

Oblicza bezpieczeństwa

EWA MAKSYMOWSKA

Psycholog, członek Zespołu Interwencji Kryzysowej
Biura Edukacji m.st. Warszawy

MAGDALENA MAJEWSKA

Psycholog, członek Zespołu Interwencji Kryzysowej
Biura Edukacji m.st. Warszawy



Magdalena Majewska



Ewa Maksymowska

Termin „bezpieczeństwo” najczęściej definiuje się po prostu jako stan braku zagrożenia i poczucie, że żadne zagrożenie nie nadciąga. Jest to przecież także jedna z najważniejszych potrzeb człowieka.

Amerykański psycholog Abraham Maslow w swojej słynnej piramidzie (*notabene* ta nazwa jest nieco przesadzona, bo Maslow nigdy nie przedstawiał hierarchii potrzeb w formie piramidy) umieścił bezpieczeństwo na drugiej pozycji, zaraz po potrzebach fizjologicznych. Co za tym idzie, żadne wyższe potrzeby (przynależności, uznania czy samorealizacji) nie aktywizują się bez zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa. Tym samym absurdem jest edukacja w warunkach, które nie pozwalają poczuć się uczniom bezpiecznie.

Dlatego dla pedagogów niezwykle ważne powinno być bezpieczeństwo ich uczniów, które możemy podzielić na fizyczne, psychiczne, emocjonalne i cyfrowe.

BEZPIECZEŃSTWO CYFROWE

Zacznijmy od tego ostatniego. Dotychczas bagatelizowane, jest blisko związane z bezpieczeństwem psychicznym i emocjonalnym. Ogromna część życia obecnej młodzieży przeniosła się bowiem do

Internetu. Bez względu na to, jak ten fakt oceniamy, to właśnie tam często młodzi ludzie zawierają przyjaźnie, łączą się w pary, zdobywają wiedzę, robią zakupy, dzielą się swoją twórczością czy szukają rozrywki. Chyba już nikt nie wierzy, że świat przyszłości może istnieć bez jego cyberczęści. Trudno oczekiwać, że powyższy trend straci na sile, a możemy się raczej spodziewać dalszego przenoszenia codziennych ludzkich aktywności do świata wirtualnego. Pierwsze jaskółki tego mechanizmu już widać – choćby szeroko komentowany ostatnimi czasy chat, obsługiwany przez sztuczną inteligencję. Pisze za użytkowników artykuły prasowe, prace dyplomowe, listy miłosne, a nawet kończy powieści zmarłych literatów. Liczni przedstawiciele wielu zawodów odczuwają strach, że w niedalekiej przyszłości ich usługi przestaną być potrzebne.

Bezpieczeństwo cyfrowe staje się więc powoli tak samo ważne, jak bezpieczeństwo fizyczne. Na użytkowników komputerów czy innych urządzeń podłączonych do światowej sieci czyhają wielorakie niebezpieczeństwa. Od kradzieży danych wrażliwych, poprzez wpadanie w sidła *fake newsów* po oszustwa finansowe. Obecnie zmagamy się z sytuacjami kryzysowymi wynikającymi z cyfryzacji, tj. cyberprzemocy, *cyberbullyingu*, dręczenia, prześladowania, *cyberstalkingu* itd.

EWA MAKSYMOWSKA • MAGDALENA MAJEWSKA

Coś, co kiedyś w szkole pojawiało się w sposób fizyczny, przeniosło się do sieci. Często jest to trudne do zauważenia przez pracowników placówki, którzy w tym obszarze nie mogą przecież śledzić każdej aktywności wszystkich dzieci. Widzimy, jak świat wirtualny stał się narzędziem przemocy, równoprawnym z tym, co dzieje się w świecie rzeczywistym. W roku 2005 Fundacja Dajemy Dzieciom Się uruchomiła projekt Sieciaki.pl¹, którego celem była szeroko pojęta psychoedukacja. Już w tym samym roku podjęte działania pomagały ofiarom cyberprzemocy, a także nauczycielom. Niestety, świat cyfrowy jako dynamiczna alternatywna rzeczywistości coraz częściej wymyka nam się spod kontroli.

