

„MŁODOŚĆ - WOLNOŚĆ - PRZYSZŁOŚĆ”

Programy Profilaktyki Uzależnień i Przeciwdziałania Przemocy we Wrocławskich Placówkach Oświatowych



Programy skierowane są dla uczniów w wieku od 6 do 19 lat.

Programy przeznaczone dla młodszych odbiorców uczą współpracy rówieśniczej oraz dbałości o bezpieczeństwo, a także rozwijają inteligencję emocjonalną i twórcze myślenie. Formuła programów przeznaczonych dla młodzieży sprzyja rozwojowi naturalnej aktywności młodych ludzi, propaguje zachowania prozdrowotne oraz uświadamia natychmiastowe i odroczone konsekwencje używania substancji psychoaktywnych.

Programy mogą być realizowane we wrocławskich placówkach oświatowych i innych placówkach prowadzących działania na rzecz dzieci i młodzieży.

Koordynator programów: **Alicja Giezek** - tel. 608 015 670, email: alicia.giezek@karan.wroc.pl

Opis programów:

„**CUKIERKI**” jest to program wczesnej profilaktyki i jest oparty na bajce Agnieszki Grzelak pod tym samym tytułem. Program "Cukierki" należy do oddziaływań z zakresu profilaktyki uniwersalnej i ma charakter uprzedzający, co w działaniach prewencyjnych może być najbardziej skuteczne. Program opiera się na wspólnej lekturze bajki "Cukierki" i pracy z dziećmi na bazie tekstu z wykorzystaniem różnych metod aktywnych.. Wykorzystanie m.in. metody fabuły w pracy z dziećmi jest niezwykle cenne. Identyfikacja z fikcyjnymi bohaterami pozwala na przebycie jedynie w wyobraźni wydarzeń, które mogą stać się istotnym stopniem w ich rozwoju intelektualnym i społecznym. „**CUKIERKI**” uczą, co dzieci mogą zrobić, aby było mniej ofiar substancji psychoaktywnych – np. dbać o włączanie do zabaw dzieci stojących na boku, nieśmiały, uczą, że dziecko ma prawo do dystansu i ostrożności wobec nieznanymi dorosłych, ale także pokazują, że niedoceniany niejednokrotnie personel niepedagogiczny może stanowić oparcie dla ucznia w trudnej sytuacji dostarcza dzieciom podstawowych informacji na temat środków uzależniających i zagrożeń z nimi związanych, uczy współpracy rówieśniczej i dbałości o bezpieczeństwo swoje i rówieśników, rozwija inteligencję emocjonalną oraz samodzielne, twórcze myślenie, wzmacnia samoocenę, kształtuje troskę o własne zdrowie.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych i (6-10 lat)

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne.

"**BEZPIECZNY UCZEŃ**". Jest to program autorski wczesnej profilaktyki uzależnień i jest przeznaczony jest dla uczniów klas 0-4 szkoły podstawowej. Realizowany jest w jednej grupie klasowej metodami warsztatowymi. Jako główną metodę wykorzystuje przedstawienie kukielkowe o charakterze profilaktycznym. Program dostarcza uczestnikom podstawowych informacji dotyczących zachowań ryzykownych. W sposób twórczy uczniowie tworzą opisową definicję

pojęcia „uzależnienie”. Program ukazuje co uczestnicy mogą zrobić, aby oni sami, ich koledzy i koleżanki nie byli podatni na namowy i oddziaływania osób starszych chcących wykorzystać łatwowierność dzieci, uczy też bezpiecznych form korzystania z urządzeń multimedialnych: tablet, komputer, ukazuje potrzebę kontaktu z zaufanymi dorosłymi w sytuacjach zagrożenia własnego lub zagrożenia innych dzieci uzależnieniem.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych i (7-11 lat)

Czas trwania zajęć 2 godziny lekcyjne, 2 prowadzących.

"SPÓJRZ INACZEJ" przeznaczony dla szkół podstawowych i obejmuje takie zagadnienia, jak rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć swoich i innych, kształtowanie poczucia własnej wartości, umiejętności pracy w grupie, rozwiązywanie problemów, odpowiedzialność za własne zdrowie i zachowania. Program stanowi profilaktykę dotyczącą całego procesu powstawania negatywnych zachowań u dzieci i młodzieży. "SPÓJRZ INACZEJ" uczy rozumienia siebie i innych, rozpoznawania i zaspokajania własnych potrzeb i wyrażania emocji w konstruktywny sposób, lepszego radzenia sobie z różnymi problemami, umożliwia nabycie umiejętności dobrego współżycia z innymi i znajdowania w sobie oparcia w trudnych sytuacjach. Program realizuje zadania profilaktyki uzależnień ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki antynikotynowej, mającej bramowy charakter wobec innych uzależnień. Autorami programu są Andrzej Kołodziejczyk, Ewa Czemierowska i Tomasz Kołodziejczyk.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych i (9-12 lat)

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne.

