

Uloga škole u radu s djecom pogođenom prirodnim katastrofama

Paun, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:505720>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-09-10**



Repository / Repozitorij:

[Faculty of Education and Rehabilitation Sciences - Digital Repository](#)



Sveučilište u Zagrebu

Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Uloga škole u radu s djecom pogođenom prirodnim katastrofama

Studentica:

Ivana Paun

Zagreb, rujan 2021.

Sveučilište u Zagrebu

Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Uloga škole u radu s djecom pogođenom prirodnim katastrofama

Studentica:

Ivana Paun

Mentorica:

Prof. dr. sc. Zrinjka Stančić

Zagreb, rujan 2021.

Posveta

Ovaj rad posvećujem svakom djetetu pogođenom potresom magnitude 6,2 prema Richteru koji se dogodio 29.12.2020. na području Petrinje.

Naslov rada: Uloga škole u radu s djecom pogođenom prirodnim katastrofama

Ime i prezime studentice: Ivana Paun

Ime i prezime mentorice: Prof. dr. sc. Zrinjka Stančić

Program/modul na kojem se polaže diplomski ispit: Edukacijska rehabilitacija, Inkluzivna edukacija i rehabilitacija

Sažetak rada

U uvodnom dijelu rada bit će definirani pojmovi prirodne katastrofe, djece, uz naglasak na djecu s teškoćama u razvoju te škole, odnosno obrazovanja. Prirodna katastrofa je prirodni proces ili pojava koja može prouzročiti gubitak života, ozljede ili druge zdravstvene posljedice, imovinsku štetu, gubitak sredstava za život i usluge, socijalni i ekonomski poremećaj ili štetu u okolišu, primjerice potres, uragan ili suša (UNSDR, 2009 prema Adhiambo Onyango i Uwase, 2017). Predstavlja jednu od vrsta pojava koje mogu biti traumatične za djecu i dovode do javljanja nekih neizbježnih, univerzalnih i snažnih reakcija. Reakcije će ovisiti o različitim čimbenicima rizika koji će biti predstavljeni u radu. U nastavku će biti opisana uloga škole u pripremi na prirodnu katastrofu te njena uloga nakon katastrofe. Bit će pruženi primjeri edukativnih materijala povezanih s prirodnim katastrofama te kreirani letci temeljeni na istima, kao i materijali prilagođeni populaciji djece s teškoćama u razvoju. Uz rad će biti priložene poveznice na materijale koji se mogu koristiti u radu s učenicima prilikom pripreme na prirodnu katastrofu te nošenja s posljedicama iste.

Ključne riječi: prirodne katastrofe, trauma, djeca, djeca s teškoćama u razvoju, škola

Summary

The introductory part of the paper will define the concepts of natural disaster, children, with an emphasis on children with disabilities, and school. A natural disaster is a natural process or phenomenon that can cause loss of life, subsequent or other health consequences, property damage, loss of livelihoods and services, social and economic disturbances or environmental damage such as earthquake, hurricane or drought (UNSDR, 2009 according to Adhiambo Onyango and Uwase, 2017). It is one of the types of phenomena that can be traumatic for children and lead to the occurrence of some inevitable, universal and strong reactions. Reactions will depend on the different risk factors that will be presented in the paper. The role of the school in the preparations for a natural disaster and its role after the disaster will be described below. Examples of educational materials related to natural disasters will be provided, and leaflets based on them will be created, as well as materials adapted to the population of children with disabilities. The paper will be accompanied by links to materials that can be used in working with students during preparations for a natural disaster and dealing with its consequences.

Key words: natural disasters, trauma, children, children with disabilities, school

Sadržaj

| | |
|--|----|
| UVOD | 2 |
| PRIRODNA KATASTROFA | 3 |
| ŠKOLA | 5 |
| DJECA..... | 7 |
| REAKCIJE DJECE NA PRIRODNU KATASTROFU..... | 7 |
| REAKCIJE U ODNOSU NA DOB | 10 |
| REAKCIJE DJECE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU | 12 |
| ČIMBENICI RIZIKA | 15 |
| ULOGA ŠKOLE | 18 |
| ULOGA ŠKOLE PRIJE PRIRODNE KATASTROFE | 21 |
| PRIPREMA NA KATASTROFU..... | 23 |
| GRADNJA I OTPORNOST JAVNIH GRAĐEVINA NAMIJENJENIH DJECI | 30 |
| UKLJUČIVANJE DJECE U DONOŠENJE ODLUKA I IZBORA..... | 32 |
| ULOGA ŠKOLE NAKON PRIRODNE KATASTROFE | 33 |
| VAŽNOST POVRATKA U RUTINU ZA UČENIKE POGOĐENE PRIRODNOM KATASTROFOM..... | 35 |
| PREPOZNAVANJE DJECE U RIZIKU | 36 |
| METODE OPUŠTANJA ZA DJECU NAKON PRIRODNE KATASTROFE | 37 |
| VRŠNJAČKA PODRŠKA I GRUPE PODRŠKE | 37 |
| NAČIN RAZGOVORA S DJECOM/UČENICIMA | 38 |
| PREDVIĐANJE TEŽIH TRENUTAKA POVEZANIH S KATASTROFOM..... | 40 |
| DODATNE NAPOMENE ZA UČENIKE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU | 40 |
| ULOGA ŠKOLSKOG OSOBLJA U PRUŽANJU PODRŠKE..... | 41 |
| ZAKLJUČAK..... | 46 |
| LITERATURA..... | 48 |
| PRILOZI | 53 |

UVOD

Prirodne katastrofe kao što su potresi, požari ili poplave predstavljaju jednu od vrsta pojava koje mogu biti traumatične za djecu (Kenardy i sur., 2011). Peek i Stough (2010) ukazuju na to da su djeca školske dobi često psihološki više pogođena katastrofom nego odrasle osobe. Obitelj i škola dvije su najistaknutije institucije u životu većine djece, stoga im se kroz povijest pa sve do danas pridaje najviše pozornosti u literaturi o katastrofama (Peek i sur., 2018). Literatura koja se odnosi na pripremljenost škole za katastrofe obično se uzima iz šire literature o katastrofama i daje savjete o razvoju planova za krizne situacije te strategijama odgovora na hitne slučajeve. Često je motivacija za stvaranje iste proizašla iz događaja koji je potaknuo svijest o važnosti bolje pripreme (Mutch, 2014). Ovaj rad nastao je iz spomenutog razloga, točnije kao posljedica potresa magnitude 6,2 prema Richteru koji se dogodio 29.12.2020. na području Petrinje.

U manje od tri dana nakon velikog potresa, uslijedilo je gotovo 2000 naknadnih potresa. Do 15. siječnja 2021. dogodilo se devet potresa magnitude veće od 4 prema Richteru (Markušić i sur., 2021). Ukupno 21 škola s 5 658 učenika nalazi se području Petrinje, Gline i Siska (Stožer civilne zaštite [SCZ], bez dat.), gradova koji su najznačajnije pogođeni ovim potresom. Na području Petrinje, Siska i Gline, u potresu je oštećeno 56 školskih objekata, od čega je 9 objekata neupotrebljivo zbog nastalih oštećenja, a 12 je privremeno neuporabljivo („MZO“, 2021b). S obzirom na to da edukacijski rehabilitatori obavljaju odgojno-obrazovni rad u osnovnoj školi u ulozi učitelja edukacijskog rehabilitatora ili stručnog suradnika edukacijskog rehabilitatora (Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi NN 87/08 (NN 64/20), snose dio odgovornosti škole u pružanju dodatne podrške učenicima u izvanrednim situacijama. Osim toga, posjeduju jedinstvena znanja potrebna za rad s učenicima s teškoćama u razvoju koji su često zanemareni čak i kad postoje planovi za reakcije škole u ovakvim situacijama.

Cilj rada je dati pregled mogućih reakcija djece na prirodne katastrofe te opisati ulogu škole u ovakvim situacijama, odnosno pružiti ideje i smjernice za rad škole i njenih djelatnika prema uzoru na slične dokumente nastale u državama gdje su prirodne katastrofe česta pojava. Iako je literatura koja povezuje djecu s teškoćama u razvoju i prirodne katastrofe ograničena, u radu će poseban naglasak biti stavljen upravo na ovu, često zanemarenu, populaciju, odnosno njihove specifične reakcije te obilježja koja je potrebno uzeti u obzir prilikom djelovanja.

PRIRODNA KATASTROFA

Pojam prirodne katastrofe kompleksan je i opisan različitim definicijama te razlikuje više vrsta podjela. Prije svega potrebno je definirati samu katastrofu.

Prema jednoj od definicija, katastrofa predstavlja ozbiljan poremećaj u funkcioniranju zajednice ili društva koji uključuje šire ljudske, materijalne, ekonomske i ekološke gubitke i utjecaje, a nadilazi sposobnost pogođene zajednice ili društva da se protiv njega bore korištenjem vlastitih resursa. Važno je napomenuti kako se često opisuju kao rezultat kombinacije više faktora, a oni obuhvaćaju: izloženost opasnosti, prisutne uvjete ranjivosti i nedovoljni kapacitet, odnosno mjere za smanjenje ili suprotstavljanje potencijalnim negativnim posljedicama. Utjecaji katastrofe mogu uključivati gubitak života, ozljede, bolesti i ostale negativne utjecaje na ljudsku (fizičku, mentalnu i društvenu) dobrobit, zajedno s oštećenjem imovine, uništavanjem sredstava, gubitkom službi, socijalnim i ekonomskim poremećajima i degradacijom okoliša (Ujedinjene nacije, 2009).

Kreps (1984) definira katastrofe kao događaje vidljive u vremenu i prostoru u kojima su društva ili njihove veće podjedinice pretrpjele fizičku štetu i gubitke i/ili je narušeno njihovo uobičajeno funkcioniranje. Uzroci i posljedice tih događaja povezane su s društvenim strukturama te procesima društava ili njihovih podjedinica.

U Republici Hrvatskoj katastrofa je definirana Zakonom o sustavu civilne zaštite (NN 82/15 (NN20/21)) kao stanje izazvano prirodnim i/ili tehničko-tehnološkim događajem koji opsegom, intenzitetom i neočekivanošću ugrožava zdravlje i živote većeg broja ljudi, imovinu veće vrijednosti i okoliš, a čiji nastanak nije moguće spriječiti ili posljedice otkloniti djelovanjem svih operativnih snaga sustava civilne zaštite područne (regionalne) samouprave na čijem je području događaj nastao te posljedice nastale terorizmom i ratnim djelovanjem.

Katastrofe nanose štetu, uništavaju imovinu i na različite načine negativno utječu na živote preživjelih (Bonanno i sur., 2010 prema Mutch, 2014). Koncipirane su kao rezultat međudjelovanja socijalnih, ekonomskih i političkih čimbenika koji utječu na izloženost riziku i sposobnost pripreme za odgovor na ekstremne događaje i oporavak od istih (Wisner i sur., 2004 prema Peek i Stough, 2010). Remete dječju svakodnevicu, mogu rezultirati propuštenim obrazovanjem i odgođenim akademskim napretkom, propuštenim socijalnim prilikama (Silverman i La Greca 2002 prema Peek, 2008).

Opasne prirodne pojave, tehnološki rizici ugrađeni u životne sredine, fenomeni kao što su terorizam i rat, dio su naše svakodnevice. Međutim, kada prekidaju normalno odvijanje života, uzrokuju žrtve, štetu velikog opsega na imovini ili njezin gubitak te štetu na infrastrukturi i okolišu, u mjeri koja prelazi normalne sposobnosti lokalnih zajednica da ih same bez pomoći otklone, govori se o katastrofama i velikim nesrećama. Ljudi svakodnevno žive s rizicima od prirodnih opasnosti. Prirodne opasnosti kao što su potresi, poplave, klizišta, erupcije vulkana, suše, tsunamiji, orkani ili uragani događaju se kroz zemljinu povijest pa tako i danas. Klasificiraju se katastrofama jedino ako štetno utječu na čovjeka i njegove aktivnosti. (Plan zaštite i spašavanja za područje Republike Hrvatske NN 96/10).

Uz pojam katastrofe izravno se veže termin opasnost („hazard“) koji predstavlja opasnu pojavu ili ljudsku aktivnost koja može oštetiti, poremetiti ili dovesti do gubitka života, zdravlja, imovine, sredstava za život, društvenih i ekonomskih usluga. Opasnosti proizlaze iz različitih izvora i ponekad djeluju u kombinaciji, a uključuju sukobe i prirodne katastrofe (UNISDR, 2012).

Prirodna katastrofa je događaj uzrokovan prirodnom opasnošću. Prirodni je proces ili pojava koja može prouzročiti gubitak života, ozljede ili druge zdravstvene posljedice, imovinsku štetu, gubitak sredstava za život i usluge, socijalni i ekonomski poremećaj ili šteta u okolišu, primjerice potres, uragan ili suša (UNSDR, 2009 prema Adhiambo Onyango i Uwase, 2017). Ima značajan utjecaj na zdravlje i dobrobit pogođene populacije (Adhiambo Onyango i Uwase, 2017). Mogu se dogoditi polako ili iznenadno i neočekivano (Peek, 2008), a obično utječu na cijelu zajednicu te su njihovi učinci često dugotrajni i na dulje vremensko razdoblje stvaraju nepovoljne financijske, socijalne i emocionalne životne okolnosti za mnoge obitelji (Kenardy i sur., 2011).

Potresi koji su pogodili područje Republike Hrvatske¹ i za sobom ostavili različite materijalne i nematerijalne posljedice primjeri su traumatskih događaja uz visok stupanj prijetnje po život. Potres je moguće opisati kao prirodnu traumu koja je zadesila cijelu zajednicu (Ercegović, 2021), a sam traumatski događaj je iznenađan i rijedak te djeluje izrazito uznemirujuće na većinu ljudi. Povezan je je osjećajem gubitka sigurnosti (Puhovski, 2021) te ometa uobičajen

¹ Dana 28. prosinca 2020. godine u 6 sati i 28 minuta dogodio se jak potres magnitude 5.0 prema Richteru s epicentrom kod Petrinje. Uslijedila su dva potresa s magnitudama 4.7 i 4.1, kao i niz slabijih potresa. Nažalost, oni su bili samo prethodni potresi najjačem udaru, razornom potresu koji se dogodio 29. prosinca 2020. godine u 12 sati i 19 minuta. Magnituda ovog potresa iznosila je 6.2 prema Richteru. Potres se osjetio diljem Hrvatske i u okolnim zemljama („Prirodoslovno-matematički fakultet“, 2021). Vlada Republike Hrvatske proglasila je katastrofu uzrokovanu potresom za područje Sisačko-moslavačke, Zagrebačke i Karlovačke županije (Odluka o proglašenju katastrofe na području pogođenom potresom NN 1/21).

osjećaj kontrole koji pojedinac ima nad životom, osjećaj povezanosti s drugima te značenja koja pridaje svijetu oko sebe (Herman, 1997 prema Profaca, 2016). Iako traje relativno kratko kod potresa postoji vjerojatnost da se trauma ponovi, a nije moguće predvidjeti niti kontrolirati kada će to biti niti koliko će potres biti snažan. Ovisno o svojoj magnitudi, takva pojava može nanijeti fizičku štetu imovini te uzrokovati ljudske povrede i žrtve, zbog čega ostavlja izuzetan psihološki trag na pojedinca (Ercegović, 2021).

ŠKOLA

U ovom radu, pod ulogom škole podrazumijevaju se uloge na svakoj razini obrazovnog sustava unutar osnovnoškolskog, odnosno srednjoškolskog obrazovanja. Uključuje ulogu djelatnika određene školske ustanove, njenih upravljačkih tijela, kao i nadležnog ministarstva, odnosno države.

Obrazovanje je organizirani pedagoški proces stjecanja znanja i razvijanja spoznaje. Društveno se organizira u zakonom utemeljenim obrazovnim ustanovama koje ostvaruju planove i programe obrazovanja. Prema dobi odgajanja dijeli se na predškolsko obrazovanje, školsko obrazovanje i obrazovanje odraslih. Primjereno dobnim skupinama, planovima i programima, utvrđuju se sadržaji i trajanje obrazovanja, kojima se osiguravaju obrazovni standardi za svako obrazovno razdoblje. U užem smislu, obrazovanje se odnosi na stjecanje znanja i razvijanje sposobnosti. Iz toga proizlaze i materijalni, tj. kognitivni zadatci obrazovanja (znanje) i funkcionalni, odnosno formalni, formativni, psihomotorički ili operativni (sposobnosti) zadatci. Obrazovanje je sastavni dio odgoja i pedagoškoga djelovanja koje se izravno povezuje s intelektualnim odgojem. Temelji se na učenju te se zbog toga ne odnosi samo na stjecanje znanja već i na svladavanje učenja. U njegovu ostvarenju sudjeluju mnoge znanstvene discipline (Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje, 2021).

Prema Zakonu o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi (NN 87/08 (NN 64/20)) djelatnost osnovnog odgoja i obrazovanja obavljaju osnovne škole i druge javne ustanove, dok djelatnost srednjeg odgoja i obrazovanja obavljaju srednje škole te učenički domovi i druge javne ustanove. Rad u učionici karakteriziraju jasna očekivanja i dosljedna pravila, predvidljive rutine te trenutne povratne informacije što čini školu prikladnim mjestom za izražavanje znatiželje i uključivanje tema povezanih s katastrofama (Wolmer i sur., 2003).

