

Osnovna škola „Đuro Ester“

Trg slobode 5

Koprivnica



**PROTOKOL POSTUPANJA
NAKON KRIZNOG DOGAĐAJA
U PROSTORIMA ŠKOLE**

Koprivnica, siječanj 2025.

UVOD

KRIZA I KRIZNI DOGAĐAJ

Krizni događaj je iznenadan i/ili rijedak događaj koji djeluje izrazito uznemirujuće ili stresno na većinu ljudi. Uključuje mogući ili stvarni gubitak osoba, stvari ili vrijednosti važnih za pojedinca, odnosno skupinu.

I djeca i odrasli imaju osjećaj da ga ne mogu sami savladati (ili izaći iz krize) koristeći uobičajene mehanizme suočavanja. Može imati učinak na pojedinca, skupine, razrede ili Školu kao zajednicu.

Kriza je psihičko stanje uzrokovano nekim kriznim događajem i manifestira se kroz reakcije koje se mogu javiti neposredno, tijekom samog događaja, ali i kao odgođene reakcije na taj događaj. Kriza se odnosi na vrijeme koje uključuje sam krizni događaj i razdoblje reakcija nakon njega. U kriznoj situaciji javlja se osjećaj gubitka kontrole, osjećaj ranjivosti, preplavljenost osjećajima i misaona smušenost.

KRIZNI TIM ŠKOLE

U svrhu predviđanja potreba i zadataka Škole za vrijeme kriznih situacija osnovan je Krizni tim. Ravnateljica Škole imenovala je stalne članove Kriznog tima Škole u sastavu: stručnih suradnica pedagoginje Jasne Relja, psihologinje Valentine Galinec, knjižničarke Nikoline Sabolić te predstavnice sindikata Sanje Antolić, predstavnice Radničkog vijeća Sanje Kapusta i ravnateljice. Ovisno o kriznoj situaciji pridruženi članovi Kriznog tima Škole prema potrebi mogu biti svi razrednici. U slučaju potrebe, krizni tim Škole utvrđuje potrebu za kriznom intervencijom te podnosi zahtjev Ministarstvu znanosti i obrazovanja za pokretanjem psihološke krizne intervencije.

CILJ PROTOKOLA

Protokol se odnosi na preveniranje mogućih situacija povećanog rizika, kao i na postupanje u konkretnim situacijama sa ciljem zaštite djece, kao i svih djelatnika koji o njima skrbe u procesu odgoja i obrazovanja.

KORACI ZA RAZGOVOR S UČENICIMA

1. Svojim prisustvom u razredu i na školskom odmoru, obraćanjem pažnje, poticanjem djece na druženje, organiziranjem ugodnih aktivnosti (igre, crtanje, glazba, aktivnosti za opuštanje, ledolomci, tehnika dubokog disanja, mindfulness vježbe, Brain Gym, razgovor o ugodnim aktivnostima i iskustvima tijekom školskih praznika, aktivnosti usmjerene na nadu, npr. razredna kutija u koju će ubaciti papiriće s napisanim stvarima/ljudima/aktivnostima koje ih vesele ili dobre stvari u njihovom danu) nastojte prvo doprinijeti osjećaju sigurnosti djece u razredu. U rad uključite rad u paru i rad u skupini, nastojte umanjiti osjećaj usamljenosti i izoliranosti tako da svako dijete razgovara s vršnjakom.
2. Pripremite se na razgovor s učenicima. Razgovor možete započeti tijekom neke zajedničke aktivnosti, a važno je i da unaprijed promislite o tome koje su ključne poruke koje želite prenijeti. Planiranje vam može pomoći u tome da se i vi osjećate mirnije, sigurnije i jasnije tijekom razgovora.
3. Poželjno je da ih potaknete da podijele svoje osjećaje, razmišljanja i strahove. U tome vam mogu pomoći otvorena pitanja poput „Kako se osjećaš nakon što si čuo o tome što se dogodilo?“, „Postoji li nešto što te brine?“ i slično. Pokažite suosjećanje i prihvatite osjećaje koje dijete opisuje čak i ako vi osjećate drugačije. Dijete u svakom trenutku treba osjetiti vaše razumijevanje zašto mu je teško vratiti se ili boraviti u školi.

Slijede rečenice koje potiču na razgovor o različitim aspektima situacije što može pomoći djetetu da lakše proradi situaciju i procesira svoju emocionalnu reakciju vezano za nju.

