

Стійкість. Україна

Ставайте Фасилітатором Стійкості

Запрошуємо вас приєднатися до 9-місячної подорожі – тренінгової програми з життєстійкості, покликаної надати 250 молодим українцям (18-35 років) - як у країні, так і в діаспорі - інструменти для зцілення, відновлення внутрішньої сили та сприяння життєстійкості спільноти.

Ця програма для вас, якщо:

- Ви хочете знайти способи впоратися зі стресом, страхом і горем, викликаними війною.
- Ви хочете допомогти іншим, хто бореться, але не знаєте, з чого почати.
- Ви прагнете віднайти справжню мету та напрямок у своєму житті.



Що ви отримаєте?



Навички допомоги іншим

Вивчіть техніки управління стресом, обробки емоцій та зміцнення психічного добробуту.



Інструменти особистого зцілення

Розвивати навички підтримки інших за допомогою травма-інформованих підходів.



Спільнота та підтримка

Зв'язатися з сильною, підтримуючою мережею однодумців.



Тренінг з травмо- інформованого лідерства

Отримати інструменти співчутливого лідерства та фасилітації просторів зцілення.

Структура Програми

Мова: Українська та англійська мови з перекладом (онлайн)

Тривалість: 9 місяців (~4 години/тиждень)

Вартість: Безоплатно

Сертифікація: Визнаний європейськими та українськими установами, з можливістю академічної акредитації як в Європі, так і в Україні.

Стійкість. Україна

Ставайте Фасилітатором Стійкості

Наш 5-компонентний підхід



Обізнаність та просвітництво

Підвищення обізнаності через виступи, кампанії в соціальних мережах та оцінку потреб.

Тренінг з травма-інформованого лідерства та соціальної стійкості

Тренінги з саморегуляції, налагодження стосунків та травматичної етики.

Тренінг з фасилітації стійкості

Навчання навичок фасилітації та проведення груп взаємодопомоги для колективного зцілення.

Психосоціальна підтримка та супервізія

Професійне консультування та підтримка психічного здоров'я протягом усієї програми.

Аналіз та зростання

Підхід до безперервного навчання та розробки програм на основі аналізу даних.

Чому це важливо?

Зцілення індивідуальних травм зміцнює громади і, зрештою, всю націю. Ця програма надає молодим українцям знання, навички та підтримку, щоб стати опорою для відновлення українського суспільства зсередини.

Долучайтесь!

Найважчі подорожі стають легшими, коли ти йдеш не сам. Рушаймо разом. Зв'яжіться з нами сьогодні, щоб подати заявку на участь у програмі.

Зареєструйтеся зараз



Вебсайт: <https://pocketproject.org/>

Вебсайт: <https://pocketproject.org/ukraine-trauma-relief-project/>

Email: daria.yemets@pocketproject.org