

Preventivní program Dej si taky #dikynechci

Základní informace o programu:

Úroveň provádění: všeobecná prevence

Oblast zaměření: primární prevence

Cílová skupina: 6.-7. ročník ZŠ a víceletých gymnázií

Forma: Specifická prevence: Prevence užívání alkoholu, tabákových a nikotinových výrobků. Prostřednictvím prožitkové pedagogiky program formuje postoje v afektivní rovině a rozvíjí klíčové kompetence - zejména sociální, personální a občanské.

Délka programu: 100 min

Poskytovatel: Centrum podpory veřejného zdraví, SZÚ

Popis programu

Moderní interaktivní hra „Dej si taky #dikynechci!“ se zaměřuje na prevenci závislosti na alkoholu, tabákových a nikotinových výrobcích. Program upozorňuje na rizika spojená s užíváním těchto látek a podněcuje žáky k zamyšlení se nad reálnými situacemi, se kterými se mohou setkat v každodenním životě. Dále podporuje schopnost skupinové kooperace a kritického myšlení žáků. Zasahuje do kognitivní i psychomotorické roviny, ale zejména se orientuje na formování postojů v rovině afektivní. Cílovou skupinou jsou žáci 6. - 7. tříd základních škol a víceletých gymnázií. V programu se pracuje s celým třídním kolektivem, který je pomocí barevných náramků náhodně rozdělen do 5 skupin. Každá skupina pracuje se sérií pracovních listů a pod dohledem lektora společně plní jednotlivé úkoly na stanovištích. Na každém stanovišti se žáci seznamují s velmi realistickým příběhem jednoho člena party, který má zkušenost s některou z legálních návykových látek. V závěru hry se žáci pomocí indicií dostávají k tajemnému předmětu, který společně otevírají. Následně mají žáci možnost vymyslet, jak se daří jednotlivým členům party v dospělosti. Po skončení programu probíhá zpětná vazba a vyhodnocení pracovního listu.

Východiska programu

Utváření a postupně rozvíjet klíčové kompetence patří ke stěžejnímu cíli základního vzdělávání v České republice a tvoří neopomenutelný základ žáka pro vstup do života a do pracovního procesu. Program Dej si taky! #dikynechci podněcuje žáky k zamyšlení se nad reálnými životními situacemi, se kterými se mohou setkat v každodenním životě a rozvíjí tak klíčové kompetence - zejména sociální, personální a občanské. Program prostřednictvím prožitkové pedagogiky formuje postoje v afektivní rovině. Prožitková pedagogika klade důraz na aktivitu studentů a staví výchovné procesy především na vlastním prožitku a jeho následném využití pro osobnostní růst.

Hlavním principem je využití zážitku ze hry k předem stanoveným cílům. V tomto programu se jedná o cíl snižování počtu dětí začínajících užívat legální návykové látky. Využívána je taktéž výuková metoda „Učení v životních situacích“, jejímž cílem je pozorováním druhých, konfrontací osobních zkušeností se zkušenostmi jiných, uvědomováním si vlastních postojů a chování atd. Program žákům také pomáhá hledat vzájemné souvislosti, tříbit si argumenty pro a proti a tím budovat kritické myšlení. Pokud žák lépe rozumí tomu, jak věci doopravdy fungují, dokáže dělat adekvátnější rozhodnutí. V neposlední řadě je podporována vzájemná kooperace žáků, kteří nejsou rozděleni do skupin dle svých preferencí, nýbrž náhodně, což podporuje vzájemnou spolupráci napříč celým kolektivem.

Cíle programu

Cílem programu je prostřednictvím prožitkové pedagogiky formovat postoje v afektivní rovině a rozvíjet klíčové kompetence - zejména sociální, personální a občanské. Dále podporovat schopnost skupinové kooperace a kritického myšlení žáků. Program se primárně zaměřuje na snižování počtu dětí začínajících užívat alkohol, tabákové a nikotinové výrobky pomocí zvyšování informovanosti žáků o těchto návykových látkách.

Cílová skupina

Cílovou skupinou programu jsou žáci 6.–7. tříd základních škol, popřípadě příslušných ročníků víceletých gymnázií.

Časová struktura

Časová dotace programu je dvě vyučovací hodiny včetně přestávky (cca 100 min).

- Úvod a rozdělení žáků do skupin - 10 minut
- Společná práce na stanovišti - 15 minut
(celkem na všech stanovištích 75 minut)
- Diskuse a zpětná vazba - 15 minut

Obsah programu

Popis jednotlivých stanovišť

DAVID

David rád hraje fotbal nebo tráví čas se svou partou. Na jeho stanovišti je představena situace, kdy mu byla nabídnuta cigareta. Žáci se rozhodují za Davida a vyplňují související úkoly v pracovním listu. Nejen, že pomohou Davidovi vymyslet, jak odmítnout cigaretu, ale dozví se i jiné negativní dopady kouření.

ADRIANA

Adriana je kuřačka. Dokonce kouří doma s rodiči. Toto stanoviště reflektuje, jak ovlivňuje kouření zevnějšek člověka a předkládá další rizika kouření včetně onemocnění CHOPN (chronická obstrukční plicní nemoc). Dále je nastíněno, kolik stojí cigarety a kolik peněz takový kuřák prokouří za rok.

SÁRA

Sára měla už v dřívějším věku nepříjemnou příhodu s alkoholem. Na stanovišti žáci postupně odkrývají, co se stalo a jaké to mělo pro Sáru a její okolí následky. Pozornost je věnována mimo jiné nebezpečným alkoholovým challenges a dopadům užívání alkoholu na organismus člověka.

