



## ZAPROSZENIE



**Zapraszamy  
na otwarte webinarium o bezpłatnym, skutecznym (sprawdzonym  
w międzynarodowych badaniach naukowych), unikatowym, internetowym  
narzędziu psychoedukacyjnym **iFightDepression**  
dla uczniów OD 15 roku życia!**

### **Dla kogo?**

Dla wszystkich Nauczycieli – Nauczycieli przedmiotów, Nauczycieli-specjalistów oraz innych zainteresowanych osób dorosłych pracujących w instytucjach oświatowych (szkołach, poradniach psychologiczno-pedagogicznych, w tym specjalistycznych), z uczniami w wieku OD 15 roku życia.

### **Za co, za ile?**

Bezpłatnie. Za to, że chcesz pomóc swoim uczniom, że poświęcisz swój cenny czas i uwagę!

### **Jakie korzyści dla Nauczycieli i Uczniów?**

Nauczyciele uczniów w wieku od 15 roku życia mogą bezpłatnie otrzymać od Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej internetowe ogólnoeuropejskie narzędzie do pracy własnej z uczniami od 15 r.ż.

Narzędzie **nie zastępuje leczenia, ale może towarzyszyć zdrowieniu**. Rozszerzamy zasięg narzędzia psychoedukacyjnego iFightDepression i kierujemy je do nauczycieli. Powodem jest przedłużająca się trudna sytuacja uczniów z Ukrainy uczących się w Polsce i niemający kryzys zdrowia psychicznego już wcześniej odzwierciedlający się w polskich szkołach.

Narzędzie można przełączać z języka polskiego na ukraiński, angielski i inne języki.

Narzędzie iFightDepression pomaga Nauczycielom w rozmawianiu o trudnościach uczniów.

Może być przydatne w pracy nauczyciela, który chce aktywnie odpowiadać na przejawy kryzysu zdrowia psychicznego w swoim środowisku i sprzyjać zdrowiu uczniów.

Może być wykorzystywane przez nauczycieli we współpracy z nauczycielami-specjalistami.

Zachęcamy również do korzystania z iFightDepression jako elementu profilaktyki w szkolnych gabinetach psychologicznych i pedagogicznych.

W skład narzędzia wchodzi zestaw warsztatów (do samodzielnej pracy ucznia, online)!

Zostało potwierdzone w badaniach, iż warsztaty iFightDepression wspomagają zdrowie psychiczne uczniów, w tym łagodzenie objawów depresji.

Jest to odpowiednik książki, ale podanej w cyfrowej formie przyjaznej dla użytkownika. Można pracować z iFightDepression w klasie z uczniami, zasięgając opinii szkolnych nauczycieli-specjalistów.

Wymagane kompetencje do podstawowego korzystania z materiałów iFightDepression w środowisku szkolnym nie są duże.

Podstawowy poziom trudności w korzystaniu z narzędzia obejmuje opowiedzenie o nim, założenie uczniom kont i gotowość do rozmowy z uczniami podczas godziny wychowawczej albo do zorganizowania lekcji z pedagogiem i psychologiem.

**Warsztaty** (dostępne po bezpłatnym założeniu konta i zalogowaniu), mają na celu m.in.:

- pomóc uczniom w zwiększeniu ich aktywności i intencjonalnym podejmowaniu pozytywnych działań
- dowiedzieć się w jaki sposób dzięki interwencji cyfrowej możliwe jest złagodzenie zaburzeń snu
- nauczyć się lepiej rozwiązywać problemy i dzielić duże zadania na możliwe do opanowania etapy
- poznać sposoby nabywania pozytywnych wzorców myślenia
- poznać zagadnienie lęku społecznego i tworzenia więzi społecznych

Dla osób, które uciekły przed wojną dostępny jest warsztat w j. ukraińskim, wspierający uchodźców w radzeniu sobie z traumą i budowaniem sprężystości psychicznej oraz rezyliencji.

Bonusem dla **Nauczycieli** może być **warsztat dodatkowy dla dorosłych, nt. zdrowego stylu życia i zarządzania depresją w miejscu pracy.**

DODATKOWE INFORMACJE:

O projekcie i narzędziu możesz także przeczytać tutaj:

<http://www.aps.edu.pl/aktualnosci/projekt-ratujacy-zycie-coraz-glosniej-o-narzedziu-ifightdepression>

Prowadzący webinarium:



**dr Piotr Toczyski**, kierownik Zakładu Socjologii Mediów i Komunikacji Społecznej APS, krajowy konsultant metody EAAD-Best.eu w Polsce

sylwetka naukowa:

<http://www.aps.edu.pl/nauka/zespol-naukowy-i-dydaktyczny/piotr-toczyski/>

Organizator webinarium: Forum Naukowe Instytutu Wspomagania Rozwoju Człowieka i Edukacji, pod kierunkiem Dyrektora IWRCE APS, dr hab. Agnieszki Olechowskiej, prof. APS

**Osoby zainteresowane prosimy o zgłoszenie swojej chęci udziału w webinarium na adres: [forumnaukoweiwrce@aps.edu.pl](mailto:forumnaukoweiwrce@aps.edu.pl), w informacji zwrotnej otrzymają Państwo link do spotkania w dniu 17 stycznia 2023 r.**