

SEDOS VYTAUTO MAČERNIO GIMNAZIJOS KRIZIŲ VALDYMO MOKYKLOJE TVARKOS APRAŠAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Krizių valdymo Gimnazijos tvarkos aprašas (toliau – Tvarka) reglamentuoja krizių valdymą gimnazijoje, komandos sudarymą, jos funkcijas, finansavimą bei darbo organizavimą ir bendradarbiavimą su Gimnazijos vaiko gerovės VGK (toliau – VGK), Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia savivaldybės vykdomąja institucija (savivaldybės Gimnazijos – biudžetinės įstaigos), ir psichologinės pagalbos teikėju (-ais) krizės Gimnazijoje metu.

2. Šioje Tvarkoje vartojamos sąvokos:

2.1. **Krizė gimnazijoje** – netikėtas ir / ar pavojingas įvykis, sutrikdantis įprastą Gimnazijos bendruomenės ar atskirų jos narių veiklą, emociškai sukrečiantis visą ar didesnę Gimnazijos bendruomenės dalį;

2.2. **Krizės valdymas gimnazijoje** – suprantamas kaip koordinuoti veiksmai, kuriuos atlieka Gimnazijos komanda, VGK, Mažeikių rajono savivaldybės savižudybių prevencijos koordinatorius, Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinanti institucija ir (ar) psichologinės pagalbos teikėjas (-ai), siekiant įveikti krizės sukeltas pasekmes ir teikti Gimnazijos bendruomenei veiksmingą pagalbą (toliau – krizės valdymas), organizuojamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Mokyklos vaiko gerovės komisijos sudarymo ir jos darbo organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2024 m. liepos 19 d. įsakymu Nr. V-818 „Dėl Mokyklos vaiko gerovės komisijos sudarymo ir jos darbo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (su vėlesniais pakeitimais) (toliau – Mokyklos vaiko gerovės komisijos sudarymo ir jos darbo organizavimo tvarkos aprašas), Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro Rekomendacijomis dėl krizių valdymo mokyklose ir atsižvelgiant į Lietuvos visuomenės informavimo etikos kodeksą (<http://www.etikoskomisija.lt/teisine-informacija/etikos-kodeksas/item/69-lietuvos-visuomenes-informavimo-etikos-kodeksas>), metodinę medžiagą Mokyklų krizių valdymo komandoms „Krizių valdymas Mokyklose“ (<http://sppc.lt/index.php?1032120711>).

3. Visi pagalbą, įvykus krizei Gimnazijoje – netikėtam ir / ar pavojingam įvykiui, sutrikdančiam įprastą Gimnazijos bendruomenės ar atskirų jos narių veiklą, emociškai sukrečiančiam visą ar didesnę Gimnazijos bendruomenės dalį (toliau – krizė) – teikę specialistai turi laikytis konfidencialumo, gauti ir teikti informaciją tiek, kiek būtina atsakingiems fiziniams ar juridiniams asmenims atlikti pavestas funkcijas ir nepažeidžiant vaiko teisių ir teisėtų interesų.

II SKYRIUS KRIZIŲ VALDYMO GIMNAZIJOJE ORGANIZAVIMAS

4. Krizės valdymą gimnazijoje organizuoja Gimnazijos Krizių valdymo komanda (toliau – KVK) ir Mobili krizių įveikimo komanda.

5. Gimnazijos KVK paskirtis – pasirengti konstruktyviai reaguoti į krizę, o įvykus krizei – koordinuotai ir veiksmingai organizuoti krizės pasekmių įveikimą, užtikrinti krizės paveiktiems Gimnazijos bendruomenės nariams reikiamos pagalbos teikimą.

6. KVK sudaroma iš 7–9 narių. Gimnazijos KVK vadovauja gimnazijos direktorius, jam negalint atlikti savo funkcijų, jo pavaduotojas ugdymui (toliau – Gimnazijos KVK vadovas). Gimnazijos KVK sudaro: KVK vadovas, narys atsakingas už psichologinės pagalbos organizavimą ir (ar) teikimą, narys, atsakingas už komunikaciją, narys, atsakingas už saugumą, ir narys, atsakingas už pirmosios medicininės pagalbos organizavimą. Vienai funkcijai atlikti gali būti skiriami keli Gimnazijos KVK nariai arba vienam Gimnazijos KVK nariui skiriama atlikti kelias funkcijas, tačiau Gimnazijos KVK vadovo, nario, atsakingo už psichologinės pagalbos organizavimą ir (ar) teikimą, ir nario, atsakingo už komunikaciją, funkcijas atlieka skirtingi asmenys.

