórczej ekspresji (np. plastyczna, muzyczna, literacka)
13. Spotkania z pedagogiem szkolnym.
14. Zajęcia pozalekcyjne (koła zainteresowań, rajdy, wycieczki, akcje).
15. Oddziaływania werbalne (rozmowy, pogadanki).
16. Wymiana doświadczeń między nauczycielami.
17. Współpraca ze środowiskiem lokalnym.

<i>Zadanie do realizacji</i>	<i>Cele szczegółowe (priorytety)</i>	<i>Klasa</i>
1.Stworzenie środowiska szkolnego przyjaznego uczniowi	- zwiększenie bezpieczeństwa w szkole - budowanie szacunku i życzliwości w relacjach uczniów-nauczyciel - zachęcanie do rozwijania w sobie więzi duchowej(zaufania, zrozumienia, umiejętności przepraszania)	I, II, III

	- kształtowanie postawy otwartości wobec innych - zwiększenie motywacji do nauki - diagnozowanie poczucia bezpieczeństwa u uczniów	
2. Wzmacnianie poczucia własnej wartości	- budowanie szacunku dla siebie - wskazanie własnego systemu wartości - wskazanie sposobów reagowania w sytuacjach stresowych - poznanie zasad skutecznej komunikacji, aktywnego słuchania i wyrażania krytyki, negocjowania, pomocy koleżeńskiej i współpracy - podkreślanie dobrych stron zachowania ucznia	I, II, III
3. Kształtowanie umiejętności nawiązywania właściwego kontaktu z drugą osobą	- poznanie podstawowych technik asertywnego zachowania - zwiększanie umiejętności otwartego wyrażania swoich myśli, uczuć i przekonań - budowanie wzajemnego zaufania - stymulowanie tolerancji na inność - nabycie umiejętności empatii	I
4. Przeciwdziałanie agresji werbalnej i niewerbalnej	- zwrócenie uwagi na źródła agresji, jej różne uwarunkowania oraz daleko idące konsekwencje jej stosowania - pokazanie uczniom innych, akceptowanych społecznie form rozładowania napięcia emocjonalnego - kształtowanie umiejętności radzenia sobie z przejawami złości; - zwrócenie uwagi – w tym rodziców – na problem autoagresji - zwiększenie umiejętności radzenia sobie z przejawami agresji - zwiększenie odpowiedzialności za własne działania	I, II, III
5. Profilaktyka uzależnień	- dostarczenie rzetelnych informacji na temat nikotyny, nielegalnych substancji psychoaktywnych, dopalaczy, alkoholu - uświadomienie zjawiska cyberprzemocy – przestępstwa w sieci, zagrożenia wynikające z pozornej anonimowości, wirtualne znajomości, dostępność stron przeznaczonych dla dorosłych; - zapoznanie z konsekwencjami (fizycznymi, psychicznymi i społecznymi) wynikającymi z uzależnień od: papierosów, alkoholu, narkotyków, dopalaczy, komputera (internet, gry komputerowe, wirtualne znajomości) - uświadomienie uczniom roli systemu uniwersalnych, tradycyjnych wartości w pokonywaniu skłonności do uzależnień; - kształtowanie asertywnej postawy młodzieży wobec uzależnień - działalność informacyjna dotycząca miejsc i sposobów pomocy dla osób uzależnionych lub zagrożonych uzależnieniem od narkotyków i alkoholu; - promowanie alternatywnych sposobów rozwiązywania problemów, - promocja aktywności fizycznej jako skutecznego sposobu rozładowywania napięcia emocjonalnego, - przygotowanie oferty zajęć pozalekcyjnych rozwijających zainteresowania uczniów, - współpraca z Punktem Konsultacyjnym Pomarańczowa Linia – kierowanie do Punktu uczniów eksperymentujących z używkami,	II

