



Spolufinancováno
Evropskou unií



Týden duševního zdraví ve školách na Mohelnicku

V celé České republice i na celém světě probíhají od 10. září do 10. října již 35 let nejrůznější aktivity na podporu duševního zdraví. Oficiálně je 10. říjen stanoven Světovým dnem duševního zdraví. Hlavním cílem těchto aktivit je zviditelnit a podpořit důležité téma duševního zdraví, přiblížit prevenci široké veřejnosti a propojovat organizace zabývající se různými tématy duševního zdraví. O to se snažíme také na Mohelnicku, kde se nám již třetím rokem daří spolupráce mezi školami a školkami, Nízkoprahovým zařízením pro děti a mládež, Městskou knihovnou v Mohelnici a Orgánem sociálně právní ochrany dětí a mládeže Městského úřadu v Mohelnici.

V letošním roce probíhal Týden duševního zdraví ve školách na Mohelnicku od 30.9.2024 do 4.10.2024. V rámci tohoto týdne mohly školy a školky opět využít při své práci s dětmi a dospívajícími širokou škálu aktivit podporujících nejen duševní zdraví, kterou sestavili pedagogové a další odborníci z řad preventistů. Žáci základních škol Mlýnská a Vodní mohli také využít návštěvy školních poradenských pracovišť, kde se seznamovali s nejrůznějšími pomůckami a nabízenými službami, a dále navštívili již zmíněné spolupracující organizace: Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež v Mohelnici, Městskou knihovnu v Mohelnici a Oddělení sociálně právní ochrany dětí v Mohelnici. Pracovníci těchto organizací k průběhu Týdne duševního zdraví napsali:

Mgr. Jana Hýblová (vedoucí Nízkoprahového zařízení pro děti a mládež v Mohelnici)

„Žáci se zúčastnili preventivní besedy na téma "Třída jako pravý tým". Hlavním cílem bylo poskytnout žákům nástroje a strategie pro efektivní řešení konfliktů v rámci kolektivu a zlepšení celkového třídního klimatu. Program se zaměřil na důležitost spolupráce při řešení problémů, které mohou v třídním kolektivu vzniknout, a také na způsoby, jak mohou jednotliví žáci přispět k harmonickému a efektivnímu fungování třídy. Beseda zdůraznila, že úspěch v třídních vztazích závisí na schopnosti spolupracovat, vzájemně se podporovat a aktivně přispívat k vytváření pozitivního prostředí. Téma bylo také úzce propojeno s otázkou duševního zdraví žáků. Když se žáci cítí součástí pozitivního a podporujícího kolektivu, v němž jsou jejich názory respektovány a kde se konflikty řeší konstruktivně, zvyšuje se jejich pocit bezpečí a spokojenosti.“

Mgr. Lenka Šváchová (kurátor pro mládež)

„...si pro žáky 8. ročníku připravila přednášku na téma Trestně právní odpovědnost dětí, ta se uskutečnila v zasedací místnosti na Městském úřadě v Mohelnici. V rámci této přednášky byli žáci 8. tříd seznámeni možnými důsledky protiprávního jednání, a to i v případě, že jim ještě nebylo 15 let, také s tím, jak pomoci někomu, na kom je protiprávního jednání páčáno. Na konkrétních příkladech s

nimi bylo diskutováno o možnostech prevence takového jednání, případně o možných důsledcích a jejich případné nápravě. Po celou dobu pracovaly děti ve skupinkách, diskutovaly, argumentovaly, dotazovaly se. Jako přínosné vnímám i to, že měli možnost poznat některé pracovníky OSPODu, seznámit se s naší činností a lépe porozumět smyslu naší práce. Během přednášky jim bylo sdělováno, že se mohou na OSPOD obrátit i oni sami, když budou mít problém, se kterým si nebudou vědět rady.“

Adéla Hulmanová (pracovnice Městské knihovny v Mohelnici)

„Společně s Mgr. Terezou Strupkovou jsme měly pro žáky 5. ročníku připravený vylepšený pracovní list s tématy emocí, strachu. V listě jsme využily současné a populární filmy – V hlavě 2, Můra noční, předvánoční, Harry Potter. Práce s listem děti bavila, některé se i rozpovídaly o svých obavách a o tom, co jim pomáhá. Byly třídy, kde byla spolupráce těžší, ale to už tak bývá. Druhá část besedy patřila debatě o knižních hrdinech, o jejich charakterech. Dětem jsem představila knihy se zajímavými tématy - tělesné postižení, uprchlictví, smrt, historie, ale i stručné vyprávění o výjimečných a inspirujících lidech (Picasso, Alžběta II, D. Attenborough, A. Einstein a další), kteří se ve svém životě popasovali s různými těžkostmi, které je nakonec posílily. Myslím, že se nám akce vydařily. Velký dík patří spolupracujícím pedagogům a asistentům.“

Spolupracující organizace se také podílely na realizaci Poradenského odpoledne pro žáky a jejich zákonné zástupce i pro širokou veřejnost. Poradenská odpoledne proběhla jak na ZŠ Mohelnice, Mlýnská ve středu 2.10.2024, tak na ZŠ Mohelnice, Vodní ve čtvrtek 3.10.2024. Zájemcům zde byla představena činnost a služby spolupracujících organizací včetně služeb školních poradenských pracovišť, jejichž podporu lze využít přímo ve školách.

Realizaci celé akce zaštil Místní akční plán rozvoje vzdělávání na Mohelnicku, projekt, jehož hlavním cílem je podpora spolupráce organizací v oblasti. Právě spolupráce, pomoc a podpora jsou jedním z pilířů rozvoje dobrého duševního zdraví. Péče o naše duševní zdraví je stejně důležitá jako péče o zdraví fyzické. Přejeme vám všem, ať se vám péče o vaše duševní zdraví daří.

Dana Hňoupková, ZŠ Mohelnice Vodní

Jana Rozsypalová, ZŠ Mohelnice Mlýnská