

P.S. "A kako sam ja?" pitate se. Potičemo i podržavamo svaku vašu inicijativu da se i sami osnažite (radi sebe i naravno svog djeteta). Kroz individualno savjetovanje u okviru zdravstvenog sustava, kroz online savjetovanje ili sustav psihološke pomoći i telefonskih linija pomoći stručnih udruga i udruženja te putem privatne psihološke pomoći i psihoterapije moći ćete već kroz nekoliko susreta dobiti podršku koju trebate. U tome vam želimo puno uspjeha!



Škole podrške



za svako dijete

Ova brošura nastala je u okviru programa „Škole podrške: učenje za otpornost, inkluziju i mentalno zdravlje u školama Sisačko-moslavačke županije“. Projekt se provodi u suradnji Foruma za slobodu odgoja i Ureda UNICEF-a u Hrvatskoj s ciljem osnaživanja učitelja i učenika na području Sisačko-moslavačke županije. Ured UNICEF-a zahvaljuje svim građanima i tvrtkama koji su svojim donacijama omogućili izradu ove zbirke. Ova publikacija ne izražava nužno službene stavove UNICEF-a.

**Dragi roditelji
(i svi koji brinete),
tu smo za vas!**

Jeste li znali?

Škola koju polazi vaše dijete uključena je u projekt „Škole podrške“. To znači da je određeni broj članova školskog tima prošao edukaciju o sreći, mentalnom zdravlju, suočavanju s krizom, stresom i traumom te da se provode radionice „P(r)otresi!“ u pojedinim razredima s ciljem podrške i osnaživanja učenica i učenika u području emocija i psihološke dobrobiti.

Iako tek manji broj škola ima zaposlenog psihologa:inju, stručni tim koji uključuje pedagoga:inju, knjižničara:ku, a ponekad i rehabilitatora:cu, logopeda:inju ili socijalnog:u pedagoga:inju na raspolaganju je za pružanje podrške i savjetovanja učenicama i učenicima, ali i vama, njihovim roditeljima i skrbnicima.

Ovaj stručni tim, uz razrednicu/razrednika vašeg djeteta te ravnatelja/ravnateljicu savjetovat će se s vama ako primijete da je djetetu potrebna dodatna podrška, bilo unutar škole, bilo od vanjskih institucija (savjetovališta, klinika itd.). U suradnji s roditeljima ili skrbnicima djeteta planiraju se potrebne intervencije i najvažnije je da škola i roditelji djeluju kao partneri, s višim ciljem - dobiti samog djeteta.

Neki od kontakata na koje se možete javiti:

Obiteljski centar Sisak: 044/515 725 i 091/4410 102

Centar Modus: 01/4826 111

Centar za zdravlje mladih: 01/6468 333

Telefon za psihološku pomoć TESA: 01/4828 888

Hrabri telefon: 0800 0800

Udruga roditelja Korak po korak: 01/4855 578

Centar za žene Adela, Sisak: 044/888 888

Dom za djecu i odrasle - žrtve obiteljskog nasilja „Duga – Zagreb“: 01/3831 770

Savjetovalište Gradskog društva Crvenog križa Sisak

Savjetovalište za mlade Zavoda za javno zdravstvo Sisačko-moslavačke županije



Koja je moja uloga kao roditelja u suradnji sa školom?

Za dijete je iznimno važno da roditelj bude aktivno uključen i da blisko surađuje sa školom, da slijedi upute i preporuke stručne službe te da omogući djetetu preporučene intervencije i predložene oblike stručnu podršku kad god je to moguće.

Kad se nešto dogodi...

Škole se tijekom svake školske godine susreću s nizom situacija u kojima je neko **dijete ugroženo – životno, zdravstveno (ili materijalno)**, u obitelji ili izvan nje, ponekad i u samoj školi, i tad je pravovremena reakcija nužna, a suradnja s roditeljima, ako je moguća, ključna.



U takvim situacijama, koje su **potencijalno opasne i ugrožavaju dijete**, kontaktirat će se Centar za socijalnu skrb, policija ili liječnik, s ciljem sprečavanja ponavljanja takve situacije i neposredne pomoći djetetu, za što je škola i zakonski obavezna.



Kad ste zabrinuti za svoje dijete...

