

ООУ „Тихомир Милошевски“

АКЦИСКО ИСТРАЖУВАЊЕ

УНАПРЕДУВАЊЕ НА ДОБРОСОСТОЈБАТА И МЕНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ НА
УЧЕНИЦИТЕ
ЗАЕДНО ЗА ПОДОБРО УЧИЛИШТЕ

Ирена Мирческа – психолог
Јуни, 2024

1. ВОВЕД

Во ООУ „Тихомир Милошевски“ беше спроведено акцино истражување на тема „Унапредување на добросостојбата и менталното здравје на учениците“ во периодот од септември 2024 до јуни 2025 година. Истражувањето ја опфати целната група составена од ученици од различни одделенија, наставници и родители.

Причини за истражувањето: Зголемената потреба за психолошка поддршка, зачестените појави на стрес, намалена мотивација и нарушена добросостојба кај учениците, како и предизвиците со кои се соочуваат наставниците и родителите, беа главни причини за избор на оваа тема.

Истражувачко прашање; „Дали систематски реализирани работилници за самоконтрола, организација на времето и справување со конфликти придонесуваат за подобрување на училишната клима и намалување на конфликтите кај учениците од VI–IX одделение?“

Почетна состојба: Анкетите и набљудувањата покажаа дека најчести проблеми се:

- недоволна самоконтрола,
- чести конфликти и појави на насилство,
- чувство на социјална изолација кај дел од учениците,
- намалена мотивација за учење.

Теоретска рамка

Поимот „добросостојба“ опфаќа психолошка, емоционална и социјална стабилност на ученикот, а „менталното здравје“ претставува основа за когнитивен развој, училишна мотивација и позитивни интерперсонални односи. Суштината е во чувството на благосостојба, способноста за справување со стрес, развој на позитивни односи и продуктивно учество во заедницата.

Фокус на истражувањето

Во рамките на истражувањето посебно внимание беше посветено на когнитивниот развој на учениците: нивната способност за учење, критичко мислење, саморегулација и поставување цели. Преку работилници и активности се поттикнуваше мотивацијата за учење, развивањето на вештини за самоконтрола и организација на времето, како и градењето на позитивни ставови кон училишните обврски.

Улога на наставниците и родителите

Наставниците беа охрабрени да применуваат иновативни приоди, диференцирани методи според когнитивните стилови на учениците (визуелни, аудитивни, кинестетички), да даваат позитивен фидбек и да промовираат култура на почитување и соработка. Родителите беа

вклучени преку дискусии и работилници, со цел да се создаде заедничка култура на поддршка.

Цели на истражувањето

Ова акционо истражување е насочено кон:

- Подобрување на психолошката добросостојба и менталното здравје кај учениците преку поттикнување на нивниот когнитивен развој и мотивација за учење.
- Развивање на позитивна училишна клима и култура на поддршка преку насоки за наставниците и родителите.
- Зголемување на квалитетот на наставата преку промоција на иновативни приоди и современи методи на работа.

2. МЕТОДОЛОГИЈА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО

Истражувачки дизајн

Истражувањето е спроведено како акционо истражување на ниво на училиште, со примена на цикличниот процес:

1. Идентификација на проблемите (анкета, набљудувања, дискусии).
2. Планирање на активности (акциски план и годишна програма).
3. Реализација на работилници и интервенции.
4. Набљудување и прибирање податоци за ефектите.
5. Рефлексија и адаптација на активностите.

Целна група

- Ученици од I–IX одделение.
- Наставници (класни раководители и предметни наставници).
- Родители (преку родителски состаноци и совет).

Техники и инструменти

- Анкета – за утврдување на ставови и приоритети.
- Набљудување – систематско следење на однесувањето на учениците во училишната средина.
- Интервјуа и дискусии – со наставници и родители за дополнителни согледувања.
- Документација – изработка на акциски план, кодекс на однесување и годишна програма.

Критериуми/исходи

- Намалување на бројот на конфликти и случаи на насилство.

- Зголемување на бројот на ученици кои покажуваат самоконтрола и позитивни ставови кон училишните обврски.
- Подобрена атмосфера во паралелките и училишната клима.
- Активна вклученост на наставници и родители во процесот.

