

# Informácie pre školy o zvládaní krízovej situácie v dôsledku vojny na Ukrajine

Momentálna situácia prináša so sebou emócie ako sú stres, strach, pocit ohrozenia, obavy z budúcnosti, beznádej, smútok, zmätok, alebo hnev. Situácia môže byť pre deti, ako aj pre nás dospelých nepochopiteľná a stojíme pred novými výzvami ako individuálne a skupinovo narábať so širokou škálou emócií vyvolaných aktuálnou situáciou.

Môžete sa stretnúť s tým, že na tieto emócie budú prichádzať reakcie ako bagatelizovanie, popieranie situácie, prekrúcanie informácií, prípadne apatia. Všetky tieto reakcie sú založené na procese narábania s prvotnými emóciami, s ktorými si človek nevie dať hneď rady.

## Odporúčania pre riaditeľa školy:

- Zverejniť na webe, nástenke školy kontakty na odborníkov, na ktorých sa môžu žiaci a ich rodiny obrátiť a kde vyhľadať pomoc.
- Hneď v prvý vyučovací deň si prioritne zvolajte svojich pedagógov a dohodnite sa na jednotnom spôsobe, ako budete danú situáciu preberať so žiakmi.
- Sledujte vyhlásenia oficiálnych štátnych predstaviteľov a inštitúcií.
- Ak máte v škole zastúpenie školského psychológa a ďalších OZ v rámci školského podporného tímu a majú kompetencie a výcviky v krízovej intervencii, vedia ako postupovať.
- Pokiaľ nemáte v škole školského psychológa, resp. školský podporný tím, obráťte sa na najbližšiu CPPP a žiadajte o pomoc.
- Zosumarizované informácie k téme krízovej intervencie pre pedagogických a odborných zamestnancov nájdete na <https://vudpap.sk/krizova-intervencia/>.
- Venujte problematike náležitú pozornosť v prípade, že sú vo vašej škole žiaci alebo zamestnanci ruskej alebo ukrajinskej národnosti.
- Na stránke školy zverejnite, akým spôsobom budete pracovať so žiakmi, s triedami. Uistite rodičov, že sa vzhľadom na situáciu budete snažiť pracovať s triedami, monitorovať psychický stav žiakov a že je možné využiť individuálne konzultácie členov školského podporného tímu. Zverejnite kontakty na zariadenia poradenstva a prevencie, krízové linky a pod.

## Odporúčania pre učiteľov:

- Skôr než začnete otvárať tému situácie na Ukrajine so žiakmi, venujte pozornosť emóciám v danej situácii,
- pristupujte k žiakom citlivo a komunikáciu prispôbajte ich veku,
- informácie, ktoré by mali byť vypovedané a žiaci ich potrebujú počuť:
  - Aktuálne na našom území nie je vojna, hranice nie sú dotknuté, nehrozí bezprostredné nebezpečenstvo.
  - Slovensko je na situáciu pripravené.
  - Jednoduché vysvetlenie, čo sa deje.
  - Na hraniciach SR sa môžu objaviť utečenci. Ide o ľudí v núdzi, ktorí utekajú pred vojnou a pri žiadosti o azyl prejdú riadnym azylovým procesom. Ich prvou zastávkou bude záchytný tábor.
- Vytvorte priestor na otázky a vyjadrenie pocitov.
- Ak vidíte na deťoch silné pocity, nesnažte sa ich tlmiť, popíšte ich a dovoľte deťom uvedomiť si, že to, čo cítia, je strach, hnev, obavy (nazývame to ventilácia emócie a normalizácie emocionálnych a fyzických reakcií na kritickú udalosť). Pripustite, že tieto emócie sú v danej situácii prirodzené a aj ostatní to môžu, ale aj nemusia cítiť rovnako.
- Zároveň vedte triedu v rámci spoločnej skupinovej práce k identifikovaniu potrieb jednotlivcov, ako aj skupiny, respektíve kladte otázku, čo s tým môžete robiť a čo by vám pomohlo (vyhľadať pomoc, zavolať psychológa, miesto telesnej výchovy sa prejsť von, ...).
- Sledujte vyhlásenia oficiálnych štátnych predstaviteľov a inštitúcií, ak sami na sebe badáte nápor emócií, neváhajte sami vyhľadať pomoc. Len ak sa postaráte o seba, budete vedieť pomáhať aj ostatným.
- Zosumarizované informácie k téme krízovej intervencie pre pedagogických a odborných zamestnancov nájdete na <https://vudpap.sk/krizova-intervencia/>.

## Odporúčania pre Školský podporný tím:

Ocitli ste sa v situácii, kedy sa na vás budú obracať o pomoc nielen žiaci, ale aj pedagógovia. Využite všetky dostupné možnosti (terapia, poradenstvo, supervízia), aby ste sa necítili byť na celú situáciu sami.

- Pokiaľ máte výcvik v krízovej intervencii, môže vám ako osnova slúžiť náš procesný štandard pre Krízovú intervenciu (zverejnený na <https://vudpap.sk/x/projekty/standardy/procesne-standardy-odbornych-a-odbornometodickych-cinnosti/>).
- Základom vašej práce bude:
  - práca s emóciami, podpora ventilácie emócií skupiny a normalizácie emocionálnych a fyzických reakcií na kritickú udalosť,
  - identifikovanie potrieb skupiny a jednotlivcov a posilňovanie copingových stratégií v rámci odbornej činnosti v triede a aj individuálne,
  - mapovanie vlastných zdrojov skupiny/jednotlivca a upriamenie sa na ich posilnenie a podporu.
- Zvýšenú pozornosť venujte triedam, ktoré navštevujú žiaci ukrajinskej a ruskej národnosti. Týmto triedam a žiakom poskytnite cielenejšiu pomoc.
- Neváhajte sa obrátiť na príslušné zariadenia poradenstva a prevencie.
- Zosumarizované informácie k téme krízovej intervencie pre pedagogických a odborných zamestnancov nájdete na <https://vudpap.sk/krizova-intervencia/>.