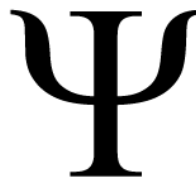


**ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ**



**ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ
ΣΧΟΛΕΙΟΥ
«ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΥΣ»**



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ-----	3
2. ΟΡΙΣΜΟΣ ΚΡΙΣΕΩΝ-----	3
3. ΟΡΙΣΜΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ-----	4
4. ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΡΙΣΗ-----	4
5. ΜΕΤΑ-ΤΡΑΥΜΑΤΙΚΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ-----	5
6. ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟ ΤΡΑΥΜΑ-----	6
7. ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ Υ.Ε.Ψ. ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ-----	7
8. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ-----	10
9. ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ-----	11
10. ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ Ε.Ψ-----	12
11. ΑΠΟΠΕΙΡΕΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΩΝ-ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ-----	16
12. ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΩΝ-----	16
13. ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ ΜΕΣΩΝ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ-----	21
14. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1- ΠΟΛΙΤΙΚΗ Υ.Ε.Ψ.-----	24
15. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2- ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΟΜΑΔΑΣ Ε.Ψ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ-----	25

Οδηγός για Εκπαιδευτικούς Ψυχολόγους «Ψυχολογικές Πρώτες Βοήθειες»

Πρώτες Βοήθειες στον τομέα της Ψυχολογίας

Η έννοια των «πρώτων βοηθειών» στην ψυχολογία αναφέρεται στην άμεση διαδικασία παρέμβασης και στήριξης προς τα παιδιά, τους εφήβους, τους εκπαιδευτικούς και τις οικογένειές τους αμέσως μετά την εμπειρία μιας καταστροφής ή ενός τραυματικού γεγονότος. Η στήριξη στα άτομα που έχουν βιώσει ένα τραυματικό γεγονός παρέχεται με στόχο τη μείωση του άγχους και την πρόληψη σοβαρότερων συμπτωμάτων. Αυτό δεν σημαίνει αυτόματα ότι κάθε άτομο που έχει βιώσει ένα τραυματικό γεγονός χρειάζεται άμεσα συστηματική θεραπεία, αλλά η άμεση ανταπόκριση-διαχείριση βοηθά όλα τα άτομα να ξεπεράσουν όσο το δυνατό ανώδυνα το τραύμα που έχουν βιώσει. Η άμεση παρέμβαση χρειάζεται να προσαρμόζεται πάντα στην ηλικία του ατόμου, στα βιώματά του αλλά και στην κοινωνικο-πολιτιστική του ταυτότητα.

Ορισμός Κρίσεων

Η κρίση στο χώρο του σχολείου αναφέρεται σε αναπάντεχα γεγονότα που επηρεάζουν ή έχουν τη δυνατότητα να επηρεάσουν την ομαλή λειτουργία της σχολικής κοινότητας. Οι κρίσεις μπορούν να επηρεάσουν περισσότερα από ένα σχολεία την ίδια στιγμή (π.χ. φυσικές καταστροφές, πόλεμοι κ.λπ.) και να εξαπλωθούν σε ολόκληρη την κοινότητα. Τα τραυματικά γεγονότα μπορεί να διαδραματισθούν είτε στο χώρο του σχολείου είτε στην κοινότητα γενικότερα και θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική ή ψυχική υγεία των μαθητών. Τα γεγονότα που αναφέρονται ως κρίσεις μπορεί να έχουν διάφορες μορφές: Μπορεί να είναι αποτέλεσμα φυσικών καταστροφών, δυστυχημάτων, ασθενειών, τρομοκρατικών κτυπημάτων. Κάποια από τα γεγονότα μπορεί να είναι ξαφνικά και αναπάντεχα ενώ άλλα μπορεί να είναι αναμενόμενα. Κάποια αποτελούν αποτέλεσμα φυσικών καταστροφών και άλλα αποτέλεσμα ανθρώπινων δράσεων.

Όταν μια καταστροφή κτυπήσει, το σχολικό περιβάλλον χρειάζεται να είναι προετοιμασμένο να αντιμετωπίσει τις συνέπειες του γεγονότος, τόσο σε σχέση με το προσωπικό του σχολείου όσο και σε σχέση με τους μαθητές και τις οικογένειές τους.

Μερικές από τις κρίσεις που επηρεάζουν το σχολείο μπορεί να είναι:

1. Θάνατος μέλους της σχολικής κοινότητας (ξαφνικός θάνατος, ασθένεια, αυτοκτονία, αυτοκινητιστικά δυστυχήματα, βίαιος θάνατος)
2. Δυστυχήματα που συμπεριλαμβάνουν μέλη της σχολικής κοινότητας και συμβαίνουν στο χώρο του σχολείου ή και εκτός σχολείου
3. Βία στο χώρο του σχολείου (ομαδική ή ατομική βία που επηρεάζει τη λειτουργία του σχολείου και θέτει σε κίνδυνο τη σωματική ή ψυχική υγεία των μαθητών ή και του προσωπικού του σχολείου)
4. Σοβαρές καταστροφές στο σχολικό κτήριο (φωτιά, σεισμοί, πλημμύρες, βανδαλισμοί)
5. Δυστυχήματα ή σοβαρές τραυματικές εμπειρίες στην κοινότητα

Ορισμός Ψυχολογικού Τραύματος

Ο βαθμός σοβαρότητας μιας τραυματικής εμπειρίας και οι επιπτώσεις που μπορεί να έχει ένα γεγονός σε ενήλικες ή σε παιδιά, συνδέεται άμεσα με τον τρόπο που το άτομο βιώνει την εμπειρία. Ο βαθμός υποστήριξης που δέχεται το άτομο από το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, φίλοι, σχολείο, κοινότητα) βοηθά σημαντικά στη σταδιακή αντιμετώπιση του τραύματος μέσα από έναν υγιή τρόπο.

Η έλλειψη εμπειριών, οι συναισθηματικές αλλαγές και οι περιορισμένες γνωστικές λειτουργίες της παιδικής και εφηβικής ηλικίας, συχνά δεν αφήνουν περιθώρια στα παιδιά να χειριστούν επαρκώς σοβαρά γεγονότα με αποτέλεσμα να τα αντιμετωπίζουν και να τα βιώνουν ως τραυματικά. Η έννοια του ψυχολογικού τραύματος αναφέρεται στην αντίδραση του ατόμου στα γεγονότα που προκαλούν έντονο άγχος και που το ίδιο το άτομο θεωρεί ότι απειλούν τη σωματική ή ψυχική υγεία του ίδιου ή των ατόμων στο άμεσο περιβάλλον του είτε αυτό ισχύει στην πραγματικότητα είτε αποτελεί προϊόν των σκέψεων του ατόμου.

Αντιδράσεις των Παιδιών στην Κρίση

Το ψυχολογικό τραύμα σύμφωνα με το National Institute of Mental Health, U.S.A., αποτελεί μια φυσιολογική αντίδραση προς ένα ακραίο γεγονός που προκαλεί άγχος και ανασφάλεια. Οι αντιδράσεις του κάθε ατόμου διαφέρουν ανάλογα με το βαθμό που έχει επηρεαστεί από το γεγονός (φυσική και συναισθηματική έκθεση του ατόμου στο γεγονός, απόσταση από το γεγονός, τραυματισμός, κ.λπ.). Τόσο τα παιδιά όσο και οι ενήλικες νοιώθουν συναισθήματα τρόμου από την απουσία ελέγχου και σταθερότητας, μετά από μια τραυματική εμπειρία. Η αντίδραση ενός παιδιού στην τραυματική εμπειρία επηρεάζεται επίσης από το αναπτυξιακό του επίπεδο, την ψυχική του υγεία, τα προηγούμενα βιώματά του καθώς και τη στήριξη που υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό και σχολικό του περιβάλλον.

Μετά την έκθεση σε ένα τραυματικό γεγονός τα παιδιά βρίσκονται αντιμέτωπα με τέσσερις πρωταρχικές ψυχολογικές διεργασίες: 1) αποδοχή του γεγονότος 2) αναγνώριση και έκφραση κατάλληλων συναισθημάτων 3) επανάκτηση αίσθησης ελέγχου 4) επάνοδος σε ρόλους και δράσεις σε σχέση με την ηλικία τους.

