

## Szkolny Dzień Profilaktyki !

Oddziaływania profilaktyczno – wychowawcze wśród uczniów

---

W ramach realizacji działań profilaktycznych w Szkole Podstawowej w Wawrzeńczycach w dniach 28 - 29.04.2021r. odbyły się kolejne zdalne spotkania profilaktyczne dla uczniów klas IV - VII przeprowadzone przez trenerów z Centrum Działań Profilaktycznych w Wieliczce .

### **Warsztaty zostały sfinansowane ze środków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy w Wawrzeńczycach.**

Spotkania odbyły się w formie dwóch warsztatów tematycznych:

Zajęcia dotyczące uzależnień od substancji psychoaktywnych, nikotyny -

**„ Jestem wolny, mam przewagę”.**

Podczas zajęć uczniowie zapoznali się z problemem różnego rodzaju uzależnień (od alkoholu, narkotyków, nikotyny), poznali przyczyny ich powstawania oraz sposoby na to, aby uchronić się przed sięganiem po różnego rodzaju używki. Prowadzący zajęcia wskazali również jakie są negatywne skutki oddziaływania substancji psychoaktywnych nie tylko na organizm człowieka, ale również na jego psychikę. Uczniom przedstawiane były również przykłady zachowań asertywnych, które są pomocne w sytuacjach, w których spotykają się oni z presją otoczenia, w szczególności grupy rówieśniczej.

Zajęcia dotyczące cyberprzemocy- **„Zaplątani w sieci”.**

Podczas zajęć uczniowie poznali różne zagrożenia płynące ze strony multimediów, z których na co dzień ochoczo korzystają. Dowiedzieli się więc, jakie pułapki ukrywają przed nimi portale internetowe, gry komputerowe czy telefony komórkowe. Poznali również niebezpieczeństwa związane zarówno z anonimowością w sieci, jak też z jej brakiem. Warsztaty skłaniały do nie tylko bezpiecznego, ale i kulturalnego korzystania z multimediów. Trenerzy podkreślali konieczność utrzymania świadomości zacierania się granic pomiędzy wirtualnym a rzeczywistym światem. Prowadzący pomagali uczniom wypracowywać w sobie pewien dystans w odniesieniu do treści pojawiających się w Internecie oraz właściwe sposoby reagowania na przejawy łamania prawa za pośrednictwem mediów elektronicznych

(cyberprzemoc).

Ponadto podczas spotkań w klasach poruszane były problemy **izolacji rówieśniczej**

spowodowanej pandemią . Ktoś kiedyś powiedział, że najgorszy jest lęk przed czymś, czego nie można nazwać. Będąc w przekonaniu o słuszności tego stwierdzenia, trenerzy skłaniali do nazywania po imieniu swoich lęków, tłumacząc ich źródła oraz pokazując, w jaki sposób można sobie z nimi radzić w codziennym życiu. W trakcie warsztatów dyskutowano o potrzebie pewności siebie, czy o tym , jak poradzić sobie z traumatycznym wydarzeniem. I wreszcie, rozmawiano o tym, czy uczniowie będą umieli rozpoznawać i kontrolować swoje emocje, a dzięki temu lepiej funkcjonować w relacjach interpersonalnych po powrocie do szkoły ?

Bożena Nowak - pedagog