



SMJERNICE ZA REAGIRANJE U SLUČAJU SMRTI UČENIKA ILI NASTAVNOG I TEHNIČKOG OSOBLJA

Ove smjernice osmišljene su da pomognu nastavnom i tehničkom osoblju i članovima kriznog tima da odgovore na potrebe učenika i osoblja nakon što je gubitak utjecao na školsko okruženje, naprimjer nakon smrti učenika ili člana osoblja ili kada se desi smrt koja utječe na mnoge ljude u zajednici.

Ožalošćenost je uobičajena među školskom djecom. Za osoblje u školi to znači da je velika vjerovatnoća da ćete skoro svaki dan susresti ožalošćenog učenika, čak i ako ne vidite nikakve vanjske ili vidljive znake tuge. Dobro obaviješteni nastavnici i školsko osoblje mogu biti izvor podrške učenicima, ali nenamjerno mogu biti izvor stresa ako nisu dobro informirani.

Primjera radi, nerazumijevanje reakcija može dovesti do pogrešnog tumačenja bihevioralnih reakcija na gubitak kao lošeg ponašanja i nepoštovanja drugih. Koliko će vremena biti potrebno učenicima da se prilagode gubitku varira, ali većina djece neće „preboljeti gubitak“ za šest mjeseci ili godinu dana. Zato je potrebno planirati odgovarajuće mjere za neposredne posljedice u mjesecima nakon gubitka, a i dugoročno.

Škole mogu biti najbolje okruženje za pružanje usluga učenicima (i osoblju) nakon gubitka koji utječe na školsku zajednicu:

1. Škole su za djecu prirodno i poznato okruženje.
2. U školama se može podržati veliki broj učenika.

3. Mnoga djeca imat će koristi od usluga podrške koje se mogu lako pružiti u školskom okruženju.
4. Učenici koji se suočavaju s gubitkom mogu se pratiti tokom vremena i upućivanje na kliničke usluge može biti olakšano po potrebi.
5. Roditelji su možda spremniji da prihvate usluge koje se pružaju u školskim ustanovama, pri čemu se stigma povezana s uslugama mentalnog zdravlja može smanjiti.

Nakon što djeca završe srednju školu, većina će doživjeti smrt člana porodice ili prijatelja, a 5% djece doživjet će smrt roditelja do 16. godine.

INTERVENCIJE ŠKOLSKOG KRIZNOG TIMA

Reagiranje na smrt učenika ili osoblja u školskom okruženju

1. Kada dođe do smrti, aktivirajte školski krizni tim i planirajte da upravljate gubitkom. Koordinirajte napore s drugim školama na koje takav događaj također može imati utjecaja.
2. Prije svega od izuzetne je važnosti provjeriti informacije (npr. od članova porodice ili lokalnih vlasti).
3. Potom ustanovite koje informacije porodica želi podijeliti (ili koje su informacije već javno objavljene iz pouzdanog izvora).
4. Kada je smrt potvrđena, obavijestite školsko osoblje i učenike.



OBAVJEŠTENJE

1. Obavijestite školski krizni tim i izradite plan.

Razmislite o aktiviranju školskog kriznog tima. Ako se početno obavještenje desi izvan školskih časova, to može zahtijevati pokretanje telefonskog lanca ili elektroničke pošte kako bi se obavijestilo osoblje škole i kako bi ono bilo pozvano da se sastane prije škole kako bi organiziralo jedinstven plan. Ako se obavještenje desi tokom školskih časova, to može zahtijevati podjelu pismene izjave ili sastanak osoblja.

2. Prvo obavijestite nastavnike i drugo osoblje. Sastati se prije škole s nastavnicima i drugim osobljem kako bi se porazgovaralo o tome šta se zna o smrtnom događaju. Ovo nastavnicima daje priliku da postave sva pitanja koja žele i da se pripreme prije nego što vide svoje učenike na času. Ukoliko se nastavnik ne osjeća sposobnim da razgovara sa svojim učenicima o smrtnom događaju, član kriznog tima treba biti dostupan da pomogne u obavještanju.

