

Lífsleikni



Heildræn nálgun í forvörnum

- Lífsstíl eða lífnaðarhætti má skilgreina sem þá hegðun sem endurspeglar ákveðin viðhorf og gildi einstaklinga eða hópa. Að jafnaði er auðveldara að hafa strax frá byrjun áhrif á viðhorf til hinna ýmsu lífnaðarháttanna, sem síðan móta hegðunina, heldur en að breyta eftir á þegar hegðunin er orðinn vani eða lífsstíll. Undir lífsleikni fellur m.a. ýmis áhættuhegðun, s.s. neysla löglegra eða ólöglegra vímuefna og tóbaks. Þessi áhættuhegðun er sérstaklega varhugarverð á uppvaxtarárum þegar nemendur eru að taka út andlegan og líkamlegan þroska á sama tíma eru þau að móta viðhorf og lífsstíl sín. Skólinn er hluti af því umhverfi sem hefur áhrif á viðhorf og hegðun ungs fólks og því mikilvægt að hann setji sér stefnu og viðmið fyrir þessa lífsstílstengdu þætti. Með skýrri stefnu og aðgerðaáætlun í skólum er hægt að hafa jákvæð áhrif á viðhorf til tóbaks, áfengis og annarra vímuefna og mögulega fækka í hópi þeirra nemandanna sem byrja að neyta þeirra.

Umfjöllun

- Árni Einarsson framkvæmdastjóri Fræðsla og forvarnir fjallaði um forvarnir í grunnskólum og fór yfir kennslustundir sem starfsfólk skóla getur notað.
 - <http://www2.lydheilsustod.is/fraedsla/namsefni/um-vimuefni/>
- Jóhanna Kristjánsdóttir verkefnisstjóri hjá Ráðgjöf í reykbíndindi kynnti Tóbakslaus grunnskóli.