

היחידה לטיפול בנפגעי אלכוהול והימורים בעמותת "אפשר" מציעה מגוון פעילויות בתחום מניעת התנהגויות סיכוניות: אלכוהול, עישון, סמי פיצוציות, הימורים והמדיה (אינטרנט, פייסבוק ווטסאפ).

היחידה מעמידה לרשותכם צוות מרצים ומסבירים בעלי ניסיון עשיר בהסברה ובמניעה, ניסיון הכולל מתן הרצאות, הנחיית סדנאות, בניית תוכניות מניעה ועוד.

סוג הפעילות יותאם לצרכים המיוחדים של הגוף המזמין.

בכבוד רב,
נחום מיכאלי, עו"ס
מנהל היחידה

היחידה פועלת בשיתוף מלא עם השירות הפסיכולוגי הייעוצי של משרד החינוך

סדנאות-כ"ף

סדנה היא פעילות כיתתית או קבוצתית המועברת בצורה חווייתית תוך שימוש בסרטים, משחקי תפקידים, הפעלות ועוד. ניתן לקיים סדנה חד פעמית או סדרה של סדנאות.

סדנאות בנושא האלכוהול

מטרות

- הבנת ההשפעה, הנזקים והסכנות הטמונים בשתייה לא מבוקרת של אלכוהול.
- חיזוק האחריות האישית ויצירת מנגנוני הגנה ושליטה עצמית.
- מתן כלים להתמודדות עם מצבי פיתוי ולחץ חברתי.

תהליך העבודה

- מתן מידע עדכני על אלכוהול ותיקון מידע שגוי.
- הפעלה דינמית ודיון בנושאים המעסיקים את בני הנוער בהקשר לאלכוהול:
- לחץ חברתי
- הלשנה מול דיווח
- אלכוהול ואלימות
- אלכוהול ונהיגה
- אלכוהול ויחסים בין בנים לבנות.

ניתן לשלב בסדנאות

מפגש חווייתי עם נגמל

המציג בפני בני הנוער את עולם ההתמכרות והגמילה מנקודת מבטו ומניסיונו האישי הכואב.

תוכן הסדנאות מותאם לגיל המשתתפים.

סדנאות לכיתות ז-ו

סדנאות לתלמידים

הסדנאות לגילאים הצעירים עוסקות באורח חיים בריא, בפתויים העומדים בפתח וביכולת הבחירה להימנע משימוש בחומרים מזיקים.

סדנאות משותפות להורים ולתלמידים

הפעילות המשותפת להורים ולתלמידים מפורטת בהמשך העלון...

סדנאות לחטיבת הביניים

מטרות

- לתת מידע על הנזקים של שתיית אלכוהול בטווח הקצר ובטווח הארוך.
- להתייחס לדילמות כמו לחץ חברתי, אחריות, חברות וקבלת החלטות.
- לצייד את בני הנוער בכלים להתמודדות עם מצבי סיכון.

נושאים לסדנאות

למה או לא למה?

דילמות סביב בחירה ואחריות הקשורות לשתיית אלכוהול.

כמעט הכל על אלכוהול

מתן מידע על ההשפעות והנזקים של שתיית אלכוהול ותיקון של מידע קודם שגוי.

אבחן החברות

לספר? לשתף? להלשין? האלכוהול בתוך המירקם החברתי.

סדנאות לאיל התיכון

אלכוהול ואלימות

מקרי אלימות רבים בקרב בני נוער נעשים תחת השפעת אלכוהול. שתיית אלכוהול מסירה עכבות ומקצינה את ביטויי האלימות.

תהליך העבודה

בסדנה ישנה התייחסות לשאלות: "האם אני יכול להפוך לקורבן?" "האם אני יכול להיות התוקפן?" מה מאפיין התנהלות של בנים ושל בנות המובילה לאירוע אלים? כיצד אלכוהול משפיע על התפרצות האלימות וכיצד ניתן למנוע אותה?

במהלך הסדנה נעשה שימוש בסרטים, משחקי תפקיד, הפעלות ודיון.

אלכוהול ונהיגה

בני נוער וצעירים השותים בעת בילוי חברתי אינם ערים מספיק לסכנה שבנהיגה תחת השפעה. השילוב של האלכוהול, חוסר נסיונם כנהגים ואופיים כאנשים צעירים הופך לקוקטייל קטלני. הוכח שסדנאות ושיחות בנושא משפיעות על צעירים להימנע מנהיגה תחת השפעה.

תהליך העבודה

בסדנה דנים בהשלכות הגופניות והנפשיות של נהיגה תחת השפעת אלכוהול. המשתתפים בוחנים את תהליך קבלת ההחלטות שלהם תחת השפעת אלכוהול באמצעות משחקי תפקידים והמחזות.

אלכוהול ויחסים בין בנים לבנות

בגיל ההתבגרות בני הנוער מתחילים לחזר, לאהוב ולקיים חיי רגש אינטימיים. האלכוהול, הינו חומר המסיר עכבות והמשרה "תחושת ביטחון עצמי" תחת השפעת האלכוהול חיזור יכול להפוך לאלים. קיימת סכנה להיות קורבן לאלימות או להפוך לאלים.

תהליך העבודה

בסדנה ישנה התייחסות לשאלות: "האם אני יכול להפוך לקורבן?" "האם אני יכול להיות התוקפן?". מה מאפיין התנהלות של בנים ושל בנות המובילה לאירוע לא רצוי? ישנו מיקוד על שתייה מושכלת ועל הימנעות ממצבי סיכון.

סדנאות משותפות להורים ולתלמידים

ממחקרים עולה שהורים הם הדמויות המשפיעות ביותר על הרגלי השתייה של ילדיהם. שתיית אלכוהול של בני נוער אינה גזירת גורל, אלא תלויה במידה רבה במעורבות ההורים.

מטרת הפעילות:

- גיוס ההורים למעורבות ולקידוח אחריות בכל הקשור לשתיית אלכוהול של ילדיהם.
- יצירת ערוצי תקשורת חיובית בין הורים לבין ילדיהם.
- העלאת המודעות של בני נוער לאחריות הקשורה לשתיית אלכוהול.

מבנה הפעילות:

חלק ראשון: הרצאות מידע המועברות במקביל להורים ולבני הנוער.
חלק שני: סדנאות משותפות להורים וילדיהם במסגרת כיתתית.

תהליך העבודה בסדנאות:

- על ידי יצירת אווירה תומכת ומגינה, מתאפשר לקיים דיאלוג פתוח וכנה בין ההורים לבין ילדיהם בכל הקשור לשתיית אלכוהול.
- מתאפשר להורים להכיר את עולמם של ילדיהם ולהבין את הלחץ החברתי שמופעל עליהם.
- ילדים ניתנת אפשרות להכיר את הפחדים, החששות וההתלבטויות של הוריהם.

ההורים שהשתתפו בסדנאות מעידים שתחושת המסוגלות שלהם להתמודד עם בעיית השתייה של ילדיהם התחזקה ושהם גילו להפתעתם שילדיהם מצפים מהם להפעלת סמכות הורית, אם כי בדרכי נועם.

הילדים מעידים שנפתחה לפניהם אפשרות לתקשר באופן גלוי ופתוח יותר עם הוריהם.

הפעילות מתאימה לתלמידי ד' ועד יא' ולהוריהם