No, nisu sve nepovoljne situacije životno opasne, ali mogu biti **psihološki zahtjevne** i utjecati nepovoljno na razvoj djeteta ili mlade osobe. Ako dijete pokazuje **poteškoće mentalnog zdravlja**, o tome je škola također dužna voditi brigu i potvrditi se da dijete dobije pravu podršku, kako bi se oporavilo, ali i postiglo svoje obrazovne ciljeve u školi.

Postoji čitav niz okolnosti u kojima škola može primijetiti da se **dijete suočava s nečim teškim i bolnim**, da mu je teško - što se često manifestira kao povučenost, tuga, tjeskoba, plahost ili pak kroz destruktivne navike, ugrožavanje zdravlja, grubost ili čak nasilje. Ovakve su



pojave sasvim očekivane i poslije kriznih i traumatskih događaja, kao što su potresi, u kroničnim krizama kao što je pandemija, ili u obiteljski stresnim i zahtjevnim okolnostima. Tad je važno da **stručni tim škole surađuje s roditeljima** i razrednicom/razrednikom, kako bi se pronašli najbolji načini **da se djetetu pomogne, a problemi ublaže**. Tek kad pružimo djetetu podršku za njegovu ili njezinu situaciju i eventualne poteškoće koje proživljava, možemo očekivati da izvršava i svoje školske obaveze i da napreduje s učenjem.

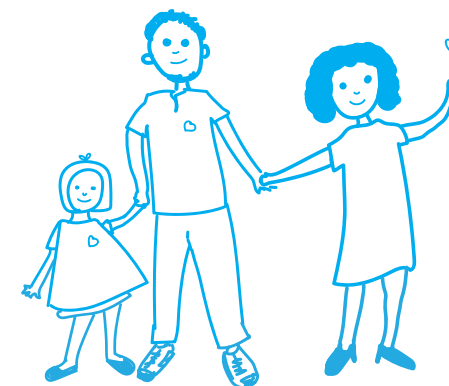


Kad se pitate činite li vi i škola zajedno sve što je moguće...

Uz nabrojane situacije životne ugroženosti ili poteškoća mentalnog zdravlja, mogu se pojaviti (ili biti prisutni od ranije) i razni **razvojni problemi i zdravstvena stanja** koji otežavaju proces učenja i obrazovanja školovanja te utječu na dobrobit djeteta. I tad je ključno da se što prije prepozna o čemu se radi i pruže pravovremene i dobro pogođene intervencije i prilagodbe. Tek kad se svi potrudimo i surađujemo, dijete koje se suočava s preprekama na svom razvojnog putu ima priliku iskoristiti obrazovne prilike koje mu se pružaju.

Mogućnosti su brojne, od razgovora i savjetovanja roditelja, prilagodbe nastave i načina ispitivanja, uključivanja djeteta u individualnu ili grupnu podršku (u školi, ili izvan škole), različite aktivnosti unutar i izvan škole, upućivanje na dijagnostiku, savjetovanje i psihoterapiju ili neke druge vrste tretmana.

Dobrobit djece koja polaze školu na prvom je mjestu, prije svega njihova **sigurnost i osnovne životne potrebe**, njihova **psihološka i emocionalna dobrobit**, njihova **dječja prava poput prava na aktivno sudjelovanje**, a zatim i njihovo **pravo na kvalitetno obrazovanje**.



Javite nam se...

Reagirajte u pravom trenutku i na pravi način omogućit će djetetu manje patnje, što prije vraćanje na trag bezbrižnog djetinjstva, bolji odnos s vama i drugima te svakako i kvalitetnije učenje i napredak u školi.

Bilo da se radi o financijskim (ne)mogućnostima, odsutnom roditelju, problemima u obitelji, razvodu, razvojnim problemima, bolesti, gubitku važne osobe, traumatskom događaju, bilo kakvoj opasnosti ili većoj promjeni, ako smatrate da je vašem djetetu ili obitelji potrebna bilo kakva pomoć u nošenju sa situacijom, kroz razgovor se mogu iznaći različita rješenja i smisliti strategije kako da se djetetu i vama pomogne.

Potražite kontakte stručne službe na mrežnim stranicama škole!

Korisna brošura: Ako razmišljate o tome kako pružiti podršku svom djetetu nakon traumatskog događaja, potražite brošuru Ureda UNICEF-a za Hrvatsku i Društva za psihološku pomoć: **Kako biti podrška djeci nakon traumatskih događaja**.

