

VABILO ŠOLAM ZA SODELOVANJE V RAZISKAVI ME_HELI-D



me_HeLi-D

Pedagoški inštitut vabi **osnovne šole** k sodelovanju v raziskavi v okviru projekta *me_HeLi-D: Pismenost o duševnem zdravju in raznolikost*. Cilj projekta je **krepitev duševnega zdravja in rezilientnosti mladih s pomočjo digitalnih virov**. V mednarodnem sodelovanju smo razvili sodoben digitalni program za spodbujanje duševnega zdravja mladih, pri čemer so aktivno sodelovali tudi učenci in učenke ter učitelji in učiteljice.

Raziskava:

- preverjamo učinkovitost digitalnega programa me_HeLi-D pri spodbujanju duševnega zdravja in pismenosti o duševnem zdravju med učenci in učenkami, starimi od 12 do 15 let, v Avstriji, Sloveniji in na Poljskem

Program me_HeLi-D:

- **rezilientnost, čuječnost, iskanje pomoči ter preprečevanje anksioznosti in depresije**
- učenci in učenke raziskujejo Pokrajino uma (svet misli, občutkov in čustev)
- interaktivne **izobraževalne vsebine in praktične vaje**
- izvedba na računalnikih
- učenci in učenke gredo samostojno skozi program (ob prisotnosti učitelja ali učiteljice)

Sodelovanje v projektu me_HeLi-D je **priložnost za šolo** in sodelujoče, da:

- sodelujejo v aktivnostih, ki spodbujajo njihovo duševno zdravje,
- pridobijo ustrezna znanja in spretnosti, povezane z duševnim zdravjem,
- pridobijo orodja za učinkovito spoprijemanje s stresom.

Iščemo šole, ki želijo spodbujati duševno zdravje svojih učenk in učencev in sodelovati v naši raziskavi!

Časovnica: **april - junij 2025**

Ciljna skupina: učenci in učenke, od 12 do 15 let (**7. – 9. razred**)

Potek: šole bodo **naključno razporejene** v eno od dveh skupin:



Monika Klobčar, CC BY-SA

Implementacijska skupina



Izpolnjevanje spletnega vprašalnika
(**april 2025: 1 šolska ura**)



Kontrolna skupina



Aktivno sodelovanje v **digitalnem programu me_HeLi-D** s podporo šolskega koordinatorja ali koordinatorice
(**maj – junij 2025: 5 srečanj po 2 šolski uri**)



Izpolnjevanje spletnega vprašalnika
(**junij 2025: 1 šolska ura**)



Število sodelujočih oddelkov na šoli bo prilagojeno zmožnostim in tehnični opremljenosti šole (naključen izbor). Po zaključku raziskave bo program na voljo tudi šolam iz kontrolne skupine. Pridobljeni podatki bodo anonimni (shranjeni pod raziskovalno šifro) in uporabljeni izključno v raziskovalne namene. Koordinatorice in koordinatorji prejmejo potrdila o sodelovanju v mednarodnem dalj časa trajajočem projektu.

Prijava in dodatne informacije

Prijave sprejemamo do **14. marca 2025** preko spletnega obrazca:
<https://1ka.arnes.si/a/799f1055>

Za prijavljene šole bo organizirano **spletno srečanje s predstavitvijo projekta** in odgovori na vprašanja. Več o projektu si lahko preberete na: [spletni strani](#).