Zdravlje i sigurnost predstavljaju jedan od prioriteta svake odgojno-obrazovne ustanove te Ministarstva znanosti i obrazovanja („MZO“, 2021a). Također, svaki učenik ima pravo na savjet i pomoć pri rješavanju problema, a školske ustanove imaju dužnost stvoriti uvjete za zdrav fizički i mentalni razvoj učenika. Briga o sigurnosti i pravima učenika predstavlja i jedan od poslova ravnatelja kao stručnog voditelja (Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi NN 87/08 (NN 64/20)).

Katastrofe imaju značajan utjecaj na djecu, mlade te cjelokupni obrazovni sustav (UNISDR, 2012). Važno je imati na umu utjecaj prirodne katastrofe na resurse škole, odnosno na školske djelatnike, kao i na školsko vlasništvo.

Sustav obrazovanja ovisi o snazi i funkcionalnosti svakog sastavnog dijela, zbog čega se mora uzeti u obzir sveukupno stanje obrazovnog sustava kako bi preporuke za promicanje obrazovanja o smanjenju rizika bile realne i izvedive (Wisner, 2006). Kenardy i sur. (2011) navode na koje načine katastrofa može utjecati na školsku zajednicu. Oni uključuju:

- gubitak života djece, njihovih roditelja ili djelatnika škole
- gubitak života prijatelja i drugih važnih osoba u školi
- gubitak školskih zgrada, računalne opreme, knjižnice, sportske opreme, dječjih radova
- gubitak osnovnih potreba i opreme
- gubitak osobnih resursa poput nastavnih sredstava, uzoraka i zbirki
- preseljenje učenika i njihovih obitelji te preseljenje djelatnika škole
- gubitak radnog okruženja
- prenapučenost u preostalim školama
- gubitak infrastrukture važne za pohađanje škole poput uništenih prometnica ili onesposobljenih autobusnih kompanija
- značajan gubitak imovine za obitelji povezane sa školom

DJECA

Prema Konvenciji o pravima djeteta (Ujedinjeni narodi, 1989) dijete označava svaku osobu mlađu od 18 godina, osim ako se zakonom koji se primjenjuje na dijete granica punoljetnosti ne odredi ranije.

S obzirom na usmjerenost rada na populaciju djece s teškoćama u razvoju i ulogu škole u radu s njima, potrebno je definirati i ovu skupinu. Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi (NN 87/08 (NN 64/20)) spominje učenike s teškoćama kao učenike koji pripadaju skupini učenika s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama.

Učenici s teškoćama u razvoju definirani su kao učenici čije sposobnosti u međudjelovanju s čimbenicima iz okoline ograničavaju njihovo puno, ravnopravno i učinkovito sudjelovanje u odgojno-obrazovnom procesu s ostalim učenicima. One proizlaze iz tjelesnih, intelektualnih, mentalnih te osjetilnih oštećenja i poremećaja funkcija ili kombinacije više vrsta navedenih oštećenja i poremećaja. Odgoj i obrazovanje ovih učenika, između ostalog, temelji se na načelima prihvaćanja različitosti, prihvaćanja različitih osobitosti razvoja učenika, osiguravanja uvjeta i potpore za ostvarivanje maksimalnoga razvoja potencijala pojedinog učenika. Primjereni programi i oblici odgoja i obrazovanja učenika s teškoćama u razvoju ostvaruju se uz programsku i profesionalnu potporu te pedagoško-didaktičku prilagodbu, pri čemu programska potpora obuhvaća različite vrste primjerenih programa odgoja i obrazovanja, dodatne odgojno-obrazovne i rehabilitacijske programe te privremene oblike odgoja i obrazovanja (Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO], bez dat.).

REAKCIJE DJECE NA PRIRODNU KATASTROFU

Traumatski događaj izbacuje osobu iz psihičke ravnoteže i teško joj je ponovno ju vratiti (Puhovski, 2021). Neposredno nakon traumatskog događaja javljaju se reakcije koje služe mijenjanju osjećaja povezanih s traumom i, s vremenom, povećanju tolerancije na doživljeno traumatsko iskustvo koje se prihvaća kao dio života (van der Kolk i McFarlane, 1996 prema Profaca, 2016). Reakcije na traumatske događaje smatraju se normalnim i razumljivim reakcijama na nenormalne okolnosti (Arambašić, 2000). Ronoh (2016), na temelju literature, donosi zaključak da se ljudi značajno razlikuju po stupnju ranjivosti na prirodne opasnosti.

Iako se pojedinci mogu razlikovati po načinima reakcije, posttraumatske stresne reakcije za sve su snažne, univerzalne i neizbježne. (Arambašić, 1996 prema Ercegović, 2021) te mogu trajati od nekoliko tjedana do nekoliko mjeseci (Puhovski, 2021). Traumatsko iskustvo može utjecati na sva područja života, odnosno na osjećaje, pamćenje, mišljenje, ponašanje, tjelesno zdravlje, kao i na socijalne odnose (Arambašić, 2000).

Puhovski (2021) dijeli univerzalne reakcije na traumatski događaj u četiri skupine. To su:

- emocionalne (strah, zaleđenost, gubitak kontrole, ljutnja, tuga, zabrinutost, bespomoćnost, sram, krivnja, razdražljivost)
- tjelesne (bol u želucu i mučnina, glavobolja, vrtoglavica, teškoće disanja, nemir, slabost, umor, teškoće usnivanja)
- misaone (šok i nevjerica, teškoće pažnje, gubitak interesa za uobičajene aktivnosti, mnoštvo pitanja i potreba pričanja o događaju, pesimizam, poricanje)
- ponašajne (osamljivanje, povlačenje, dezorganizirano ili regresivno ponašanje, pojačana potreba za društvom, agresivno ponašanje)

Kenardy i sur. (2011) također navode neke česte reakcije djece na traumatične događaje, a to su:

- postavljanje mnoštva pitanja o događaju ili budućnosti
- izbjegavanje razgovora o onome što se dogodilo
- želja za pružanjem pomoći drugima
- plakanje
- osjećaj mrzovolje
- osjećaj šoka
- tuga zbog gubitka voljene osobe, ljubimca ili imovine
- problemi sa spavanjem, buđenje, noćne more, povremeno mjesečarenje
- strah od odvajanja od voljenih osoba, doma, kućnih ljubimaca
- fizičke reakcije kao što su glavobolja ili ubrzani rad srca
- teškoće s koncentracijom i školskim zadacima

- teškoće u svakodnevnom funkcioniranju kao što su neispunjavanje domaće zadaće ili zaboravljanje knjiga/opreme za trening)
- igranje, crtanje i rekonstrukcija dijelova traume

Prirodna katastrofa najčešće zahvaća cjelokupnu zajednicu što dodatno utječe na djetetov osjećaj sigurnosti i normalnosti (Lazarus i sur., 2003). Može razdvojiti djecu od članova obitelji i prijatelja, uzrokovati smrt voljenih osoba ili preseljenje djece u nepoznata i nepoželjna okruženja. Ovi negativni učinci katastrofa mogu dovesti do ozbiljnih posljedica za dječje tjelesno i emocionalno zdravlje te intelektualnu dobrobit u kratkoročnom i dugoročnom razdoblju (Peek, 2008). Djeca reagiraju na traumatsko iskustvo znakovima ponovnog proživljavanja, emocionalnog izbjegavanja i pobuđenosti. Fenomeni ponovnog proživljavanja predstavljaju znak da elementi traumatskog iskustva ostaju aktivno prisutni u mentalnom životu djeteta. Ponovno proživljavanje događaja može se prepoznati u traumatskoj igri i obrascima ponašanja, nametajućim mislima, slikama, zvukovima, mirisima, kao i traumatskim snovima i psihološkim reagiranjem na podsjetnike. Pojava izbjegavanja ukazuje na pokušaj kontroliranja dojmova koji se stalno vraćaju, kroz ograničavanje ili reguliranje osjećaja. Djeca izbjegavaju određene misli, lokacije, pojave, ljude i ponašanja koji ih podsjećaju na traumatski događaj. Na kraju, povećana pobuđenost podrazumijeva poremećaje spavanja, razdražljivost, ljutnju, teškoće s koncentracijom i drugo (Pynoos i Nader, 1993 prema Profaca, 2016).

Brošura „Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“ (2020) naglašava depresivnost, elemente posttraumatskog stresa i razne strahove kao najčešće posljedice potresa za djecu i mlade. Usami i sur. (2012), na temelju pregleda literature, naglašavaju posttraumatski stresni poremećaj kao dijagnozu koju je potrebno pažljivo razmotriti nakon katastrofe. Buljan Flander i sur. (2021) kroz projekt proveden tijekom COVID-19 zdravstvene krize te nakon potresa u Gradu Zagrebu dobivaju podatke koji govore da je kod 9% djece prisutna značajna anksiozna i/ili depresivna simptomatologija, koja nadilazi razinu neugodnih emocionalnih iskustava koja bi se smatrala očekivanom za dob. Uz to, 15% djece suočava se sa značajnom razinom simptoma posttraumatskog stresa, odnosno promjena emocionalnosti i ponašanja koja se javljaju kao posljedica iskustva koje može biti opisano kao traumatično, a polovica djece je u nekom trenutku iskusila teškoće koncentriranja, uznemirenost pri sjećanju na stresni događaj, emocionalnu osjetljivost/plašljivost, ometajući sadržaji ili izbjegavanje neugodnih sjećanja i osjećaja. Zabilježeni su i osjećaji tuge i praznine, zabrinutost za sigurnost članova obitelji te strah od boravka samog djeteta kod kuće.

Reakcije će se mijenjati kroz vrijeme. Prvih nekoliko tjedana nakon katastrofe, djeca i roditelji često će provesti okruženi podrškom i zauzeti upravljanjem izravnim posljedicama događaja, primjerice obnavljanjem obiteljskog vlasništva, pomaganjem susjedima i prijateljima. Mnoga djeca i odrasle osobe počinju pokazivati problematične emocionalne reakcije s vremenom, kad se vrata u rutine i kad se podrška smanjuje. Neki od njih mogu doživjeti značajne trajne teškoće. Ukoliko se na njih ne reagira, može doći do značajnog nepovoljnog utjecaja na emocionalni, tjelesni, socijalni i bihevioralni razvoj djeteta. U mjesecima, a ponekad i godinama nakon traumatičnog događaja, djeca mogu doživjeti niz stresnih reakcija. Neke od najtežih, ali i najčešćih reakcija uključuju posttraumatski stresni poremećaj, separacijsku anksioznost, napade panike, depresiju. Moguća je pojava problema u ponašanju kao i povećana osjetljivost (Kenardy i sur., 2011). Iako će većina djece uz podršku „prirodnih pomagača“ proći kroz period prilagodbe bez značajnijih teškoća koje zahtijevaju pomoć stručnjaka, okvirno svako deseto dijete i pola godine nakon događaja ima ozbiljne smetnje po mentalno zdravlje („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020).

REAKCIJE U ODNOSU NA DOB

Iako se kod djece i mladih različite dobi uočavaju slične reakcije na katastrofe, način na koji obrađuju i reagiraju na traumatični događaj ovisi o njihovoj dobi i razvojnoj zrelosti, stoga je važno obratiti pažnju na razlike (Kenardy i sur. 2011).

Odrasle osobe ponekad smatraju da je djeci predškolske dobi lakše jer su mala i ne razumiju situaciju, no upravo zbog toga teže doživljavaju velike promjene, tjeskobu, prekid rutine, sigurnosti („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020). Iako dijete možda neće moći kognitivno razumjeti što se događa, bit će svjesno atmosfere, zabrinutosti odraslih osoba ili promjena poput napuštanja doma (Puhovski, 2021).

Kod djece predškolske dobi često se mogu javiti ponašanja poput mokrenja u krevet, mogu se pojaviti poremećaji spavanja, strah od mraka, povlačenje od prijatelja te dosadašnjih rutina (Lazarus i sur., 2003). Može se javljati plač koji je teško kontrolirati, naglašen strah od odvajanja, promjene u apetitu, iritabilnost te razdražljivost, osjetljivost na najmanje zvukove, pojava regresivnih ponašanja kao što je sisanje prsta kod djeteta koje je to prestalo činiti („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020). Čest je strah od ponavljanja događaja, uznemirenost, kao i bolovi trbuha, glave ili bolovi u prsima. Javljaju se i misaone reakcije poput

negiranja ili iskrivljavanja događaja te ponavljajućih misli ili slika vezanih uz događaj (Puhovski, 2021). Peek (2008) naglašava posebnu fizičku osjetljivost dojenčadi i male djece s obzirom na njihovu djelomičnu ili potpunu ovisnost o odraslima. U ponašanju mogu biti vidljivi tikovi, motorički nemir, ispadi bijesa, prepričavanje traumatskog događaja te repetitivna igra kroz koju djeca često rekreiraju i ponovno proživljavaju traumatski događaj ili nezainteresiranost (Puhovski, 2021). Ercegović (2021) navodi primjer reakcije šestogodišnje djevojčice koju opisuje njen otac nakon potresa, a on ističe „strah, nesanicu i uznemirenost od potresa“, što potvrđuje neke od prethodnih navoda.

Starija djeca i adolescenti mogu razviti i različite psihološke, ponašajne i emocionalne probleme nakon katastrofe. Kod djece osnovnoškolske dobi može se primijetiti razdražljivost, agresivno ponašanje, noćne more, izbjegavanje škole, slabu koncentraciju te povlačenje od prijatelja i aktivnosti (Lazarus i sur., 2003). Kod djece školske dobi, moguće su i neke misaone reakcije poput nedostatka koncentracije, gubitka usvojenih znanja ili čestog sjećanja na događaj te potrebe da se o njemu priča, kao i gubitak interesa, zaboravljivost, pitanja smisla, pesimistične percepcije budućnosti ili praznovjerja (Puhovski, 2021). „Na spomen da će uskoro škola, rasplače se jer od straha ne želi ići...“ - dio je sažetka telefonskog poziva upućenog Hrabrom telefonu od strane jedne majke nakon potresa. Jedanaestogodišnja djevojčica također iskazuje zabrinutost i u pozivu spominje „kako je zabrinuta za sestru (10) koja je isto uplašena te ju brine hoće li ju netko zaštititi u školi.“ (Ercegović, 2021). Puhovski (2021) također naglašava osjećaj krivnje kao čestu reakciju djece osnovnoškolske dobi, zbog koje je iznimno važno da okolina pruža takvu poruku koja će ga umanjiti. Od ostalih reakcija spominje brigu za vlastitu sigurnost, strah od ponavljanja događaja, ljutnju, tjeskobu i zbuđenost. Mogu se javiti poteškoće usnivanja i spavanja, intenzivna tuga, promjene u apetitu, novi strahovi, slabije poštivanje autoriteta, kao i psihosomatske poteškoće kao što su glavobolje ili mučnine („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020). Jedna djevojčica osnovnoškolske dobi na liniji Hrabrog telefona nakon potresa iskazuje strah jer: „će biti trenutaka kada možda bude sama kod kuće pa ju je strah kada pomisli na to“ (Ercegović, 2021).

Za adolescente su specifični iritabilnost i razdražljivost, osjećaj bespomoćnosti i beznađa, povećana pobuđenost i nemogućnost umirivanja, ponekad ravnodušnost i nezainteresiranost, izoliranje od obitelji i vršnjaka, preokupiranost prirodnom katastrofom te pojačani strahovi i brige („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020). Osim toga, javljaju se poremećaji spavanja i prehrane, porast sukoba, fizički simptomi, delinkventno ponašanje i slaba koncentracija (Lazarus i sur., 2003). Šesnaestogodišnjak na e-savjetovanju Hrabrog telefona

nakon potresa priznaje: „Bojim se jako, ne mogu spavat`. Spavam samo po danu kad je netko pored mene. Ne znam kako da si pomognem, užasno se bojim i svaki zvuk koji čujem prestrašim se“ (Ercegović, 2021).

Djeca mogu, ovisno o njihovoj dobi i stupnju razvoja, zahtijevati i drugačije oblike tjelesne, socijalne, mentalne i emocionalne podrške nego odrasle osobe iz njihova života, stoga je važno imati na umu da ne možemo pretpostaviti da su potrebe djeteta zadovoljene ako su zadovoljene potrebe njegovih roditelja (Peek, 2008).

REAKCIJE DJECE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

S obzirom na usmjerenost rada prema populaciji djece s teškoćama u razvoju te istaknutost ove skupine kao jedne od posebno osjetljivih na posljedice ovakvih događaja, važno je naglasiti specifičnosti njihovih reakcija na prirodnu katastrofu te obilježja dostupne literature koja ih obuhvaća.

Na temelju pregleda literature, Ronoh i sur. (2015b) identificiraju djecu, starije osobe, žene, pripadnike rasnih i etničkih manjina, siromašne, osobe s invaliditetom i useljenike kao posebno osjetljive skupine na štetne posljedice katastrofa.

Cijele obitelji djece s teškoćama u razvoju među najosjetljivijim su skupinama jer ih često karakterizira nepovoljna situacija na socijalnom, strukturalnom i financijskom planu (AIHW, 2009 prema Boon i sur., 2011). Seddighi i sur., (2020) na temelju pregleda literature iznose čimbenike rizika koji se odnose na djecu s teškoćama u razvoju u ovakvim situacijama. Oni uključuju teškoće kretanja, prethodna zdravstvena stanja, probleme sa senzornom integracijom, ograničene jezične sposobnosti, nedostatak društvenog kapitala i nedostatak učinkovitih politika i struktura.

