

## ***PROGRAMY PROFILAKTYCZNE PROWADZONE W SZKOLE***

### **I. NIWELOWANIE PROBLEMÓW I NAPIĘĆ EMOCJONALNYCH UCZNIÓW**

#### **1. „Integracja grupy”**

Warsztaty dla klas I. Mogą mieć formę wyjazdową lub na terenie szkoły. Prowadzone są przez psychologa i pedagoga przy współudziale wychowawcy klasy.

#### **2. „Jak sobie radzić ze stresem”**

Uczestniczą w nim uczniowie klas maturalnych. Zajęcia są prowadzone przez psychologa w formie warsztatów. Pozwalają na poznanie technik relaksacyjnych.

#### **3. „Stres pod kontrolą”**

Zajęcia prowadzone przez pedagoga dla uczniów klas I-II. Uczniowie poznają mechanizmy stresu i sposoby radzenia sobie z nim.

#### **4. „Efektywne uczenie się”**

Zajęcia dla uczniów klas I, prowadzone metodą warsztatową przez pedagoga. Zapoznają uczniów ze sposobami efektywniejszej pracy umysłowej.

#### **5. „Rozwiązywanie konfliktów”**

Uczniowie zapoznają się z metodą konstruktywnego rozwiązywania konfliktów. Poznają elementy sztuki negocjacji.

#### **6. „Jak sobie radzić ze złością” - Program przeciwdziałania agresji.**

Zajęcia prowadzone metodami aktywnymi, zapoznają uczniów ze sposobami i technikami opanowania agresji wobec innych oraz przeciwstawiania się agresji innych osób.

#### **7. „Sztuka porozumiewania się”**

Zajęcia w formie warsztatów doskonalą umiejętności porozumiewania się z innymi. Uczą komunikowania się z poziomem „ja”, rozpoznawania i wyrażania uczuć oraz zachowań asertywnych.

### **8. „Humanitaryzm i tolerancja”**

Program opracowany i prowadzony w celu niwelowania napięć i nieulegania stereotypom związanym z niepełnosprawnością ludzi. Pozwala on na kształtowanie postaw współpracy i współdziałania całej społeczności szkolnej.

### **9. „Profilaktyka raka piersi”**

Wykłady wygłaszane przez lekarza i członkinię klubu „Amazonka”.

## **II. PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ**

### **1. „NOE”**

Program profilaktyczny prowadzony przez profesjonalistów z Ośrodka przeciwdziałania uzależnieniom. Porusza tematykę uzależnienia od narkotyków.

### **2. „Pomóż mi”**

Program przeciwdziałania narkomanii oparty na spektaklu teatralnym, poparty rozmową z osobą uwolnioną od uzależnienia.

### **3. „Twoje zdrowie w Twoich rękach”**

Zajęcia warsztatowe wskazujące na wagę decyzji podejmowanych przez młodzież i związanych z nimi konsekwencji.

### **4. „Ławeczka”**

Program oparty na spektaklu Teatru Odyseusz z Krakowa. Omawia tematykę uzależnień od narkotyków.

### **5. „Sekty. Destrukcyjne grupy kultowe”**

Zajęcia omawiające metody werbowania do sekty, skutki przynależności do sekt. Uczniowie uczą się bycia asertywnym wobec sekt.

### **6. „Szkoła dla rodziców i wychowawców – Jak mówić żeby dzieci nas słuchały jak słuchać żeby dzieci do nas mówiły”**

Cykl zajęć dla rodziców i wychowawców doskonalący metody porozumiewania się z dziećmi w celu uchronienia ich od zgubnych wpływów.

### **7. „Skutki palenia nikotyny”**

Zajęcia prowadzone przez lekarza. Mają za zadanie uzmysłowić młodzieży zgubne skutki zdrowotne tego nałogu.