“Dogodilo se nešto strašno i tužno, mnogi su uznemireni zbog toga. Oko sebe si vidio odrasle i djecu koji o tome pričaju, koji su potreseni, uplašeni, ljuti, zabrinuti, bespomoćni pa će zbog toga izgovoriti i/ili ponašati se drugačije.”; “Jesi ti nešto čuo_la, primijetio_la tako nešto? Kako si ti sada?” ; “Odrasli u školi čine sve što možemo da ostaneš siguran_a.”; “Važno je da svi skupa dalje činimo sve što možemo da mi i svi drugi oko nas budemo sigurni.”; “Što bismo mogli raditi da se osjećate sigurnije i ugodnije?”

U razgovoru ne prekidajte dijete. Slušajte, nemojte umanjivati, negirati i ismijavati dijete.

4. Normalizacija. Objasnite djetetu da su njegove reakcije straha i brige uobičajene u odnosu na situaciju koju je proživjelo. Važno je djetetu pojasniti da postoji razlog za to kako se osjeća i ponaša. Pomozite djetetu razumjeti da se i mnoga druga djeca u toj situaciji osjećaju i ponašaju slično. Važno je da dijete osjeti da ga razumijete i podržavate. Isto tako, važno je da ostavite „otvorena vrata“ ako dijete naknadno osjetiti potrebu za razgovorom – na primjer, „Vjerujem da ti može biti teško sada razgovarati o svemu ovome, ali važno mi je da znaš da sam tu za tebe i da ću te rado saslušati kada budeš htio/la razgovarati“, „Ako ćeš se osjećati tužno, uplašeno ili zabrinuto, uvijek možeš doći k meni“.
Nemojte požurivati ili umanjivati djetetove osjećaje rečenicama poput: „To je prošlo, život ide dalje“.
5. Nemojte izbjegavati odgovore na postavljena pitanja ili davati nejasne odgovore. Na konkretna pitanja, konkretno odgovorite. Objasnite događaj na djetetu razumljiv način. Recite činjenice i koristite se jednostavnim rječnikom kada objašnjavate događaj: „Dogodio se napad na učiteljicu i djecu u školi.“
6. U razgovoru s djetetom budite smireni i izbjegavajte nagađanja o tome hoće li se ovakav napad ponovno dogoditi i što je uzrokovalo postupak počinitelja. Razgovor o kriznom događaju neka bude zasnovan na činjenicama o tome koliko su takvi događaji zaista rijetki te kada se i dogode, budu dobro istraženi kako bi se spriječilo njihovo ponavljanje. Važno je da djeca znaju da učimo iz loših iskustava. Naglasite da škola i svi učitelji rade na tome da se djeca osjećaju bolje i sigurnije. Nakon ovakvih događaja, uvode se dodatni postupci i mjere kako bi učenici bili sigurni i osjećali se podržano.
7. Ako u razredu nešto podsjeti djecu na tragični događaj (ljudi, mjesta, zvuci, mirisi, osjećaji) važno je djetetu pojasniti razliku između stvarnog događaja i onoga što ga podsjeća na taj događaj. Kada čuje, vidi ili osjeti nešto što ga podsjeća na događaj, može u sebi reći: „Uznemiren/a sam jer me je zvuk plača nekog djeteta podsjetio na događaj u školi. Ali sada sam siguran/a!“.
8. Prihvatite mogućnost da će se djeca ponašati razdražljivije te djelovati neposlušnije.
9. Nemojte strogo kažnjavati dijete ako propusti neku školsku obvezu nakon povratka u školu.
10. Razgovarajte s djecom i mladima o sadržajima koje o ovom događaju imaju prilike vidjeti na društvenim mrežama, a pogotovo ukoliko kruže slike i video "svjedočanstva", i zaustavite njihovo širenje. Ispravite netočne informacije koje možda

imaju. Potaknite djecu na razmišljanje o vjerodostojnosti izvora i o tome jesu li informacije koje dobivaju relevantne i provjerljive. Savjetujte im da ograniče izloženost društvenim mrežama, televiziji i portalima jer to povećava brigu uz rečenicu „Prirodno je osjećati potrebu da budete informirani, no pretjerano praćenje novosti može povećati zabrinutost.“

Važno je da razgovarate s djecom kako dijeljenje osjetljivih materijala (slika i/ili videozapisa) može štetiti svima uključenima. Potaknite ih da promišljaju o osjećajima drugih i kako određeni postupci utječu na cijelu zajednicu.