Rijetko se u istraživanjima uzima u obzir doprinos teškoća kratkoročnim i dugoročnim utjecajima katastrofe na djecu, odnosno dostupna istraživanja rijetko spominju potrebe djece s teškoćama u razvoju (Peek i Stough, 2010), a umjesto toga su usmjerena na populaciju odraslih osoba s invaliditetom (Stough, 2009 prema Peek i Stough, 2010). Valenti i sur. (2011) ističu potpuni izostanak studija koje bi opisale reakcije osoba s poremećajem iz spektra autizma na prirodne katastrofe. Djeca s teškoćama u razvoju kao i odrasle osobe s invaliditetom, često su isključena iz planiranja za hitne slučajeve na svim razinama vlasti. Stručnjaci zaduženi za

odgovor na katastrofe obično pretpostavljaju da će roditelji informirati, upozoriti i zaštititi djecu u slučaju katastrofe, čak iako su djeca često u trenucima katastrofe odvojena od roditelja, odnosno u školi, vrtiću itd. (Mitchell i sur., 2008; Phillips & Morrow, 2007 prema Peek i Stough, 2010).

Ipak, jedno od važnih načela u suvremenom svijetu uključuje omogućavanje osobama s invaliditetom sudjelovanje u modernom društvu sa što manje prepreka, stoga ne postoji opravdanje za zanemarivanje ovog načela prilikom pojave hitnih slučajeva i katastrofa. Bez obzira na to, osobe s invaliditetom mogu naići na prepreke koje će ih spriječiti da učinkovito reagiraju na krizne situacije, odnosno da koriste sadržaje i pomoć koji su dostupni osobama tipičnog razvoja (Alexander i sur., 2012). Mnoga djeca s teškoćama u razvoju teško će se nositi s dramatičnom promjenom njihovog okruženja i sustava podrške (Handicap International, 2005 prema Boon i sur., 2012).

Za djecu s teškoćama u razvoju, ranjivost u suočavanju s prirodnim opasnostima povećana je čimbenicima koji uključuju poteškoće u kretanju, različita zdravstvena stanja, ali i postojeće društvene i fizičke strukture i politike (Ronoh i sur., 2015b). Vjerojatno je da će djeca s poremećajem iz spektra autizma, zbog prirode poremećaja, imati specifične potrebe tijekom katastrofe i takve situacije doživjeti više stresnima nego njihovi vršnjaci tipičnog razvoja, zbog čega mogu biti smatrani skupinom od povećanog rizika tijekom takvog događaja (Edmonds, 2016). U slučaju iznenadnih katastrofa poput potresa ili tornada, djeca s teškoćama u razvoju mogu imati teškoće u provedbi preporučenih zaštitnih akcija, bijegu ili mogućnosti da izdrže silu katastrofe. Djeci s ograničenom pokretljivošću bit će otežano ili nemoguće sakriti se ispod stola ili trčati do mjesta evakuacije (Peek i Stough, 2010). Čak i u situacijama kad je moguća evakuacija zbog ranijeg upozorenja, za neku djecu s teškoćama u razvoju manja je vjerojatnost da će biti u mogućnosti napustiti ugroženo područje što povećava rizik za ozljedu ili smrt (Boon i sur., 2012). S druge strane, djeca s teškoćama u kognitivnom funkcioniranju možda neće prepoznati znakove opasnosti i podrazumijevane prijetnje (Kailes i Enders, 2007 prema Peek i Stough, 2010).

Valenti i sur. (2011) u istraživanju koje su proveli s populacijom djece i adolescenata s poremećajem iz spektra autizma pogođenom potresom, dobivaju rezultate koji pokazuju da je adaptivno ponašanje drastično opalo u prvim mjesecima nakon potresa. Nasuprot tome, rezultati govore i da nakon vraćanja na relativno stabilne uvjete života te uz neposredne i intenzivne intervencije nakon katastrofe, djeca i adolescenti s poremećajem iz spektra autizma

pokazuju tendenciju oporavka adaptivnog funkcioniranja, iako je pretpostavka da je za potpuni oporavak potrebno duže vrijeme.

Kao dodatni nepovoljni čimbenik javlja se česti izostanak dijagnosticiranja posttraumatskog stresnog poremećaja kod osoba s intelektualnim teškoćama, koji se može pripisati drugim uzrocima, uz rizik od neprikladnih intervencija (Turk i sur., 2005 prema Valenti i sur. 2011). Nepovoljnim uvjetima za djecu s intelektualnim teškoćama doprinosi i navod da je tretman za posttraumatski stresni poremećaj uspješniji ukoliko su djeca u stanju kognitivno preraditi traumatično iskustvo. Izazov za djecu s intelektualnim teškoćama ili autizmom predstavljat će teškoće u obradi podataka koje mogu onemogućiti njihov psihološki oporavak nakon katastrofe (Le Greca, 2001 prema Peek i Stough, 2010).

Dodatni problem predstavlja i to što su u slučajevima kad katastrofa poremeti obrazovni sustav zajednice, škole dostupne djeci s teškoćama u razvoju često su među posljednjima u redu za obnovu, a rampe i ostali oblici pristupačnosti inkluzivne škole postaju sekundarni prioritet (Peek i Stough, 2010).

Gubitak iskusnih učitelja i drugih stručnjaka jedan je od faktora koji može ometati akademski napredak djeteta, a osobit izazov može biti za djecu s teškoćama u razvoju. Djeca s teškoćama u razvoju i njihove obitelji često imaju složene mreže podrške koje su do katastrofe uključivale stručnjake različitih područja. Često mogu biti vrlo osjetljivi na diskontinuitet obrazovnih usluga i dugotrajni poremećaji istih mogli bi u konačnici umanjiti njihove dugoročne ishode obrazovanja. To predstavlja problem s obzirom na to da u svijetu kronično nedostaje učitelja specijalnog obrazovanja te zamjena kvalificiranih nastavnika u razdoblju oporavka od katastrofe može biti prilično izazovna. (Smart, 2001 prema Peek i Stough, 2010). U Republici Hrvatskoj situacija sa stručnim kadrom je u skladu s prethodnim navodom. Rehabilitacija je jedno od polja za koje su prepoznate nezadovoljene potrebe u većem broju županija već niz godina („e-Usmjeravanje“, 2020), a SCZ (bez dat.) ističe kako je nakon potresa kod Petrinje dio djece i roditelja, ali i odgojno-obrazovnih radnika privremeno napustio svoje domove, što ukazuje na prisutnost ovog problema.

Osim izazova koji se vežu izravno na teškoće djece te pitanja stručnog kadra, prepoznata je i zanemarenost ove populacije prilikom planiranja reakcija na prirodnu katastrofu.

Djeca s teškoćama u razvoju često su isključena iz inicijativa za smanjenje rizika od katastrofa što može rezultirati pojačanom fizičkom, psihičkom i obrazovnom ranjivošću (Ronoh i sur., 2015b). Smith i sur. (2012 prema Ronoh i sur., 2015b) ističu intrinzičnu povezanost između

nedostatka znanja o invaliditetu i isključivanjem djece s teškoćama u razvoju, odnosno osoba s invaliditetom i iz aktivnosti pripreme na katastrofu.

ČIMBENICI RIZIKA

Reakcije djece mogu biti različite i mijenjati se tijekom vremena (Kenardy i sur., 2011), a njihova pojava ovisit će o specifičnim čimbenicima rizika (Lazarus i sur., 2003). Na djecu će značajno utjecati reakcije njihovih roditelja i članova obitelji, dužina boravka izvan doma, priroda njihovog načina suočavanja te emocionalnog reagiranja, mogućnost da ostanu povezani s prijateljima i drugim poznatim ljudima kao i uobičajenim aktivnostima (Pomoć djeci nakon prirodnih nesreća i katastrofa - informacije za roditelje i učitelje, Društvo za psihološku pomoć)The National Association of School Psychologists (2008 prema Mutch, 2014) navodi kako će najviše ranjiva djeca biti ona čiji su članovi obitelji nestali, ozlijeđeni ili smrtno stradali u katastrofi. Ostali čimbenici podrazumijevaju prethodna traumatska iskustva, prethodne probleme mentalnog zdravlja te nedavni gubitak, osobito roditelja. Osim toga, reakcije djeteta ovisit će o načinu kako njihovi roditelji i druge odrasle osobe (primjerice učitelji) izražavaju svoje reakcije nakon traumatičnog događaja (Kenardy i sur., 2011). Osofsky i sur. (2007 prema Peek i Stough, 2010) ističu kako odvojenost djeteta i roditelja tijekom katastrofe može biti posebno uznemirujuća i za dijete i za odraslu osobu. Navode kako je studija nastala kao reakcija na uragan Katrina otkrila da su depresija i posttraumatski stresni poremećaj kao posljedice traume bili češći među djecom odvojenom od njegovatelja tijekom evakuacije i selidbe nego među onom djecom čije su obitelji ostale netaknute. Jedinствене krizne probleme stvara i česta potreba za preseljenjem preživjelih nakon katastrofe (Lazarus i sur., 2003). Arambašić (2000) slaže se s navodima da određeni sklop karakteristika pojedinca, ali i vanjskih okolnosti može izazvati dugoročne i teže posljedice na području tjelesnog i mentalnog zdravlja koje najčešće ne nestaju same od sebe te je tada moguće govoriti o postraumatskim stresnim reakcijama, odnosno sklopu osjećaja, misli i ponašanja vezanih uz sjećanja na traumatsko iskustvo. Ercegović (2021) ističe primjer potresa kako bi prikazala posljedice izloženosti istom. Važno je imati na umu da su djeca i adolescenti koji su doživjeli potres bili izloženi prijetnji vlastitim životima i sigurnosti. Neki od njih bili su ozlijeđeni, svjedočili ozljedi ili smrti druge osobe ili su svjedočili oštećenjima ili (privremenom ili trajnom) gubitku vlastitog doma, škole i zajednice. U uvjetima pandemije i proživljavanju potresa, djeca koja su bila izloženija, primjerice ona koja su doživjela gubitak doma ili bliske osobe, pokazuju izraženije promjene

psihološkog funkcioniranja. Djeca čiji je dom oštećen u potresu, čak i ako je siguran za daljnji boravak u njemu, u dvostruko su većem riziku od povišene razine anksioznosti i depresivnosti te simptoma posttraumatskog stresa, a djeca koja su svoj dom zbog posljedica potresa bila prisiljena napustiti, u trostrukom riziku.

Kenardy i sur. (2011) navode kako postoje brojni čimbenici rizika koji će uvjetovati iscrpljujuće simptome s dugotrajnim posljedicama na djetetov razvoj. Važno je da odrasle osobe, uključujući roditelje i školsko osoblje budu svjesni tih čimbenika. Dije ih u tri skupine, a to su čimbenici rizika prije traume, čimbenici rizika povezani s traumom i čimbenici rizika nakon traume, a podrazumijevaju sljedeće:

1. **Čimbenici rizika prije traume**

- povijest emocionalnih teškoća ili teškoća u ponašanju
- postojeći obiteljski stresori kao što su sukobi, razvod roditelja ili financijska kriza
- prethodna izloženost traumatičnim i stresnim životnim događajima
- akademske teškoće

2. **Čimbenici rizika povezani s traumom**

- prijetnja životu
- vlastita ozljeda
- svjedočenje nevolji ili ozljeđivanju, odnosno smrti bliske osobe
- gubitak bliske osobe
- odvojenost od roditelja
- gubitak doma, osobnih stvari, kućnih ljubimaca
- evakuacija obitelji
- iznenadnost događaja

3. Čimbenici rizika nakon traume

- promjene u obitelji poput povećane odsutnosti ili gubitka roditelja
- promjene u roditeljstvu
- problemi mentalnog zdravlja roditelja
- teškoće u odnosu roditelj-dijete
- disfunkcionalna ponašanja u obitelji kao što su nasilje i loša komunikacija
- drugi obiteljski stresori poput selidbe, promjene rutine, promjene uloga i odgovornosti
- gubitak škole i zajednice
- gubitak socijalne potpore
- zamjenska trauma zbog slušanja ljudi ili praćenja medija koji govore o katastrofi

Izloženost traumi i ekstremnoj boli djece i adolescenata može imati negativan utjecaj na njihov razvoj s obzirom na to da su njihovi mehanizmi suočavanja još u razvoju. Djeca i adolescenti trebaju podršku, ohrabrivanje, povećanu pažnju i brigu tijekom nesreće i nakon nje (Društvo psihologa Republike Srpske, 2015). Pored izravne fizičke izloženosti katastrofi, u literaturi raste usmjerenost i na sekundarne šokove koji dodatno ugrožavaju djecu (Peek i sur., 2018) kao najranjiviji dio populacije u slučaju prirodnih katastrofa (UNISDR, 2007; Ronan i sur., 2012 prema Kovačević-Majkić i sur., 2014). Važno je istaknuti pojam retraumatizacije koja predstavlja situaciju ponovnog javljanja simptoma traumatizacije zbog događaja ili interakcija koje osobu podsjećaju na prethodno traumatsko iskustvo. Tako je za stanovništvo pogođeno potresom na području Petrinje, ovo mogao biti podsjetnik na iskustvo rata, dok za stanovnike Zagreba predstavlja ponovljen potres (Puhovski, 2021). Nakon što je neposredna prijetnja završena, djeca se od značajnih odraslih osoba u svom životu traže smjernice kako upravljati svojim reakcijama (Lazarus i sur., 2003). Važno je i da odrasle osobe koje su u ulozi brige, prepoznaju znakove tuge, anksioznosti ili stresa kako bi mogle usmjeriti djecu i obitelji na dostupne usluge podrške (The National Association of School Psychologists, 2008 prema Mutch, 2014).

Studija provedena s djecom koja su proživjela potres i tsunami 2011. u Japanu pokazala je povezanost između traumatskih simptoma i uvjeta štete u okolišu. Točnije, pokazano je postojanje ozbiljnijih traumatskih simptoma kod djece koja su doživjela oštećenje kuće i

evakuaciju. Iskustvo žalovanja pokazalo se kao usko povezano s traumatskim simptomima djece, osobito kada je riječ o djeci koja su izgubila majku, a značajna razlika u traumatskim simptomima dobivena je i u ovisnosti o dobi (Usami i sur., 2012). Kenardy i sur. (2011) naglašavaju kako se reakcije na prirodne katastrofe mogu razlikovati i ovisno o prirodi samog traumatskog događaja. Kao primjer navode usporedbu djece pogođene postupnom poplavom te djece pogođene iznenadnom poplavom ili uništenjem. U prvom slučaju, gdje su se djeca mogla sigurno ukloniti iz situacije, veća je vjerojatnost da će doći do veće osjetljivosti na reakcije usmjerene na gubitak imovine i uništavanja njihovih domova. Ova djeca bit će podložnija depresivnom raspoloženju, tuzi i povlačenju. U drugom slučaju, gdje je sigurnost djeteta i njegove obitelji bila ugrožena, veća je mogućnost za pojavu reakcija poput posttraumatskog stresa, anksioznosti i pojačane percepcije prijetnje u pogledu njihove sigurnosti.

Cahill i sur. (2010 prema Mutch, 2014) kreirali su model ključnih zaštitnih čimbenika za poboljšanje otpornosti i dobrobiti djeteta. Pet zaštitnih čimbenika obuhvaća:

- osjećaj sigurnosti i zaštite (siguran sam),
- osjećaj vlastite vrijednosti (poštovan sam i cijenjen),
- društvena povezanost (tražen sam i potreban, mogu pridonijeti, mogu slušati i drugi mogu čuti mene),
- samoeфикаsnost (mogu činiti stvari kojima ću čuvati sebe i druge, mogu učiti, kontrolirati svoje ponašanje, utjecati na okruženje),
- osjećaj svrhe, nade i smisla (život je vrijedan življenja, budućnost je vrijedna truda, nisam kriv za stvari oko sebe koje ne mogu promijeniti).

ULOGA ŠKOLE

Oporavak škole trajan je proces (Mutch, 2014). Oštećenje školskih objekata donosi negativne posljedice na uživanje obrazovnih prava. Kad se vrijeme nastave izgubi, odnosno kad ne postoji plan za alternativne lokacije i načine provođenja nastave, dolazi do uskraćivanja kontinuiranog školovanja i pada kvalitete obrazovanja koju mnogi učenici neće nikada nadoknaditi (UNISDR, 2008). Nakon što se školske zgrade i tereni fizički obnove ili se uspostavi alternativno rješenje

za učenje, važno je uspostaviti strategije i resurse za socijalni, psihološki i emocionalni oporavak osoblja i učenika (Mutch, 2014).

Nakon katastrofe velika većina djece nije teže pogođena, već pokazuje umjerenu razinu simptomatskih odgovora koji su stresni, ali je moguće njima upravljati. Za tu skupinu djece, društvena, obrazovna i praktična razmatranja propisuju da je škola najprikladnije mjesto za pružanje intervencije (Wolmer i sur., 2003). Škole imaju važnu ulogu u procesu pružanja stabilnog, poznatog okruženja. Odrasle osobe značajne su za osiguravanje adekvatne podrške djetetu u zacjeljivanju traume i izgradnji emocionalne otpornosti. To može biti posebno izazovno kad su i sami pogođeni traumatskim događajem („Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“, 2020).