W 2019 roku Joanna Łukajniuk na łamach „Meritum”² poruszyła temat niebezpieczeństw płynących z cyfryzacji. Skupiła się na wpływie cyberaktywności na zdrowie psychiczne i relacje międzyludzkie. Przytoczyła znaną formułę Manfreda Spitzera – „cyfrowa demencja”. Skonstatowała, że *podstawowa teza książki jest taka: nie ma dowodów, że ciągłe używanie mediów elektronicznych wywiera pozytywny wpływ na procesy mózgowie, zdolności uczenia się i intelektualny rozwój. Więcej, używając godzinami mediów cyfrowych, gier itp., nasze dzieci nie stają się życiowo mądrzejsze, ich mózgi słabiej się rozwijają, pogłębia się zanik zdolności myślenia, krytycznego oceniania i zapamiętywania. I nic nie wskazuje na to, że rośnie w nich kapitał ludzki, wszystko zaś, że potęguje się kapitał wielkich koncernów medialnych.*

Analizując literaturę, autorka zauważa, że korzystaniu z mediów cyfrowych towarzyszy przesadna dawka iluzji. Nowe media kształtują iluzoryczne poczucie bliskości ze znanymi osobistościami, tworząc fałszywą sieć bliskich osób. Konsekwencją tego może paradoksalnie być brak bliskich osób w realnym życiu.

Dalej Julia Łukajniuk pisze: *Spitzer mówi również o „desynsybilizacji empatii”, czyli procesie zaniku*

zdolności do wczuwania się w położenie drugiego człowieka. U osób regularnie oglądających brutalne filmy, grających w tego typu gry maleje wrażliwość na sceny przemocy, zmniejsza się również zdolność do empatii, współodczuwania. Z badań wynika, że człowiek przyglądający się przemocy w grach komputerowych na ekranie monitora jest bardziej skłonny do jej użycia w realu (...).

Warto zauważyć, że problem z niebezpiecznym używaniem technologii informatycznych zaczyna się w okresie dzieciństwa. Bardzo często spotykamy nieświadome uzależnianie już bardzo małych dzieci od smartfonów. Popularnym sposobem „uspokajania” jest wręczanie dziecku telefonów z bajeczkami w chwili, gdy jest niespokojne (funkcja uspokajacza), gdy potrzebują uwagi dorosłego, zajętego swoimi sprawami (funkcja zastępowania sobie bliskości). Popularne jest wśród rodziców odwracanie uwagi smartfonem, gdy dziecko ma kłopot w nawiązywaniu kontaktów, np. w piaskownicy wrywa innym łopatki czy jest agresywne. „Odwracacz uwagi”, permanentnie stosowany przez rodziców w takich okolicznościach, uczy dziecko, że najlepszym i skutecznym sposobem wyjścia z sytuacji trudnej jest zajęcie się telefonem (ucieczka), a nie szukanie rozwiązania problemu czy dogadywanie się.

Zdecydowanie nie służy to uspotecznianiu dziecka, rozwijaniu jego umiejętności komunikacyjnych, kontroli emocji i nauce odraczania gratyfikacji.

W obszarze bezpieczeństwa cyfrowego pojawiają się nowe pytania, na które warto znaleźć odpowiedź w najbliższym czasie:

- Co zwiększa odporność na uzależnienia od technik informatycznych?
- Czy i w jakim stopniu możliwe jest zmienianie ryzykownych zachowań młodzieży poprzez dialog i relacje, a nie środki nakazowe (zakazy używania)?
- Jakie treści, za pomocą jakich mechanizmów i technik przekazu najłatwiej przekształcają prawidłowe korzystanie z sieci w uzależnienia? Co decyduje o tym, że pewne treści i sposób ich podawania stają się tak atrakcyjne?

