**Zostań realizatorem wybranego programu profilaktycznego w swojej placówce**

**Oferta szkoleń dla nauczycieli z zakresu rekomendowanych programów profilaktycznych dot. zdrowia psychicznego dzieci**

* *I Ty możesz sprawić, że uczniowie w Twojej klasie, grupie będą potrafili dobrze i  konstruktywnie zarządzać swoimi skrajnie silnymi emocjami w różnych sytuacjach społecznych.*
* *Złość, gniew, frustracja, agresja, bunt, złe wybory, nieprzemyślane decyzje, negacja skąd znamy te stany, postawy i emocje? Z życia codziennego klasy, grupy…*
* *Nauczmy dzieci je opanowywać i właściwie nimi zarządzać. Jest to możliwe.*
* *Wystarczy wdrożyć przy pomocy pozyskanej wiedzy i zaoferowanych narzędzi sprawdzone i  rekomendowane programy profilaktyczne w swojej szkole, przedszkolu.*
* *My wiemy jak to zrobić i chętnie się podzielimy wiedzą i warsztatem. Pokażemy jak, będziemy wsparciem w  realizacji całego procesu.*

**Zapraszamy nauczycieli, wychowawców klas, pedagogów do udziału w wybranym cyklu szkoleń** w  ramach realizacji rekomendowanych programów profilaktycznych chroniących zdrowie fizyczne i psychiczne dzieci i młodzieży.

Wszystkie 3 oferowane programy prowadzone są przez certyfikowanego trenera, który zapewni Państwu pełne wsparcie merytoryczne i narzędziowe w trakcji realizacji zadań.

Udział w szkoleniach z zakresu w/w programów dostarczy kompetencji do realizacji wybranego programu umiejętności i wymiernych, sprawdzonych narzędzi do codziennej pracy z uczniami na  godzinach wychowawczych, zajęciach pozalekcyjnych i innych formach pracy z uczniem w sytuacjach kryzysowych związanych z decyzjami i emocjami uczniów.

Jeśli chcesz wziąć udział w cyklu szkoleń **do wybranego programu** oraz zostać **realizatorem i  ambasadorem programu profilaktycznego w swojej szkole**, **przedszkolu** skontaktuj się z naszym trenerem, nauczycielem konsultantem dr B. Roszak:

**ZGŁOSZENIA UDZIAŁU: Mail:** **roszak@cdn.leszno.pl****, oswiata@cdn.leszno.pl**

Istnieje możliwość refundacji lub dofinansowania kosztów szkolenia przez lokalną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

 **Opis programów:** 

**1. Przyjaciele Zippiego**

międzynarodowy program promocji zdrowia psychicznego dla dzieci w wieku **5-9 lat**, który kształtuje i  rozwija umiejętności psychospołeczne u małych dzieci.

Jego celem jest rozwój samoregulacji emocji, umiejętności komunikacyjnych i psychospołecznych, które są warunkiem dobrego funkcjonowania dziecka w grupie i klasie oraz radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i  kryzysowymi, w tym własnymi silnymi emocjami.

**Nauczyciel otrzymuje:**

* bogaty pakiet materiałów do prowadzenia zajęć, w tym karty pracy dla uczniów;
* narzędzia i umiejętności do prowadzenia zajęć z dziećmi w obszarze regulacji emocji, radzenia sobie z  tzw. „trudnymi emocjami”, kształtowania umiejętności lepszego funkcjonowania w  grupie, klasie;
* znaczącą poprawę atmosfery w klasie oraz umiejętność efektywnego reagowania na sytuacje konfliktowe związane z brakiem kontroli emocji u uczniów
* wsparcie certyfikowanego trenera programu.

**Uczeń pozyskuje:**

* umiejętności radzenia sobie z tzw. „trudnymi emocjami”,
* narzędzia i sposoby do opanowania sytuacji kryzysowych,
* zasoby do lepszego budowania sieci kontaktów społ. w klasie, grupie, a w dalszej konsekwencji akceptację grupy, klasy.

Realizacja programu obejmuje **24** spotkania szkoleniowe. Zawarte w nim treści merytoryczne są  zgodne z  podstawą programową i dostosowane do wieku rozwojowego dziecka.

Koszt dla uczestnika programu wraz z materiałami wynosi **600 zł.**

Cena uwzględnia koszt pakietu materiałów oraz odstępne honorarium dla autora programu.



**2. Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej**

Podstawowym założeniem programu jest przekonanie, że warunkiem do sukcesu i osiągniecia dobrostanu jest inteligencja emocjonalna. To program, który rozwija w dzieciach w **wieku 8-12** lat podstawowe umiejętności psychospołeczne oraz przygotowuje do samodzielnego radzenia sobie w  trudnych sytuacjach życiowych wzmacniając jednocześnie odporność na przeciwności losu oraz stres.

Realizacja programu obejmuje **16 godzin szkoleniowych**. Program składa się z **10 części** tematycznych. Każda z nich obejmuje **3 spotkania/45 min**. Zawarte w programie treści są zgodne z  Podstawą programową oraz dostostosowane do wieku rozwojowego dziecka.

Program składa się z 10 części:

Część 1. APTECZKA SKARBÓW – jak leczyć rany duszy?

Część 2. OPTYMIZM - myśl pozytywnie, wtedy jest łatwiej!

