



Městská část  
Praha 4



Nusle  
**scioškola**



### Přednášky „Porozumění světu našich dětí – průvodce pro rodiče“

**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 MP Prahy 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 souvisejících s mládeží. Linka Bezpečí je největší organizací svého druhu s více než 30 letou praxí a ročně se na ní obrátí několik set tisíc klientů. Autor projektu Jakub Otipka k tomu dodává „I proto jsme nemohli najít lepšího partnera na tento workshop, který by měl takový přehled o aktuální patologii ve společnosti a tak široké zkušenosti s řešením problémů, kterým čelí naše děti.“

„Toto téma je velmi aktuální a pro rodiče, i vzhledem k tomu, že přednášky jsou díky podpoře naší městské části zdarma, hodně zajímavé,“ uvedl starosta Ondřej Kubín (ODS). „Děti jsou výplodem svého prostředí, ve kterém vyrůstají. Jestliže chceme zlepšit jejich situaci, je nutné tuto skutečnost reflektovat. Cení si toho, že série přednášek přímo odpovídá této potřebě, přičemž klade důraz na roli rodičů jako klíčových aktérů v životech dětí.“

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 zvládnutí výzev dnešní doby. Program nebude zaměřen čistě na jeden typ problémů jako je např. sebepoškozování, ale cílem bude vytvořit vám kompletní přehled o aktuálních problémech vašich dětí, pochopit jejich dynamiku a nastínit i neefektivnější 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 diskusi, 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
- 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



Městská část  
Praha 4



Nusle  
**scioškola**



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 osvobození se. Věnuje se práci se skupinami žen a podporuje programy, které posilují postavení žen ve společnosti.

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>

Kontakt pro média :

Jakub Otipka

728 086 974

[Jakub@krav-maga.cz](mailto:Jakub@krav-maga.cz)



Spolufinancováno  
Evropskou unií



CZ.02.02.XX/00/23\_017/0008280 Místní akční plán rozvoje vzdělávání na území správního obvodu Praha 4 - MAP IV