

Podsumowanie projektu #młodzi#zdrowi#bezpieczni

Autor:
dr Łukasz Mikołajczyk

Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Nauki w ramach Programu **Spółeczna odpowiedzialność nauki II**



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego



Honorowy patronat



Kalisz



WIELKOPOLSKI
KURATOR
OŚWIATY

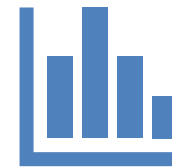
Część I – Podsumowanie



Najważniejsze
założenia projektu





Realizacja działań
i zasięg





Kluczowe wyniki
i wnioski

Cele projektu

 Promocja nauk o zdrowiu i bezpieczeństwie wśród młodzieży szkolnej

 Pokazanie praktycznej przydatności badań w codziennym życiu

 Wzmocnienie pozycji Uniwersytetu Kaliskiego jako ośrodka wsparcia szkół

 Kształtowanie postaw sprzyjających bezpieczeństwu własnemu i innych

Grupa odbiorców



Uczniowie szkół ponadpodstawowych



Nauczyciele



Rodzice



Łącznie: 701 uczniów, 14 spotkań

Tematyka spotkań



🚲 „Bądź aktywny – bądź bezpieczny”
(aktywny wypoczynek,
bezpieczeństwo w ruchu)



🚨 „Akcja – ewakuacja!”
(zagrożenia militarne
i pozamilitarne)



👉 Ty – oni. Prawa,
obowiązki, potrzeby,
odpowiedzialność
poszczególnych członków
„ludzkiego stada”



🌱 „Podróż ku
dorosłości” (dojrzewanie,
seksualność, higiena)



🌐 „Bezpieczeństwo
społeczne – dezinformacja
i propaganda w sieci”



🧠 „Czujesz tak jak
myślisz – ogarnij myśli i
emocje”



⚠️ „Niebezpieczna
integracja – uzależnienia
od substancji i czynności
młodzieży oraz
niebezpiecznych trendów”



Relacje ze spotkań




Film w serwisie Youtube

Link do filmu:

[Podstawowe zasady samoobrony, samoewakuacji i zachowania w terenie w warunkach kryzysu](#)

