

*Dječji vrtić Cipelica
Vukovarska 15, Čakovec
Ravnateljica: Gordana Šoltić Siladi
Pripremila: stručni suradnik pedagog Mirta Matulić, mag.paed.*

VRTIĆ I KRIZNI DOGAĐAJI

*„Iako smo najčešće uvjereni da se stresne situacije događaju nekom drugom, katkad se dogode upravo nama.
Svaki krizni događaj zahtijeva suočavanje i djelotvorno rješavanje nastale situacije“*

Za razliku od stresnih događaja koji nas svakodnevno prate, traumatski događaji rijetki su i neočekivani događaji koji izlaze izvan okvira uobičajenog ljudskog iskustva i koji izazivaju intenzivnu patnju, užas, strah i osjećaj bespomoćnosti. Bez obzira na naš karakter, traumatski događaji zbog svog intenziteta i karaktera izazivaju duboku patnju i bol kod većine ljudi.

A što su to krizni događaji i kriza?

Stres ne mora imati nužno negativan predznak te nam u određenim situacijama može „pomoći“ da bolje/brže/kvalitetnije i efikasnije obavimo određeni zadatak. No, ako nas pojedini događaji ili slijed događaja dovedu u takvo stresno stanje kada pritisak kojem smo izloženi, rađa osjećaj nemogućnosti nošenja sa situacijom ili događajem, ulazimo u stanje krize. Radi se o psihičkom stanju kao odgovoru na određeni krizni događaj.

Obilježja kriznog događaja:

1. *okidač* za pokretanje krize, kao npr. gubitak voljene osobe, gubitak posla, stana pa čak i gubitak dobrih osjećaja te pojava osjećaja usamljenosti;
2. *osjećaj nemogućnosti nošenja sa situacijom* – takav se osjećaj može razviti zato što se do sad nikada nismo našli u određenoj situaciji ili zato što smo se našli u sličnoj situaciji kao nekoj prijašnjoj s kojom smo se tada jako teško nosili;
3. *emocionalni odgovor na visoku razinu stresa* – krizni događaj i osjećaj da se ne možemo s njime nositi preplavljuje nas vrlo neugodnim emocijama kao što su strah, ljutnja, anksioznost koje predstavljaju emocionalni odgovor.

Stres, čak i traumatski stres ne vode nužno u krizu. Da bi se razvila kriza, potreban je osjećaj bespomoćnosti, gubitak kontrole i unutrašnje ravnoteže te dezorganizacija ponašanja.

Krizni događaji u vrtiću

Što kada nam dijete nestane iz vrtića? Što ako dođe do požara ili *POTRESA* u ustanovi? Što ako po dijete dođe osoba kojoj je utvrđena mjera zabrane približavanja? Što ako je došlo do smrtnog slučaja ili gubitka voljene osobe u obitelji? Odgajatelji i drugi profesionalci u vrtiću su osim profesionalnom stresu, izloženi i kriznim događajima koji pogađaju djecu pa su i za njih izvor traumatskog iskustva koje može rezultirati posttraumatskim reakcijama te dovesti do PTSP-a. Njihove reakcije na krizni događaj mogu biti takve da neposredno ili dugoročno utječu na njihovo profesionalno ponašanje.

Krizni događaji u vrtiću, premda relativno rijetki, zahtijevaju ozbiljno osmišljavanje strategije kako pomoći „pomagačima djece“ da se što bolje pripreme za brzo i djelotvorno stabiliziranje situacije, ali i da se bolje nose sa svojim reakcijama. Optimalna priprema za kriznu situaciju znatno smanjuje broj nedjelotvornih reakcija tijekom kriznog događaja, a upravo su nedjelotvorne reakcije izvorom vrlo mučnih osjećaja krivnje i srama koji dovode do krize u kojoj se neki odlučuju čak napustiti rad s djecom.

Pripremiti se unaprijed

Pripremiti se unaprijed za slučaj kriznih događaja znači ponajprije prihvatiti da su oni mogući u našem vrtiću – to znači upoznavanje svih zaposlenih i svih roditelja s mogućim kriznim događajima, njihovim psihološkim posljedicama i s ulogom kriznih intervencija u ublažavanju tih posljedica.

