



INKLUZIJA I RAZNOLIKOST

U PREDŠKOLSKOM ODGOJU I OBRAZOVANJU

ALAT SAMOPROCJENE ZA STRUČNJAKE U
PREDŠKOLSKOM ODGOJU I OBRAZOVANJU

TRAUMA

UVOD

Prisilno raseljavanje, nasilje u porodici, fizičko zlostavljanje ili zanemarivanje mogu imati veliki utjecaj na djecu i njihovo socijalno i emocionalno blagostanje. Profesionalci u predškolskom odgoju i obrazovanju stoga bi trebali biti opremljeni znanjem i vještinama za uspješan rad sa djecom i porodicama koje doživljavaju traumu, pružajući emocionalno podržavajuće okruženje i osjećaj sigurnosti.

U nastavku možete pronaći kratku samoprocjenu koja vam pomaže da identifikujete svoje prednosti ili istaknete područja koja treba dodatno poboljšati kako biste podržali djecu koja su proživjela traumu i porodice u krizi.

Izrazi koji se koriste u ovom dokumentu, a koji imaju rodno značenje, bez obzira jesu li korišteni u muškom ili ženskom gramatičkom radu, obuhvataju na jednak način i muški i ženski rod.

Samoprocjena se preporučuje stručnjacima koji rade sa djecom od 0 do 6 godina, na primjer, u dnevnim centrima, vrtićima, osnovnim školama, socijalnim centrima.

UPUTSTVO

1. Procijenite sebe

Ocijenite **31 izjavu** na skali od 1 do 5 (1 – potpuno se ne slažem; 2 – ne slažem se; 3 – slažem se u određenoj mjeri; 4 – slažem se; 5 – potpuno se slažem), izražavajući na taj način koliko se slažete ili ne slažete sa svakom od njih. Za popunjavanje obrasca trebat će vam otprilike **10–15 minuta**.

2. Otkrijte svoj nivo kompetencija

Uz upute korak po korak, izračunajte svoje rezultate i saznajte gdje se nalazite na skali od početnika do eksperta.

3. Nastavite se razvijati

Konačno, za svaki nivo kompetencija otkrijte preporučenu literaturu i materijale spremne za korištenje, te pronađite savjete stručnjaka iz oblasti predškolskog odgoja i obrazovanja, traume i socijalne pedagogije.

Samoprocjena je potpuno anonimna i rezultat će biti vidljiv samo vama i osobi (osobama) s kojima ste voljni da je podijelite (npr. kolega, mentor, edukator). Pokušajte biti objektivni i iskreni prema sebi kako biste dobili najpouzdanije rezultate.

1.

SAMOPROCJENA

Samoprocjena: Trauma		1 Potpuno se ne slažem	2 Ne slažem se	3 Slažem se u određenoj mjeri	4 Slažem se	5 Potpu- no se slažem
♥	Poštujem individualne razlike u dječjim reakcijama na traumu, npr. socijalno povlačenje, pasivnost, nedostatak interesa i motivacije, agresivno ponašanje, poteškoće u koncentraciji, itd. i koristim pristup bez osuđivanja.					
🔍	Mogu da definišem šta je trauma i da uporedim različite vrste trauma.					
💬	Dok radim sa djecom sa iskustvom traume, mogu identificirati i nadograđivati njihove snage (npr. lične vještine, osobe u njihovom okruženju) koje im mogu pomoći da se nose s izazovom s kojim se suočavaju.					
🧩	Mogu donijeti brze odluke u hitnim slučajevima, npr. kada dijete predstavlja neposrednu opasnost za sebe ili druge agresivnim ponašanjem.					
♥	Priznajem i poštujem različite mehanizme suočavanja (reakcije, ponašanja) koje porodice koriste u teškim i stresnim situacijama.					
🔍	Mogu objasniti različite okidače, uobičajene simptome i kategorizirati obrasce ponašanja traumatizirane djece.					
♥	Mogu upravljati vlastitim emocijama kako bih održala profesionalne granice u radu sa traumatiziranom djecom, osiguravajući da moji odgovori budu podržavajući i nereaktivni.					
🔍	Mogu objasniti kako prisilne migracije (npr. uzrokovane ratom, prirodnim katastrofama) mogu utjecati na psihosocijalno funkcioniranje djeteta.					
💬	U stanju sam da podijelim svoje lične emocije i potrebe sa drugima, na primer sa kolegama ili svojom porodicom.					
🔍	Mogu identificirati faktore otpornosti za djecu kao što su sigurna vezanost sa starateljima, pružanje dosljednih rutina i ohrabriti korištenje pozitivnih tehnika kao što je korištenje vježbi dubokog disanja, za podršku njihovom nošenju sa osjećanjima.					

