**GIBKO September 2024, pg. 19-20**

**Usposabljanje v okviru projekta SIGN – ozaveščanje in izobraževanje o duševnem zdravju mladih**

Projekt SIGN je osredotočen v duševno zdravje mladih z razvojem odprto dostopnega izobraževalnega digitalnega orodja. Digitalni komplet orodij bo ciljnim skupinam in vsem ostalim zainteresiranim posameznikom nudil usmerjanje in podporo na osebni in strokovni ravni. Digitalna zbirka orodij SIGN je pripravljena na osnovi informacij sodobnega razvoja duševnega zdravja mladih z upoštevanjem novih perspektiv in pristopov.

V Mariboru smo imeli v okviru projekta SIGN v mesecu juliju in avgustu 2024 usposabljanje udeležencev socialne vključenosti ter njihovih mentorjev ter nekaterih drugih pedagoških delavcev. Vseh delavnic skupaj se je udeležilo 27 udeležencev.

Digitalni komplet orodij je prosto dostopen <https://signeuproject.com/login/> .

Namen projekta je ponuditi podporo glede duševnega zdravja osrednjim podpornim sistemom najstnikov: njihovim staršem ali skrbnikom, vzgojiteljem in učiteljem. Zbirka izobraževalnih digitalnih orodij je bila pripravljena na podlagi obstoječih pedagoških metod na področju razvoja duševnega zdravja hkrati pa ponuja nove perspektive in pristope.

Cilj projekta SIGN je ponuditi poglobljene informacije in znanje ciljnim skupinam in vsem drugim deležnikom o najpogostejših duševnih zdravstvenih stanjih, ki prizadenejo najstnike v Evropi, še posebej pa v državah projektnega konzorcija, za njihovo osebno in poklicno zdravje in razvoj, tako da bodo svoje nove ali nadgrajene kompetence uporabili v korist najstnikov. Cilj je začrtati trenutne ukrepe za podporo duševnemu zdravju ter potencialno opredeliti in obravnavati morebitne vrzeli.

6 modulov omogoča učenje o duševnem zdravju in dobrem počutju in obravnava naslednje vsebine:

- razumevanje stanja duševnega zdravja pri mladih in kako jih prepoznati ;

* simptomi, vzroki in sprožilci: pogosta duševna stanja pri mladih; zgodnji opozorilni znaki težav z duševnim zdravjem, prepoznavanje in odzivanje nanje;
* Strategije za spodbujanje zdravih navad in izbir življenjskega sloga mladih;
* Reševanje kulturnih in socialnih ovir, ki lahko vplivajo na duševno zdravje in okrevanje; načini za ustvarjanje lokalne podporne in vključujoče mreže; vpliv raznolikosti na duševno zdravje mladih: kako lahko dejavniki, kot so rasa, etnična pripadnost, vera, spolna usmerjenost in spolna identiteta, vplivajo na rezultate duševnega zdravja najstnikov;
* Podpora najstnikom s težavami v duševnem zdravju skozi izobraževalni sistem: kako lahko učitelji/vzgojitelji pomagajo; zagotavljanje varnega in podpornega domačega okolja; kako lahko pomagajo starši/družina/prijatelji.
* Svet brez stigme: strategije za učinkovito komuniciranje z mladimi o duševnih težavah, kako zmanjšati stigmo in spodbujati sprejemanje

S projektom SIGN želimo doseči tudi posameznike iz različnih socialno-ekonomskih okolij (starši, skrbniki, vzgojitelji in učitelji mladih v privilegiranih in manj privilegiranih šolah, v zasebnih in javnih institucijah), zato so delavnice na voljo vsem zainteresiranim ali prizadetim.

Namen delavnic je zagotavljanje inovativnih učnih metod in možnosti izpopolnjevanja staršev, skrbnikov, vzgojiteljev in izobraževalcev mladih, da pridobijo znanje o duševnem zdravju ter spoznajo inovativne pedagoške metode za uporabo v svojem domačem in šolskem okolju.

Delavnice so potekale neposredno in na spletu, z namenom, da bi spodbudili kombinirano učenje na področju izobraževanja odraslih in se prilagodili različnim potrebam udeležencev.