



# Må bra tillsammans

## - Utbildning för främjandet av barns psykiska hälsa

den 10.9. kl. 13-16 och den 18.9. kl. 13-16  
i Sundom skola (Sundomvägen 13)



**MÅ BRA TILLSAMMANS**  
Handbok för främjande av lägstadielärares psykiska hälsa



mieli

### Djurbarnens liv

Färdigheter inom psykisk hälsa  
med hjälp av dockteater



mieli



Välkommen på Må bra tillsammans –utbildningen som arrangeras av Föreningen för Mental Hälsa i Finland. Utbildningen består av två eftermiddagar, varav den första till stor del byggs upp av föreläsningar och den andra av workshoparbete.

#### Utbildningens mål:

- att få kunskap om hur man kan stärka och främja barns psykiska hälsa i skolan och i samarbete med föräldrarna

#### Utbildningens särskilda mål för klasslärare:

- att få verktyg för undervisning i psykisk hälsa i enlighet med den nya läroplanen
- att genom praktiskt workshoparbete bekanta sig med undervisningsmaterialet och övningar inom psykisk hälsa

#### Utbildningens särskilda mål för den elevvårdande personalen:

- att få idéer kring samarbete inom elevvården (med utgångspunkt i den nya elev- och studerandelagen)

Utbildningen är avgiftsfri. Materialet består av Handboken **Må bra tillsammans**, **Känslö- och kompetenskort** och **dockteatermaterialet Djurbarnens liv**. Materialet finns tillgängligt även på webben: <http://www.mielenterveysseura.fi/sv/material>

## Programmet

### MÅNDAG 10.9.2018 klockan 13-16

- 13.00-14.15 Psykisk hälsa som resurs inom grundskolan  
14.15-14.30 Kaffepaus  
14.30-16 Känsl- och interaktionsfärdigheter  
Att bekanta sig med handboken Må bra tillsammans  
Att stödja barn och unga i svåra situationer

#### Utbildare:

Eeva-Liisa Salmi, PD, PeM

### TISDAG 18.9.2018 klockan 13-16

- 13.00-14.15 Workshopsarbete  
14.15-14.30 Kaffepaus  
14.30-16 Workshopsarbete

#### Workshops:

- Känsloernas väderkvarn – övningar i känsl- och interaktionsfärdigheter
- Jag är bra! – övningar för förstärkande av självkänslan
- Lugn och närvaro

#### Utbildare:

Sara Sandén, utbildare, dramapedagog, DOT r.f.

För ytterligare information:

Sara Sandén, tel. 050 535 2886

Riikka Nurmi, tel. 040 678 7392, [riikka.nurmi@mielenterveysseura.fi](mailto:riikka.nurmi@mielenterveysseura.fi)