Senzacionalistički način prenošenja vijesti, neprovjerene informacije, odavanje podataka koji bi mogli identificirati uključene u događaj, stavljanje slika s terena, mogu ne samo biti štetni po mentalno zdravlje uključenih već i predstavljati rizik za ponavljanje sličnih ponašanja.

11. Iskažite pozitivna očekivanja u odnosu na budućnost.
12. Ako već prvi dan ili kasnije tijekom tjedna uočite izražene znakove anksioznosti, straha, uznemirenosti, napetosti, saznate za promjene u apetitu/snu, obratite se sa saznanjima stručnim suradnicama radi dogovora oko daljnjeg pružanja podrške učenik/ci.

SMJERNICE ZA RAZGOVOR S RODITELJIMA

1. Razgovor vezan uz promjene u funkcioniranju djeteta.

Osjećaj uplašenosti, uznemirenosti i nedovoljne sigurnosti su vrlo česte reakcije nakon tragičnih događaja, bez obzira na dob.

Mogući simptomi nakon tragičnih događaja: problemi sa spavanjem (ne može zaspati ili se često budi tijekom noći, nemirno spava, imaš ružne snove), promjene u apetitu, teškoće koncentracije prilikom obavljanja školskih i drugih zadataka, osjećaj zbunjenosti, osjećaj tuge, ljutnje ili straha da će se ponoviti traumatski događaj, ponavljanje misli o tragičnom događaju, gubitak interesa za aktivnosti u kojima inače uživa, glavobolja, truhobolja, osjećaj razdražljivosti i napetosti. Većina ovih problema je prolazna i tijekom vremena će se povući, ali ako emocionalni ili fizički simptomi stresa vrlo intenzivni i ne slabe s vremenom potrebno je potražiti stručnu pomoć.

2. Razgovor vezan uz dodatne mjere sigurnosti.

Upoznati roditelje s Protokolom ulaska i izlaska iz Škole.

Izvori i dodatna literatura:

- Kako razgovarati s djecom u tragičnom događaju u OŠ Prečko?
<https://udruga.hrabritelefon.hr/novosti/kako-razgovarati-s-djecom-o-tragicnom-dogadaju-u-skoli/>
- Smjernice kako pružiti podršku djetetu nakon tragičnog događaja
https://www.unicef.org/croatia/savjeti-za-roditelje-kako-bit-i-podrska-djetetu-nakon-tragicnog-dogadaja?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR0o2hVMufzm66E9uyB92mwU-fcaF7PAbIp5VMhEZx0yjwJ_15sLBry36vM_aem_NRqc09XrStEEJltHXgxgoA
- Za djelatnike u školama – kako brinuti o sebi nakon tragičnog događaja
https://www.unicef.org/croatia/za-djelatnike-u-skoli-kako-brinuti-o-sebi-nakon-traumatskog-dogadaja?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR2JrJ00pDYG_BUHGUC7i7g6X5Tfsfj2d_5JxwC_gh3uoc9q05aEmDEKh0c_aem_1Crq3HutmR18YEyLewSEew
- Kako se suočiti s tragičnim događajem
https://www.unicef.org/croatia/kako-se-suociti-s-tragicnim-dogadajem-za-mlade?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR3h8R7r1dMGJUJ72mslPqadKblyeQCN2BOHgN7pQO_jfnoxFX0ptSV3pfc_aem_QysP1b87mFNdpsfvOIS5RA
- Mindfulness kratke vježbe za djecu
<https://www.poliklinika-djeca.hr/wp-content/uploads/2020/03/2020-Mindfulness-kratke-vje%C5%BEbe.pdf>
- Tehnike relaksacije za djecu i adolescente
https://tinejdzeri.hrabritelefon.hr/clanci/tehnike-relaksacije/?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR2kQYBZvrVdMkvEOS5dEHYfnM6HA2gaA1M6Oe3UByUCZaIYDtD4YUqBLh8_aem_CB2y1pwe3OnAdAzWGqiP-A

Na temelju čl. 58. Statuta Osnovne škole „Đuro Ester“ Koprivnica, a nakon rasprave na sjednici Učiteljskog vijeća, Skupa radnika, Vijeća roditelja i Vijeća učenika, Školski odbor na sjednici održanoj 20.2.2025. Na prijedlog ravnateljice donosi Protokol postupanja nakon kriznog događaja u prostorima škole.

Izradila: Valentina Galinec, mag. psihologije

Predsjednica Školskog odbora: Sanja Antolić, dipl. učiteljica

Ravnateljica: mr. Sanja Prelogović