¹ <https://sieciaki.pl/dla-nauczycieli/o-projekcie> (dostęp 11.10.2023).

² J. Łukajniuk, *Kto wyłącza wtyczkę? Dylematy rodziców w profilaktyce uzależnień cyberprzestrzeni*, „Meritum” nr 3(54)/2019, s. 32-40.

OBLICZA BEZPIECZEŃSTWA

- Jakie kluczowe błędy wychowawcze popełniają rodzice, stymulując szybkie wchodzenie na ścieżkę jednego z uzależnień behawioralnych?

Uzależnienie od mediów, tj. gier, mediów społecznościowych i telefonów jest coraz poważniejszym problemem. Niestety w pewnym stopniu przyczynił się do tego COVID i zdalne nauczanie. Uczniowie, nawet ci, którzy początkowo nie byli skłonni do nadmiernego korzystania z komputerów i telefonów, teraz chętniej ich używają, ponieważ doświadczali pozytywnych emocji, w czasie gdy był to praktycznie jedyny sposób komunikowania się, nawiązywania relacji, uczenia się itd.

Julia Łukjaniuk ostatecznie dochodzi do wniosku, że nie należy demonizować narzędzi cyfrowych, a ich używania sprowadzać do siecizolizmu. Należy, a wręcz trzeba z nich korzystać. Najważniejsze, by robić to rozsądnie. Temat jest niezwykle obszerny i stał się celem wielu analiz oraz badań. Zamiast zakazywać, uczmy więc mądrego korzystania. Zachęcamy do sięgnięcia do „Standardów bezpieczeństwa online placówek oświatowych”³. Aktualne wydanie jest propozycją uporządkowania zasad, procedur, które mają umożliwić nam prawidłowe ukierunkowanie działań profilaktycznych i naprawczych w odniesieniu do cyberproblemów. Obszerny materiał pozwala na przygotowanie placówki do działań diagnostycznych i profilaktycznych. Uzupelnienia procedury działań prawnych, zachowawczych i psychoedukacyjnych.

BEZPIECZEŃSTWO PSYCHICZNE I EMOCJONALNE

Zapewnienie bezpieczeństwa psychicznego i emocjonalnego dzieci i młodzieży jest w dzisiejszych czasach problemem niezwykle ważnym, wręcz dojmującym. Przy systemowej zapaści ochrony zdrowia w tej dziedzinie, spotykamy jednocześnie coraz więcej zapalników przyczyniających się do wystąpienia problemów psychicznych. Można wręcz pokusić się o stwierdzenie, że od początku XXI wieku liczba różnego typu wyzwalaczy tych

problemów rosta lawinowo. Oprócz tych już znanych pojawiły się zupełnie nowe: internetowy hejt i brak kontroli dorosłych nad aktywnością młodzieży w sieci (o czym wspominaliśmy wyżej), promowane przez media niemożliwe do doświadczenia wzorce, *fake newsy* zaburzające obraz otaczającego świata, nowe używki, kryzys autorytetów i rodziny oraz, paradoksalnie, wynikająca z tego wszystkiego samotność. Jednocześnie uwagę zwraca fakt, że część z tych problemów bezpośrednio lub pośrednio wynika z bezpieczeństwa cyfrowego, które jest kolejnym aspektem, o którym pisaliśmy wyżej.

Odpowiedzią specjalistów na stan zdrowia naszych dzieci był projekt ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, który został rozpoczęty przez Ministerstwo Zdrowia pięć lat temu. W 2020 roku zostały uruchomione pierwsze ośrodki, których celem było działanie w lokalnym środowisku. Na stronie MZ czytamy:

