

ПОШТОВАНИ И ДРАГИ НАСТАВНИЦИ,

Поводом трагичног догађаја који нас је све затекао, обраћамо вам се да бисмо вам показали да нисте сами! Ми, сарадници Института за педагошка истраживања, смо уз вас као што сте и ви увек уз нас, спремни да сарађујете и помогнете нам у нашим истраживачким активностима.

У овом кризном периоду пред вас се постављају веома висока очекивања – да наставите одговорно да испуњавате своје свакодневне школске обавезе и да budete подршка и ослонац својим ученицима у превазилажењу трауматских искустава. Притом, лако се може изгубити из вида да сте и ви сведоци трагичног догађаја и да и вама треба додатна снага и подршка да бисте одговорили овом изазову.

Питате се како да започнете час, како да се понашате током наредних дана у школи, шта можете да очекујете од ученика и како да комуницирате са њима. Свесни смо да је ваше богато педагошко искуство ваш најснажнији ресурс, али нико не може бити потпуно спреман за изазове овог типа. У ту сврху, формулисали смо основне препоруке на које можете да се ослоните у стресним ситуацијама у раду са ученицима.

КАКО ОВАЈ ЛЕТАК МОЖЕ ДА ВАМ ПОМОГНЕ?

Ваши ученици су били сведоци трагичних догађаја. Неки од њих су директно присуствовали тим сценама, а неки су о томе сазнали путем медија, од родитеља или од вршњака. Неки ученици ће пожелети да на часу искажу своје мисли и осећања о тој теми.

Приметићете да се неки ученици понашају на другачији начин од уобичајеног. Неки ученици ће бити уплашени и анксиозни, неки тужни и повучени. Можете да очекујете и неприлагођене реакције. Није лако знати шта тачно треба рећи у овим тренуцима и како подржати ученике. Вероватно и ви покушавате да се изборите са својим негативним емоцијама. Иако нисте могли да заштитите ученике од губитка и бола због овог догађаја, можете да им помогнете да се осећају безбедније и да се са тим носе на конструктиван начин.

ВРАТИТЕ СЕ ПОСТЕПЕНО ШКОЛСКИМ ОБАВЕЗАМА. Биће потребно да модификујете свој начин и програм рада. Спорије обрађујте градиво и оставите ученицима више времена да решавају задатке. Прилагодите тежину задатака и обавеза емоционалном стању ученика и њиховој слабијој пажњи, али и вашем актуелном емоционалном стању и расположењу.

ГРАДИТЕ ОСЕЋАЈ СИГУРНОСТИ У УЧИОНИЦИ.

Подсетите ученике да су директор, наставници и други одрасли преузели одговарајуће мере да се осећају безбедно. Проверите са ученицима да ли постоји нешто што можете да урадите како бисте им помогли да се осећају боље. Изразите позитивне мисли за будућност, попут „Опоравак од овог догађаја може потрајати, али ћемо свакодневно радити на томе“.

АКО ПРОЦЕНИТЕ ДА ТРЕБА, УВЕДИТЕ КРАТКУ АКТИВНОСТ КОЈА ЋЕ РЕЛАКСИРАТИ УЧЕНИКЕ. На почетку часа или када осетите да је то потребно, предложите ученицима кратку вежбу: „Затворимо сви очи, мислимо на нешто лепо и дишимо дубоко“ (до два минута).

ПРИМЕНИТЕ ЧЕШЋЕ РАД У ГРУПИ И У ПАРУ. На тај начин подстичите код ученика осећај заједништва, међусобног поверења и сигурности.

ОДЛОЖИТЕ ПРОВЕРУ ЗНАЊА УЧЕНИКА. Можете да им саопштите конструктивну повратну информацију о томе како напредују у некој активности, али их немојте оцењивати првих дана по повратку у школу. Важно је да буду ангажовани на часу, али немојте имати превисока очекивања о исходима које желите да постигнете.

УВАЖИТЕ ЕМОЦИОНАЛНЕ РЕАКЦИЈЕ УЧЕНИКА.

Ученици ће имати различите емоционалне реакције поводом пуцњаве у школи: биће забринуте, збуњене, љути и слично. Свако осећање је нормално. Може се десити да уочите да неки старији ученици показују понашања која су карактеристична за децу млађег узраста. Пренесите ученицима да сте свесни да им у овом тренутку није лако и да је очекивано да осете различите емоције.

