

1. ŠKOLSKI PREVENTIVNI PROGRAM

Voditeljice: psihologinja Lea Cikron i pedagoginja Dolores Kujek

CILJEVI PROGRAMA:

Jačanje mentalnog zdravlja te promicanje njegovih fundamentalnih principa i vrijednosti kod učenika. Smanjenje simptoma depresije i anksioznosti u različitim grupama učenika prema specifičnoj vrsti poteškoće. Socijalna podrška roditeljima i smanjenje pojavnosti mentalnih poremećaja među učenicima.

Podrška nastavnicima u prepoznavanju učenika kod kojih postoji izražena simptomatologija i postupanje u skladu s njima u suradnji sa stručnom službom škole.

OPIS AKTIVNOSTI:

U školskoj godini 2022./2023. fokus će biti stavljen na očuvanje mentalnog zdravlja kroz radionice Pogled u sebe, radionice u okviru izvannastavne aktivnosti Vršnjačka podrška u panici te obilježavanjem Dana mentalnog zdravlja. Uz to, osvještivat ćemo važnost brige za fizičko zdravlje kroz radionice Korak ispred. Mjesec borbe protiv ovisnosti obilježiti ćemo radionicama Udruge Stijena, radionicama stručne suradnice pedagoginje i psihologinje, predavanjima MUP-a i školske liječnice. U borbi protiv vršnjačkog nasilja pomoći će nam odabrani ambasador nenasilja koji će u suradnji s učenicima izraditi primjerenu kolekciju kojom ćemo obilježiti Dan ružičastih majica. Pedagoginja će kroz izvannastavnu aktivnost Pravi mi društvo pomagati učenicima sa socijalnim i emocionalnim poteškoćama da kroz suradnju i natjecanje u društvenim igrama, odnosno simulacijom tipičnih životnih situacija, primjerenom reaguju na ugodne i neugodne emocije. U preventivnom djelovanju i ove će nam godine pomoći Padlet u nešto izmijenjenom izdanju. Pedagoginja će za učenike završnih četverogodišnjih razreda pripremiti predavanja na temu suficitarnih i deficitarnih zanimanja kako bi učenici donosili informirane odluke prilikom upisa na fakultet. Za učenike trogodišnjih razreda bit će organizirane radionice na temu toga kako tražiti posao i kako se predstaviti poslodavcu.

AKTIVNOSTI:

Rad s učenicima

PROGRAM						
Naziv programa/aktivnosti Kratak opis, ciljevi	Program: a) Evaluiran b) Ima stručno mišljenje/preporuku c) Ništa od navedenog	Razina intervencije a) Univerzalna b) Selektivna c) Indicirana	Razred	Broj učenika	Planirani broj susreta	Voditelj, suradnici
<p>1. Psihosocijalna podrška i strategije samopomoći</p> <p>Projekt „Promicanje mentalnog zdravlja – Pogled u sebe“</p>	a) evaluiran	selektivna	3.c	26 učenika	8 susreta u trajanju od 45 minuta (jednom mjesečno)	studenti medicine koji su prošli edukaciju pod supervizijom psihijatra i psihologa
<p>2. Prepoznavanje i prevencija ovisnosti</p> <p>Radionice Udruge Stijena Predavanja MUP-a Predavanja liječnice školske medicine</p>	<p>b) ima stručno mišljenje/preporuku</p> <p>b) ima stručno mišljenje/preporuku</p> <p>b) ima stručno mišljenje preporuku</p>	selektivna	1. razredi	128	<p>28. i 29. studenoga u 12.25 (Udruga Stijena)</p> <p>ostalo tijekom Mjeseca borbe protiv ovisnosti</p>	voditelji udruge, bivši korisnici, predstavnici MUP-a, školska liječnica
<p>3. Specifični tretman igrupna podrška</p> <p>„Vršnjačka podrška u panici“</p> <p>Pozitivan subjektivni doživljaj uključenih učenika, samoprocjena o usvojenim vještinama nošenja sa stresom i anksioznosti, uspješno prepoznavanje vlastitih simptoma anksioznosti.</p>	c) ništa od navedenog	selektivna	svi razredni odjeli, po potrebi	grupa do 10 učenika	5 radionica	vanjski stručnjaci iz područja očuvanja mentalnog zdravlja, psihologinja

