**Porozumění světu našich dětí – průvodce pro rodiče – série přednášek**

**V dnešní době čelíme bezprecedentnímu nárůstu úzkostí, depresí a sebevražedných tendencí u mladistvých. Alarmující výzkum Národního ústavu duševního zdraví z tohoto roku odhaluje, že až 40 % žáků devátých tříd trpí střední až těžkou depresí, přičemž 30 % z nich vykazuje příznaky úzkosti, s výraznějším dopadem na dívky. Vědomi si této krize, připravila MČ Praha 4 se spolkem Krav Maga sérii pěti přednášek s hlavními lektory Linky Bezpečí zaměřených na prevenci a zlepšení duševního zdraví našich dětí. Tyto interaktivní přednášky jsou navrženy tak, aby poskytly rodičům nejen hlubší porozumění problémům, kterým jejich děti čelí, ale také praktické nástroje pro jejich včasnou intervenci a podporu.**

Samotný workshop bude veden hlavními lektorkami Linky Bezpečí, které mají bohaté zkušenosti s řešením široké škály krizí dětí a mladých lidí. Linka Bezpečí je největší organizací svého druhu s více než 30letou praxí a ročně se na ni obrátí několik set tisíc klientů.

Celá série přednášek je navržena tak, aby nám všem - rodičům, učitelům a instruktorům – pomohla lépe porozumět realitě, kterou naše mládež prožívá, a jak je můžeme efektivně vybavit pro zvládání výzev dnešní doby. Program nebude zaměřen čistě na jeden typ problémů, jako je např. sebepoškozování, ale cílem bude vytvořit kompletní přehled o aktuálních problémech dětí, pochopit jejich dynamiku a nastíní i nejefektivnější přístupy k řešení těchto situací.

Akce se uskuteční ve ScioŠkole Nusle. Na každé přednášce bude pro děti účastníků zajištěno profesionální hlídání, aby se rodiče mohli plně soustředit na obsah a diskuzi, což jistě ocení především matky samoživitelky. Cílem je, aby přednášky byly přístupné co nejširšímu publiku. I proto je spolek plánuje streamovat pro online účastníky a těm ostatním alespoň poskytnout záznam z přednášek.

**Termíny a témata jednotlivých přednášek:**

* 22.2. - Co řeší naše děti (17-20 hod)
* 21. 3. - Dorothe Trassl (DE)
* 18. 4. - Jak vést laskavý rozhovor s dětmi
* 16. 5. - Jak rozvíjet emoční odolnost u dětí
* 13. 7. - Dynamika sebepoškozování a sebevražedných tendencí

**Místo konání:**

ScioŠkola Praha Nusle

Boleslavova 250/1,

140 00 Praha 4 - Nusle

Na březnovou přednášku se organizátorům podařilo zajistit světoznámou psycholožku Dorothe Trassl. Se svou rodinou několik let žila v Jižní Africe a pracovala jako terapeutka a poradkyně v charitativní organizaci. Zde byla denně konfrontována s beznadějnými situacemi a traumaty lámajícími srdce. Její vášní bylo vždy pomáhat svým klientům v uzdravování a osvobozování se. Věnuje se práci se skupinami žen a podporuje programy, které posilují postavení žen ve společnosti.

**Akci můžete navštívit osobně, zároveň bude také streamovaná online.**

Pro přihlášení k **osobní účasti**prosíme přejděte [ZDE](https://www.krav-maga.cz/Kalendar-akci/Akce/Workshop-Co-resi-nase-deti%E2%80%9D-osobni-ucast-22-02).

Pro přihlášení k **online účasti**prosíme přejděte [ZDE](https://www.krav-maga.cz/Kalendar-akci/Akce/Workshop-Co-resi-nase-deti%E2%80%9D-online-22-02-2024).

Více informací a přihlášku na jednotlivé přednášky najdete na webové stránce spolku Krav Maga: <https://www.krav-maga.cz/Kalendar-akci/Akce/Workshop-Co-resi-nase-deti%E2%80%9D-22-02-2024>