

## „Trening životnih vještina“

Odjel za zaštitu mentalnog zdravlja, prevencije i izvanbolničkog liječenja ovisnosti ZZJZ Šibensko-kninske županije organizira provedbu programa „Trening životnih vještina“ u Osnovnoj školi Jurja Dalmatinca i Osnovnoj školi Murterski škoki. Program podržavaju i financiraju Zavod za javno zdravstvo Šibensko-kninske županije, Ministarstvo zdravstva te Šibensko-kninska županija.

Živimo u složenom svijetu punom izazova i da bi se uspješno snalazili u raznim životnim situacijama, potreban nam je određen skup vještina. Nazivamo ih životnim vještinama. Škole su prepoznale važnost tih vještina koje su nužno potrebne za sretan, zdrav i uspješan život te vodeći se primjerom dobre prakse postajemo šesta županija (!) uključena u provedbu ovog znanstveno utemeljenog programa.

Trening životnih vještina je namjenjen učenicima 3., 4., 5., 6., i 7. razreda osnovne škole i sastoji se od 8-10 radionica za svaki razred. Autor ovog programa je Dr. Gilbert J. Botvin, a Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije je prilagodio program provedbi u Hrvatskoj, te ga uspješno provodi u svim osnovnim školama u toj županiji. **Program predstavlja primarnu prevenciju rizičnih ponašanja (pušenje, konzumacija alkohola, zlouporaba droga) te razvija samopouzdanje, samokontrolu, samopoštovanje, komunikacijske i socijalne vještine te vještine suočavanja sa stresom.**

Kroz ostvarivanje navedenih specifičnih ciljeva nastoji se smanjiti porast konzumiranja sredstava ovisnosti kod učenika od 6. prema 8. razredu i pomoći učenicima u razvijanju životnih vještina neophodnih za uspješno suočavanje s različitim životnim izazovima.

Za provođenje radionica su osigurani radni materijali za učenike i provoditelje, svestrana podrška i edukacija od strane djelatnika Odjela za zaštitu mentalnog zdravlja, prevencije i izvanbolničkog liječenja ovisnosti, medijska promocija programa, škola i djelatnika uključenih u program te, ono što je iznimno bitno za potvrdu učinkovitosti programa, program se može evaluirati.

# Trening Životnih Vještina

Program promocije zdravlja i osobnog razvoja



# TRENING ŽIVOTNIH VJEŠTINA

Program prevencije ovisnosti

