

## ZAJĘCIA

### PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

Temat: „Substancje psychoaktywne – dadzą ci szczęście, czy je przekreślą? ”

Czas trwania: 2 godziny lekcyjne (po 45 min.)

Cele zajęć:

- uczniowie potrafią zdefiniować na czym polega uzależnienie od substancji psychoaktywnych
- uczniowie potrafią odróżnić sytuacje używania i nadużywania substancji psychoaktywnych
- uczniowie potrafią wymienić motywy dla których ludzie sięgają po substancje psychoaktywne
- uczniowie opanowali wstępnie umiejętność odmawiania w sytuacji proponowania im substancji psychoaktywnych.

Przebieg zajęć:

I. Przywitanie się.

Podanie swoich imion połączone z wypowiedzeniem i wpisaniem w „słoneczko” namalowane na tablicy, jakie ma się marzenie, co chciałoby się osiągnąć w życiu. Wracając do koła przymocowuje się plakietkę ze swoim imieniem.

II. Przedstawienie celu zajęć. Zachęcenie uczniów do podzielenia się posiadanymi informacjami, przekonaniaми na temat substancji psychoaktywnych.

III. Praca w grupach – „burza mózgów” odnośnie pytania dlaczego ludzie sięgają po substancje psychoaktywne.

IV. Dalsze opracowanie materiału – przedstawienie rzetelnych informacji o działaniu substancji psychoaktywnych w świetle badań naukowych; wspólne zastanowienie się, czy używanie substancji psychoaktywnych rzeczywiście pomaga spełnić uprzednio wymienione motywy sięgania po nie? Akcentowanie w dyskusji szczególnie wypowiedzi z których wynikają kwestie używania i nadużywania substancji psychoaktywnych, kryteriów uzależnienia.

Posumowanie zebranych informacji.

V. Ćwiczenie umiejętności odmawiania w sytuacji oferowania substancji psychoaktywnych.

VI. Na zakończenie wskazanie, gdzie mogą szukać pomocy osoby mające problemy z powodu substancji psychoaktywnych.