

Droga Nauczycielko, Drogi Nauczycielu,

Wychowywanie i dbanie o dziecko wymaga zaangażowania wielu osób. Projekt edukacyjny „MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym” Fundacji UNAWEZA Martyny Wojciechowskiej kieruje swoje działania zarówno do młodych, jak również rodziców i opiekunów.

Z myślą o nich, wspólnie z Parenteen.pl, opracowaliśmy program wspierający umiejętności rodzicielskie, który ma pomóc w budowaniu i wzmacnianiu relacji rodzinnych.

Filmy szkoleniowe w ramach cyklu będą publikowane w każdy piątek. Wszystkie bezpłatne materiały można znaleźć na stronie mlodeglowy.pl w zakładce pn. „Kompendium wiedzy”, w sekcji „Jestem rodzicem” oraz w Aktualnościach.

Eksperci podkreślają znaczenie roli, jaką pełnią w procesie rozwoju dziecka rodzice i opiekunowie, oraz konieczność rozwijania szerokiego zakresu umiejętności rodzicielskich.

Te umiejętności obejmują efektywną komunikację między rodzicem/opiekunem a dzieckiem, zwiększanie ilości czasu spędzanego razem, rozumienie potrzeb dziecka, wspieranie jego rozwoju psychicznego, a także zarządzanie i monitorowanie dostępu do internetu, przy jednoczesnym zrozumieniu jego roli w życiu młodych ludzi.

Jesteśmy świadomi, że wsparcie rodziców i opiekunów jest kluczowe. Badanie poczucia własnej wartości i sprawczości MŁODE GŁOWY pokazuje, że właśnie do rodziców młodzi ludzie najczęściej zwracają się po pomoc (odpowiedziało tak 53,2% osób biorących udział w badaniu). Dlatego tak ważne jest, żeby młodzi, którzy nabywają nowe umiejętności podczas lekcji w ramach Programu Profilaktycznego „Godzina dla MŁODYCH GŁÓW”, w domu spotkali rodziców świadomych i gotowych do dialogu, zarówno merytorycznie, jak i emocjonalnie.

Oprócz działań profilaktycznych dla dzieci i młodzieży projekt MŁODE GŁOWY oferuje również inicjatywy, które mają na celu zachęcenie rodziców do aktywnego wsparcia i podniesienie ich kompetencji rodzicielskich.

Program wspierający dla rodziców opracowany został wspólnie z Parenteen.pl, organizacją, która zrzesza społeczność specjalistów i rodziców dorastających dzieci i nastolatków. Program ma na celu wsparcie rodziców przez cały rok szkolny, oferując im narzędzia, które mogą wspomóc ich w radzeniu sobie z wyzwaniami rodzicielskimi.

Co składa się na program wspierający umiejętności rodzicielskie?

1. FILMY SZKOLENIOWE

Czyli cykl 19 filmów szkoleniowych, który podejmuje najważniejsze i najbardziej aktualne tematy, w tym metody wsparcia dzieci w kryzysie, reagowanie na depresję i zaburzenia odżywiania u młodych ludzi, oraz sposoby pomocy dzieciom w przypadku rozwodu rodziców.

Filmy będą ukazywały się cyklicznie co tydzień, w każdy piątek.

2. PODCAST

Już 11.03 premiera specjalnego odcinka podcastu Madame Monday – po dorostem psycholożki i ekspertki projektu MŁODE GŁOWY Joanny Flis o wypaleniu rodzicielskim. Zaprosiliśmy do niego specjalistki Joannę Bylinkę (Parenteen.pl) i Aleksandrę Rodzewicz (MŁODE GŁOWY) oraz rodziców – Karolinę Malinowską i Rafała Szymańskiego, bohaterów kolejnej odsłony kampanii „MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym”.

3. WEBINARY

Ponadto, w każdym semestrze szkolnym organizowane będą webinary (łącznie 8), z których będą mogli skorzystać rodzice dzieci, które uczęszczają do szkoły podstawowej i ponadpodstawowej.

Pierwszy webinar – dla rodziców dzieci w klasach I-III – już 20 marca! W kolejnych tygodniach zaplanowane są również spotkania z rodzicami dzieci z klas IV-VI, VII-VIII i szkół ponadpodstawowych.

