

Πρόγραμμα για την ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων (2022-2027+): **Μπορεί να ακούγεται και να λαμβάνεται υπόψη η γνώμη των παιδιών;**





## Διεθνής Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού

Άρθρο 12,  
Δικαίωμα όλων των παιδιών  
στην ελεύθερη έκφραση της  
γνώμης τους



Πώς μπορεί να ακούγεται  
συστηματικά η γνώμη των  
παιδιών;



Τα παιδιά χρειάζεται να  
νοιώθουν άνεση και  
εμπιστοσύνη!



**ΠΡΩΤΑ.12**  
Πρωτοβουλία για το Άρθρο 12  
Προωθώντας τη συμμετοχή

«Ψυχική Υγεία: Η γνώμη των  
παιδιών μετράει; Εσύ τι λες;»

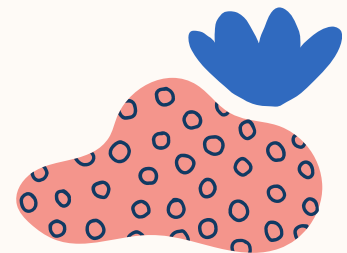
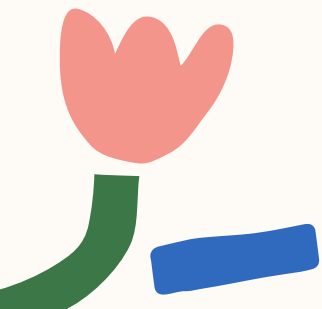


Εργαστήριο νεανικής  
διαβούλευσης

23 έφηβοι από 16 σχολεία

18 Ιουνίου 2022  
Εθνική Βιβλιοθήκη,  
Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα  
Σταύρος Νιάρχος  
NOSTOS Health 2022

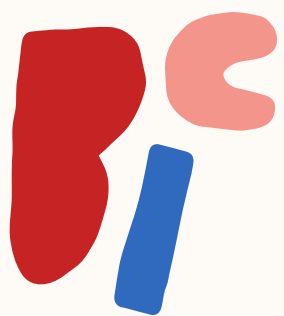
# Μπήκαμε σε κύκλο - γνωριστήκαμε - ζεσταθήκαμε





# Χωριστήκαμε και συζητήσαμε σε ομάδες





# Χαλαρώσαμε και ... επικοινωνήσαμε





# Μιλήσαμε για τα “sos” θέματα της ψυχικής υγείας και τι νομίζουμε ότι πρέπει να γίνει

Αυτοτραυματισμοί  
απόπειρες  
αυτοκτονίας

Απόρριψη,  
βία και  
εκφοβισμός  
από συνομη-  
λικούς

Διατροφή,  
ανορεξία,  
βουλιμία

Συγκρούσεις και  
βία στην οικογένεια

Άγχος

Σεξουαλι-  
κότητα

Body  
shaming

Μοναξιά,  
προβλήματα  
επικοινωνίας

Έλλειψη  
Αυτοπεποί-  
θησης

Επίμονη θλίψη -  
Κατάθλιψη





# Συνεργαστήκαμε...





Γελάσαμε αλλά και σκεφτήκαμε...



# Για τις συμβουλευτικές ομάδες εφήβων, προτείνουμε:

- Τακτικές συναντήσεις από κοντά και όχι διαδικτυακά
- Έμφαση στην ανάπτυξη δεσμών και φιλικού κλίματος
- Παιχνίδια
- Απόλυτη ελευθερία έκφρασης
- Συναντήσεις σε διάφορους χώρους και εξωτερικούς, κοντά στη φύση
- Συζητήσεις με πρόσωπα σε θέσεις ευθύνης



## Ακόμη, προτείνουμε:

- Έρευνες και εκδηλώσεις σε σχολεία
- Επισκέψεις και συναντήσεις με παιδιά σε διάφορους χώρους
- site και υλικό ενημέρωσης που θα φτάσει σε μεγάλο αριθμό παιδιών
- ψυχαγωγικές εκδηλώσεις
- θέατρο, η μουσική και οι τέχνες
- ανταλλαγές και επικοινωνίες μεταξύ διαφορετικών ομάδων





**Κοντά μας ήταν οι υπεύθυνοι του  
προγράμματος για την ψυχική υγεία  
παιδιών και εφήβων**





**Ευχόμαστε η δράση να συνεχιστεί  
με επιτυχία!**