ПРОЦЕДУРА

ЗА ГРИЖА НА УЧЕНИЦИТЕ СО ЕМОЦИОНАЛНИ ПОТЕШКОТИИ

2023/2024

ВОВЕД

Променатана образовниот систем,гледан во контекст на промените во општествениот систем од училиштето се бара да создаде атмосфера и интерес за унапредување на менталното и емоционалното здравје. Во концептот на училиштето што го унапредува здравјето , грижата за здравјето на учениците е издигната на ниво на училишна етика.
.

Развој на ученикот:

- ❖ Стекнување знаења, искуства и вештини во ; когнитивното, емоционалното,

социјалното и психомоторното подрачје

- ❖ Обезбедување правилен емоционален и социјален развој
- ❖ Поддршка на физичкото, менталното и емоционалното здравје

Воспитната компонента во работата со учениците треба да го опфати и емоционалниот аспект, односно здравото емоционално живеење. Учениците сеуште недоволно оформени, зрели и силни личности, соочени со многи тензични фактори и ситуации во своето опкружување (дом, училиште надворешна средина...) често запаѓаат во емоционални кризи и се соочуваат со емоции кои не можат да ги контролираат.

Унапредувањето на грижата за емоционалното здравје, односно навременото отривање на емоционалните проблеми без оглед на изворот(постконфликтни трауми, семејна негрижа и воспитна запуштеност, семејно насилство, распаднато семејство поради развод на родителите,болест во семејството, загуба на драги личности, акутни и хронични стресови...) ќе се промовира преку градење на на здрав животен стил со примена на стратегии за унапредување на емоционалното здравје, преку процеси на; информирање за важноста и значението на емоциите за правилен развој на личноста, дискусии за значението на емоционалното здравје кое е во корелациска врска со физичкото здравје,
разгледување на изворите -причинителите за појава на емоционални потешкотии, превенција за редуцирање и елиминирање на емоционалните потешкотии со превземање на навремени акции.

ЕМОЦИИ

Емоциите се психички процеси што го изразуваат човековиот однос кон предметитенастаните и другите луѓе, но и неговиот однос кон самиот себеси кон сопствените постапки и доживувања. По пат на емоциите човекот ја ценува објективната стварност што го опкружува и субјективната стварност во него, Емоциите ја определуваат и насочуваат човековата активност.

Терминот емоција се однесува на возбудена состојба на организмот која се манифестира на три различни начини:

- како емоционално доживување-чувство на пријатност и непријатност;
- како емоционално однесување- со кое се манифестираат емоциите (страв, гнев,радост и тага) се: карактеристични движења на телото, карактеристични изрази на лицето, промени во говрот, гласот и тонот;
- како физиолошки промени во организмот и тоа во: ендокриниот, кардиоваскуларниот,

мускулаторниот систем, во работата на внатрешните органи и мозокот

КОНТРОЛА НА ЕМОЦИИТЕ

Целта на емоционалната контрола е постигнување на рамнотежа, умереност и воздржување од емоционални испади, а не потиснување на емоциите бидејќи, секоја емоција има своја вредност и значајност во збогатувањето на личноста и на нејзиниот емоционален живот. Свесноста за емоциите е главен темел на емоционалната контрола.

Во воспитно – образовниот процес потребно е примена на стратегии за контрола наемоциите и надминување на емоционалните потешкотии.
Примената на стратегиите за контрола на особено негативните и непријатните емоции на: лутина, гнев, бес, срав, вина, кои доведуваат до потиштеност, анкзиозните состојби, психосоматика, неуротски манифестации.. се првични чекори во редуцирањето и превенирањето на емоционалните потешкотии.

ЕМОЦИОНАЛНИ ПОТЕШКОТИИ

Појавата на емоционални потешкотии кај ученикот во текот на училишниот период може да биде предизвикана од различни ризик фактори кои може да дејствуваат заедно и сериозно да ја отежнуваат ситуацијата при која ученикот реагира емоционално, со страв иповлекување или со гнев и агресија, а така не само што не го разрешува својот проблем туку запаѓа во се подлабока психичка потешкотија.