Μετα-τραυματικό σύνδρομο σε παιδιά και εφήβους

Συναισθηματικές, γνωστικές και συμπεριφορικές αλλαγές μπορεί να παρουσιαστούν μετά την έκθεση του ατόμου σε τραυματικά γεγονότα. Τα παιδιά και οι έφηβοι μπορεί να αναπτύξουν συμπτωματολογία συνδεδεμένη με μετα-τραυματικό σύνδρομο. Τα συμπτώματα είναι:

A) Επαναβίωση του γεγονότος

- Επαναλαμβανόμενες ανακλήσεις του γεγονότος (στα μικρά παιδιά επαναληπτικά παιχνίδια με θεματολογία το τραυματικό γεγονός)
- Επαναλαμβανόμενα ενοχλητικά όνειρα του γεγονότος (στα μικρά παιδιά όνειρα που προκαλούν φόβο χωρίς συγκεκριμένο – αναγνωρίσιμο περιεχόμενο)

B) Αποφυγή του γεγονότος και παθητικότητα στις αντιδράσεις

- Έντονη ψυχολογική ενόχληση κατά την έκθεση σε θέματα που συμβολίζουν το γεγονός
- Προσπάθειες αποφυγής σκέψεων σε σχέση με το γεγονός
- Προσπάθειες αποφυγής συναισθημάτων σε σχέση με το γεγονός
- Προσπάθειες αποφυγής δραστηριοτήτων
- Μείωση ενδιαφέροντος ή συμμετοχής σε σημαντικές δραστηριότητες

(Τα παιδιά μπορεί να βιώνουν τα συναισθήματα που προ-αναφέρθηκαν χωρίς να αντιλαμβάνονται ότι τα βιώνουν)

Γ) Αυξημένη διεγερσιμότητα

- Δυσκολίες στον ύπνο
- Ευερεθιστότητα - Παρορμητικότητα
- Δυσκολίες στη συγκέντρωση
- Προβλήματα συμπεριφοράς
- Χρόνια προβλήματα άγχους
- Ταχυκαρδία (σωματικά προβλήματα)

Δ) Δυσκολίες στη λειτουργικότητα

- Στα παιδιά μπορεί να παρουσιαστεί μειωμένη σχολική επίδοση ή σχολική αποτυχία

Στα παιδιά και τους εφήβους παρατηρείται συχνότερα μια τάση αποφυγής του γεγονότος, σκέψεων και συναισθημάτων άμεσα συνδεδεμένων ή που συμβολίζουν το γεγονός παρά στους ενήλικες. Η τάση αυτή αποτελεί μηχανισμό άμυνας προς τις καταστάσεις και προσπάθεια αποφυγής των επώδυνων συνεπειών του τραύματος. Έτσι, δεν πρέπει να ερμηνεύεται σαν έλλειψη δυσκολίας από το άμεσο περιβάλλον του παιδιού αλλά σαν αμυντική στάση χωρίς λογική, που στοχεύει στην απάλειψη του πόνου και της οδύνης που προκαλεί ένα τόσο έντονο γεγονός.

Τα μικρότερα παιδιά αναπτύσσουν μηχανισμούς αποφυγής εντονότερους από τα μεγαλύτερα παιδιά. Στους έφηβους και τα μεγαλύτερα παιδιά παρατηρείται επαναβίωση του γεγονότος και αλλαγές στη διέγερση που εκφράζονται με θυμό και ευερεθιστότητα, ή παθητικότητα και μούδιασμα. Στα κορίτσια υπάρχει συχνότερα μια τάση εσωτερίκευσης των συναισθημάτων και παρατηρείται σαν αποτέλεσμα μια τάση πολύ συχνά για απομόνωση. Αντίθετα, τα αγόρια εξωτερικεύουν τα συναισθήματά τους και παρουσιάζουν συχνότερα υπερκινητικότητα, θυμό, παρορμητικότητα και βίαιη συμπεριφορά. Τα πιο πάνω αποτελούν ερευνητικά δεδομένα και δεν πρέπει να θεωρούνται σαν η μόνη πορεία και πραγματικότητα. Ο τρόπος που ένα παιδί βιώνει το τραύμα μπορεί να διαφέρει εντελώς και να χαρακτηρίζεται από ιδιαιτερότητες. Κάποιες φορές οι συμπεριφορές των παιδιών μπορεί να μην είναι οι αναμενόμενες ή να είναι εντελώς αντίθετες από αυτές που περιγράφονται ερευνητικά. Κάθε περίπτωση είναι μοναδική και χρειάζεται να αντιμετωπίζεται εξατομικευμένα.

Αντιδράσεις στο τραύμα με βάση το αναπτυξιακό επίπεδο του παιδιού

<i>Ηλικία</i>	<i>Συνηθεις αντιδράσεις στο τραύμα</i>
0-5	Κλάμα, παλινδρόμηση, ανάπτυξη φοβικών αντιδράσεων, άγχος αποχωρισμού, δυσκολίες στον ύπνο, εφιάλτες, πανικός, προβλήματα στη διατροφή, επαναβίωση μέσα από το παιχνίδι, θυμός, ένταση
6-11	Παλινδρόμηση, προβλήματα ύπνου, θυμός, ένταση, προβλήματα διατροφής, προκλητική συμπεριφορά, κατάθλιψη, σχολικά προβλήματα, δυσκολίες συγκέντρωσης, απομόνωση, έλλειψη ενδιαφέροντος, συγκρούσεις με αδέρφια και φίλους, παθητικότητα, νευρικότητα,
12-17	Απομόνωση, σωματικά προβλήματα, κατάθλιψη, ένταση, παθητικότητα, αλκοόλ, εξαρτησιογόνες ουσίες, προκλητική-βίαιη συμπεριφορά, αντικοινωνικότητα, σχολικά προβλήματα. Δυσκολίες συγκέντρωσης, δυσκολίες διατροφής, συγκρούσεις με γονείς και άλλους

Ο Ρόλος της Υπηρεσίας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας στη Διαχείριση Κρίσεων στο Σχολείο

Η Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας (Υ.Ε.Ψ), αποτελεί την κατ' εξοχήν Υπηρεσία του Κράτους που μεταφέρει τις αρχές της ψυχολογίας στο χώρο της εκπαίδευσης, συμβάλλοντας έτσι σημαντικά στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών αλλά και των μαθητών, στον ποιοτικό εκδημοκρατισμό του θεσμού του σχολείου, στην αποδοχή και το σεβασμό της διαφορετικότητας και στη σχολική επιτυχία όλων των παιδιών.

Αποστολή της Υπηρεσίας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας είναι η προστασία και προαγωγή της ψυχικής υγείας, η διευκόλυνση της μάθησης, καθώς και η ολόπλευρη ανάπτυξη του κάθε ατόμου που μετέχει στο εκπαιδευτικό σύστημα. Οι υπηρεσίες των Εκπαιδευτικών Ψυχολόγων απευθύνονται στους μαθητές, στους γονείς και στους εκπαιδευτικούς. Οι υπηρεσίες αυτές παρέχονται είτε υπό τη μορφή της εξατομικευμένης αντιμετώπισης των παιδιών που παρουσιάζουν προβλήματα μάθησης και προσαρμογής είτε υπό τη μορφή ευρύτερων προληπτικών παρεμβάσεων και προγραμμάτων στα σχολεία. Παρόλο που οι υπηρεσίες των Εκπαιδευτικών Ψυχολόγων απευθύνονται στα παιδιά, στους γονείς και στους εκπαιδευτικούς, ο Εκπαιδευτικός Ψυχολόγος υπερασπίζεται πρώτιστα τα συμφέροντα του παιδιού με βάση το δεοντολογικό κώδικα εργασίας.

Οι εκπαιδευτικοί Ψυχολόγοι στην καθημερινή τους πρακτική βρίσκονται συχνά αντιμέτωποι με σοβαρά γεγονότα στο χώρο του σχολείου που χρήζουν άμεσης, εξειδικευμένης παρέμβασης.

Όταν ένα τραυματικό γεγονός συμβεί στο χώρο του σχολείου η Υ.Ε.Ψ:

1. *Θεωρεί το γεγονός προτεραιότητα και παρεμβαίνει άμεσα-* Συντονισμός ομάδας κρίσεων ανά επαρχία και παρέμβαση στο σχολείο.
2. *Αναπτύσσει σχέδιο δράσης –* Παρέχει συστηματική βοήθεια στο σχολείο να αξιολογήσει το αποτέλεσμα του γεγονότος, το βαθμό σοβαρότητάς του και ταυτόχρονα να αναπτύξει ένα σχέδιο δράσης που να χρησιμοποιεί τις υποστηρικτικές δομές και να στηρίζει όλο το προσωπικό και τους μαθητές του σχολείου
3. *Ενημερώνει και Συμβουλεύει-* Παρέχει συμβουλευτική, ενημέρωση και καθοδήγηση στο προσωπικό του σχολείου, τους μαθητές και τους γονείς μέχρι να ομαλοποιηθεί η κατάσταση
4. *Υποστηρίζει-* Είναι στη διάθεση του σχολείου για παροχή στήριξης σε όσους την χρειάζονται, αλλά κυρίως στους εκπαιδευτικούς, που με τη σειρά τους θα στηρίξουν τους μαθητές. (Αυτό μπορεί να γίνει μέσα από ομαδική παρέμβαση στο χώρο του σχολείου)
5. *Αναγνωρίζει τα άτομα σε επικινδυνότητα-* Σε συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς αναγνωρίζει και στηρίζει τα άτομα που παρουσιάζουν συναισθηματικές δυσκολίες και χρειάζονται στήριξη ή και θεραπεία και ταυτόχρονα αναπτύσσει διαδικασίες συστηματικής παρακολούθησης και παραπομπής στην υπηρεσία ή και σε άλλους ειδικούς όταν κριθεί απαραίτητο.

Ο κυριότερος ρόλος του εκπαιδευτικού ψυχολόγου σε περιστατικά κρίσεων στο χώρο του σχολείου είναι να συμβουλεύει, να καθοδηγεί και να στηρίζει τους εκπαιδευτικούς και άλλους ενήλικες που εργάζονται με τους μαθητές σε καθημερινή βάση και τους γνωρίζουν καλά. Οι καλές πρακτικές σηματοδοτούνται με την παροχή στήριξης και βοήθειας προς τους μαθητές από άτομα τα οποία εμπιστεύονται και γνωρίζουν. Γι' αυτό είναι σημαντικό το προσωπικό του σχολείου να στηρίζει τους μαθητές, αφού αυτοί τους γνωρίζουν καλύτερα και έχουν αναπτύξει σχέσεις μαζί τους. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού ψυχολόγου παραμένει υποστηρικτικός προς το προσωπικό με στόχο την ενδυνάμωσή του για να προσφέρει την κατάλληλη βοήθεια στους μαθητές.

Αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος δεν μπορεί να χειριστεί ατομικά περιπτώσεις μαθητών που παρουσιάζουν σοβαρές συναισθηματικές δυσκολίες. Ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος δεν εμπλέκεται ενεργά σε διαδικασία θεραπείας, αλλά παρεμβαίνει σε ατομικό επίπεδο άμεσα και προσφέρει ενημέρωση, καθοδήγηση και συμβουλευτική αλλά κυρίως άμεση υποστήριξη. Παράλληλα μπορεί να ενημερώσει το προσωπικό του σχολείου και τους γονείς για συγκεκριμένους μαθητές και να εισηγηθεί να ξεκινήσει η διαδικασία παραπομπής σε ειδικούς ή στην Υ.Ε.Ψ. Ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος μπορεί να στηρίζει παιδιά σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο μετά από ένα σοβαρό γεγονός, να συζητήσει με ολόκληρη τη σχολική ομάδα και να ενημερώσει, να καθησυχάσει και να στηρίζει τα παιδιά δίδοντάς τους πληροφορίες για τις «συνήθειες και φυσιολογικές» αντιδράσεις προς τα γεγονότα (ομαλοποίηση κατάστασης και επαναφορά ρουτίνας).

Σε περίπτωση που η Διεύθυνση του σχολείου αποφασίσει να συγκαλέσει συνάντηση γονέων, ο ρόλος του εκπαιδευτικού ψυχολόγου μπορεί να είναι ουσιαστικός αφού θα ενημερώσει για το τι μπορεί να προσφέρει στο σχολείο και παράλληλα, θα συμβουλευσει τους γονείς για τον κατάλληλο χειρισμό των παιδιών τους.

Η Υ.Ε.Ψ σήμερα είναι οργανωμένη σε τέσσερα Επαρχιακά Γραφεία, με κάθε επαρχιακό γραφείο να έχει δημιουργήσει ομάδα αντιμετώπισης κρίσεων.

- Κάθε Επαρχιακό Γραφείο στελεχώνεται με τον Υπεύθυνο Επαρχιακό που είναι και ο άμεσα υπεύθυνος για τις ομάδες κρίσεων
- Κάθε ομάδα κρίσεων συντονίζεται από έναν εκπαιδευτικό ψυχολόγο-συντονιστή
- Υπάρχουν συνολικά 4 ομάδες που καλύπτουν όλη την Κύπρο σε επαρχιακό επίπεδο με 4 συντονιστές και ψυχολόγους, μέλη της ομάδας

Υπευθυνότητες Επαρχιακών

Οι Υπεύθυνοι του Επαρχιακού Γραφείου είναι οι άμεσα αρμόδιοι για να καλέσουν την ομάδα και να ανταποκριθούν σε αιτήματα για χειρισμό κρίσεων στο σχολείο.

Επίσης, σε συνεργασία με το συντονιστή (ο οποίος δεν χρειάζεται να είναι πάντα το ίδιο άτομο) έχουν την ευθύνη παροχής στήριξης και υποστήριξης στα υπόλοιπα μέλη της ομάδας, καθώς και στο διαμοιρασμό των καθηκόντων (ρόλων του κάθε μέλους).

Υπευθυνότητες Συντονιστών των Ομάδων

Οι συντονιστές συγκαλούν την ομάδα και αναθέτουν υπευθυνότητες και ρόλους στα υπόλοιπα μέλη με στόχο την οργάνωση και προετοιμασία της ομάδας προτού παρουσιαστεί στο χώρο του σχολείου. Είναι στη διάθεση της ομάδας για υποστήριξη και για επεξηγήσεις, ενώ ταυτόχρονα είναι στη διάθεση του σχολείου για άμεση παρέμβαση.

Ρόλος Οικείου Εκπαιδευτικού Ψυχολόγου

Ο οικείος εκπαιδευτικός ψυχολόγος συνεργάζεται στενά με την ομάδα κρίσεων αφού γνωρίζει τα δεδομένα του σχολείου και μπορεί να βοηθήσει σημαντικά με τις γνώσεις του. Αποτελεί μέλος της ομάδας και αναλαμβάνει ενεργό ρόλο στη διαχείριση της κρίσης.

Συγκατάθεση Γονέων

Με βάση τις διαδικασίες και τον κώδικα δεοντολογίας, οι εκπαιδευτικοί ψυχολόγοι χρειάζονται τη γραπτή συγκατάθεση των γονιών προτού χειριστούν ατομικά κάθε περίπτωση. Σε καταστάσεις κρίσεων μπορούμε να ενημερώσουμε το σχολείο να αποστείλει επιστολή για την παρουσία των εκπαιδευτικών ψυχολόγων στο χώρο του σχολείου και την πιθανότητα ατομικού χειρισμού μαθητών. Λόγω των συνθηκών που επικρατούν στο σχολείο τη στιγμή της κρίσης, πιθανό αυτό να είναι δύσκολο έτσι θεωρούμε θετικό το κάθε σχολείο να αποστείλει μια γενική επιστολή από την αρχή της σχολικής χρονιάς που να ενημερώνει τους γονείς για τη διαδικασία που θα ακολουθηθεί σε περιπτώσεις κρίσεων στο σχολείο. Οι γονείς που δεν θα ήθελαν να τυγχάνουν τα παιδιά τους ατομικού χειρισμού μπορεί να συμπληρώσουν γραπτώς την άρνησή τους και να την αποστείλουν στο σχολείο. Ταυτόχρονα, προτού ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος χειριστεί ατομικά ένα μαθητή, μπορεί να έρθει σε τηλεφωνική επικοινωνία με το γονιό και να έχει προφορική συγκατάθεση.

Διαχείριση Κρίσεων από την ομάδα των εκπαιδευτικών ψυχολόγων

Πρωταρχικός στόχος της άμεσης διαχείρισης κρίσεων είναι η παροχή συμβουλευτικής, αξιολόγησης και παρέμβασης σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο για την αντιμετώπιση των προβλημάτων που έχουν δημιουργηθεί σε όσους επηρεάστηκαν από την κρίση. Κατά τη διαχείριση κρίσεων οι υπηρεσίες βρίσκονται κοντά στα άτομα προτού υπάρξει σχετικό αίτημα, με σκοπό την ομαλοποίηση της κατάστασης το συντομότερο δυνατό. Η επανένταξη των ατόμων στη συνηθισμένη ρουτίνα αποτελεί το πρώτο μέλημα των ειδικών και για να γίνει αυτό εφικτό πιθανό να χρειάζεται η εμπλοκή διαφόρων ειδικών και φορέων. Η συνεργασία σε περιπτώσεις κρίσεων κρίνεται απαραίτητη.

Επιμέρους στόχοι είναι:

- Ανάπτυξη διαπροσωπικής σχέσης μέσα σε ένα περιβάλλον που παρέχει ασφάλεια και προστασία
- Ενδυνάμωση συναισθηματικής υγείας και δημιουργία κλίματος ασφάλειας στο χώρο του σχολείου
- Συμβουλευτική για αντιμετώπιση συναισθηματικής αναστάτωσης σε άτομα με έντονα συμπτώματα άγχους και πανικού
- Παροχή πρακτικών οδηγιών για αντιμετώπιση του γεγονότος αλλά και παρόμοιων μελλοντικών καταστάσεων
- Σύνδεση των ατόμων με άλλα άτομα που μπορούν να λειτουργήσουν ως δίκτυα συναισθηματικής ενδυνάμωσης προστασίας και ασφάλειας
- Ενθάρρυνση ατόμων για ενεργητική συμμετοχή στην αποθεραπεία και αντιμετώπιση του τραύματος

Στρατηγικές για διαχείριση κρίσεων μέσα από κλινικές μεθόδους

Η συμβουλευτική και η ψυχοθεραπεία για την αντιμετώπιση κρίσεων περιλαμβάνουν πρωτοβουλίες για την επαναφορά της αίσθησης της σταθερότητας στα άτομα που έχουν βιώσει τραύμα. Η συμβουλευτική για την αντιμετώπιση κρίσεων διαφέρει από την παραδοσιακή συμβουλευτική με την έννοια ότι ολοκληρώνεται άμεσα και στην αρχή μπορεί να δημιουργήσει εξάρτηση στα άτομα που βίωσαν τραύμα.

Κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής οι εκπαιδευτικοί ψυχολόγοι μπορούν να διακρίνουν πότε και εάν κρίνεται απαραίτητο να παραπέμψουν μια περίπτωση για πιο συστηματική ψυχοθεραπεία.