3. АКЦИСКИ ПЛАН

- Во прилог

4. РЕЗУЛТАТИ И ЗАКЛУЧОЦИ

Интерпретација на резултатите од прашалникот

Прашање бр.1: Кои теми за обработка се најприоритетни според Вас? Анкетата спроведена меѓу ученици, наставници и родители покажа дека најчесто избрани теми се:

- Самоконтрола
- Организација на времето
- Разрешување на конфликти
- Помош на ученик кој е жртва на насилство
- Видови насилство
- Поддршка и грижа за себе и другиот
- Свесност за важноста на менталното здравје
- Градење култура и клима на добросостојба

Овие теми се повторуваат во најголем број одговори и претставуваат јадро на проблемите што учениците ги препознаваат во секојдневниот училишен живот.



Прашање бр.2: Дополнителни предлози и идеи Испитаниците предложија активности поврзани со:

- Социјална изолација и начини за надминување
- Флексибилност како вештина за справување со предизвици
- Развивање свесност за различности и инклузија
- Предизвиците на денешницата кај младите
- Мотивација за учење
- Инфраструктурни подобрувања (уредување на училишниот двор)

Овие предлози покажуваат поширок спектар на потреби кои, покрај менталното здравје, се однесуваат и на училишната средина и култура.

F
Кои теми за обработка се најприоритетни според Вас. Можете и да додадете идеја или предлог.
уредување на училишниот двор
Справување со токсични луѓе;Предизвиците на денешницата кај младите;Разрешување на конфликти;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Поддршка и грижа за себе и другиот;Организација на времето;Самоконтрола;
Градење култура и клима на добросостојба;Организација на времето;Разрешување на конфликти;Предизвиците на денешницата кај младите;Флексибилност како вештина;
Предизвиците на денешницата кај младите;Разрешување на конфликти;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Градење култура и клима на добросостојба;Поддршка и грижа за себе и другиот;Видови насилство;Самоконтрола;Социјална изолација;
Организација на времето;
Предизвиците на денешницата кај младите;Градење култура и клима на добросостојба;Поддршка и грижа за себе и другиот;Самоконтрола
Самоконтрола;Видови насилство;Поддршка и грижа за себе и другиот;Градење култура и клима на добросостојба;Како да се

Кои теми за обработка се најприоритетни според Вас. Можете и да додадете идеја или предлог.
Организација на времето;Видови насилство
Разрешување на конфликти;Организација на времето
Разрешување на конфликти
Разрешување на конфликти
Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Свесноста за важноста на менталното здравје;Самоконтрола;Организација на времето;Поддршка и грижа за себе и другиот;Разрешување на конфликти;Флексибилност како вештина
Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Видови насилство;Предизвиците на денешницата кај младите;Поддршка и грижа за себе и другиот
Поддршка и грижа за себе и другиот;Самоконтрола;Свесноста за важноста на менталното здравје;Предизвиците на денешницата кај младите;Градење култура и клима на добросостојба;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Разрешување на конфликти;Флексибилност како вештина
Самоконтрола;Социјална изолација;Градење култура и клима на добросостојба;Предизвиците на денешницата кај

Кои теми за обработка се најприоритетни според Вас. Можете и да додадете идеја или предлог.
Поддршка и грижа за себе и другиот;Градење култура и клима на добросостојба;Развивање свесност за постоење на различностите;Предизвиците на денешницата кај младите;Свесноста за важноста на менталното здравје;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Социјална изолација;Видови насилство;Организација на времето;Самоконтрола;Разрешување на конфликти
Градење култура и клима на добросостојба;Свесноста за важноста на менталното здравје;Мотивација за учење;Развивање свесност за постоење на различностите
Социјална изолација;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Градење култура и клима на добросостојба
Самоконтрола;Поддршка и грижа за себе и другиот;Разрешување на конфликти;Флексибилност како вештина
Организација на времето;Градење култура и клима на добросостојба;Предизвиците на денешницата кај младите
Видови насилство;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Разрешување на конфликти
Организација на времето;Самоконтрола;Разрешување на конфликти;Како да се помогне на ученик кој е жртва на

Кои теми за обработка се најприоритетни според Вас. Можете и да додадете идеја или предлог.
Видови насилство;Социјална изолација;Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство;Развивање свесност за постоење на различностите;Разрешување на конфликти;Предизвиците на денешницата кај младите;Свесноста за важноста на менталното здравје
Предизвиците на денешницата кај младите
Поддршка и грижа за себе и другиот
Разрешување на конфликти
Предизвиците на денешницата кај младите
Поддршка и грижа за себе и другиот;Градење култура и клима на добросостојба;Предизвиците на денешницата кај младите
Самоконтрола;Поддршка и грижа за себе и другиот;Градење култура и клима на добросостојба;Развивање свесност за постоење на различностите;Разрешување на конфликти
Како да се помогне на ученик кој е жртва на насилство
Самоконтрола;Поддршка и грижа за себе и другиот;Градење култура и клима на добросостојба;Развивање свесност за постоење на различностите;Разрешување на конфликти;Предизвиците на денешницата кај младите;Свесноста за важноста на менталното здравје;Флексибилност како вештина;Како да се помогне на

