

TECZKA NAUCZYCIELA

Cześć 3

ROZPOZNAWANIE I REAGOWANIE NA PROBLEMY EMOCJONALNE UCZNI

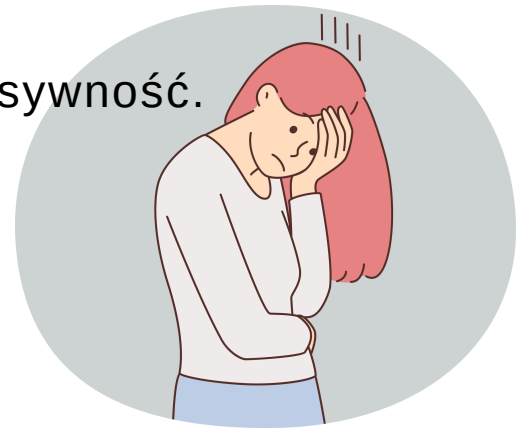
Pracownia
Rozwoju
Osobistego PRO
Pomoc psychologiczna
i psychoterapia
Tarnowskie Góry
ul. Królika 6
tel. +48 504 428 732
www.protg.pl



OBJAWY, KTÓRE MOGĄ WSKAZYWAĆ NA PROBLEMY EMOCJONALNE LUB ZAKŁÓCENIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO:

1. Zmiany w zachowaniu:

- Nagła izolacja od rówieśników.
- Agresja, drażliwość, nadmierna impulsywność.
- Niechęć do uczestnictwa w zajęciach.



2. Problemy z nauką:

- Spadek wyników w nauce.
- Trudności z koncentracją.
- Częste nieobecności lub spóźnienia.

3. Sygnalizowanie emocji:

- Wyrażanie smutku, przygnębienia lub poczucia beznadziei.
- Niska samoocena, negatywne komentarze na własny temat.

4. Objawy fizyczne:

- Częste bóle głowy, brzucha (bez wyraźnej przyczyny medycznej).
- Zmiany w apetycie lub wadze.
- Nadmierne zmęczenie lub bezsenność.

5. Niepokojące sygnały:

- Rysunki, teksty lub wypowiedzi sugerujące przemoc, samookaleczenia lub myśli samobójcze.

JAK REAGOWAĆ?

1. Obserwuj i dokumentuj:

- Zapisz swoje obserwacje dotyczące zachowań ucznia (daty, sytuacje, zmiany).

2. Rozmawiaj z uczniem:

- Wybierz spokojne miejsce i czas.
- Zapytaj, jak się czuje i czy chciałby porozmawiać.
- Bądź empatyczny, nie oceniając.

3. Poinformuj rodziców/opiekunów:

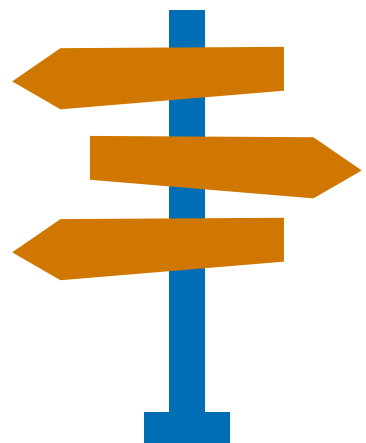
- Omów swoje obserwacje w sposób konstruktywny.
 - Zaproponuj konsultację z psychologiem szkolnym lub specjalistą.

4. Współpracuj z zespołem szkolnym:

- Powiadom pedagoga lub psychologa szkolnego.
- Zaproponuj uczniowi wsparcie w nauce i dodatkową uwagę w klasie.

5. Zachowaj poufność:

- Unikaj publicznego komentowania problemów ucznia.
- Dbaj o bezpieczeństwo emocjonalne ucznia.





CZEGO UNIKAĆ?

- Bagatelizowania problemów ucznia („to tylko faza”).
- Obwiniania ucznia lub rodziców.
- Wymuszania rozmowy, jeśli uczeń nie jest gotowy.

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży:
116 111 – całodobowa, anonimowa pomoc.

*Zdrowie psychiczne ucznia to podstawa jego
rozwoju i sukcesu.
Twoja uważność może zmienić jego przyszłość!*

BĄDŹ NA BIEŻĄCO



<https://www.facebook.com/protarnowskiegory>



<https://www.instagram.com/pracownia.rozwoju.osobistego/>



[konto na TIK TOK](#)



www.protg.pl