Γενικές κατευθυντήριες γραμμές για τη συμβουλευτική διαδικασία

1. *Ξεκινήστε τη διαδικασία το συντομότερο δυνατό.* Η συμβουλευτική από τους εκπαιδευτικούς ψυχολόγους πρέπει να γίνεται το συντομότερο δυνατό αμέσως μετά την κρίση. Η άμεση παρέμβαση αποτελεί προϋπόθεση για την επιτυχημένη αντιμετώπιση καθώς φήμες και διαδόσεις αυξάνουν το άγχος και δημιουργούν δευτερεύοντα προβλήματα.
2. *Συνδέστε τους μαθητές με άλλα σημαντικά άτομα.* Μετά από την εμπειρία μιας κρίσης, χρειάζεται να αισθανθούν όλοι ασφάλεια και προστασία. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τα παιδιά αλλά και για τους εφήβους. Βοηθήστε τους να συνδεθούν και να έχουν επικοινωνία με άτομα με τα οποία αισθάνονται ασφαλισμένα και προστατευμένα (γονείς, αδέρφια, εκπαιδευτικούς). Δημιουργήστε ομάδες στο σχολείο που να αλληλοϋποστηρίζονται.
3. *Ενημερώστε τους μαθητές για το δικό σας ρόλο.* Εξηγήστε το δικό σας ρόλο με απλά κατανοητά λόγια και εξηγήστε στους μαθητές ότι μπορούν να σας εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους με στόχο να αντιληφθούν καλύτερα τα γεγονότα.
4. *Ενημερώστε τους μαθητές για τα δεδομένα της κρίσης.* Εξηγήστε τι έχει συμβεί με απλά λόγια χωρίς να προβείτε σε αχρείαστες λεπτομέρειες. Σε περίπτωση θανάτου αναφέρετε τη λέξη «θάνατος» και μιλήστε λίγο για τη μονιμότητα του θανάτου χωρίς να εμβαθύνετε στο θέμα.
5. *Επαναφέρετε τη ρουτίνα το συντομότερο δυνατό.* Επικοινωνήστε με άτομα στο χώρο του σχολείου (διεύθυνση, εκπαιδευτικούς) και στηρίξτε τους, έτσι ώστε να επαναφέρουν τη ρουτίνα το συντομότερο δυνατό. Μέσα από τη ρουτίνα θα επανέλθει και η αίσθηση της ασφάλειας και της σταθερότητας στο σχολικό περιβάλλον.
6. *Βοηθήστε τους μαθητές να κατανοήσουν τι μπορεί να συμβεί στο άμεσο μέλλον και προετοιμάστε τους για το τι πρόκειται να ακολουθήσει.* Προετοιμάστε τους μαθητές αλλά και το προσωπικό του σχολείου να αντιμετωπίσουν την καθημερινότητα τους μετά την κρίση.
7. *Παρέχετε ψυχολογικές «πρώτες βοήθειες».* Αναπτύσσουμε ένα δίκτυο στήριξης και προστασίας για τα μικρότερα παιδιά. Ανακουφίζουμε τυχόν συναισθήματα ενοχών, διαβεβαιώνουμε τα παιδιά για την προσωπική τους ασφάλεια, ενθαρρύνουμε συναισθηματική έκφραση, δημιουργούμε ένα δομημένο περιβάλλον, ενθαρρύνουμε και επαινούμε τα παιδιά. Στους εφήβους, ενθαρρύνουμε το συναίσθημα του σκοπού και των ρεαλιστικών προσδοκιών σε σχέση με τα γεγονότα και το μέλλον. Στηρίζουμε την κοινωνικοποίηση, ενθαρρύνουμε τη στήριξη από το άμεσο περιβάλλον και προσέχουμε για τυχόν αρνητικές συμπεριφορές που μπορεί να παρουσιαστούν (εκδίκηση, θυμός, βία).

Σχέδιο Δράσης για Εκπαιδευτικούς Ψυχολόγους

Άμεση Ανταπόκριση

Ανάλογα με το βαθμό σοβαρότητας το επίπεδο 3 θεωρείται το πιο σοβαρό

Επίπεδο 1: Θάνατος μαθητή ή εκπαιδευτικού ή μέλους του σχολείου μετά από ανίατη ασθένεια. Θάνατος γονέα/μέλους οικογένειας ή καταστροφή στο σχολείο χωρίς σοβαρούς τραυματισμούς, καταστροφή στο σχολικό κτήριο. Βία στο σχολείο που συμπεριλαμβάνει μεγάλο αριθμό ατόμων χωρίς τραυματισμούς ή με τραυματισμούς, βία στο σχολείο από μεμονωμένα περιστατικά που δημιουργεί συναισθήματα ψυχολογικής ανασφάλειας και κίνδυνο για σωματική υγεία.

Επίπεδο 2: Ξαφνικός θάνατος μαθητή ή μέλους προσωπικού στο σχολείο ή εκτός σχολείου.

Επίπεδο 3: Γεγονός που περιλαμβάνει σημαντικό αριθμό μαθητών, βίαιος θάνατος, γεγονός που περιλαμβάνει πολλά σχολεία και προκαλεί τα ΜΜΕ.

Εμπλοκή Υ.Ε.Ψ

- Σοβαρότητα και φύση γεγονότος
- Επάρκεια χειρισμού από το σχολείο
- Αίτημα από τη διεύθυνση του σχολείου

Αξιολόγηση Αναγκών Σχολείου

- Μπορεί το σχολείο να χειριστεί το θέμα με ικανοποιητικό τρόπο;
- Υπάρχει ιστορικό παρόμοιων γεγονότων στο σχολείο; Πότε και πόσο πρόσφατα αντιμετώπισε το σχολείο άλλο παρόμοιο τραυματικό γεγονός;
- Υπάρχει ομάδα πρόληψης-διαχείρισης κρίσεων στο σχολείο;
- Υπάρχει ενδιαφέρον από τα ΜΜΕ για το γεγονός;
- Υπάρχουν άλλοι φορείς που εμπλέκονται άμεσα;

Δράσεις Υ.Ε.Ψ

- Για θέματα που εμπίπτουν στο επίπεδο 1 μπορεί να είναι αρκετό να διευθετηθεί συνάντηση με τη διεύθυνση του σχολείου και να γίνουν εισηγήσεις σε θέματα όπως «Ανακοίνωση άσχημων νέων» και να δοθεί υλικό στο σχολείο
- Για θέματα που εμπίπτουν στα επίπεδα 2 και 3 χρειάζεται άμεση ανταπόκριση της ομάδας των εκπαιδευτικών ψυχολόγων και άμεση παρουσία στο χώρο του σχολείου.
- Ενημέρωση συντονιστή ομάδας κρίσεων
- Συνεργασία με οικείο εκπαιδευτικό ψυχολόγο και ενημέρωση για τα δεδομένα του σχολείου

Όταν δεχθούμε το πρώτο αίτημα για βοήθεια από το σχολείο, είναι σημαντικό να είμαστε καθησυχαστικοί αλλά ταυτόχρονα να μην κρίνουμε απαραίτητο να δώσουμε άμεσα λύσεις και απαντήσεις. Συζητούμε τα δεδομένα με τους συναδέλφους (ομάδα κρίσεων) και επικοινωνούμε με τη διεύθυνση του σχολείου σε σύντομο χρονικό διάστημα για να προχωρήσουμε με τις απαραίτητες δράσεις. Η δική μας ανταπόκριση στηρίζεται στην ικανότητά μας για χειρισμό ενός τραυματικού γεγονότος και στα δικά μας βιώματα που μπορεί να μην μας αφήνουν να χειριστούμε επαγγελματικά το θέμα. Σε τέτοια περίπτωση αναφέρουμε τα δεδομένα στο συντονιστή και δεν εμπλεκόμαστε στην ομάδα.

Αρχική Δράση

Η ομάδα συναντιέται εκτός σχολείου και προετοιμάζεται αναθέτοντας ρόλους σε κάθε μέλος. Η παρακάτω λίστα μπορεί να βοηθήσει στο συντονισμό και την ανάθεση υπευθυνοτήτων:

1. Ξεκαθαρίστε τι έχει συμβεί και πότε, πόσα γνωρίζετε για το γεγονός, τον αριθμό των ατόμων που εμπλέκονται, την ηλικία και άλλες σημαντικές πληροφορίες.
2. Τι έχει γίνει μέχρι αυτή τη στιγμή;
3. Υπάρχει ομάδα κρίσεων στο σχολείο;
4. Υπάρχουν ήδη άλλες υπηρεσίες που έχουν εμπλακεί;
5. Αποφασίστε τι είδους υποστήριξη θα παρέχετε στο σχολείο και σε ποιους συγκεκριμένα.
6. Αναθέστε υπευθυνότητες.

Ανάλυση Επικινδυνότητας- Συνάντηση το χώρο του σχολείου

Ο διευθυντής του σχολείου σε περίπτωση όπου χρειάζεται να διαχειρισθεί θέματα κρίσεων συγκαλεί έκτακτη συνάντηση ειδικών στο χώρο του σχολείου με στόχο την ανάλυση της επικινδυνότητας του γεγονότος. Η συνάντηση πρέπει να είναι επίσημα καθορισμένη και να ενημερωθούν οι εμπλεκόμενοι αρκετές μέρες προηγουμένως. Στη συνάντηση χρειάζεται να προσκληθούν:

- Άτομα που γνωρίζουν το μαθητή (εκπαιδευτικοί, γραφείο ευημερίας, γονείς)
- Εκπαιδευτικοί που διδάσκουν το μαθητή – Υπεύθυνος τμήματος
- Σύμβουλος
- Άτομα που αισθάνονται να απειλούνται από τα γεγονότα (εκπαιδευτικοί, μαθητές, γονείς)
- Άτομα που μπορεί να βοηθήσουν στην παρέμβαση και το χειρισμό του προβλήματος (ειδικοί: εκπαιδευτικοί ψυχολόγοι, παιδοψυχίατροι, παιδονευρολόγοι κ.λπ)
- Γονείς ή συμμαθητές αν κριθεί απαραίτητο

Ο συντονισμός της συνάντησης γίνεται από τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό ψυχολόγο (οικείο εκπαιδευτικό ψυχολόγο ή συντονιστή ομάδα).

