

PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA ATAKU PANIKI NA TERENIE SZKOŁY SP NR 38 W BYTOMIU

Cel:

Celem niniejszej procedury jest zapewnienie bezpieczeństwa w szkole na wypadek wystąpienia na terenie szkoły zachowań agresywnych tj. autoagresji, agresji fizycznej i agresji słownej.

Osoby odpowiedzialne i zarządzanie:

Procedura postępowania uruchamiana jest przez osobę, która zauważyła przedmiotowe zachowanie lub której je zgłoszono. O stopniu zaawansowania procedury i podejmowanych w niej krokach decyduje: dyrektor placówki, a w przypadku jego nieobecności wicedyrektor.

Obowiązkiem każdego pracownika szkoły, który zaobserwował atak autoagresji lub agresji fizycznej jest przerwanie tego zachowania. Każde takie zachowanie powinno być odnotowane w dzienniku lekcyjnym oraz w dzienniku pedagoga lub psychologa szkolnego.

1. W przypadku podejrzenia wystąpienia ataku paniki u ucznia należy w pierwszej kolejności zapewnić opiekę grupie, z którą nauczyciel podejmujący interwencję ma zajęcia.
2. Osobie przeżywającej atak paniki zaproponować spokojne miejsce, interwencja nie może odbywać się w obecności dzieci z klasy.
3. Trzeba brać pod uwagę fakt, że może być trudno uchwycić kontakt z osobą przeżywającą atak paniki.
4. Nauczyciel, który zauważy niepokojące objawy (nagłe uczucia przerażenia i bóle w klatce piersiowej, palpacje serca, spłycenie oddechu, zawroty głowy, dolegliwości w okolicy brzucha, uczucia nierealności i lęk przed śmiercią) powinien zapewnić uczniowi bezpieczeństwo i komfort np., usunąć z otoczenia ucznia niebezpieczne przedmioty lub takie, które mogą ulec zniszczeniu.
5. Zapewnić uczniowi swoją stałą obecność oraz wsparcie psychiczne i spokojną, przyjazną atmosferę, wyciszyć i obniżyć lęk.
6. Powiadomić szkolnych specjalistów, wychowawcę oraz dyrekcję.

7. Wobec osoby przeżywającej atak paniki należy stosować krótkie, spokojne komunikaty np. „spokojnie”, „nie jesteś sam/a”, „widzę, co się dzieje”, „rozumiem, że jest Ci źle w tej chwili”. Formułować komunikaty, które normalizują sytuację i obniżają lęk: „to naturalne, każdy w stresie tak czasem ma”, „te uczucia za chwilę miną”, „poradzimy sobie z tym razem”.
8. Zaproponować serię spokojnych oddechów naprzemiennych: Wdech nosem, przytrzymanie oddechu i powolny wydech ustami.
9. W przypadku napadu autoagresji zachować bezpieczną odległość 1,5, 2 metry, stabilną pozycję i nie wykonywać gwałtownych ruchów.
10. Nie dotykać, nie głaskać, nic nie podawać, chyba, że dojdzie do aktu autoagresji i okładania się, wtedy poprosić spokojnie o zatrzymanie tego aktu. w przypadku ataku autoagresji lub agresji nauczyciel lub inny pracownik szkoły ma możliwość reagowania poprzez przytrzymanie rąk, nóg lub głowy ucznia w celu zabezpieczenia go przed zrobieniem krzywdy sobie lub innym.
11. Powiadomić pogotowie lub zadzwonić n nr 112.
12. Jednocześnie należy powiadomić rodziców/opiekunów prawnych o zaistniałej sytuacji.
13. W przypadku kiedy uczeń biegnie w kierunku wyjścia zatrzymać siłowo w celu uniknięcia zagrożenia wpadnięcia pod jadące pojazdy.
14. Po zdarzeniu należy sporządzić notatkę służbową.
15. Zapewnić spotkanie psychologa/pedagoga z grupą klasową, w której miało miejsce zdarzenie, w celu wyjaśnienia i obniżenia niepokoju.