

Program profilaktyki uzależnień behawioralnych „Gra profilaktyczna CUDER”

Informacje o projekcie

Oś działania	Ministerstwo Zdrowia, Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii
Nazwa działania	Realizacja działań profilaktyczno-edukacyjnych wśród dzieci i młodzieży w zakresie zagrożeń związanych z nadużywaniem komputera i internetu.
Województwo	Małopolskie
Gmina	Zielonki
Nazwa beneficjenta	STOWARZYSZENIE ROZWOJU GMINY ZIELONKI
Czas trwania projektu	Od 2014-10-09 do 2014-12-30
Cel projektu	<p>Celem programu jest przeciwdziałanie zagrożeniom behawioralnym płynącym z nadużywania komputera, w szczególności internetu i gier sieciowych, obniżenie wieku inicjacji alkoholowej, przeciwdziałanie narkomanii, wykluczenie sięgania po dopalacze oraz wzmocnienie czynników chroniących uczniów przed szeroką gamą zewnętrznych zagrożeń. Program na bazie gry „CUDER” wprowadza pojęcia 5 sfer człowieka, jako nierozzerwalnej i harmonijnej całości: ciała, umysłu, ducha, emocji i relacji. Główne wartości, na których zbudowany jest program to: prawda, miłość i wolność.</p> <p>Główne strategie profilaktyczne wykorzystane w programie: uświadomienie konieczności harmonijnego rozwoju człowieka, obniżenie poziomu napięć wśród uczniów, wprowadzenie mody na radość i rozwój. „CUDER” pobudza do zastanowienia się nad wartościami życia i wyraźnie wzmacnia chęć poszukiwania jego sensu, a także znacznie wzmacnia refleksyjność wśród uczestników.</p>
Zakres projektu (działania)	<p>Realizacje: Podczas 21 realizacji program został przeprowadzony w 22 szkołach podstawowych na terenie Województwa Małopolskiego.</p> <p>Uczestnicy: Programem objęta została grupa dzieci, ich rodzice oraz nauczyciele w liczbie: 1839 dzieci 1249 rodziców 472 nauczycieli</p> <p>Wiek: 9 lat – 17 10 lat – 152</p>

	<p>11 lat – 709 12 lat – 814 13 lat – 125 14 lat – 2 38 lat nauczyciel - 1</p> <p>Płeć: Kobiety – 905 Mężczyźni – 915</p> <p>Ewaluacja: Program został wysoko oceniony zarówno przez biorące w nim udział dzieci jak i przez pedagogów i rodziców. Podsumowaniem każdej realizacji było przeprowadzenie ankiety ewaluacyjnej. Ankiety wypełniło: 1839 uczniów, z czego 19 nie nadawało się do analizy.</p>
<p>Opis projektu</p>	<p>Współcześnie coraz większym problemem zarówno dla diagnostów, terapeutów jak i dla profilaktyków są „uzależnienia behawioralne”. O patologicznym używaniu komputera i Internetu można mówić w przypadku, gdy mamy do czynienia z intensywnym korzystaniem z tego medium (70-80% czasu wolnego), upośledzeniem kontroli zwłaszcza czasu spędzanego przed komputerem, szukaniem społecznego uznania poprzez korzystanie z komputera, co może prowadzić do izolacji społecznej w normalnych kontaktach (upośledzenie zdolności interpersonalnych w świecie realnym), czy nawet immersji czyli zatraceniu się w świecie wirtualnym i braku umiejętności rozgraniczenia go ze światem realnym. Konsekwencje wynikające z takich zachowań mogą być zarówno somatyczne (nadwaga, problemy z kręgosłupem, problemy z oczami), psychiczne (depresja, fobie społeczne) oraz społeczne.</p> <p>Projekt zakłada przeprowadzenie w każdej szkole dużego mitingu z uczniami klas V i VI, podczas którego wprowadzona zostaje gra planszowa, jako sposób na spędzanie wolnego czasu poza światem wirtualnym oraz pokazane zostają sposoby na racjonalne i bezpieczne korzystanie z komputera i internetu. Każda klasa obecna na spotkaniu otrzymuje grę planszową i wraz z trenerem oraz wychowawcą udaje się na warsztaty praktycznego wykorzystania tego narzędzia. Integralną częścią projektu są spotkania z wychowawcami i nauczycielami oraz rodzicami uczniów, w czasie których zwrócona zostaje uwaga na zagrożenia związane z komputerami i internetem oraz jak rozpoznawać sygnały ostrzegawcze o podnoszącym się ryzyku uzależnienia. Uczestnicy spotkania otrzymują ulotkę. Pokazane zostaną również sposoby na aktywizację młodych ludzi, którzy przedkładają świat wirtualny i relacje tam nawiązywane nad związki zawierane w świecie realnym.</p>
<p>Opis projektu</p>	<p>Dodatkowo wychowawcy zostają poinstruowani przez trenerów jak w najefektywniejszy sposób wykorzystywać grę profilaktyczną w przyszłości.</p> <p>Podczas spotkań z każdą z grup (uczniowie, rodzice, wychowawcy i nauczyciele) przeprowadzone zostały ankiety ewaluacyjne połączone z badaniem poziomu zagrożeń w danej szkole i społeczności. Szkoła otrzyma raport opisujący sytuację w placówce, co pozwoli na lepsze dopasowanie dalszych</p>

działań. Wyniki badania zagrożeń przekazane zostały do Krajowego Biura Przeciwdziałania Narkomanii.

Do obejrzenia:

[FILM 1 Gra profilaktyczna Cuder](#)

[FILM 2 Gra profilaktyczna Cuder](#)

www.cuder.pl

Wartość całkowita projektu (zł)	76 051,53
Dofinansowanie ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych będącego w dyspozycji Ministra Zdrowia (zł)	60 000,00
Udział własny beneficjenta (zł)	16 051,53