

Krizių valdymas ugdymo įstaigose

Psichologė psichoterapeutė Aušra Žiobakienė
Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba



Krizių įveikimo
centras

- *„Rekomendacijos dėl krizių valdymo mokyklose“* (Patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2018m. kovo 8 d. įsakymu Nr. V – 229);
 - Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos priimtas įsakymas Nr. V – 859 *„Dėl pagalbos savižudybės grėsmę patiriantiems, savižudybės krizę išgyvenantiems ir savižudybės krizę išgyvenusiems asmenims teikimo tvarkos aprašas“.*
- * Krizių įveikimo centro rekomendacijos.

Kas yra krizinis įvykis

Krizinis įvykis ugdymo mokykloje - tai neeilinis įvykis, išmušantis iš įprastinio gyvenimo vėžių, kuris paveikia didelį skaičių moksleivių ir/ arba mokyklos personalo, o jo pasekmės gali neigiamai veikti sveikatą, saugumo jausmą, socialinį bei emocinį moksleivių ir/arba mokyklos personalo gerbūvj.



Kas yra krizinis įvykis

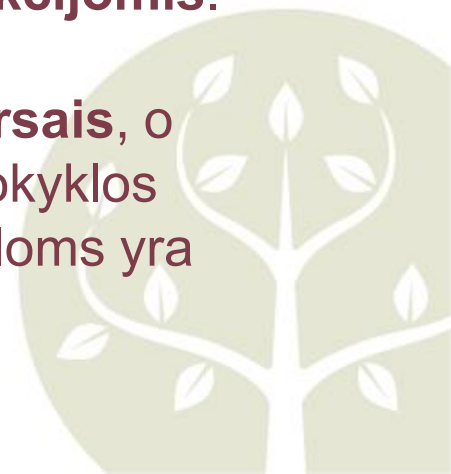
Krizinio įvykio pavyzdžiai:

- Netikėta bendruomenės nario mirtis, smurtinė mirtis arba savižudybė
- Nelaimingas atsitikimas, kuriame nukentėjo bendruomenės nariai
- Grasinimai ar smurtas iš mokinių ar kitų asmenų
- Nelaimingi atsitikimai su didele žala mokyklos pastatui (gaisras, sprogimas, pastato griūtis ir pan.)
- Mokyklos bendruomenės nario dingimas



Bendrieji krizės valdymo principai

- Mokykla po krizinio įvykio turėtų **grįžti prie įprastino darbo ir ritmo** iškart, kai tik tai yra įmanoma.
- Mokiniamis būtų sudaryta galimybė **kalbėti apie krizinius įvykius, pasidalinti savo jausmais bei kitomis reakcijomis**.
- Gerai, jei mokykla krizę yra **pajėgi įveikti savo resursais**, o išorės pagalbininkai teikia paramą ir konsultacijas mokyklos komandai. Visgi kai kurias krizes dėl jų masto mokykloms yra **nerealu įveikti be išorinės pagalbos**.



Bendrieji krizės valdymo principai

Įvykus kriziniam įvykiui mokykloje, svarbu:

- a) tinkamai informuoti apie įvykį mokyklos bendruomenę ir kitas institucijas
- b) organizuoti skubią medicininę ir psichologinę pagalbą mokyklos bendruomenės nariams
- c) pasirūpinti fiziniu bendruomenės narių saugumu

Šiuos veiksmus atlieka ir koordinuoja Mokyklos krizių komanda
(mokymai 4 val./m.)



Ką galima pasiruošti iš anksto



Suformuoti **Mokyklos krizių komandą**, pasiskirstyti atsakomybėmis



Sudaryti **krizių valdymo planą**, jį pristatyti mokyklos mokytojams



Suplanuoti, kur mokymo įstaiga galėtų kreiptis, jei prireiktų **išorinės psichologinės pagalbos**