Анализа на резултатите

- Најчести проблеми: самоконтрола, конфликти и насилство се препознаени како најголеми предизвици.
- Емоционална добросостојба: учениците често наведуваат дека се чувствуваат нервозни, повредени или дискриминирани, што укажува на потреба од активности за емоционална писменост и поддршка.
- Социјални односи: озборување, навреди и социјална изолација се повторуваат како проблеми, особено кај средните одделенија.
- Позитивни аспекти: дел од учениците препознаваат важноста на менталното здравје и бараат активности за градење култура на добросостојба, што е силен индикатор за нивна свесност и мотивација.

ЗАКЛУЧОЦИ

1. Најчести приоритети се самоконтрола, организација на време, разрешување на конфликти и справување со насилство – овие теми треба да бидат основа на програмата.
2. Учениците од VII и VIII одделение најчесто пријавуваат проблеми со навреди, озборување и конфликти, што укажува на потреба од засилени интервенции во овие возрастни групи.
3. Учениците од IX одделение покажуваат поголема зрелост и подобри интерперсонални односи, но сепак наведуваат проблеми со навреди и озборување.
4. Потребно е изработување на кодекс на однесување за секое одделение, со акцент на специфичните проблеми, и негово видно изложување во училницата.
5. Реализација на работилници во секое одделение за темите идентификувани како приоритетни (самоконтрола, конфликти, насилство, поддршка и грижа за себе и другиот).
6. Вклучување на родителите и наставниците во активности за поддршка, со цел да се создаде заедничка култура на добросостојба и ментално здравје.
7. Континуирано следење и евалуација преку повторни анкети и дискусии, за да се утврди напредокот и да се адаптираат активностите според потребите на учениците.

5. ОПИС И АНАЛИЗА НА ПРЕЗЕМЕНИТЕ НАТАМОШНИ АКТИВНОСТИ

Избор на активности

Изборот на работилниците и активностите беше направен врз основа на најчесто детектираните проблеми од анкетата: самоконтрола, организација на времето, конфликти, насилство и потреба од поддршка и грижа за себе и другиот.

Реализирани работилници по одделенија

VI одделение

- „Самоконтрола“ – развивање способност за справување со импулси и емоции.
- „Кругови на поддршка“ – поттикнување свесност за постоење на поддршка и грижа за себе и другите.

VII одделение

- „Емоциите во моето тело“ – препознавање и изразување на сопствените емоции.
- „Соработка“ – развивање групна динамика и алтруизам.
- „Развивање свесност за различности“ – поттикнување толеранција и инклузија.

VIII одделение

- „Видови насилство“ – дебата и истражување за состојбата во училиштето.
- „Како да му помогнеме на ученик кој е жртва на насилство“ – креирање упатство и протокол за постапување.

IX одделение

- „Организација на времето и прокрастинација“ – подобрување на академска ефикасност.
- „Флексибилност“ – развивање вештини за справување со предизвици и лична резилентност.

Кодекс на однесување

Паралелно со работилниците беше изготвен и Кодекс на однесување, кој заедно со учениците беше изложен во училниците. Целта беше учениците да изработат сопствен правилник со помош на психологот, кој се очекува повеќе да го почитуваат бидејќи е создаден со нивно активно учество.

Анализа на активностите

- Ефекти:
 - Учениците од VI и VII одделение покажаа подобрена самоконтрола и поголема свесност за емоциите.
 - Во VIII одделение се зголеми свесноста за насилството и се создаде протокол за постапување, што придонесе за поголема сигурност кај учениците.
 - IX одделение разви подобри академски навики и вештини за справување со предизвици.
- Предизвици:
 - Во VIII и IX одделение остануваат проблеми со навреди и озборувања, што бара дополнителни интервенции.
 - Дел од учениците покажаа отпор кон активно учество, особено во дебатите за насилство.
 - Вклученоста на родителите беше ограничена и потребно е да се засили.
- Препораки:

- Да се продолжи со работилници за емоционална писменост и справување со конфликти.
- Да се воведат индивидуални сесии за ученици кои покажуваат поголеми тешкотии.
- Да се засили соработката со родителите преку редовни работилници и информативни состаноци.
- Да се направи ревизија на Кодексот на однесување секој семестар, со активна вклученост на учениците.