Część 3. PRZYJAŹŃ – okazuj miłość i przyjaźń!

Część 4. KREATYWNOŚĆ - ucz się całe życie, odkrywaj i wzmacniaj swoje talenty!

Część 5. WYTRWAŁOŚĆ - nie poddawaj się, sukces w życiu to bieg na długi dystans!

Część 6. ZDROWIE FIZYCZNE - dbaj o zdrowie i ćwicz codziennie – to poprawia samopoczucie!

Część 7. SZCZEROŚĆ - nie komplikuj niepotrzebnie swojego życia!

Część 8. ŻYCZLIWOŚĆ - próbuj zrozumieć i wspierać innych!

Część 9. WDZIĘCZNOŚĆ - okazuj wdzięczność za wszystko, co cię spotyka!

Część 10. MARZENIA - ustanawiaj cele dla siebie i podążaj za marzeniami!

**Nauczyciel otrzymuje:**

* bogaty pakiet materiałów do prowadzenia zajęć, w tym karty pracy dla uczniów;
* Materiały dla nauczyciela i uczniów; tj. Teczka i pudełko Apteczki, Zeszyty tematyczne do każdej z 10 części programu (30 scenariuszy dla nauczycieli), Zeszyt metodyczny, Wskazówki dla nauczycieli – Recepta dla nauczyciela
* narzędzia i umiejętności do prowadzenia zajęć z dziećmi w obszarze regulacji emocji, radzenia sobie z  tzw. „trudnymi emocjami”, kształtowania umiejętności lepszego funkcjonowania w  grupie, klasie;
* znaczącą poprawę atmosfery w klasie oraz umiejętność efektywnego reagowania na sytuacje konfliktowe związane z brakiem kontroli emocji u uczniów
* wsparcie certyfikowanego trenera programu.

**Uczeń pozyskuje:**

* umiejętności radzenia sobie z tzw. „trudnymi emocjami”,
* narzędzia i sposoby do opanowania sytuacji kryzysowych,
* zasoby do lepszego budowania sieci kontaktów społ. w klasie, grupie, a w dalszej konsekwencji akceptację grupy, klasy.

Koszt uczestnictwa w programie wynosi dla uczestnika **600 zł.** Cena uwzględnia koszt pakietu materiałów oraz odstępne honorarium dla autora programu.

Program w marcu 2019 roku został wpisany na **listę programów profilaktyki i promocji zdrowia** psychicznego, uzyskując rekomendacje KBPN, PARPA i ORE.



**3. Heroic Imagination Projekt (HIP)**

**Projekt Bohaterskiej Wyobraźni**

to międzynarodowy program edukacyjny autorstwa P.G. Zimbardo; prof. Uniwersytetu Stanforda, psychologa społ. HIP to gotowe, dostosowane do ucznia interwencje psychologiczne zawarte w  opracowanych atrakcyjnie i  dostosowanych do poziomu ucznia scenariuszach. To wiedza i  kompetencja, która pozwala podejmować dobre, wyważone, świadome, odważne decyzje i czyny dnia codziennego, chroniące: dobro, zdrowie i życie człowieka. Program szerzy ideę bohaterskiej wyobraźni, która pozwala człowiekowi podejmować działania chroniące zdrowie swoje i innych. Program rozwija i  kształtuje postawy, które pozwalają dostrzegać niebezpieczne zjawiska tj. wykluczenie, defaworyzacja, konformizm i uprzedzenia i zastępować je empatycznym współodczuwaniem. Uczestnictwo uczniów w programie pozwala ograniczyć zachowania tj. mobbing, bullying,na rzecz tych oczekiwanych i prospołecznych.

**Nauczyciel otrzymuje:**

* bogaty pakiet materiałów do prowadzenia zajęć, w tym karty pracy dla uczniów;
* narzędzia i umiejętności do prowadzenia zajęć z dziećmi w obszarze regulacji emocji, radzenia sobie z  tzw. „trudnymi emocjami”, kształtowania umiejętności lepszego funkcjonowania w  grupie, współodczuwania, oraz poszukiwania w sobie zasobów własnych,
* znaczącą poprawę atmosfery w klasie oraz umiejętność efektywnego reagowania na sytuacje konfliktowe związane z odważnymi decyzjami, postawami, które wspierają zachowania prospołeczne,
* wsparcie certyfikowanego trenera programu.

**Uczeń pozyskuje:**

* umiejętności radzenia sobie z tzw. „trudnymi emocjami”, decyzjami i postawami,
* narzędzia i sposoby do opanowania sytuacji kryzysowych, podejmowania właściwych decyzji,
* zasoby do lepszego budowania sieci kontaktów społ. w klasie, grupie,
* zasoby do ochrony własnego zdrowia psychicznego,
* umiejętność właściwego reagowania na kwestię związaną z przemocą rówieśniczą.

Koszt uczestnictwa w programie wynosi dla uczestnika **600 zł.** Cena uwzględnia pakiet materiałów oraz honorarium odstępne dla autora programu.

 Nie zwlekaj, dobra i przyjazna atmosfera w klasie, grupie to komfort pracy i rzecz bezcenna.

 Od tego wszystko się zaczyna Czekamy na Ciebie

**ZGŁOSZENIA UDZIAŁU: Mail:** **roszak@cdn.leszno.pl****, oswiata@cdn.leszno.pl**