

z učenci, katerih starši se spoprijemajo z duševno boleznijo

Duševne motnje pri starših

- **Duševne motnje** (depresija, bipolarna motnja, shizofrenija, anksiozne in osebnostne motnje) lahko **vplivajo na družinsko dinamiko** in starševsko funkcijo.
- **Same po sebi na otroka ne vplivajo škodljivo** – škodljive so lahko posledice (stigma, socialni primanjkljaji, konflikti).
- Zaradi stigme lahko starši svojo motnjo skrivajo.

Kako pri učencu prepoznamo težave

- **Učno-vedenjsko področje:** nihanja v uspehu, težave s koncentracijo, utrujenost, pomanjkanje učne podpore doma.
- **Odnosi:** umik, zaskrbljenost za starša, pretirana odgovornost doma, sram, izogibanje pogovoru o družini.
- **Čustvovanje:** tesnoba, otožnost, razdražljivost, krivda in nemoč, strah pred stigmatom.
- **Pozorni smo:** na namige o samozanemarjanju starša, informacije o hospitalizacijah brez alternative za varstvo, znake nasilja ali zanemarjanja.



Kako podpremo učenca

- **Struktura:** urniki, rutine, napoved ocenjevanj in sprememb
- **Podporna komunikacija**
- **Prilagoditve:** krajša navodila, razporeditev nalog, dodatni čas, skupinsko delo.
- **Krog podpore:** svetovalna služba, vrstniki, tutorstvo, partnerstvo s starši, različne organizacije ...
- **Antistigma:** izobražujmo o duševnih težavah.

Pogovor s starši

- **Raziskujemo priložnosti za podporo učencu.** Učitelj najbolje pozna področje učenja, starši pa svojega otroka.
- Naj bo **spoštljiv, empatičen**, s poslušanjem.
- Če zaznamo **odpor**, pogovor končajmo.



NE POZABIMO!

- Starši si prizadevajo biti dobri starši, a jih duševna motnja pri tem lahko ovira.
- Ustvarjajmo varen prostor za učence.