Samoprocjena: Trauma		1 Potpuno se ne slažem	2 Ne slažem se	3 Slažem se u određenoj mjeri	4 Slažem se	5 Potpu- no se slažem
	Mogu podržati inicijative (npr. lokalne programe podrške) koje promoviraju otpornost i jačanje snage djece pogođene traumom.					
	Mogu uočiti neverbalne znakove kao što su govor tijela i izrazi lica, i reagirati na djetetova neizrečena osjećanja (npr. pružanje utješnog dodira ako je prikladno ili davanje prostora ako je potrebno) kako bih podržao njegove emocionalne potrebe.					
	Mogu identificirati resurse i usluge zajednice koji su dostupni raseljenim pojedincima i porodicama, osiguravajući im da imaju pristup potrebnoj podršci tokom krize.					
	Mogu brinuti o vlastitoj dobrobiti, npr. kroz redovnu tjelovježbu, hobiye, mreže socijalne podrške, superviziju i mogućnosti profesionalnog razvoja.					
	Mogu da sarađujem sa profesionalcima (npr. terapeutima, savetnicima, sistemima podrške za raseljenu decu i porodice), kolegama ili roditeljima, u planiranju i pružanju podrške deci i porodicama koje doživljavaju traumu.					
	Mogu posmatrati djecu kako bih identificirao i dokumentirao ponašanja vezana za traumu.					
	Mogu tražiti odgovarajuću podršku i intervenciju, npr. kada je situacija preplavljujuća i treba mi stručno vodstvo.					
	Mogu stvoriti prostor za povjerljivu diskusiju za djecu i njihovu porodicu, npr. gdje mogu otvoreno izraziti zabrinutost kako bih ohrabrio odnos povjerenja između njih i mene.					
	Mogu prikupiti dodatne informacije (npr. putem online istraživanja, knjiga/članaka, itd.) kada moje znanje ili vještine trebaju dodatno poboljšanje kako bih zadovoljio potrebe vezane za rad sa traumatiziranom djecom ili porodicama u krizi.					
	Mogu ostati smiren i pažljiv, posebno u stresnim trenucima, npr. kada dijete ima emocionalni izljev.					
	Mogu cijeniti doprinos i perspektive djece i porodica u krizi tako što, na primjer, postavljam otvorena pitanja o njihovim preferencijama i idejama, nudeći djeci i članovima porodice priliku da predlože rješenja.					

Samoprocjena: Trauma		1 Potpuno se ne slažem	2 Ne slažem se	3 Slažem se u određenoj mjeri	4 Slažem se	5 Potpu- no se slažem
🔍	Mogu procijeniti informacije o porodičnoj istoriji ili trenutnim izazovima kako bih pružio odgovarajuću podršku i smjernice.					
❤️	Mogu posvetiti veliku pažnju dobrobiti članova mog tima, npr. provjeravanjem da li se neko osjeća preopterećeno u određenim situacijama i pružanjem podrške kada je to potrebno.					
💬	Mogu otvoreno izraziti vlastite emocije i potrebe u komunikaciji sa djecom, što pomaže stvaranju dublje veze s djecom.					
❤️	Mogu ostati otvoren i prilagodljiv na neočekivane društvene promjene, npr. dolazak nove djece zbog migracija.					
🔍	Mogu implementirati aktivnosti za djecu koje jačaju njihovu otpornost i vještine suočavanja sa izazovnim situacijama, npr. vježbe svjesnosti ili vježbe disanja.					
❤️	Mogu prepoznati kada su moja stručnost ili kompetencije nedovoljne za rješavanje određenih situacija (npr. prepoznajem kada je djetetu potrebna dodatna podrška i vodstvo drugih stručnjaka kao što su psihoterapeuti ili psiholozi).					
💬	Mogu koristiti tehnike aktivnog slušanja kada se bavim porodicama u krizi i traumatiziranom djecom kako bih razumjela njihove brige i potrebe (npr. održavati kontakt očima, postavljati pitanja za pojašnjenje, parafrazirati, ne osuđivati, itd.).					
🧩	Mogu shvatiti izazovne situacije kao priliku za poboljšanje odnosa, npr. kada dijete pokaže povlačenje, nastojim da mu pridem smireno i pružim podršku.					
🔍	Mogu opisati različite strategije i metode koje podržavaju osnaživanje djece, npr. korištenjem pozitivnog potkrepljenja i afirmacijom njihovih snaga.					
❤️	Mogu održavati zdravu ravnotežu između posla i privatnog života (npr. izbjegavati rad kod kuće ili dopustiti da situacije vezane za posao lično utiču na mene).					
🔍	Mogudaobjasnimpotencijalniuticajradasatraumatizovanom decom i porodicama na profesionalce (npr. povećan stres, smanjena empatija, problemi sa spavanjem).					
💬	Mogu se zalagati za neophodne resurse i podršku tako što efikasno komuniciram o potrebama djece sa kolegama i porodicama, osiguravajući pravovremeno djelovanje.					
🔍	Mogu identificirati i razlikovati različite faktore (kulturne, socio-ekonomske) koji mogu doprinijeti porodičnoj krizi.					