7. Gimnazijos KVK nariais skiriami krizės valdymui būtinų gebėjimų: komunikacijos, bendradarbiavimo, komandinio darbo, konfliktų sprendimo, savižudybės ir savižalos rizikos atpažinimo įgūdžių turintys Gimnazijos administracijos darbuotojai, mokytojai ir / ar pagalbos mokiniui specialistai (logopedas, specialusis pedagogas, socialinis pedagogas, psichologas). Gimnazijos KVK nariai gali būti ir Komisijos nariais. Gimnazijos KVK sudėtį tvirtina Gimnazijos direktorius.

8. Gimnazijos KVK krizės valdyme atlieka šias funkcijas:

8.1. parengia preliminarų krizės valdymo veiksmų planą, kuriame numato krizės valdymo veiksmus (toliau – krizės valdymo veiksmų planas) (*Tvarkos 1, 7 priedai*);

8.2. įvykus krizei, konsultuojantis su Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia savivaldybės vykdomąja institucija ir psichologinės pagalbos teikėju (-ais), peržiūri preliminarų krizės valdymo veiksmų planą pritaikant jį esamai krizės situacijai ir įvertina Gimnazijos turimus vidinius psichologinei pagalbai reikalingus resursus, prireikus, išskviečia psichologinės pagalbos teikėją (-us), reguliariai aptaria esamą krizės situaciją ir tolesnius krizės valdymo veiksmus. Pasikeitus aplinkybėms priima sprendimą:

8.2.1. koreguoti krizės valdymo veiksmų planą;

8.2.2. sustabdyti krizės valdymo veiksmus. Sustabdžius krizės valdymo veiksmus aptaria krizės valdymo eigą ir numato postvencinius veiksmus.

9. Gimnazijos KVK narių funkcijos:

9.1. KVK vadovas:

9.1.1. vadovauja KVK darbui;

9.1.2. užtikrina, kad, nesant kurio nors KVK nario, jo funkcijoms krizės valdyme atlikti būtų paskirtas kitas Gimnazijos darbuotojas;

9.1.3. užtikrina, kad KVK nariams dalyvaujant krizės valdymo veikloje būtų paskirti asmenys jų tiesioginiam darbui dirbti;

9.1.4. rūpinasi, kad KVK nariai ir kiti Gimnazijos darbuotojai, paskirti jų funkcijoms krizės valdyme atlikti, įgytų krizės valdymo kompetencijų ir nuolat (ne rečiau kaip kartą per metus po 4 akademinės valandas) tobulintų kvalifikaciją šioje srityje;

9.1.5. inicijuoja KVK posėdžius krizės valdymo klausimams svarstyti. KVK posėdžiai krizės valdymo organizaciniais klausimams (KVK narių funkcijoms krizės valdyme pasiskirstyti, preliminariam krizės valdymo veiksmų planui sudaryti, planuoti dalyvauti kvalifikacijos tobulinimo renginiuose, pasidalinti patirtimi ir kita) aptarti organizuojami pagal poreikį, bet ne rečiau kaip 2 kartus per metus;

9.1.6. įvykus krizei, nedelsiant informuoja Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančią instituciją savivaldybės vykdomąją instituciją, prireikus – kitas institucijas;

9.1.7. įvykus krizei, susisiekiama su nukentėjusio asmens artimaisiais ir (ar) policija, patikslinama krizės faktai, aptariama su asmens artimaisiais, kokia informacija apie krizę bus pateikta Gimnazijos bendruomenei (Gimnazijos administracijai, mokytojams, mokiniams, mokinių tėvams (globėjams, rūpintojams))(Tvarkos 2-6 priedai);

9.1.8. krizės metu nedelsiant sušaukia ir informuoja apie krizę KVK;

9.1.9. informuoja Gimnazijos administraciją ir mokytojus apie krizės valdymo organizavimo veiksmus ir pateikia informaciją apie krizę Gimnazijos darbuotojams, užtikrina, kad mokytojai nedelsiant (ne vėliau kaip kitą ugdymo dieną) vienu metu, mažoms mokinių grupėms (klasėse) praneštų informaciją apie krizę. Esant poreikiui, pateikia informaciją žiniasklaidai;

9.1.10. iškvietus psichologinės pagalbos teikėją (-us), informuoja Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančią savivaldybės vykdomąją instituciją (savivaldybės Gimnazijos – biudžetinės įstaigos),

9.1.11. mokinio ir (ar) Gimnazijos darbuotojo mirties atveju pasirūpina, kad jo asmens duomenys būtų pašalinami iš žurnalų, sąrašų, kompiuterių ir kita; mirusiojo daiktus perduoda artimiesiems;

9.2. narys, atsakingas už psichologinės pagalbos organizavimą ir (ar) teikimą:

