

I. Proponowany program oferuje 2 spotkania w formie wykładów oraz dwa spotkania w formie warsztatowo-wykładowej, całość uzupełniona jest konsultacjami indywidualnymi.

4 godzinne spotkanie wykładowe: „Nadażyć za dzieckiem – uzależnienia i zagrożenia w pigułce” – skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej oraz gimnazjum;
3 godzinne spotkanie wykładowe: „Multimedia – zawsze czy nigdy?” – czyli jak kształtować kontakt dziecka z multimediami – skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej;

4 godzinne spotkanie warsztatowo-wykładowe: „Netoholizm a moje dziecko” skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej oraz gimnazjum i ma na celu dobytek wiedzy dotyczącej rozpoznawania sygnałów nadużywania internetu uzależnienia, poznanie metod i narzędzi zapewniających dziecku bezpieczne korzystanie z komputera i Internetu, rozwój umiejętności rozmowy interwencyjnej

4 godzinne spotkanie warsztatowo-wykładowe „Rozmawiać i zdążyć – komunikacyjne rodzicielskie zamieszanie” – czyli warsztat kompetencji wychowawczych.

Uczestnicy projektu po każdym spotkaniu otrzymają bezpłatne materiały edukacyjne, które zostaną przygotowane przez specjalistów przed rozpoczęciem projektu. Zostanie stworzonych 4 komplety materiałów edukacyjnych, zgodnych z tematyką spotkań.

II. Cele te realizowane będą poprzez następujące działania:

1. Przeprowadzenie 3-godzinnego wykładu edukacyjnego: „Nadażyć za dzieckiem – uzależnienia i zagrożenia w pigułce” – skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej oraz gimnazjum; Wykład będzie prowadzony przez dwóch prowadzących.

Dzięki uczestnictwu w wykładzie uczestnicy dowiedzą się

- Jakie są rodzaje uzależnień;
- Poznają podział na uzależnienia chemiczne i nie chemiczne, a także rodzaje uzależnień najczęściej występujące wśród dzieci i młodzieży;
- Rodzaje uzależnień;
- Jakie są objawy uzależnienia od komputera, od telefonu, od aplikacji, od gier, od telewizji, od jedzenia;
- Zależności w wieku dziecka i uzależnień, na jakie może być narażone;
- jakie leki i inne środki farmakologiczne obecne w domowych apteczkach i dostępne w aptekach bez recepty są używane i nadużywane przez dzieci i młodzież.
- Poznają definicję czynników chroniących;
- czym są uzależnienia krzyżowe
- jakie bywają uzależnienia krzyżowe u młodzieży (uzależnienie od narkotyków, dopalaczy, alkoholu, leków nasennych, seksu, kradzieży itp.).
- jakie zagrożenia niosą za sobą media: Internet, telewizja, reklamy i inne uzależnienia,
- jakie są czynniki ochronne;

2. Przeprowadzenie 3-godzinnego wykładu edukacyjnego: „Multimedia – zawsze czy nigdy?” – czyli jak kształtować kontakt dziecka z multimediami – skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej i dzieci w wieku gimnazjum; Wykład będzie prowadzony przez dwóch prowadzących.

Dzięki spotkaniu warsztatowo-wykładowemu uczestnicy dowiedzą się:

- w jakim zakresie i z jakimi multimediami mają do czynienia dzieci i młodzież;
- zapoznają się z objawami uzależnienia od multimediiów;
- poznają aplikacje, używane przez dzieci i młodzież;
- poznają bezpieczne ramy korzystania przez dzieci z Internetu i innych multimediiów;
- rozumieją zagrożenia związane z nadmiernym korzystaniem z multimediiów;
- poznają różnice między korzystnym korzystaniem a szkodliwym korzystaniem z sieci;

3. Przeprowadzenie 4 godzinnego spotkania warsztatowo-wykładowego: „Netoholizm a moje dziecko” skierowane do rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej oraz gimnazjum.

Dzięki spotkaniu warsztatowo-wykładowemu uczestnicy dowiedzą się:

- zdobędą wiedzę dotyczącą rozpoznawania sygnałów nadużywania Internetu
- poznają definicję uzależnienia od Internetu,
- poznanie metod i narzędzi zapewniających dziecku bezpieczne korzystanie z komputera i Internetu,
- rozwiną umiejętności rozmowy interwencyjnej.
- Poznają sieć pomocy osobom uzależnionym od Internetu;

4. Przeprowadzenie 4 godzinnego spotkania warsztatowo wykładowe „Rozmawiać i zdążyć – komunikacyjne rodzicielskie zamieszanie” – czyli warsztat kompetencji wychowawczych. Spotkanie warsztatowo-wykładowe składać się będzie z 2 godzin wykładu i 2 godzin warsztatu. Zajęcia będą prowadzone przez 2 prowadzących.