MATYÁŠ

Matyáš už nějakou dobu používá elektronickou cigaretu. Podle návodů od známého youtubera zkouší různé triky. I přes přísný zákaz triky s párou předvádí ve škole, a tak se dostane do problémů. Toto stanoviště žáky upozorňuje na zdravotní rizika užívání elektronických cigaret a zahřívání tabáku.

ROMAN

Roman tráví hodně času v Shisha baru, kam zve i své kamarády. Nikdo z nich si neuvědomuje rizika spojená s kouřením vodní dýmky, dokud Roman nezačne mít problémy na tréninku. Kromě vodní dýmky jsou také představena zdravotní rizika užívání nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku.

ZÁVĚR

Po absolvování všech stanovišť a sesbírání skrytých symbolů žáci nachází tajemný předmět - kufřík. Pomocí šifry jej otevírají a získávají obálky. Zde mají možnost vymyslet, jak se daří jednotlivým členům party v dospělosti. Následuje zpětná vazba a vyhodnocení pracovního listu po skončení hry. V ideálním případě navazuje i diskuze k tématu.

Personální nároky

Program může být realizován lektorem pouze po absolvování jednodenního kurzu v metodice Dej si taky! #dikynechci (8 hodin).

Pro celou akci je potřeba 5 osob, z toho 4 zaškolení moderátoři a jeden organizátor programu, kteří pracují na celkem 5 stanovištích.

Organizátorem programu je osoba s ukončeným alespoň středoškolským vzděláním, která má kvalitní vědomosti a zkušenosti v problematice prevence závislostí a získala certifikát na podkladě absolvování zácviku v programu "Dej si taky! #dikynechci. Organizátor zodpovídá za personální výběr, kvalifikační předpoklady a zaškolení

jednotlivých moderátorů. Za zácvek organizátorů jsou odpovědny garanti programu. Organizátory mohou být adiktologové, lékaři a nelékařští zdravotní pracovníci, pracovníci pedagogicko- psychologických poraden, kontaktních a krizových center a pracovníci nevládních organizací.

Moderátorem programu je osoba odborně způsobilá, trestně bezúhonná a proškolená organizátorem v metodice programu. Za jeho zácvek zodpovídá organizátor projektu.

Kontraindikace (omezení)

Program by dále neměl být prováděn nevyškolenými osobami. V případě nesprávného užívání programu (změny v metodice, záměna pomůcek) nelze zaručit jeho efektivitu.

Evaluace

Vzhledem k zaměření na téma návykových látek lze doporučit nástroje detekující prevalenci a incidenci tohoto typu rizikového chování u dané cílové skupiny. Dále lze evaluovat přijetí programu ze strany žáků pomocí dotazníku, který je součástí programu. Obdobným způsobem lze sledovat spokojenost pedagogů, případně i ostatních pracovníků školy.

Materiální požadavky

Pro realizaci je potřeba mít k dispozici dostatečné množství pracovních listů a barevných náramků pro rozřazení do skupin. Dále je třeba mít připravené zadání úkolů na jednotlivých stanovištích a pomůcky včetně anatomických modelů.

Seznam pomůcek pro jednotlivá stanoviště:

DAVID

- 2x papírová krabice (černá a zelená)
- Plíce kuřáka a plíce nekuřáka
- Balíček toxického dehtu
- Sada modelu „Ponoř, pokaz!”
- Fotbalový míč

ADRIANA

- Model ročního množství dehtu
- Model hlenu
- Model obličeje kuřáka
- Sklenice s nedopalky (2x)
- Brčka

MATYÁŠ

- Zařízení IQOS + náplně
- Elektronická cigareta + náplně
- Reprodukční

SÁRA

- Poštovní schránka
- Model alkoholů

- Alkoholové brýle

ROMAN

- Vodní dýmka a příslušenství
- Balení nikotinových sáčků
- Balení žvýkacího tabáku
- Trezor na číselný kód

Prostorové požadavky

Nejčastější místo pro realizaci programu je běžná třída s možností přesouvání stolů a židlí. Z lavic se vytvoří 5 samostatných stanovišť s 4-5 židlemi okolo. Jednotlivá stanoviště by měla být v dostatečné vzdálenosti tak, aby se účastníci navzájem nerušili. V ideálním případě by měl být ve třídě umístěn dataprojektor pro promítnutí prezentace s instrukcemi.

Požadavky na supervizi

Součástí programu je jedno online skupinové intervizní setkání lektorů programu s autory metodiky a organizátory programu. Setkávání slouží především ke sdílení, předávání a hodnocení zkušeností z praktického vedení programu ve školách. Časová dotace setkání jsou 2-3 hodiny. V případě potřeby ze strany lektorů je možné toto setkání opakovat.

Ověření efektivity programu

V současné chvíli probíhá závěrečná fáze pilotního testování programu v terénu. Pro zpětnou vazbu lektorů je využíván dotazník určený žákům.

Návaznosti / vhodné kombinace

Program kombinuje zdravotní, výchovné i sociální témata. Je vhodné na tuto problematiku navázat ve v předmětu Výchova ke zdraví a dalších společenskovedních předmětech.

Formy podpory

Po ukončení pilotní realizace programu budou kontaktováni odborníci na problematiku legálních návykových látek (adiktologové, lékaři,...), aby poskytli recenzi a podporu tohoto programu.

Realizátor

Název organizace: Státní zdravotní ústav

Adresa: Šrobárova 48/49, Praha 10, 100 00

Internet: www.szu.cz

Autoři a garanti programu:

Mgr. Monika Rosová (monika.rosova@szu.cz)

Mgr. Petra Kamarádová (petra.kamaradova@szu.cz)