

АЛТЕРНАТИВНИ ПОДХОДИ В РАБОТАТА С МЛАДЕЖИ С ПРЕДИЗВИКАТЕЛНО ПОВЕДЕНИЕ



От 28 януари до 31 януари 2025 г. в Прато, Италия, се проведе 2-ра среща на партньорите и международен семинар. Събитието включваше две ключови дейности: Среща за оценка на партньорите по проекта и международен семинар за младежки работници и млади хора. Тези дейности бяха част от Работен пакет 3, който се фокусира върху техниките тяло-ум в подкрепа на младежките работници и младите хора в управлението на стреса и повишаването на устойчивостта.



КЛЮЧОВИ РЕЗУЛТАТИ ОТ РП 3

WP3 има за цел да създаде образователни ресурси и практически инструменти, които помагат на младежките работници и младите хора да се справят със стреса чрез дихателни упражнения, методи за медитация, дигитални инструменти и театрални техники. Основна част от WP3 е разработването на видео съдържание, което насочва младежите в идентифицирането и управлението на стреса, като в крайна сметка подобрява емоционалното им благополучие.

Като част от WP3, ние работихме върху набор от пет видеоклипа, фокусирани върху техники за релаксация и управление на стреса. Тези видеоклипове, достъпни на шест езика, предоставят ръководство стъпка по стъпка за разпознаване на симптомите на стрес и прилагане на стратегии за справяне. Освен това се разработва дигитален наръчник за допълнително обяснение на тези техники в структуриран и достъпен формат. Партньорите по проекта участваха в дискусии относно напредъка на WP3, оценявайки извършената досега работа и планирайки бъдещи стъпки. Мениджърът по качеството сподели прозрения за изпълнението на проекта, включително спазване на графика, изпълнение на бюджета и цялостна ефективност. Резултатите от оценката ще допринесат за подобряване на крайните резултати от WP3, гарантирайки тяхното качество и използваемост.

"Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора(ите) и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или Центъра за развитие на човешките ресурси - България ЦРЧР). Нито Европейският съюз, нито ЦРЧР могат да носят отговорност за тях."

Международен семинар с младежи и младежки работници

По време на международния семинар в Прато 22 участници (младежки работници и младежи от страни партньори) се събраха, за да тестват и усъвършенстват техниките за тяло-ум. Семинарът предостави практически техники за дихателни упражнения, медитация и ролеви игри, преодоляване на травматични преживявания и мисли. Участниците също проучиха нов дигитален инструмент, предназначен да улесни управлението на стреса и самосъзнаването.

ПОДКРЕПА НА МЛАДЕЖКИ РАБОТНИЦИ

Чрез интегрирането на тези техники в работата с младежи, ние даваме възможност на младите хора да разбират по-добре емоциите си и да развиват по-здравословни стратегии за справяне. Чрез самоосъзнаване, дихателни упражнения и творческо изразяване те получават инструменти за управление на стреса и изграждане на устойчивост. Тези методи не само поддържат индивидуалното благополучие, но също така допринасят за създаването на по-приобщаваща и подкрепяща среда за младежите в различните общности.



CALL TO ACTION

- Научете повече за проекта C-C-B-Y и как можете да се включите!
- Посетете нашия уебсайт [https://ccbyerasmus.com/!](https://ccbyerasmus.com/)

