

# Warsztaty psychoedukacyjne "Wektory życia"

Warsztaty dla uczniów szkół ponadpodstawowych.  
Pozwalają młodzieży **ODKRYWAĆ** otaczający świat, lepiej  
**POZNAWAĆ** siebie i **WYZNACZAĆ** życiowe cele.

## Czym są wektory życia?

To zajęcia psychoedukacyjne służące kształtowaniu postaw prozdrowotnych i prorodzinnych, umożliwiające uczestnikom aktywne poszukiwanie odpowiedzi na pytania:

- Jaki wpływ na przyszłość mają dzisiejsze wybory?
- Jak osiągnąć dojrzałość do miłości?
- Jak i po co dbać o płodność oraz zdrowie prokreacyjne?
- Jak przygotować się do rodzicielstwa?
- Jak chronić się przed współczesnymi zagrożeniami?

## Jak są realizowane?

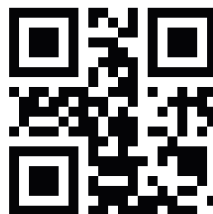
"Wektory Życia" to projekt realizowany w formie warsztatów psychoedukacyjnych, dla których przygotowano dwanaście różnorodnych scenariuszy. Bazują one na edukacyjnych grach i są wzbogacone o bogaty zestaw pomocy dydaktycznych, w tym aplikacje webowe. Warsztaty są prowadzone przez odpowiednio przygotowanych nauczycieli.

## Dlaczego warto nas wybrać?

Program otrzymał rekomendacje ekspertów w zakresie:

- merytoryczno-dydaktycznym  
- od dr hab. Marty Komorowskiej-Pudło;
- naukowym  
- od dr Emilii Lichtenberg-Kokoszki;
- medycznym  
- od dr. n. med. Radosława Bernarda Maksyma.

Zeskanuj  
i dowiedz się więcej!



# Pytania i odpowiedzi

## Dlaczego stworzono warsztaty?

Warsztaty to odpowiedź na potrzeby młodzieży dotyczące budowania stabilnych relacji, udanego życia rodzinnego i osobistego poczucia szczęścia - aspektów życia sygnalizowanych jako priorytetowe w systematycznie przeprowadzanych badaniach.

Program profilaktyczny "Wektory Życia" ma na celu kształtowanie umiejętności podejmowania odpowiednich decyzji dotyczących zdrowego stylu życia, sprzyjających zdrowiu prokreacyjnemu, a także na wsparcie młodzieży w przygotowaniu do przyszłych ról - małżeńskich i rodzicielskich.

## Co daje młodzieży uczestnictwo w zajęciach?

- Klimat sprzyjający refleksji dotyczącej miłości, wartości życia, seksualności, zdrowia prokreacyjnego, małżeństwa i rodziny.
- Możliwość zweryfikowania nieprawdziwych informacji na temat zdrowia prokreacyjnego uzyskiwanych od rówieśników lub w Internecie.
- Przestrzeń do kształtowania postaw i budowania hierarchii wartości.
- Pogłębienie relacji koleżeńskich i integrację zespołów klasowych.
- Doskonalenie kompetencji społecznych.

## Co zyskuje szkoła realizująca warsztaty?

- Program psychoprofilaktyczny, skonstruowany zgodnie z rekomendacjami specjalistów dotyczącymi obecnego stanu zdrowia psychicznego młodzieży,
- Wzbogacenie programu wychowawczo-profilaktycznego szkoły o działania zapobiegające uzależnieniom, podejmowaniu zachowań ryzykownych i depresji u uczniów,
- Przygotowanego do realizacji programu nauczyciela,
- Pomoce dydaktyczne do wielokrotnego wykorzystania.

## Jakie korzyści niesie program dla rodziców?

- Wsparcie w wychowaniu prorodzinnym i seksualnym.
- Bodziec do podjęcia z dziećmi rozmów na ważne życiowe tematy.
- Możliwość zacieśnienia i pogłębienia relacji rodzinnych i więzi z dzieckiem.
- Współdziałanie w zakresie ochrony dzieci przed podejmowaniem zachowań ryzykownych, mogących mieć wpływ na ich życie i zdrowie teraz i w przyszłości.

Zadanie 5.5. Świadome i odpowiedzialne rodzicielstwo - działania edukacyjne dla młodzieży szkół ponadpodstawowych finansowane ze środków budżetu państwa w ramach realizacji programu kompleksowego wsparcia dla rodzin "Za życiem".