Škola kao primarno mjesto za provedbu usluga povezanih s katastrofom, nudi brojne prednosti. Služi velikom broju djece i njihovih obitelji što usluge smještene u školama čini lako dostupnim za velik broj ljudi. Osim toga, u usporedbi s kliničkim uslugama, usluge smještene u školi mogu biti manje nametljive za obitelj i lakše provedive (Lai i sur., 2016). Nedostatak razvoja otpornosti i prethodnog osnaživanja čini školske zajednice loše pripremljenima za pružanje psihološke prve pomoći i brzog oporavka (UNISDR, 2008). Stoga, nakon potencijalno traumatičnih događaja, škole predstavljaju ključni faktor koji pomaže učenicima da vrate osjećaj stabilnosti i sigurnosti (Rolfesnes & Idsoe, 2011 prema Le Brocque i sur., 2016).

Obrazovne vlasti i škole trebale bi imati razvijene politike, praksu i postupke za očekivane katastrofe i hitne situacije (UNISDR, 2012). Ronoh (2016) naglašava potrebu povezivanja škole te sudionika i kreatora politike upravljanja u slučaju katastrofa u kojima će, između ostalih, i djeca, bez obzira na razinu vlastitih sposobnosti, biti uključena u proces donošenja odluka. Mutch (2014) se slaže s navodom, odnosno podržava proširivanje fokusa sa izolirane uloge škole na uključivanje škole u inicijative usmjerene na katastrofe i psihosocijalnu dobrobit djece i mladih u kontekstu katastrofa. Suradnja kriznog tima škole s različitim organizacija i agencijama na razini zajednice, odnosno na razini države nužna je za adekvatan odgovor na brojne potrebe djece, obitelji i cjelokupne zajednice nakon prirodne katastrofe (Lazarus i sur., 2003).

Iako je neposredno nakon katastrofe često dovoljno osoba spremnih za pružanje podrške, u dugoročnom razdoblju ih često nedostaje. Zbog toga je važna povezanost između školskih stručnjaka za mentalno zdravlje s resursima zajednice, a idealno bi bilo kad bi taj odnos bio unaprijed uspostavljen (Lazarus i sur., 2003).

Škola ima značajnu ulogu u podizanju svjesnosti o opasnostima i ublažavanju katastrofa. Predstavlja mjesto koje raspolaže osobljem, odnosno ima pristup osoblju s potrebnim znanjem i vještinama za zadovoljavanje socijalnih, emocionalnih i psiholoških potreba učenika i njihovih obitelji u uvjetima nakon katastrofe (Mutch, 2014). Škola, s naglaskom na učitelje i drugo obrazovno osoblje, igra ključnu ulogu u osiguravanju psihološkog zdravlja djece nakon izloženosti traumi (Wolmer i sur. 2011 prema Le Brocque i sur., 2016). Važna je njena adekvatna pripremljenost jer se ne suočava samo s pitanjima vezanim uz sigurnost učenika tijekom katastrofe nego i s pitanjima oporavka i kontinuiteta u školi kako bi se spriječilo isključivanje učenika iz obrazovanja na dulja vremenska razdoblja. (UNISDR, 2008 prema Boon i sur., 2012). Odredbe i planovi moraju biti uspostavljeni u službi sigurnosti učenika i osoblja te uzeti u obzir nepredviđene situacije koje se mogu pojaviti u školi u razdoblju nakon katastrofe. Važno je razmotriti i dogovoriti odgovore na pitanja poput alternativne školske lokacije, metoda i resursa provedbe kurikuluma, prijevoza, osposobljavanja za psihosocijalno savjetovanje i podršku za rješavanje posljedica katastrofa i njihovog utjecaja. Ovi planovi su posebno važni za ranjive skupine djece i adolescenata koje uključuju i djecu i mlade s teškoćama u razvoju (Boon i sur., 2012).

Škole trebaju provoditi procjene rizika i redovito ih revidirati kako bi se razvio plan upravljanja hitnim situacijama, a većina učenika koji su u povećanom riziku tijekom hitnih slučajeva treba biti prepoznata tijekom ove faze procesa planiranja (Boon i sur., 2012).

Mutch (2014) definira prijedloge koji mogu doprinijeti ispunjenju potencijala škole vezanih uz pripremljenost i odgovor na katastrofe te oporavak od istih. Oni su sljedeći:

- dizajn i izgradnja školskih objekata moraju osigurati odgovarajuću zaštitu i biti prikladni za geografsko područje i lokaciju škole.
- školski objekti trebaju biti fleksibilni na način da se mogu koristiti na različite načine u zajednici, uključujući događaje u slučaju nužde.
- škola i lokalna zajednica trebaju suradnički razvijati planove i scenarije za hitne slučajeve zajedno s relevantnim državnim agencijama i organizacijama za odgovor na katastrofe.
- potreban je profesionalni razvoj školskih čelnika u kriznom planiranju i upravljanju.
- potrebno je profesionalno usavršavanje učitelja i ostalog školskog osoblja za hitno reagiranje i oporavak.

- djeca i mladi trebaju se uzeti u obzir i biti angažirani u svakom dijelu pripremljenosti, odgovora i planiranja oporavka.

Na sličan način, Društvo za psihološku pomoć kroz letak „Pomoć djeci nakon prirodnih nesreća i katastrofa - informacije za roditelje i učitelje“ (Društvo za psihološku pomoć), daje prijedloge za školsko osoblje koje bi trebalo:

- odrediti status svakog djeteta u školi kontaktiranjem svakog djeteta te utvrditi potrebe djece čiji je dom uništen ili oštećen,
- informirati se o adresama i telefonskim brojevima svakog učenika koji je morao promijeniti mjesto boravka te ohrabriti vršnjake da mu pišu ili ga nazivaju,
- formirati savjetodavni odbor učenika koji će izvještavati učitelje i ravnatelja o izvorima i promjenama u rutini koji pomažu učenicima u suočavanju,
- slušati i promatrati ponašanje učenika, pružiti im priliku da razgovaraju i o tome kako se nose s događajem
- koristiti kreativne aktivnosti (slikanje, dramatizaciju, glazbu, fotografiranje itd.) kako bi im pomogli izraziti osjećaje,
- pomoći obiteljima da se povežu s izvorima pomoći u zajednici, omogućiti različitim službama, udrugama, društvima da u školi ponude svoje usluge te osigurati da djeca dobiju potrebnu medicinsku i emocionalnu pomoć,
- povećati broj osoblja kako bi se osigurala briga o djeci prije i poslije nastave, čak i vikendima, pri čemu je dobro usmjeriti se na volontere,
- uključiti informacije o nesreći u odgovarajuće nastavne sadržaje.

U nastavku će biti istaknuti neki od važnih čimbenika koji utječu na pripremljenost djece na katastrofu, njihovu sigurnost te nošenje s posljedicama iste. S ciljem lakše preglednosti i naglašavanja važnosti obje skupine, faktori su podijeljeni na one koji su dio uloge škole prije nego se prirodna katastrofa dogodi te na one koji su dio uloge škole nakon prirodne katastrofe.

ULOGA ŠKOLE PRIJE PRIRODNE KATASTROFE

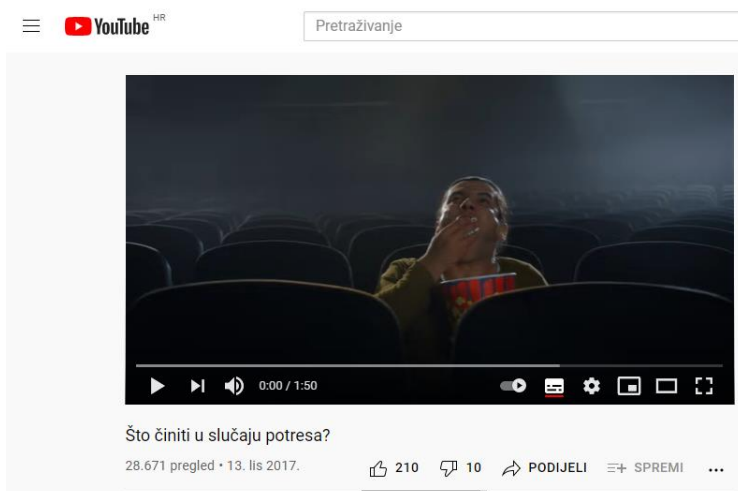
Učinak katastrofe moguće je ublažiti znanjem i planiranjem, mjerama zaštite i spremnošću na odgovor. Ciljevi sveobuhvatnog školskog programa prevencije katastrofa uključuju spašavanje života i sprječavanje ozljeda, sprječavanje prekida obrazovanja zbog ponavljajućih prirodnih

opasnosti te razvoj otpornog građanstva koje će imati sposobnost ublažavanja društvenog, gospodarskog i kulturnog utjecaja opasnosti. Uključuju stvaranje i održavanje sigurnog okruženja za učenje, usvajanje znanja o prevenciji katastrofe i izgradnju kulture sigurnosti unutar školskih zajednica (UNISDR, 2008). Vježbe simulacije katastrofe u školi trebale bi se provoditi redovno, najmanje jednom godišnje za svaku očekivanu opasnost s ciljem uvježbavanja i poboljšavanja vještina i planova (UNISDR, 2012).

Primjeri edukativnih videa koji se mogu koristiti u svrhu uvježbavanja reakcije na potres su „If You're Near a Sturdy Desk or Table (Earthquake Safety Video Series)“ te „Što činiti u slučaju potresa?“. Web adrese ovih video materijala moguće je pronaći u priložima na kraju dokumenta.



Slika 1 If you're Near a Sturdy Desk or Table (Earthquake Safety Video Series)



Slika 2 Što činiti u slučaju potresa?

PRIPREMA NA KATASTROFU

Jednim od prioriteta pri smanjenju rizika od posljedica prirodne katastrofe smatra se poučavanje o opasnostima i smanjenju lokalno značajnih rizika kroz nastavu u osnovnim i srednjim školama (Wisner, 2006). Poznavanje vrsta prirodnih opasnosti, njihovih mogućih učinaka i povezana zaštitna ponašanja poboljšavaju individualne i kolektivne sposobnosti za suočavanje s katastrofom (Paton 2003 prema Ronoh i sur., 2015a). Istraživanja pokazuju da će spremnost na katastrofe biti najučinkovitija ako se o njima otvoreno razgovara i ako se znanja o njima primjereno dijele u školama i zajednicama (Boon i Pagliano 2015 prema Haring i sur., 2018). Osim toga, utvrđeno je da provođenje planiranja i pripremljenosti prije katastrofe kao i pružanje učiteljima osnovnih znanja i vještina u pružanju podrške djeci u slučaju traumatskog događaja, pozitivno utječu na mentalno zdravlje djece (National Commission on Children and Disasters, 2010). Procjenjuje se da polovica svjetskih nacija pruža neki oblik poučavanja o prirodnim opasnostima i sigurnosti u barem nekima od njihovih škola (Wisner, 2006). Primjerice, u Australiji su tijela za upravljanje u hitnim slučajevima podučavala o katastrofama u školama koje se nalaze na područjima pogođenima katastrofom, a kao zamjena za ovaj oblik poučavanja, u nastavni plan i program uvedeno je obrazovanje o katastrofama i geografiji. Oblikovano je kao predmet koji se predaje u 6., 7. i 8. razredu osnovne škole, a zatim i u srednjoj školi (Boon i Pagliano 2014 prema Haring i sur., 2018). S ciljem obrazovanja djece o katastrofama i njihova uključivanja u aktivnosti pripravnosti, važno je razvijati i širiti materijale prilagođene dobi putem različitih tiskanih i elektroničkih medija (Peek, 2008). Za dugoročnu održivost i integraciju edukacija o prevenciji katastrofa korisno je razviti alate za učenje na daljinu. Potrebno je uspostaviti partnerstva s ustanovama za osposobljavanje učitelja i podršku pri njihovom usavršavanju te razviti nastavni plan i program kontinuiranog obrazovanja (UNISDR, 2008).

Obrazovni materijali moraju biti pristupačni učenicima s teškoćama u razvoju. Ponekad će biti potrebno koristiti jasne slikovne prikaze i video zapise, a ponekad i auditivne materijale poput pjesama, radio poruka ili drame. Nužna je i dostupnost materijala na svim razinama čitanja, kao i na Brailleovom pismu (UNISDR, 2008). Na temelju brošure „Learning about Earthquakes and Protection measures - Guidelines for people with disabilities“ (2011), za potrebe ovog rada, kreirani su letci (*slika 3*, *slika 4*) namijenjeni korištenju učenicima s teškoćama u razvoju pri pripremi na potres. Osim toga, kreiran je i letak na temelju brošure „Ljudi su preživjeli

katastrofalne potrese – Možeš i ti! Pripremi se!“ (Državna uprava za zaštitu i spašavanje) (slika 5).

ŠTO TREBAM NAPRAVITI ZA VRIJEME POTRESA?

AKO SAM UNUTRA

SAGNUTI SE ISPOD
DRVENOG STOLA I
DRŽATI SE ZA
NOGU STOLA



AKO NEMA STOLA
ČUČNUTI I POKRITI
GLAVU I VRAT
RUKAMA ILI
KNJIGOM



AKO SAM VANI

ČUČNUTI I POKRITI
GLAVU I VRAT
RUKAMA ILI
KNJIGOM



POMAKNIUTI SE NA
MJESTO GDJE NIŠTA NE
MOŽE PASTI NA MENE



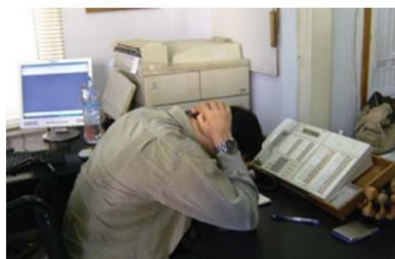
Slika 3 Reakcija tijekom potresa

ŠTO TREBAM NAPRAVITI ZA VRIJEME POTRESA?

ZAKOČITI KOLICA



POKRITI GLAVU I VRAT RUKAMA ILI KNJIGOM



NAGNUTI SE PREMA KOLJENIMA



Slika 4 Reakcija tijekom potresa za osobe u invalidskim kolicima

KAKO ĆU SE PRIPREMITI NA POTRES?

RAZGOVARAT ĆU S
RODITELJIMA I UČITELJIMA
O TOME ŠTO TREBAM
ČINITI TIJEKOM POTRESA



SUDJELOVAT ĆU U
VJEŽBAMA KAKO BIH
NAUČIO ŠTO TREBAM
RADITI I KAKO REAGIRATI U
SLUČAJU POTRESA

RAZGOVARAT ĆU S
RODITELJIMA I
UČITELJIMA
KAKO BI PRIČVRSTILI
PREDMETE TAKO DA NE MOGU
PASTI NA MENE



TRAŽIT ĆU RODITELJE ILI
UČITELJE DA MI POMOGNU
PRIPREMITI KOMPLET
ZA PREŽIVLJAVANJE



Slika 5 Kako ću se pripremiti na potres?

Kenardy i sur. (2011) predlažu uključivanje obrazovanja o katastrofi u postojeći program kroz prezentaciju znanstvenih podataka o povijesti katastrofa na tom području, njihovim uzrocima, zatim kroz ispitivanje okruženja nakon katastrofe te istraživanje preventivnih mjera. Ovakva praksa može biti korisna za pripremu na buduće hitne slučajeve i katastrofe. U pravilu je uključivanje iskustvenog učenja učinkovit oblik obrazovanja. Stoga, program ne bi trebao uključivati samo prenošenje činjenica vezanih uz prirodne opasnosti, već i uključivanje učenika u aktivnosti poput pregleda školske zgrade, istraživanja okoline ili intervjuiranje starijih o ekstremnim prirodnom događajima iz prošlosti (Wisner, 2006).

Važno je da učenici poznaju evakuacijski plan svoje škole (*slika 6, slika 7*).



Slika 6 Evakuacijski plan škole – prizemlje (http://os-ddomjanica-zg.skole.hr/plan_evakuacije)



Slika 7 Evakuacijski plan škole - prvi kat (http://os-ddomjanica-zg.skole.hr/plan_evakuacije)

Brošura „Learning about Earthquakes and Protection Measures - Guidelines for people with Disabilities“ (2011) za osobe s invaliditetom, kao dio pripreme za slučaj potresa, predlaže izradu individualiziranog evakuacijskog plana. Takav plan bi sadržavao oznake za opasnosti u okruženju osobe, mjesta sigurna tijekom potresa te evakuacijski put (*slika 8*).



Slika 8 Individualni evakuacijski plan

Također, igre, stripovi ili glazba kao sastavni dio života mnogih mladih, mogu postati važno sredstvo za prenošenje znanja o riziku od katastrofe (Wisner, 2006). *Slika 9* predstavlja primjer materijala korištenog u jednoj novozelandskoj školi u radu s djecom s teškoćama u razvoju s ciljem procjene razine opasnosti u njihovoj regiji. UNESCO i UNICEF (2012) kroz studije slučaja saznaju kako mnoge zemlje naglašavaju važnost korištenja izvannastavnih oblika poučavanja o katastrofama, primjerice kroz skupštine, aktivnosti nakon škole, učeničke klubove, sastanke zajednice, izložbe, natjecanja i sigurnosne vježbe. UNISDR (2008) navodi primjer francuskog transdisciplinarnog školskog projekta u koji su uključeni učenici. Pozivaju se na sudjelovanje u radnjama poput crtanja karata rizika, otkrivanja uspomena intervjuiranjem starijih osoba, ispitivanjem stanovništva o njihovoj razini informiranosti i pripremi ili mogućim posljedicama katastrofa. Na ovaj način istovremeno se podiže svijest djece, ali i odraslih osoba. UNISDR (2008) ističe primjer škole u Indoneziji. Za učenike i učitelje proveden je trening pripravnosti za potres u 60 škola za učenike s teškoćama u razvoju. U suradnji s osobama s oštećenjem sluha u lokalnoj nevladinoj organizaciji, razvijeni su multimedijски materijali za pripremu na potres, uključujući obrazovnu dramu u koju su uključena djeca s oštećenjem sluha te audio materijali za djecu s oštećenjem vida.



