



## **Zespół Szkolno-Przedszkolnego nr 8 - warsztaty profilaktyczne pt. „Mądry nastolatek”**

2023-04-14

**#OGARNIAM ŻYCIE BO... jestem mądrym nastolatkiem!**

Jako Ambasadorzy programu #Ogarniam życie, 15 marca 2023 roku przyjęliśmy w swoje szkolne progi specjalistów z Miejskiego Centrum Profilaktyki Uzależnień. Szkolenie prowadzili pani Anna oraz pan Piotr. Spotkanie „Mądry nastolatek” trwało 3 godziny lekcyjne i skorzystało z niego 18 uczniów z naszej klasy. Były zabawy, które wprowadziły rozluźnienie i były elementem integracji oraz większego otwarcia się na siebie, a także rozmowy, praca w grupach i burza mózgów. Prowadzący przeprowadzili z uczniami dyskusję na temat tego czym są zachowania ryzykowne, jakie zachowania ryzykowne spotykamy najczęściej oraz co może do nich prowadzić. Kolejnym elementem było wymienianie wszelkich działań, które mogą nas ochronić przed uwikłaniem się w takie zachowania.

Po szkoleniu 26 stycznia bez problemu wymienialiśmy wszelkie „ochraniacze”, które mogą pomóc nam samym oraz osobom z naszego otoczenia. Głównym zadaniem były warsztaty twórcze w 4-5 osobowych grupach zatytułowane: „Mój bohater”. Tworzyliśmy fikcyjny portret osoby, która uwikłała się w zachowania ryzykowne. Mieliśmy też wymienić te zachowania, napisać co do nich mogło doprowadzić oraz podać konkretne, możliwe rozwiązania oraz „ochraniacze”, które mogłyby ustrzec naszego bohatera przed popadnięciem w kłopoty czy uzależnienia. Praca była bardzo twórcza, a każdy z nas wyciągnął z niej wiele pomysłów, które w trudnej sytuacji mógłby wykorzystać.

Dziękujemy za pożytecznie spędzony czas!

Klasa 7a z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 8 w Krakowie