3. Obavijestite učenike lično uz prisustvo poznatog osoblja. Ako je preminuo učitelj/nastavnik, razmislite o tome da to odjeljenje obavijesti nastavnik iz istog ili nižeg razreda koji poznaje učenike preminulog nastavnika, ili nastavnik iz školskog kriznog tima kome je to možda lakše uraditi. Razmislite o tome da ovaj nastavnik ostane u razredu u narednih nekoliko dana i da imate zamjenu za razred koji je u manjem obimu direktno pogođen ovim događajem.

4. Pripremite izjavu za učenike. Odrasli se često muče šta da kažu. Uz pripremljenu izjavu nastavnici mogu dati iste informacije svim učenicima istovremeno. Ovo bi se trebalo raditi u malim prirodno formiranim grupama na nivou odjeljenja ili na nivou svih prvih časova. Treba uložiti sve napore kako bi se osiguralo da svi učenici budu prisutni u trenutku kada se te informacije dijele. Uključite informacije o dostupnosti usluga mentalnog zdravlja i podrške i kako učenici mogu pristupiti takvim uslugama. Izbjegavajte upotrebu razglasa ili velikih skupova za objavljivanje takvih najava.

5. Pripremite izjavu za roditelje. Pripremite dopis za roditelje da ih obavijestite o smrtnom događaju i koje se

usluge nude učenicima i porodicama. Uvjerite roditelje da su krizni timovi mobilizirani i da su usluge podrške dostupne.

SAVJETOVANJE NA TEMU KRIZNIH SITUACIJA I ŽALOSTI I DRUGE USLUGE PODRŠKE U ŠKOLI

1. Pomozite učenicima time što ćete im pružiti modele suočavanja s datom situacijom i načinima koji će im pomoći da nastave s daljim prisustvom na časovima i radom u učionici: Nakon gubitka direktno obraćanje učenicima na temu događaja može smanjiti negativan utjecaj na pohađanje škole i učenje. Ovo se može uraditi pojedinačno i u okviru grupe. Učenici mogu izraziti mnogo različitih emocija i osjećanja. Cilj je da omogućimo svakom učeniku da se osjeti slobodnim da iskaže svoja osjećanja u sigurnom okruženju bez osuđivanja.

2. Pomozite učenicima da se izbore s teškim osjećanjima: učenici također mogu osjećati i pokazivati kajanje, posebno ako vjeruju da su se prema pojedincu u prošlosti loše ophodili. Adolescenti mogu biti posebno ranjiva grupa, s povećanim rizikom da se osjećaju depresivno ili anksiozno i da se upuste u samookrivljanje ili da imaju osjećaj krivice u vezi s datim gubitkom. Kod smrtnog slučaja, ova osjećanja mogu biti pojačana.

3. Pomozite mlađim učenicima: Mlađi učenici mogu imati više poteškoća u razumijevanju smrti i veća je vjerovatnoća da će imati pogrešne interpretacije kao odgovor na objašnjenja (npr. ako im se kaže da je preminuli u vječnom snu, mogu postati uplašeni pred spavanje). Svi učenici (i osoblje) vjerovatno će iskusiti neka osjećanja krivice nakon smrti, čak i ako ne postoji logičan razlog.

4. Definišajte prostorije i protokole za savjetovanje u kriznim situacijama ili savjetovanje o žalovanju:

- Uspostavite procedure za napuštanje nastave (npr. Hoće li biti potrebna propusnica? Bi li učenika koji je uznemiren trebalo otpratiti u prostoriju za podršku?) i za povratak na čas prije kraja časa. Ukoliko učenik ostane u prostoriji za podršku na kraju časa, obavezno obavijestite nastavnika za taj čas, kao i

za sljedeći čas. Takvi postupci omogućuju da škola ima tačna saznanja o tome gdje se učenik nalazi. Neposredno nakon smrtnog događaja ograničite kretanje izvan teritorije škole ako je to potrebno i uspostavite procedure za davanje odobrenja učenicima prije nego što napuste teritoriju škole tokom školskog dana.