Slika 9 Procjena razine potencijalnih opasnosti (Ronoh, 2016, str. 112)

Pokazano je da se djeca s teškoćama u razvoju mogu pripremiti na opasnosti, odgovoriti na njih i doživjeti oporavak od njih (Heah i sur., 2007 prema Seddighi i sur., 2020). Ronoh (2016) izvještava o zabrinutosti učitelja novozelandske škole koju pohađaju učenici s teškoćama u razvoju uzrokovane nedostatkom sudjelovanja djece u vježbama opasnosti u školi. Jedna učiteljica navodi uključivanje i angažiranje djece s teškoćama u razvoju u takve aktivnosti kao neophodne te kao temelj za uključivanje djece u donošenje odluka povezanih s reakcijama na katastrofu.

Seddighi i sur. (2020) proveli su analizu udžbenika namijenjenih učenicima s intelektualnim teškoćama u Iranu, u odnosu na zastupljenost tematike prirodnih katastrofa u istima. Zaključili su da se djeci pružaju informacije o prirodnim opasnostima u skladu s njihovom dobi, razinom sposobnosti i predmetom za koji je udžbenik namijenjen. Informacije u udžbenicima su predstavljene na različite načine, poput činjenica, pjesama, pripovijedanja, slika i vježbi. Materijali su se pokazali primjerenima dobi djece te u skladu s potrebama građe lagane za čitanje, uz više slikovnih prikaza i manje teksta te korištenje većih fontova. Udžbenici pokrivaju tematiku prirodnih opasnosti različitog podrijetla, uključujući geofizičko (potresi), hidrološko (poplave), klimatološko (ekstremne temperature, suša), meteorološko (oluje/valovi) i biološko (epidemije). Uključuju područja ublažavanja, pripremljenosti i odgovora na prirodnu katastrofu. Između ostalih sadržaja, u udžbeniku vjeronauka (Anonimno prema Seddighi i sur., 2020) nalazi se kratki tekst s temom međusobne podrške u slučaju potresa

("Sarah asked her mother: Why do people take these things to the mosque? Mother answered: A few days ago, an earthquake rocked a rural region and many villagers lost their homes and lives. Thus, people are helping. After hearing her mother's words, Sarah asked her, "Do we help earthquake survivors too?" The mother replied: Yes, I intend to buy and donate a blanket for them").

Udžbenik književnosti (Anonimno prema Seddighi i sur., 2020) sadrži tekst s naglaskom na važnost pripreme na potres

("That day, the teacher showed the students a film about the earthquake. When the movie ended, the teacher divided the students into two groups and said, "I want you to talk about the earthquake and write down everything you know ". The teacher asked the first group to read their writings, Zahra began to read:" The earthquake causes that various places like houses and schools are damaged and many people are injured. We should not run, it is advisable to go to safe places and seek shelter in the corner of the wall or next to the columns if we are at home. The teacher, who had been listening carefully to them, said, "My dear children! It is very important that everyone knows what to do during an earthquake to minimize damage.").

GRADNJA I OTPORNOST JAVNIH GRAĐEVINA NAMIJENJENIH DJECI

Prilikom potresa, sigurnost stanovništva ovisit će o otpornosti građevina u kojima stanuju, ali i o otpornosti ostalih objekata, posebno onih javne namjene kao što su vrtići, škole, fakulteti, domovi za starije, bolnice, trgovački centri, kulturni i sportski objekti (Plan zaštite i spašavanja za područje Republike Hrvatske NN 96/10). Ronoh (2016) procjenjuje značajnu ulogu školske lokacije kao i projektiranja zgrada otpornih na katastrofe koje će služiti kao skloništa tijekom prirodne katastrofe te pozitivno utjecati na sigurnost djece s teškoćama u razvoju. Katastrofe često razaraju školske zgrade, osobito u slučajevima u kojima se inženjerski standardi i građevinski zakoni ne provode ili su zgrade manje strukturne cjelovitosti (Peek i Stough, 2010). Sigurnost školskih objekata često je pod utjecajem različitih državnih tijela koji nemaju jasno definirane odgovornosti što će dovesti upravo do njenog smanjenja (UNISDR, 2008). Wisner (2006) ističe izniman rizik od oštećenja školskih zgrada prilikom potresa. Nužno je stvoriti sigurno okruženje za učenje kroz odabir sigurnih školskih lokacija i izgradnju novih školskih objekata koji će garantirati sigurnost. Osim toga, potrebno je preuređenje škola koje su nesigurne postaviti kao prioritet te smanjiti nestrukturne rizike (UNISDR, 2008).

Državni pedagoški standard osnovnoškolskog sustava odgoja i obrazovanja (Hrvatski sabor, 2008) u Republici Hrvatskoj nalaže gradnju i opremanje osnovnih škola prema ovome Standardu, normativima za izgradnju i opremanje prostora osnovnih škola kao i svim zakonima, pravilnicima i tehničkim propisima u građenju i drugim područjima važnima za rad i boravak u školskom prostoru. Ravnatelji i osnivači školskih ustanova imaju dužnost brinuti o sigurnosti objekata u kojima se provodi odgojno-obrazovni rad („MZO“, 2021a). Programi smanjenja rizika od katastrofa utjecat će na živote djece i budućih generacija. Nesigurne škole narušavaju povjerenje, a ovise o svijesti i aktivnosti obrazovne vlasti i zajednice čija je uloga preuzeti odgovornost za dobrobit učenika i djelatnika škole (UNISDR, 2008). Rušenje škola zbog velikih prirodnih katastrofa u prošlosti je ubilo veliki broj djece. Primjerice, potres na Haitiju 2010. odnio je živote približno 4000 učenika i 700 učitelja, a uništeno je ili oštećeno 80% škola u Port-au-Princeu. 733 učenika i učitelja umrlo je ili nestalo, 193 škole su uništene, 747 škola znatno oštećeno, 5 064 škole pretrpjele su manju štetu nakon potresa i tsunamija 2011. u Japanu. Stalni gubitak ljudskih života povezan s infrastrukturnim kolapsima koji se mogu izbjeći i rastućim gubicima ulaganja u školsku infrastrukturu postali su neprihvatljivi (UNISDR, 2012).

UNESCO (2013 prema Ronoh, 2016) preporučuje da se pri projektiranju, odabiru lokacije i samoj izgradnji škole uzmu u obzir potencijalne opasnosti te da se stavi poseban naglasak na osiguravanje pristupa i sigurnosti djece s teškoćama u razvoju te roditelja i drugih odraslih osoba s invaliditetom koje posjećuju ili rade u školama.

Osim same gradnje, važno je da su školski namještaj i oprema projektirani i instalirani tako da minimiziraju potencijalnu štetu koju bi mogli nanijeti polaznicima škole (UNISDR, 2012). UNISDR (2008) za zaštitu od potresa i jakog vjetera daje dodatne smjernice vezane uz opremanje škole. Visoki i teški namještaj, police za knjige, ormariće i slične predmete koji se mogu prevrnuti i pasti te tako blokirati izlaze ili nekoga ozlijediti, trebaju se premjestiti ili biti pričvršćeni. Osim namještaja, spremnici vode, jedinice za grijanje, ventilaciju i hlađenje zrakom trebaju biti pričvršćeni na zgradu kako bi se spriječilo rušenje. Opasni materijali u laboratorijima trebaju biti ograničeni, izolirani, eliminirani ili odvojeni i stabilizirani, računala i drugu opremu treba pričvrstiti na stabilnu ravnu površinu, a opremu na kotačima pričvrstiti na konstrukciju.

UKLJUČIVANJE DJECE U DONOŠENJE ODLUKA I IZBORA

Katastrofe nanose štetu fizičkim prostorima u kojima djeca žive, uče i igraju se, odnosno njihovim domovima, školama, igralištima. (Peek, 2008). Iako je, s jedne strane, važno naglasiti ranjivost djece i adolescenata i zahtijevati zaštitu i pomoć, jednako je važno prepoznati njihovu sposobnost formiranja i izražavanja mišljenja te sudjelovanja u procesima donošenja odluka (Mutch i Gawith, 2014). Konvencija o pravima djeteta nalaže pravo na slobodno izražavanje vlastitih stavova o svim stvarima koje se odnose na pojedino dijete, te njihovo uvažavanje u skladu s dobi i zrelošću djeteta (Ujedinjeni narodi, 1989). Mogu se uspostaviti sustavi koji uključuju dječji glas u procesu donošenja odluka vezanih uz planiranje oporavka nakon katastrofe (Peek, 2008), koji će uključiti učenike te djelatnike škole u prilagodbu, razvoj i testiranje strategija i materijala za obrazovanje vezano uz smanjivanje rizika od katastrofa (UNISDR, 2008). Mladi će često doživjeti osjećaj nemoći ili gubitka kontrole. Strategija koja može biti korisna u vraćanju osjećaja kontrole može biti davanje mogućnosti doprinosa i izbora tijekom aktivnosti unutar učionice. Djeci se može omogućiti davanje prijedloga za zabavne aktivnosti u učionici, biranje između ponuđenih aktivnosti ili između tema za dodijeljene zadatke poput eseja ili pomoć pri odabiru i organizaciji aktivnosti za prikupljanja sredstava (Kenardy i sur., 2011). Plan International (2007 prema UNISDR, 2008) ističe primjer uključivanja učenika u donošenje odluka u procesu prevencije. Učenici srednje škole na Filipinima saznali da se njihova srednja škola nalazi u zoni rizika od klizišta. Potaknuli su raspravu o tome treba li i kako preseliti školu. Ravnatelj je odluku otvorio za referendum u cijeloj zajednici. Učenici su podržavali preseljenje unatoč raznim protivljenjima. Roditelji su bili zabrinuti zbog dodatnog vremena putovanja, a lokalni obrti zbog gubitka zarade. Učeničke organizacije unutar srednje škole razvile su obrazovnu kampanju koja je dovela do toga da je njihov prijedlog u konačnici prihvaćen i učenici pohađaju nastavu na novoj lokaciji uz mjere ublažavanja te sklonište za hitne slučajeve.

U kontekstu djece s teškoćama u razvoju, tradicionalni pristupi pripreme na katastrofe odnose se prema njima kao skupini koja je ovisna o drugima i koja zahtijeva skrb, uz naglasak na njihovu ranjivost (Robinson i sur., 1998 prema Seddighi i sur., 2020). Na temelju literature, Seddighi i sur. (2020) ističu da u politikama i postupcima temeljenim na ovom pristupu, djeca s teškoćama u razvoju nemaju nikakvu ulogu u pripremljenosti na ovakve situacije, a njihovi roditelji, skrbnici ili učitelji preuzimaju ulogu pomagača u hitnim slučajevima. Ronoh i sur. (2015a) zaključuju da djeca s teškoćama u razvoju uz primjeren pristup i okruženje, također

moгу izraziti vlastita gledišta, pružiti informacije iz različitih perspektiva i sudjelovati u inicijativama za smanjenje rizika od katastrofa. Ronoh (2016) preporučuje uključivanje djece s teškoćama u razvoju u planiranje i inicijative za smanjenje rizika od katastrofa. Također, naglašava potrebu za uključivanjem njihovih potreba u taj proces. Ističe i važnost promjene stava prema djeci s teškoćama u razvoju kao aktivnim sudionicima procesa pripreme za katastrofu te korištenja pristupa i alata koji će podržati sudjelovanje i osigurati pripremu usmjerenu na potrebe djece s teškoćama u razvoju. Ključnim sastojkom inkluzivne pripreme na katastrofu smatra korištenje snaga, vještina i stručnosti svake skupine.

Važno je pružiti im mogućnost da preuzmu odgovornosti vodstva i na taj način promiču inkluzivno uključivanje u postupak prevencije katastrofa. Primjerice, radionice usmjerene na djecu koje se temelje na mapiranju ili slaganju kompleta za preživljavanje, djeci će omogućiti sudjelovanje u individualnom te timskom radu, ali i pružiti mogućnost vodstva (Mercer i sur., 2008 prema Ronoh, 2016).

ULOGA ŠKOLE NAKON PRIRODNE KATASTROFE

Mutch i Gawith (2014) naglašavaju kao važnu poruku da škole imaju ulogu u pružanju mogućnosti za emocionalnu obradu i mogu uključiti djecu u razne aktivnosti povezane s događajem na niz načina koji ju podržavaju.

Odrasle osobe često se vode zabludom da je za dijete najbolje da zaboravi na događaj i okupira se nečim drugim, no to je nemoguće (Puhovski, 2021). Lazarus i sur. (2003) stavljaju naglasak na važnost poučavanja učinkovitim strategijama suočavanja, poticanje podržavajućih odnosa i pomoć djeci u razumijevanju katastrofe.

Svoj djeci, potrebno je ustupiti dovoljno prostora i vremena da prepričavaju, crtaju i kroz igru prožive događaj, a zatim i pomoć da događaj integriraju u cjelovitu priču kako bi objasnili što se dogodilo. Odrasle osobe imaju i odgovornost normalizacije, odnosno upoznavanja djece s time da su sve njihove misli i osjećaji normalni i da su prisutni kod svakoga tko ima takvo iskustvo. Za djecu osnovnoškolske dobi, neposredno nakon traumatskog događaja nužno je voditi računa o njihovim određenim potrebama. Jedna od tih potreba je igra kroz koju ovladavaju onime što im se dogodilo, prorađuju događaja, komuniciraju. Korisno je dopustiti slobodnu igru koja će doprinijeti njihovu oporavku od događaja. Također, važno je dopustiti im izražavanje fantazija i emocija, a tek nakon što ih izraze, ispravljati ih ukoliko su štetne.

Primjerice, ukoliko dijete govori da se potres dogodio jer je ono nešto krivo napravilo i to zaslužilo, važno mu je pojasniti da je to događaj koji ni u kojem slučaju nije povezan s njegovim postupcima, odnosno nije pod kontrolom čovjeka. Djeci je potrebno pružiti realistične informacije te povezati osjećaje s događajem na način da ukažemo djeci da je nakon takvog događaja normalno osjećati se loše (Puhovski, 2021).

Japansko ministarstvo obrazovanja, kulture, sporta, znanosti i tehnologije prepoznalo je važnost sporta, nastave na otvorenom i umjetnosti u pomoći pri oporavku djece nakon katastrofe (Mutch, 2014). Mutch i Gawith (2014) izvještavaju o projektu koji je za cilj imao uključivanje djece u emocionalnu obradu iskustava katastrofe. Proveden je u tri novozelandske škole pogođene potresom. U prvoj od tri škole, odlučeno je kreirati ilustriranu knjigu iskustava koja bi sadržavala narrative iz razgovora s djecom, roditeljima i školskim djelatnicima. Projekt je uokviren na način koji je djeci omogućeno da se djelomično distanciraju od vlastitog traumatskog iskustva, primjerice, tražeći od njih da zamisle kako objašnjavaju što se dogodilo nekome iz druge zemlje ili da se zamisle kao baka ili djed koji unucima govore o potresima. Djeci je omogućeno da slobodno razgovaraju onoliko koliko žele, a u svakom trenutku mogli su se povući iz razgovora ukoliko su se osjećali neugodno. Druga škola uključila je djecu i njihove obitelji u projekt kojim su željeli stvoriti nešto što će biti spomen obilježje potresa koji su pogodili njihovu zajednicu, ali će istovremeno i slaviti njihovu otpornost i gledati prema budućnosti. Odlučili su izgraditi vrt i prostor za sjedenje obogaćen biljkama iz obiteljskih vrtova, posebno onih čiji su domovi namijenjeni za rušenje. Učenici su odabrali i motive za mozaik sastavljen od četiri ploče povezane motivom lokalne rijeke. Prva ploča predstavlja simbol njihovog grada u prošlosti, druga u moderno doba, treća njihov grad razoren potresima, a četvrta identificira njihove nade u budućnost. Treća škola odlučila je pozvati pripravnika filmskog redatelja koji će podučiti učenike osnovama snimanja, režije, intervjuiranja i montaže te snimiti film. Produkcijски tim učenika proveo je intervju s djecom iz cijele škole. Učenici koji su intervjuirani odabrali su mjesto za provedbu istog, a to je često bilo tamo gdje su bili kada se dogodio snažni potres (u knjižnici, na igralištu, u školskom vrtu, na plaži gdje su bili na školskom izletu).

Pružanje aktivnosti emocionalne obrade nakon potresa pomaže djeci da se normaliziraju i steknu uvid u traumatske događaje te usmjere napore na oporavak (Mutch i Gawith, 2014). Savjetovanje se nameće kao proces koji ima za cilj pomoći osobi da se promijeni te da lakše i bolje funkcionira u određenim životnim ulogama. Najčešće ima edukativnu komponentu i

usmjereno je na trenutnu situaciju u kojoj se klijent nalazi te potiče rast i razvoj njegove ličnosti (Arambašić, 1996 prema Ercegović, 2021).