Διαδικασία

Στόχος

1. Αλληλοενημέρωση και ανάλυση επικινδυνότητας γεγονότος
2. Είδος παρέμβασης
3. Δεδομένα που συμπληρώνονται: Συμπεριφορά μαθητή
Ιστορικό
Βίαιη αρνητική συμπεριφορά στο παρελθόν
Κίνητρα για απειλές
Άτομα πιθανοί στόχοι
Απόφαση για μέγεθος επικινδυνότητας
Παρεμβάσεις για αντιμετώπιση

Δράσεις μετά τη Συνάντηση

Ο εκπαιδευτικός ψυχολόγος σε περιπτώσεις κρίσεων στα σχολεία εργάζεται πρωταρχικά με τους εκπαιδευτικούς, ενδυναμώνοντάς τους να χειριστούν τα προβλήματα των μαθητών τους αφού οι εκπαιδευτικοί γνωρίζουν καλύτερα τους μαθητές τους και είναι οι καταλληλότεροι για να τους βοηθήσουν να νιώσουν ασφάλεια και προστασία σε δύσκολες στιγμές.

Συνάντηση με εκπαιδευτικούς

- Επεξηγούμε το ρόλο μας και εκφράζουμε τη συμπάθειά μας στις δυσκολίες του σχολείου.
- Τονίζουμε την υποστήριξη μας προς τους εκπαιδευτικούς και τη διαθεσιμότητα μας για το άμεσο μέλλον.
- Τονίζουμε την ανάγκη για επάνοδο στην καθημερινότητα και στη ρουτίνα, που θα βοηθήσουν στην ομαλοποίηση της κατάστασης το συντομότερο δυνατό.
- Αναλύουμε τις φυσιολογικές και αναμενόμενες αντιδράσεις στα γεγονότα τόσο σε σχέση με τους μαθητές όσο και σε σχέση με το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου.
- Ενημερώνουμε τους εκπαιδευτικούς για τις ομάδες που μπορεί να έχουν επηρεαστεί περισσότερο και παρέχουμε στήριξη και καθοδήγηση στους εκπαιδευτικούς για να μπορέσουν να μεταφέρουν και να αναλύσουν τα γεγονότα στους μαθητές (σε ομάδες μαθητών ή και ατομικά).
- Καθησυχάζουμε τους εκπαιδευτικούς που αισθάνονται ότι δεν μπορούν να έχουν επαφή με τα παιδιά τη συγκεκριμένη στιγμή και τους στηρίζουμε συναισθηματικά.
- Καθοδηγούμε τους εκπαιδευτικούς για να μπορέσουν να αναγνωρίσουν παιδιά με έντονα συναισθηματικά προβλήματα που ίσως χρειαστούν περαιτέρω χειρισμό.
- Παρέχουμε υλικό για αντιμετώπιση κρίσεων.

Συνάντηση με μαθητές

- Ιεραρχούμε με βάση το βαθμό που ο μαθητής έχει εκτεθεί στην κρίση
- Ενημερώνουμε για το ρόλο μας και το τι μπορούμε να προσφέρουμε
- Επεξηγούμε τα γεγονότα χωρίς πολλές λεπτομέρειες
- Αναλύουμε τις φυσιολογικές και αναμενόμενες αντιδράσεις στα γεγονότα τόσο σε σχέση με τους μαθητές όσο και σε σχέση με το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου.
- Απαντούμε με ειλικρίνεια σε όλες τις ερωτήσεις
- Σε δύσκολες στιγμές παραμένουμε στη διάθεση των μαθητών διακριτικά και μετά την ενημέρωση

Συνάντηση με γονείς

- Ενημερώνουμε για το ρόλο μας και το τι μπορούμε να προσφέρουμε
- Επεξηγούμε τα γεγονότα χωρίς πολλές λεπτομέρειες
- Αναλύουμε τις φυσιολογικές και αναμενόμενες αντιδράσεις στα γεγονότα τόσο σε σχέση με τους μαθητές όσο και σε σχέση με το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου
- Παρέχουμε σχετικό υλικό
- Παραμένουμε στη διάθεση των γονιών για στήριξη και συμβουλευτική

Απόπειρες Αυτοκτονίας-Αυτοκτονίες

Σε διεθνή επίπεδα, τα ποσοστά αυτοκτονίας ανάμεσα στους νέους είναι ανησυχητικά υψηλά (World health Organization, 2005, reach out, 2005). Ο θάνατος από αυτοκτονία δεν είναι συνηθισμένο φαινόμενο στα σχολεία μας. Εκεί που προκύπτει είναι συνήθως σε σχολεία Μέσης Εκπαίδευσης, αλλά υπάρχει ένας μικρός αριθμός αυτοκτονιών ή αποπειρών αυτοκτονίας στα Δημοτικά σχολεία. Όταν ένα άτομο αυτοκτονεί, τα οικεία πρόσωπα βιώνουν ένα μεγάλο σοκ. Ο απρόσμενος θάνατος και η προκατάληψη (ταμπού), τα οποία σχετίζονται με την αυτοκτονία, προκαλούν στη σχολική κοινότητα συναισθήματα ανασφάλειας σχετικά με το πώς να διαχειριστούν την κατάσταση. Στα άτομα παρατηρείται ένα εύρος αντιδράσεων και οι στενοί φίλοι και συγγενείς μπορεί να είναι ιδιαίτερα αναστατωμένοι. Σε κάποιους μπορεί να προκαλέσει αναβίωση προηγούμενων εμπειριών που σχετίζονται με απώλειες προσώπων. Σε ένα μικρό αριθμό ατόμων, ιδιαίτερα σε εκείνους που αντιμετωπίζουν δυσκολίες, μπορεί να τους επηρεάσει και να τους δημιουργήσει συναισθήματα απόγνωσης με κίνδυνο να φέρουν στην επιφάνεια την επιλογή της αυτοκτονίας. Υπάρχουν αρκετά ερευνητικά δεδομένα που αναφέρονται στο θέμα της μίμησης σε σχέση με την αυτοκτονία και τις απόπειρες αυτοκτονίας, γεγονός που χρειάζεται να γνωρίζει ο κάθε ειδικός και να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός στο χειρισμό τέτοιων θεμάτων .

Ο παγκόσμιος οργανισμός σχολικής ψυχολογίας καθώς και οι πλείστοι οργανωμένοι φορείς στον τομέα της ψυχολογίας και της εκπαίδευσης εισηγούνται στα σχολεία ότι πρέπει να δίνεται μεγάλη προσοχή στη χρήση του όρου «αυτοκτονία». Ο όρος δεν πρέπει να χρησιμοποιείται μέχρι να είναι σίγουρο ότι ο θάνατος προκλήθηκε από αυτοκτονία. Οι οικογένειες μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευαίσθητες στη χρήση του όρου. Μέλος του διδακτικού προσωπικού πρέπει να έρθει σε επαφή με την οικογένεια για να συμφωνηθεί το πώς θα ανακοινωθεί ο θάνατος. Οι φράσεις «τραγικός θάνατος» ή «ξαφνικός θάνατος», μπορούν να χρησιμοποιηθούν εναλλακτικά.

Πρόληψη αυτοκτονιών - Τι χρειάζεται να κάνουν τα σχολεία

Ανησυχίες για περιστατικά αυτοκτονιών ανάμεσα στους νέους έχουν οδηγήσει σε αυξημένες ανάγκες των σχολείων να υιοθετήσουν ρόλο και ευθύνη στην πρόληψη και διαχείριση αυτοκτονικών συμπεριφορών ανάμεσα στους μαθητές. Το σχολείο διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των παιδιών, γι' αυτό το λόγο πρέπει να γίνεται προσεκτική επιλογή της πιο κατάλληλης προσέγγισης που αφορά την πρόληψη της αυτοκτονίας.

Όταν προκύπτει ένα περιστατικό αυτοκτονίας σε ένα σχολείο, γεννιέται άμεσα η ανάγκη για δράση και παρέμβαση. Όμως τα προγράμματα που υπάρχουν ήδη και εστιάζουν στην άμεση ευαισθητοποίηση των μαθητών γύρω από το θέμα των αυτοκτονιών παρόλο που είναι επιθυμητά αποδεικνύονται μη εφαρμόσιμα.

Τα κλασικά προγράμματα που χρησιμοποιούνται στα σχολεία, θεωρείται ότι περικλείουν τον κίνδυνο της ανάπτυξης αυτοκτονικής συμπεριφοράς και αυτοκτονικού ιδεασμού ανάμεσα στους νέους, λόγω του ότι προσεγγίζουν την «αυτοκτονία» ως μια αντίδραση στο αυξημένο άγχος.

Αντίθετα, τα προγράμματα που εστιάζουν στην ανάπτυξη της ευαισθητοποίησης για πρόληψη της αυτοκτονίας και αφορούν το διδακτικό προσωπικό, θεωρούνται τα πιο κατάλληλα. Η προσέγγιση που προτιμάται είναι η προαγωγή της πολιτικής των σχολείων και των προγραμμάτων που: προάγουν την ψυχική υγεία και ευημερία, αναπτύσσουν συστήματα που υποβοηθούν στον έγκαιρο εντοπισμό των μαθητών υψηλού κινδύνου, παρέχουν εστιασμένες παρεμβάσεις γι' αυτήν την ομάδα μαθητών, εργάζονται ένα διατηρηματικό επίπεδο για να στηριχθεί η προαγωγή της ψυχικής υγείας και να διευκολυνθεί η πρόσβαση στις υπηρεσίες που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των νέων.

Η πιο πάνω συμβουλή στηρίζεται σε ερευνητικά δεδομένα και στην ανησυχία ότι τα προγράμματα, που μπορεί να οδηγούν χωρίς πρόθεση σε αρνητικά αποτελέσματα, δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται εκτός και αν υπάρχουν ισχυρά τεκμήρια που αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητά τους.

