

# Usposabljanje DUŠEVNO ZDRAVJE MLADIH

## za voditelje mladinskih skupin oz. voditelje skupin mladih



<http://skavti.si/dusevno-zdravje-mladih>

**ROK ZA PRIJAVE = 9.4.2019 (torek, teden pred usposabljanjem)**

Skavti in Inštitut Andrej Marušič vabimo na usposabljanje za voditelje skupin mladih. Usposabljanje je del pilotnega projekta, ki ga izvajamo v sklopu mreže Za zdravje mladih. Preleteli bomo pet področij duševnega zdravja ter se nekoliko bolj ustavili v t.i. šestem področju, ki smo ga poimenovali »meta pogled«. Le-ta zajema stiske in težave, s katerimi se voditelji soočamo pri vodenju mladih in skupinskem delu, še posebej v trenutkih, ko pridejo na vrsto težje in globlje tematike/programi/pogovori.

Udeležba na usposabljanju predvideva aktivno sodelovanje tudi po usposabljanju, in sicer, z konkretno izpeljavo praktičnega programa soočanja v skupini mladih, ki jo vi vodite oziroma, v kateri vi sodelujete.

### NUJNI PREDPOGOJI ZA PRIJAVO UDELEŽENCA

1. = **aktivno** delovanje v organizirani skupini mladih. Pred samim usposabljanjem udeleženci namreč prejmejo domačo nalogo, ki je priporočena za boljšo pripravo na usposabljanje - domačo nalogo izvedejo v svoji skupini skupaj z mladimi člani skupine. Po usposabljanju pa v tej isti skupini izvedejo program soočanja, ki poveže teoretično znanje s praktičnimi veščinami.
2. = **podpora** lastne organizacije/društva (udeleženci, ki bodo sprejeti na usposabljanje, bodo povabljeni, da se povežejo z mentorjem/koordinatorjem iz lastne organizacije; od lastne organizacije se pričakuje mentorsko podporo in kritje morebitnih finančnih stroškov pri izvedbi praktičnega dela v skupinah t.i. programov soočanja)
3. = **starost** od 18 let do 30 let

## LOGISTIKA

### Termin:

TOREK 16.4.2019 popoldne

Začetek ob 16:30 (pridite 5 minut prej)

Zaključek ob 20:30 (za prevoze se dogovorite od 20:45 naprej)

### Lokacija:

Ljubljana, Ulica Janeza Pavla II. 13 (Cukaletova dvorana)

### Stroški:

Usposabljanje je brezplačno (kotizacija, gradivo, predavatelji).

Stroške prevoza si krijejo udeleženci sami.

## PROGRAM IN VSEBINA

### Okvirna vsebina

1. Splošen pregled področij duševnega zdravja (samopodoba, čustva, stres in problemi, medosebni odnosi, internet in mediji)
2. "Meta pogled" na duševno zdravje – različni izzivi in dejavniki tako tveganja kot preventive, ki jih moramo kot mladinski voditelji imeti v mislih, veščinah in znanju.
3. Snovanje programa soočanja za vašo skupino.

### Pričakovanja s strani organizatorjev do udeležencev:

Vsak udeleženec bo povabljen k izvedbi takoimenovanega programa soočanja (karkoli v povezavi z zgoraj omenjenimi tematikami) v svoji skupini. Pričakuje se tudi aktivno komunikacijo z vodji projekta glede na potrebe (update-i, poročanje po izvedbi, mentorstvo).

### Mentorstvo in supervizija

V času od prvega mail obvestila o sprejetju na usposabljanje do zaključka programa soočanja je na voljo **mentorska podpora** s strani UP IAM, ZSKSS ter vaše domače organizacije (partner v ZZM 2.0) ter **možnost supervizije** s strani UP IAM.

Več informacij sledi po potrditvi termina in prijavi oz. najkasneje 1. 3. 2019

### Pripravljajo in izvajajo:

Sodelavci iz IAM (Inštitut Andrej Marušič) in sodelavci na projektu s strani ZSKSS.

Hvala in prijazen pozdrav!

Tina, Vita, Nuša, Urša in Maja, IAM

Urška, Barbara in Mateja, Skavti