



Nowe formy zagrożeń zdiagnozowane w czasie pandemii - zaproszenie do udziału w projekcie

2021-03-31

Korespondencja Wydziału Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego UMK skierowana do dyrektorów szkół z zaproszeniem do udziału w projekcie "Nowe formy zagrożeń zdiagnozowane w czasie pandemii".

Szanowni Państwo Dyrektorzy Szkół,

W ramach realizacji Programu poprawy bezpieczeństwa dla miasta Krakowa na lata 2018-2021 „Bezpieczny Kraków”, zapraszamy do udziału w **projekcie pn. „Nowe formy zagrożeń zdiagnozowane w czasie pandemii”** adresowanym do **40 szkół z miasta Krakowa**.

Obecna sytuacja na świecie jest czymś nowym, zaskakującym i frustrującym z wielu powodów. W czasie epidemii i konieczności pozostawania uczniów w domu większość ich potrzeb psychicznych nie jest zaspakajana. Potrzeba nauki zdalnej powoduje ograniczenia w kontaktach z rówieśnikami, a ograniczenia w wychodzeniu na zewnątrz czy pełnego korzystania z różnego rodzaju usług i rozrywek mogą wywoływać lęk i frustrację. Pojawiające się uczucie osamotnienia może powodować zaburzenia depresyjne u młodych ludzi.

Dlatego też w ramach programu "Bezpieczny Kraków" proponujemy Państwu spotkania w formie webinarów (zajęcia online) dla nauczycieli, rodziców i uczniów, których celem jest łagodzenie skutków pandemii i nauki zdalnej. W ramach projektu adresowanego do szkół podstawowych i ponadpodstawowych oferujemy spotkania:

- z uczniami – 2 godziny* dla 10 klas – razem 20 godzin,
- z rodzicami uczniów – 2 godziny,
- z Radą Pedagogiczną – 3 godziny.

Razem 25 godzin* w jednej szkole.

*dotyczy godzin dydaktycznych/lekcyjnych

Szczegółowy program webinarów:

Dzieci i młodzież - 10 klas		Rodzice uczniów	Nauczyciele
Zajęcia dla uczniów (1 godzina dydaktyczna) „Jak wspierać rówieśników, którzy znajdują się w kryzysie psychicznym”	Zajęcia dla uczniów (1 godzina dydaktyczna) „Depresja, wykluczenie, presja, cyberprzemoc”	Zajęcia dla rodziców (2 godziny dydaktyczne) „Depresje, myśli samobójcze i samookaleczenia wśród młodzieży - jak wspierać dzieci w kryzysie psychicznym”	Zajęcia dla Rad Pedagogicznych (3 godziny dydaktyczne) „Depresje, myśli samobójcze i samookaleczenia nastolatków - jak wspierać młodych w kryzysie



Założenia: Uczniowie wiedzą jak wesprzeć rówieśników znajdujących się w kryzysie psychicznym oraz gdzie uzyskać pomoc dla swoich rówieśników	Założenia: Uczniowie wiedzą, co to jest depresja, cyberprzemoc i wykluczenie oraz jak się przed nimi bronić. Wiedzą również jak oprzeć się presji internetowych patoinfluencerów.	Założenia: Rodzice potrafią rozpoznać niepokojące zachowania u swoich dzieci i wiedzą, jak wspierać dziecko z depresją, myślami samobójczymi czy samookaleczającymi się oraz gdzie uzyskać pomoc dla swoich dzieci. Mają też świadomość co robić, aby zmniejszyć prawdopodobieństwo wystąpienia depresji, myśli samobójczych i samookaleczeń u swoich dzieci.	psychicznym” Założenia: Nauczyciele wiedzą jak rozpoznać niepokojące zachowania oraz jak wspierać uczniów z depresją. Potrafią reagować na niepokojące zachowania i gdzie uzyskać pomoc dla uczniów z myślami samobójczymi i samookaleczającymi się
Treści: - Co może nas niepokoić w zachowaniu rówieśników? - Jak wesprzeć rówieśników znajdujących się w kryzysie psychicznym (co robić, czego nie robić)? - Gdzie można uzyskać pomoc, gdy widzę, że problem jest poważny?	Treści: - Czym jest depresja? - Bezpieczeństwo w internecie - jak się chronić przed cyberprzestępcą i wykluczeniem? - Internetowy patoinfluencing - jak się mu skutecznie opierać i chronić innych przed jego skutkami (odpowiedzialne udostępnianie treści)	Treści: - Depresja - jak rozpoznać niepokojące symptomy? - Jak skutecznie wspierać dziecko z depresją? - Jak pomóc dziecku z myślami samobójczymi i samookaleczającymi się? - Profilaktyka depresji, myśli samobójczych i samookaleczeń	Treści: - Jak rozpoznać symptomy depresji u uczniów? - Jak wspierać ucznia z depresją? - Skąd się biorą myśli samobójcze u dzieci i na nie reagować? - Skąd się biorą samookaleczenia nastolatków i jak na nie reagować? - Gdzie można uzyskać pomoc, gdy uczniowie znajdują się w kryzysie psychicznym?

Każda szkoła będzie indywidualnie umawiała się z trenerem na terminy najbardziej odpowiedni dla obu stron (realizacja kwiecień – czerwiec 2021 oraz wrzesień – grudzień 2021). Jeżeli będzie to możliwe trenerzy będą korzystać z platform do pracy zdalnej, które na co



**Magiczny
Kraków**

dzień są użytkowane przez szkoły. Zajęcia będą prowadzić doświadczeni trenerzy z wykształceniem pedagogicznym, psychologicznym, coachingowym oraz terapeutycznym.

Zgłoszenia przyjmowane będą do 9 kwietnia 2021r. do g. 23:59 [pod linkiem](#). udział w webinarach decyduje kolejność zgłoszeń (40-ści pierwszych szkół). Podpisany skan [deklaracji](#) udziału prosimy przesać do dnia **9 kwietnia 2021r.** na adres: oc.umk@um.krakow.pl

Zapraszamy do współpracy,
Wydział Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego UMK