	- upowszechnianie informacji o Programie FreD – wczesna interwencja dla osób młodych, które używają substancji psychoaktywnych w sposób okazjonalny lub szkodliwy,	
6. Edukacja prozdrowotna - kształtowanie umiejętności i nawyków związanych z higienicznym trybem życia	- przekazanie wiedzy o czynnikach wpływających na zdrowie człowieka - ukształtowanie umiejętności niezbędnych do skutecznego dbania o zdrowie - określenie zakresu własnych działań na rzecz swojego zdrowia - przekonanie młodzieży o tym, że stan zdrowia ma wpływ na urodę i zdrowie całego organizmu - wprowadzenie norm sprzyjających zdrowemu stylowi życia bez substancji psychoaktywnych - wskazywanie wartościowych rozrywek (np. zajęć sportowych) kształtujących piękną sylwetkę - zapobieganie wadom postawy poprzez prowadzenie pozalekcyjnych zajęć sportowych	I, II, III
7. Upowszechnianie wśród młodzieży właściwych wzorców spędzania wolnego czasu	- budzenie świadomości, że czas wolny zawsze stanowi szansę do samorealizacji, jest wartością, której marnować nie wolno - dostarczanie różnorodnych propozycji ciekawego spędzania czasu wolnego - zapewnienie fachowego doradztwa tym, którzy nie mają rozwiniętych potrzeb aktywnego wykorzystania czasu wolnego - ukazanie negatywnego wpływu pornografii i internetu na osobowości i zdrowie młodego człowieka - propagowanie idei wolontariatu, umożliwienie uczniom zrealizowania się w tej dziedzinie	I, II, III
8. Zapobieganie przedwczesnej inicjacji seksualnej	- kształtowanie postawy czystości i wstydlivosti - ukazanie niebezpieczeństwa rozpoczynania współżycia płciowego przed ślubem - podanie motywacji, dlaczego czekać z rozpoczęciem współżycia aż do ślubu - kształtowanie umiejętności odczytywania presji seksualnej i radzenia sobie z jej przejawami w relacjach między dziewczyną a chłopakiem - kształtowanie odpowiedzialności za siebie i drugiego człowieka	III
9. Włączanie rodziców do współpracy ze szkołą	- zapewnienie kompetentnego wsparcia dla działań wychowawczych - wspieranie rodziców w wychowywaniu dzieci - organizowanie działań integracyjnych ułatwiających budowanie porozumienia rodziców z nauczycielami - organizowanie spotkań informacyjnych na temat różnego rodzaju zagrożeń	I, II, III

Spodziewane efekty:

- Zmniejszy się liczba przypadków użycia przemocy w szkole, w tym form cyberprzemocy;

- Wzrośnie świadomość uczniów i rodziców na temat przemocy, uzależnień oraz sposobów przeciwdziałania tym problemom;
- Uczniowie naberą umiejętności radzenia sobie w sytuacji zetknięcia się z przemocą i uzależnieniami;
- Młodzież poprawi swoje umiejętności komunikacyjne oraz nauczy się pozytywnych zachowań społecznych;
- Wzrośnie poziom empatii wśród uczniów;
- Rozwój osobisty młodzieży (samopoznanie, samodoskonalenie, wzmacnianie poczucia własnej wartości, radzenie sobie ze stresem i stymulowanie twórczości);
- Uczniowie będą umieli dokonywać wartościowych i sensownych wyborów;
- Wzrośnie wśród młodzieży poziom poczucia bezpieczeństwa w szkole oraz świadomość możliwości uzyskania pomocy (dyrektor, pedagog, nauczyciele);
- Zwiększy się integracja między klasami;
- Wzrośnie motywacja do nauki;
- Uczniowie będą dbać o swoje zdrowie a swoją postawą promować zdrowy, aktywny i wolny od nałogów styl życia;
- Poprawienie relacji pomiędzy nauczycielami i rodzicami.

Sposoby ewaluacji:

- ankiety,
- arkusze ewaluacyjne,
- obserwacje zachowań uczniów, rodziców i nauczycieli,
- rozmowy, wywiady.

Literatura:

1. Drugi elementarz, czyli program siedmiu kroków. Opracowany w Państwowej Agencji Rozwiązywania problemów Alkoholowych.
2. Gaś Z. B. Szkolny program profilaktyki: istota, konstruowanie, ewaluacja, MENiS, Warszawa 2003.
3. Ostaszewski K., Nowe definicje poziomów profilaktyki, „Remedium” Nr 7-8, 2005.
4. Ostaszewski K., Borucka A., Obszary diagnozy w szkole, Remedium Nr 9, 2005.
5. Program wychowawczy Gimnazjum nr 3.
6. Saper czyli jak rozminować agresję. Program profilaktyczno- wychowawczy dla szkół podstawowych i gimnazjów rekomendowany przez Kuratorium Oświaty w Krakowie.
7. Sobą żyć dobrze żyć. Gimnazjalny Elementarz Profilaktyczny.
8. Spójrz inaczej. Program wychowawczo- profilaktyczny autorstwa A. Kołodziejczyka, E. Czemierowskiej i T. Kołodziejczyka.
9. Szymańska J. (red.), Profilaktyka w szkole. Poradnik dla nauczycieli, CMPPP MEN, Warszawa 2005.
10. Twój Piękny Uśmiech. Poradnik dla nauczyciela. Polskie Towarzystwo Oświaty Zdrowotnej.