„CZARODZIEJSKIE OKNO” to program autorski, który jest odpowiedzią na nagłą potrzebę reagowania na narastający problem niebezpieczeństw związanych z korzystaniem przez młodzież z komputerów i Internetu, a co za tym idzie ponoszenia szeregu strat zdrowotnych, rozwojowych i społecznych, mogących również prowadzić do uzależnienia. Jego zadaniem jest dostarczenie rzetelnej wiedzy na temat strat ponoszonych przez osoby spędzające zbyt dużo czasu przed komputerem, kształtowanie postaw troski i dbałości o własne zdrowie, umożliwienie rozpoznania problemu nadmiernego spędzania czasu przed monitorem osobom, które w sposób niebezpieczny dla zdrowia i funkcjonowania emocjonalnego korzystają z komputera, ochrona przed atakiem wirusowym oraz kradzieżą haseł i danych z naszego komputera, jak przeciwdziałać i jak bronić się przed cyberprzemocą oraz nabywanie umiejętności instalowania systemów operacyjnych, usprawniania działania komputera oraz zabezpieczenia go przed atakami z sieci. Autorami programu są Alicja Giezek i Hubert Giezek.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych (11-15 lat)

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne.

"DEBATA" to program adresowany głównie do młodzieży we wczesnym okresie adolescencji i ma on charakter uprzedzający. Jego zadaniem jest zapobieganie przedwczesnemu używaniu alkoholu i innych substancji psychoaktywnych i towarzyszącym temu konsekwencjom oraz promowanie postaw abstynenckich. Program ma też oddziaływanie wczesno interwencyjne w przypadku młodych ludzi korzystających z alkoholu incydentalnie. "DEBATA" zawiera elementy o dużej skuteczności profilaktycznej, jak np. pracę nad przekonaniami normatywnymi uczniów, aktywizuje i skłania młodzież do myślenia i wyciągania wniosków. Jego formuła sprzyja naturalnej aktywności młodych ludzi i powoduje dynamiczny przebieg zajęć. Przeprowadzana podczas programu ankieta umożliwia postawienie wstępnej diagnozy na temat zażywania narkotyków i picia alkoholu przez młodzież. Autorem programu jest dr Krzysztof Wojcieszek.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych (12-15 lat)

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne.

„STOP SUBSTANCJOM PSYCHOAKTYWNYM” - jest to program z zakresu profilaktyki uniwersalnej skoncentrowany na narkotykach i dopalaczach. Ma charakter uprzedzający, a jego zadaniem jest zapobieganie korzystania z narkotyków i dopalaczy oraz towarzyszącym temu konsekwencjom. Program promuje postawy abstynenckie, kształtuje system wartości oraz postawy troski i dbałości o własne zdrowie, obala przekonania normatywne, uczy podejmowania właściwych decyzji, propaguje zachowania prozdrowotne oraz uświadamia natychmiastowe i odroczone konsekwencje używania substancji psychoaktywnych. Autorami programu są Alicja Giezek i Hubert Giezek.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych (11-17 lat)

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne.

Program **"NOE"** w niekonwencjonalny sposób przekazuje młodym ludziom istotne informacje dotyczące istoty uzależnienia od alkoholu. Oprócz dużej porcji wiedzy na temat choroby alkoholowej i obrazowego przedstawienia skali problemu, skłania do refleksji i wpływa na zmianę stereotypów myślowych. Jego celem jest też przekształcenie nieprawidłowych przekonań normatywnych panujących wśród młodzieży, ma także motywować do podejmowania osobistych postanowień o zaniechaniu danego działania np picia alkoholu oraz ukazywać sprzeczności między cenionymi wartościami, a zachowaniami alkoholowymi. Prowadzony jest w formie dużego (około 100 uczestników) efektownego mitingu, a jego dużym atutem są poruszające, osobiste doświadczenia prowadzących. PROGRAM SKŁADA SIĘ Z TRZECH CZĘŚCI: - PRAWDA – ma na celu uświadomić młodzieży konsekwencje picia alkoholu i korzystania z innych substancji psychoaktywnych, informuje o szczegółach i skutkach uzależnienia; MIŁOŚĆ – akcentuje wpływ środków zmieniających świadomość na relacje z innymi ludźmi; WOLNOŚĆ – rozwija umiejętność odmawiania, asertywności, zachęca do postawy abstynenckiej i podejmowania osobistych postanowień. Pomimo bardzo szczegółowego scenariusza program ma charakter do pewnego stopnia twórczy, gdyż uzupełniają go reakcje uczestników. Ważną częścią programu jest seria przygotowanych świadectw uczestników wspólnot samopomocowych - jest to element poruszający emocjonalnie, u niektórych powodujący głęboką przemianę postaw. Najważniejszym rezultatem spotkania jest obalenie mitu o powszechnej chęci picia i niemożności ułożenia kontaktów z rówieśnikami bez alkoholu. Autorem programu jest dr Krzysztof Wojcieszek.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół gimnazjalnych i ponad gimnazjalnych (15 do 19 lat)

Czas trwania zajęć 4 godziny lekcyjne.