- Bit će potrebne opsežnije usluge neposredno nakon krize u cijeloj školi. Razmislite o tome da učenicima i školskom osoblju budu dostupne usluge podrške i savjetovanja prije, za vrijeme i poslije nastave neposredno nakon događaja.
- Planirajte tekuće i dugoročne usluge koje će biti dostupne učenicima. Ako je do smrtnog događaja došlo usljed krizne situacije koja se dogodila u školi, potrebno je napraviti planove za komemoraciju i sjećanje, posebno u vrijeme godišnjice smrti. Dodatne usluge podrške također treba planirati za datume i događaje koji mogu biti okidač za tugu učenika ili osoblja, kao što su matura, maturska večer, sportski događaji (ukoliko je preminuli bio sportist) itd.
- Imajte na raspolaganju zamjenske nastavnike koji se mogu smjenjivati između odjeljenja kako bi omogućili nastavnicima da traže usluge podrške u prostorijama za podršku nastavniku/osoblju tokom školskih sati.
- Ukoliko je smrtni slučaj povezan s kriznom situacijom koja je utjecala na zajednicu, razmotrite neke usluge podrške roditeljima u školi odmah nakon takvog događaja.
- Školski savjetnici i školski psiholozi mogu pomoći nastavnicima da identificiraju faktore rizika i znake stresa koji mogu ukazivati na potrebu za uslugama mentalnog zdravlja, pored onoga što se nudi u školi. Kao i kod svih savjetodavnih usluga roditelje treba obavijestiti ako se preporučuju dodatne usluge.
- Posebno nakon traumatskih gubitaka (npr. suicid) budite proaktivni i kreirajte takvu atmosferu u kojoj će se učenici osjećati komforno da potraže savjetodavno i pomoćno osoblje ako su uznemireni. Potaknite učenike da identificiraju prijatelje zbog kojih su možda zabrinuti. To uključuje učenike koji imaju suicidalne misli ili su dali prijeteće izjave.

5. Smjernice za prepoznavanje učenika koji mogu biti u većem riziku od emocionalnog stresa:

- Učenici koji su bili bliski prijatelji preminulog.
- Učenici koji su išli u razred s preminulim. Neka član kriznog tima prati raspored pokojnog učenika kako bi pomogli u identifikaciji djece iz istog razreda, a kojima bi dodatna pažnja značila.
- Učenici koji su išli na vannastavne aktivnosti s preminulim.
- Učenici koji su imali slične osobine s preminulim. Ovo će zavisiti od okolnosti smrti (npr. hronična bolest – drugi učenici s hroničnim bolestima; suicid nakon maltretiranja – učenici koji su možda maltretirani ili koji su već patili od depresije; saobraćajna nesreća – učenici koji su nedavno dobili vozačku dozvolu; ili pješačka nesreća – učenici koji pješače do škole).
- Učenici s problematičnim ili zategnutim odnosom s preminulim.
- Učenici iz drugih škola ako je preminuli nedavno prešao iz jedne u drugu školu ili ima braću i sestre u drugoj školi.
- Učenici s historijom prethodnih ili istovremenih gubitaka i/ili emocionalnih poteškoća.