VAŽNOST POVRATKA U RUTINU ZA UČENIKE POGOĐENE PRIRODNOM KATASTROFOM

Rutine pomažu u stjecanju osjećaja kontrole (Puhovski, 2021). Katastrofe ponekad dovode do preranog prekida obrazovanja učenika iz nekoliko međusobno povezanih razloga, a oni uključuju i dugotrajno uspostavljanje procesa nastave nakon katastrofe te zaostajanje u usvajanju školskog gradiva koje učenici ne uspijevaju nadoknaditi. Mnogim je učenicima teško povezati se sa svojim prethodnim planovima ili vizijama koje su imali o svojoj budućnosti jer je njihov životni kontinuitet poremećen (UNISDR, 2008). Uključivanje učenika u odgojno-obrazovni rad od iznimne je važnosti za psihofizičko stanje svakog učenika, njihovih članova obitelji, kao i zaposlenika škole („SCZ“, bez dat.). Kako bi se zaštitilo osiguranje kontinuiteta obrazovanja kao značajnog faktora, osobito za djecu s teškoćama u razvoju, važno je unaprijed izraditi školske i nacionalne planove za nepredviđene situacije te postaviti i implementirati minimalne standarde za takve događaje (UNISDR, 2008). Važno je zadržavanje kontinuiteta učenja, a u slučaju zatvaranja škola može se uspostaviti alternativni način poput poučavanja na daljinu, putem radija ili televizije, slanjem lekcija i zadataka putem pošte (UNISDR, 2008). Ministarstvo znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske, nakon potresa, osiguralo je sredstva za nabavu tableta, prijenosnih računala i udžbenika za učenike i nastavnike Sisačko-moslavačke županije (SCZ, bez dat.) što je olakšalo uspostavu nastave na daljinu. Prikazan je primjer prakse kroz planove za održavanje kontinuiteta nastave u Los Angelesu. Oni uključuju mogućnosti produženja školske godine kako bi se nadoknadili izgubljene dane poučavanja, poludnevne rasporede, razvoj paketa za samostalno učenje i internetskih alata za učenje te obrazovnih zapisa (UNISDR, 2008).

Većina djece pozitivno reagira na strukturirana okruženja s jasno postavljenim ciljevima, rokovima i aktivnostima (Kenardy i sur., 2011). Sama djeca izjavljuju kako je važno vratiti se u školu da bi vidjeli svoje prijatelje i učitelje i radili normalne stvari (Mutch i Gawith, 2014). Održavanje poznatih rutina pomaže u smanjenju nepotrebnog stresa, donosi djeci osjećaj sigurnosti te održavanje dosljednost u jednom području svog života. Uspostavljanje rutine posebno je značajno neposredno nakon traumatskog događaja. Osim toga, važno je osigurati predvidivost sljedećih događaja i razredne aktivnosti koja se može postići na različite načine,

a između ostalog, može uključivati postavljanje dnevnog, tjednog, mjesečnog rasporeda i podsjećanje na isti (Kenardy i sur., 2011).

S obzirom na okolnosti, djeca vjerojatno neće biti u mogućnosti pratiti uobičajeni tempo nastave neposredno nakon prirodne katastrofe.

Umjesto mijenjanja očekivanja koja se odnose na školske zadatke i ponašanje, savjetuju se prilagodbe u načinu izvođenja aktivnosti kao primjerice uvođenje pauza svakih 15 ili 30 minuta ukoliko djeca izražavaju teškoće u koncentraciji (Kenardy i sur., 2011).

PREPOZNAVANJE DJECE U RIZIKU

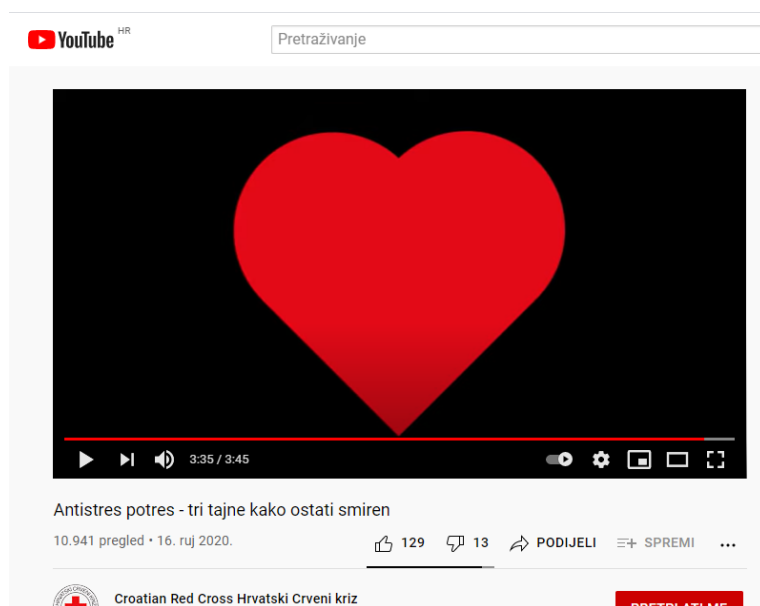
Procjena ranjivosti u kontekstu obrazovanja uzima u obzir okruženje u smislu potrebe za otvorenim prostorom i evakuacijskim putevima, ali i ljude, odnosno djecu. Naglasak je na prisutnosti djece koja su ranjiva iz različitih razloga, s naglaskom na djecu s teškoćama u razvoju (UNISDR, 2008). Važno je prepoznati djecu i mlade koji su u povećanom riziku i planirati intervencije. Kroz osobnu prijavu od strane samih učenika, sudjelovanje na grupnim intervencijama i kontakte s roditeljima i učiteljima, članovi školskog tima za odgovor na krizu mogu dobiti informacije o tome kojim učenicima je potrebna dodatna podrška. Pritom je važno informirati školsko osoblje o znakovima stresnih reakcija djece te im dati smjernice o tome kako se nositi s razrednim raspravama i odgovarati na dječja pitanja (Lazarus i sur., 2003). Le Brocque i sur. (2016) na temelju pregleda literature ističu vitalni značaj učitelja u pomoći pri identificiranju djece koja su preživjela traumu i koja su pogođena snažnim reakcijama, a nerado traže pomoć. Važno je imati na umu da ukoliko dijete ne govori o događaju ili ne pokazuje znakove poput plakanja, ne znači da je zaboravilo. Djeca puno lakše od odraslih osoba prelaze na svakodnevne aktivnosti poput igre ili gledanja crtanih filmova, ali to ne znači da su zaboravili što se dogodilo i da nisu zabrinuti. Jednako tako, djeca starije dobi, odnosno adolescenti mogu se družiti i izlaziti s prijateljima, no to nije znak da su dobro, stoga je uvijek bitno provjeriti i saznati postoji li nešto što ih brine (Puhovski, 2021). Korisno je osigurati pristup podršci za mentalno zdravlje kroz rad školskih savjetnika i psihologa u samoj školi (Kenardy i sur., 2011).

METODE OPUŠTANJA ZA DJECU NAKON PRIRODNE KATASTROFE

Kenardy i sur. (2011) naglašavaju korisnost sigurnih prostora izvan učionice koje bi učenici mogli iskoristiti za umirivanje ili individualne razgovore s učiteljem.

Ističe se i kako je ovo idealno vrijeme za podučavanje djece nekoj od tehnika disanja ili meditacije za djecu, takozvanih mindfulness aktivnosti (Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa?, bez dat.). Također, fizička aktivnost smatra se jednim od najboljih pomagača u otpuštanju napetosti prisutne u tijelu, stoga može biti dobro odrediti prostor i vrijeme u danu za vježbanje, sa sviješću da su i najmanji koraci vrijedni. To može biti ples, šetnja ili trening (Puhovski, 2021).

U procesu opuštanja mogu doprinijeti i video materijali kao što je „Antistres potres – tri tajne kako ostati smiren“. Web adresu ovog videa moguće je pronaći u prilogima rada.



Slika 10" Antistres potres - tri tajne kako ostati smiren"

VRŠNJAČKA PODRŠKA I GRUPE PODRŠKE

Kenardy i sur. (2011) savjetuju uparivanje učenika, osobito neposredno nakon traume, kako bi se osiguralo da svaki učenik ima osobu za podršku dok je u školi. Potječe od ideje da nitko od učenika ne ostane sam i da se svakome od njih pruži izvor emocionalne podrške. Djeca sa snažnom emocionalnom podrškom uspješnije se suočavaju s nedaćama, a odnosi s vršnjacima mogu im poslužiti kao primjer kako se nositi s nesrećom i kako smanjiti izolaciju. U situacijama

velikih prirodnih katastrofa, osobito kada su obitelji evakuirane, prekidaju se i dječja prijateljstva, stoga aktivnosti u kojima se traži da djeca međusobno surađuju u malim grupama mogu itekako pomoći jačanju podržavajućih odnosa s vršnjacima (Pomoć djeci nakon prirodnih nesreća i katastrofa- informacije za roditelje i učitelje, Društvo za psihološku pomoć).

NAČIN RAZGOVORA S DJECOM/UČENICIMA

Zadatak odraslih osoba je pružiti djeci priliku da razgovaraju i omogućiti im da samostalno donesu odluku žele li to. Česta je zabluda da će razgovor o događaju uznemiriti dijete, no istina je da je dijete u ovakvoj situaciji svakako uznemireno i treba mu pružiti priliku da to izrazi (Puhovski, 2021).

Važno je uzeti u obzir način razgovora s djetetom nakon traumatskog događaja.

Djeca će često prepričavati što im se dogodilo (Puhovski, 2021). Kenardy i sur. (2011) daju savjete koji mogu olakšati razgovor o prirodnoj katastrofi. Razgovor s mladima o ovakvim događajima i njihovom utjecaju, predstavlja im znak da vam je stalo i da imaju podršku, stoga ga ne treba izbjegavati čak niti kad su izgubili voljenu osobu. Naravno, važno je pritom biti svjestan okolnosti. Prilikom razgovora s učenicima korisno je postaviti pravila vezana uz razgovor o prirodnoj katastrofi, primjerice odrediti vrijeme (dio sata) kada se bez ograničenja govori o toj temi. Prilikom razgovora o prirodnoj katastrofi, važno je da odrasla osoba ostane smirena i prenosi jasnu poruku da je prijetnja/opasnost gotova i da je sada fokus na oporavku. Važno je da im odrasla osoba da do znanja da ih sluša, da im kimanjem glavom ili potvrdnim odgovorom pokaže da ih razumije, što ne mora obvezivati odraslu osobu da u svakom trenutku bude potpuno posvećena tome i postavlja mnoštvo pitanja ukoliko je za nju samu to teško (Puhovski, 2021). Iako je u redu da učitelj podijeli s učenicima vlastita iskustva traume, važno je da zadrži ulogu učitelja, odnosno da pruži poželjni model za suočavanje i potakne smirenost. Također, smatraju dobrim da u razgovoru s djecom sudjeluje više odraslih osoba. Primjerice, da prilikom razgovora učitelja s djecom, postoji pomoćnik koji će mu pružiti podršku. Za djecu mlađe dobi razgovor o događaju može biti težak, ali će se često izraziti kroz crtež, stoga im treba pružiti priliku za to. Za stariju djecu ili adolescente, razgovor se može usmjeriti na složenija pitanja i utjecaje na obitelj i obiteljske odnose. Prikladno je i potaknuti adolescente na razgovor s drugim osobama kao što su prijatelji ili članovi obitelji ili na povezivanje u grupe (Kenardy i sur., 2011). Nužno je vjerovati djeci kad kažu odrasloj osobi kako su i shvaćati ih

ozbiljno i imati na umu da razgovarati nije isto što i govoriti. Ključno je slušati djecu (Puhovski, 2021).

Važno je da dijete zna da smije pred odraslom osobom izraziti strah ili zabrinutost. Potrebno je strpljivo slušati dijete koje govori o osjećajima vezanim uz iskustvo prirodne katastrofe, koliko god puta je potrebno. Djeca su u procesu učenja regulacije osjećaja, a izražavanje istih predstavlja prvi korak pri uspješnijoj regulaciji straha. Djetetu je potrebno dopustiti da postavlja pitanja o događaju ili informacijama koje je čulo te im pružiti iskren odgovor, ali bez previše detalja, a više se usmjeriti na propitkivanje o tome što ono misli o tome. Nakon razgovora, djetetu se može ponuditi zajedničko sudjelovanje u nekoj ugodnoj aktivnosti poput čitanja priče, zajedničke igre, slušanju pjesmice s ciljem ublažavanja neugodnog iskustva ugodnijim (Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa?, bez dat.).

Prilikom razgovora o traumatskom događaju, djeci je potrebno reći činjenice i koristiti se jednostavnim rječnikom. Pritom treba imati na umu da djeca pitaju onoliko koliko imaju kapaciteta za čuti i razumjeti, zbog čega je važno ne davati im suviše informacije, odnosno ne preplavljivati ih. Kada spominjemo njihove reakcije, poput uznemirenosti, ljutnje, tuge, straha, važno je napomenuti da je to normalno i dati im poruku da radimo da zajedno radimo na tome da ne bude tako teško i da neće uvijek biti (Puhovski, 2021).

Djetetove riječi ne smiju se ismijavati, negirati i umanjivati (Puhovski, 2021). Također, često se malo pažnje pridaje pozitivnom ponašanju ili strategijama suočavanja koje mlada osoba pokazuje. Pružanje pojačanja djeci za situacije u kojima koriste pozitivna ponašanja i strategije suočavanja predstavlja poticaj za vrstu ponašanja koja se smatraju poželjnom. Može se koristiti kroz jednostavna pojačanja poput pohvale zbog čega je ovu strategiju lako implementirati u rad s učenicima (Kenardy i sur., 2011).

Puhovski (2021) daje smjernice za ono što **nije** prikladno govoriti djeci nakon proživljenog traumatskog događaja. Ističe fraze:

- „Ma nije to ništa“
- „Nemoj se bojati, plakati, ljutiti“
- „Brzo ćemo to zaboraviti i sve će biti kao prije“
- „Vidiš kako druga djeca.....a ti.....“
- „Ne budi zločest, vidiš da je (nekome) i bez toga dovoljno teško“
- „Kada plačeš i mama je tužna“

- „Da si pospremala igračke, sada bi ti možda neka i ostala“
- „Potres je čudovište koje živi u zemlji i svako malo se počese“

Prilikom razgovora s djetetom za koje se sumnja da ima teškoće u suočavanju sa situacijom važno je stvoriti sigurno okruženje na način da djetetu damo do znanja da smo znanja da smo zabrinuti i da želimo pomoći, zatim odabirući privatno mjesto i vrijeme za razgovor, prilagođavajući se djetetovoj razini pri razgovoru i dopuštajući djetetu da preuzme vodstvo istog (Kenardy i sur., 2011).

PREDVIĐANJE TEŽIH TRENUTAKA POVEZANIH S KATASTROFOM

Iako neko dijete općenito dobro funkcionira, može reagirati na iznenadne i značajne događaje, zbog čega ih je važno pokušati upozoriti ili pripremiti na iste. Primjerice, učenike će možda biti važno upozoriti na nadolazeće vatrogasne vježbe ili sirene koje treba isprobati, kao i obavijestiti ih ukoliko se netko sprema učiniti bilo što iznenada (ugasiti sva svjetla ili ispustiti glasne zvukove). Potrebno je unaprijed pripremiti učenike na zadatke ili aktivnosti koje mogu potaknuti emocije i sjećanja na događaj, a ponekad koristiti i alternativne aktivnosti, primjerice ako nastavni sat uključuje raspravu o prirodnim katastrofama, istraživanja ili pojmove povezane s istom (Kenardy i sur., 2011).

Djeca će ponekad ponovno doživjeti neke stresne i izrazito teške trenutke tijekom važnih događaja kao što su obljetnice katastrofe, rođendani izgubljenih članova obitelji te blagdani i drugi važni dani kao što su Majčin dan ili Dan očeva. Tijekom tog vremena moguće je iskazivanje intenzivnijih emocionalnih poteškoća i problema u ponašanju. Kad je to moguće, može biti dobro unaprijed planirati i preduhitriti takve reakcije te pružiti potrebnu podršku, uzimajući u obzir želje obitelji (Kenardy i sur., 2011).

DODATNE NAPOMENE ZA UČENIKE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

Prilikom planiranja hitnih slučajeva moraju se uzeti u obzir potrebe učenika s teškoćama u razvoju i raspraviti način ostvarivanja tih potreba između kreatora obrazovne politike, nastavnika, administrativne službe škole i osoba koje sudjeluju u brizi za učenike s teškoćama u razvoju (Boon i sur., 2012). Ključni element uspješnog planiranja za pripadnike skupine s povećanim rizikom je uključivanje pripadnika ciljane skupine u taj proces (UNISDR, 2008).

Za skupine učenika u povećanom riziku kao što su učenici s teškoćama u razvoju, poremećaj u obrazovanju može potencijalno dovesti do povećanja doživljene traume. Važna je svjesnost o tome što treba učiniti kako bi se ograničio negativan utjecaj katastrofa. Načela pravednosti trebaju biti čvrsto ugrađena u svaku vrstu politike i prakse u školama, uključujući one koje se odnose na prirodne katastrofe, kako bi se spriječio nepovoljni položaj pojedinih skupina u obrazovnom sustavu. Neke zemlje stavljaju naglasak na djecu s teškoćama u razvoju prilikom dizajniranja edukativnih materijala te planiranja evakuacije i vježbi, a sve to u partnerstvu s osobama s invaliditetom (UNISDR, 2008). Učenici s teškoćama u razvoju zahtijevaju individualne planove za hitne slučajeve na određenoj školskoj razini jer će kontekst djelomično odrediti potrebe svakog pojedinog učenika (Boon i sur., 2012). Ronoh (2016) ističe stav jednog roditelja koji je podržao školske vježbe u slučaju katastrofe, ali je kritizirao uporabu glasnog alarma i glasne zvučne upute djeci, s naglaskom na učenike s poremećajem iz spektra autizma. Roditelj upozorava kako glasni alarmi tijekom vježbi mogu ozbiljno utjecati na zdravlje i dobrobit djece te da prekomjerna buka može biti bolna i dezorijentirajuća za njih. Ovakve situacije predstavljaju sukob između zadovoljavanja individualne potrebe nekih učenika nasuprot nužnosti davanja upozorenja o opasnostima.

