

Seasons for Growth

(Εποχές για Ανάπτυξη)

Seasons
for Growth



Πρόγραμμα για παιδιά και νέους

Το Seasons for Growth ενισχύει την κοινωνική και συναισθηματική ευημερία των παιδιών και των νέων που προσαρμόζονται σε εμπειρίες αλλαγής, απώλειας και θλίψης στη ζωή τους, όπως ένας θάνατος, ένας χωρισμός ή ένα διαζύγιο.

Τι είναι το πρόγραμμα Seasons for Growth;

Το Seasons for Growth είναι ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα που βασίζεται σε τεκμηριωμένα δεδομένα και χρησιμοποιεί την εικονογραφική αναπαράσταση των εποχών για να βοηθήσει παιδιά και νέους να κατανοήσουν και να ανταποκριθούν καλά σε εμπειρίες αλλαγής, απώλειας και θλίψης.

Τα παιδιά και οι νέοι μαθαίνουν ότι η αλλαγή και η απώλεια είναι μέρος της ζωής και ότι δεν είναι μόνοι στο να αντιμετωπίζουν τις επιπτώσεις αυτών των εμπειριών. Μαθαίνουν επίσης δεξιότητες επικοινωνίας, λήψης αποφάσεων και επίλυσης προβλημάτων για να τους υποστηρίξουν να προσαρμοστούν στις νέες τους συνθήκες.

Σε ποιον απευθύνεται;

Σε παιδιά και νέους ηλικίας 6-18 ετών που ζουν με τις επιπτώσεις της αλλαγής και της απώλειας. Πολλές αλλαγές συμβαίνουν στη ζωή, όπως:

- απώλεια κάποιου ή κάτι που αγαπάτε
- χωρισμός των γονέων ή της οικογένειας
- επίδραση μιας ασθένειας
- αλλαγές στην οικογένεια που σχετίζονται με την εργασιακή ζωή
- μετακόμιση σε νέο μέρος
- απόκτηση ή απώλεια φίλων.

Το Seasons for Growth προσφέρει έναν ασφαλή χώρο όπου παιδιά και νέοι, ανεξαρτήτως των ποικίλων αναγκών, ταυτοτήτων και πολιτισμικών υποβαθμίσεων τους, μπορούν να βρουν τη φωνή τους, να προβούν σε επιλογές, να ασκήσουν επιρροή και να εργαστούν από κοινού. Οι συμμετέχοντες συνδέονται με άλλους που αντιμετωπίζουν παρόμοιες καταστάσεις και δημιουργούν ένα αίσθημα σύνδεσης και ότι ανήκουν κάπου.



Πώς λειτουργεί;

Το Seasons for Growth είναι ένα πρόγραμμα με μικρές ομάδες που συνδυάζει την ψυχολογία και την εκπαίδευση με την υποστήριξη από ομότιμους, σε μια προσέγγιση εκμάθησης με επίκεντρο το άτομο. Χρησιμοποιεί τις εποχές μεταφορικά για να εξερευνήσει την κυκλική φύση της θλίψης και υποστηρίζεται από τη θεωρία της θλίψης του William Worden.

Το πρόγραμμα για Παιδιά και Νέους (Children and Young People's program) αποτελείται από συζητήσεις και δραστηριότητες κατάλληλες για το αναπτυξιακό επίπεδο. Το Seasons for Growth ομαλοποιεί τις εμπειρίες των συμμετεχόντων και μπορεί να αυξήσει τους προστατευτικούς παράγοντες (συμπεριλαμβανομένης της οικοδόμησης προσωπικής ανθεκτικότητας και κοινωνικών δεξιοτήτων), ελαχιστοποιώντας τους παράγοντες κινδύνου (συμπεριλαμβανομένης της απομόνωσης) που επηρεάζουν την ψυχική υγεία και την ευημερία. Το πρόγραμμα υποστηρίζει επίσης την ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας, λήψης αποφάσεων και επίλυσης προβλημάτων.





Πως παραδίδονται οι ομάδες;

Το πρόγραμμα αποτελείται από πάνω από 8 συνεδρίες με ομάδες 4-7 συμμετεχόντων και διεξάγεται από εκπαιδευμένους ενήλικες που ονομάζονται «Σύντροφοι». Δάσκαλοι, σύμβουλοι, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, ιερείς και επαγγελματίες του τομέα της υγείας υποστηρίζονται από το σχολείο ή τον οργανισμό τους για να παρακολουθήσουν ένα διήμερο εργαστήριο κατάρτισης σχετικά με την εφαρμογή του προγράμματος προκειμένου να είναι επιλέξιμοι για να γίνουν Σύντροφοι.

Στα παιδιά και στους νέους που συμμετέχουν στην ομάδα παρέχεται ένας ασφαλής χώρος για να μάθουν, να μοιραστούν και να προβληματιστούν, ενώ υποστηρίζονται από δημιουργικές δραστηριότητες και ημερολόγια με πλούσια εικονογράφηση.

