

PROGRAM WARSZTATÓW PROFILAKTYCZNYCH DLA MŁODZIEŻY

„Jak bezpiecznie dojrzewać – o zmianach zachodzących w okresie dorastania.”

Szkoła Podstawowa im. płka Stanisława Królickiego w Izabelinie

Rok szkolny 2019/2020

Edukator: dr n. społ. Paulina Trojanowska – Malinowska

CEL WARSZTATÓW

Celem warsztatów jest wsparcie młodzieży w ważnym a zarazem pełnym wyzwań okresie rozwojowym, jakim jest dojrzewanie. Zmiany wiążące się z etapem dorastania często budzą silne emocje takie jak: lęk, wstyd, obrzydzenie, zagubienie, osamotnienie oraz poczucie bycia „innym_ą”, „gorszym_ą”, „nierozumianym_ą”. Ponadto, bycie nastolatkiem_ą w XXI wieku oznacza konieczność radzenia sobie z wszechobecnymi przekazami płynącymi z Internetu, mediów społecznościowych oraz pop kultury. Współczesna młodzież funkcjonuje w świecie sprzecznych, często fałszywych i naznaczonych pornografią treści dotyczących cielesności i życia seksualnego. Warsztaty profilaktyczne pozwalają zapoznać się z rzetelnymi informacjami o zmianach jakie zachodzą w okresie dojrzewania w sferze ciała, psychiki, emocji, seksualności i relacji. Stanowią bezpieczną przestrzeń do rozmów wśród rówieśników/rówieśniczek na temat wspólnych doświadczeń, problemów, dylematów związanych z okresem adolescencji. Uczą dbania o własne zdrowie, ukazują znaczenie profilaktyki, a także zachęcają do zwracania się po pomoc do osób dorosłych (korzystania ze wsparcia pielęgniarki, psycholożki, pedagogożki szkolnej, telefonów zaufania). Ponadto, rozwijają umiejętność krytycznego myślenia wobec przekazów płynących z mediów. Kształtują także asertywną postawę i komunikację w relacjach społecznych, kładąc nacisk na profilaktykę przemocy rówieśniczej oraz seksualnej. Ważnym elementem warsztatów jest udzielanie odpowiedzi przez prowadzącą na pytania zadawane przez osoby uczestniczące. Warto podkreślić, że znaczna część młodzieży (tegoroczne klasy 7 i 8) brała udział w zajęciach profilaktycznych organizowanych w roku szkolnym 2018/2019 i zna osobę prowadzącą, co sprzyja budowaniu zaufania i otwartości wśród uczennic i uczniów.

W poprzednim roku młodzież wzięła udział w zajęciach na temat zdrowia seksualnego i zmian zachodzących w ciele w okresie dojrzewania oraz akceptacji ciała w kontekście kreowania wizerunku cielesności (kobiecości i męskości) w mediach.

ORGANIZACJA WARSZTATÓW PROFILAKTYCZNYCH

1. Przed rozpoczęciem warsztatów rodzice/opiekunowie uczennic i uczniów mają możliwość zapoznania się z programem zajęć. Wziąć udział w wykładzie na temat wyzwań z jakimi mierzy się młodzież dojrzewająca w dzisiejszym świecie oraz poznać prowadzącą i zadać jej pytania.
2. W warsztatach uczestniczą uczniowie i uczennice, których rodzice/ opiekunowie wyrażą pisemną zgodę na udział dziecka w zajęciach.
3. Warsztaty odbywają się w grupach jednopłciowych (oddzielnie dziewczęta, oddzielnie chłopcy). Jedno spotkanie trwa 3 godziny lekcyjne.
4. Przez cały czas trwania warsztatu w klasie jest obecny pracownik_czka szkoły (nauczyciel_ka, pani psycholog lub pani pedagog).
5. Warsztaty są prowadzone w oparciu o aktywne metody nauczania (np.: praca w podgrupach, dyskusje na forum grupowym, itp.). Podstawą współpracy na zajęciach jest kontrakt grupowy – zbiór wspólnie ustalonych zasad postępowania.
6. Prowadząca udziela odpowiedzi na zgłaszane przez młodzież pytania zarówno podczas trwania lekcji, jak i na przerwach.

