

Sprawozdanie z zajęć profilaktycznych w Placówce Wsparcia Dziennego „Wesoła Chatka” w Szczecinie

Realizowano zadanie publiczne w ramach dotacji z Urzędu Miasta i Gminy Szczecin pod tytułem: *Organizacja bezpiecznego i aktywnego czasu wolnego w miejscu zamieszkania dzieci oraz młodzieży objętych opieką i wychowaniem w placówkach wsparcia dziennego funkcjonujących na terenie Szczecina w rozumieniu ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej oraz ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi, prowadzonych na zlecenie Gminy Miasta Szczecin przez podmioty niepubliczne, w celu wzbogacenia oferty spędzania czasu wolnego podczas wakacji.*

W ramach tych działań:

1. Przeprowadzono zajęcia z psychologiem - mgr Pauliną Będkowską, pod tytułem: „*Wesołochatkowe Możliwości*”
2. Program obejmował taki zakres jak:
 - a. wywoływanie zaciekawienia drugą osobą,
 - b. ćwiczenia rozluźniające,
 - c. przełamanie dystansu fizycznego,
 - d. zmniejszenie onieśmielenia,
 - e. poznanie się,
 - f. dzielenie marzeniami,
 - g. zastanowienie nad problemem zaufania,
 - h. przeanalizowanie relacji z ludźmi,
 - i. tworzenie norm grupowych,
 - j. trening pozytywnego myślenia o sobie, cele życiowe i ich ważność,
 - k. kształtowanie aktywnego słuchania,
 - l. radzenie sobie z sytuacjami konfliktowymi,
 - m. wzmacnianie zachowań asertywnych,
 - n. radzenie sobie ze stresem,
 - o. uświadamianie o środkach uzależniających,
 - p. poznanie mitów i faktów na temat uzależnienia,
 - q. poznanie pojęcia namawiania i bycia namawianym.
3. W zajęciach wzięło udział 16 uczestników, podopiecznych PWD „Wesoła Chatka”
4. Zajęcia składały się z cyklu 16 zajęć po 45 minut.
5. Osiągnięto takie rezultaty:
 - a. Integracja grupy - budowanie atmosfery i klimatu zaufania, bezpieczeństwa i akceptacji.
 - b. Kształtowanie umiejętności otwartego, swobodnego i szczerego wyrażania swoich myśli, odczuć i poglądów. Przełamywanie barier w mówieniu o sobie, prezentacja siebie przed grupą.
 - c. Kształtowanie postaw prospołecznych i empatycznych – trening wczuwania się w sytuacje oraz stany emocjonalne innych osób.
 - d. Wzmacnianie samooceny i budowanie poczucia własnej wartości.
 - e. Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za własne zdrowie i zdrowie innych.
 - f. Dostarczenie podstawowych informacji o istniejących zagrożeniach dla młodzieży, ukazanie ich przyczyn oraz sposobów ich eliminowania.

- g. Dostarczenie podstawowych wiadomości o niebezpieczeństwach związanych z uzależnieniem od nikotyny, alkoholu, narkotyków oraz komputera.
- h. Kształtowanie umiejętności podejmowania właściwych decyzji.
- i. Kształtowanie umiejętności porozumiewania się z innymi – podstawowe wiadomości o komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
- j. Treningi asertywności – wdrażanie do obrony własnego zdania z jednoczesnym respektowaniem praw innych osób.
- k. Kształtowanie umiejętności odmawiania w sytuacjach trudnych.
- l. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie ze stresem i frustracją.
- m. Wdrażanie do refleksji i obiektywnej oceny skutków własnego zachowania.
- n. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania sytuacji konfliktowych – rodzaje konfliktu oraz sposoby unikania sytuacji konfliktowych.
- o. Rozwijanie twórczego rozwiązywania problemów i kreatywności w myśleniu.
- p. Promowanie zdrowego stylu życia – ukazanie możliwości uzyskania osobistych satysfakcji bez uciekania się do wspomagania chemicznego – substancjami uzależniającymi.

Kierownik PWD „Wesoła Chatka”
mgr Paulina Będkowska