Η τελευταία έρευνα στη βιβλιογραφία που αφορά την αποτελεσματικότητα των σχολικών προγραμμάτων για την ψυχική υγεία, παρουσιάστηκε στην εξειδικευμένη συμβουλευτική ομάδα του εθνικού οργανισμού για την πρόληψη αυτοκτονιών το Σεπτέμβριο του 2006, από την καθηγήτρια Margaret Barry NUIG. Με βάση την αναθεώρηση της έρευνας «τα σχολεία, αποτελούν σημαντικό παράγοντα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας των παιδιών. Η προαγωγή της ψυχικής υγείας όταν εφαρμόζεται αποτελεσματικά μπορεί να έχει μακρόχρονα πλεονεκτήματα για τους νέους, συμπεριλαμβανομένων της συναισθηματικής και κοινωνικής λειτουργίας καθώς και βελτίωσης της ακαδημαϊκής επίδοσης. Παραδοσιακά θέματα που αφορούν την επιμόρφωση σε θέματα υγείας είναι περιορισμένης αξίας (από μόνη της η γνώση για τα προγράμματα έχει περιορισμένη αποτελεσματικότητα στην συμπεριφορά). Προγράμματα που υιοθετούν ολιστική σχολική προσέγγιση είναι πιο επιτυχημένα και πιο υποσχόμενα.

Τα χαρακτηριστικά των αποτελεσματικών προγραμμάτων (βασισμένα σε μια αναθεώρηση των Green et al, 2005) έχουν ανακοινωθεί. Τα πιο πάνω μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να βοηθήσουν τα σχολεία να αναθεωρήσουν τη δουλειά τους σε σχέση με την πρόληψη των αυτοκτονιών.

Παραδείγματα Αποτελεσματικών Προγραμμάτων:

- Προάγουν την ψυχική υγεία παρά την πρόληψη προβλημάτων ψυχικής υγείας (Wells et al, 2001).
- Εφαρμόζονται συνεχώς και είναι μακρόχρονα στη φύση τους, δηλαδή εφαρμόζονται περισσότερο από ένα χρόνο (Wells et al, 2001).
- Συμπεριλαμβάνουν αλλαγές στο σχολικό κλίμα παρά σύντομα προληπτικά προγράμματα που εστιάζουν στην τάξη (Wells et al, 2001).

- Εκτείνονται πέραν της τάξης και παρέχουν ευκαιρίες για εφαρμογή των δεξιοτήτων που διδάξαν τα προγράμματα (CASEL, 2003).
- Υιοθετούν προσέγγιση που αφορά την προαγωγή της υγείας στα σχολεία, εστιάζοντας σε πτυχές που αφορούν το κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον και τους συνδέσμους μεταξύ της κοινότητας, της οικογένειας και του σχολείου, το αναλυτικό πρόγραμμα και τις γνώσεις των μαθητών (Lister – Sharp et al., 1999).
- Εστιάζονται στην ανάπτυξη γενικών κοινωνικών ικανοτήτων σε δεξιότητες που βοηθούν το άτομο να αντεπεξέρχεται σε καλές σχέσεις με συνομήλικους στην αυτεπάρκεια.
- Χρησιμοποιούν διαδραστικές μεθόδους διδασκαλίας – ενεργητική μάθηση και συμμετοχή των μαθητών.

Οι ανάγκες διαφέρουν από σχολείο σε σχολείο και από περιοχή σε περιοχή αλλά η δράση πρέπει να εστιάζει σε :

- Εφαρμογή προγραμμάτων στα σχολεία με στόχο την **πρωτογενή πρόληψη** για όλους τους μαθητές, που να περιλαμβάνει **προγράμματα ψυχικής υγείας**, μέσα στα πλαίσια της παροχής βοήθειας προς τα σχολεία. Στόχος θα πρέπει να είναι η ανάπτυξη ψυχικής ανθεκτικότητας προς τους μαθητές και η ανάπτυξη ικανοτήτων επιβίωσης, επίλυσης προβλημάτων, λήψης αποφάσεων και αναζήτηση βοήθειας από άλλους.
- Ανάπτυξη συστημάτων και δομών φροντίδας, με στόχο την αναγνώριση εκείνων των νεαρών ατόμων που βιώνουν έντονο άγχος.
- Καλλιέργεια ευαισθητοποίησης στο προσωπικό του σχολείου και στους γονείς για το ποιες είναι οι δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίζουν τα νεαρά άτομα σχετικά με το άγχος και με δυσκολίες προσαρμογής. Επιπλέον να παρέχεται βοήθεια στο προσωπικό του σχολείου και τους γονείς να αναπτύξουν εγρήγορση για τα συμπτώματα του άγχους, της κατάθλιψης, της χρήσης ουσιών, του αυτοκτονικού ιδεασμού. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την καλύτερη συνεργασία με άλλες υπηρεσίες.
- Εφαρμογή στοχευμένων παρεμβάσεων σε μαθητές που χρειάζονται βοήθεια να ξεπεράσουν δυσκολίες και να χειριστούν το άγχος τους. Συμπερίληψη προγραμμάτων και παρεμβάσεων που μειώνουν το ρίσκο για χρήση ουσιών, κατανάλωση αλκοόλ, την ανάπτυξη παραβατικής-βίαιης συμπεριφοράς κ.λπ.
- Ανάπτυξη - επαγρύπνηση του προσωπικού για σημάδια αυτοκτονικού ιδεασμού. Στήριξη και παροχή βοήθειας στους συμβούλους με στόχο να αναπτύξουν την ικανότητά τους να αναγνωρίζουν τον κίνδυνο για αυτοκτονία και να μπορούν να έχουν μια αρχική εκτίμηση του επιπέδου επικινδυνότητας. Άτομα από το προσωπικό του σχολείου που μπορούν να παρέχουν φροντίδα λόγω της θέσης τους, π.χ ο σύμβουλος, βοηθός διευθυντής, ο διευθυντής, μπορούν να επιμορφωθούν μέσα από σειρά σεμιναρίων.
- Στήριξη στα σχολεία για να αναπτύξουν μηχανισμούς εντοπισμού και παραπομπής των μαθητών που βιώνουν έντονο άγχος ή είναι σε ομάδα υψηλού κινδύνου (μέσω του συμβούλου του σχολείου όπου είναι απαραίτητο), σε άλλες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.
- Ανάπτυξη των διαδικασιών που διασφαλίζουν τη συνεργασία και την υποστήριξη των μαθητών που επιστρέφουν μετά τη νοσηλεία για αυτοκτονική συμπεριφορά. Τέτοιου είδους διαδικασίες πρέπει να περιλαμβάνουν τις απαραίτητες πληροφορίες και την καθοδήγηση του προσωπικού των σχολείων πριν οι έφηβοι επιστρέψουν στο σχολείο (μόνο με τη συγκατάθεση των γονιών και δίνουμε μόνο τις απαραίτητες πληροφορίες).

Συμπερασματικά – Πρόληψη

- Πρωτογενής πρόληψη που να περιλαμβάνει προγράμματα προαγωγής της ψυχικής υγείας για όλους.
- Δομές και συστήματα φροντίδας.
- Καλλιέργεια της εγρήγορσης για το προσωπικό του σχολείου.
- Στοχευμένα προγράμματα για ομάδες παιδιών που έχουν έντονο άγχος.
- Εκπαίδευση των συμβούλων και άλλων από το προσωπικό στην ανίχνευση για τα σημάδια αυτοκτονικού ιδεασμού και σε παρεμβάσεις.
- Ανάπτυξη μηχανισμών παραπομπής και μηχανισμών που να συνδέουν υπηρεσίες, από τα σχολεία.
- Εμπλοκή σχολείου /κοινότητας/συστημάτων υπηρεσιών .

Οι Ψυχολόγοι παραλαμβάνουν αιτήματα για παροχή συμβουλευτικής σε σχέση με μαθητές που βρίσκονται σε κίνδυνο. Το προσωπικό του σχολείου μπορεί να ακούσει για περιπτώσεις αυτοκτονικής συμπεριφοράς ή να υπεισέλθει στην αντίληψή του ότι κάποιοι μαθητές είναι συναισθηματικά άσχημα και βρίσκονται με διάφορους τρόπους σε κίνδυνο:

- Οι μαθητές μπορεί να μάθουν για τις προθέσεις ενός συμμαθητή/τριας τους για να βλάψει τον εαυτό του/της και να το πουν στο δάσκαλό τους.
- Μια σημείωση μπορεί να βρεθεί στην οποία εκφράζεται η επιθυμία κάποιου μαθητή για θάνατο ή για να θέσει τέλος στα προβλήματα ή σε μια «αβάστακτη» κατάσταση. Αυτή η σημείωση μπορεί να βρεθεί σε σελίδες του διαδικτύου που χρησιμοποιείται από νεαρά άτομα.
- Μπορεί να υπάρξουν αλλαγές στη συμπεριφορά ενός νεαρού ατόμου που δεν ταιριάζουν με το άτομο αυτό και έτσι να προκληθεί ανησυχία.
- Ένας μαθητής μπορεί να αρχίσει να δείχνει ενδιαφέρον σε θέματα γύρω από το θάνατο ή την αυτοκτονία.
- Το νεαρό άτομο μπορεί έμμεσα η άμεσα να μοιραστεί αυτές του τις σκέψεις γύρω από την αυτοκτονία με άτομα του προσωπικού.

ΝΑ ΘΥΜΑΣΑΙ

Οι ανησυχίες για αυτοκτονική συμπεριφορά δεν πρέπει ποτέ να αντιμετωπίζονται επιφανειακά και με τη σκέψη ότι ο μαθητής απλά ψάχνει για προσοχή και δεν πρόκειται να προβεί σε απόπειρα αυτοκτονίας.

