


Η προσέγγιση των παιδιών μετά από ένα τραυματικό συμβάν

Εισηγήτριες:

Χριστίνα Ρούση - Βέργου, Ψυχολόγος
Επικ. Καθ. Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας, Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής
Αγωγής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Βάσια Μακρυδάκη, Ψυχολόγος
Εργαστήριο Ζωής του Κέντρου Πρόληψης ΟΚΑΝΑ Λάρισας

- 
- ▶ <https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=cL-AMcwX9kSQpFyUdmJSIUk9knQiDUVEoVhiUE-KhK1UNINISjRVSENEQUI5U0IWRFVNRjhXWjBEVC4u>

Τι συνιστά «κρίση»;

- ▶ απρόβλεπτο, απειλητικό γεγονός
- ▶ ίσως και να μην είναι μη αναμενόμενο
- ▶ ελάχιστος χρόνος για λήψη αποφάσεων
- ▶ διττή υπόσταση: κίνδυνος και ευκαιρία
 - ▶ κίνδυνος: απειλή με σοβαρές συνέπειες π.χ. αυτοκτονία.
 - ▶ ευκαιρία: αλλαγή, αναζήτηση νέων λύσεων και πηγών.

αξιολόγηση τραυματικού γεγονότος

► Δύο είδη τραυμάτων:

- Μη αναμενόμενο τραυματικό γεγονός διαταράσσει τη φυσιολογική πορεία π.χ. ασθένεια, θάνατος, φυσική ή άλλη καταστροφή.

Αντίδραση στην παρέμβασή μας: καλή

Συνέπειες: όχι οπωσδήποτε αρνητικές στην προσωπικότητα των μαθητών μας.

- Αναμενόμενη, διαρκής ή επαγγελματιζόμενη εμπειρία ή απειλή π.χ. κακοποίηση, φτώχεια, πόλεμος κ.λ.π.
 - Επιπτώσεις στην ανάπτυξη, κοινωνική συμπεριφορά, προσωπικότητα, (αντικοινωνική συμπεριφορά, αυτοκτονικές τάσεις, θυματοποίηση, επιθετικότητα).
 - Αντίδραση στην παρέμβασή μας: ποικίλλει, χρειάζεται προσοχή.

Ανάπτυξη Σχεδίου:

1. αξιολόγηση πηγών & ρόλων

- ▶ Υπάρχουν υπηρεσίες αντιμετώπισης κρίσης ως τμήμα του Σχολείου;
- ▶ Υπάρχουν πηγές για παροχή ψυχολογικής βοήθειας και θεραπείας στους μαθητές;
- ▶ Υπάρχει κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό για παροχή ψυχολογικής βοήθειας;

Ανάπτυξη Σχεδίου:

2. ρόλοι και προσδοκίες μελών

- ▶ συγκρότηση ομάδας λήψης απόφασης εντός σχολείου
- ▶ ο Διευθυντής ως συνδετικός κρίκος με τους εκτός σχολικού πλαισίου
- ▶ ομάδα υποστήριξης (εκπαιδευτικοί και ειδικοί)
 - ▶ Βοήθεια προς άτομα που δεν μπορούν να ανταποκριθούν
 - ▶ Διατήρηση επαφής με την ομάδα αποφάσεων για πληροφόρηση

Ανάπτυξη Σχεδίου:

3. αντίδραση στην κρίση (α)

- ▶ Βαθμός κρίσης 1 (καταστάσεις απειλητικές για τη ζωή, π.χ. Φωτιά, φυσική καταστροφή, οπλισμένος άνθρωπος):
 - ▶ Συναγερμός
 - ▶ Εφαρμογή της ασφάλειας στη τάξη
 - ▶ Αναφορά για ιατρική βοήθεια
 - ▶ Αναφορά του προβλήματος στην ομάδα λήψης απόφασης
 - ▶ Λήξη προβλήματος και συναγερμού
 - ▶ Αξιολόγηση του σχεδίου κρίσης

Ανάπτυξη Σχεδίου :

3. αντίδραση στην κρίση (β)

