

PONUKA PREVENTÍVNYCH A INTERVENČNÝCH PROGRAMOV

školský rok 2023/2024

Aj v školskom roku 2023/2024 ponúka Centrum poradenstva a prevencie v Liptovskom Mikuláši Vám, Vaším deťom, žiakom a študentom preventívne aktivity a programy, ktorých cieľom je podpora žiadúcich foriem správania, rozvoj komunikačných a sociálnych zručností, rozvoj kritického myslenia, podpora zdravého životného štýlu, prevencia sociálno-patologických javov a eliminácia rizikového správania.

Informácie na úvod

Naša ponuka je rozdelená na aktivity, ktoré ponúkame materských školám, základným a stredným školám. Aktivity ktoré ponúkame, majú charakter jednorázových aktivít, krátkodobých, strednodobých, alebo dlhodobých programov.

Jednorázové aktivity pozostávajú z jedného stretnutia s triedou, ktoré je v trvaní dve vyučovacie hodiny. Zväčša ide o aktivity v rámci primárnej prevencie sociálno-patologických javov

Krátkodobé programy zahŕňajú dva až štyri stretnutia s triedou/skupinou, strednodobé programy zahŕňajú päť až osem stretnutí a ponúkajú detailnejšie spracovanie vybranej témy. Počas stretnutí sú zaradované zážitkové aktivity, skupinové aktivity na podporu spolupráce, rešpektu a tolerancie; aktivity rozvíjajúce sociálne zručnosti potrebné pre život a je vytvorený väčší priestor na diskusiu. Dlhodobé programy pozostávajú z deväť a viac stretnutí.

Postup pri objednávaní preventívnych aktivít

Centrum poradenstva so žiadosťou o realizáciu preventívnej aktivity alebo programu kontaktuje zväčša koordinátor prevencie. Žiadosť na realizáciu jednorázovej preventívnej aktivity tvorí prílohu číslo 1, žiadosť o realizáciu preventívneho alebo intervenčného programu tvorí prílohu číslo 2 tohto materiálu. Žiadosti môžete posilať e-mailom na adresy:

info@cphpaplm.com, janaglutova@cphpaplm.com , frajtova@cphpaplm.com

V prípade potreby nás môžete kontaktovať aj telefonicky na telefónnom čísle 044 5525021.

Ponuka preventívnych aktivít pre stredné školy:

Jednorázové preventívne aktivity v trvaní 2VH

Preventívne aktivity sú zamerané na formovanie postojov k sociálno-patologickým javom a orientáciu k zdravému spôsobu života. Majú informatívny a edukatívny charakter, sú realizované v rámci primárnej prevencie, interaktívnou, zážitkovou formou.

Prevencia šikanovania

Prevencia kyberšikanovania

Ohrozenia virtuálneho sveta

Prevencia závislostí (látkových a nelátkových)

Prevencia obchodovania s ľuďmi

Prevencia extrémizmu

.....

Zrealizujeme tiež prednášky a besedy pre žiakov stredných škôl na iné témy, podľa konkrétnej požiadavky školy .

1/ Adaptačný proces a rozvoj sociálnych zručností pre žiakov 1.ročníka strednej školy

Stmeľovací program založený na zážitkových aktivitách, určený pre novotvoriace sa triedne kolektívy. Ide o efektívny spôsob neformálneho zoznámenia a vzájomného spoznania sa členov novo vznikajúceho triedneho kolektívu.

Obsah stretnutí:

1. vzájomné poznávanie sa, rozvoj komunikačných zručností, podpora pozitívnej klímy v školskej triede,
2. inakosť + nácvik riešenia konfliktných situácií
3. návody, ako sa správne učiť

Termíny realizácie: september /október daného školského roka

Počet stretnutí: 3 (3 x 2VH)

Cieľová skupina: I. roč. SŠ

2/ Podpora vzájomných vzťahov v triednom kolektíve

Realizácii aktivít predchádza pedagogická diagnostika triedy. Súčasťou aktivít je realizácia sociometrie, ktorej účelom je zistenie aktuálnej situácie v triednom kolektíve, vzájomné sympatie a miera vplyvu jednotlivých členov. Následne je program navrhnutý priamo pre potreby konkrétnej triedy.

Aktivity sú podľa potreby zamerané na podporu spolupráce, na nácvik efektívneho riešenia konfliktných situácií, rozvoj komunikačných zručností

Počet stretnutí: 3 – 5 stretnutí (3 - 5 x 2VH)

3/ Duševné zdravie na SŠ

Program Duševné zdravie na strednej škole má preventívno-edukatívny charakter, rozširuje poznanie, cielene prispieva k sociálno-emocionálnemu rozvoju a k prevencii vzniku duševných porúch u mladých ľudí.

1. Duševné zdravie a duševná choroba
2. Depresívne ochorenia
3. Rodina, rodinné vzťahy a vplyv rodiny na duševné zdravie

Počet stretnutí : 3 (3x 2VH)

4/ Preventívny program zameraný na rizikové správanie dospelých vo vzťahu k sebaoponovaniu a imidžu

Program sa zameriava na rizikové správanie dospelých vo vzťahu k sebaoponovaniu a body imidžu a na prevenciu porúch príjmu potravy (anorexia, bulímia), ale aj na sebaoponovanie a nadmerné cvičenie.

Cieľom programu je sebaoponovnosťou a edukatívnou formou pozitívne vplyvať na budovanie zdravého sebaobrazu a pozitívneho vnímania svojho tela.

Program sa skladá z 3 oblastí, ktoré na seba tematicky nadväzujú:

1. Krásne a výnimočné, jedinečné sebaoponovanie a body imidžu
2. Zdravý životný štýl verzus rizikové správanie
3. Vplyv médií a reklamy na body imidžu

Počet stretnutí: 3 – 5 x 2VH

5/ Cesta k emocionálnej zrelosti

Preventívny skupinovo - poradenský program, ktorý je rozplánovaný do 10 tém.

1. Odkiaľ idem a kam smerujem ; 2. Závislosť na rodičoch vs. Osamostatňovanie;
- 3.Partnerské vzťahy; 4. Socializácia; 5. Ja ako budúci rodič; 6. Riešenie konfliktov
7. Konformita vs. zostať sám sebou; 8. Vydržať bolesť, strach a nezičlivosť osudu
9. Sympatia a súcit; 10. Radosť z dávania bez reciprocity

Program je zostavený tak, aby cvičeniami a modelovými situáciami ktoré ponúka, prispieval k postupnému uvedomovaniu si seba samého (sebauvedomeniu) a v nadväznosti na to ku skupinovému prežívaní najpodstatnejších znakov emocionálnej zrelosti.

Počet stretnutí: 10