9.2.1. įvykus krizei, vertina situaciją Gimnazijoje (labiausiai krizės paveiktus Gimnazijos bendruomenės narius, bendrą Gimnazijos bendruomenės mikroklimatą, psichologinės pagalbos teikimo poreikį) ir Gimnazijos vidinius resursus, reikalingus psichologinei pagalbai teikti;

9.2.2. bendradarbiaudamas su Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia institucija savivaldybės vykdomąja institucija, organizuoja psichologinės pagalbos Gimnazijos bendruomenei teikimo priemones (teikėjus, patalpas, laiką);

9.2.3. labiausiai krizės paveiktiems Gimnazijos bendruomenės nariams siūlo psichologinę pagalbą ir (ar) teikia informaciją apie psichologinės pagalbos teikėją (-us) ir (ar) teikia psichologinę pagalbą Gimnazijos bendruomenės nariams (rengia pokalbius su Gimnazijos bendruomenės nariais, konsultuoja Gimnazijos bendruomenės narius individualiai ar grupėmis);

9.3. narys, atsakingas už komunikaciją:

9.3.1. reguliariai atnaujina KVK narių ir psichologinės pagalbos teikėjo (-ų) kontaktus ir užtikrina jų prieinamumą KVK nariams ir Gimnazijos bendruomenei;

9.3.2. bendradarbiaudamas su VVK, psichologinės pagalbos teikėju (-ais) ar Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia savivaldybės vykdomąja institucija ir Gimnazijos KVK vadovu, parengia informacijos apie krizę tekstą, kuris bus skirtas Gimnazijos bendruomenei, prireikus ir žiniasklaidai, bei pateikia šią informaciją Gimnazijos komandos vadovui;

9.3.3. konsultuoja Gimnazijos KVK vadovą, mokytojus, kaip informuoti apie krizę mokinius ir žiniasklaidą;

9.3.4. paruošia informaciją apie krizę ir praneša mokinių tėvams (globėjams, rūpintojams);

9.3.5. vertina bendravimo su žiniasklaida efektyvumą;

9.4. narys, atsakingas už saugumo priemonių organizavimą:

9.4.1. esant krizei, susijusiai su realia ar suvokiama grėsme Gimnazijos bendruomenės narių civiliniam saugumui, nedelsiant imasi priemonių, užtikrinančių Gimnazijos bendruomenės narių saugumą, ir informuoja Gimnazijos KVK vadovą ar jo pavaduotoją, prireikus iškviečia policiją ir (ar) priešgaisrinę gelbėjimo tarnybą (bendrosios pagalbos telefonu 112);

9.4.2. po krizės vertina saugumo priemonių efektyvumą;

9.5. narys, atsakingas už pirmosios medicininės pagalbos organizavimą:

9.5.1. esant realiai ar suvokiamai grėsmei Gimnazijos bendruomenės narių sveikatai ir (ar) gyvybei, nedelsiant nustato sužeistus Gimnazijos bendruomenės narius, inicijuoja pirmosios medicininės pagalbos teikimą ir informuoja Gimnazijos KVK vadovą ar jo pavaduotoją ugdymui, prireikus iškviečia greitąją medicinos pagalbą (bendrosios pagalbos telefonu 112);

9.5.2. rūpinasi, kad krizės atveju būtų priemonių, reikalingų pirmajai medicininei pagalbai suteikti;

9.5.3. numato vietą (-as) gimnazijoje, kur galėtų būti teikiama pirmoji medicininė pagalba;

9.5.4. po krizės vertina pirmosios pagalbos organizavimo efektyvumą.

III SKYRIUS

BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

10. Su Krizių valdymo mokykloje tvarkos aprašu, patvirtintu Gimnazijos direktoriaus įsakymu, pedagoginiai darbuotojai supažindinami elektroninėmis priemonėmis per dokumentų valdymo sistemą (DVS), nepedagoginiai darbuotojai - pasirašytinai.

11. Mokinių tėvai (globėjai, rūpintojai) supažindinami su šia Tvarka, patalpinant ją Gimnazijos internetinėje svetainėje <https://sedosgimnazija.lt/>

(Krizės valdymo veiksmų plano formos pavyzdys)

KRIZĖS VALDYMO VEIKSMŲ PLANAS

(Gimnazijos pavadinimas)

(data)

1. Gimnazijos bendruomenės narys, gavęs informaciją apie krizę gimnazijoje, nedelsdamas informuoja Gimnazijos KVK vadovą
 (vardas pavardė, kontaktinis telefono Nr.).

Jam nesant, jo įgaliotą atstovą.....
 (vardas, pavardė, kontaktinis telefono Nr.).