Wszelkie informacje o działaniach podejmowanych w ramach programu będą dostępne na stronie internetowej mlodeglowy.pl, naszych profilach w mediach społecznościowych, a także na kanałach Parenteen.pl.

Szkoły uczestniczące w Programie Profilaktycznym „Godzina dla MŁODYCH GŁÓW” będą otrzymywać informacje dotyczące programu wspierającego dla rodziców za pośrednictwem newslettera.

1. WSPARCIE EMOCJONALNE DZIECKA W RAMACH PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO „GODZINA DLA MŁODYCH GŁÓW”

Dla kogo:

Rodzice dzieci w Programie Profilaktycznym „Godzina dla MŁODYCH GŁÓW”

Opis:

Program „Godzina dla MŁODYCH GŁÓW” od kilku miesięcy realizowany jest w 1500 placówek w Polsce. Jak wesprzeć dziecko, które bierze udział w programie? Jaka jest w nim rola rodzica? Jak dodać rangi rodzicielstwu?

Specjalnie z myślą o rodzicach, których dzieci uczestniczą w programie, przygotowaliśmy nagranie, w którym wyjaśniamy, co leży u podstaw programu i jaki jest jego cel i jak towarzyszyć dzieciom i rodzicom w radzeniu sobie z wyzwaniami dzisiejszego, dynamicznie zmieniającego się świata. Posłuchaj rozmowy ekspertów: Justyny Żukowskiej-Gołębiowskiej i Joanny Bylinki.

[OBEJRZYJ](#)

2. CZYM JEST KRYZYS W WIEKU NASTOLETNIM?



Dla kogo:

Rodzice dzieci nastoletnich

Opis:

Wszechobecny stres, emocje, których nagle pojawia się bardzo dużo naraz. Presja związana ze szkołą, obowiązkami domowymi, relacjami romantycznymi i przyjaciółmi, czy wreszcie ta, którą młodzi ludzie sami na siebie nakładają – to wszystko może przyczynić się do kryzysu psychicznego. Posłuchaj rozmowy ekspertów.

Joanny Bylinki – psycholożki, konsultantki rodzicielskiej i dyrektorki Neufeld Institute Poland, Renaty Korolczuk – konsultantki rodzicielskiej, nauczycielki, tutorki, edukatorki oraz Janka Nizińskiego – współzałożyciela Parenteen.pl, nastolatka.

[OBEJRZYJ](#)

Misją działań projektu MŁODE GŁOWY jest nie tylko edukacja, ale również tworzenie społeczności, która oferuje wsparcie rodzicom w rozwijaniu kompetencji świadomego rodzica, a tym samym zadbanie o dobrostan swojego dziecka.

Kierujemy działania na skuteczne wzmacnianie dziecka w procesie stawiania się odpornym psychicznie, dojrzałym emocjonalnie i społecznie dorosłym.
DAJEMY RODZICIELSTWU MOCY!



O FUNDACJI UNaweza

Fundacja UNaweza została założona przez Martynę Wojciechowską w 2019 roku. Daje skrzydła podopiecznym poprzez wyrównywanie szans ekonomicznych, społecznych i prawnych.

Zapewnia dostęp do edukacji, opieki medycznej oraz spełnia marzenia. Pomaga w Polsce i na krańcach świata. Teraz skupia swoje działania również na młodych ludziach w ramach projektu „MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym”.

Słowo UNaweza pochodzi z suahili i po angielsku oznacza YOU CAN. MOŻESZ.
Każdy z nas może.
A razem możemy więcej.

MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym

Zainicjowany przez Fundację UNaweza Martyny Wojciechowskiej projekt MŁODE GŁOWY ma na celu normalizowanie sięgania po pomoc, rozwijanie u młodych ludzi poczucia sprawczości i wzmocnienie u nich poczucia własnej wartości. Cele te można osiągnąć tylko wtedy, gdy zaangażuje się w działanie zarówno młodych, jak i rodziców oraz nauczycieli. W ramach projektu Fundacja oddaje młodym głos, normalizuje sięganie po pomoc i dostarcza narzędzi potrzebnych do przewycięzania kryzysu psychicznego. Celem działań Fundacji jest uświadamianie młodym ludziom, czym jest pierwsza pomoc psychologiczna i dlaczego może ona uratować czyjeś życie.

Więcej informacji na stronie www.mlodeglowy.pl.