6. ЗАКЛУЧОК

Акционото истражување спроведено во ООУ „Тихомир Милошевски“ ја потврди суштинската потреба од систематски и континуиран пристап кон унапредување на добросостојбата и менталното здравје на учениците. Резултатите од анкетите, набљудувањата и дискусиите со ученици, наставници и родители јасно укажаа дека проблемите како недоволна самоконтрола, слаба организација на времето, конфликти, насилство, социјална изолација и потреба од поддршка се реални и присутни во секојдневниот училишен живот.

Реализираниот акциски план, преку внимателно осмислени работилници, дебати, хуманитарни активности и изработка на кодекс на однесување, овозможи учениците да развијат социо-емоционални компетенции, да ја зголемат свесноста за значењето на менталното здравје и да се поттикне култура на соработка, толеранција и меѓусебна поддршка. Паралелно, наставниците и родителите беа активно вклучени во процесот, што придонесе за создавање заедничка одговорност и чувство на заедништво во грижата за психолошката благосостојба на учениците.

Повратните информации и набљудувањата покажаа позитивни промени: подобрена атмосфера во повеќето паралелки, намалување на попречувањето на наставата, намалување на конфликтите за време на одморите и поголема свесност кај учениците за важноста на менталното здравје. Сепак, остануваат предизвици во VIII и IX одделение, каде што навредите и озборувањата се уште се присутни, што укажува на потреба од дополнителни интервенции, индивидуални сесии и засилена работа на развивање на култура на почитување и емпатија.

Ова истражување ја потврди важноста на акционото истражување како метод за подобрување на училишниот климат: преку активно учество на учениците, наставниците и родителите се создава чувство на заедништво, одговорност и поддршка. Акционото истражување не е само алатка за решавање на моментални проблеми, туку процес кој овозможува училишната заедница да учи од сопствената практика, да ја анализира и да ја подобрува во континуитет.

Заклучно, унапредувањето на добросостојбата и менталното здравје на учениците не е еднократна активност, туку долгорочен и динамичен процес кој бара постојано следење, адаптација и вклученост на сите засегнати страни. Само преку заеднички напори, преку

систематска работа и преку градење култура на почитување, емпатија и соработка, училиштето може да стане средина во која секој ученик ќе се чувствува безбедно, поддржано и мотивирано да учи и да се развива.

Ова истражување е доказ дека промените се можни кога постои јасна визија, добро осмислен план и заедничка посветеност. Тоа е почеток на патување кон поинклузивно, поемпатично и поуспешно училиште, во кое добросостојбата и менталното здравје ќе бидат темел на секојдневното воспитно-образовно делување.

Препораки за идни чекори

1. Продолжување и проширување на работилниците

- Да се воведат редовни циклуси на работилници (на пр. еднаш месечно) за теми како самоконтрола, справување со конфликти, емоционална писменост и инклузија.
- Да се развијат нови работилници за теми кои учениците ги предложија: мотивација за учење, справување со социјална изолација, предизвици на денешницата кај младите.
- Да се воведат индивидуални сесии за ученици кои покажуваат поголеми тешкотии, особено во VIII и IX одделение.

2. Засилување на улогата на наставниците

- Организирање на обуки за наставници за позитивна комуникација, справување со стрес и поддршка на ученици со емоционални тешкотии.
- Вклучување на наставниците во тимови за поддршка, каде ќе се споделуваат искуства и ќе се развиваат заеднички стратегии.
- Развивање на менторска програма – наставници кои имаат искуство да бидат ментори на помлади колеги во справување со конфликти и создавање инклузивна училишница.

3. Активна улога на родителите

- Организирање на работилници за родители за теми како: поддршка на детето дома, справување со стрес, градење позитивни односи.
- Вклучување на родителите во заеднички проекти (уредување на училишниот двор, хуманитарни акции), со цел да се засили чувството на заедништво.
- Креирање на информативен билтен или онлајн платформа каде родителите ќе добиваат совети и информации за менталното здравје.

4. Развој на училишната култура

- Редовна ревизија на Кодексот на однесување – секој семестар, со активна вклученост на учениците.

- Воведување на ученички клубови за добросостојба, каде учениците сами ќе иницираат активности за поддршка и инклузија.
- Организирање на кампањи за свесност (плакати, презентации, настани) за значењето на менталното здравје.