ULOGA ŠKOLSKOG OSOBLJA U PRUŽANJU PODRŠKE

Prilikom planiranja važno je uključiti i educirati školsko osoblje, no ključno je i obratiti pažnju na njihove potrebe.

Školsko osoblje, u ulozi značajnih odraslih osoba u životu djeteta, može pružiti podršku i pomoći djeci da se vrate uobičajenim aktivnostima i rutinama u mjeri u kojoj je to moguće te pružiti priliku za pretvaranje zastrašujućeg događaja u iskustvo učenja (Lazarus i sur., 2003). Može promatrati i pratiti djecu te se nositi s krizama uz nadzor savjetnika (Klingman, 1993 prema Wolmer i sur., 2003).

Osoblje treba imati priliku razviti vještine odgovora na katastrofe i hitne slučajeve, kao i mogućnost za razvoj vještina i kompetencija te mogućnost pristupa materijalima za podučavanje na području smanjenja rizika od katastrofe (UNISDR, 2012). Za potrebe ovog rada

kreiran je letak² s ciljem usmjeravanja učitelja djece s teškoćama u razvoju prilikom pripreme kompleta za preživljavanje prema individualnim potrebama učenika.

² Izvori korišteni za kreiranje letka su:

1. Learning about Earthquakes and Protection Measures - Guidelines for People with Disabilities [Brošura] (2011). Ministry of Infrastructure, Transport and Networks. Earthquake Planning and Protection Organisation. Preuzeto 31.8.2021. s https://www.preventionweb.net/files/20383_20380textbookpeoplewithdisabilities.pdf
2. Ljudi su preživjeli katastrofalne potrese – Možeš i ti! Pripremi se! [Brošura] (bez dat.). Državna uprava za zaštitu i spašavanje. Preuzeto 31.8.2021. s https://civilna-zastita.gov.hr/UserDocsImages/CIVILNA%20ZA%C5%A0TITA/PDF_ZA%20WEB/SafeQuake%20BROSURA_strana10.pdf

KOMPLET ZA PREŽIVLJAVANJE



- VODA
- NEKVARLJIVA I KONZERVIRANA HRANA
- LIJEKOVI KOJE DJECA KORISTE
- ZAVOJI , FLASTERI I IGLE SIGURNOSNICE
- MASKE I STERILNE RUKAVICE
- HIGIJENSKE POTREPŠTINE
- ZVIŽDALJKA
- DŽEPNI NOŽIĆ
- ŠIBICE ILI UPALJAČ
- RADIO NA BATERIJE
- DEKA ILI VREĆA ZA SPAVANJE
- ČVRSTE CIPELE I REZERVNA ODJEĆA
- KOPIJE VAŽNIH DOKUMENATA
- NOVAC
- BATERIJE ZA OPREMU KOJU DIJETE KORISTI
- KARTICA NA KOJOJ JE NAZNAČENA SPECIFIČNA POTREBA DJETETA (npr. „Molim vas da mi upute dajete pisanim putem jer ne čujem.“)
- DODATNI ŠTAP ZA DJECU S OŠTEĆENJEM VIDA KOJA GA KORISTE
- HRANA ZA PSA VODIČA

Slika 11 Komplet za preživljavanje

Osoblje koje je prošlo edukaciju prije događaja moći će primijeniti svoje znanje i strategije neposredno nakon njega, što će rezultirati poboljšanjem ishoda za učenike, ali i njih same (Le Brocque i sur., 2016). Važan prioritet je potreba za pružanjem znanja i informacija učiteljima kako bi im pomogli u pružanju podrške učenicima izloženim traumatskim događajima (Alisic i sur., 2012). Učitelji trebaju razviti vještine za prepoznavanje djece kojima bi mogla biti potrebna dodatna podrška (Le Brocque i sur., 2016). Odrasle osobe općenito, trebale bi biti primjer djetetu u nošenju sa stresnom situacijom jer upravo od njih uči regulaciju emocija. Važno je da iskreno izraze svoje strahove i zabrinutost pred djetetom kako bi i dijete razumjelo da je to prirodna reakcija. Pritom ipak treba pokušati zadržati umjerenost (Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa?, bez dat.). Učitelji ne moraju postati terapeuti, ali trebaju imati osnovno znanje o traumatskom stresu i biti sigurni u rad s djecom koja su bila izložena traumi (Alisic i sur., 2012).

Nažalost, u brojnim slučajevima učitelji dobivaju priručnike za nastavu povezanu sa smanjenjem rizika od utjecaja katastrofa koji nisu popraćeni obukom. Kada ona i postoji, često je jednokratna bez dodatnih praćenja i usavršavanja znanja (UNESCO i UNICEF, 2012).

Učitelji ističu kako im je teško ne uključiti se previše u emocionalnom smislu. Kao izazov naglašavaju i pronalaženje ravnoteže između uloge učitelja akademskih vještina te pružatelja usluga mentalnog zdravlja. Mogu pomoći u oporavku djece nakon traume, no često nisu sigurni u svoju ulogu i u to što učiniti kako bi djeci pružili adekvatnu podršku nakon izloženosti traumi. Provedeno je istraživanje s populacijom Nizozemskih učitelja (N=765) s ciljem utvrđivanja stupnja u kojem će ispitanici iskazati takve brige. Rezultati ukazuju na povezanost s iskustvom, s pohađanjem obuke usmjerene na traumu te brojem djece izložene traumi. 63% učitelja ne zna prepoznati kada je djeci potrebna dodatna njega mentalnog zdravlja, a njih 51% ne zna kome se obratiti s pitanjima o traumatskom stresu. Kako bi djeca bila upućena na potrebne usluge, obje vještine su važne. Na temelju rezultata, autori ističu potrebu za boljim razumijevanjem izvora poteškoća kod učitelja te razvojem prakse informiranja o traumi u osnovnim školama (Alisic i sur., 2012).

Briga za djecu nakon traumatičnog događaja može imati utjecaj i na osobe koje im pružaju podršku. On može uključivati osjećaj fizičke i emocionalne iscrpljenosti. Može se javiti osjećaj preopterećenosti traumom, reakcijama te doživljajima djece istovremeno s doživljavanjem vlastitog stresa nakon traume (Kenardy i sur., 2011). U slučaju prirodnih katastrofa, učitelji će vjerojatno živjeti u istim pogođenim područjima kao i njihovi učenici, stoga je moguće da se bore sa svojim teškim posttraumatskim simptomima i osobnim gubicima. To može rezultirati

osjećajem nesposobnosti, a učitelji mogu i ne željeti sudjelovati u intervencijama sa svojim učenicima nakon događaja. Stoga se briga o sebi nameće kao jedan od najvažnijih čimbenika u osposobljavanju učitelja za pomoć učenicima nakon ovakvih događaja (Wolmer i sur., 2003). Važno je osigurati da učitelji kao i ostalo osoblje uključeno u rad s djecom, budu usmjereni na vlastite potrebe i da se ne osjećaju primoranima raditi nešto što im nije ugodno. Korisno je osigurati im vrijeme u kojem će dobrovoljno moći podijeliti svoje osjećaje i reakcije te im pružiti pomoć za razvoj grupa podrške. Ukoliko su i sami pretrpjeli materijalnu štetu ili doživjeli vlastitu ozljedu ili ozljede članova obitelji, potrebno je ostaviti im vremena da zadovolje svoje potrebe (Lazarus i sur., 2003). Ukoliko su odrasle osobe i same preplavljene situacijom, ne bi se trebale suzdržavati od traženja podrške od strane prijatelja ili stručnih osoba (Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa?, bez dat.). Također, pružanje intervencije emocionalno iscrpljuje, stoga školskom osoblju treba pružiti priliku za procesuiranje vlastitog odgovora (Lazarus i sur., 2003).

ZAKLJUČAK

Sigurnost i podrška koju djeci pružaju roditelji, drugi članovi obitelji, nastavnici, stručnjaci i sve druge odrasle osobe koje o njima brinu, ključan su čimbenik njihove otpornosti i oporavka, pri čemu je nužno zajedničko djelovanje (Buljan Flander i sur., 2021). Obrazovni sustav na različite načine može doprinijeti pripremi djece na prirodnu katastrofu te njihovom nošenju s istom.

Škole bi trebale pomoći djeci da nauče učinkovite strategije suočavanja, njegovati odnose podrške i pomoći im da shvate događaj katastrofe (Lazarus i sur., 2003 prema Mutch, 2014). Imaju važnu ulogu u pružanju emocionalne obrade aktivnosti koje pomažu djeci na putu do oporavka od katastrofe (Mutch i Gawith, 2014). Važno je da škola na svim razinama djeluje na način da se posljedice ovakvog događaja maksimalno umanje. Posebnu pozornost u planiranju procesa pripreme na prirodnu katastrofu potrebno je obratiti na skupine u povećanom riziku, među kojima su i djeca s teškoćama u razvoju.

Rješenje problema zanemarivanja populacije osoba s invaliditetom, odnosno djece s teškoćama u razvoju u kontekstu katastrofa, leži u političkom angažmanu i strategijama uključivanja ovih osoba. Također, nužno je prihvaćanje činjenice da osobe s invaliditetom nisu homogena kategorija, već predstavljaju skupinu ljudi s vrlo različitim potrebama i sposobnostima, odnosno radikalnu promjenu stavova i pristupa (Alexander i sur., 2012). Nužno je individualno pristupiti svakom učeniku s teškoćama u razvoju pri kreiranju plana, ali i omogućiti im pravo sudjelovanja u kreiranju istog.

Na kraju zaključka, kao sažetak spomenutih uloga škole u kontekstu prirodnih katastrofa, bit će iznesene kratke smjernice za planiranje reakcija prilikom prirodne katastrofe te nošenje s njenim posljedicama:

1. Izgradnja i dizajn školskih objekata moraju osiguravati sigurnost učenika i djelatnika.
2. Škola bi trebala surađivati sa zajednicom prilikom planiranja reakcija na prirodne katastrofe, edukacije djelatnika te pripremi učenika.
3. Škola treba imati uspostavljenu suradnju s pružateljima usluga psihosocijalne podrške.
4. Uključiti prirodne katastrofe kao dio nastavnog sadržaja te provoditi iskustvene vježbe na tu temu.
5. Omogućiti da svi materijali i metode pripreme na prirodnu katastrofu budu prilagođeni svakom učeniku.

6. Podizanje svjesnosti svih učenika, uključujući i učenike s teškoćama u razvoju, o važnosti pripreme na prirodnu katastrofu.
7. Učenici trebaju biti uključeni u proces pripreme na prirodnu katastrofu te planiranje oporavka.
8. Posebno voditi računa o individualnim potrebama djece s teškoćama u razvoju prilikom pripreme na prirodnu katastrofu.
9. Unaprijed isplanirati potrebnu podršku djeci s teškoćama u razvoju za slučaj prirodne katastrofe.
10. Nakon prirodne katastrofe slušati učenike i promatrati njihovo ponašanje s ciljem utvrđivanja potrebe za dodatnom podrškom.
11. Nakon prirodne katastrofe uključiti učenike u sportske i umjetničke aktivnosti te im omogućiti opuštanje.
12. Omogućiti učenicima aktivnosti emocionalne obrade kao što su radionice ili savjetovanje.
13. Omogućiti djeci povratak u rutine kroz omogućavanje uključivanja u odgojno-obrazovni rad u najkraćem mogućem roku.
14. Ukoliko je potrebno, osigurati alternativne oblike nastave.
15. Omogućiti prilagodbe u načinu izvođenja aktivnosti neposredno nakon događaja (primjerice, češće pauze).
16. Organizirati grupe podrške i potaknuti vršnjačku podršku.
17. Školsko osoblje treba obratiti pažnju na način razgovora s učenicima.
18. Podrška treba biti osigurana i školskom osoblju.

LITERATURA

1. Adhiambo Onyango, M. i Uwase, M. (2017). *Humanitarian Response to Complex Emergencies and Natural Disasters. International Encyclopedia of Public Health*, 2(4), 106-116.
2. Alexander, D., Gaillard, J. C., Wisner, B. (2012). Disability and disaster. U: Wisner, B, Gaillard, JC i Alexander, D (ur.): *Handbook of Hazards and Disaster Risk Reduction* (str. 413–423). London: Routledge.
3. Alisic, E, Bus, M., Dulack, W., Pennings, L. i Splinter, J. (2012). *Teachers' Experiences Supporting Children After Traumatic Exposure. Journal od Traumatic Stress*, 25, 98-101.
4. Arambašić, L. (2000). Stresni i traumatski događaji i njihove posljedice. U: Arambašić, L. (ur.): *Psihološke krizne intervencije* (str. 11-31). Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.
5. Boon, H.J., Brown, L.H., Tsey, K., Speare, R., Pagliano, P., Usher, K. i Clark, B. (2011). *School Disaster Planning for Children with Disabilities - A Critical Review of the Literature. International Journal of Special Education*, 26(3), 223-237.
6. Boon, H.J., Pagliano, P., Brown, L. i Tsey, K. (2012). *An Assessment of Policies Guiding School Emergency Disaster Management for Students With Disabilities in Australiajppi. Journal od Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 9(1), 17-26.
7. Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa [Brošura] (2020). Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba. Zagreb. Preuzeto 8.2.2021. s <https://www.poliklinika-djeca.hr/wp-content/uploads/2020/12/Djeca-i-obitelji-prije-tijekom-i-nakon-potresa-5MB.pdf>
8. Buljan Flander, G., Mikloušić, I., Redžepi, G., Selak Bagarić, E. i Brezinščak, T. (2021). *Rezultati probira mentalnog zdravlja djece u Zagrebu*. Grad Zagreb.
9. Društvo psihologa Republike Srpske (2015). *Psihosocijalna podrška djeci i porodici nakon prirodnih katastrofa*. Banja Luka: Društvo psihologa Republike Srpske.
10. Edmonds, C.O. (2016). *Designing Emergency Preparedness Resources for Children with Autism. International Journal of Disability. Development and Education*, 64(4), 404-419.
11. Ercegović, A. (2021). *Analiza poziva savjetodavnim linijama Hrabrog telefona za djecu i roditelje prije i poslije potresa kod Petrinje potkraj 2020. Godine. (Diplomski rad)*. Filozofski fakultet, Zagreb, Sveučilište u Zagrebu.

12. E-Usmjeravanje (2020). *Preporuke za obrazovnu i upisnu politiku*. Preuzeto 22.7.2021. s <https://e-usmjeravanje.hzz.hr/preporuke-za-obrazovnu-upisnu-politiku>
13. Haring, U., Sorin, R. i Caltabiano, N. (2018). *Circling the Cyclone: Children's Understanding of Natural Disasters through the Arts*. *The International Journal of Pedagogy and Curriculum*, 25(4), 1-15.
14. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje (2021). *Obrazovanje*. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021. Pristupljeno 15. 8. 2021. <http://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=44619>
15. Hrvatski sabor (2008). *Državni pedagoški standard osnovnoškolskog sustava odgoja i obrazovanja*. Preuzeto s https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2008_06_63_2129.html
16. Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa? [letak] (bez dat.). Odgojno savjetovanište. Centar za rehabilitaciju, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu. Preuzeto 14.8.2021. s <https://centar.erf.unizg.hr/kako-biti-podrška-djetetu-u-nosenju-sa-strahom-od-potresa/>
17. Kenardy, J., De Young, A., Le Broque, R. i March, S. (2011). *Childhood Trauma Reactions: Teacher Manual to accompany Childhood Trauma Reactions: A Guide for Teachers from Preschool to Year 12*. Queensland: CONROD.
18. Kovačević-Majkić, J., Milošević, M.V., Panić, M., Miljanović, D. i Čalić, J. (2014). *Risk education in Serbia*. *Acta geographica Slovenica*, 54(1), 163-179.
19. Kreps, G.A. (1984). *Sociological Inquiry and Disaster Research*. *Annual Review of Sociology*, 10, 309-330.
20. Lai, B.S., Esnard, A. M., Lowe, S. R. i Peek, L. (2016). *Schools and Disasters: Safety and Mental Health Assessment and Interventions for Children*. *Curr Psychiatry Rep*, 18, 109
21. Lazarus, P. J., Jimerson, S.R., Brock, S. E. (2003). *Responding to Natural Disasters: Helping Children and Families Information for School Crisis Teams*. Bethesda: National Association of School Psychologists.
22. Learning about Earthquakes and Protection Measures - Guidelines for People with Disabilities [Brošura] (2011). Ministry of Infrastructure, Transport and Networks. Earthquake Planning and Protection Organisation. Preuzeto 31.8.2021. s https://www.preventionweb.net/files/20383_20380textbookpeoplewithdisabilities.pdf
23. Le Brocque, R., De Young, A., Montague, G., Pocock, S., March, S., Triggell, N., Rabaa, C. i Kenardy J. (2016). *Schools and Natural Disaster Recovery: The Unique and*

Vital Role That Teachers and Education Professionals Play in Ensuring the Mental Health of Students Following Natural Disasters. Journal of Psychologists and Counsellors in Schools, 27(1).