RAMOWY PROGRAM WARSZTATÓW

Program dla klasy 7

Zajęcia nr 1 – „Asertywność – sposób na bezpieczne, zdrowe i szczęśliwe dojrzewanie”

1. Przybliżenie wiedzy na temat 3 rodzajów postaw (asertywnej, agresywnej, uległej), obecnych w relacjach interpersonalnych
 - a) Kształtowanie umiejętności rozpoznawania 3 rodzajów postaw
 - b) Wspieraniu rozwoju asertywnej postawy wśród osób uczestniczących
 - c) Refleksja na temat emocji towarzyszących dojrzewaniu
 - d) Dyskusja o rodzajach relacji społecznych w świecie nastolatków

2. Asertywna komunikacja
 - a) Ćwiczenie umiejętności radzenia sobie z agresywną krytyką, wulgaryzmami
 - b) Refleksja na temat znaczenia i roli słów związanych z seksualnością, jakie używa młodzież
 - c) Kształtowanie umiejętności mówienia o seksualności z szacunkiem i z zastosowaniem prawidłowego słownictwa

3. Młodzież pyta – prowadząca odpowiada
 - a) Młodzież za pośrednictwem pytań anonimowo zapisanych na kartkach zadaje pytania prowadzącej dotyczące okresu dojrzewania

Program dla klasy 7

Zajęcia nr 2 – „Seksualność i Zagrożenia - profilaktyka przemocy i infekcji/chorób przenoszonych drogą płciową”

1. Rozpoznawanie przemocy

- a) Rozwijanie umiejętności rozróżniania złości, agresji i przemocy
- b) Dyskusja o sposobach radzenia sobie ze złością
- c) Zapoznanie z kluczowymi mechanizmami i rodzajami przemocy

2. Przemoc na tle seksualnym

- a) „Fakty i mity” dotyczące przemocy seksualnej
- b) Jak dbać o bezpieczeństwo własne i innych w kontekście przemocy seksualnej
- c) Uwrażliwienie, by skutecznie reagować na przemoc

3. Infekcje/Choroby przenoszone drogą płciową

- a) Zwrócenie uwagi na ryzyko zakażeń
- b) „Fakty i mity” dotyczące infekcji/chorób przenoszonych drogą płciową
- c) Podstawowe informacje na temat HIV/AIDS

Program dla klasy 8

Zajęcia nr 1 – „Asertywność – sposób na bezpieczne, zdrowe i szczęśliwe dojrzewanie”

1. Przybliżenie wiedzy na temat 3 rodzajów postaw (asertywnej, agresywnej, uległej), obecnych w relacjach interpersonalnych
 - a) Kształtowanie umiejętności rozpoznawania 3 rodzajów postaw
 - b) Wspieraniu rozwoju asertywnej postawy wśród osób uczestniczących
 - c) Refleksja na temat emocji towarzyszących dojrzewaniu
 - d) Dyskusja o rodzajach relacji społecznych w świecie nastolatków

2. Asertywna komunikacja
 - a) Ćwiczenie umiejętności radzenia sobie z agresywną krytyką, wulgaryzmami
 - b) Refleksja na temat znaczenia i roli słów związanych z seksualnością, jakie używa młodzież
 - c) Kształtowanie umiejętności mówienia o seksualności z szacunkiem i z zastosowaniem prawidłowego słownictwa

3. Młodzież pyta – prowadząca odpowiada
 - a) Młodzież za pośrednictwem pytań anonimowo zapisanych na kartkach zadaje pytania prowadzącej dotyczące okresu dojrzewania

Program dla klasy 8

Zajęcia nr 2 – „Bezpieczne relacje”

1. Jak budować bezpieczne i zdrowe związki/ przyjaźnie
 - a) Refleksja na temat cech zdrowego/niezdrowego związku, zdrowej/niezdrowej przyjaźni
 - b) Rozpoznawanie symptomów przemocowych zachowań i komunikacji w związku, przyjaźni

2. Jak mówić „nie” – o roli asertywności w życiu seksualnym
 - a) Ćwiczenie asertywnej odmowy
 - b) Problematyka świadomej zgody na zachowania seksualne

3. Refleksja na temat inicjacji seksualnej
 - a) Uwrażliwienia na konsekwencje związane z rozpoczęciem aktywnego życia seksualnego
 - b) Argumenty za opóźnianiem inicjacji seksualnej
 - c) Warunki jakie powinna spełniać odpowiedzialna decyzja o podjęciu współżycia seksualnego