Dakle, pripremiti se unaprijed značilo bi poduzeti sljedeće mjere:

1. *Formirati vrtićki krizni tim u koji bi trebali ući:*
 - *Ravnateljica*
 - *Stručni suradnici*
 - *Odgajateljice*
 - *Zdravstvena voditeljica;*
2. *Definirati zadatke u okviru kriznog tima;*
3. *Identificirati potencijalne krizne događaje;*
4. *Razviti opći plan za slučaj kriznog događaja i raspraviti ga sa svim zaposlenicima vrtića;*
5. *Dogovoriti seminar za obučavanje cjelokupnog osoblja vrtića;*
6. *Osigurati potrebnu literaturu za osoblje;*
7. *Pripremiti krizni plan za različite događaje.*

Opći plan za slučaj kriznog događaja

Općim planom za slučaj kriznog događaja određujemo:

1. *Tko je odgovoran za: dobivanje informacija, okupljanje/kontaktiranje/informiranje osoblja, informiranje osoblja i roditelja, organiziranje krizne intervencije i kontakata s medijima;*
2. *Kako se pobrinuti za djecu: Što im reći i kako pružiti psihološku prvu pomoć ako je potrebna/Ustanoviti je li potrebna pomoć izvana*
3. *Kako informirati roditelje: Sastanak za roditelje/ Pismena informacija*
4. *Koja vrsta intervencije je potrebna? Povećana pažnja pojedinoj djeci, povećana pažnja nekim grupama djece, kontakt s obitelji*
5. *Kako odrediti prioritete? Što je važno? Planirati kojim će se redom činiti pojedine stvari?*

Područje intervencije varirat će ovisno o događaju. Neki događaji zahtijevaju intervenciju samo na individualnoj razini, a neki s grupom djece.

Planiranje kriznih intervencija

Krizne intervencije često nazivamo i psihološkom prvom pomoći jer se onima koji su pogođeni kriznim događajem nastoji pomoći da lakše podnesu njihove posljedice. Planiranje intervencije započinje na temelju odgovora na sljedeća pitanja:

1. Tko je pogođen? Dijete/odgajatelj...
2. Što se dogodilo? Nesreća, teška bolest, nešto drugo...
3. Kako se to dogodilo? U vrtiću, u neposrednoj blizini vrtića, kod kuće
4. Kojim informacijama raspolažemo?
5. Možemo li intervencije izvesti sa svojim potencijalima ili nam je potrebna stručna pomoć? Kakva
6. *Kako djeca reaguju na krizne događaje?*

Tipične reakcije djeteta u vrijeme krize mogu biti: regresivno ponašanje, gubitak interesa za aktivnosti koje je voljelo, problemi u ponašanju, problemi sa spavanjem, problemi s drugom djecom, strah da će se loše stvari koje su se dogodile nastaviti događati i dalje, strah od stvari koje mogu biti povezane s kriznim događajem.

Naravno, reakcije su različite u različitoj dobi. U situacijama kad im je ugrožen život, mala se djeca osjećaju potpuno bespomoćno i pasivno. Predškolska djeca i djeca mlađe školske dobi nakon kriznih događaja osjećaju se prestrašeno i ranjivo, pokazuju iritabilnost, „zalijepljenost“ za roditelje, skloni su cmizdrenju, agresivnosti, konfuznosti; zahtijevaju pažnju, imaju noćne more, probleme sa spavanjem, gube koncentraciju...

Što možemo učiniti za djecu u krizi?

Kada krizni događaj prouzrokuje osjećaj da mu se svijet raspada, ono što djetetu najviše treba jest prihvaćanje, razumijevanje i podrška. Iznad svega treba osjećaj da postoji netko u koga se može pouzdati, na kog se može osloniti.

Pripremanje vrtića unaprijed za slučaj kriznog događaja podrazumijeva i uvažavanje bitnih obilježja komunikacije s djecom u krizi:

- *Kroz otvorenu i iskrenu komunikaciju važno je: pružiti objašnjenja prilagođena dobi djece;*
- *Izbjegavati apstraktna objašnjenja;*
- *Dati dovoljno vremena za kognitivno ovladavanje događajem: prihvatiti pitanja i razgovor o događaju; prihvatiti i sasvim kratke razgovore; prihvatiti dječju igru koja odražava događa;*
- *Učiniti gubitak realnim: ne sakrivati vlastite osjećaje; savjetovati roditelje kako da uz odgovarajuću psihičku pripremu djeteta i ostanak u njegovoj neposrednoj fizičkoj okolini omoguće njegovo sudjelovanje u ritualu pogreba bliskih osoba;*
- *Poticati emocionalno suočavanje kroz igru.*

Živimo u vrlo promjenjivom i nepredvidivom svijetu u kojem su nam na brigu povjerena djeca. Njihova ranjivost čini našu profesiju osobito važnom, a stoga i osobito stresnom. Ukoliko se krizni događaj dogodi a mi

smo se dobro pripremili i uvježbali djelotvorno reagiranje, tek onda smo spremni djeci pružiti odgovarajuću psihološku pomoć i umanjiti vlastiti stres.