24. Ljudi su preživjeli katastrofalne potrese – Možeš i ti! Pripremi se! [Brošura] (bez dat.). Državna uprava za zaštitu i spašavanje. Preuzeto 31.8.2021. s https://civilnazastita.gov.hr/UserDocsImages/CIVILNA%20ZA%20C5%A0TITA/PDF_ZA%20WEB/SafeQuake%20BROSURA_strana10.pdf
25. Markušić, S., Stanko, D., Penava, D., Ivančić, I., Oršulić, O.B., Korbar, T. i Sarhosis, V. (2021). *Destructive M6.2 Petrinja Earthquake (Croatia) in 2020—Preliminary Multidisciplinary Research. Remote Sens, 13.*
26. Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO]. (2021a) *Preporuke vezano uz edukaciju o postupanju u slučaj potresa i vježbi evakuacije.* Preuzeto 22.7.2021. s <https://mzo.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Vijesti/2021/Potres/Preporuke%20odgajno-obrazovnim%20ustanovama%20i%20osnivacima%20-%20postupanje%20u%20slucaju%20potresa%20i%20pokazne%20vjezbe.pdf>
27. Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO]. (2021b) *Potres - aktivnosti iz djelokruga MZO-a.* Preuzeto 25.7.2021. s <https://mzo.gov.hr/vijesti/potres-aktivnosti-iz-djelokruga-mzo-a/4125>
28. Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO]. (bez dat.) *Učenici s teškoćama u osnovnim školama.* Preuzeto 24.7.2021. s <https://mzo.gov.hr/istaknute-teme/odgoj-i-obrazovanje/posebne-mogucnosti-u-sustavu-odgoja-i-obrazovanja/posebne-mogucnosti-u-sustavu-osnovnoskolskog-odgoja-i-obrazovanja/ucenici-s-teskocama-u-osnovnim-skolama/1023>
29. Mutch, C. (2014). *The role of schools in disaster preparedness, response and recovery: what can we learn from the literature?. Pastoral Care in Education.* https://www.researchgate.net/publication/263562459_The_role_of_schools_in_disaster_preparedness_response_and_recovery_what_can_we_learn_from_the_literature
30. Mutch, C. i Gawith, L. (2014). *The role of schools in engaging children in emotional processing of disaster experiences. Pastoral Care in Education 32(1).*
31. National Commission on Children and Disasters. 2010 *Report to the President and Congress. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality.*
32. Odluka o proglašenju katastrofe na području pogođenom potresom NN 1/21. Preuzeto 3.8.2021. s https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2021_01_1_1.html

33. Peek, L. (2008). *Children and Disasters: Understanding Vulnerability, Developing Capacities, and Promoting Resilience – An Introduction*. *Children, Youth and Environments* 18(1), 1-29.
34. Peek, L., Abramson, D.M., Cox, R.S., Fothergill, A. i Tobin, J. (2018). *Children and Disasters*. U: H. Rodríguez et al. (ur.): *Handbook of Disaster Research, Handbooks of Sociology and Social Research* (str. 243-262). Springer International Publishing.
35. Peek, L. i Stough, L. M. (2010). *Children With Disabilities in the Context of Disaster: A Social Vulnerability Perspective*. *Child Development*, 81 (4), 1260-1270.
36. Plan zaštite i spašavanja za područje Republike Hrvatske NN 96/10. Preuzeto 9.8.2021. s https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/full/2010_08_96_2707.html
37. Pomoć djeci nakon prirodnih nesreća i katastrofa- informacije za roditelje i učitelje. [Brošura] (bez dat.). Društvo za psihološku pomoć. Preuzeto 11.8.2021. s <http://dominikanke.org/wp-content/uploads/2020/03/Pomoc-djeci-nakon-prirodnih-nesreca-letak-rev.pdf>.
38. Prirodoslovno-matematički fakultet (2021). Mjesec dana od glavnog petrinjskog potresa. Preuzeto 31.8.2021. s https://www.pmf.unizg.hr/geof/seizmoloska_sluzba/potresi_kod_petrinje?@=1m7jw#news_118053
39. Profaca, B. (2016). *Traumatizacija djece i mladih*. *Ljetopis socijalnog rada*, 23 (3), 345-361.
40. Puhovski, S. (2021). *Kako biti podrška djeci nakon traumatskih događaja?* Preuzeto 13.8.2021. <https://www.youtube.com/watch?v=EseXOjZhyto&t=1374s>
41. Ronoh, S., Gaillard J. C. i Marlowe, J. (2015a). *Children with disabilities and disaster preparedness: a case study of Christchurch*. *Kōtuitui: New Zealand Journal of Social Sciences Online*, 10(2), 91-102.
42. Ronoh, S., Gaillard, J. C. i Marlowe, J. (2015b). *Children with Disabilities and Disaster Risk Reduction: A Review*. *Int J Disaster Risk Sci*, 6, 38-48.
43. Ronoh, S. (2016). *Disability through an inclusive lens: disaster risk reduction in schools*. *Disaster Prevention and Management*, 26 (1), 105-119.
44. Seddighi, H., Sajjadi, H., Yousefzadeh, S., López, M. L., Vameghi, M., Rafiey, H. i Khankeh, H. (2020). *Representation of Disasters in School Textbooks for Children with Intellectual Disabilities in Iran: A qualitative Content Analysis*, *International Journal of Disaster Risk Reduction*, <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101987>.

45. Stožer civilne zaštite [SCZ]. (bez dat.) *Ministarstvo znanosti i obrazovanja*. Preuzeto 24.7.2021. s <https://potresinfo.gov.hr/vladine-mjere/ministarstvo-znanosti-i-obrazovanja/107>
46. Ujedinjene nacije (2009). Međunarodna strategija Ujedinjenih nacija za smanjenje rizika od katastrofa, 2009. godina. Preuzeto s <https://otporninakatastrofe.ba/wp-content/uploads/pdf/UNISDR%20terminologija%202009.pdf>
47. Ujedinjeni narodi (1989). Konvencija o pravima djeteta. Preuzeto 12.7.2021. s https://www.unicef.org/croatia/sites/unicef.org.croatia/files/2019-10/Konvencija_20o_20pravima_20djeteta_full.pdf
48. UNESCO i UNICEF (2012). *Disaster Risk Reduction in School Curricula: Case Studies from Thirty Countries*. Geneva, Switzerland: United Nations Children Fund.
49. UN International Strategy for Disaster Reduction [UNISDR]. (2008). *Disaster Prevention for Schools Guidance for Education Sector Decision-Makers Consultation version, November 2008*. Geneva, Switzerland: UNISDR.
50. UN International Strategy for Disaster Reduction [UNISDR]. (2012). *Assessing School Safety from Disasters A Global Baseline Report*. Geneva, Switzerland: UNISDR.
51. Usami M, Iwadare Y, Kodaira M, Watanabe K, Aoki M, Katsumi, C., Matsuda, K., Makino, K., Iijima, S., Harada, M., Tanaka, H., Sasaki, Y., Tanaka, T. Ushijima, H. i Saito, K. (2012). *Relationships between Traumatic Symptoms and Environmental Damage Conditions among Children 8 Months after the 2011 Japan Earthquake and Tsunami*. *PLoS ONE*, 7(11).
52. Valenti, M., Ciprietti, T., Di Egidio, C., Gabrielli, M., Masedu, F., Tomassini, A. R. i Sorge, G. (2011). *Adaptive Response of Children and Adolescents with Autism to the 2009 Earthquake in L'Aquila, Italy*. *J Autism Dev Disord*, 42, 954-960.
53. Wisner, B. (2006). *Let Our Children Teach Us! A Review of the Role of Education and Knowledge in Disaster Risk Reduction*. Bangalore: Books for Change.
54. Wolmer, L., Laor, N., i Yazgan, Y. (2003). *School reactivation programs after disaster: Could teachers serve as clinical mediators?* *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 12, 363–381.
55. Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi NN 87/08 (NN 64/20). Preuzeto 15.07.2021. s <https://www.zakon.hr/z/317/Zakon-o-odgoju-i-obrazovanju-u-osnovnoj-i-srednjoj-%C5%A1koli>
56. Zakon o sustavu civilne zaštite NN 82/15 (NN 20/21). Preuzeto 07.07.2021. s <https://www.zakon.hr/z/809/Zakon-o-sustavu-civilne-za%C5%A1tite>

PRILOZI

VIDEO MATERIJALI

1. If You're Near a Sturdy Desk or Table (Earthquake Safety Video Series)

https://www.youtube.com/watch?v=GSDmqLQmMN0&t=2s&ab_channel=GreatShakeOutEarthquakeDrills

2. Antistres potres - tri tajne kako ostati smiren

https://www.youtube.com/watch?v=IiWMN8r3s44&ab_channel=CroatianRedCrossHrvatskiCrveniKriz

3. Što činiti u slučaju potresa?

https://www.youtube.com/watch?v=psOzzPq25cQ&ab_channel=SROK

4. Edukativni video „Ponašanje u slučaju potresa“

https://www.youtube.com/watch?v=EYt8rgzsExg&t=13s&ab_channel=GradZagreb

5. Snimka webinara 'Kako biti podrška djeci nakon traumatskih događaja?'

https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=EseXOjZhyto&feature=share&fbclid=IwAR2ln9r47nXdgkeWm3qYliyu1r45slRvZ-juPJlPrcOgHesUUqsMvQZdULQ&ab_channel=Zagreba%C4%8Dkopsiholo%C5%A1kodru%C5%A1tvo

6. Trauma

<https://vimeo.com/user115719757>

PISANI MATERIJALI:

1. Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa

<https://www.poliklinika-djeca.hr/wp-content/uploads/2020/12/Djeca-i-obitelji-prije-tijekom-i-nakon-potresa-5MB.pdf>

2. Priprema za izvanredne situacije – potres (edukativni materijal)

https://sigurnija-djeca.hck.hr/storage/uploads/SIGURNOST%20OP%C4%86ENITO-Potres_edukativni%20materijal.pdf

3. Priprema za izvanredne situacije – potres (primjeri radionica)

https://vrtic-grigoraviteza.zagreb.hr/UserDocsImages/SAVJETI%20ZA%20RODITELJE/Priprema%20za%20izvanredne%20situacije_potres_primjeri%20radionica.pdf

4. Brošura MUP-Civilna zaštita – s uputama za obitelji s djecom

https://civilna-zastita.gov.hr/UserDocsImages/CIVILNA%20ZA%C5%A0TITA/PDF_ZA%20WEB/SafeQuake%20BROSURA_strana10.pdf

5. Learning about Earthquakes and Protection Measures - Guidelines for People with Disabilities

https://www.preventionweb.net/files/20383_20380textbookpeoplewithdisabilities.pdf

6. Kako biti podrška djetetu u nošenju sa strahom od potresa (letak)

https://www.erf.unizg.hr/docs/ERF_CZR_kako_podrzati_dijete_u_nosenju_sa_strahom_od_potresa.pdf

7. Pomoć djeci nakon prirodnih nesreća i katastrofa - informacije za roditelje i učitelje

<http://dominikanke.org/wp-content/uploads/2020/03/Pomoc-djeci-nakon-prirodnih-nesreca-letak-rev.pdf>

8. letak o potresu – Grad Zagreb

https://www.zagreb.hr/UserDocsImages/hitne_situacije/LETAK%20POTRES.pdf

DJECA I OBITELJI PRIJE, TIJEKOM I NAKON POTRESA

-prilagođeni tekst Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba-

U nastavku je sažetak brošure „Djeca i obitelji prije, tijekom i nakon potresa“. Prethodno je u radu, u dijelu „Prilozi“, moguće pronaći web adresu originalne brošure koja nudi i ideje za aktivnosti povezane s potresom. Ovaj sažetak kreiran je s ciljem smanjenja broja informacija radi lakšeg razumijevanja za roditelje.

Potresi mogu biti iznimno razorni te utječu na djetetov dom, obitelj, školu i zajednicu.

Neki potresi predstavljaju prirodnu katastrofu koju djeca mogu posebno teško doživjeti i osjećati posljedice u danima i mjesecima nakon.

Odrasli ponekad smatraju da je djeci lakše jer ne razumiju situaciju, no djeci je teško jer osjećaju velike promjene i prekid sigurnosti, a ne razumiju što se događa.

Odrasli imaju važnu ulogu u osiguravanju podrške djetetu, što je posebno izazovno kad su i sami pogođeni traumatskim događajem.

MOGUĆE REAKCIJE DJECE U ODNOSU NA DOB

Djeca predškolske dobi

- Plač koji je teško kontrolirati
- Naglašen strah od odvajanja
- Strah od samoće i mraka
- Promjene u apetitu
- Iritabilnost, razdražljivost
- Pojava regresivnih ponašanja (npr. dijete koje je prestalo cuclati prst ponovno počinje cuclati prst)
- Osjetljivost na najmanje zvukove

Djeca osnovnoškolske dobi

- Povlačenje od vršnjaka
- Poteškoće usnivanja i spavanja
- Intenzivna tuga
- Odbijanje odlaska u školu
- Slabije poštivanje autoriteta
- Pojava novih strahova
- Glavobolje ili mučnine
- Agresivno ponašanje
- Promjene u apetitu

Adolescenti

- Ponašanja poput lupanja vratima
- Osjećaj bespomoćnosti i beznada
- Pretjerana pobuđenost, nemogućnost umirivanja
- Ravnodušnost i nezainteresiranost
- Izoliranje od obitelji i vršnjaka
- Preokupiranost potresom i sličnim prirodnim katastrofama
- Promjene u apetitu i snu
- Pojačani strahovi i brige

KAKO POMOĆI DJECI NAKON POTRESA?

1. Pomozite djetetu da se osjeća sigurno tako što mu omogućite boravak uz poznate osobe i potičete prisjećanje sretnih sjećanja
2. Smanjite djetetovu izloženost medijima koji izvještavaju o potresu
3. Razgovarajte s djetetom na koji način može pomoći drugima kako bi potaknuli osjećaj smisla
4. Uvažite djetetove emocije i potičite razgovor o njima
5. Provjerite djetetovo znanje o potresu
6. Omogućite djetetu da se čuje sa svojim prijateljima i provjeri kako su
7. Budite tu za dijete i odgovorite na pitanja koja vam postavlja
8. Potičite dijete da osjeća i doživljava izrazi kroz igru ili crtež
9. Potražite podršku za sebe
10. Naglasite zajedništvo, empatiju i solidarnost kao pozitivne strane teških iskustava

SMJERNICE ZA RODITELJE PRIJE, TIJEKOM I NAKON POTRESA

Prije potresa

- Objasnite djeci da postoji mogućnost potresa koji mogu biti jači ili slabiji i da će se nakon jednog potresa vjerojatno dogoditi još njih

- Naučite djecu što trebaju činiti u slučaju potresa

Tijekom potresa

- Provjerite i osigurajte da djeca ostanu na tlu s pokrivenom glavom ili na nekom sigurnom mjestu
- Ostanite smireni kako bi pružili primjer djetetu
- Nakon što potres prestane izađite iz građevina na dovoljno sigurnu udaljenost
- Potičite opuštajuće aktivnosti kao što su duboko disanje, igre, pričanje priče

Nakon potresa

- Roditelji trebaju znati da će njihovo suočavanje sa stresom utjecati na oporavak djeteta
- Oporavak djeteta ovisit će o gubicima koje je doživjelo i količini štete
- Nakon potresa dobro je potražiti pomoć obitelji, prijatelja ili humanitarnih organizacija

ŠTO KAD DIJETE PITA: „HOĆE LI BITI JOŠ POTRESA?“

Mnogi roditelji bi rekli djetetu da više neće biti potresa i da je sada sigurno jer ga žele umiriti. To ne treba činiti jer će narušiti odnos povjerenja između roditelja i djeteta. Na ovo pitanje potrebno je odgovoriti da nitko sa sigurnošću to ne može znati, ali da je dobro biti spreman za slučaj novog potresa i napraviti plan. Plan u slučaju novog potresa pruža djetetu osjećaj kontrole i sigurnosti. Plan bi trebao uključivati mjesto gdje se dijete može skloniti zajedno s odraslim osobama od povjerenja, stvari koje može ponijeti sa sobom, a koje mu mogu smanjiti strah te dogovor gdje će se ukućani okupiti u slučaju da moraju napustiti zgradu.

JE LI MOM DJETETU POTREBNA STRUČNA POMOĆ?

Pratite svoje dijete i pokušajte odgovoriti na sljedeća pitanja:

1. Prošlo je 4-6 tjedana od potresa – ima li moje dijete i dalje intenzivne promjene u ponašanju i doživljavanju (npr. teškoće sa spavanjem, povlačenje, osluškivanje zvukova zbog straha od novog potresa...)?
2. Smetaju li te promjene moje dijete u svakodnevnom funkcioniranju u obitelji, školi, odnosima s prijateljima itd.?

Ako su odgovori DA, bilo bi dobro potražiti stručnu podršku!

Da biste mogli pomoći djeci, morate brinuti o sebi. Dozvolite si da vam je teško i potražite podršku!

- Kako ste?
- S kim možete razgovarati?
- Koje je vaše sigurno mjesto?
- Koje je vrijeme u danu kad barem 15 minuta možete posvetiti sebi uz šalicu kave, toplu kupku, čitanje knjige ili nešto drugo što volite?
- Imate li potrebu porazgovarati sa stručnjakom mentalnog zdravlja?