



SPOJENECTVÍ VE ŠKOLE

PRACOVNÍ SEŠIT



Podpora duševního zdraví v místních evropských školách

N° 2022-1-BG01-KA220-SCH-000085840



**Co-funded by
the European Union**

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a názory jsou však pouze názory autora (autorů) a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za ně nemohou nést odpovědnost.

MODUL 1

INDIVIDUÁLNÍ ČINNOST

DEFINUJTE SPOJENECTVÍ



Odpovězte na následující otázky o spojení ve škole

1 Jak pro vás vypadá spojení?

2 Co si myslíte, že by z vás udělalo silnějšího spojence?



MODUL 3

INDIVIDUÁLNÍ ČINNOST

PRŮZKUM ENERGIE



Pochopení naší síly je základem toho, abychom byli spojenci.

- 1** Jaká je podle vás vaše síla učitelů při podpoře a ochraně duševního zdraví studentů?

- 2** Co si myslíte, že by z vás udělalo silnějšího spojence?



MODUL 5



BUDOVÁNÍ SPOJENECTVÍ PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ NA VYSOKÉ ŠKOLE

Cíl: Naučte se konkrétní akce spolenectví, které můžete podniknout na základě své poziční síly - a vymyslete, jak je aplikovat ve vaší škole.

Instrukce:

Týmová diskuse

- Zamyslete se nad hlavními problémy souvisejícími s duševním zdravím, kterým vaše skupina čelí ve školním prostředí.
- Příklady problémů mohou zahrnovat: úzkost z akademického výkonu, šikanu, nedostatek emocionální podpory, stres učitele nebo sociální izolaci.

Opatření, která mají být přijata

- Na základě identifikovaných výzev a síly každého účastníka jako spojence by měl každý tým vytvořit konkrétní akční plán.
- Definujte konkrétní akce, které může tým podniknout, aby se vypořádal s alespoň jedním z problémů duševního zdraví identifikovaných v kroku 1.
- Každá akce by měla být jasná a dosažitelná. Příklady akcí mohou mimo jiné zahrnovat: workshopy všímavosti, vytvoření skupiny emoční podpory, implementaci mentorského programu.

Uznání naší síly jako spojenců

- Sdílejte úvahy a diskutujte o tom, jak se mohou členové navzájem podporovat jako spojenci.
- Identifikujte zdroje a schopnosti, které má každý člověk, a jak může přispět ke zmírnění problémů uvedených v kroku 1.
- Vytvořte „mapu aliance“ na list papíru nebo tabuli, kam každý člen týmu napíše, čím může přispět ke zlepšení této školní výzvy související s duševním zdravím.

Prezentace plánu

- 5–10 minut na prezentaci vašeho akčního plánu s vysvětlením, jak budete řešit výzvy a jak se budete navzájem podporovat jako spojenci.