Są to Ośrodki środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży, nazywane I stopniem referencyjnym. Co bardzo ważne, pacjenci mogą skorzystać z oferty tych ośrodków bez skierowania lekarskiego. Takie ośrodki będą udzielać pomocy tym dzieciom, które nie potrzebują diagnozy psychiatrycznej lub farmakoterapii, w związku z czym nie będzie w nich zatrudniony lekarz psychiatra. W przypadku wielu zaburzeń psychicznych, pojawiających się w dzieciństwie, można bowiem udzielić skutecznej pomocy za pomocą takich interwencji jak psychoterapia indywidualna i grupowa, terapia rodzinna czy praca z grupą rówieśniczą. Warunkiem jest wczesna reakcja na pojawiające się problemy. Pozwala to nie dopuścić do pogorszenia stanu zdrowia psychicznego pacjenta i uniknąć hospitalizacji na oddziale psychiatrycznym, która jest często trudnym doświadczeniem dla młodej osoby. Jest to kierunek zmian zgodny z obecnymi tendencjami kształtowania systemów ochrony zdrowia psychicznego w innych europejskich krajach oraz zgodny z międzynarodowymi rekomendacjami⁴.

³ Standard bezpieczeństwa online placówek oświatowych, red. J. Lizut, A. Wrońska, Warszawa 2018.

⁴ <https://www.gov.pl/web/zdrowie/nowy-model-ochrony-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy> (dostęp 29.09.2023).

EWA MAKSYMOWSKA • MAGDALENA MAJEWSKA

Powyższe ośrodki powstały na bazie Metody Otwartego Dialogu (ODA)⁵, zaczerpniętej z fińskiego modelu opieki psychiatrycznej z lat 80. i 90. XX wieku. Założeniem transformacji było szybsze dotarcie do wsparcia w lokalnym środowisku w celu zmniejszenia liczby hospitalizacji i terapii farmakologicznych na rzecz pracy zespołu terapeutycznego pracującego w najbliższym otoczeniu pacjenta.

Jak widać, aspekt bezpieczeństwa psychicznego i emocjonalnego stał jest bardzo ważnym celem działań wielu instytucji państwowych i organizacji pozarządowych. Już w 2010 roku prof. dr. hab. Barbara Pilecka poruszyła w „Meritum”⁶ coraz bardziej niepokojącą problematykę samobójstw u dzieci i młodzieży. Pisała o możliwych czynnikach prób samobójczych, ale także o profilaktyce w szkole. Zaznaczyła, jak duże znaczenie dla działań profilaktycznych ma rodzina. Główny akcent położyła na szkołę jako instytucję socjalizacyjną, wychowawczą i psychoedukacyjną. Szkoła według autorki stawiała się pierwszym źródłem profilaktyki, przez które docieramy do rodziny dziecka.

Teżę, że życie osobiste i szkolne uczniów jest coraz bardziej stresujące i trudne, potwierdzają dane statystyczne dotyczące prób samobójczych.

Generalnie rośnie liczba prób samobójczych wśród dzieci i młodzieży – jest ich 2,5 razy więcej niż w 2020 roku. W samym 2022 roku na swoje życie targnęły się 2 093 osoby do 18. roku życia, w tym 85 dzieci młodszych niż 13 lat.

Warto wspomnieć, że ciemna liczba prób samobójczych jest niemożliwa do określenia, ponieważ większość prób samobójczych po prostu nie jest na policję zgłaszana. Przyjmuje się, że ich stosunek jest jak 1 × 10, a nawet 1 × 12.

Statystyka dotycząca prób samobójczych, które zakończyły się śmiercią dziecka, jest równie zastraszająca.

Dane dotyczące dzieci 7-12 lat:

W 2022 roku odebrało sobie życie sześć osób z tej grupy wiekowej. To najwięcej, jeśli patrzymy na policyjne statystyki od 2017 roku. W poprzednich latach liczba ta była niższa: w 2021 roku były to dwie osoby, a w 2020 roku zmarło w ten sposób jedno dziecko.

Dane dotyczące dzieci i młodzieży 13-18 lat:

Tutaj liczba samobójstw rośnie z roku na rok, a 2022 rok nie był wyjątkiem. W 2020 roku życie odebrało sobie 106 osób, w 2021 roku – 125, a w 2022 roku liczba ta sięgnęła 150 osób. W stosunku do 2021 roku zanotowano więc wzrost o 20 proc., a wobec 2020 roku – o ponad 40 proc.

