Warszawa, 28 marca 2019

Informacja prasowa

**Ponad lęk – wsparcie młodzieży z doświadczeniem traumy**

**Silny lęk, depresja czy autoagresja to tylko niektóre ze skutków przeżytej przez dzieci traumy, które mogą utrzymywać się w ciągu ich dorosłego życia. Aby im zapobiegać, Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce we współpracy z Katolickim Uniwersytetem Lubelskim Jana Pawła II zorganizowało konferencję pt. „Ponad lęk – wsparcie młodzieży z doświadczeniem traumy” kierowanej do specjalistów w obszarze opieki zastępczej. Honorowymi patronami wydarzenia są Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Elżbieta Rafalska, Marszałek Województwa Lubelskiego Jarosław Stawiarski oraz Prezydent Miasta Lublin Krzysztof Żuk. Konferencję finansuje Nordic Council of Ministers.**

Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce od 35 lat pomaga dzieciom, które wychowują się w pieczy zastępczej lub są zagrożone utratą rodzicielskiej opieki. Organizacja od wielu lat wspiera dzieci w przezwyciężaniu trudnych i często traumatycznych doświadczeń. *Przywrócenie naszym podopiecznym poczucia bezpieczeństwa oraz emocjonalnej równowagi jest dla nas jednym z najważniejszych zadań. Lata doświadczeń przekonały nas, że osoby, które pracują z dziećmi potrzebują kompleksowego wsparcia – zarówno w zrozumieniu swojej roli względem dziecka i jego przeżyć, jak też w udzielaniu profesjonalnej i specjalistycznej pomocy. Stąd pomysł na konferencję i wymianę doświadczeń w gronie specjalistów, rodziców zastępczych, nauczycieli oraz naszych lokalnych partnerów. Mam nadzieję, że tego typu spotkania zaowocują nie tylko lepszym zrozumieniem problemu, ale realnie przełożą się na pomoc dzieciom po traumie. –* mówi Barbara Grasińska-Ciereszko, prezes zarządu Stowarzyszenia SOS Wioski Dziecięce w Polsce

W trakcie konferencji podjęto szereg zagadnień związanych z najcięższymi skutkami traumy, a także zaprezentowano metody łagodzenia lęku i stresu u dzieci i młodzieży. Jak mówi Hanne Robenhagen, psychoterapeuta, trener, treeoflife.dk. – *Samookaleczanie, autoagresja i inne sposoby zadawania sobie bólu często bywają sposobami radzenia sobie z bólem traumy, straty, przemocy i krzywdzenia, doświadczonych w przeszłości. Myśli samobójcze mogą być bardzo silne i kuszące. Celem mojego wystąpienia było podpowiedzenie słuchaczom, jak pomóc młodzieży zachować życie i trwać w nadziei, zamiast przepaść w pułapce samobójstwa.*

Jak komentuje jedna z podopiecznych Stowarzyszenia, to rodzina zastępcza pomogła jej wyjść z kryzysu - *Przez długi czas wspomnienia przemocy z dzieciństwa były dla mnie jak cień, ,,który mnie śledził”. Jestem bardzo wdzięczna swoim rodzicom zastępczym. Przyjęli mnie do rodziny kiedy miałam 14 lat. Nauczyli mnie, co jest najważniejsze w rodzinie: miłość, lojalność i szacunek wobec siebie nawzajem. Nauczyli mnie gotować. Nauczyli mnie, bym się nie bała wyrażać uczucia oraz mówienia o tym, co mnie trapi. Po prostu mnie kochali i tego się od nich nauczyłam. Nie byłam przyzwyczajona do czułości i na początku czułam się zakłopotana jej przejawami. Byłam bardzo nieśmiała. Cieszę się, że mama zastępcza mnie nie biła. Już samo to dużo dla mnie znaczyło.*

Ważnym elementem konferencji było również wystąpienie lek. med. Melanie Salmon, autorki i trenerki metody Quantum Energy Coaching (QEC). Salmon przybliżyła metodę TRE® (Tension & Trauma Release Exercises®) jako naturalnego narzędzia pomocnego w leczeniu traumy u dzieci w każdym wieku.

Eksperci SOS Wiosek Dziecięcych w Polsce poświęcili swoje wystąpienie potrzebie włączenia się szkoły w system pomocy dziecku i możliwości efektywnej pracy z uczniem, który doświadczył traumy. Opracowana przez nich broszura: „Szkoła wrażliwa na traumę” może stanowić wsparcie dla nauczycieli, dyrektorów oraz innych pracowników szkół, w kształtowaniu bezpiecznego i przyjaznego środowiska, które pomaga dzieciom stawić czoła skutkom traumatycznych doświadczeń.

\*\*\*

Paulina Górska

Specjalista ds. PR

Stowarzyszenie SOS Wioski Dziecięce w Polsce / Al. Wilanowska 309 A / 02-665 Warszawa

Tel. kom: 888933964

[paulina.gorska@sos-wd.org](mailto:zeinab.hashmat-makowska@sos-wd.org)

[www.wioskisos.org](http://www.wioskisos.org/)

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Pomóż nam otoczyć porzucone dzieci miłością w zastępczych rodzinach SOS i wyrównać ich szanse edukacyjne. Prosimy, pomóż na [www.dziecisos.org](http://www.dziecisos.org/).