

## **ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

«Προληπτική Νοσηλευτική Ψυχικής Υγείας Σχολικού Συστήματος».

| Τάξη         | Μαθητές                                                                 | Εκπαιδευτικοί               | Γονείς                            |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| Β' Γυμνασίου | 3 συναντήσεις Χ<br>2 διδακτικές<br>περιόδους ανά<br>σχολικό έτος        | 2 συναντήσεις στο<br>σύνολο | 2 συναντήσεις ανά σχολικό<br>έτος |
| Γ' Γυμνασίου | 3 συναντήσεις Χ 2<br>διδακτικές<br>περιόδους ανά<br><u>σχολικό έτος</u> | 2 συναντήσεις στο<br>σύνολο | 2 συναντήσεις ανά σχολικό<br>έτος |

Ομάδα στόχος: Μαθητές/τριες Β΄ και Γ΄ Γυμνασίου

Ενδιάμεσες ομάδες στόχος: Εκπαιδευτικοί — Γονείς των μαθητών/τριών

### **Ομάδα στόχος: Μαθητές/τριες**

Σκοπός: Πρόληψη ή αναχαίτιση της χρήσης ουσιών και άλλων επιβλαβών συμπεριφορών  
Αναμενόμενα Αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση των εργαστηρίων οι μαθητές/τριες:

- να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν ψυχοπιεστικούς παράγοντες και παράγοντες επικινδυνότητας ως προς τη χρήση ουσιών
- να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν συναισθήματα
- να αναπτύξουν και να χρησιμοποιούν δεξιότητες επικοινωνίας και αυτοεπιβεβαιωτικής συμπεριφοράς
- να κατανοήσουν τους μύθους και τις αλήθειες σχετικά με τις ουσίες
- να είναι ενήμεροι για τις πηγές βοήθειας στην κοινότητα

### **Ενδιάμεση ομάδα στόχος: Γονείς**

Ομάδες βιωματικού χαρακτήρα με την αξιοποίηση μεθόδων αλληλεπίδρασης, με σταθερό αριθμό συμμετεχόντων και προκαθορισμένο αριθμό συναντήσεων. Κυριότεροι στόχοι:

- η βελτίωση της επικοινωνίας μέσα στην οικογένεια
- η υποστήριξη των γονέων στο ρόλο τους
- η αναγνώριση πρώιμων ενδείξεων σχετιζόμενων με την χρήση ουσιών
- η απόκτηση γνώσης σχετικά με τις ουσίες

### **Ενδιάμεση ομάδα στόχος: Εκπαιδευτικοί**

Ομάδες βιωματικού χαρακτήρα με την αξιοποίηση μεθόδων αλληλεπίδρασης, με σταθερό αριθμό συμμετεχόντων και προκαθορισμένο αριθμό συναντήσεων.

Κυριότεροι στόχοι:

- η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση των εκπαιδευτικών για τον ρόλο του σχολείου και του εκπαιδευτικού στην πρόληψη της ουσιοεξάρτησης
- η αναγνώριση πρώιμων ενδείξεων σχετιζόμενων με την χρήση ουσιών
- η απόκτηση γνώσης σχετικά με τις ουσίες

| <b>Β' Γυμνάσιου</b> | <b>Μαθητές/τριες</b>                                    | <b>Εκπαιδευτικοί</b>                                                              | <b>Γονείς</b>                       |
|---------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
|                     | <b>1<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          | <b>1<sup>η</sup> συνάντηση</b>                                                    | <b>1<sup>η</sup> συνάντηση</b>      |
|                     | Αυτοεκτίμηση<br>Έκφραση<br>Συναισθημάτων                | Εξαρτήσεις και<br>πρόληψη                                                         | Εξαρτήσεις και πρόληψη              |
|                     | <b>Μαθητές/τριες</b>                                    | <b>Εκπαιδευτικοί</b>                                                              | <b>Γονείς</b>                       |
|                     | <b>2<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          | <b>2<sup>η</sup> συνάντηση</b>                                                    | <b>2<sup>η</sup> συνάντηση</b>      |
|                     | Αλκοόλ Μύθοι και<br>Αλήθειες                            | χαρακτηριστικά<br>χρήσης ουσιών<br>στην εφηβεία /<br>προστατευτικοί<br>παράγοντες | Επικοινωνία / Ενεργητική<br>ακρόαση |
|                     | <b>3<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          |                                                                                   |                                     |
|                     | Πίεση<br>Συνομηλίκων<br><br>Διεκδικητική<br>Συμπεριφορά |                                                                                   |                                     |
| <b>Γ' Γυμνασίου</b> | <b>Μαθητές/τριες</b>                                    |                                                                                   | <b>Γονείς</b>                       |
|                     | <b>1<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          |                                                                                   | <b>1<sup>η</sup> συνάντηση</b>      |
|                     | Επίλυση<br>Συγκρούσεων                                  |                                                                                   | Οι συγκρούσεις στην<br>οικογένεια   |
|                     | <b>2<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          |                                                                                   | <b>2<sup>η</sup> συνάντηση</b>      |
|                     | Ουσίες Εθισμός<br>και Εξάρτηση                          |                                                                                   | Χρήση ουσιών στην<br>εφηβεία        |
|                     | <b>3<sup>η</sup> συνάντηση</b>                          |                                                                                   |                                     |
|                     | Προσωπικές<br>αξίες<br><br>Πηγές βοήθειας               |                                                                                   |                                     |