2. Gimnazijos KVK vadovas susisiekiama su nukentėjusiojo asmens artimaisiais ir (ar) policija patikslina krizės faktus (kas, kur ir kada įvyko) ir informaciją, kuri galėtų būti pateikta Gimnazijos bendruomenei.

3. Gimnazijos KVK vadovas nedelsdamas sušaukia Gimnazijos KVK posėdį. Gimnazijos KVK narių vardai, pavardės, telefono Nr., funkcijos krizės valdymo metu:

3.1. Komandos vadovas – direktorė Aušra Kazlauskienė, (nesant pavaduotoja ugdymui Daiva Bružienė);

3.2. asmuo atsakingas už komunikaciją – direktorės pavaduotoja ugdymui Dalia Sakalauskienė;

3.3. atsakingas už psichologinės pagalbos organizavimą - psichologė Elena Šmitienė;

3.4. narys atsakingas už saugumo priemonių organizavimą – ūkvedys Leonas Vytautas Derkintis;

3.5. atsakingas už pirmosios medicininės pagalbos organizavimą - visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Vydmantė Šakiniūtė.

4. Gimnazijos KVK vadovas informuoja apie krizę Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančią savivaldybės vykdomąją instituciją, jei Gimnazijos KVK susitarė dėl šios funkcijos priskyrimo Gimnazijos KVK vadovui.

Įstaigos pavadinimas

Kontaktinio asmens vardas, pavardė, telefono Nr., el. paštas:

.....

5. Gimnazijos KVK posėdžio metu aptaria šiuos klausimus (priklausomai nuo konkrečios krizės situacijos posėdžio darbotvarkė gali būti papildyta įtraukiant kitus aktualius klausimus arba sutrumpinta, jei kai kurie klausimai neaktualūs konkrečios krizės situacijoje):

5.1. įvertina krizės paveiktų asmenų grupes (kurie Gimnazijos bendruomenės nariai gali būti labiausiai paveikti). Labiausiai krizės paveiktos asmenų grupės:

.....

.....

5.2. įvertina turimus psichologinės pagalbos Gimnazijoje resursus, jei jų nepakanka, kreipiamasi į psichologinės pagalbos teikėją (-us) ir informuoja Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančią savivaldybės vykdomąją instituciją. Psichologinės pagalbos teikėjo (-ų) vardas, pavardė, telefono Nr., el. paštas:

.....

.....

5.3. sutaria, kokia informacija apie krizę ir jos valdymo veiksmus bus pateikiama atskiroms Gimnazijos bendruomenės grupėms (mokiniam, tėvams (globėjams, rūpintojams), Gimnazijos darbuotojams, žiniasklaidai). Taip pat sutaria, kas, kada ir kokia forma pateiks parengtą informacinį tekstą;

5.4. esant būtinybei sprendžia apie papildomų civilinės saugos ir (ar) greitosios medicinos pagalbos priemonių reikalingumą (policijos ir (ar) priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos, greitosios medicinos pagalbos iškvietimą (bendrosios pagalbos telefonu 112);

5.5. svarsto būtinybę informuoti apie krizę kitas įstaigas ar institucijas (pvz., Telšių apskrities vaiko teisių apsaugos skyrių Mažeikių rajone, kitas mokyklas, kurias gali paveikti krizė ar kt.) ir bendradarbiauti su jomis organizuojant ar vykdant krizės valdymo veiksmus;

5.6. mirties atveju aptaria dalyvavimą laidotuvėse (visi Gimnazijos bendruomenės nariai turi būti informuoti apie laidotuvių laiką ir vietą; laidotuvėse dalyvauja tik norintys Gimnazijos bendruomenės nariai);

5.7. atsižvelgus į konkrečios krizės aplinkybes ir remiantis KVK posėdžio metu priimtais sprendimais, rekomenduotinai konsultuojantis su Gimnazijos savininko teises ir pareigas įgyvendinančia savivaldybės vykdomąja institucija ir psichologinės pagalbos teikėju (-ais), tikslina preliminarų krizės valdymo veiksmų planą;

5.8. numato kito Gimnazijos KVK posėdžio vietą ir laiką.

6. Apie krizę informuojama Gimnazijos bendruomenė.

7. Labiausiai nukentėjusiems asmenims teikiama psichologinė ir (ar) kita pagalba.

8. Pasirūpinama, kad visiems Gimnazijos bendruomenės nariams būtų prieinama informacija apie psichologinės pagalbos galimybes.

9. Mokinio ar kito bendruomenės nario mirties atveju pasirūpinama, kad jo vardas, pavardė būtų pašalinami iš žurnalų, sąrašų, kompiuterių, pasirūpinama mirusiojo daiktai.

10. Gimnazijos KVK reguliariai aptaria krizės valdymo veiksmų eigą, veiksmingumą, prireikus keičia, koreguoja krizės valdymo veiksmų planą.