Truizmem jest twierdzenie, że każde samobójstwo wpływa w traumatyczny sposób na wiele osób z najbliższego otoczenia. W sytuacji gdy samobójstwo ma miejsce w szkole, jego skutki oddziałują na dziesiątki, a nawet setki ludzi. Palącym aspektem stała się prewencja zachowań suicydalnych, zbieranie danych w ich sprawie i systemowe działania o charakterze prewencyjnym.

Zadaniem szkoły jest wczesne rozpoznanie zagrożeń. Wiadomo, że predyktorami prób pozabawienia się życia są nakładające się na siebie znaczące dla dziecka zdarzenia typu ważna strata, izolacja, konflikty w rodzinie i/lub grupie rówieśniczej itp. Drugim źródłem pojawiania się myśli samobójczych jest depresja reaktywna i endogenna, tj. taka, która wiąże się z trudnymi doświadczeniami i taka, która jest chorobą wymagającą leczenia. Zadaniem szkoły nie jest jej diagnozowanie, jedynie obserwacja dzieci i wyodrębnienie grup ryzyka.

Niestety, jak wszyscy wiedzą, z pomocą dla młodzieży z grupy ryzyka jest bardzo źle i nic nie zapowiada, że będzie lepiej.

⁵ D. Bartczak-Szmer, T. Rowiński, *Rola i znaczenie metody Otwartego Dialogu w Środowiskowych Centrach Zdrowia Psychicznego*, „Studia Psychologica: Theoria et Praxis” nr 20(2)/2020, s. 5-19.

⁶ B. Pilecka, *Profilaktyka samobójstw w szkole*, „Meritum” nr 4(19)/2010, s. 37-44.

OBLICZA BEZPIECZEŃSTWA

W tej sytuacji jednym z istotnych zadań jest prowadzenie podstawowych szkoleń dla nauczycieli, jak pracować z dzieckiem, by jego ewentualnego stanu depresyjnego nie pogłębiać, a także jak wspierać rodziców informacyjnie (np. podając adresy i telefony specjalistów) oraz wychowawczo (jak rozmawiać, czego wymagać, oczekiwać, co obserwować itp.). Na pewno szkoła nie może wziąć pełnej odpowiedzialności za stan dziecka, ale stanowić może istotny czynnik profilaktyki czy ewentualnego wspierania leczenia i terapii. Diagnoza należy do wyłącznych kompetencji lekarza psychiatry.

Brak psychologów w szkołach na pewno nie ułatwia zadania wyodrębnienia grupy dzieci ryzyka, nie daje też gwarancji, że otrzymają one konieczną pomoc. Dodatkowo niska jest wiedza dotycząca problematyki identyfikacji dzieci z depresją jako ważnego predyktora podejmowania prób samobójczych. Depresja u dzieci przejawia się w inny sposób niż u dorosłych, często jest mylona z ADHD, lenistwem i zaburzeniami zachowania.

Barbara Pilecka przedstawia metody i narzędzia, które mogą wzmocnić nauczycieli i innych specjalistów we wspieraniu młodego człowieka w sytuacji kryzysowej, zagrożonego podjęciem próby samobójczej.

(...) Zalecenia te obowiązują zarówno profesjonalistów, jak i laików:

1. *Ufaj swojemu podejrzeniu, że dorastający może mieć tendencje autodestrukcyjne.*
2. *Powiedz mu, że obawiasz się o niego, a potem go wystuchaj.*
3. *Zadawaj bezpośrednio pytania, np. czy myśli o samobójstwie, a jeżeli tak, to czy ma już plan sposobu popełnienia samobójstwa, czy wybrał czas i miejsce. Wybór sposobu, czasu i miejsca znacznie zwiększa ryzyko samobójstwa.*
4. *Nie okazuj, że jesteś zszokowany uzyskanymi informacjami. Nie dyskutuj o tym, czy samobójstwo jest dobre czy złe ani też nie prowadź poradnictwa, jeżeli nie masz do tego kwalifikacji. Ponadto nie przyrzekaj, że zachowasz wiedzę o zamiarach samobójstwa w tajemnicy.*
5. *Nie zostawiaj osoby samej, jeżeli sądzisz, że grozi jej samobójstwo.*
6. *Zwróć się o pomoc do specjalisty, np. terapeuty.*
7. *Upewnij się, że uczeń jest bezpieczny, a osoby dorosłe odpowiedzialne za niego zostały zawiadomione.*
8. *Zapewnij ucznia, że podjęto działania, że jego pragnienie śmierci z własnej ręki nie zostało zlekceważone i że z czasem zagrożenie stopniowo minie.*
9. *Wytłumacz, że życie to codzienny proces, że pomoc jest w zasięgu ręki i że konieczne jest zwracanie się o nią, ilekroć nasila się pragnienie samobójczej śmierci.*
10. *Przyjmij aktywną i autorytatywną rolę na tyle, na ile jest to konieczne, aby chronić ucznia zagrożonego samobójstwem.*
11. *Po przejściu ostrej fazy kryzysu nadal obserwuj dziecko. Wielu ludzi popełniło samobójstwo, gdy kryzys w najostrzejszej formie minął (...).*

Kolejnym tekstem w naszym kwartalniku, który zwraca uwagę na problemy psychiczne dzieci i młodzieży, był artykuł Tomasza Kołodziejczyka w „Meritum” nr 2 z 2021 roku. Tłumaczył, jak bezpiecznie zadbać o sprawny powrót uczniów do szkół po okresie nauczania zdalnego i wymuszonej izolacji społecznej spowodowanych pandemią. Powrót do szkół młodzieży przymusowo wykluczonej z życia w realnym świecie był dużym wyzwaniem dla wszystkich pracujących w oświacie, dla rodzin i środowiska lokalnego. Autor przedstawił kompendium uniwersalnych narzędzi, z których wielu pracowników oświaty korzystało w trakcie pandemii, przydatnych także obecnie.

Zasady przedstawione przez autora mogą być drogowskazem do działań interwencyjnych albo prewencyjnych w innych sytuacjach, na przykład powrotu uczniów z indywidualnego nauczania czy choćby, ostatecznie, rozpoczynaniu edukacji przez uczniów z Ukrainy.

EWA MAKSYMOWSKA • MAGDALENA MAJEWSKA

- A. *Rozmawianie z uczniami o ich doświadczeniach i emocjach związanych ze zdalnym nauczaniem, izolacją od rówieśników i pandemią.*
- B. *Wspieranie uczniów, którym szczególnie trudno jest wrócić do nauczania stacjonarnego.*
- C. *Odbudowywanie wspólnoty i poczucia bycia razem.*
- D. *Powtórne ustanowienie nowych zasad.*

Cały artykuł jest doskonałym narzędziem dla każdego nauczyciela, przydatnym choćby na godzinie wychowawczej czy też podczas indywidualnej rozmowy z uczniem.

O możliwościach udzielania wsparcia uczniom w trudnych i stresujących sytuacjach pisał w „Meritum” nr 4(19)/2010 Jan F. Terelak w artykule „Rola wsparcia społecznego w radzeniu sobie ze stresem”. Podkreślił, że istotnym czynnikiem podnoszącym poczucie bezpieczeństwa jest udzielenie uczniom odpowiedniego wsparcia, które może mieć charakter:

- podtrzymujący, emocjonalny,
- prestiżowy, realizowany poprzez więzy społeczne ze znaczącymi osobami lub organizacjami,
- informacyjny, poprzez dostęp i udział w przyjemnych aktywnościach towarzyskich,
- instrumentalny, poprzez dostarczanie pomocy lub narzędzi do rozwiązywania problemów życiowych,
- motywacyjny, polegający na zachęcaniu do wytrwania w wysiłkach zmierzających do rozwiązania problemu.