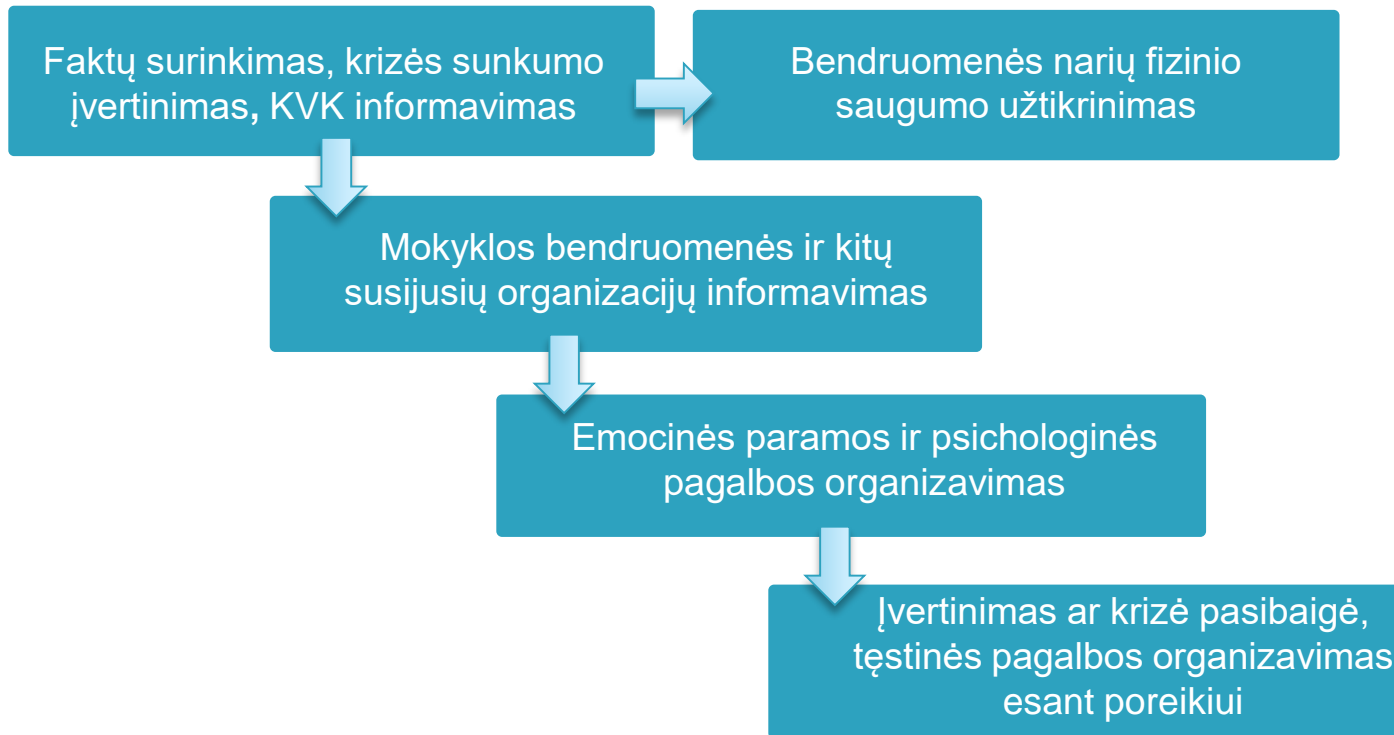
Mokyklos krizių komanda: 5-7 nariai

Atsakomybių pasiskirstymas krizių valdymo komandoje:

- Krizių valdymo komandos **koordinatorius**,
- Asmuo, atsakingas už **psichologinę pagalbą**,
- Asmuo, atsakingas už **komunikaciją**
- Asmuo, atsakingas už **saugumą**,
- Asmuo, atsakingas už **medicininę pagalbą**,
- Kiti (administraciniai darbai, komunikacija telefonu, komunikacija su kažkuria grupe, pagalbos teikimas).



Krizės valdymo planas



Dažniausios klaidos

- !! Situacijos ignoravimas.** „Neatrodo, kad ką nors tai stipriai paveikė“.
- !! Delsimas ką nors daryti.** „Praeis laikas ir viskas savaime susitvarkys“, „Palaukim ir pažiūrėsime“.
- !! Vengimas informuoti bendruomenę arba kalbėtis apie įvykį.** „Geriau greičiau viską užmiršti ir gyventi toliau“.



Psichologinė pagalba

Psichologinė pagalba krizės atveju gali būti:

- **Grupinė** – įvykio paveiktoms grupėms: klasei, būreliui, mokytojams
- **Individuali** – ypač paveiktiems asmenims

Psichologinę pagalbą krizių atvejais teikia specialiai tam apmokytas specialistas, dažniausiai psichologas.

Krizės atveju pagalba siūloma proaktyviai – t.y. nelaukiant kol pats žmogus jos paprašys.



Savižudybės Lietuvoje

Amžius	10–14	15–19	20–24
Savižudybės	4	21	25
Nužudymas	0	2	1
Mirtis kai ketinimas nepatikslintas	1	6	12
Mirtis dėl nelaimingo atsitikimo	5	15	33
Viso			125

Savižudybė ir bandymas nusižudyti yra vienas dažniausių krizinių įvykių mokymo įstaigose

Savižudybės krizė mokykloje

Sužinojus apie bendruomenės nario savižudybę, **krizių valdymo komanda** turi operatyviai reaguoti (ne vėliau kaip per 24 val. nuo įvykio):

- a) tinkamai informuoti apie savižudybę mokyklos bendruomenę ir kitas institucijas
- b) organizuoti skubią individualią ir grupinę pagalbą mokyklos bendruomenės nariams



Kaip savižudybė paveikia bendruomenę

- Kelia stiprų nerimą, sumažėja darbingumas
- Kyla daug klausimų ir nežinojimo kaip elgtis
- Kyla daug kaltinimų sau arba kitiems
- Bejėgiškumas, baimė dėl savęs ir artimųjų
- Savižudybė gali būti mėgdžiojamas elgesys, ypač tarp paauglių, nes jie labiau linkę mėgdžioti bendraamžių ir savo autoritetų elgesį.



