

Kako odgajatelji i učitelji mogu pomoći djeci nakon katastrofe u zajednici?

Povratak u vrtić i školu nakon traumatičnog događaja i davanje podrške djeci u vašem razredu ili grupi može se činiti zastrašujućim pogotovo ako ste i vi doživjeli taj događaj.

Odgajatelji i učitelji kao i svi odgojno-obrazovni djelatnici već posjeduju znanja i vještine koje će djeci pomoći da se nose s katastrofom.

Što je više moguće, nastavite s dnevnim vrtićkom/školskom rutinom dana. Djeca imaju tendenciju da bolje funkcioniraju kad znaju što mogu očekivati u vezi sa svakodnevnim aktivnostima. Povratak rutini pomoći će djeci da osjete da katastrofa ili trauma nisu preuzeli kontrolu nad svim aspektima njihova svakodnevnog života.

Dajte djeci priliku da izraze svoja iskustva, misli i osjećaje. U toj prilici djecu možete jednostavno pitati što su oni vidjeli i čuli. Jutarnji sastanak je jedna od takvih prilika.

Upoznajte se s jedinstvenim iskustvom koje je prošlo svako dijete. Razumijevajući različita iskustva, lakše ćete otkriti njihove potrebe. O iskustvima za vrijeme traumatskog događaja možete saznati od same djece, tijekom uobičajnih razgovora ili informirajući se kod roditelja. Svatko različito doživljava uznemirujuće događaje, čak i djeca u istoj obitelji.

Dajte djeci mogućnost izbora i pružite im priliku da sami donose odluke. To može pomoći djeci svih dobnih skupina da vrate osjećaj kontrole i osnaživanja.

JUTARNJI SASTANAK kao svakodnevna prilika za podršku

Dobar način da započnete svaki dan jest jutarnji sastanak tijekom kojeg i odrasli i djeca sjede u krugu i kroz četiri komponente jutarnjeg sastanka, imaju priliku podijeliti što se novo dogodilo, izraziti svoje misli i emocije.

Jutarnji sastanak djeci omogućava da se osjećaju dijelom zajednice koja brine o njima, pridonosi osjećaju sigurnosti jer dan u vrtiću ili školi započinje predvidivom rutinom.

Četiri osnovne komponente jutarnjeg sastanka:

- 1. Jutarnji pozdrav** - Pozdrav se odvija u krug. Jedno dijete ili odrasla osoba započinje pozdravljajući osobu do sebe. Uz pozdrav, svako dijete može djetetu do sebe poželjeti nešto za taj dan. Pozdrav djetetu/učeniku daje osjećaj primijećenosti i dobrodošlice u svoju skupinu ili razred.
- 2. Novosti** - Svako dijete koje to želi kaže što je novo kod nje/njega. Ponekad druga djeca postavljaju pitanja. Ako su djeca školske dobi, učiteljica može zadati temu novosti. Novosti daju priliku za zajednički razgovor. Razredne novosti poručuju djeci da se u njihovom razredu/skupini ono što oni imaju za reći smatra važnim i da to trebaju cijeniti i poštivati.
- 3. Igra kao uvod u aktivnost/sadržaj** - Igra je relaksirajuća aktivnost koja služi za odmak od teških tema ukoliko ste o njima razgovarali te kanaliziranje misli prema sadržaju kojim ćete se baviti *"Imamo što za raditi, to nam zaokuplja misli i osjećamo da djelujemo timski."*
- 4. Poruka dana** - Djeci se na kraju može reći ili zapisati neka poruka za taj dan, npr. 'Danas ćemo istražiti što je hrabrost.'



Kako razgovarati s djecom o događaju koji ih je uznemirio?

Razgovor se vodi slušanjem. Pitajte otvorena pitanja, slušajte bez ometanja i ostavite vlastite osjećaje izvan rasprave.

Na pitanja odgovarajte jednostavnim činjenicama.

Djeca će vjerojatno imati pitanja i nedoumice oko događaja. Odgovorite iskreno, ali bez slikovitih ili uznemirujućih detalja onoga što se dogodilo i bez da se i sami uznemirujete. Starija djeca možda će trebati više informacija od mlađe djece.

Nakon nekog vremena razgovor o osjetljivoj temi u grupi blago privedite kraju (npr. nakon 15 min) kako biste se polako usmjerili na pozitivne stvari koje možete učiniti za bolju budućnost.

Prihvatite kako se djeca osjećaju bez prosuđivanja. Neka djeca izraze kako se osjećaju. Nemojte izgovarati rečenice poput: 'Ne bi trebao biti tužan / ljut', 'Budi hrabar'.

Neka će djeca poželjeti razgovarati o onome što se dogodilo, a druga možda ne. Važno je ne inzistirati da razgovaraju ako ne žele. Nježno ih potaknite da se pridruže prilici za razgovor ako žele, ali pružite djeci priliku da rade nešto drugo u čemu uživaju.