Kaip elgtis tuomet, kai miršta darbuotojo artimasis, kuris yra buvęs mūsų mokinys

PRANEŠIMAS MOKINIAMS

(Klasių vadovams ir mokytojams, skirtas mokiniams informuoti klasėse po savižudybės, mokinius geriau informuoti gyvai, kad ir perskaitant pasirengtą informaciją, tuomet matosi jų reakcijos, galima palaikyti)

Mūsų mokykloje skaudus įvykis. Mes labai užjaučiame darbuotoją (Vardas Pavardė) pastarosiomis dienomis netekusios savo vaiko (Vardas) ir tėčio (vardas). – (mėnuo ir diena). nusižudė / mirė (jei šeima nepritaria) buvęs mokinys (Vardas, pavardė). Giliai užjaučiame (Vardas) visą šeimą ir artimuosius.

Darbuotojo vaikas mirė nuo savižudybės ir nors nesužinosime, kodėl (Vardas) nusprendė nusižudyti, tačiau žinome, kad tai sudėtingas reiškinys ir neturi vienos priežasties. Dažnai savižudybė būna susijusi su psichologiniais sunkumais, o juos galima įveikti. Todėl išties labai svarbu kreiptis pagalbos, jei jūs patys, jūsų draugas ar artimasis jaučiasi prislėgtas ar sutrikęs.

Apie skaudžius įvykius dažnai kyla įvairių gandų. Tačiau prisiminkite, kad neteisinga, iškreipta informacija apie įvykį gali labai skaudinti artimuosius, todėl kviečiame neplatinti nepatikrintos informacijos arba spėlionių.

Mokyklos administracija pasiruošusi pasiūlyti paramą ir palaikymą. Todėl pakvietėme specialistus, kurie gali padėti įveikiant krizes. Jei norėtumėte pasikalbėti su specialistu, praneškite apie tai klasės vadovui arba psichologui. Jei pastebite ar jaučiate, kad jūsų draugas ar šeimos narys gali turėti minčių apie savižudybę, to negalima laikyti paslapyje, būtinai iškart praneškite mokyklos darbuotojui arba kitam artimam suaugusiajam.

Nemokamus psichologinės pagalbos telefonai:

Jaunimo linija 8 800 28888

Vaikų linija 116 111

Artimiausios paramos tarnybos, į kurias galima kreiptis dėl kilusių išgyvenimų:

Tikime, kad visi kartu palaiapsniui išveiskime kilusius sunkumus, o gyvenimas mokykloje vėl tekės įprasta vaga.

PRANEŠIMAS DARBUOTOJAMS APIE DARBUOTOJO VAIKO MIRTĮ

Data:

Kam: Darbuotojams

Nuo: (Vadovo vardas ir pavardė)

Tema: (Darbuotojo vardas ir pavardė) mirtis

Mūsų mokykla yra nuliūdinta žinios apie [darbuotojo vardas ir pavardė] vaiko ir mūsų buvusio mokinio savižudybę (mirtį, jei nepatvirtinta). Nuoširdžiai užjaučiame (Vardas) dėl įvykusių netekčių.

Mes galime niekada nesužinoti visų šią tragediją lėmusių veiksnių, tačiau specialistai mano, kad didelės dalies savižudybių negalima paprastai paaiškinti ar priskirti joms tik vieną priežastį.

Tragiškos ir netikėtos [Vardas] mirties aplinkybės gali sukelti įvairių reakcijų ir jausmų, kelti skaudžių klausimų tiek mums tiek mūsų mokiniams. Mes susitarėme su [profesionalais] dėl galimybės pasikalbėti apie reakcijas į tokį įvykį ir apie tai, kaip galima būtų kalbėti su įvykio paveiktais mokiniais. Numatomas *Online* susitikimo laikas xxx. Šio susitikimo metu konsultantai bus pasirengę mums padėti ir atsakyti rūpimus į klausimus.

Kai kuriems gali būti priimtinesnė individuali pagalba. Pastaruosius raginame susisiekti su profesionalais skambinant šiais numeriais:

Mobilios krizių įveikimo komandos numeris

Psichologais šiuo metu teikiančiais krizinę pagalbą mūsų mokyklai, kuriems reikėtų pasiskambinti ir susiderinti *Online* konsultacijos laiką: xxx

Poreikiui esant vienam darbuotojui galime pasiūlyti iki penkių individualių konsultacijų.

Apie skaudžius įvykius dažnai kyla įvairių gandų. Tačiau prisiminkite, kad neteisinga, iškreipta informacija apie įvykį gali labai skaudinti skaudų įvykį patyrusį žmogų ir jo artimuosius, todėl kviečiame neplatinti nepatikrintos informacijos arba spėliojimų apie įvykį.