5. Соработка со локалната заедница

- Вклучување на Црвен крст, НВО организации и локални институции во активности за поддршка на учениците.
- Организирање на заеднички проекти (хуманитарни акции, кампањи против насилство, активности за инклузија).
- Поврзување со универзитети и стручни центри за дополнителни истражувања и обуки.

6. Континуирано следење и евалуација

- Спроведување на повторни анкети и дискусии секој семестар за да се утврди напредокот.
- Воведување на скала за учество и партиципација (како работниот лист што го имаш отворено) за да се мери степенот на вклученост на учениците.
- Подготовка на годишен извештај за резултатите и препораките, кој ќе се презентира пред наставничкиот колегиум и родителскиот совет.

Ирена Мирческа
Психолог
ООУ „Тихомир Милошевски“

ООУ „Тихомир Милошевски“

Општина Горче Петров

ПРОГРАМА ЗА

УНАПРЕДУВАЊЕ НА ДОБРОСОСТОЈБАТА И МЕНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ НА УЧЕНИЦИТЕ

1. Важност и свесност за менталното здравје кај учениците

<i>Улога на менталното здравје во општата добросостојба и квалитетот на животот на учениците</i>	Видови активности и тип на помош	Корисници
Различни теми од интерес на децата и младите и на училишната заедница поврзани со менталното, социјалното и физичкото здравје, како и со ризичните однесувања на младите, и нивниот животен стил.	Групни предавања и работилници со ученици	Сите членови на училишната заедница: Актив на стручни служби, заинтересирани наставници, наставнички колегиум, ученици во организирани тела, родителски совет, родителски состаноци.
Предавања засновани на истражувачки наоди, за состојбите со младите и нивното ментално и физичко здравје	Групни предавања и работилници со ученици	На иницијатива на стручната служба, заради согледување на потребата од пошироко информирање за состојбите.

2. Развивање на социо-емоционални компетенции и компетенции за психолошка резилентност и добросостојба

<i>Улогата на социо-емоционалните компетенции и вредностите во унапредувањето на психолошката добросостојба, резилентноста и менталното здравје</i>	Видови активности и тип на помош	Корисници
<p>Поддршка на учениците во развојот на социо-емоционални вештини поврзани со нивниот животен стил и секојдневните интеракции: соработка наспроти токсична компетитивност, справување со анксиозност и стрес во социјален и академски контекст, активно слушање, асертивност, справување со чувства на социјална изолација и отфрленост од соучениците, нарушена самоверба, справување со конфликти, организација на времето, справување со хронична прокрастинација</p>	<p>Работилници Предавања, Индивидуална работа, Групна работа на развој на одредена вештина, Групна работа како превенција на одреден проблем или конфликт</p>	<p>Како директни корисници првенствено се учениците /адоlesцентите; потоа наставниците; директно како учесници на работилници можат да бидат и родителите, но родителите и посредно преку работата со ученикот кој се соочува со проблемот</p>
<p>Поддршка на адоlesцентите во развивање на вредности (особини): благодарност, емпатија и сочувствување, самоконтрола и саморегулација, толеранција на различности, оптимизам, чесност, и нивната комплементарност со социо-емоционалните компетенции во унапредувањето на добросостојбата и менталното здравје</p>	<p>Работилници Предавања, Индивидуална работа, Групна работа на развој на одредена вештина Хуманитарни активности: „Правиме добри дела“ Глобална борба против гладта и вклучување во кампањата</p>	<p>Како директни корисници првенствено се учениците /адоlesцентите; потоа наставниците; родителите можат и директно како учесници на работилници или посредно преку работата со учениците</p> <p>Во локалната заедница</p> <p>Црвен крст</p>

	<p>„Помислете и на нас“</p> <p>Активности како дел од проектот „Наша мала библиотека“</p>	
--	---	--

3. Развој на компетенциите на наставникот и класниот раководител, за психосоцијална помош и поддршка на учениците, и новите улоги на наставникот

<i>Обуки за унапредување на комуникациски и други вештини од помош и поддршка на релација наставник-ученик</i>	Видови активности и тип на помош	Корисници
Вештини на позитивна комуникација активно слушање, користење позитивен фидбек, покажување почит, оддавање признание, поттикнување на учество, градење можности за еднаквост на секое дете.	Индивидуална работа Групна работа	Класни раководители, Наставници, На иницијатива на наставници или стручни соработници.
Грижа за себе на наставниците: активности насочени на следење и унапредување на менталното здравје на наставниците	Активности за само-проценка, Работилници за справување со стресот и унапредување на менталното здравје на наставниците	Наставници На иницијатива на наставници или стручни соработници.
Активности за ефикасно вклучување на родителите во активностите на училиштето	Работилници, Презентации	наставници На иницијатива на наставници или стручни соработници.