Samoprocjena: Trauma		1 Potpuno se ne slažem	2 Ne slažem se	3 Slažem se u određenoj mjeri	4 Slažem se	5 Potpu- no se slažem
	Mogu stvoriti okruženje u kojem će se sva djeca osjećati sigurno i podržano, npr. primjenom trauma informiranih praksi, kao što je pružanje tihog prostora ili nuđenje senzornih alata.					
	Mogu se prilagoditi potrebama traumatizirane djece, npr. obezbjeđivanjem tihog kutka gdje se mogu povući kada se osjećaju preopterećeno, umjesto da ih tjeram na aktivnosti za koje nisu spremni.					
	Mogu prepoznati svoja osjećanja i potrebe kao odgovor na zadatke vezane za posao, kao što je osjećaj preopterećenosti prilikom rješavanja izazovnih zadataka.					
	Mogu navesti znakove i efekte krize koje doživljavaju porodice.					
	Kada djeca imaju pitanja o ratu i migracijama uzrokovanim njime, mogu odgovoriti na jeziku prilagođenom djeci (npr. jednostavnim riječima, primjerima).					

Bravo!

Došli ste do kraja upitnika i sada možete preći na sljedeći korak – izračun i tumačenje rezultata!

2.

INTERPRETACIJA REZULTATA

**Slijedite dolje
navedene korake da
dobijete rezultate!**



KORAK 1: IZRAČUN BODOVA

Prvo izbrojite ukupan broj bodova na sljedeći način:

- Potpuno se ne slažem = 1 bod
- Ne slažem se = 2 boda
- Slažem se u određenoj mjeri = 3 boda
- Slažem se = 4 boda
- Potpuno se slažem = 5 bodova

Maksimalan broj
bodova je

195

**UKUPAN BROJ
BODOVA**

Maksimalan broj bodova je 195.

KORAK 2: NIVO KOMPETENCIJA U TEMI TRAUMA

Sada je vrijeme da provjerite nivo svojih kompetencija u temi Trauma. Na osnovu Vašeg rezultata, tabela ispod će Vam reći da li ste početnik, kompetentan ili čak stručnjak.

Nivo kompetencija	Poeni
Neupućen	39 – 56
Početak	57 – 95
Kompetentan	96 – 134
Stručan	135 – 173
Ekspert	174 – 195

NIVO KOMPETENCIJA

KORAK 3: OBJAŠNJENJE NIVOA KOMPETENCIJA

Šta za profesionalca u predškolskom odgoju i obrazovanju znači biti početnik ili ekspert u temi Traume? Pronađite svoj odgovor u sljedećoj tabeli.