Szczegółowe opisanie możliwych czynności, wynikających z kategoryzacji działań mieszczących się w opisie pojęcia „wsparcie”, może pomóc nauczycielowi wyjść z bezradności – co robić? jak pomóc? Nauczycielom byłoby również łatwiej skutecznie pomagać uczniom w kryzysie i efektywniej wspierać uczniów, gdyby zaproponowane rozwiązanie terminu „wsparcie” przestało być ogólnikiem czy wytrychem do uznania, że wsparciem jest proste pocieszenie czy krótka rozmowa na przerwie. Być może również jest, ale czy wystarczającym? W pracy

wychowawczej byłaby to praktyczna wskazówka, jak to można robić, w jakich obszarach mogą podjąć jeszcze dodatkowe, dalsze działania.

Niedawna konferencja podejmująca temat dysregulacji emocjonalnej (IV Międzynarodowa Konferencja BPD: Wiedza, która daje nadzieję) w dużej mierze skupiała się na działaniach wspierających najbliższe otoczenie osoby, która podjęła próbę samobójczą. Jeden ze sformułowanych wniosków dotyczył psychoedukacji otoczenia pacjenta poprzez personel medyczny: działa ona lecząco i ukierunkowuje działania rodziny na rekonwalescencję pacjenta. Warto wspomnieć o tym, że kilka lat temu pojawiły się w Polsce działania zorganizowane przez Polskie Towarzystwo Terapii Dialektyczno-Behawioralnej, we współpracy z National Education Alliance for Borderline Personality, w wyniku których wprowadzono program wsparcia rodzin. Program Family Connections⁷ to 12-tygodniowy bezpłatny program wsparcia rodzin i bliskich osób z BPD (ale też dla osób z dysregulacją emocjonalną). Jest to kolejna odpowiedź na potrzebę zapewnienia dzieciom i młodzieży bezpieczeństwa psychologicznego i emocjonalnego.

BEZPIECZEŃSTWO FIZYCZNE

Problem bezpieczeństwa fizycznego w oświacie możemy rozpatrywać na kilku płaszczyznach. Poczynając od zabezpieczenia przestrzeni, w której przebywają uczniowie, prewencji wypadków czy zachorowań, a na zapewnieniu im bezpieczeństwa przed agresją rówieśników kończąc.

O sytuacjach kryzysowych pisała Katarzyna Koszewska⁸, która zwracała uwagę na konieczność wdrożenia działań i procedur w placówkach oświatowych, ponieważ w pierwszych chwilach kryzysu popełnia się najwięcej błędów. W realnej sytuacji kryzysowej najpierw pojawia się chaos, wtedy widoczny staje się brak przygotowania. Nasuwają się pytania: co robić?, kiedy?, z kim?, w jakiej kolejności?,

⁷ <https://ptdbt.pl/dlarodzin/> (dostęp 16.10.2023).

⁸ K. Koszewska, *Zarządzanie sytuacjami kryzysowymi na terenie szkoły/placówki oświatowej*, „Meritum” nr 4(19)/2010, s. 16-22.

OBLICZA BEZPIECZEŃSTWA

co jest najważniejsze?, kto koordynuje działania?, z kim się kontaktować? etc.

Kryzysy w szkole mogą być bardzo stresogenne dla dzieci. Źle opanowany kryzys prowadzi również do silnych napięć nauczycieli, którzy nie są w stanie wspierać uczniów. Koło się zamyka – źle radzący sobie ze stresem nauczyciel może wręcz indukować uczniom swoje emocje, a na pewno nie jest w stanie odpowiednio wspierać podopiecznych.

Ważną stroną w tym procesie są więc nauczyciele, którzy w tej sytuacji muszą sięgać do własnych zasobów (i je mieć), podczas kiedy ich emocje i obawy są podobne do uczniowskich. Dlatego zadbanie o dobrostan i dobre samopoczucie nauczycieli jest tutaj bardzo istotne, zarówno jeśli chodzi o ich indywidualne wsparcie, jak i pomoc w zorganizowaniu ich wzajemnego wsparcia.