ОТВОРЕНО РАЗГОВАРАЈТЕ СА УЧЕНИЦИМА О ТРАГИЧНОМ ДОГАЂАЈУ АКО ЖЕЛЕ. Подсетите своје ученике да су велике катастрофе, кризе и хитни случајеви ретки и разговарајте са њима шта за њих значи сигурност, сигуран простор и сигуран живот.

СЛУШАЈТЕ УЧЕНИКЕ. Пружите прилику деци да причају о својим осећањима и помозите им да на одговарајући начин изразе та осећања. Онима који не желе да причају, предложите да нацртају оно што осећају или напишу причу. Нагласите да не морају то поделити са другима ако не желе. Понудите ученицима да напишу поруку подршке свом другу/другарици у овој кризној ситуацији.

ПОДСТИЧИТЕ УЧЕНИКЕ ДА ПОСТАВЉАЈУ ПИТАЊА. На тај начин им помажете да смање осећај неизвесности и да превазиђу погрешне представе. Можете да организујете активност/разговор у којем бисте подстакли ученике да из ових трагичних догађаја науче важне животне лекције. Уколико немате одговор на неко њихово питање, то им и реците.

ПРУЖИТЕ УЗРАСНО И РАЗВОЈНО ОДГОВАРАЈУЋА ОБЈАШЊЕЊА. Деци млађег школског узраста потребне су кратке и једноставне информације о немилим догађајима. Старијим ученицима можете понудити сложенија објашњења и предлоге како да превазиђу проблеме.

ЗАШТИТИТЕ ОСЕТЉИВЕ УЧЕНИКЕ. Понекад ученици могу да исмевају вршњаке који су осетљивији. Укажите им на међусобне разлике у овом погледу и негујте атмосферу толеранције различитости.

ПОДСТИЧИТЕ ДОЖИВЉАЈ ДА ЈЕ ДОПРИНОС УЧЕНИКА ВАЖАН. Покушајте да смислите начине да се ваши ученици осећају корисним у својој учионици, школи или заједници, јер тако додатно подстичете њихово самопоуздање (на пример, учешће у активностима подршке вршњацима из школе у којој се догодила трагедија). Разговарајте са ученицима о томе да је важно да пријаве насиље уколико га виде, да не окрећу главу или га прикривају.



ШТА УЧЕНИЦИМА НЕЋЕ БИТИ ОД ПОМОЋИ НА ЧАСУ?

- Ако показујете да нисте спремни да причамо о трагичном догађају.
- Ако их пожурујете да превазиђу тај догађај, да га „забораве што пре“ и да „мисле о нечем другом“.
- Ако негирате сопствена негативна осећања или расположења а они вам саопштавају да то примећују.
- Ако не поделите са њима информације које су им потребне (а вама су познате) за разумевање трагичног догађаја.
- Ако час нема јасну структуру, ако се правила доследно не примењују и ако не добију благовремено повратне информације на које су навикли.
- Ако нисте умерени у школским захтевима и обавезама током првих дана по повратку у школу.

ШТА ЈОШ МОЖЕТЕ ДА ОЧЕКУЈЕТЕ НА ЧАСУ?

- Закасне еле емоционалне реакције као што су плач, узнемиреност и повишен тон.
- Збијање шала о трагедији или неумерени смех као реакција ученика на трауму.
- Учесталији дисциплински проблеми (конфликти, размирице међу вршњацима).
- Смањено дружење са вршњацима и смањено интересовање за активности и ствари за које су деца пре стресног догађаја била заинтересована.

Неумесне шале и неумерени смех представљају одбрамбену реакцију на трауматично искуство. Објасните ученицима да такве реакције можемо разумети као још један од начина на који се боримо са нечим што нам је узнемирујуће или угрожавајуће. Важно је да обесхрабрујете неодговарајућа понашања, уз неговање атмосфере међусобног поштовања. Будите стрпљиви јер очекујемо да се ова тема неко време одржи у интеракцијама са ученицима и немојте бити обесхрабвени ако ваш труд не покаже резултате у скоријем периоду.

ОБРАТИТЕ СЕ ШКОЛСКОМ ПСИХОЛОГУ АКО:

- имате осећај да сте преплављени негативним осећањима и под континуираним стресом;
- када нисте сигурни како да реагујете у сложенијим ситуацијама са учеником или са родитељима;
- ако учите погоршање емоционалног стања код ученика или упадљиве реакције (накнадне и продубљене негативне емоције, појачана агресивност, исмевање жртава, величање починилаца).
- ако ученик прети да ће повредити себе или друге, чак иако су претње изречене у шали.

Сарадници Института за
педагошка истраживања