6. Sahrane, memorijalne službe i spontane komemoracije

- Učešće učenika: učenici će možda željeti prisustvovati memorijalnim službama (parastosima) i/ili sahrani preminulog učenika ili nastavnika. Razgovarajte s porodicom preminulog i ustanovite njihove želje. Ukoliko postoji vjerovatnoća da će prisustvovati mnogo učenika ili osoblja, raspitajte se postoji li možda vrijeme posjeta/memorijalne službe izvan školskih časova. Ako se to dešava u toku nastave, uspostavite politiku odsustva učenika koja omogućava učenicima koji imaju bliske veze s preminulim da pohađaju školu. Neka zamjenski nastavnici budu dostupni nastavnicima koji žele prisustvovati službama. Razmislite o organiziranju osoblja za krizno savjetovanje da prisustvuje službama nakon radnog vremena kojima će vjerovatno prisustvovati veliki broj učenika.
- Spontani memorijali: neformalni memorijali

vjerovatno će „niknuti” nakon smrti učenika ili nastavnika. Planove za rukovanje cvijećem, porukama itd. treba napraviti unaprijed. Odredite period tokom kojeg će spomen-obilježje ostati (npr. jednu ili dvije sedmice) i obavijestite učenike da će spomen-obilježje biti uklonjeno nakon tog vremena i naznačite šta će se uraditi s nekvarljivim predmetima (npr. plišane životinje bit će poslate u lokalni vrtić itd.). Pružanje alternativnih prilika za komemoraciju za učenike i angažiranje učenika u ranim fazama odgovora ili najava o željama porodice može pomoći da se minimiziraju ovi spontani spomenici.

- Vrijeme održavanja memorijalnih aktivnosti u školi: komemorativne aktivnosti i naponi za sjećanje ne bi trebali biti fokus odgovora na krizu neposredno nakon smrtnog ishoda. Ukoliko se to uradi prerano, može se steći utisak da škola pokušava „zatvoriti poglavlje” o tugovanju.
- Politike pravičnosti: općenito govoreći škole trebaju izbjegavati formalne komemorativne ili memorijalne aktivnosti ili radnje (npr. davanje naziva zgradi ili postavljanje plakete) radi obilježavanja smrti popularnih učenika/članova osoblja, budući da odsustvo reakcije na sličan način na smrt manje popularnog učenika/osoblja može izazvati zabrinutost u pogledu pravičnosti. Škole možda nerado daju slične odgovore nakon određenih smrtnih događaja (npr. suicid, predoziranje drogom) kako bi se minimizirala glamurizacija uzroka smrti. Umjesto toga manje formalne, ali promišljene komemorativne aktivnosti razvijene tokom vremena uz aktivno učešće učenika često su mnogo značajnije (i terapijske) za učenike i osoblje. Ovakva komemoracija vjerovatnije će prepoznati i sačuvati suštinska sjećanja na pokojnika nego što su rutinski i reaktivni naponi pokrenuti ubrzo nakon obavještenja.
- Konstruktivno izražavanje tuge: Učenici će možda željeti napisati pisma/nacrtati crteže koje će poslati porodici preminulog učenika ili člana osoblja. Postarajte se da oni budu pregledani prije nego što budu dalje prosljeđeni. Također pazite da ne tumačite crteže i spise bez adekvatnog doprinosa stručnjaka za mentalno zdravlje. Izbjegavajte aktivnosti koje iziskuju javne anonimne izjave, kao

što je stvaranje mjesta za učenike da anonimno izraze svoje misli o preminulom, jer nastavnici i osoblje škole neće moći identificirati učenike koji mogu izraziti zabrinjavajuće misli (npr. samoubilačke ideje ili prijeteće izjave).

- Upravljanje uznemirujućim podsjetnicima za učenike: školske klupe i ormarići mogu poslužiti kao neželjeni podsjetnici na preminule učenike. Razmotrite procedure za njihovim upravljanjem, oslanjajući se na informacije dobijene od drugova iz razreda.
- Lični predmeti preminulog: Dogovorite se s roditeljima/članovima porodice za vraćanje stvari u vrijeme koje im odgovara, po mogućnosti poslije nastave. Neka lične stvari budu dostupne u uredu kako se roditelji/podrođice ne bi suočili s emocionalnim izazovom da moraju sami počistiti ormarić preminulog. Neka bude prisutan član kriznog tima ili školski savjetnik kada roditelji dođu da preuzmu dječije stvari.