POSTSCRIPTUM

Ważne wydaje się zauważenie, że w ostatnich latach znacząco wzrosła liczba czynników stresogennych, które przyczynić się mogły do zmniejszenia poczucia bezpieczeństwa psychicznego dzieci i młodzieży.

Mijający czas zmienia nasze otoczenie i nas samych. Sprawia, że kolejne pokolenia trochę różnią się, nie replikują wprost poglądów, czasem wartości i zachowań swoich rodziców i dziadków. Pokolenie młodzieży sprzed kilkunastu lat mierzyło się z innymi problemami w porównaniu z młodymi ludźmi dnia dzisiejszego. Nawet kilka czy kilkanaście lat temu inny był świat ówczesnej młodzieży, inne były ich osobiste doświadczenia i... doświadczenia ich rodziców, mających przecież decydujący wpływ na wychowanie.

W ciągu ostatnich kilku lat byliśmy świadkami lub uczestnikami zdarzeń o zasięgu globalnym – mocno nagłościonych, znaczących dla całego społeczeństwa. To między innymi epidemia COVID, w czasie której zamknięte były szkoły, pojawiła się zdalna nauka, drastycznie ograniczone zostały

kontakty społeczne. Covid spowodował, że częstsze były też sytuacje straty bliskich, np. rodzica czy ukochanego dziadka lub babci, a nawet młodego przyjaciela, kolegi. Taka trauma zawsze miała miejsce, ale zdecydowanie rzadziej. Wojna w Ukrainie to kolejne źródło niepokoju czy lęku o to, co będzie dalej, czy i jak będzie się rozprzestrzeniać konflikt, czy może ogarnie również nasz kraj. Pokazywana na ekranach telewizyjnych śmierć, ogromna przemoc i tragedia wielu konkretnych ludzi podsycata niepokój i lęk. Odczuwali go dorośli, czasem wręcz indukowali ten lęk dzieciom. Kolejna wojna, w Izraelu, dodała swoje – już nie za naszą granicą, ale troszkę dalej. Odczuwalna jest jednak obawa, że z lokalnego konfliktu może przerodzić się w wojnę o znacznie szerszym zasięgu – w tym sensie dzieje się bardzo blisko.

Osobnym zagadnieniem są modyfikacje, jakich doświadcza polska edukacja. Do kluczowych należy likwidacja gimnazjów i zmiany na poziomie liceów, które zbiegły się z dużo wcześniej realizowanym pomysłem, by edukacja szkolna zaczynała się w wieku 6 lat. Obiecywano wówczas specjalne traktowanie młodszych dzieci, osobne klasy dla 6-latków i 7-latków. Nie zostało to zrealizowane. Pomieszano oba roczniki, młodsze dzieci uczyły się w jednej klasie tak samo i tego samego, co starsze, wymagania były identyczne. Zmiany organizacyjne spowodowały, że ostatnie 2 lata to kumulacja roczników. Młodsze w drodze do wybranego liceum musiały konkurować z dziećmi starszymi. Z psychologii rozwojowej wiemy, jak bardzo ważny i wręcz skokowy rozwój ma miejsce w okresie dojrzewania. Każdy rok to krok milowy. Wiele było zdarzeń, które dla naszych dzieci były trudne, czasami traumatyczne.

Wspomniane wyżej mocno stresujące sytuacje były nie do przewidzenia. W „Meritum” omawiane były zagadnienia związane z bezpieczeństwem psychicznym dzieci i młodzieży, ale kto mógł sądzić, że spotkają nasze dzieci takie niespodzianki! Wydaje się jednak, że podejmowano próby nadążania za pojawiającymi się nowymi zjawiskami i trudnościami, które na bieżąco trzeba było rozwiązywać. ●