Norintys pasikalbėti apie tai, kas įvyko, yra laukiami (nurodoma administracija ar psichologas). Tikime, kad visi kartu palaipsniui išgyvensime šią netektį, ir galėsime grįžti į įprastą savo darbo ritmą.

PRANEŠIMAS TĖVAMS

(Siunčiama elektroninėmis priemonėmis paveiktų klasių tėvams arba perskaitoma mažose grupėse po savižudybės)

Mūsų mokykloje skaudus įvykis – (*mėnuo ir diena*) nusižudė mūsų mokyklos buvęs mokinys klasioko / auklėtojos (*Vardas, Pavardė*) brolis / sūnus. Nuoširdžiai užjaučiame (*Vardas*) šeimą ir artimuosius.

Suprantame, kad toks įvykis sukelia daug sunkių jausmų ir klausimų visiems. Nors nesužinosime, kodėl taip nutiko, tačiau žinome, kad savižudybė yra sudėtingas reiškinys ir neturi vienos priežasties. Dažnai savižudybė būna susijusi su psichologiniais sunkumais, o juos galima įveikti. Todėl išties labai svarbu kreiptis pagalbos, jei Jūs pats, Jūsų vaikas ar artimasis jaučiasi prislėgtas ar sutrikęs.

Mokyklos administracija pasiruošusi pasiūlyti paramą ir palaikymą mokyklos bendruomenei, todėl pakvietėme specialistus, kurie gali padėti įveikiant krizes. Šią savaitę (*mėnuo ir diena, tikslus laikas*) su mokyklą dirbs krizių įveikimo komanda iš Vilniaus Krizių Įveikimo Centro. Prašome kreiptis į ... (klasės vadovą pavaduojanti mokytoją) ar mokyklos administraciją, jei manote, kad Jūsų vaikui reikia papildomos pagalbos. Taip pat galite kreiptis į mokyklos psichologą (*Vardas, Pavardė, telefonas*).

Priedame informaciją apie nemokamus psichologinės pagalbos telefonus ir kitas artimiausias paramos tarnybas, į kurias galima kreiptis dėl kilusių išgyvenimų. Jei kiltų klausimų, kaip kalbėtis su vaikais apie savižudybę, galite pasitarti paskambinę į „Tėvų liniją“ tel. 8 800 90012.

Neabejojame, kad visi kartu palaipsniui įveiksime kilusius sunkumus, o gyvenimas mokykloje vėl tekės įprasta vaga.

Pagarbiai

(*Vadovo Vardas, Pavardė*)

KAIP KALBĖTIS SU MOKINIAIS PO BENDRUOMENĖS NARIO SAVIŽUDYBĖS

(Gairės mokytojams prieš pokalbį su mokiniais po savižudybės)

Po mokyklos bendruomenės nario savižudybės moksleiviams gali kilti ypač daug klausimų, ir daugumai žmonių nėra lengva apie tai kalbėtis. Tokio pobūdžio informaciją svarbu moksleiviams perduoti gyvame pokalbyje, matyti jų reakcijas, turėti galimybę vėliau individualiai pasikalbėti su stipriau sureagavusiais mokiniais. Toliau pateikiame informaciją ir būdus, kaip mokiniai turėtų būti informuojami ir kaip su jais kalbėtis apie savižudybę:

1. įvardykite, kas įvyko, – kad asmuo nusižudė, kada nusižudė ir kas nusižudė. Šį faktą pristatykite be dramatiškumo;

2. informaciją pateikite pagarbiai, kaip kalbėdami apie bet kurį mirusį žmogų;

3. praneškite, kad visas mokyklos kolektyvas liūdi dėl netekties, užjaučia artimuosius ir skaudžiai išgyvena šį įvykį;

4. svarbu paaiškinti moksleiviams, kad savižudybė niekuomet nėra vienos priežasties rezultatas, kad niekas asmeniškai negali būti atsakingas už šią mirtį, kad nebus rastas atsakymas į klausimą, kodėl nusižudė šis asmuo. Todėl kaltinti ką nors dėl savižudybės nėra teisinga, nes tokie kaltinimai gali labai skaudinti kitą žmogų;

5. kalbant apie nusižudžiusį asmenį, labai svarbu atskirti jo asmenines savybes nuo poelgio – savižudybės. Kai kalbama apie asmenį, jis gali būti prisimenamas kaip geras žmogus, pareigingas darbuotojas ar mokinys, bet kai kalbama apie jo poelgį, savižudybę, dera laikytis nuostatos, kad savižudybė nėra išeitis sprendžiant problemas, nes:

5.1. savižudybė – dažniausiai yra nepakeliamo psichikos skausmo, nevilties išraiška, kuria žmogus nerado / nesugebėjo / nemokėjo su kuo nors pasidalyti ar kitaip su ja išbūti tuo metu – t. y. jis neieškojo arba nesugebėjo rasti reikiamos pagalbos;

5.2. savižudybė palieka labai sunkias psichologines, dvasines pasekmes nusižudžiusiojo artimiesiems, draugams, bendradarbiams – visiems, su kuriais nusižudęs asmuo turėjo reikšmingesnių asmeninių kontaktų;

6. mokytojai turėtų būti labai dėmesingi ir jautrūs moksleivių emocijoms, elgesio reakcijoms, kurias pastebės, kai praneš ir kalbės apie įvykusią savižudybę. Moksleiviams turi būti sudaryta galimybė būti išklausytiems, jiems turi būti lengvai prieinama psichologinė parama, jei jos prireikia;

7. pastebėjus reiškiamą pyktį ant nusižudžiusiojo, verta atkreipti į tai dėmesį ir pasakyti, kad pykti šioje situacijoje yra normalu ir kad tai nereiškia, jog netektis pykstančiajam nerūpi. Galima pykti ant žmogaus už jo poelgį ir tuo pačiu jausti, kad tas žmogus tau yra svarbus ir brangus;

8. svarbu padėti mokiniams suprasti, kad jie nėra atsakingi už kito žmogaus savižudybę, ypač jei yra svarstančių, kad jie galėjo ką nors padaryti ir užkirsti tam kelią. Mes ne visada galime numatyti kito žmogaus elgesį ir pastebėti kito žmogaus ketinimus, nes jis gali juos slėpti;

9. nurodykite, kokių priemonių ir veiksmų imasi mokyklos administracija, siekdama įveikti mokyklą ištikusią krizę (kviečiama krizių įveikimo komanda, prieinami psichikos sveikatos

konsultantai, išplatinta informacija apie visas psichologinę paramą teikiančias tarnybas – emocinės paramos telefonus, psichologines konsultacijas ir t. t.). Paskatinkite mokinius kreiptis pagalbos į patikimą suaugusįjį, jei jaučiasi prislėgti ir sutrikę arba pastebi, kad taip jaučiasi jų draugas. Galima pabrėžti, kad pagalbos ieškojimas nereiškia žmogaus silpnumo, tai kaip tik stiprybės, gebėjimo pasirūpinti savimi požymis. Taip pat verta paklausti, į ką jie pirmiausia kreiptųsi, jei patiems ar draugui kiltų minčių apie savižudybę.

KO NEREIKĖTŲ DARYTI:

- Informuoti mokinius apie savižudybę raštu arba per socialinius tinklus.
 - Pasakoti mokiniams apie savižudybės metodą. Esant klausimams apie savižudybės būdą, verta pakreipti pokalbį į tai, kaip savižudybė mokinius paveikė ir kaip su tuo tvarkytis.
 - Atskleisti priešmirtinio raštelių turinį.
 - Neigiamai atsiliepti apie mirusio motyvus arba jo veiksmus.
 - Pasakoti apie mirusio gyvenimo aplinkybes, kurios galėjo jam sukelti minčių apie savižudybę.
 - Duoti suprasti, kad tokiomis kaip mirusiojo gyvenimo aplinkybėmis savižudybė yra suprantamas sprendimas.
 - Šlovinti arba romantizuoti mirusįjį, pernelyg pozityviai apie jį kalbant arba skiriant jam pernelyg daug dėmesio, arba leisti kitiems mokiniams garbinti ar idealizuoti mirusįjį.
-

GEDINČIO MOKINIO SUTIKIMAS MOKYKLOJE

Čia pateikiama keletas pasiūlymų, kaip paruošti klasę ir gedintį mokinį jo / jos sugrįžimui į mokyklą po netekties. Šie veiksmai gali padėti mokiniui, jo klasės draugams ir mokytojams jaustis saugiau ir ramiau.

1. Aplankykite gedintį mokinį namuose, sužinokite, kaip jis ar ji norėtų, kad bendruomenė elgtųsi jam grįžus į mokyklą.

2. Pasikalbėkite su klase apie tai, kaip žmonės paveikia gedėjimas, ir paskatinkite mokinius pasidalyti savo jausmais. Paklauskite, kaip mokiniai patys jautėsi po netekčių savo gyvenime ir kas jiems padėdavo.