Nivo kompetencija	Objašnjenje
Neupućen	Imate minimalnu svijest o tome kako trauma utječe na djecu i njihovo socijalno i emocionalno blagostanje. Možda ćete prepoznati vidljive znakove uznemirenosti ili promjene u ponašanju djece, ali vam nedostaje sveobuhvatno razumijevanje osnovnih problema. Često slijedite ustaljene protokole u prijavljivanju zabrinutosti, ali su vam potrebne dalje upute u interakciji s traumatiziranom djecom. Vaše razumijevanje porodice u krizi je ograničeno, što otežava pružanje efikasne podrške angažovanju svakog člana porodice. Kada radite s djecom i porodicama koje doživljavaju traumu, možda vam je teško ostati objektivni i održati profesionalne granice.
Početak	Imate osnovno razumijevanje koncepta traume i možete identificirati neke od njenih učinaka na socijalno i emocionalno blagostanje djeteta. Možete identificirati uobičajene uzroke i simptome traume kod djece, ali imate poteškoća da ih prepoznate kada se pojave. Iako imate osnovno znanje o porodičnim mehanizmima i strategijama tokom krize, imate poteškoće u personalizaciji pristupa s obzirom na jedinstvenost porodične dinamike. Možete im pomoći da riješe svoj problem, ali uključivanje članova porodice u proces rješavanja problema može biti ograničeno. Razvijate povjerenje sa djecom i porodicama, ali možete se boriti s održavanjem profesionalnih granica.
Kompetentan	Posjedujete dobro razumijevanje traume i njenih različitih uticaja na dobrobit djece. Možete prepoznati širok raspon uzroka, simptoma i ponašanja povezanih s traumom među djecom i podržati traumatiziranu djecu, pomažući im da steknu povjerenje i osjećaj sigurnosti. Ponekad vam možda nedostaje personalizirani pristup, posebno u novim, izazovnim situacijama. Sposobni ste podržati porodice u krizi, poštujući njihovu jedinstvenu dinamiku uključivanjem nekih članova porodice u proces rješavanja problema. Vješti ste u njegovanju odnosa izgrađenih na povjerenju i empatiji sa traumatizovanom djecom i njihovim porodicama, istovremeno održavajući odgovarajuće profesionalne granice, u većini slučajeva.
Stručan	Imate duboko razumijevanje traume i njenih složenih efekata na razvoj djece. Možete brzo prepoznati suptilne znakove traume i razlikovati različite vrste traumatskih iskustava, kao što su prisilno raseljavanje ili nasilje u porodici. Ovo vam omogućava da implementirate veoma efikasne, personalizovane pristupe za podršku različitim potrebama traumatizovane dece. Podržavate porodice u krizi, aktivno uključujete sve članove porodice u proces rješavanja problema. Osim toga, negujete snažne odnose povjerenja i empatije sa djecom i porodicama, dok održavate jasne profesionalne granice. Aktivno se bavite praksama brige o sebi kako biste osigurali vlastitu dobrobit dok pružate podršku drugima.
Ekspert	Stručnjak ste za rad sa djecom koja su proživjela traumu. Imate sveobuhvatno razumijevanje traume iz djetinjstva i njenih dugoročnih efekata na pojedince. Možete identificirati vidljive i nevidljive znakove djece koja doživljavaju traumu i inovirati personalizirane pristupe skrbi zasnovane na traumi koji se bave složenim potrebama djece. Odlični ste u snalaženju u složenoj porodičnoj dinamici u kriznim situacijama i služite kao vrijedan resurs za izazovne slučajeve. Osim toga, možete pružiti nadzor/mentorstvo drugima u njihovom radu, osiguravajući visokokvalitetne rezultate, kao i aktivno obučavati kolege da održavaju svoje mentalno i emocionalno blagostanje u zahtjevnim okolnostima. U stanju ste da negujete odnos povjerenja i empatije i lako održavate ravnotežu između posla i privatnog života, ne dopuštajući da situacije vezane za posao utiču na vas lično. Sprovođenje praksi samopomoći dio je vaše svakodnevnih rutine i posvećeni ste ohrabrivanju drugih da učine isto.

KORAK 4: NIVO KOMPETENCIJA U ČETIRI OBLASTI

Vratite se na izjave i potražite simbole pored njih. Sada zbrojite bodove za tvrdnje sa istim simbolom kako biste provjerili nivo svojih kompetencija u različitim oblastima: lične kompetencije (♥), kompetencije vezane za aktivnost i donošenje odluka (🎲), društveno-komunikacijske kompetencije (💬) i metodološke i profesionalne kompetencije (🔍).

Nivo kompetencija	♥	🎲	💬	🔍
Neupućen	11 – 15	5 – 7	11 – 15	12 – 17
Početnik	16 – 26	8 – 12	16 – 26	18 – 29
Kompetentan	27 – 37	13 – 17	27 – 37	30 – 41
Stručan	38 – 48	18 – 22	38 – 48	42 – 53
Ekspert	49 – 55	23 – 25	49 – 55	54 – 60
TVOJ REZULTAT:	♥ _____	🎲 _____	💬 _____	🔍 _____

Tabela u nastavku objašnjava značenje svake od ovih oblasti u vezi sa odgojem i obrazovanjem djece i traumom.