ПРИЛОЗИ: Образец 1

А. Годишен план за спроведување (Опис што ќе биде направено, за кого, од кого, каде, кога).

Активности	Очекувани резултати	Целна група	Носители на активността	Место на реализација	Време на реализација	Потребни ресурси
Акциски план	Програма за унапредување на менталното здравје и благосостојба на учениците	Ученици	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	септември	Е-ресурси за подобрување на менталното здравје
Истражување за приоритетни области и потреби	Листа на работилници согласно потребите на учениците	Ученици Наставници и родители	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор ученички парламент	училиште	октомври	Анкетни листови Google forms
Хуманитарна акција	Поттикнување на емпатија и хуманите вредности кај учениците	Ученици Родители и наставници	Подмладок на црвен крст одговорен наставик Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	Училиште и соодветна институција за донирање на собраните средства	октомври	Донации од храна и средства за хигиена
Работилница самоконтрола	Развивање способност за справување на сопствените импулси,	9а	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Ноември	Презентација Хартија

	трпеливост, дисциплина и силна волја					Прибор за пишување Работен листови
Работилница за организирање на времето и прокрастинација	Организирање на време и обврски кај учениците	9б	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Ноември	Презентација Хартија Прибор за пишување Работен листови
Работилница Соработка	Развивање на групна динамика и алтризам	7б	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Декември	Презентација Хартија Прибор за пишување Работен листови
Работилница Кругови на поддршка	Свесност за постоење на поддршка и грижа за себе и другиот	3а	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Декември	Презентација Хартија Прибор за пишување Работен листови
Работилница Видиви насилство	Дебата за видови насилство помеѓу ученоиците, истражување за состојбата во училиштето	8б	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Јануари	Презентација Хартија Прибор за пишување Работен листови
Градење на клима и култура на добросотојба и менталното здравје во училиштето/училницата	Надминување на социјална изолација на учениците Создавање групи на поддршка	6а	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Јануари	Презентација Хартија Прибор за пишување Работен листови
Емоциите во моето тело	Препознавање на сопствените	7б	Психолог Педагог	училиште	февруари	Презентација

	емоции, конкретизација и локализација на своите емоции		Специјален едукатор и рехабилитатор			Хартија Прибор за пишување Работен листови
Како да му помогнеме на ученик кој е жртва на насилство	Информација за протоколот за справување на насилство кај учениците Криерање упатство	Ученички парламент	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	февруари	Презентација Хартија Прибор за пишување
Одбележување на меѓународниот ден на лицата со даунов синдром – сите сме еднакви	Развивање свесност за постоењето на различностите	Инклузивен тим Ученици	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Март	Презентација Хартија Прибор за пишување
Разрешување на конфликти	Развивање вештини за препознавање на конфликти, асертивна комуникација и активно слушање	2а	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Март	Презентација Хартија Прибор за пишување
Намалување на малолетнична деликвенција и превземање на педагошки мерки Форми и начини на препознавање дете под ризик од деликвенција	Дебата за предизвиците на младите на денешницата Начини на помош и поддршка на учениците под ризик	Ученици Ученици	Ученички парламент Стручни соработници Полициски претставници	Училиште	Април	Презентација Хартија Прибор за пишување
Фактори за подобрување на менталното здравје кај учениците	Свесност за важноста на менталното здравје покрај физичкото	4б	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	април	Презентација Хартија Прибор за пишување
Како се чувствувам?	Јасно изразување на сопствените емоции	5б	Психолог Педагог	училиште	мај	Презентација

	Попис на емоции		Специјален едукатор и рехабилитатор			Хартија Прибор за пишување
Добросотојба Три добри работи	Следење на секојдневните активности водење дневник за три добри работи во период од еден месец	5a	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	Мај	Презентација Хартија Прибор за пишување
Флексибилност	Развој на компетенција за справување со предизвици Развој на лични особини и вештини	4a	Психолог Педагог Специјален едукатор и рехабилитатор	училиште	јуни	Презентација Хартија Прибор за пишување

Напомена: Планот може да претрпи измени согласно приоритетите на учениците. (Темите на работилниците ќе бидат избрани и распоредени согласно анкетите на учениците)

Изработил:

Ирена Мирческа – психолог