



Hrvatska U prijevodu

Potres i djeca: Kako proživljavaju trenutke straha i što učiniti?

Objavio Ivana Josipović - 25. kolovoza 2021. u 21:32



Foto: Facebook HCK Glina

Djeca i mladi posebno su ranjiva skupina kako u drugim prirodnim katastrofama, tako i kod potresa. Roditelji su opterećeni rješavanjem osnovnih egzistencijalnih potreba obitelji koje im nameće nova životna situacija, dok se nose i s osjećajem životne ugroženosti i prestrašenošću i vlastitim stresom, a tu su i djeca kojima treba pružiti sigurnost.

Dvije majke s kojima smo razgovarali, a koje su željele ostati anonimne (podaci poznati redakciji), opisale su nam svoja strašna iskustva tijekom potresa. Jedna od njih radi u trgovini i u trenutku potresa, 29. 12.2020. godine, bila je na poslu. Osim što je i sama strahovala za život jer su po njoj padale stvari s policca, brinula se što joj se dogodilo s djecom kod kuće. Djeca su tijekom potresa zaglavila u sobi, vrištala i plakala, sve dok otac nije provalio kroz vrata i izvukao ih van.

TEKST SE NASTAVLJA NAKON OGLASA



Akcijske cijene ulaznih vrata – provjerite ponudu najvećeg proizvođača ALU ulaznih vrata u Europi!



Za dodatne sličice i "N" naljepnice potražite posebno označene proizvode u trgovinama NTL grupe!

Sponsored by Midas

Druga majka radila je u centru grada, u zgradi koja je oštećena već tijekom prvog potresa, 28.12.2020. godine. Kad je počelo tresti uspjela je stati ispod bolte, dok je sve oko nje bilo puno prašine. Srećom, uspjela se izvući bez ozljeda, a suprug i djeca trčali su prema zgradi jer nisu znali što joj se dogodilo. Susreli su se na pola puta, svi na broju i živi i zdravi.

Ovo nisu jedine priče s područja Banovine, a za bolji uvid u ovu tešku situaciju potražili smo i mišljenje stručnjaka.

Riječ stručnjaka

O ovoj važnoj temi porazgovarali smo s psihologinjom Majom Turniški, koja pruža psihosocijalnu podršku preko Gradskog društva Crveni križ Glina.

“Imam oko stotinjak korisnika mjesečno, koji ne samo da traže pomoć nego i mi idemo u vrtiće, škole, knjižnice. Radimo razne psihosocijalne radionice koje potiču koheziju zajednice. Pokušavamo ojačati socijalnu mrežu podrške među korisnicima. Nakon potresa je bilo više razgovora jedan na jedan, a sad kad se napravila trijaža, situacija se sporo mijenja, pa više trebaju sadržaje”, opisuje nam psihologinja Turniški.



“Djeca su nam opisivala kako loše spavaju, imaju noćne more. Sad je malo lakše, ali nakon zadnjeg potresa glasnija buka ponovno plaši djecu, ljudi su alertniji. Imamo svega, od anksioznosti do depresije, lošeg spavanja, bezvoljnosti, straha...”, kaže nam.

“Objašnjavamo im kako disati, kako se smiriti, da se fokusiraju na dobre stvari, a ne samo na loše”, dodaje.

Opisuje da potresi itekako imaju utjecaj na sve, kroz radionice s djecom čuje za razne potrebe i djece i odraslih.



Gradsko društvo Crvenog križa Glina

prije otprilike 2 mj.

Ovaj tjedan je PSP team održao puno aktivnosti. Bili smo u knj 1 put u omiljenom vrtiću i 3 puta u Majskim Poljanama.

Volonteri GDCK Glina i Suncokreta sudjelovali su u dječjem ljetu u organizaciji dobrih ljudi iz udruge ADRA. Šator u dvorištu farma bio je pretijesan da primi sve rasplesane i razigrane sudionike i kampa.

Suradnja i solidarnost! Samo ljubav.

Hvala na fotografijama [Predrag Mraović Suncokret Centre for Children](#) i [Deve... Prikaži više](#)



Pitali smo je kako je najbolje reagirati prema djetetu kad se dogodi neki jači potres, koji donosi ponovni strah.

“Važno je da roditelj uvažava dječje osjećaje, da se može razgovarati, da roditelj djetetu objasni koje je sigurno mjesto, što trebamo napraviti ako je opet snažniji potres, da imamo ruksak sa svim potrebnim, da je medo negdje u blizini... Dijete uvijek ima pitanja i važno je da osjeća da iako i roditelj ima strah sluša, i da mu da osjećaj sigurnosti, da ima blizu osobu od povjerenja, da se može smanjiti strah kroz komunikaciju”, ističe.

“Svi reagiramo drugačije, neka se djeca nastave igrati, neka su jako prestrašena, ali to već ima veze sa osobnosti svakog od nas. Važno je reći da je ovo vanredna situacija, da to nije normalno i da će proći. Možemo si pomoći povratkom u normalne i opuštajuće aktivnosti. Sve što je rutina i normalno – djetetu pomogne”, ističe.

Ispričala je jednu situaciju koja je se posebno dojmila.

“Imali smo strane volontere koji su radili radionicu ‘hvatača snova’, a jedna mala curica mi je rekla kako jako ružno sanja. Kroz igru izađu te stvari na vidjelo, onda pokušate pomoći da se dijete smiri”, zaključuje.

Dr. Turniški dodaje i kako je važno raditi stvari koje vas smiruju, a preporuča i da ‘preskočimo’ loše vijesti, jer ne moramo svaku od njih čuti.

* Tekst je objavljen u sklopu projekta poticanja novinarske izvrsnosti Agencije za elektroničke medije

Podržite nas! Kako bismo Vas mogli nastaviti informirati o najvažnijim događajima i **temama koje se ne mogu čitati u drugim medijima**, potrebna nam je Vaša pomoć. Molimo Vas podržite Narod.hr s 50, 100, 200 ili više kuna. Svaka Vaša pomoć nam je značajna! Hvala Vam! Upute kako to možete učiniti možete pronaći **OVDJE**

Izvor: narod.hr