Αποτελέσματα του προγράμματος

Το Seasons for Growth παρέχει στα παιδιά και στους νέους την υποστήριξη και τον χώρο για να:

- **μάθουν** πώς διαφορετικοί άνθρωποι ανταποκρίνονται στην αλλαγή, την απώλεια και τη θλίψη
- **καταλάβουν** ότι είναι φυσιολογικό να βιώνουν μια σειρά από αντιδράσεις θλίψης
- **εξερευνήσουν** νέες προσεγγίσεις για την αντιμετώπιση της αλλαγής, της απώλειας και της θλίψης στη ζωή τους
- **αποκτήσουν** δεξιότητες επικοινωνίας, λήψης αποφάσεων και επίλυσης προβλημάτων
- **συμμετέχουν** σε ένα δίκτυο υποστήριξης από συνομηλίκους και ενήλικες
- **ενσωματώσουν** τις νέες γνώσεις τους στις σχέσεις τους με την οικογένεια, τους φίλους και άλλους

Όλα τα προγράμματα προσφέρουν έναν ασφαλής χώρο όπου οι συμμετέχοντες, ανεξαρτήτως των ποικίλων αναγκών, ταυτοτήτων και πολιτισμικών υποβαθμίσεων τους, μπορούν να βρουν τη φωνή τους, να προβούν σε επιλογές, να ασκήσουν επιρροή και να εργαστούν από κοινού. Οι συμμετέχοντες συνδέονται με άλλους που αντιμετωπίζουν παρόμοιες καταστάσεις και δημιουργούν ένα αίσθημα σύνδεσης και ότι ανήκουν κάπου.

“Το Seasons for Growth είναι πραγματικά ένα πρόγραμμα για την εποχή στην οποία ζούμε.»

— Σύντροφος στο Seasons for Growth

Αποδεικτικά στοιχεία και αξιολόγηση

Μέχρι σήμερα το πρόγραμμα έχει λάβει πολυάριθμες κριτικές και αξιολογήσεις, οι οποίες αναφέρουν συνεχώς ότι τα προγράμματα Seasons for Growth έχουν εξαιρετικά θετικό αντίκτυπο, τα παιδιά και οι νέοι τα δέχονται θερμά και είναι ωφέλιμα για τα παιδιά και τους νέους. Οι πιο πρόσφατες αξιολογήσεις κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι το πρόγραμμα συγκεκριμένα:

- δημιουργεί κατανόηση και δεξιότητες για τη διαχείριση της αλλαγής, της απώλειας και της θλίψης
- βελτιώνει τη συναισθηματική ευημερία των συμμετεχόντων
- επιτρέπει στους συμμετέχοντες να εκφράσουν τις απόψεις, τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους
- ενισχύει τα κοινωνικά δίκτυα και τα δίκτυα υποστήριξης των συμμετεχόντων

Επιπλέον, η Research Impact NSW (2019) (Έρευνα Αντίκτυπου της NNO (2019)) έχει αναγνωρίσει ότι τα προγράμματα «προωθούν την ανθεκτικότητα και την αυτοεκτίμηση, εξομαλύνουν τη διαδικασία της θλίψης, οικοδομούν την υποστήριξη μεταξύ ομότιμων και προωθούν θετικές στρατηγικές αντιμετώπισης καταστάσεων».

Το πρόγραμμα Seasons for Growth Children and Young People's έχει εγκριθεί ανάμεσα στις επιλογές των κρατικών τεκμηριωμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων ψυχικής υγείας και αναφέρεται στον Οδηγό του [Australian Institute of Family Studies, Communities for Children Facilitating Partner Evidence-Based Programme Guidebook](#) ([Τεκμηριωμένο πρόγραμμα για κοινότητες συντρόφων υποστήριξης παιδιών του Αυστραλιανού Ινστιτούτου μελετών οικογενειών](#)).

Το πρόγραμμα Mackillop Seasons (Εποχές Μακίλλοπ) εκπαιδεύει και υποστηρίζει επαγγελματίες για να μπορούν να προσφέρουν τα προγράμματα μας για μικρές ομάδες σε σχολεία και κοινοτικές οργανώσεις.



Η Mackillop Family Services (Υπηρεσία οικογένειας Μακίλλοπ) αναγνωρίζει τους Παραδοσιακούς Θεματοφύλακες και τους Πρεσβυτέρους τους σε κάθε μία από τις κοινότητες όπου εργαζόμαστε.



Το πρόγραμμα μικρών ομάδων του Seasons for Growth υιοθετεί την ποικιλομορφία και την αποδοχή, διασφαλίζοντας ότι όλα τα παιδιά—ανεξαρτήτως αναπηρίας, εκπαιδευτικών αναγκών, φύλου, πολιτισμικού υποβάθρου ή καταγωγής από Πρώτα Έθνη—μπορούν να συμμετάσχουν πλήρως και να ακμάσουν.