

XXVI. strokovni posvet pomočnikov ravnateljev

PODPORA STROKOVNIM DELAVCEM PRI KREPITVI DUŠEVNEGA ZDRAVJA OTROK IN MLADOSTNIKOV

Kristina Bratina, Lidija Srša

NAMEN DELAVNICE

- V šoli se dnevno srečujemo z duševnimi stiskami otrok in mladostnikov.
- Šole imajo pomembno vlogo:
 - pri krepitevi duševnega zdravja in
 - pri prepoznavanju in ustreznem odzivanju na duševne stiske.

KAJ JE DUŠEVNO ZDRAVJE?

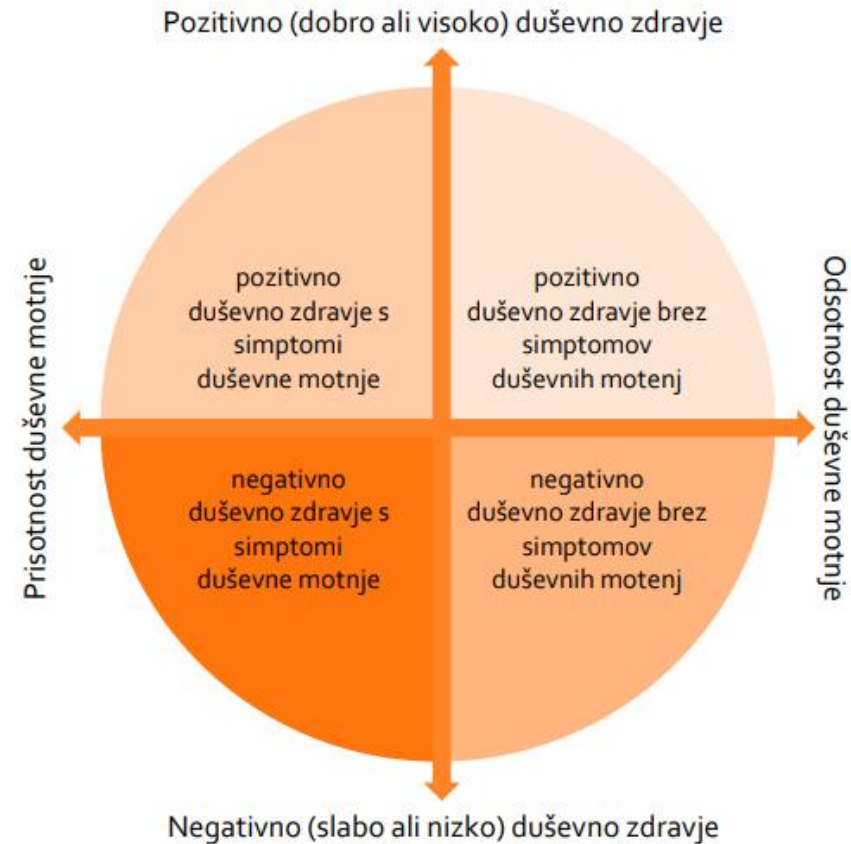
Svetovna zdravstvena organizacija je duševno zdravje opredelila kot stanje **dobrega počutja**, v katerem posameznik **razvija** svoje **sposobnosti**, se **spoprijema s stresom** v vsakdanjem življenju, **učinkovito in plodno dela** ter prispeva v svojo **skupnost**.