KOMUNIKACIJA I DIJELJENJE INFORMACIJA

1. Uloga službenika za javno informiranje: Pažnja medija vjerovatno će uslijediti nakon smrti učenika ili školskog osoblja. Ovo najbolje rješava službenik za javno informiranje, direktor škole ili nadležno ministarstvo. Nastavnici, osoblje i roditelji trebaju biti svjesni da svi zahtjevi medija trebaju biti upućeni ovoj osobi.

2. Zaštitite učenike od nepotrebnog medijskog izlaganja: Fokus svih komunikacija, uključujući i medijsko izvještavanje, treba biti na zaštiti učenika i školskog okruženja od neželjene i nametljive pažnje. Televizijski prijenos događaja ne treba gledati u učionici tokom školskih časova. Informacije o tome kako postupati s medijskim zahtjevima mogu se distribuirati roditeljima.

3. Stalna komunikacija između roditelja i školskih nastavnika i osoblja o tome kako učenici rade bit će važna kako bi se osigurala odgovarajuća podrška i usluge intervencije neposredno nakon smrti i



dugoročno. Roditeljima djece koja su identificirana kao rizična u pogledu mentalnih poteškoća treba dati informacije o tome kome da se obrate s eventualnim problemima, ali i o pozitivnom napretku. Školsko osoblje također treba obavještavati roditelje o funkcioniranju njihove djece u školi (npr. rad u školi, odnosi s vršnjacima i ponašanje). Roditeljima treba dati informacije koje se odnose na uobičajene reakcije nakon smrti, kao i ponašanja koja mogu signalizirati potrebu za intenzivnijim uslugama mentalnog zdravlja.

4. Formalno uspostavljanje komunikacije i veze s resursima zajednice važno je razviti prije bilo koje vrste krize. Razvijanje odnosa i uloge u reagiranju na krizu sa stručnjacima za mentalno zdravlje u zajednici, a prije nego što se potreba ukaže, omogućit će školi da brzo i efikasno aktivira ove resurse u trenutku kada se potreba zaista pojavi. Oni mogu pružiti usluge mentalnog zdravlja u školi, kao i biti dostupni učenicima i osoblju kojima su možda potrebne intenzivnije usluge. Štaviše, stručnjaci za mentalno zdravlje mogu pomoći školama u:

- razvoju kriznog tima,
- planiranju i vježbi pripravnosti za krizne situacije,
- organiziranju obuka u vezi sa školskim krizama i žalosti,
- organiziranju konsultacija o pitanjima razvoja djece, krize i tugovanja.

POSEBNE OKOLNOSTI

1. Suicid učenika: Suicid učenika stvara jedinstvene probleme za školsko osoblje.

- Definirati s porodicom informacije koje žele objaviti o uzroku smrti, ali imajte na umu ako je pouzdan izvor već javno podijelio informacije.
- Identificirati učenike koji se smatraju pod najvećim rizikom u pogledu mentalnog zdravlja.
- Obrazovati učenike, osoblje i roditelje o znacima upozorenja i simptomima suicida i širiti informacije o telefonskim linijama i uslugama podrške.
- Poticati učenike da traže pomoć, destigmatizirati i legitimizirati značaj usluga mentalnog zdravlja i komunikacije s drugima koji mogu pomoći.

- Iako ste sigurni da znate osobu koja je preminula, izbjegavajte romantiziranje ili glamuriziranje suicida.
- Održavajte dobru komunikaciju s drugim školama u okruženju, pružiocima usluga mentalnog zdravlja u zajednici/agencijama i policijom.

