**KAMPANIA ZACHOWAJ TRZEŹWY UMYSŁ 2021**

***W poszukiwaniu szczęścia…***

**DIAGNOZA PROBLEMU**

„Ludzie są na tyle szczęśliwi, na ile sobie pozwolą.” Te słowa Abrahama Lincolna stanowią niezwykle celną odpowiedź na pytanie: Dlaczego jestem nieszczęśliwy?. Pytanie to zadaje sobie wielu ludzi, bez względu na wiek. Oznacza to, że jest ono jak najbardziej aktualne również w stosunku dzieci i młodzieży. Ludzie często postrzegają szczęście w kategoriach daru od losu, daru, który możemy otrzymać, ale na który nie mamy wpływu. Tymczasem szczęściu należy nie raz dopomóc. Niekiedy należy je po prostu zauważyć, docenić, albo odnaleźć.

Sytuacja epidemiczna w ubiegłym roku szkolnym 2019/2020 zmusiła placówki oświatowe do przejścia na pracę zdalną. W obecnym roku szkolnym również możemy spodziewać się zawieszania zajęć lekcyjnych lub nauki w trybie hybrydowym. W efekcie oznacza to dla uczniów zarówno izolację społeczną i tęsknotę za rówieśnikami, jak i poczucie osamotnienia.

Tegoroczna propozycja kampanii Zachowaj Trzeźwy Umysł zawiera zestaw scenariuszy zajęć oraz kart pracy z uczniami, które mogą być wykorzystane podczas lekcji stacjonarnych oraz w nauczaniu zdalnym.

Naszym celem będzie zwrócenie uwagi na szczęście jako stan, który może się przejawiać w różnych aktywnościach życia codziennego. Poszczególne zadania zostały tak dobrane, aby umożliwić uczniom doznawanie i przeżywanie radosnych, pozytywnych emocji przy jednoczesnym doświadczaniu pozytywnej atmosfery pracy. Badania pokazują, że troska o prawidłowy rozwój psychofizyczny oraz budowanie poczucia wewnętrznego szczęścia są jednymi z ważnych czynników chroniących przed zachowaniami ryzykownymi (eksperymentowaniem z alkoholem lub innymi substancjami zmieniającymi nastrój).

KLASA 1-3

Na poziomie klas 1-3 zajęcia koncentrują się na uświadomieniu uczniom ich własnych emocji i tego, że każdy człowiek dąży do bycia szczęśliwym.

KLASA 4-6

Dla uczniów klas 4-6 zadania koncentrują uwagę na bazę jaką daje dom i pozytywne więzi rodzinne, tak ważne w czasie pandemii. Baza ta ułatwia poszukiwanie, dążenie do szczęścia.

KLASA 7-8

Dla starszych uczniów przygotowaliśmy dialog pomiędzy poczuciem własnej wartości i pozytywnym działaniu, ułatwiający dążenie do celu. Posiadanie takiego zaplecza ułatwia funkcjonowanie w grupie, a środowisko rówieśnicze - na tym etapie - ma duży wpływ na życie nastolatków.

„W poszukiwaniu szczęścia …”to kampania skupiająca się na budowaniu kompetencji, rozwiązywaniu problemów wśród uczniów, znajdujących się na różnym etapie rozwojowym. Natomiast dla rodziców stanowi kompendium wiedzy, jak radzić sobie z trudnymi stanami emocjonalnymi przeżywanymi przez dzieci w sytuacji izolacji społecznej, spowodowanej pandemią koronawirusa.

**CELE KAMPANII**

Cele:

* budowanie poczucia własnej wartości u dzieci i młodzieży,
* kształtowanie umiejętności dostrzegania własnych zalet i mocnych stron,
* doznawanie pozytywnych emocji,
* motywowanie do osiągania założonych celów,
* minimalizacja ryzyka zachowań ryzykownych (eksperymentowania z alkoholem lub innymi substancjami zmieniającymi nastrój).

Zawartość pakietu:

* Karty pracy dla uczniów
* Plakaty edukacyjne
* Materiały edukacyjne dla nauczycieli (scenariusze zajęć)
* Materiały dla rodziców
* Konkursy indywidualne i zespołowe dla uczniów

**Karty pracy**, zawierają ćwiczenia i zadania, dostosowane do wieku odbiorcy. Ułatwiają zapoznanie i zapamiętanie treści przekazywanych w kampanii. Treści te dotyczą samopoznania, poczucia własnej wartości oraz doznawania pozytywnych emocji, jako kompetencji potrzebnych w warunkach sytuacji trudnych, jak np. pandemia COVID-19.

**Materiały dla rodziców** będą zawierały wskazówki dotyczące odkrywania mocnych stron własnego dziecka oraz sposobów budowania w dziecku poczucia własnej wartości. Wskażą konkretne sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami dzieci, jakich mogą doświadczać w sytuacji izolacji społecznej wywołanej pandemią COVID-19.

Adresaci kampanii:

* uczniowie klas 1-3, 4-6, 7-8 szkoły podstawowej
* nauczyciele
* rodzice.

**WAŻNE INFORMACJE**

Szczegółowa oferta kampanii **Zachowaj Trzeźwy Umysł 2021** w formie papierowej trafi do Państwa jak zwykle **na początku listopada**. Jednak już teraz można za pomocą załączonego formularza zgłaszać udział samorządu do kolejnej edycji.

Cena kampanii nie uległa zmianie i wynosi podobnie jak w ubiegłym roku **2952 PLN brutto (1476 PLN brutto za pół pakietu)**. W cenę zostały wliczone już koszty przesyłki.

Przystępując do tegorocznej kampanii samorządy, które uczestniczyły w niej również w roku szkolnym 2019/2020 (w poprzedniej edycji), otrzymują możliwość bezpłatnego udziału w **Ogólnopolskiej Diagnozie Społecznej Uczniów (wraz z wynikami lokalnymi).** Pozostałe samorządy, które chciałyby z tej możliwości skorzystać prosimy o kontakt z naszym biurem.

**AUTORZY**

Autorami kampanii ZTU 2021 są specjaliści z poznańskiej Pracowni Psychologiczno-Pedagogicznej „Behaviour”, zajmującej się pomocą psychologiczno-pedagogiczną dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli.

**KONTAKT**

Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych  
ul. Grochowska 45a, 60-277 Poznań  
NIP 782-21-84-952  
FAKS (61) 855 33 83

Marketing i sprzedaż: Tomasz Bednarek  
Telefon komórkowy: 501 187 460  
Telefon stacjonarny: (61) 855 33 81  
E-mail: ulotkiprofilaktyczne@gmail.com