

## Kontinuální program primární prevence o.s. KAPPA-HELP

### Základní školy - prožitkové lekce

Prožitkové lekce tvoří jednotlivé dramatické hry, improvizace a interaktivní hry, které jsou zaměřeny na akceptaci druhého, vytvoření důvěrného a bezpečného prostředí, kooperaci ve skupině. Hra v roli umožňuje dětem na nečisto přehrávat nepříjemné a zraňující situace v rodině, s kamarády, ve škole. Umožňuje hledat řešení svých problémů či připravovat se na reálné situace, cvičit se pro ně. Děti si mohou například zahrát ostatní členy rodiny, spolužáky, učitele a lépe pochopit důvody a příčiny jejich jednání.

### Témata prožitkových lekcí:

<b>6. třída:</b> Já a zodpovědnost – legální a nelegální drogy
Hry a techniky zaměřené na reflexi svého chování, co nás ovlivňuje a jak naše chování mohou ovlivnit drogy. Základní přehled rizik nejběžnějších drog, alkoholu a léků, pochopení vzniku závislosti. Mohu být „dobrý“ jinak, než s drogami?
<b>7. třída:</b> Co udělám, když jsem v úzkých? Mapy rozhodování.
Příběhy a situace, ve kterých se můžeme cítit ohroženi. Jak se zachovat, stěžejní aktivitou je řešení „map rozhodování“ a následně krátké divadlo na zadané příběhy. Konformita se skupinou x vlastní přání. Nácvik odmítání – jak se dá reagovat v situacích, kdy námi někdo zkouší manipulovat.
<b>8. třída:</b> Chceme dobře vypadat
Poruchy příjmu potravy, anabolika a steroidy, představy o tom, jak se mohou zalíbit opačnému pohlaví. Práce se třídou rozdělená na dvě skupinky podle pohlaví – dívky (poruchy příjmu potravy) a chlapci (zneužívání steroidů a anabolik). Podpora sebeúcty a toho, že opačné pohlaví dokážeme zaujmout nejen svým tělem.
<b>9. třída:</b> Příběhy závislých
Skrze soubor fotografií narkomanů (bezdomovců, alkoholiků) vytváříme prostor pro vyjádření, ujasnění postoje k drogám, řešení konkrétního problému. Uvědomění stereotypů o lidech, kteří jsou odlišní – bezdomovci, Romové, homosexuálové.



### **Střední školy a odborná učiliště – workshop o různých formách rizikového chování**

Pro studenty 1. ročníků středních škol a odborných učilišť budeme realizovat workshopy o různých formách rizikového chování – závislosti, rizikové sexuální chování, záškoláctví, konzumace alkoholu a jiné. Workshopy budou šité na míru podle potřeby jednotlivých tříd, na základě domluvy s metodikem prevence nebo třídním učitelem. Na rozdíl od základních škol bude workshop méně prožitkový a více orientovaný na diskusi, na schopnost jedné skupiny obhájit svůj názor při konfrontaci s druhou skupinou.

### **Témata prožitkových lekcí:**

#### **1.ročník SŠ A OU: Život v závislosti**

Rozvíjí schopnost umět si přestavit, co může zažívat jiný člověk i v pro nás neznámé situaci. A v bezpečném prostředí si vyzkoušet tuto situaci. Může napomoci chápat a přijímat ostatní, kteří se od nás oslišují, může zlepšit sociální interakce a podporovat starost o lidi, kteří potřebují péči pomoc nebo toleranci. Případně zmapovat si síť sociální pomoci.

#### **1.- 4.ročník SŠ A OU, internátní zařízení: Alkohol kolem nás**

Lekce je věnována pití alkoholu, protože s ním, stejně jako s kouřením, studenti mohou mít zkušenost – ať již přímou, nebo ze své rodiny a od přátel. Rozvíjí kritické myšlení, které pomáhá rozpoznat faktory, které ovlivňují naše postoje, chování a hodnoty, a uvědomit si tlak ze strany vrstevníků a médií.

### **Nabídka služeb pro pedagogy a rodiče**

Na školách, na kterých realizujeme prožitkové lekce, nabízíme účast na třídních schůzkách, individuální konzultace s pedagogy a rodiči, pravidelné pracovní schůzky školních metodiků prevence. Pro pedagogy realizujeme přednášky dle individuální zakázky.