- ▶ Βαθμός κρίσης 2 (επίλυση συγκρούσεων και ανάληψη δράσης για ασφάλεια, π.χ. βία, κακοποίηση, εκφοβισμός, θάνατος)
 - ▶ Κινητοποίηση της ομάδας λήψης απόφασης από τον Διευθυντή
 - ▶ Εξουσιοδότηση προσώπου για επαφή με αρμόδιες κοινοτικές υπηρεσίες
 - ▶ Εφαρμογή πειθαρχικών μέτρων
 - ▶ Αξιολόγηση του προγράμματος παρέμβασης

Ανάπτυξη Σχεδίου :

3. αντίδραση στην κρίση (γ)

- ▶ Βαθμός κρίσης 3 (τραγικά γεγονότα για τα άτομα της σχολικής κοινότητας που συμβαίνουν μακριά από το σχολείο π.χ. αυτοκτονία, ατυχήματα)
 - ▶ Λήψη πληροφοριών από αστυνομικές αρχές
 - ▶ Συγγραφή αναφοράς (για τη σχολική κοινότητα, ΜΜΕ, γονείς)
 - ▶ Συνάντηση όλου του προσωπικού
 - ▶ Ανακοίνωση και ενημέρωση των μαθητών
 - ▶ Συμβουλευτική μαθητών

Εκπαίδευση Προσωπικού για άμεση παρέμβαση: *αξιολόγηση των συνεπειών*

- ▶ Εργαλείο αξιολόγησης του ποιος έχει ανάγκη παρέμβασης (Slaikau, 1990):
 - ▶ Β. Απώλεια όρεξης, απουσία ύπνου, δεν μπορεί να ξεχάσει.
 - ▶ Α. Άγχος, θλίψη, θυμός, κατάθλιψη.
 - ▶ Σ. Δυσκολία ύπνου, πονοκέφαλοι, κοιλιακές διαταραχές, αίσθημα κόπωσης.
 - ▶ Ι. Απομόνωση, δεν αναζητά βοήθεια, συγκρούσεις
 - ▶ C. Καταστροφικές σκέψεις, ψυχαναγκαστικές αυτοκατηγορίες.

Εκπαίδευση Προσωπικού: Πρώτες βοήθειες (ψυχολογικές)

- ▶ Διατήρηση ελέγχου κατά την κρίση, αξιολόγηση αναγκών, παροχή στήριξης, σύνδεση των ατόμων που έχουν ανάγκη με πηγές βοήθειας.
- ▶ Στάδια:
 - ▶ Ψυχολογική επαφή με το άτομο για να μιλήσει
 - ▶ Στόχος: η ψυχραιμία.
 - ▶ Εξέταση πιθανών λύσεων: βοήθεια προς τον μαθητή να αναλάβει ο ίδιος δράση (διευκολυντικός ο ρόλος μας ή κατευθυντική η στάση μας σε θέματα ασφάλειας)
 - ▶ Συνεχής παρακολούθηση και αν χρειαστεί παραπομπή σε ψυχοκοινωνικές υπηρεσίες

Ανάπτυξη Σχεδίου: αξιολόγηση της απόδοσης σχεδίου

- ▶ Κλείσιμο έργου της ομάδας διαχείρισης κρίσης
 - ▶ ενσωμάτωση του σχεδίου παρέμβασης στις ρουτίνες του σχολείου
- ▶ Αξιολόγηση της διαχείρισης:
 - ▶ πλεονεκτήματα, αδυναμίες, προτάσεις

Ψυχολογικά συμπτώματα τραύματος

- ▶ Αναβίωση προσωπικών εμπειριών απώλειας και τραύματος
- ▶ Εμφάνιση συμπτωμάτων:
 - ▶ Αναβίωση τραυματικών εμπειριών
 - ▶ Αποφυγή ή αίσθηση μουδιάσματος (μείωση ενδιαφέροντος, αποξένωση, περιορισμένο εύρος συναισθημάτων, αίσθημα βράχυνσης του μέλλοντος)
 - ▶ Υπερδραστηριότητα (ευερεθιστότητα, δυσκολίες ύπνου, δυσκολία συγκέντρωσης)

Ψυχική αποφόρτιση και για το προσωπικό που χειρίστηκε την κρίση

- Διεργασίες ψυχικής αποφόρτισης
 - Ποτέ κρίσεις ή επικρίσεις σε κάποια μέλη, μόνο γενικές κρίσεις
 - Έκφραση συναισθημάτων
 - Στήριξη και ενθάρρυνση σε όσους θεώρησαν ότι έκαναν λάθη.
 - Ενίσχυση αυτοπεποίθησης.
- Πρόληψη ψυχικής και σωματικής εξουθένωσης
 - Ενεργητική στήριξη διαπροσωπικών σχέσεων → αύξηση της εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών.

