

Kampania „DepresJa”.

Kampania „DepresJa?” porusza problem obniżonego nastroju i depresji wśród dzieci i młodzieży, jako skutku izolacji społecznej.

Głównym celem kampanii jest wzmocnienie wśród uczniów poczucia bezpieczeństwa oraz radzenia sobie z trudnymi emocjami i oswojenie strachu.

Materiały profilaktyczne w ramach kampanii zostały przygotowane z myślą o wsparciu dzieci i młodzieży oraz ich rodziców i wpisują się w potrzebę profilaktyki i wczesnej interwencji związanej z pojawieniem się problemów psychicznych.

W roku 2022 nasza szkoła – Zespół Szkolno – Przedszkolny w Rzgowie, dołączyła do powyższej kampanii we współpracy z GKRPA w Rzgowie, która udostępniła materiały edukacyjne do realizacji założeń programu.

W ramach kampanii przeprowadzono następujące działania:

- na terenie placówki przygotowano gazetki edukacyjno – profilaktyczne dla uczniów, rodziców i pracowników, które pomogły przybliżyć temat objawów depresji u dzieci, dzięki czemu nauczyciele, rodzice będą mogli szybciej (a dzięki temu dużo skuteczniej) zareagować.
- podczas spotkań indywidualnych i grupowych z rodzicami udostępniono ulotki, dzięki którym będą mogli dowiedzieć się m.in. czym tak naprawdę jest depresja i jak reagować, gdy zobaczą jej objawy u dzieci. Z materiałów rodzice mogli także dowiedzieć się do kogo się zgłosić, jeśli zauważamy u dziecka niepokojące objawy depresji (psycholog, psychoterapeuta, psychiatra, pedagog szkolny, pediatra, lekarz rodzinny). W ulotce opisano, jak wygląda leczenie depresji.
- w razie wszelkich problemów i wątpliwości pedagodzy szkolni na bieżąco byli/są dostępni dla uczniów i rodziców, służą swoją pomocą i wsparciem, zachęcają do korzystania z pomocy specjalistów poza szkołą.
- na lekcjach wychowawczych oraz wychowania do życia w rodzinie w klasach IV – VIII przeprowadzono pogadanki na temat emocji i radzenia sobie z nimi. Uczniowie – dzięki materiałom edukacyjnym (ulotki, broszury) dowiedzieli się czym jest depresja, jakie są jej objawy oraz kto może pomóc osobie chorej na depresję. Uczniom udostępniono wykaz specjalistów i instytucji wspierających w kryzysie emocjonalnym, m.in. telefon zaufania dla młodzieży.