

## Podpora duševního zdraví dětí, rodičů a učitelů ovlivněných válkou na Ukrajině

### Anotace

Program je vytvořený Národním ústavem duševního zdraví ve spolupráci s UNICEF a WHO a je zaměřený na podporu **duševního zdraví dětí**, jejich rodičů a **učitelů** v souvislosti s integrací ukrajinských dětí na českých základních školách a s probíhající válkou na Ukrajině. Program je vytvořený na základě světové dobré praxe a adaptovaný odborníky v NUDZ na aktuální situaci v České republice. Reaguje na potřeby ukrajinských dětí, které prochází náročnou situací vzhledem k prožitým traumatům a nutností rychlé adaptace na změny v novém prostředí, ale zároveň zohledňuje potřeby celých školních kolektivů, tedy i českých dětí v souvislosti s jejich zhoršující se duševní pohodou a psychickou odolností.

### Aktuálně nabízíme

Účast na **jednodenním vzdělávacím semináři** pro učitele a další pedagogické pracovníky působící na 2. stupni ZŠ po celé ČR, ve kterých se vzdělávají ve zvýšené míře kromě českých i ukrajinské děti (případně další cizojazyčně mluvící děti). Cílem semináře je poskytnout **podporu učitelům** v náročné situaci, zlepšit jejich informovanost v tématech duševního zdraví, wellbeingu, sebezpečí o vlastní duševní zdraví. Zároveň seminář učitele prakticky připraví na **realizaci jednoduchých aktivit pro děti** ve věku 10-14 let ve třídách během vyučování, které přispějí k podpoře jejich duševního zdraví, prevenci duševních onemocnění a zlepší otevřenost v komunikaci při psychických potížích a potřebě vyhledat odbornou pomoc.

**Forma:** 1denní prezenční seminář (8hod.) spojený s praktickým nácvikem aktivit

**Komu je určen:** pedagog. pracovníci na 2. stupni ZŠ - učitelé, ředitelé, výchovní poradci, asistenti pedagogů, školní preventisté, školní psychologové

**Lektoři:** vyškolení spolupracovníci NUDZ (profesionálové z oblasti duševního zdraví: psychologové, psychoterapeuti, psychiatři, pedagog. pracovníci...)

**Cena:** ZDARMA

**Kapacita:** 20 účastníků na jeden seminář

**Místo a termín:** 20-30 seminářů v různých městech ČR v období únor-červen 2023 (upřesníme dle vaší preference a zájmu)

### Témata semináře

- Stresující události a jejich vliv na duševní zdraví
- Učitel na 1. místě (budování empatie, nastavování hranic, sebezpečí)
- Povědomí v oblasti duševního zdraví (socio emocionální vývoj..)
- Nervová soustava a stres
- Zvládání náročných situací a psychická odolnost
- Destigmatizace duševního zdraví a jak si říct o pomoc

### Další důležité informace:

Aby byla zaručena kvalita a sledován dopad, je celý program průběžně evaluován, podmínkou účasti je vyplnění dotazníku zpětné vazby.

Pro nezávazné přihlášení na seminář a získání konkrétní informace o termínech a místech konání semináře ve vašem okolí, vyplňte prosím, krátký kontaktní formulář, rádi se s vámi spojíme:

**MÁM ZÁJEM O VÍCE INFORMACÍ**

Pro více informací sledujte náš web:



### Co si účastník odnese:

- Teoretické informace a vhled do problematiky duševního zdraví
- Praktické dovednosti zvyšující vlastní sebezvědomí ve schopnost reagovat na náročné situace ve třídě i při pocitech směřujících k vyhoření
- Reálné kompetence v organizování aktivit pro děti během vyučování pro podporu duševní pohody, zvládání stresu a komunikaci při duševních potížích
- Materiály (manuály pro učitele, brožury pro děti v českém, ukrajinském a ruském jazyce)
- Destigmatizační video - motivace k vyhledání pomoci při potížích
- Kontakty na síť odborných služeb
- Možnost krátké konzultace s lektorujícím odborníkem

Kontakty na koordinátorky  
Slavomíru Pukanovou a  
Kateřinu Fibichovou:  
[dzda.UA@nudz.cz](mailto:dzda.UA@nudz.cz)