Διαχείριση των πρώτων κρίσιμων ωρών μετά το δυσάρεστο γεγονός

- ▶ Ζητήματα που πρέπει να αντιμετωπιστούν:
 - ▶ Επιβεβαίωση γεγονότος
 - ▶ Διαχείριση πληροφορίας
 - ▶ Προστασία της ιδιωτικότητας της οικογένειας
 - ▶ Βοήθεια προς μαθητές να αντιμετωπίσουν τον θάνατο
 - ▶ Επικοινωνία εκτός ορίων του σχολείου
 - ▶ Αναζήτηση πηγών στην κοινότητα
 - ▶ Επικοινωνία με τους γονείς
 - ▶ Ελαχιστοποίηση της πιθανότητας μίμησης της αυτοκτονικής συμπεριφοράς.

Διαχείριση των πρώτων κρίσιμων ωρών μετά το δυσάρεστο γεγονός

- ▶ Άλλα βήματα διαχείρισης:
 - ▶ Συνάντηση της ομάδας διαχείρισης κρίσεων
 - ▶ Κλήση προς κοινοτικές ομάδες στήριξης
 - ▶ Διαθεσιμότητα συμβούλων-καθηγητών προς μαθητές
 - ▶ Αναγνώριση μαθητών με ιδιαίτερες δυσκολίες, οι οποίοι ίσως επηρεαστούν περισσότερο από το γεγονός

Πώς βοηθάμε ένα παιδί;

- ▶ Εντοπίστε αν υπάρχουν παιδιά που έχουν υποστεί απώλειες
- ▶ Κάντε το παιδί να αισθανθεί ασφάλεια
- ▶ Κρατήστε τις ρουτίνες
- ▶ Βοηθήστε τα παιδιά να διασκεδάσουν
- ▶ Μοιραστείτε πληροφορίες για το τι έγινε
- ▶ Διαλέξτε τον κατάλληλο χρόνο για να μιλήσετε

Πώς βοηθάμε ένα παιδί;

- ▶ Εντοπίστε αν υπάρχουν παιδιά που έχουν υποστεί απώλειες
- ▶ Περιορίστε την έκθεση στην υπερ-πληροφόρηση
- ▶ Κάθε παιδί έχει τον δικό του τρόπο να διαχειρίζεται το στρες
- ▶ Ακούστε προσεκτικά
- ▶ Χαλάρωση μέσω της αναπνοής
- ▶ Αναγνωρίστε τα συναισθήματα τα παιδιών
- ▶ Είναι OK να πείτε ότι «δεν γνωρίζω»

Τι μπορούν να κάνουν οι εκπαιδευτικοί;

- ▶ Υποστήριξη στην επάνοδο στην ρουτίνα
- ▶ Βλέπουμε αν κάποιοι μαθητές χρειάζονται επιπλέον υποστήριξη
- ▶ Βοηθάμε τους μαθητές να **κατανοήσουν** τι συνέβη
- ▶ Διαβεβαιώνουμε ότι εσείς και το προσωπικό του σχολείου κάνουν τα πάντα για να φροντίσουν τα παιδιά και να παραμείνουν ασφαλή
- ▶ Μένουμε σε στενή επαφή και συνεργασία με τους γονείς
- ▶ Φροντίζουμε τους εαυτούς μας

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ

- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=wi-7hic3Uac>
- ▶
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=RzjNagcdmKA>

- ▶ <https://www.youtube.com/playlist?list=PLq0xjxU-gB7aaGaXfaLsfLKD3LG6BULgf>

- ▶ https://kids.oasp.gr/kids_main/kids.html

- ▶ <https://www.oasp.gr/inform/students>

- 
- ▶ <https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=cL-AMcwX9kSQpFyUdmJSIUk9knQiDUVEoVhiUE-KhK1UNjl5SIJJMTY2RIVBVINDTEVUWE5IRzMxWC4u>