2. Druge situacije u kojima porodica možda ne želi otkriti uzrok smrti (npr. vožnja u pijanom stanju ili smrt uzrokovana alkoholom, predoziranje, koja je povezana sa samopovređivanjem ili namjernim gušenjem). Kao i kod svake smrti učenika pokrenite plan školske krize i usluge podrške. Kao i suicid smrt može predstavljati „prozor mogućnosti” da se učenici, osoblje i roditelji educiraju o ponašanju opasnim po život i njihovim posljedicama. Mnoga pitanja koja treba razmotriti u vezi sa suicidom također će se odnositi na ove okolnosti.

3. Okolnosti u kojima školska odgovornost može biti problem: Iako se ne mora raspravljati o okolnostima smrti, o samoj smrti mora se govoriti i moraju se pružiti usluge podrške osoblju i učenicima. I dalje je važno slanje dopisa roditeljima koji ih upozorava na smrtni događaj, kao i dostupne usluge.

4. Smrt učenika ili člana školskog osoblja kada škola ne radi: Ukoliko dođe do smrtnog ishoda koji će vjerovatno utjecati na širu školsku zajednicu kada škola ne radi, kao npr. tokom ljetnog ili drugog raspusta, uključite školski krizni tim u razvoj plana koji uključuje kako kontaktirati učenike i osoblje, naprimjer telefonskim putem ili elektroničkom poštom i redovnom poštom. Školski rukovodioci možda žele ustupiti školsku zgradu kao mjesto za usluge podrške koje će se nuditi neposredno nakon događaja i mogu odlučiti da o tome komuniciraju putem javnih medija. Kada se škola nastavi nakon raspusta ili praznika, trebali bi postojati dodatni planovi za obavještavanje onih učenika i osoblja koji ranije nisu kontaktirani. Neka članovi kriznog tima i službe podrške budu na raspolaganju kada se ove informacije podijele s učenicima i osobljem.



UTJECAJ NA UČENJE

Reakcije nakon gubitka mogu imati značajan utjecaj na učenje.

Učenici mogu:

1. popustiti u školi,
2. imati poteškoća u savladavanju novog gradiva,
3. postati razdražljivi,
4. postati povučeni,
5. postati anksiozni ili depresivni,
6. uključiti se u rizična ponašanja kao što su zloupotreba supstanci, promiskuitet, bezobzirna vožnja i pokušaji suicida kod adolescenata,
7. biti fokusirani na gubitak.
8. Učenicima treba ponuditi dodatnu podršku, kao što je podučavanje ili učešće u mentorskim programima kako bi im se pomoglo u održavanju akademskog napretka prije nego što dođe do neuspjeha, što bi predstavljalo dodatni izvor stresa.

4. Budite im model – ponašanje odraslih koje im pokazuje kako odgovorni odrasli reagiraju na gubitak i krizu. Odrasli mogu tugovati, ali nastavljaju se ponašati pažljivo i održavaju mirne rutine u školi.
5. Podučavajte učenike – krizni savjetnici mogu podučavati učenike o uobičajenim znacima i simptomima tuge i/ili traume kako bi učenici mogli procijeniti i razumjeti vlastito ponašanje i naučiti nove načine suočavanja.
6. Posjetite svejeok.rs za dodatne resurse koji mogu biti od pomoći.

Zahvaljujemo se Nacionalnom centru za krizne situacije u školama Dječije bolnice u Los Angelesu na ustupljenom materijalu.

ŠTA NASTAVNICI MOGU?

1. Slušajte šta učenici žele podijeliti s vama. Možda je teško, ali samo slušanje može biti moćna iscjeljujuća sila.
2. Zaštitite učenike od ponovne traumatizacije. Ponekad drugi učenici mogu ismijavati ili maltretirati učenike koji su veoma emotivni ili plaču.
3. Povežite se s učenicima koji su pretrpjeli gubitak tako što ćete ih pitati kako su, redovno ih provjeravati dajući im do znanja da ste dostupni da ih saslušate ili dajući im pozitivne povratne informacije o njihovom pohađanju nastave ili radu na času.