

Емоційне здоров'я учнів: турбота, що формує майбутнє

У сучасному освітньому середовищі емоційне здоров'я дітей є не менш важливим, ніж академічні знання. Саме воно впливає на здатність учня навчатися, взаємодіяти з оточенням, долати труднощі та розвиватися гармонійно.

Що таке емоційне здоров'я?

Це здатність дитини:

- ✓ розпізнавати та виражати власні емоції;
- ✓ справлятися зі стресом і напругою;
- ✓ будувати позитивні стосунки;
- ✓ мати відчуття безпеки, підтримки та прийняття.

Як ми підтримуємо емоційне здоров'я в закладі освіти?

- ✓ Створюємо доброзичливу, безпечну атмосферу в класах і групах.
- ✓ Проводимо заняття з емоційного розвитку, саморегуляції та комунікації.
- ✓ Залучаємо психолога до індивідуальної та групової роботи з учнями.
- ✓ Реагуємо на ознаки емоційного виснаження, тривожності чи булінгу.
- ✓ Співпрацюємо з батьками, надаючи поради та ресурси для підтримки дітей вдома.

Роль батьків

- ✓ Будьте уважними до змін у поведінці дитини.
- ✓ Говоріть про почуття, слухайте без осуду.
- ✓ Підтримуйте баланс між навчанням і відпочинком.
- ✓ Звертайтеся до фахівців, якщо дитина переживає труднощі.

Спільна турбота — спільний результат

Емоційне здоров'я — це основа успішного навчання, соціального розвитку та щасливого дитинства. Ми прагнемо, щоб кожна дитина почувалася важливою, захищеною і впевненою в собі.