Προτεινόμενη διαδικασία :

- Γίνεται μια αξιολόγηση για τη σοβαρότητα της κατάστασης.
- Ενημερώνονται οι γονείς για τις ανησυχίες, γίνεται ανατροφοδότηση στην αρχική πηγή της παραπομπής και ένα σχέδιο οργανώνεται για παρακολούθηση του μαθητή. Ο μαθητής πρέπει να αξιολογηθεί μετά από μια συμφωνημένη χρονική περίοδο σε περίπτωση που υπάρχουν θέματα που υποβόσκουν και χρειάζονται να αντιμετωπιστούν.
- Όπου επιβεβαιώνεται ότι υπάρχει ανησυχία , ο Σύμβουλος Καθοδήγησης το αναφέρει στο Διευθυντή του σχολείου.
- Ο Διευθυντής και ο Σύμβουλος Καθοδήγησης μπορεί να απευθυνθούν για εμπειρογνωμοσύνη στην Υ.Ε.Ψ και στις τοπικές Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας.
- Ο Διευθυντής ενημερώνει τους γονείς ή τους κηδεμόνες του μαθητή και τους συμβουλεύει να έρθουν σε επαφή με τον οικογενειακό γιατρό τους.
- Εφαρμόζεται ένα σχέδιο διαχείρισης που συνάδει με το επίπεδο κινδύνου συμπεριλαμβανομένης και της συνέχισης της παραπομπής.

Μια διερευνητική συνάντηση θα βοηθήσει τους ψυχολόγους να φθάσουν γρήγορα σε συμπέρασμα για το κατά πόσο ένας μαθητής βρίσκεται σε κίνδυνο. Όπου υπάρχει σοβαρή ανησυχία ο μαθητής θα πρέπει να παραπεμφθεί άμεσα. Οι γονείς πρέπει πάντοτε να ενημερώνονται αμέσως.

Χειρισμός Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης

Συχνά τα τραυματικά γεγονότα αποτελούν σημαντικές ειδήσεις για τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης. Το ενδιαφέρον των Μ.Μ.Ε. μπορεί να περιπλέξει ακόμη περισσότερο τα πράγματα σε μια διαδικασία διαχείριση κρίσης στο χώρο του σχολείου. Έτσι, το σχολείο χρειάζεται να είναι ιδιαίτερα προετοιμασμένο να αντιμετωπίσει τα Μ.Μ.Ε. μέσα από μια καλά οργανωμένη διαδικασία.

Γενικές Οδηγίες

Το σχολείο με τη βοήθεια των εκπαιδευτικών ψυχολόγων χρειάζεται να καθορίσει ένα άτομο που θα αναλάβει το ρόλο της ενημέρωσης των Μ.Μ.Ε. σε περιπτώσεις κρίσεων. Το πρόσωπο αυτό μπορεί να είναι ο Διευθυντής του σχολείου ή κάποιος άλλος εκπαιδευτικός.

Το πρώτιστο μέλημά μας μετά από μια κρίση είναι η προστασία της ιδιωτικής ζωής των μαθητών και γενικότερα του προσωπικού του σχολείου. Τα Μ.Μ.Ε. αν χρησιμοποιηθούν με τον κατάλληλο τρόπο μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην ομαλοποίηση της κατάστασης και στη γρήγορη επαναφορά της ρουτίνας.

Το σχολείο χρειάζεται να έχει από προηγουμένως έτοιμη μια ανακοίνωση για τον Τύπο προτού ζητηθεί από τα Μ.Μ.Ε. Η ανακοίνωση αυτή πρέπει να είναι σύντομη και να παραμένει αυστηρά στα γεγονότα μακριά από συναισθηματικές εκφράσεις και γενικεύσεις. Η ανακοίνωση θα πρέπει να είναι σύντομη και σε αυτή χρειάζεται να γίνεται ακριβής αναφορά στα γεγονότα με σεβασμό στην ιδιωτική ζωή και προστασία των εμπλεκόμενων.

Στις περιπτώσεις όπου τα Μ.Μ.Ε. ζητήσουν να έχουν προσωπικές μαρτυρίες από μαθητές ή από το προσωπικό του σχολείου (συνεντεύξεις), το σχολείο έχει πάντα το δικαίωμα να αρνηθεί. Οι γονείς θα πρέπει να ενημερωθούν για τις δυσκολίες που πιθανό να δημιουργήσει μια συνέντευξη των παιδιών τους στον Τύπο τη στιγμή της κρίσης που πιθανό να είναι συναισθηματικά φορτισμένα και ευάλωτα.

Σε περίπτωση που αποφασιστεί να δοθούν συνεντεύξεις στον τύπο, τότε είναι σημαντικό όπως καθοριστεί από το σχολείο ένας συγκεκριμένος χώρος για τις συνεντεύξεις οι οποίες θα δίνονται σε χρόνο που το σχολείο θα έχει αποφασίσει. Με τον τρόπο αυτό δεν θα υπάρχει συνεχής διάσπαση της λειτουργίας του σχολείου με αποτέλεσμα να δημιουργείται αναστάτωση και χαοτική κατάσταση.

Ο Ρόλος της Υ.Ε.Ψ. σε σχέση με τα Μ.Μ.Ε.

Το Γραφείο Τύπου του Υ.Π.Π ζήτησε να ενημερώνεται για τα περιστατικά κρίσης τα οποία πιθανόν να απασχολήσουν τα Μ.Μ.Ε. Αυτό θα διευκολύνει την ανταπόκρισή του στα Μ.Μ.Ε. εάν αυτά επικοινωνήσουν κατευθείαν μαζί του. Έτσι θα είναι εφικτή και η ενημέρωση του Υπουργού. Το Γραφείο Τύπου θα μπορούσε επίσης να παρέχει χρήσιμες πληροφορίες προς την Υ.Ε.Ψ. η οποία με τη σειρά της θα τις μεταφέρει στο σχολείο.

Οι πληροφορίες που κρίνονται ως απαραίτητες είναι οι εξής:

- Τι συνέβηκε;
- Τι κάναμε μέχρι στιγμής;
- Τι είδους στήριξη θα είναι διαθέσιμη προς το σχολείο από την Υ.Ε.Ψ. και άλλες Υπηρεσίες;

Οι πληροφορίες αυτές θα πρέπει να αναφερθούν από τον Υπεύθυνο Επαρχιακό ο οποίος έχει την συνολική ευθύνη για την ανταπόκριση της Υ.Ε.Ψ. σε κρίσιμα περιστατικά. Στη συνέχεια, ο Επαρχιακός θα αναλάβει την ευθύνη να ενημερώσει τον Προϊστάμενο της Υ.Ε.Ψ. ο οποίος με τη σειρά του θα ενημερώσει το Γραφείο Τύπου του Υ.Π.Π.

Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει ο ψυχολόγος να παρέχει απευθείας προσωπική συνέντευξη. Τα Μ.Μ.Ε. είναι ενημερωμένα ότι πρέπει να αποτεινούνται αρχικά στο Γραφείο Τύπου του Υ.Π.Π. και θα πρέπει να τους το υπενθυμίζουμε.

Συχνές ερωτήσεις στη συμβουλευτική σχολείων για τα Μ.Μ.Ε. κατά τις παρεμβάσεις σε κρίση:

Ερώτηση: Τα Μ.Μ.Ε. ζητούν συνέντευξη από το διευθυντή. Τι θα τον συμβουλευόμαστε;

Απάντηση: Αν ο διευθυντής δε νιώθει άνετα με τη συνέντευξη, είναι κατανοητή και αποδεκτή η άρνηση του. Αν είναι πρόθυμος για τη συνέντευξη, μπορείτε να τον βοηθήσετε να κάνει πρόβες για το τι θα πει και να εισηγηθείτε ότι θα ήταν βοηθητικό αν γραφόταν μια παράγραφος για τα Μ.Μ.Ε. Η γλώσσα που θα χρησιμοποιηθεί πρέπει να είναι προσεγμένη και ευαίσθητη. Πρέπει να αναφέρει τα γεγονότα σχετικά με το τι διαδραματίστηκε και την κατάσταση που επικρατεί στο σχολείο (σύγχυση/ανησυχία/λύπη). Σε περίπτωση θανάτου χρειάζεται να εκφράσει τα συλλυπητήρια του σχολείου στην οικογένεια του θανόντα. Πρέπει να δοθεί ένα σχεδιάγραμμα των υποστηρικτικών δικτύων και να δοθεί σε μαθητές, προσωπικό και γονείς.

Ερώτηση: Τι οδηγίες δίνω στην πραγματική συνέντευξη;

Απάντηση: Οι συνεντεύξεις πρέπει να είναι σύντομες, να αποφεύγονται οι γενικεύσεις και οι υπερβολές, να αποφεύγονται οι μακροσκελείς συζητήσεις και οι εικασίες. Να μη χρησιμοποιείται η φράση: «ουδέν σχόλιο», γιατί μπορεί να φανεί αμυντική και μη βοηθητική. Να μην απαντούν σε «αναφορές» άλλων. Αν τους κάνουν μια ερώτηση και δεν γνωρίζουν την απάντηση, είναι σημαντικό να το πουν. Συμβουλευέστε τους να μην κάνουν σχόλια εκτός κάμερας (off the record) και υπενθυμίστε τους πως όλα

καταγράφονται. Ένα μη προσεγμένο σχόλιο μπορεί να προβληθεί πολλές φορές και να προκαλέσει ανησυχία. Πρέπει να ζητήσουν από τα Μ.Μ.Ε. ένα σχεδιάγραμμα των ερωτημάτων που θα τεθούν κατά τη συνέντευξη και κατά πόσον θα υπάρχει πιθανότητα διόρθωσης της συνέντευξης. Το προσωπικό των Μ.Μ.Ε. μπορεί να είναι πολύ βοηθητικό, αν το θέμα ανησυχίας είναι ξεκάθαρο.

