



KÁROS SZENVEDÉLYEK – FÜGGŐSÉGEK

Prevenációs testi-lelki egészségnap/ tematikus projektnap

A 13-16 éves korosztálynak szóló **prevenációs testi-lelki egészségnap/ tematikus projektnap célja:**

- az egyéni értékek, a személyiség értékességének átgondolása, megfogalmazása,
- az élénkítő, stimuláló szerek, káros szokások, és a függőség területein való tájékozottság felmérése és tévhitiek eloszlatása (fogalmak tisztázása, függőség mibenléte, mit pótolhatnak a szerek-szokások, miért veszélyesek, mik a használat következményei stb.),
- a fiatalok egymás iránti felelősségének hangsúlyozása, csoportthatás-csoportnyomás kérdése,
- a nemet mondás szükségességének felismerése, és az erre való képesség erősítése,
- szermentes élet, közösségi kikapcsolódás lehetőségei, egyéni célok megfogalmazása, kitűzése.

Módszerünk nem a frontális oktatás elvei alapján, hanem a gyakorlati tudás, készség, képesség megszerzésére, kibontakoztatására épít. Az interaktív foglalkozások alapvető módszere az egyes témák történettel, filmmel, játékkal történő felvezetését követő beszélgetés, vitaindítás. Ennek során a résztvevők irányított körülmények között, egymás véleményét meghallgatva, mellette érvelve illetve cáfolva azt, a nem formális tanulás módszerével alakítják saját és egymás gondolkodását. Emellett szituációs-, szerep- és bizalomjátékok, írásbeli tesztek segítik az egyes témák feldolgozását. Minden osztállyal két CSÉN tanácsadó munkatárs dolgozik az osztályfőnökökkel való előzetes konzultáció alapján, az osztályfőnök jelenlétében és együttműködésével.

A projektnap témái

I. Függőségek – veszélyek – következmények

A tematikai egység célja a figyelemfelhívás, ismeretterjesztés és a nemet mondani tudás kialakításához szükséges hozzáállás megteremtése. Interaktív módszereink jól és könnyen alkalmazhatók a serdülők körében a különféle függőségekhez való hozzáállásuk vizsgálatára, meglévő információik felmérésére és az esetleges kipróbáláshoz való hajlandóságuk feltérképezésére (drogtató, montázs készítése, stb). Ide tartozik azon kisfilmek, rövid történetek bemutatása és csoportos feldolgozása is, amelyekben gyógyult, vagy a gyógyulás útján küzdő tinédzserek, felnőttek vallomásain keresztül láthatjuk a droghasználat egész személyiségre és életmódra kiható következményeit.

II. Önismeret - önértékelés és a droghasználat összefüggései, közösségek szerepe

Ezen foglalkozáselem célja a pozitív énkép erősítése („értékes vagyok”, „tartozom valahová”, a közösség szerepe és felelőssége, „képes vagyok”) és a negatív énkép jelentősége a függőséget okozó szokások kialakulásában. Egyéni és csoportos játékokban vizsgáljuk a jellem összetevőit és szociális készségeinket.

III. Célok – pozitív jövőkép – megküzdési stratégiák – döntésképeség – nemet mondás –

A prevenció fontos eleme az egyéni célok, részcélok megfogalmazása és a pozitív, szerhasználat mentes jövőkép kialakítása (egyéni életutak, célok átgondolása és lépéseinek megtervezése, alternatívák a szermentes kikapcsolódásra). Ez feltétlenül szükséges a megküzdési stratégiák kidolgozásában és a nemet mondani tudás készségének fejlesztésében. Különböző szituációs játékok segítségével gyakorolhatják a diákok a pozitív döntéshozatalt és a nemet mondást.

Együttműködési feltételek

Felkérés esetén az adott intézmény igénye szerinti, egyedi foglalkozásterveket alakítunk ki. A foglalkozásokat 2 fő tanácsadó vezeti. A diákokkal való foglalkozásokra irányadó óradíj: 5 000 Ft/tanácsadó/tanóra. A foglalkozások végleges díját egyeztetéssel, a megbízás feltételei alapján (pl. távolság, létszám, tömbösítés), az intézmény lehetőségeit figyelembe véve, közös konszenzussal alakítjuk ki.