



spinacz online

PROGRAM PROFILAKTYCZNY DLA MŁODZIEŻY
W WIEKU OD 12 DO 15 LAT

**Kompleksowa
oferta realizacji**

Informacje ogólne

Program skierowany do:

- młodzieży w wieku od 12 do 15 lat.

Program „**Spinacz Online**” zbudowany jest na trzech filarach: profilaktyka, rozwój osobisty młodego człowieka, edukacja.

Jest to profilaktyka:

- cyberprzemocy (bycie ofiarą i sprawcą przemocy w Internecie),
- przemocy rówieśniczej (bycie ofiarą i sprawcą),
- uzależnienia od gier komputerowych,
- dysfunkcyjnego korzystania oraz uzależnienia od Internetu,
- higieny cyfrowej,
- anoreksji, bulimii.

Oprócz celów profilaktycznych program „Spinacz Online” ma za zadanie zadbać o rozwój młodych ludzi w następujących obszarach związanych z doradztwem zawodowym:

- techniki planowania czasu i codziennych zadań,
- rozwój kluczowych kompetencji społecznych,
- ochrony danych personalnych.

W czasie trwania programu „Spinacz Online”, młodzieży zostanie przekazana wiedza z zakresu zdrowia psychicznego dotycząca:

- budowania poczucia własnej wartości,
- empatii i dostrzegania potrzeb innych,
- umiejętności krytycznego myślenia, nauka asertywności,
- modyfikowania przekonań normatywnych,
- wzmacniania umiejętności skutecznego pokonywania zaistniałych trudności i przeciwności.

Program „**SPINACZ Online**” powstał z myślą o tym, by wesprzeć młodzież w okresie dorastania i wspólnie odpowiedzieć sobie na pytania z jakimi zagrożeniami lub możliwościami przyjdzie im się zmierzyć zarówno w świecie realnym jak i wirtualnym. Program promuje przemyślane wybory i planowanie ścieżki zawodowo-edukacyjnej. Wspiera młodych ludzi w rozwijaniu indywidualnych pasji i zainteresowań oraz kształtuje postawę konsekwentnego dążenia do osiągnięcia wymarzonych celów.

Przeście program

Program uczy zdrowego i mądrego stylu życia. „**SPINACZ Online**” pokazuje młodym ich ogromny **pozytywny potencjał** oraz możliwości jakie przynosi konsekwentna

praca nad rozwojem własnych **zainteresowań i pasji**. Mówi o tym, że Internet może być bezpiecznym miejscem pracy, edukacji i rozrywki pod warunkiem stosowania zasad bezpieczeństwa. Zachęca do planowania i rozwoju ścieżki kariery zawodowej już na poziomie szkoły podstawowej, a co więcej pokazuje w jaki sposób zrobić to efektywnie.

Badania

Zgodnie z raportem z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2015 r. (ESPAD) do korzystania z Internetu w ciągu ostatnich 7 dni przed badaniem przyznało się 95,7% gimnazjalistów. Uczniowie gimnazjum największą aktywność wykazują w mediach społecznościowych, takich jak Facebook, Twitter lub Skype – codziennie korzysta z nich 60,7% badanych. Co trzeci badany gimnazjalista twierdzi, że spędza za dużo czasu w tych mediach, również co trzeci badany jest zdania że jego rodzice uważają, że poświęca na tę aktywność za dużo czasu, a prawie co szósty ma zły humor, jeśli nie ma dostępu do tych mediów.

Z kolei raport z badania sfinansowanego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii „Młodzież 2018” pokazuje, że jeśli chodzi o życiowe dążenia młodzieży to najczęściej wskazywana jest miłość i przyjaźń, udane życie rodzinne oraz posiadanie dzieci, a także ciekawa praca zgodna z zainteresowaniami. Dwie piąte badanych jako cel wyznacza sobie zdobycie ciekawej pracy – zgodnej z zainteresowaniami, jedna trzecia aspiruje do osiągnięcia wysokiej pozycji zawodowej, a pięciu na stu badanych myśli o rozpoczęciu własnej działalności gospodarczej.

W raporcie. „Etat w sieci. Młodzież a ekrany w czasie pandemii” przeprowadzonym przez Fundację Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii (maj – czerwiec 2020 r.) dowiadujemy się, że ponad połowa ankietowanych uczniów przed ekranem tkwiła między 8 a 10 godzin dziennie, ponad połowa nastolatków ma problemy ze snem, co zwiększa podatność na depresję. Niepokojące jest, że 40% nastolatków zauważa u siebie objawy uzależnienia od nowych mediów.

Sposób przekazu treści

W programie **„Spinacz Online”** wykorzystany jest cały wachlarz różnorodnych metod pracy z grupą. Są to udźwiękowane prezentacje multimedialne, krótkie filmiki, ćwiczenia praktyczne i muzyka. Humor przeplata się z poważnymi treściami w sposób, który daje młodzieży chwile wytchnienia i odreagowania. Program składa się z 3 części każda trwa ok 45 minut, pomiędzy częściami są przerwy. Spotkania realizujemy na platformie ZOOM, w przypadku potrzeby pracy na innej platformie prosimy o kontakt w celu konsultacji możliwości wykorzystania jej w naszej pracy.

Koszt pojedynczej realizacji programu

Realizacja do 90 uczniów + rodzice: 2500,00* zł brutto

* w przypadku zamówienia większej ilości realizacji cena ustalana indywidualnie.

Kontakt

Pracownia Profilaktyki Andrzej Koc

tel. 501 830 123,

e-mail: wychowaniewdialogu@gmail.com