

Programy primární prevence rizikového chování

Vážení rodiče,

v rámci školního vyučování se budeme setkávat s vašimi dětmi při programech školské primární prevence. Každá škola má školní preventivní program, tedy program pro osobnostní a sociální rozvoj ve vztahu k prevenci. Ve spolupráci s Vaší školou realizuje programy naše centrum. Tyto programy jsou vytvořeny na základě soudobých poznatků o efektivitě preventivního působení s důrazem na přiměřenost dané věkové skupině dětí.

Cílem těchto programů je předcházení vzniku rizikového chování či jeho oddálení u Vašich dětí. Při práci s dětmi využíváme prvky interakčních technik a zážitkové pedagogiky, technik arteterapie, dramatické výchovy s důrazem na oboustrannou komunikaci. Programy úspěšně prošly procesem certifikace MŠMT.

Přehled nabízených programů školské primární prevence Centra primární prevence SPEKTRUM:

MOJE BEZPEČÍ: rozvoj zdravého sociálního jednání žáků v kolektivu, zdravé sebevědomí, pozitivní vztah k sobě samému, nastínění rozdílu mezi žádoucím a nežádoucím chováním, posílení autority třídního vyučujícího; prevence dětských úrazů.

Cílová skupina: 1. - 2. třída ZŠ

Cílem programu:

- podpora kamarádských vztahů;
- prevence ubližování;
- bezpečný kontakt s cizím člověkem.

KDO JSEM A CO SMÍM: uvědomění si pojmu právo a hledání souvislostí mezi pojmy právo a zodpovědnost; důraz je kladen na posilování odpovědnosti za své chování.

Cílová skupina: 3. - 4. třída ZŠ

Cílem programu:

- představení základních dětských práv a souvisejících povinností;
- podpora kamarádských vztahů ve třídě;
- posilování sebevědomí a bezpečí jednotlivce.

CO MI (NE)PROSPÍVÁ: podpora zdravého životního stylu; předání informací o škodlivosti návykových látek, konkrétně o nebezpečí tabáku se zaměřením na formování postojů v této věkové kategorii.

Cílová skupina: 4. - 5. třída ZŠ

Cílem programu:

- podpora zdravého životního stylu;
- prevence užívání tabákových výrobků a alkoholu;
- podpora zdravého vnímání sebe sama a svého těla.



UMÍM (SE) ROZHODNOUT: žáci si uvědomují sounáležitost se skupinou a zodpovědnost za to, co se v ní děje; motivace k naslouchání druhému, vhodnou formou reagovat a rozvíjet dialog.

Cílová skupina: 5. třída ZŠ

Cílem programu:

- posilování dobrých vztahů v třídním kolektivu;
- prevence ubližování;
- posilování sociálních hodnot a prosociálního chování.

ROZHODNI SE SÁM: posílení efektivní komunikace mezi žáky navzájem v třídním kolektivu, uvědomění si vlastních očekávání a příležitost k rozpoznání požadavků ostatních žáků ve třídě.

Cílová skupina: 6. třída ZŠ

Cílem programu:

- podpora a dobré fungování nově vzniklého kolektivu;
- prevence ubližování
- posilování pozitivního sebepojetí jednotlivců a klimatu třídy.

(NE)BEZPEČNĚ NA NETU: bezpečný pohyb ve virtuálním světě; jak zodpovědně používat informační technologie; prevence rizikové kyberkomunikace a kyberšikany.

Cílová skupina: 5. – 9. třída ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- prevence kyberšikany;
- bezpečné chování na internetu a sociálních sítích;
- prevence dalších rizik spojených s používáním internetu.

CESTA K TOLERANCI: trénink kritického a nestereotypního uvažování; podpora pozitivního pojetí vlastní identity v kombinaci s vstřícným vnímáním různorodosti; naučit se zacházet s odlišností – umět přijmout člověka s HIV/AIDS, mít informace, vědět, jak se chovat.

