



W Publicznym Zespole Szkół w Jedlni w dniu 13 listopada 2013 r. zostały przeprowadzone warsztaty dla uczniów w ramach realizacji Gminnego Programu Profilaktyki. Zajęcia dotyczyły profilaktyki uzależnień i prowadzone były metodą zajęć aktywizujących przy udziale psychologa/pedagoga.

Osoby biorące udział w warsztacie mogły poprzez proste ćwiczenia, w przyjazny dla umysłu sposób, doskonalić umiejętności:

- mówienia o swoich potrzebach w sposób szczery i otwarty,
- mówienia „Nie” i przyjmowania odmowy,
- funkcjonowanie w sytuacjach konfliktowych,
- znoszenie stresu i napięcia,
- poznania swojego środowiska i wartości w nim obowiązujących,
- podejmowania wyborów właściwego zachowania.



Zajęcia podzielone były dwa bloki tematyczne. W pierwszej części warsztatu uczniowie wraz z psychologiem/pedagogiem podczas rozmowy moderowanej skupiali się na zagadnieniach związanych z używkami. Poruszone zostały tematy wpływu używek na organizm wielopłaszczyznowego przeanalizowania choroby jaką jest uzależnienie oraz ukazania jak błędne przekonania oraz mity mogą prowadzić do uzależnienia.

W kolejnej części warsztatu prowadzonej techniką metod aktywizujących, zdobyta wiedza została połączona z praktyką. Podczas szeregu ćwiczeń angażujących uczniów do pracy- w grupach jak i samodzielnie- nabywali oni umiejętności z zakresu tzw. profilaktyki pozytywnej.

**Zdjęcia: Maja Siczek**

**[Galeria - klik.](#)**