



„ Listopad – miesiącem profilaktyki w szkole”

Listopad to czas w naszej szkole na realizację zajęć z zakresu profilaktyki uzależnień prowadzonych przez pedagogów szkolnych Marię Dębską i Agnieszkę Skrzypniak. Motywem przewodnim spotkań z uczniami było hasło Ogólnopolskiej Kampanii Społecznej „Zachowaj trzeźwy umysł”. Uczniowie klas 3 i 4 dowiedzieli się, na czym polega uzależnienie od nikotyny, ile substancji trujących znajduje się w jednym papierosie, mieli okazję obejrzyć sfilmowane doświadczenie palenia papierosa i jego wpływ na drogi oddechowe człowieka. Przypomnieli sobie, co to jest bierne palenie i jak mogą zareagować, gdy ktoś w ich towarzystwie pali papierosa.

Starsi uczniowie dowiedzieli się, jak to się dzieje, że człowiek uzależnia się od czegoś i od czego można się uzależnić? Czy można w jakiś sposób uchronić się przed uzależnieniem? Uczniowie klas szóstych szukali odpowiedzi na pytania: „Jak rozpoznać, że ma się problem? Czy ktoś z kolegów lub koleżanek się z nim boryka?”

Lekcje profilaktyczne mają uświadomić dzieciom i młodzieży, jak groźne są konsekwencje popadnięcia w uzależnienie dla zdrowia psychicznego, fizycznego oraz społecznego. Przeprowadzone zajęcia miały za zadanie kształtować umiejętności podejmowania decyzji odnośnie własnego zdrowia i brania odpowiedzialności za własne wybory. Zależało nam na tym, aby uczniowie zrozumieli przyczyny używania substancji psychoaktywnych, poznali czynniki sprzyjające powstawaniu uzależnienia oraz czynniki chroniące. Każde spotkanie z dziećmi miało również na celu wzbudzanie empatii wśród uczniów, których uczymy postawy nastawionej na udzielanie wsparcia i niesienia pomocy osobom zagrożonym występowaniem zachowań problemowych. W czasie zajęć wykorzystaliśmy prezentacje multimedialne, ulotki i broszury edukacyjne.

Na problem uzależnienia należy patrzeć szerzej, tj. nie tylko na uzależnianie się od substancji psychoaktywnych ale i uzależnienie od internetu, telefonów komórkowych, gier komputerowych.

Opracowanie: Agnieszka Skrzypniak i Maria Dębska