<p>4. Specifični tretman i grupna podrška</p> <p>„ Pravi mi društvo“</p> <p>Usvajanje obrazaca ponašanja koji će učenicima pomoći da se lakše snalaze u svakodnevnim vršnjačkim i obiteljskim situacijama, da prepoznaju svoje emocije, što ih izaziva i kako reakcije prilagoditi svojim sugovornicima s ciljem očuvanja odnosa.</p>	c) ništa od navedenog	selektivna	1. i 2. razredi	grupa do 10 učenika	jedan školski sat svaka dva tjedna	pedagoginja
<p>5. Pedagoške radionice na satu razrednog odjela</p> <p>a) prevenciju svih oblika nasilja i razvoj vještina nenasilnog rješavanja sukoba – u svim razrednim odjelima</p> <p>b) prepoznavanje i prevenciju rizičnih ponašanja (svih vrsta ovisnosti, ranog stupanja u spolne odnose) – u svim razrednim odjelima (u suradnji s MUP-om kroz provedbu preventivnog programa zlouporabe droga "Ne zato jer ne");</p> <p>c) promociju i očuvanje mentalnog zdravlja s naglaskom na teme suicidalnosti, depresije, anksioznosti i napadaja panike – u svim razrednim odjelima;</p> <p>d) strategije nošenja sa stresom kod učenika završnih razreda, uključujući profesionalnu orijentaciju, upoznavanje sa zahtjevima tržišta rada, usvajanje vještina organizacije vremena</p>	Ništa od navedenog	Univerzalna	<p>Svi razredni odjeli</p> <p>a) pojača nou prvim razrednim odjelima</p> <p>b) pojača nou drugim razrednim odjelima</p> <p>c) pojača nou trećim razrednim odjelima</p> <p>d) u četvrtim razrednim odjelima</p>	400 učenika	<p>Na satovima razrednih odjela</p> <p>a) 3 radionice po 45minuta</p> <p>b) 3 radionice po 45minuta</p> <p>c) 3 radionice po 45minuta</p> <p>d) 3 radionice po 45minuta</p>	Razrednici, stručne suradnice

6. Individualni savjetodavni rad	Ništa od navedenog	Indicirana	Svi razredni odjeli, visokorizični učenici s izraženim simptomatologijom	Visokorizični učenici koji pokazuju znakove/simptome ili imaju predispozicije za razvoj poremećaja u kasnijem životu (npr. psihijatrijski poremećaji, školski neuspjeh, asocijalno/agresivno ponašanje i slično) ili rane znakove zlouporabe tvari	Kontinuirano tijekom godine	Stručne suradnice
----------------------------------	--------------------	------------	--	--	-----------------------------	-------------------

Rad s roditeljima

<i>Oblik rada / aktivnosti</i>	<i>Razina intervencije</i>	<i>Sudionici</i>	<i>Tema/Naziv radionice/predavanja</i>	<i>Planirani broj susreta</i>	<i>Voditelj/suradnici</i>
a) Individualno savjetovanje b) Grupno savjetovanje c) Roditeljski sastanak Vijeće roditelja	a) Univerzalna b) Selektivna c) Indicirana				
1. Edukativna predavanja	Univerzalna	Roditelji 2. i 3. razreda	Edukacija o učinkovitom roditeljstvu, grupna podrška, edukacija o poboljšanju odnosa unutar obitelji Podizanje svijesti o važnosti intervencije roditelja i utjecaja intervencije na smanjenje mentalnih poremećaja kod učenika	2 predavanja godišnje u trajanju po 60 minuta	Specijalist psihijatrije, liječnik primarne zdravstvene zaštite

Rad s nastavnicima

<i>Oblik rada aktivnosti</i>	<i>Razina intervencije</i>	<i>Sudionici</i>	<i>Tema/Naziv radionice/predavanja</i>	<i>Planirani broj susreta</i>	<i>Voditelj/suradnici</i>
a) Individualno savjetovanje o postupanju prema učenicima b) Grupno savjetovanje s ciljem prevencije problema u ponašanju c) Razredna vijeća d) Nastavničko vijeće	a) Univerzalna b) Selektivna c) Indicirana				
1. Nastavničko vijeće	Univerzalna	Članovi Nastavničkog vijeća (65 nastavnika)	<i>Predavanje o odgojno učinkovitoj komunikaciji u svrhu premjerenog reagiranja nastavnika u izazovnim nastavnim situacijama</i>	1 predavanje početkom drugog polugodišta	Socijalna pedagoginja
2. Nastavničko vijeće	Univerzalna	Za zainteresirane nastavnike	<i>Predavanje o transrodnosti</i>	1 predavanje u trajanju od 60 minuta	Specijalist psihijatrije