

# BATERIA KWESTIONARIUSZY DO BADANIA CZYNNIKÓW CHRONIĄCYCH, RYZYKA I ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

## CZYNNIKI CHRONIĄCE

### Zasoby indywidualne sprzyjające zdrowiu psychicznemu

- poczucie własnej wartości
- poczucie kontroli
- konstruktywne radzenie sobie
- nadzieja na sukces
- nastawienie na rozwój

### Zasoby indywidualne sprzyjające dobrym relacjom

- empatia poznawcza
- empatia afektywna
- empatia behawioralna
- asertywność
- kompetencje lidarskie

### Zasoby indywidualne sprzyjające zaangażowaniu w uczenie się

- pozytywny stosunek do uczenia się
- pozytywny stosunek do szkoły
- motywacja wewnętrzna do uczenia się
- motywacja zewnętrzna do uczenia się

### Wsparcie środowiskowe

- wsparcie rodziców
- wsparcie nauczycieli
- wsparcie rówieśników

## DODATKOWE OBSZARY DIAGNOZY MOTYWACJI I PRZYCZYN JEJ BRAKU

- sfera prospołeczna
- sfera relacji rówieśniczych
- sfera aktywności fizycznej
- sfera uczenia się



## **CZYNNIKI RYZYKA**

### **Zagrożenie dla zdrowia psychicznego**

- symptomy depresji (i tendencji suicydalnych\*)
- symptomy lęku
- objawy psychosomatyczne
- pesymistyczne myśli
- nieprawidłowy stosunek do ciała

### **Deficyty w obszarze samoregulacji**

- deficyty koncentracji uwagi
- nadruchliwość i impulsywność
- unikowe radzenie sobie
- destruktywne radzenie sobie ze złością

### **Zagrożenia dla uczenia się**

- niepowodzenia w uczeniu się
- negatywny stosunek do szkoły
- amotywacja do uczenia się

### **Zagrożenia dla relacji rówieśniczych**

- poczucie alienacji
- negatywna postawa wobec rówieśników
- doświadczanie odrzucenia
- poczucie zagrożenia

### **Deficyty w obszarze norm społecznych**

- nieakceptacja norm społecznych

### **Cyberprzemoc**

- doświadczanie cyberprzemocy\*

## **ZACHOWANIA RYZYKOWNE**

- stosowanie cyberprzemocy\*
- problemowe używanie Internetu
- symptomy bulimii
- symptomy anoreksji

\* – od 12 r.ż.

