

## Temat: Profilaktyki uzależnień

### PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Uczestnicy siadają na krzesłach w kręgu. Prowadzący podczas „rundki” ustala co uczniowie zapamiętali z poprzednich zajęć. Krótco podsumowuje wyłuszczając najistotniejsze elementy.

Czas: 8 min.

2. „PIRAMIDA”

Każdy uczeń otrzymuje kolorowe pudełko. Wypisuje na nim swoje najważniejsze wartości, pragnienia, marzenia, cele (czas ok.3 min.). Następnie z tych pudełek uczestnicy budują „piramidę”. Nauczyciel bierze do ręki każdy kartonik i analizuje jego treść z grupą. Uczestnicy wspólnie relacjonują co z opisanymi wartościami, marzeniami robi alkohol, narkotyki (np.: szkoła- złe oceny, złe zachowanie, wagary; rodzina- awantury, kłótnie, brak pieniędzy). Po analizie kartonik odrzuca na bok. W ten sposób rozburzona zostaje budowla. Uczniowie mają odbudować ją na nowo, tak by wyglądała jak wcześniej. Dyskusja kierowana ( przykładowe pytania: czy jest możliwe by identycznie ją odbudować?, czy wymaga to trudu i wysiłku?).

Czas: 20 min.

3. DRAMA

Nauczyciel zaprasza 3 osoby chętne do udziału w ćwiczeniu. Prosi by jedna z nich opuściła salę i poczekała aż zostanie poproszona. Pozostałą część informuje, że mają się śmiać, robić miny, mogą się przemieszczać, robić figle. Zadaniem tych 2 osób chętnych jest trzymanie przesłony np.: bluzy, przed oczami osoby zza drzwi tak by nic nie widziała. Jeśli będzie chciała wyrzeć to należy jej to utrudnić.

Następnie scenka jest omawiana. Należy uwzględnić co czuła osoba za przesłoną, o czym myślała? W podsumowaniu stwierdza się iż właśnie tak czuje się osoba uzależniona. Ma wrażenie, że coś się dzieje poza nią, że jest w tym sam i chciałby wyjść ale jest to bardzo trudne.

Czas: 10 min.

4. Zakończenie – „TORBA”

Każdy z uczestników dostaje kartkę z narysowaną torbą, walizką, na której wpisuje odpowiedź na pytanie: Co zabieram z dzisiejszych zajęć?

Następnie po kolei przedstawiają swoje odpowiedzi. Karty zabierają ze sobą.

Czas: 7 min.