Metodologia badań w projekcie




 PRE-TEST – POZIOM
WIEDZY PRZED
SPOTKANIEM




 POST-TEST – POZIOM
WIEDZY PO SPOTKANIU

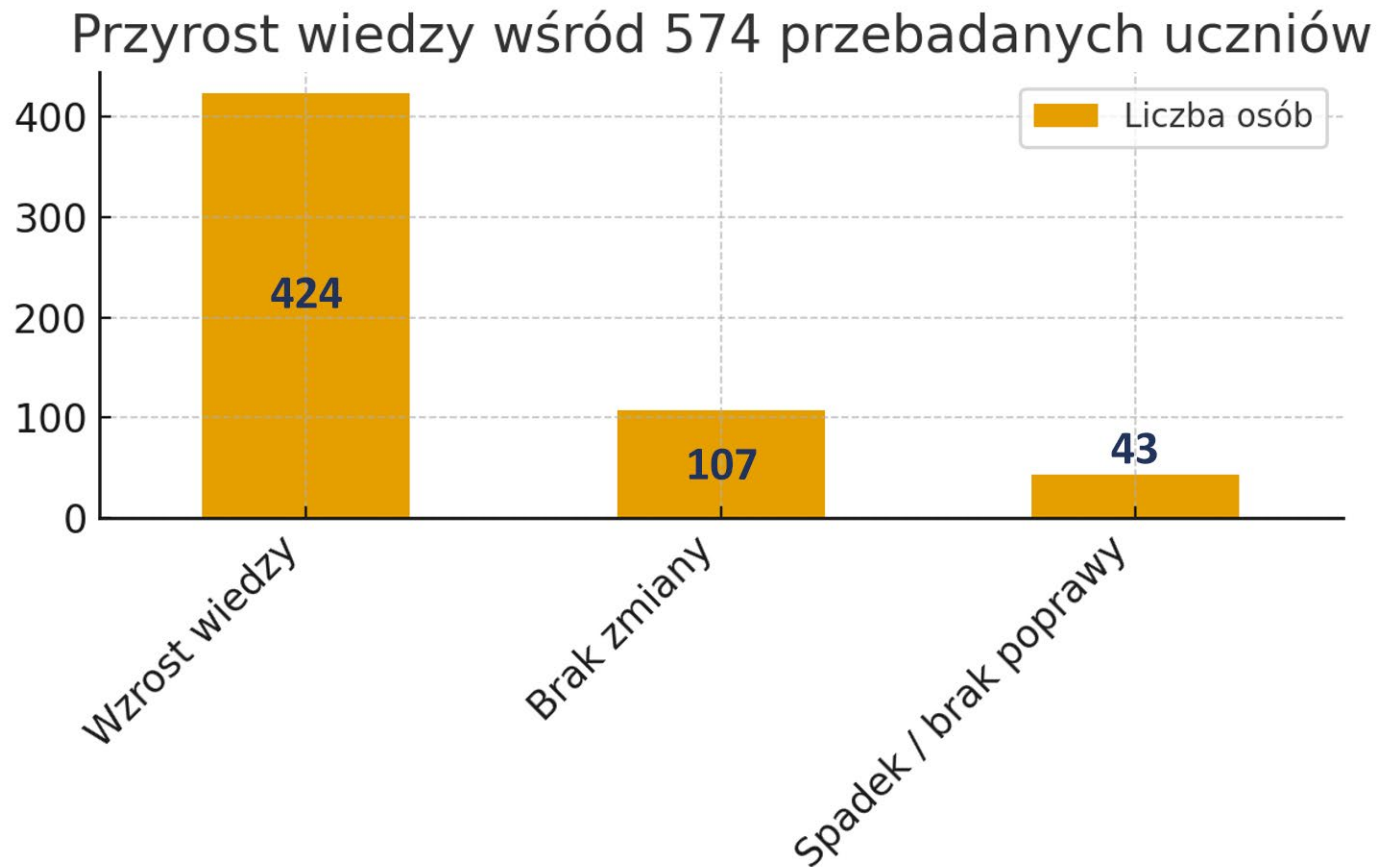


 ANKIETA – POCZUCIE
BEZPIECZEŃSTWA,
CZYNNIKI ZAGROŻEŃ
I STRATEGIE RADZENIA
SOBIE ZE STRESEM



 DO ANALIZY
PRZYROSTU WIEDZY
WYKORZYSTANO 574
KOMPLETNYCH
ZESTAWÓW ODPOWIEDZI

Przyrost wiedzy – wyniki pre/post testów



Poczucie bezpieczeństwa – wnioski z 653 ankiet

Większość uczniów deklaruje średnio wysokie poczucie bezpieczeństwa

Najważniejsze znaczenie mają relacje z bliskimi i otoczenie społeczne

Social media i środki techniczne są mniej istotne jako źródło bezpieczeństwa

Projekt trafnie odpowiada na potrzeby w obszarze relacji, emocji i informacji

Uczniowie najczęściej wskazywali, że poczucie bezpieczeństwa budują przede wszystkim relacje — rodzina, bliscy, przyjaciele oraz atmosfera w domu.

Relacje rówieńnicze i rodzinne uznano za najmocniejszy czynnik bezpieczeństwa.
(łącznie 80–90% ocen „dobrze” lub „bardzo dobrze wpływają”).

Stabilność finansowa i przewidywalne środowisko domowe również odgrywają duże znaczenie.

Social media prawie w ogóle nie zwiększają poczucia bezpieczeństwa — dla większości młodzieży są neutralne lub obojętne.

Odpowiedzi otwarte potwierdzają duże znaczenie:
zwierząt, wsparcia emocjonalnego, obecności bliskich, rutyny i spokoju w domu.

Pojedyncze odpowiedzi o **gazie, pistolecie, maczecie** wskazują na potrzebę edukacji o realnym bezpieczeństwie, a nie „pozornych narzędziach kontroli”.

Co wywołuje poczucie zagrożenia?

Choroba bliskich - najwyższy poziom zagrożenia

Niezrozumienie ze strony rówieśników - bardzo silne

Choroba własna - silne

Niezrozumienie ze strony dorosłych - umiarkowane do silnego

Co wywołuje poczucie zagrożenia?

- Analiza odpowiedzi otwartych

**Największe zagrożenia dla młodzieży
nie są fizyczne, lecz emocjonalne i relacyjne.**

Co wywołuje poczucie zagrożenia?