Dzięki spotkaniu warsztatowo-wykładowemu uczestnicy dowiedzą się:

- jak skutecznie się porozumiewać,
- jak prawidłowo słuchać i przekazywać jasne komunikaty,
- jak odczytywać emocje i jak je komunikować,
- jak sprawić, aby dziecko czuło się bezpiecznie rozmawiając z rodzicem – partnerstwo relacji rodzic – dziecko.

Spotkania pozwolą skonfrontować posiadaną wiedzę rodziców i opiekunów z fachową wiedzą i doświadczeniem profesjonalnie przygotowanych terapeutów. Na spotkaniu warsztatowo-wykładowe złożą się: wykłady teoretyczne oraz warsztaty prowadzone w aktywnej formie tj. ćwiczenia indywidualne i grupowe.

5. Stworzenie materiałów edukacyjnych dla rodziców, których celem będzie podsumowanie oraz uzupełnienie wiedzy zdobytej podczas wykładów i spotkań warsztatowych. W proponowanym zadaniu powstanie 4 odrębne komplet materiałów edukacyjnych dostosowanych do tematyki konkretnego spotkania

6. Przeprowadzenie 20 konsultacji indywidualnych dla rodziców dzieci w wieku szkoły podstawowej i gimnazjum. Konsultacje indywidualne będą przeznaczone dla rodziców biorących udział w wykładach i spotkaniach warsztatowo-wykładowych oraz do ich dzieci. Będą obejmowały tematykę projektu.

III. Badania dotyczące ryzyka wystąpienia uzależnień behawioralnych dowodzą, że dzieci i młodzież bez wątpienia są na nie narażone. Dotyczy to w szczególności zachowań ryzykownych związanych z hazardem, komputerem i Internetem czy kompulsywnymi zakupami.

Dane pochodzące z Raportu „Młodzież 2013” dostarcza również danych dotyczących ryzyka uzależnienia związanego z nadmiernym korzystaniem z komputera i Internetu. Analiza wyników badań pochodzących z Raportu wskazuje, że dość częste występowanie poszczególnych symptomów nadmiernego korzystania z sieci, które może prowadzić do uzależnienia, wyraźnie zwiększa się wraz z czasem spędzonym on-line.

Z kolei z raportu badań Ewy Krzyżak Szymańskiej Pokolenie digital natives i nałogowe używanie technologii cyfrowych 20 % respondentów przynajmniej kilka razy w tygodniu jest niewyspana ponieważ siedzi do późna w nocy w Internecie. 70% badanych dostrzega negatywny wpływ czasu spędzanego w sieci na ich wyniki w nauce, (przy czym 34 % wskazuje, że dzieje się tak rzadko).

35 % uczniów co najmniej kilka razy w tygodniu podejmuje aktywności w sieci kosztem realizacji obowiązków domowych, a 12% z nich ma z tym problem każdego dnia. Ponadto 60 % uczniów z większą lub mniejszą częstotliwością gra w różnego rodzaju gry. Z Internetu jako źródła gier korzysta 495 badanych tj. 59% ogółu (z tego 60 % chłopców i 40 % dziewcząt). Z konsoli do gier korzysta 365 osób tj. 44% uczniów (z tego 54% chłopców i 46 % dziewcząt). Według deklaracji uczniów na telefonie gra 674 osoby tj. 81% respondentów ? (z tego 46 % chłopców i 54% dziewcząt).

Przedstawione wyżej dane potwierdzają, że warto kierować różnego rodzaju działania do rodziców dzieci i młodzieży. Dzięki edukacji rodziców i ich zaangażowaniu stwarzamy możliwość kształtować i rozwijać czynniki chroniące przez popadaniem w zachowania ryzykowne związane z uzależnieniami od czynności. Wśród tych czynników chroniących należy wymienić m.in.: wiedzę na temat uzależnień behawioralnych, samoocenę i poczucie własnej wartości, pozytywne relacje z bliskimi, dorosłymi oraz rówieśnikami, umiejętności aktywnego spędzania czasu wolnego, zainteresowania. Rodzice, którzy potrafią wpływać na czynniki chroniące, potrafią zbudować z dzieckiem bezpieczną relacje a także wyłapać pierwsze symptomy uzależnienia są bardzo ważni w pierwszorzędowej profilaktyce uzależnień

Program został sformułowane w oparciu o diagnozę sytuacji związanej z ryzykownymi zachowaniami dzieci i młodzieży w związku z nadmiernym korzystaniem w komputera na podstawie obserwacji własnych realizatorów pracujących na co dzień z dziećmi i młodzieżą w szkołach na terenie całej Polski.