

В рамках реализации проекта «Слоним – здоровый город» на 2024–2026 годы и информационно-образовательной акции «Сохраним здоровье».

27 февраля 2024 года совместно со Слонимским районным отделением Республиканского общественного объединения «Матери против наркотиков», в учреждении образования "Слонимский государственный колледж" среди 20 учащихся по принципу «равный обучает равного» проведено мероприятие «Профилактика вредных привычек и злостности».

Цель мероприятия была: помочь подростку найти себя в жизни, развить умения и желание познавать новое, заниматься любимым делом, чтобы вредные привычки никогда не стали проблемой для него и его близких.

Вредные привычки – термин, характеризующий такой образ жизни, при котором человек осознанно наносит вред своему здоровью, занимаясь определёнными вещами, приносящими приятные ощущения. Особенно это характерно для подростков, которые ещё развиваются и не имеют чётко выработанных принципов. Профилактика вредных привычек – ряд мероприятий, которые должны проводиться в школе и других учебных заведениях, а также в семье. Ведь бороться с уже сложившимся образом жизни, даже если он несёт серьёзный вред, намного сложнее, чем предотвратить появление опасных влечений. Да и не все знают, насколько это вредно.

С помощью игры «Четыре угла», правила игры: каждому предлагалось выбрать утверждение из цепочки, делая тот или иной выбор. Сделав выбор, необходимо пройти в тот угол, который соответствует сделанному выбору. Обмен мнениями, аргументами по сделанному выбору проводится очень оперативно (по каждому выбору – 2-3 минуты). Далее предлагается сделать следующий выбор, вновь организуется коммуникация. (Пример цепочек: Вредные привычки: курение, скверные слова, алкоголь, опаздывать. Наркотики: зависимость, эйфория, смерть, проба. Алкоголь: пиво, дурман, одиночество, веселье.)

Самые активные участники игры были награждены.

Чтобы жить счастливой и здоровой жизнью, необходимо раз и навсегда отказаться от того, что может негативно повлиять на вас и вашу семью.

Психолог отделения ОЗиСГМ Е.И. Буглак