KONTINUUM DUŠEVNEGA ZDRAVJA



Slika 1. Kontinuum duševnega zdravja (prirejeno po The University of Michigan, 2009)

KONTINUUM DUŠEVNEGA ZDRAVJA



Slika 2. Dvofaktorski model duševnega zdravja (prirejeno po Greenspoon in Saklofske, 2001)

VAROVALNI DEJAVNIKI TER DEJAVNIKI TVEGANJA, POVEZANI S ŠOLO

Dejavniki, povezani s šolo	<p>Slab odnos do šole</p> <p>Sodelovanje pri trpinčenju</p> <p>Biti žrtev trpinčenja</p> <p>Zavračanje s strani vrstnikov</p> <p>Nezadostno obvladovanje neugodnih vedenjskih vzorcev</p> <p>Pripadnost težavnim vrstniškim skupinam</p> <p>Šolski neuspeh, težave v šoli</p> <p>Pogosto menjavanje šole</p>	<p>Dobri dosežki v šoli</p> <p>Občutek pripadnosti šoli</p> <p>Pozitivno ozračje v šoli</p> <p>Prosocialne vrstniške skupine</p> <p>Visoka pričakovanja in ambicije</p> <p>Ustrezna odgovornost do drugih in podpora drugim</p> <p>Priložnosti za uspeh in prepoznavanje uspeha</p>
----------------------------	--	---

Vir: WHO, 2012; Anuradha idr., 2012

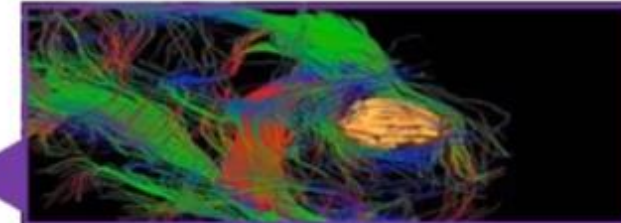
VARNO IN SPODBUDNO UČNO OKOLJE (Rutar Ilc, 2021)



Dobra klima in počutje



Dober stik



Psihologija
Nevroznanost ...



Odnosna kompetenca



Občutek lastne vrednosti
in občutek „zmorem“



Vodenje skupine



Neželjeno vedenje



Čustvena in
socialna pismenost



Empatija
Solidarnost

PROJEKT VARNO IN SPODBUDNO UČNO OKOLJE

(Rutar Ilc, 2023)

- Izvajajo konkretne aktivnosti z učenci, pridobivajo orodja.
- 4 obvezni moduli, 2 izbirna modula – program se stalno dopolnjuje.
- Preko 300 vaj, 60 video posnetkov, 30 avtorjev.
- Vključeni celotni šolski kolektivi.
- Šola pripravi strategijo za VSUO – sistematičen, usklajen, celovit pristop – nadgradnja vzgojnih načrtov.

Učitelj	Cilji	Aktivnosti	Kdaj	Priložnost	Ciljna skupina
		Interakcijske igre, sprostitvene vaje, prosocialne akcije...		Projekti, krožki, dogodki, pouk, RAP...	

VPRAŠANJA

- Kako naj se učitelj odzove?
- Ali je težava taka, da jo lahko rešuje učitelj sam? Pojasnite odgovor.
- Kaj bi učitelj potreboval za ukrepanje?

INFOGRAFIKE PODPORA UČENCEM V STISKI

- <https://www.zrss.si/stiki-s-prakso/aktualno/varno-spodbudno-ucno-okolje/>

INFOGRAFIKE

- 11 infografik:
 - Podpora pri odklanjanju šole
 - Podpora pri vračanju po daljši odsotnosti
 - Podpora pri prekomerni rabi zaslonov
 - Podpora pri motnjah hranjenja
 - Podpora pri panični motnji
 - Podpora pri anksioznosti
 - Podpora pri psihosomatskih motnjah
 - Podpora pri samomorilnih mislih
 - Podpora pri žalovanju
 - Podpora pri depresivnosti
 - Podpora učencem ob naravnih in drugih nesrečah

INFOGRAFIKE

- Uvod
- Prepoznavna
- Ravnanje:
 - priprava
 - pogovor
 - podpora šole
- Skrb zase

PODPORA NA NIVOJU ŠOLE

- Podpora na nivoju učitelja
 - Podpora šolske svetovalne službe
 - Medvrstniška podpora
 - Medinstitucionalno sodelovanje
-
- Etika: zaupnost (poklicna molčečnost), dostojanstvo, odgovornost, pristojnost