Cílová skupina: 6. – 9. třída ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- vedení žáků k životu bez předsudků, uvědomění si významu prvního dojmu a možného rizika zkrslení;
- posílení schopnosti žáků vhodnou formou reagovat na konfliktní situace;
- naučit se zacházet s odlišností.

POUTA (NE)ZÁVISLOSTI: prevence zneužívání návykových látek; posilování zodpovědného postoje a rozvíjení sociálních dovedností – navazování zdravých vztahů; schopnost čelit sociálnímu tlaku; dovednost rozhodovat se; schopnost vyhledat odbornou pomoc.

Cílová skupina: 2. stupeň ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- prevence užívání návykových látek;
- rizika spojená se závislostmi;
- podpora zodpovědných postojů při setkání se sociálně nežádoucími jevy a předsudky.



JAK BÝT V POHODĚ: podpora žáků k uvědomění si vlastní psychické pohody. Program se zaměřuje na sebepoznání, vnímání vlastních emocí a duševního zdraví. Žáci se naučí zásady psychohygieny a péče o sebe. Plynule se navazuje od prožívání jednotlivce po celou skupinu.

Cílová skupina: 5. – 9. třída ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- seznámení se základními zásadami psychohygieny (7 zásad/principů);
- otevření tématu sociální podpory;
- uvědomění si vlastních pozitivních a negativních emocí.

JAK (SI) NEUBLÍŽIT: upevňování pozitivních vztahů a postojů člověka k druhým; uvědomění si vlastních hodnot; zodpovědné chování vůči okolí a ujasnění si hranic svých práv a práv druhých; program napomáhá k vytvoření jasných pravidel tolerance a empatie ve vztahu k druhým.

Cílová skupina: 2. stupeň ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- respekt a tolerance k sobě i k ostatním;
- naladění se na třídní kolektiv;
- nácvik asertivních dovedností.

LÁSKA (NE)BEZPEČNĚ: prevence předčasného a rizikového sexuálního chování, která učí větší citlivosti v partnerských vztazích; osvojení si základních znalostí o partnerství; uvědomit si vlastní postoj a chování v možných rizikových situacích, naučit se je zvládnout a řešit.

Cílová skupina: 8. - 9. třída ZŠ, SŠ

Cílem programu:

posilování pozitivních a zdravých vztahů mezi chlapci a děvčaty;

- uvědomění si tělesných a duševních změn doprovázejících období dospívání
- prevenci přenosu pohlavních chorob;
- uvědomění si vlastní hodnoty ve vztahu k sexuálnímu životu.

(NE)HRAJEME SI SPOLU: prevence nelátkových závislostí, netolismu, rizik nadměrného trávení času na internetu a sociálních sítích, nadměrného hraní počítačových her (gaming), on-line a kurzové sázky (gambling).

Cílová skupina: 8. - 9. třída ZŠ, SŠ

Cílem programu:

- prevence vzniku a rozvoje nelátkových závislostí, netolismu, gamingu, gamblingu;
- seznámení žáků s tématy, zamyšlení se nad hranicí, kde začíná problém, dopady;
- inventura času – uvědomění si, kolik času strávím na internetu, hraním, co mi to dává a bere;
- představení zásad psychohygieny a zvládnání stresu.



Vzhledem k tomu, že jste nejbližší osoby dětí, je velice pravděpodobné, že projeví zájem se s vámi podělit o své zážitky z těchto programů. Nepochybujeme, že v takovém případě budete svým dětem naslouchat, otevřeně si s nimi popovídáte a poskytnete jim nezkreslené informace.

V případě jakýchkoliv dotazů nás kontaktujte na čísle +420 774 419 047 nebo emailu spektrum.prevence@kolping.cz. Bližší informace o nás naleznete na webových stránkách www.spektrum.kolping.cz. V případě dalších informací se také můžete obracet na školního metodika prevence Vaší školy.

Děkujeme za váš čas, který jste věnovali četbě tohoto dopisu.

Tým lektorů Centra primární prevence Spektrum:

Mgr. Petra Nováčková, vedoucí Centra primární prevence, lektorka
Bc. Alena Velechovská, lektorka