"KOREKTA" autorem programu jest dr Krzysztof Wojcieszek. Program zawiera model ogólnej prewencji, minimalizacji lub redukcji szkód wynikających z picia alkoholu przez młodych, metrykalnie dorosłych uczestników. Jego celem jest zmniejszenie strat związanych z niewłaściwym używaniem alkoholu, przesunięcie granicy ilości spożywanego alkoholu i okoliczności picia w bezpieczniejszy rejon u znacznej części uczestników (kontakt z alkoholem, jeśli nastąpi, będzie bardziej ograniczony przez samego konsumenta, bardziej świadomy i liczący się ze skutkami negatywnymi picia), zmniejszenie tendencji do ryzykownych zachowań alkoholowych generowanych przez grupę i podejmowanych na zasadach „owczego pędu”, identyfikację problemu alkoholowego u niektórych uczestników i niekiedy poszukiwanie przez nich pomocy personalnej, lepsze zrozumienie alkoholowych zachowań otoczenia społecznego. większą akceptację ograniczeń związanych z alkoholem oraz odpowiednich uregulowań ustawowych.

Odbiorcy programu to uczniowie szkół ponadgimnazjalnych – 18 lat i więcej

Czas trwania zajęć 3 godziny lekcyjne w tym godzina na konsultacje indywidualne jeśli wystąpi taka potrzeba.

"SZKOLNA INTERWENCJA PROFILAKTYCZNA" jest programem z obszaru profilaktyki drugorzędowej (selektywnej) i dotyczy zapobiegania zachowaniom ryzykownym młodzieży szkolnej. Interwencja jest pomocna w planowaniu wsparcia dla uczniów sięgających po substancje psychoaktywne oraz diagnozowaniu stopnia zagrożenia. Autorami programu są : A. Borucka, K. Okulicz-Kozaryn, A. Pisarska, K. Ostaszewski z Pracowni Profilaktyki Młodzieżowej „Pro-M” Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie. Program przeznaczony jest dla nauczycieli, wychowawców i pedagogów szkolnych zajmujących się profilaktyką i przygotowuje do prowadzenia szkolnej interwencji profilaktycznej. Głównym celem programu jest zapobieganie problemom związanym z używaniem substancji przez uczniów, poprzez konsekwentne stosowanie procedury interwencji, które umacnia obowiązujące w szkole zasady i normy. W działaniach tych uczestniczy szkoła i rodzice z nastawieniem na udzielenie pomocy i wsparcia uczniowi. Elementami „SZKOLNEJ INTERWENCJI” są: diagnoza - zaplanowanie adekwatnych działań, porada - stanowisko szkoły i motywowanie ucznia do uczestniczenia w działaniach interwencyjnych, kontrakt - motywowanie ucznia do zmiany zachowania oraz monitorowanie kontraktu - wspieranie zmian w zachowaniu ucznia. Interwencja może być stosowana z powodzeniem wobec uczniów, którzy sięgają po środki psychoaktywne i nie przestrzegają innych zasad szkolnych.

Odbiorcy programu nauczyciele, wychowawcy, psycholodzy i pedagodzy szkolni

Czas trwania szkolenia rad pedagogicznych – 4 godziny dydaktyczne

Czas trwania szkolenia dla realizatorów 8 godzin dydaktycznych

SZKOLENIA RAD PEDAGOGICZNYCH gdzie realizowane będą programy „**CZARODZIEJSKIE OKNO**”. Ich zadaniem będzie dostarczenie rzetelnej wiedzy o zagrożeniach związanych z korzystaniem przez uczniów z Internetu/komputera i cyberprzemocy, jak rozpoznać czy uczeń ma z tym problem i gdzie szukać pomocy.

Odbiorcy programu nauczyciele, wychowawcy, psycholodzy i pedagodzy szkolni

Czas trwania szkolenia – 4 godziny dydaktyczne

WYWIADÓWKI PROFILAKTYCZNE dla rodziców, w trakcie, których nabędą oni profesjonalną wiedzę na temat zagrożeń uzależnieniem od Internetu/komputera oraz cyberprzemocy i ich skutków. Nauczyciele i rodzice dowiedzą się, jakie są skutki nadmiernego korzystania z mediów oraz nauczą się jak rozpoznać problemowe korzystanie z komputera przez ich podopiecznych oraz dowiedzą się gdzie udać się po profesjonalną pomoc.

Odbiorcy programu: rodzice

Czas trwania szkolenia – 4 godziny dydaktyczne