

TISKOVÁ ZPRÁVA

Nové webináře Linky bezpečí cílí na rodiče i pedagogy

Linka bezpečí odbaví za kalendářní rok přes 110 000 kontaktů s dětmi a dospívajícími do 26 let, nejčastěji přes telefon, ale i přes chat a e-mail. Sebevražedná tematika v kontaktech Linky bezpečí atakovala v loňském roce hranici 6 000 případů, sebepoškozování řešili konzultanti v necelých 5 000 případech. Mezi prvních šest nejčastěji řešených problémů, které s Linkou bezpečí děti a mladiství řešili, jsou potíže spadající do psychické oblasti – tematika sebevražd meziročně vzrostla o 23 %, sebepoškozování o 18 %, úzkosti o 31 %, jiné psychické potíže a poruchy o 26 %, deprese o 10 %. Na dalším vzestupu je i problematika poruch příjmu potravy.

Linka bezpečí zároveň zaznamenala růst zájmu ze strany dospělých o rozvoj jejich kompetencí při výchově dětí. Meziročně se o 12 % zvýšily i dotazy směřované na Rodičovskou linku, kterou Linka bezpečí provozuje pro všechny rodiče, pedagogy a ostatní dospělé pečující o děti. V rámci (svých) preventivních aktivit se zaměřila i na rozvoj poraden na svých webových stránkách, které v loňském roce zaznamenaly na milion návštěv.

Linka bezpečí se rozhodla zareagovat na současnou situaci a nabídnout všem rodičům, prarodičům, pedagogům, vedoucím kroužků, táborů a všem, kteří se o děti starají, sérii nových online kurzů. Ty budou přizpůsobené svým vedením široké veřejnosti. Navštívit je tak kromě odborníků v oblasti péče o duševní zdraví, mohou zcela všichni, i bez jakékoliv předchozí edukace v této oblasti.

Kurzy jsou koncipovány jako dvouhodinové.

“Vzhledem k místní i časové vytíženosti rodičů i pedagogů jsme se rozhodli kurzy směřovat do online prostředí, ale zároveň je připravit natolik odborně i poutavě, aby netrpěla jejich kvalita. Edukace dospělých v oblastech, jakými jsou rozhovory s dětmi na náročná témata, sebepoškozování, emoční odolnost a další považujeme za zcela nezbytnou. Chceme-li dětem nabídnout bezpečné dětství, musíme vzdělat ty, kteří o ně pečují. Tyto naše dvouhodinovky jsou investicí, která se pečujícím mnohonásobně vrátí,” uvádí k novým kurzům ředitelka Linky bezpečí Soňa Petrášková.

Laskavý rozhovor s dítětem/dospívajícím na náročné téma

Zažíváte nejistotu a obavy, jak s dítětem nebo s dospívajícím v rozhovoru otevřít náročné téma? A zajímá vás, co by mohlo pomoci k efektivnímu a zároveň laskavému rozhovoru? Webinář Vás provede principy laskavého rozhovoru a ukáže, jak reagovat na citlivá témata s pochopením a s respektem. Zároveň si pojmenujeme, čeho je dobré se vyvarovat a co by naopak určitě mělo v rozhovoru zaznít.

10.3. 2025 10:00 – 12:00

<https://www.linkabezpeci.cz/-/laskavy-rozhovor-s-ditetem-na-narocne-tema-online>

Cena: 600,-

Při jakých situacích může kurz pomoci: dítě je uzavřené, reaguje netečně na snahu otevřít důležité téma; bojíte se otevřít důležité téma, nechcete situaci jejím otevřením zhoršit; máte tendence reagovat na problém dítěte jeho bagatelizací, popřením, naštváním nebo nechtěně dáváte dítěti najevo, že jeho problém způsobuje další bolest nebo problémy; čeká vás sdělení těžké situace např. úmrtí v rodině, rozvodu či rozchodu rodičů.

Seminář o sebepoškozování

Chcete lépe porozumět fenoménu sebepoškozování? Ptáte se po bezpečných alternativách?

Ve webináři se dozvíte o motivech, které mohou být příčinou sebepoškozování, a také se zaměříme na rizika, která sebepoškozování přináší. Získáte přehled zdravých technik, které mohou pomoci nejen při překonávání chuti si ublížit. Budeme se věnovat i tomu, jak může dospělý vhodně reagovat na problematiku sebepoškozování u dítěte.

24.3. 2025 17:30 – 19:30

<https://www.linkabezpeci.cz/-/seminar-o-sebeposkozovani-online>

Cena: 600,-

Při jakých situacích může kurz pomoci Potřebuji se zorientovat v tématu sebepoškozování; nerozumím tomu, proč je to tak časté; v mém okolí nebo v okolí dítěte se sebepoškozování vyskytuje; dítě často prožívá náročné emoce, dítě si vyhledává videa/hudbu/články s touto tematikou; všiml/a jsem si (nebo se mi dítě svěřilo), že si ubližuje; mám obavu o to, aby si (mé) dítě nezačalo ubližovat; zajímá mě, co se se sebepoškozováním dá dělat a další.

Jak rozvíjet emoční odolnost u dětí

Zajímá vás téma emoční odolnosti? O co vlastně jde? Jak je možné ji u dětí a dospívajících rozvíjet?

Ve webináři si vysvětlíme pojmy jako jsou „emoce“, „emoční gramotnost“ a „odolnost“. Přiblížíme emoční projevy dětí a dospívajících v rámci jejich vývoje a nabídneme postupy, jak pracovat s dětmi na jejich vědomé práci s emocemi, abychom posílili jejich odolnost. Zdůrazníme význam zdrojů podpory, třeba i odpočinku, pro zdravý rozvoj vyšší odolnost jedince.

Termín kurzu se připravuje.

Při jakých situacích může kurz pomoci: dítě těžko zvládá prohry a neúspěch; objevují se časté strachy, plačtivost nebo přecitlivělost, vztek; ve své rodičovské roli zažíváte nejistotu, jak reagovat na emoční projevy dítěte; chcete rozvíjet své rodičovské kompetence.