

Основна школа „Браћа Рибар“
Боринска 25
15317 Доња Борина
Тел: 015/7796 048
E-mail: osbracaribarborina@gmail.com
www.bracaribar.edu.rs
Датум: 04.05.2023.

ПОШТОВАНИ РОДИТЕЉИ,

Поводом јучерашњег трагичног догађаја у београдској Основној школи „Владислав Рибникар“ који нас је све потресао, осећамо потребу да вам се обратимо на овај начин.

Верујемо да осим туге, неверице, љутње и још помешаних осећања, сви заједно, деца, родитељи и запослени у школи, имамо и осећај беспомоћности и страха. Деца поготово. Свима нам је потребна подршка и помоћ у кризним ситуацијама које су универзално стресне за све. Иако нисмо у непосредној близини догађаја, сви смо дошли до неких сазнања, и сви имамо неке реакције на догађај.

Ево неколико препорука како се из угла родитеља поставити према деци, како им објаснити, помоћи да превазиђу страх, нелагоду, тегобу уколико је осећају:

-Разговарајте са децом о томе шта се догодило, саслушајте шта имају да кажу, како они доживљавају и шта осећају. Уважите њихова осећања, не умањујте њихових значај чак и када вам се чини да су претерана и нерационална. Покажите да сте их пажљиво саслушали повременим понављањем онога што су рекли, нпр. ако дете каже „Жао ми је деце која су настардала.“, поновите „Жао ти је деце која су настардала.“ Можете да додате: „У реду је да осећаш тугу, сви је осећамо.“ Тиме подстичете код деце да искажу, ослободе се мисли и осећања која су стресна;

-Ако деца имају проблем са вербалним исказивањем, подстакните их да напишу, нацртају или на неки други начин искажу своја осећања;

-Одржавајте уобичајену дневну рутину, свакодневне обавезе да се испуњавају на начин као и до сада;

-Не дозволите да вам се дан сведе на целодневно слушање вести о трагедији и разговоре само о томе. Поготово не пред децом.

-Исконтролишите код старије деце да не претражују Интернет и да сами не прикупљају полу – информације преко друштвених мрежа.

-Обратите пажњу уколико се код детета јаве промене у понашању, да је стално тужно, да се повлачи у себе и/или бурно реагује.

Уколико вам је потребна подршка, можете се обратити за помоћ:

- СОС телефон Министарства просвете 0800 200 201 (од 8 до 15.30 часова),
- мејл zastitaodnasilia@prosveta.gov.rs
- Две линије за подршку Института за ментално здравље 063/8681757 и 063/8682217
- Онлајн подршку Друштва психолога, почевши од петка, <https://www.dps.org.rs/>
- Онлајн подршку коју пружа НАДЕЛ, број 161 у времену од 18 до 22 часа
- Клинику за психијатрију УКЦС — тим за подршку: 066/8300854, 011/3662124, 063/310723

Такође, психолошку подршку можете добити и у школи од школског психолога, доласком лично или позивом на број 062/8881834.

У наредном периоду у школи, у оквиру часова одељењског старешине, по потреби и на редовној настави, биће организоване активности подршке ученицима у превазилажењу кризних ситуација и стреса.



Директор школе

Љиљана Јекић