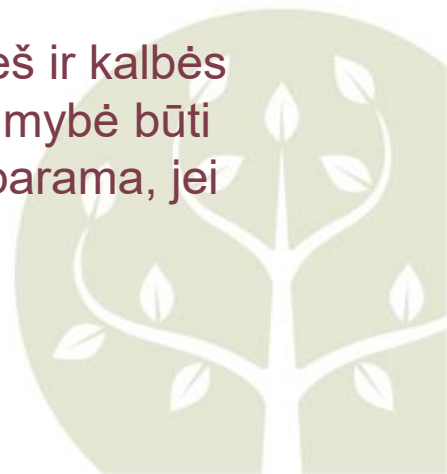
Gedėjimas po netekties

- Vienintelis kelias, kuris veda į normalų gyvenimą po netekties – **tai išgyventi sielvartą.**
- **Komplikuotos netektys** – tai netektys, dėl kurių netikėtumo ir faktinio dramatizmo ir/ ar dėl emocinių netekusiojo reagavimo ypatumų, galima numatyti, kad šių netekčių išgyvenimas vyks labai sunkiai.
- Gedėjimas po artimojo savižudybės yra sudėtingesnis dėl lydinčių gėdos, stigmatizavimo, kaltės jausmų. Nusižudžiusiųjų artimieji dažniau susiduria su aplinkinių atstūmimu ir kaltinimais.



Kaip kalbėtis su mokiniais

- Svarbu paaiškinti moksleiviams, kad **savižudybė niekuomet neturi vienos priežasties**, kad niekas asmeniškai negali būti atsakingas mokykloje už šią mirtį, kad nebus rastas atsakymas į klausimą, kodėl nusižudė šis asmuo.
- Mokytojai turėtų būti **labai dėmesingi ir jautrūs moksleivių emocinėms, elgesio reakcijoms**, kurias pastebės, kai praneš ir kalbės apie įvykusią savižudybę. Moksleiviams turi būti sudaryta galimybė būti išklaustytiems, jiems turi būti lengvai prieinama psichologinė parama, jei jos prireikia.



Kaip kalbėtis su mokiniais

- Kalbant apie nusižudžiusį asmenį labai svarbu atskirti jo asmenines savybes nuo poelgio – savižudybės. **Savižudybė – tai ne išeitis sprendžiant problemas, nes:**
 - savižudybė dažniausiai yra nepakeliamo psichikos skausmo, nevilties išraiška, kuriais žmogus nerado, nesugebėjo arba nemokėjo su kuo nors pasidalinti ar kitaip su jais išbūti tuo metu, t.y., jis **neieškojo arba nesugebėjo rasti reikiamos pagalbos;**
 - savižudybė palieka labai sunkias psichologines, dvasines pasekmes **nusižudžiusiojo artimiesiems, draugams, bendradarbiams.**



Atminimo ženklai

- Atsižvelgiant į didesnę savižudybės mėgdžiojimo riziką paauglystėje reikėtų vengti ritualų ar atminimo ženklų, kurie gali skatinti mirusiojo ar savižudybės idealizavimą ir romantizavimą. Todėl atsisakoma tokių ritualų, kaip velionio portretas lankomose mokyklos vietose, degančios žvakės ant jo suolo ir pan.
- Viešai neskaitomi nusižudžiusiojo atsisveikinimo žodžiai.
- Po laidotuvių verta aptarti su klasiokais kaip elgtis su mirusiojo vieta klasėje, kad visiems lengviau būtų sugrįžti į mokymosi ritmą.
- Spontaniški memorialai turėtų būti pagarbiai pašalinami po laidotuvių (po keleto dienų), pvz perduoti velionio šeimai





Krizių įveikimo
centras

- ▶ Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos priimtas įsakymas Nr. V - 859 „**Dėl pagalbos savižudybės grėsmę patiriantiems, savižudybės krizę išgyvenantiems ir savižudybės krizę išgyvenusiems asmenims teikimo tvarkos aprašas**“.





- ▶ Įsakyme Nr. V-859 aprašomos atskiros pagalbos teikimo tvarkos, jei:
 - a) savižudybės grėsmę patiriantis asmuo yra susižalojęs ir (ar) apsinuodijęs, b) jei yra akivaizdi grėsmė asmens sveikatai ar gyvybei, c) jei asmuo yra išsakęs savo ketinimą nusižudyti ir (ar) iš jo elgesio galima spręsti apie asmens ketinimą nusižudyti, d) jei savižudybės grėsmė maža (išsakytos savižudiškos mintys, bet neturima ketinimo nusižudyti ir esant motyvuotam priimti psichologinę pagalbą).





Krīziu ievēikimo
centras

Ačiū uŒ dēmesj!

