

Anotace k preventivnímu programu Jak se (ne)stát závislákem

Akreditovaný program SZÚ (<http://www.szu.cz/tema/podpora-zdravi/nabidka-pro-skoly>)

Moderátoři: pracovnice PPP, pracovnice KHS

Dotace programu: celkem 2 stanoviště = 1 pondělní dopoledne + samostatná navazující přednáška o rizikovém chování a jeho následcích

Struktura programu: úvod, vstupní test pro žáky, 2 stanoviště dle rozvrhu, ukončení/závěr (dotazník spokojenosti/ závěrečný test)

Pomůcky: magnetická tabule, magnetické pomůcky k programu JNZ, vstupní a závěrečný test vědomostí a hodnotící dotazníky

Místo realizace: PPP Ústí nad Labem, zasedací místnost č. 203

Program má dvě stanoviště, kde jsou probírány jednotlivé problémové okruhy. Práci na stanovišti koordinuje speciálně vyškolený moderátor, který představí, vede a usměrňuje jednotlivé aktivity, koriguje a vysvětluje případné nejasnosti. Role moderátora je zásadní: musí být schopen bez zbytečného moralizování usměrňovat debatu ve skupině ve smyslu zamýšleného etického vyznění tématu. Účastníci (studenti) se rozdělí do dvou skupin, každé družstvo se umístí k jednomu stanovišti, kde pod vedením moderátora absolvuje 45 minutový program. Poté se přesune k dalšímu stanovišti.

Stanoviště:

1/ Závislost – od experimentování k závislosti

Stanoviště poskytne informace o podstatě a mechanismu vzniku závislosti, objasní pojmy psychické a fyzické závislosti, upozorní na charakteristické znaky rozvinuté závislosti.

Rizika užívání drog

Účastníci se seznámí s riziky spojenými se zneužíváním drog.

2/ Rozhodování / Asertivita – jak se ubránit?

Práce na tomto stanovišti přispěje k nácviku vědomého, uvážlivého rozhodování. Poukáže na faktory a okolnosti rozhodování, zdůrazní nutnost uvědomit si důsledky svých rozhodnutí a převzít za ně zodpovědnost. Aktivity na tomto stanovišti přispějí k rozpoznání manipulativního chování a poskytnou rady k účinné obraně před ním, upozorní na možnosti a zásady asertivního chování. Prohloubí sociální dovednost – odmítání.

Kouření / Alkohol

Stanoviště poskytne informace o účincích a důsledcích kouření, přinese poznání, že negativních důsledků je více než pozitivních. Poskytne základní informace o účincích alkoholu na lidský organismus. Pomůže k pochopení příčin, okolností i následků pití a k zaujetí vědomého a prakticky reálného postoje k této problematice.