

# Aktualności

20.06.2021 22:12

## Warsztaty profilaktyczne pt. „Odczuwaj, ufaj, mów”

15 czerwca uczniowie klas VI i VII wzięli udział w wyjątkowo interesujących warsztatach profilaktycznych pt. „Odczuwaj, ufaj, mów”. Głównym celem warsztatów było budowanie pozytywnego obrazu siebie i innych oraz nauka nawiązywania właściwych relacji interpersonalnych.

Program składał się z trzech części zasadniczych:

- Część I *Odczuwaj* – miała na celu tworzenie klimatu przyzwolenia do przeżywania uczuć pozytywnych i negatywnych oraz werbalizację stanów emocjonalnych, zwracała uwagę na wpływ uczuć na nasze zachowanie oraz rolę pozytywnego nastawienia;
- Część II *Ufaj* – obejmowała ćwiczenia, które zwracały uwagę na kwestię prawdomówności, dotrzymywania słowa, budowania zaufania, wiary w siebie;
- Część III *Mów* – uczyła budowania postawy otwartości, obniżania poziomu lęku przed mówieniem o sobie, opanowania umiejętności aktywnego słuchania i zasad dobrej komunikacji.

Uczniowie bardzo chętnie brali udział w zajęciach. Mieli wiele ciekawych i mądrych spostrzeżeń na proponowane tematy. Chętnie dzielili się swoimi doświadczeniami i szukali możliwości rozwiązania różnych trudnych sytuacji. Żywo reagowali na wszystkie formy ćwiczeń i zabaw. Widać było, że praca metodą warsztatową bardzo im się podoba. Uczniowie czuli się swobodnie w swoim towarzystwie, chętnie bez skrępowania uczestniczyli w scenkach, oraz różnych ćwiczeniach

integracyjnych.

## Program profilaktyczny „Cukierki”

15 czerwca w klasach 1-3 realizowany był program profilaktyczny oparty na bajce autorstwa Agnieszki Grzelak pt.: „Cukierki”. Celem programu było: przybliżenie dzieciom podstawowych informacji na temat środków uzależniających i zagrożeń z nimi związanych; rozwijanie samodzielnego i twórczego myślenia; kształtowanie umiejętności troski o własne bezpieczeństwo w relacjach z innymi; nauka postaw asertywnych względem osób nieznajomych; rozwijanie postawy szacunku i zaufania w stosunku do szkolnego personelu pedagogicznego, technicznego jak i innych osób mogących udzielić wsparcia w problemach wydarzających się na terenie szkoły. Początek formularza

Atrakcyjna forma zajęć bardzo podobała się uczniom, którzy w nich aktywnie uczestniczyli. Program ten odznacza się dużą skutecznością oddziaływań i jest rekomendowany jest przez PARPA.

[Przewiń do początku](#)