Najczęściej pojawiające się określenia

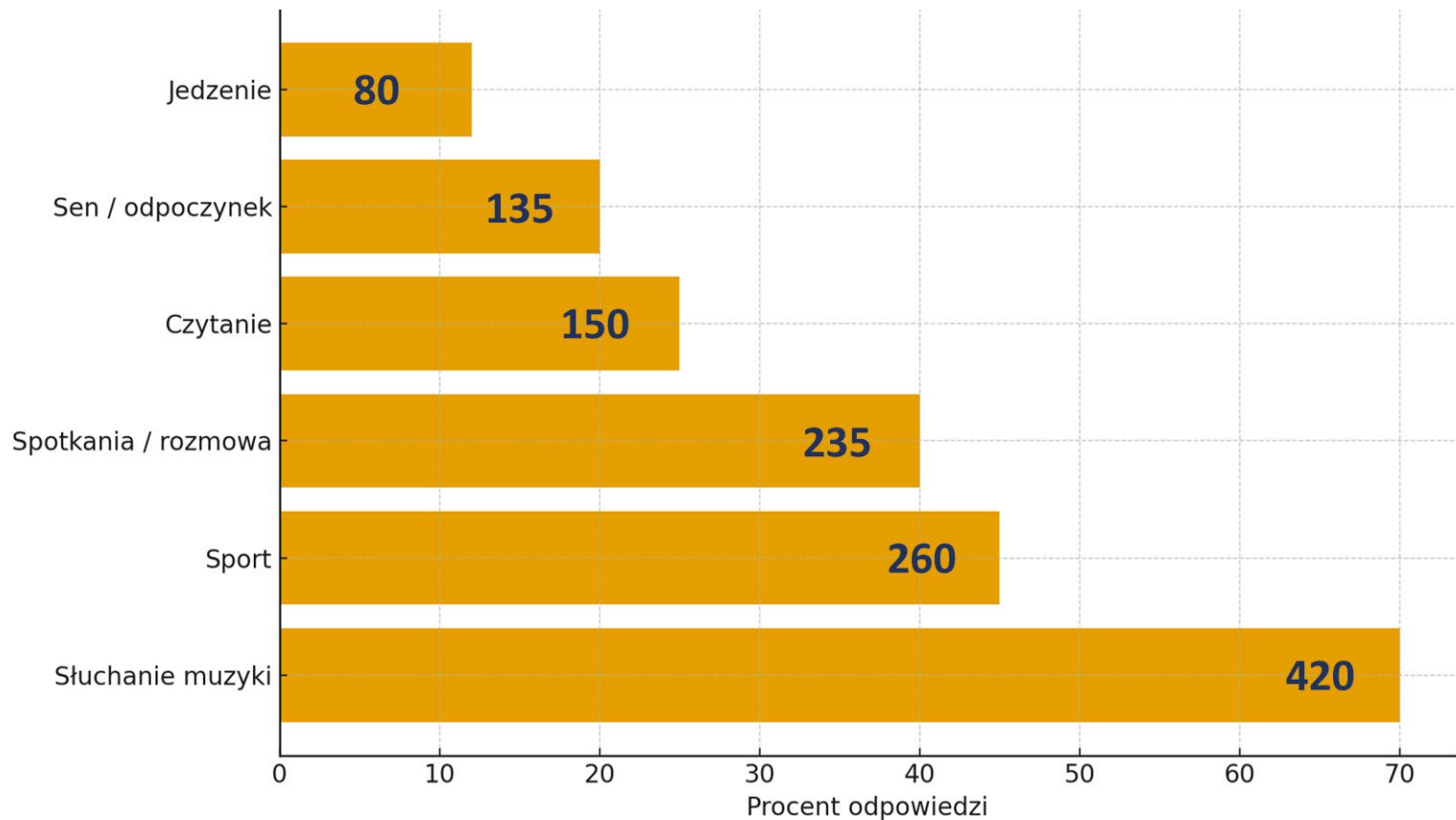
Pojawiały się określenia typu:

- „przemoc psychiczna w rodzinie”
- „złe relacje między rodzicami”
- „ciągłe kłótnie w domu”
- „gdy rodzice się nie dogadują”
- „niestabilność w domu”

Wniosek:

Miejsce, które powinno być najbezpieczniejsze, bywa dla młodzieży głównym źródłem stresu i zagrożenia.


Jak radzisz sobie z trudnymi sytuacjami? (653 ankiety)




Wnioski

Strategie radzenia sobie z trudnymi sytuacjami




 Słuchanie muzyki – zdecydowanie najczęstsza forma regulacji emocji




 Aktywność fizyczna i sport – ważne narzędzie radzenia sobie ze stresem




 Relacje z ludźmi – rozmowa, spotkania towarzyskie, wsparcie rówieśnicze



 Czytanie, sen, gry, jedzenie – sposoby na odcięcie się i „reset”



 Nieliczne, ale istotne sygnały zachowań ryzykownych i autodestrukcyjnych – ważne dla profilaktyki

Największe sukcesy projektu



Zrealizowano 14 spotkań warsztatowych dla 701 uczniów



74% przebadanych uczniów zwiększyło poziom wiedzy



Wysoki poziom zaangażowania szkół i pozytywny odbiór zajęć



Połączenie teorii z praktyką: gogle alkoholowe, ćwiczenia z ewakuacji, pierwsza pomoc, mindfulness (uwaga)



Ujawnienie realnych potrzeb młodzieży w obszarze emocji, relacji i bezpieczeństwa

Podsumowanie projektu #młodzi#zdrowi#bezpieczni





Autor:
dr Łukasz Mikołajczyk

Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez
Ministra Nauki w ramach Programu **Spółeczna odpowiedzialność nauki II**