3. Aptarkite, kokius sunkumus gali patirti jų bendraklasiai, grįžęs į mokyklą. Paklauskite, kaip jie norėtų, kad su jais būtų elgiamasi, jei jie grįžtų į mokyklą po artimojo mirties. Toks aptarimas gali vykti porose, mažose grupėse, tokiu būdu paskatinant įsitraukti į pokalbį visus. Tai padės išreikšti įvairias ir skirtingas nuomones ir leis pamatyti, kad žmonės gali turėti skirtingų norų, kaip su jais turėtų būti elgiamasi. Kai kuriems norisi kalbėtis apie tai, kas įvyko, kiti nori, kad juos paliktų ramybėje. Dažniausiai gedintys mokiniai sako, kad norėtų, jog kiti su jais elgtųsi įprastai, nesistengdami būti perdėtai atsargūs. Tačiau reikia ir tam tikro jautrumo, nes gedintieji paprastai nenori, kad aplinkiniai elgtųsi taip, lyg visai nieko nebūtų nutikę.

4. Kartais gali padėti, jei, prieš mokiniui grįžtant į mokyklą, bendraklasiai jam nusiunčia atvirutes arba rašteliuos, arba jam skirtus piešinius. Tada mokinys žino, kad klasė apie jį galvoja.

5. Mokiniui atėjus į pamokas, pagerbkite jo netektį: „Labai užjaučiu, kad (*mirusiojo vardas*) mirė. Žinau, kad liūdi dėl to. Normalu, jei kartais norisi verkti“. (Svarbu, kad tai būtų viešai pasakyta tik per pirmos dienos pirmąją pamoką, o ne kiekvienas mokytojas vėl sakytų per savo pamoką. Mokytojai gali išreikšti savo užuojautą asmeniškai vėliau, kai mokinys jau priimtas klasėje.)

6. Mokiniui grįžus, jam gali būti sunkiau sutelkti dėmesį ar įsilieti į klasės veiklą, būkite supratingi.

7. Suteikite galimybę mokiniui pabūti vienam, kai jis ar ji to nori (tam turi būti prieinamas „tylusis kambarys“, auklėtojos kabinetas ar pan.). Galima pasiūlyti mokiniui: „Sutarkime, kokį ženklą man duosi, jei panorėsi išeiti iš klasės“ (užtikrinkite, kad susitarimo būtų laikomasi).

8. Jei reikia, nukreipkite mokinį pas psichologinės pagalbos specialistą.

9. Išklauykite, jei mokiniui norisi kalbėtis. „Jei kiltų noras pasikalbėti, visada gali į mane kreiptis, aš išklausysiu.“

10. Laikykitės įprastos mokyklos tvarkos ir įprasto požiūrio į discipliną.

11. Mokiniui iš pradžių gali būti sunkiau atlikti namų darbus ar užduotis: „Jei sunku atlikti namų darbus, šiuo metu gali daryti tiek, kiek pajėgi“.

12. Leiskite mokiniui gedėti tiek, kiek jam ar jai reikia.

KRIZĖS ĮVEIKIMO PLANAS

1. Apie krizinį įvykį informuojamas Gimnazijos direktorius.
2. Nustatomi krizės faktai (ir informacijos apie juos šaltiniai).
3. Nustatomas krizės padarinių laipsnis:
 - 3.1. kiek žmonių paveikė ir krizė? koks šio poveikio mastas?
 - 3.2. ar mokykla yra pajėgi įveikti krizę savo resursais, ar yra reikalinga pagalba iš šalies?
4. Sušaukiama ir informuojama KVG.
5. Informuojamas Gimnazijos steigėjas, PPT krizių komanda.
6. Informuojamos kitos Gimnazijos, kurias gali paveikti ši krizė.
7. Susisiekiama su nukentėjusiųjų šeimomis.
8. Nusprendžiama, kokia informacija pateikiama:
 - 8.1. mokiniams;
 - 8.2. tėvams (globėjams, rūpintojams) / bendruomenei;
 - 8.3. personalui;
 - 8.4. žiniasklaidai.
9. Apsisprendžiama dėl informacijos pateikimo būdo:
 - 9.1. rašytiniai pranešimai / laiškai;
 - 9.2. susirinkimai;
 - 9.3. skambučiai telefonu;
 - 9.4. pranešimai pamokų metu.
10. Nustatomi labiausiai sukrėsti mokiniai ir pradedami planuoti intervencijos veiksmai.
11. Pasirūpinama, kad būtų prieinama informacija apie emocinės ir psichologinės pagalbos galimybes.
 12. Numatoma, kaip KVG nariai krizės metu palaikys ryšį tarpusavyje.
 13. Numatomos vietos, kur gali vykti krizių intervencijos veiksmai / kur veiks krizių valdymo komanda
 14. Numatoma, kas pavaduoja krizių komandos koordinatorių (ar kitą narį), jeigu krizės metu jis negali atlikti savo funkcijų.