Ερώτηση: Τι συμβουλεύω το σχολείο σχετικά με την επιθυμία των Μ.Μ.Ε. να πάρουν συνεντεύξεις από μαθητές;

Απάντηση: Είναι πολύ σημαντικό μόνο ένα άτομο να καθοριστεί ως εκπρόσωπος του σχολείου προς τα Μ.Μ.Ε. Συνήθως αυτό το ρόλο αναλαμβάνει ο/η διευθυντής/διευθύντρια του σχολείου. Το άτομο αυτό έχει καθήκον να ενημερώσει το προσωπικό και τους μαθητές του σχολείου (είτε σε προσωπική συνάντηση, είτε μέσω γραπτού μηνύματος) ότι έχει καθοριστεί ως εκπρόσωπος και μόνο αυτός θα χειρίζεται ο,τιδήποτε αφορά τα Μ.Μ.Ε. Για το λόγο αυτό δεν χρειάζεται κανένας μαθητής ή μέλος του προσωπικού να εμπλακεί σε συνεντεύξεις. Ο εκπρόσωπος πρέπει επίσης να αναφέρει ότι οι μαθητές δεν είναι συνηθισμένοι να χειρίζονται τον τύπο, το ραδιόφωνο ή την τηλεόραση και σε περίπτωση που δώσουν οποιοδήποτε είδους συνέντευξη υπάρχει ο κίνδυνος να κάνουν συγκεκριμένες αναφορές χωρίς να το επιδιώξουν. Αυτό, άθελά τους μπορεί να οδηγήσει σε 'ζημιά' και στη συνέχεια μπορεί να μετανιώσουν για κάτι που είπαν.

Ερώτηση: Τι συμβουλεύω το σχολείο σε περίπτωση που τα Μ.Μ.Ε. ζητήσουν από το σχολείο ή τους μαθητές φωτογραφίες των νεκρών ή των τραυματιών;

Απάντηση: Τα ΜΜΕ πιθανόν να ζητήσουν φωτογραφικό υλικό των τραυματιών ή των νεκρών με σκοπό τη δημοσίευση. Ενημερώστε το προσωπικό/μαθητές του σχολείου ότι η παροχή τέτοιου είδους φωτογραφικού υλικού είναι αποκλειστική απόφαση του οικογενειακού περιβάλλοντος των ατόμων αυτών.

Ερώτηση: Τι κάνω σε περίπτωση που μου ζητηθεί να δώσω συνέντευξη στα Μ.Μ.Ε.;

Απάντηση: Ενημερώστε τους ότι δεν μπορείτε να δώσετε ξεκάθαρες πληροφορίες και συμβουλευτε τους να επικοινωνήσουν με το Γραφείο Τύπου του ΥΠΠ.

Ερώτηση: Τηλεοπτικοί και ραδιοφωνικοί σταθμοί και εφημερίδες ζητούν συνεντεύξεις από το σχολείο. Πώς συμβουλεύετε το σχολείο να το χειριστεί;

Απάντηση: Βοηθήστε τον/την διευθυντή/διευθύντρια να συντάξει μια δήλωση για τα Μ.Μ.Ε. Όταν γίνει η επικοινωνία με τα Μ.Μ.Ε., η γραμματεία του σχολείου πρέπει να ζητήσει την ηλεκτρονική τους διεύθυνση ή αριθμό τηλεμοιότυπου ούτως ώστε να τους στείλει ένα αντίγραφο της δήλωσης αυτής. Μπορούν επίσης να ενημερωθούν για κάποιο χώρο συνάντησης σε συγκεκριμένο χρόνο όπου θα ενημερωθούν σχετικά με το περιστατικό, αν κάτι τέτοιο μπορεί να προγραμματιστεί.

Πολιτική Υπηρεσίας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας σε θέματα Αντιμετώπισης Κρίσεων

Η Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας θεωρεί προτεραιότητά της τη διαχείριση κρίσεων στο χώρο του σχολείου και κρίνει την άμεση ανταπόκριση σε περιπτώσεις κρίσεων επιβεβλημένη. Σε περιπτώσεις κρίσεων στο σχολείο, ο κάθε λειτουργός χρειάζεται να ανταποκρίνεται άμεσα ακολουθώντας τα πρωτόκολλα που έχουν καθοριστεί για τη διαχείριση των σοβαρών αυτών γεγονότων. Οι κρίσεις στο χώρο του σχολείου αναφέρονται σε σοβαρά γεγονότα που θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική ή ψυχική υγεία των μαθητών. Οι κρίσεις αναφέρονται σε τραυματικά γεγονότα που μπορεί να διαδραματισθούν είτε στο χώρο του σχολείου είτε στην κοινότητα γενικότερα. Τα τραυματικά γεγονότα μπορεί να έχουν διάφορες μορφές. Μπορεί να είναι αποτέλεσμα φυσικών καταστροφών, δυστυχημάτων, ασθενειών, τρομοκρατικών κτυπημάτων. Κάποια μπορεί να είναι ξαφνικά και αναπάντεχα ενώ άλλα μπορεί να είναι αναμενόμενα. Όταν μια καταστροφή κτυπήσει, το σχολικό περιβάλλον χρειάζεται να είναι προετοιμασμένο να αντιμετωπίσει τις συνέπειες του γεγονότος τόσο στο προσωπικό του σχολείου όσο και στους μαθητές.

Ο βαθμός σοβαρότητας μιας τραυματικής εμπειρίας και οι επιπτώσεις που μπορεί να έχει ένα γεγονός σε ενήλικες ή σε παιδιά, συνδέεται άμεσα με τον τρόπο που το άτομο βιώνει την εμπειρία και το βαθμό υποστήριξης που δέχεται από το κοινωνικό περιβάλλον (οικογένεια, φίλοι, σχολείο, κοινότητα). Η συστηματική υποστήριξη του ατόμου από το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον δημιουργεί τις απαραίτητες προϋποθέσεις για τελική αποδοχή της απώλειας και επαναφορά της ομαλότητας στη ζωή του ατόμου.

Μετά από ένα τραυματικό γεγονός, μπορεί να αναπτυχθούν σοβαρά συναισθηματικά προβλήματα εάν το παιδί ή ο έφηβος εκτεθούν άμεσα στο τραύμα, εκτεθούν προσωπικά στις συνέπειες του γεγονότος (π.χ. μέσω μελών της οικογένειας ή φίλων) ή στις περιπτώσεις όπου το τραυματικό γεγονός αφύπνισε προηγούμενες απώλειες και τραύματα στη ζωή τους. Οι εκπαιδευτικοί ψυχολόγοι καλούνται τις δύσκολες αυτές στιγμές να στηρίζουν συναισθηματικά τα παιδιά και τους εφήβους παρά τις δυσκολίες που πιθανό και οι ίδιοι φυσιολογικά να αντιμετωπίσουν. *Ο κατάλληλος χειρισμός την κατάλληλη στιγμή μπορεί να προλάβει σοβαρές μελλοντικές δυσκολίες!*

Ο οικείος εκπαιδευτικός ψυχολόγος ενημερώνει άμεσα τον Υπεύθυνο του Επαρχιακού Γραφείου ο οποίος με τη σειρά του ενημερώνει το συντονιστή της ομάδας διαχείρισης κρίσεων της επαρχίας του. Ο συντονιστής συγκαλεί άμεσα την ομάδα και οργανώνει την παρέμβαση στο σχολείο. Στην ομάδα συμμετέχει και ο οικείος εκπαιδευτικός ψυχολόγος που γνωρίζει τα δεδομένα του σχολείου και το σχολικό περιβάλλον. Η ομάδα διαχείρισης κρίσεων μετά την παρέμβαση και αφού ολοκληρώσει το έργο της, καταγράφει σε συντομία τις δράσεις που έχει αναλάβει και ενημερώνει τον Υπεύθυνο του Επαρχιακού Γραφείου σε συστηματική βάση για την αντιμετώπιση του γεγονότος.

Η ομάδα συνεργάζεται με άλλους αρμόδιους φορείς που μπορεί να τη βοηθήσουν στην παρέμβαση και το έργο της. Παρέχει συστηματική παρακολούθηση, όταν κρίνει ότι χρειάζεται, σε ευάλωτα άτομα και ακολουθεί τις απαραίτητες διαδικασίες της ομάδας.

Παράρτημα 2

1^η Συνάντηση Ομάδας Αντιμετώπισης Κρίσεων

(στο χώρο του σχολείου)

1. Τι έχει συμβεί;
2. Ποιες οι αντιδράσεις του προσωπικού;
3. Τι έχει αποφασιστεί (μέχρι στιγμής) ;
4. Ποιοι χρειάζονται στήριξη; (Circles of vulnerability)
5. Ποιοι έχουν επηρεαστεί;
6. Τι είδους στήριξη χρειάζεται η διεύθυνση του σχολείου;
7. Τι είδους στήριξη χρειάζονται οι εκπαιδευτικοί;

8. Τι είδους στήριξη χρειάζεται το υπόλοιπο προσωπικό;

9. Μ.Μ.Ε., γονείς, μαθητές, ανακοινώσεις.

10. Ποιος μπορεί να στηρίξει την κάθε ομάδα; Με ποιο τρόπο;

11. Χρειάζεται να παρέχουμε ψυχο-εκπαίδευση;