1. **ПСИХОСОМАТСКИ НАРУШУВАЊА/ПОТЕШКОТИИ**(физички заболувања кои се предизвикани од психолошки причини. Долго време потиснатите и пригушени непријатни чувства кај ученикот кои не смее да ги изрази доведува до насобирање на емотивната енергија која се насобира и останува во организмот како непотребен вишок и доаѓа до дисфункција во

работата на внатрешните органи, коронарни заболувања, хипотензија, улкуси на дигестивниот тракт, мигренски болки, респираторни заболувања...)

2. АНКСИОЗНОСТ/ОПШТА ВОЗНЕМИРЕНОСТ (непријатно чувство на несигурности неизвесност и непредвидливост на настаните со присуство на страв., и се појавува во два облици: во вид на загрижувачки мисли и во вид на физиолошки симптом како: забрзанпулс, тахикардија, напнатост на мускулите, препотување, трменс/треперење, дијареа , дијабетис.)

3. СТРАВ (претставува емоционална реакција многу јака и непријатна проследена со напнатост, грижа и вознемиреност. Страв предизвикуваат ситуации што се доживуваат како опасни, изненадни или нејасни.)

4. ДЕПРЕСИВНО РАСПОЛОЖЕНИЕ (се карактеризира со непријатната емоција, тага и може да се движи од нерасположение до отсуство на волја, социјална интроверзија, губење на интерес и его динамизмите.)

5. ЕМОТИВНА ДЕПРИВАЦИЈА (чувствено нарушување како резултат од емотивна лишеност од емоционална сигурност, љубов, топлина, срдечност и грижа кај ученици од распаднато семејство, отсуство на родителот, семејни недоразбирања, семејни конфликтни и тензични ситуации, насилство, алкохолизам и воспитна запуштеност на членовите од семејството.)

НА КОЈ НАЧИН МОЖЕ ДА СЕ ОТКРИЈАТ/ДЕТЕКТИРААТ УЧЕНИЦИ СО ЕМОЦИОНАЛНИ ПОТЕШКОТИИ:

Индикативни предвидувачки знаци:

- Именовани промени од страна на родителите
- Именовани промени од страна на наставниците
- Именовани промени од страна на врсниците
- Оценитe и поведението на ученикот

АКЦИОНЕН ПЛАН ЗА ГРИЖА НА УЧЕНИЦИТЕ СО ЕМОЦИОНАЛНИ ПОТЕШКОТИИ

Ред. бр.	**Цели**	**Активности**	**Реализатори**	**Време на реализација**
1,	Идентификување на ученици со емоционални потешкотии	- интервју со родители, одделенски раководители, ученици	Психолог Родители, одделенски раководители, ученици	Во текот на учебната година
2.	психолошка поддршка на учениците	- разговор со учениците - разговор со родителите - соработка со институциите кои се занимаваат со проблеми од областа на емоционалните и менталните потешкотии/нарушувања	Психолошкаслужба, ученици, родители, релевантни институции (ЈЗУ Завод за ментално здравје за деца и младинци, ЦСР, МВР)	Во текот на учебната година

3	Поттикнување и развивање на емоционалните вештини кај учениците	презентација за важноста и значењето на учењето за препознавање, изразување и контрола на емоциите;	Психолошко-педагошка служба	Во текот на учебната година
4	Следење на постигањата и поведението кај учениците со емоционални проблеми	Следење на учениците по посета на часови каде има ученици со емоционални проблеми	Психолошко-педагошка служба, наставници	Во текот на учебната година

Изработиле:
Педагошко психолошка служба
Александар Димитров
Марина Јанеска
Наташа Костовска
Марија Кочовска