Oblast kompetencija	Objašnjenje
	Lična kompetencija se odnosi na sposobnost samorefleksivnosti, kritičnosti i djelovanja na osnovu vlastitih vrijednosti, stavova i ideala. To uključuje samosvijest, etička razmatranja i sposobnost za lični rast. U kontekstu traume, odnosi se na poštovanje individualnih razlika u odgovorima na traumu, razmišljanje o vlastitim emocijama i upravljanje njima, održavanje zdrave ravnoteže između posla i privatnog života i podršku drugima da učine isto, traženje pomoći i podrške kada je to potrebno, otvorenost za neočekivane društvene promjene i spremnost na produbljivanje vlastitog znanja kako bi se uspješno nosili s djecom i porodicama u krizi.
	Kompetencija vezana za aktivnosti i donošenje odluka je sposobnost efikasnog obavljanja poslova specifičnih uz korištenje specijalizovanih znanja i vještina. Uključuje stručnost u određenoj oblasti i sposobnost praktične primjene teorijskog znanja. To znači stvaranje okruženja podrške da se djeca osjećaju sigurno, doživljavanje izazovnih situacija kao mogućnosti ili održavanje smirenosti kada se pojave i brzo reagiranje tokom vanrednih situacija. Takođe se odnosi na podršku inicijativama koje promovišu jačanje snage djece pogođene traumom.
	Društveno-komunikacijska kompetencija obuhvata sposobnost efektivne interakcije sa drugima, jasne komunikacije i kreativne saradnje. Uključuje vještine poput timskog rada, empatije i rješavanja sukoba. Za profesionalca u predškolskom odgoju i obrazovanju, to znači imati sposobnost efikasne komunikacije sa djecom i porodicama, osiguravajući povjerljivu diskusiju u kojoj svaka osoba može otvoreno izraziti emocije i zabrinutost; aktivno slušanje djece, briga i potreba i prilagođavanje interakcije u skladu s tim; sarađujući sa drugim stručnjacima kako bi se pružio sveobuhvatniji pristup porodicama u krizi ili djeci koja su proživjela traumu.
	Metodološka i profesionalna kompetencija uključuje sposobnost primjene metodoloških i tehničkih znanja za rješavanje složenih problema. To uključuje analitičko razmišljanje, organizacijske vještine ili sposobnost dijeljenja znanja s drugima. Odnosi se na poznavanje pojma traume i njenog uticaja na djecu, opisivanje različitih strategija ili metoda u podršci osnaživanju djece, razumijevanje porodice u krizi, analizu porodične istorije radi pružanja odgovarajuće podrške itd.

KORAK 5 : KREIRANJE DIJAGRAMA

Slijedite dolje navedene korake kako biste kreirali vlastiti dijagram koji ilustruje profil Vaših kompetencija u temi traume.

Odaberite jednu od 4 oblasti
Vratite se na Korak 4 i provjerite nivo svoje kompetencije u odabranoj oblasti (neupućen – stručnjak)
Pronađite broj na dijagramu koji odgovara Vašem nivou kompetencije na sljedeći način:
Neupućen = 1; Početnik = 2; Kompetentan = 3;
Stručan = 4; Ekspert = 5
Na grafikonu označite nivo svoje kompetencije (pogledajte primjer)
Ponovite korake za svaku oblast.
Povežite tačke.

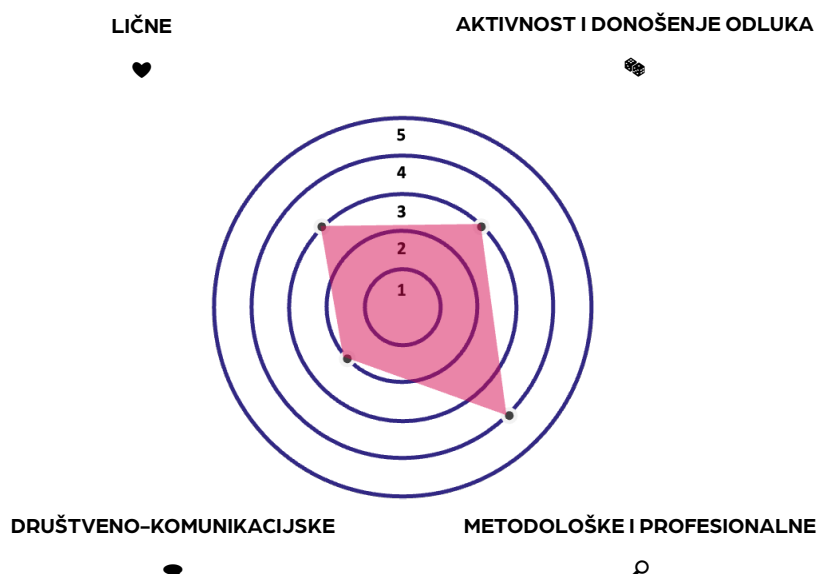
PRIMJER

♥ = 3

🎲 = 2

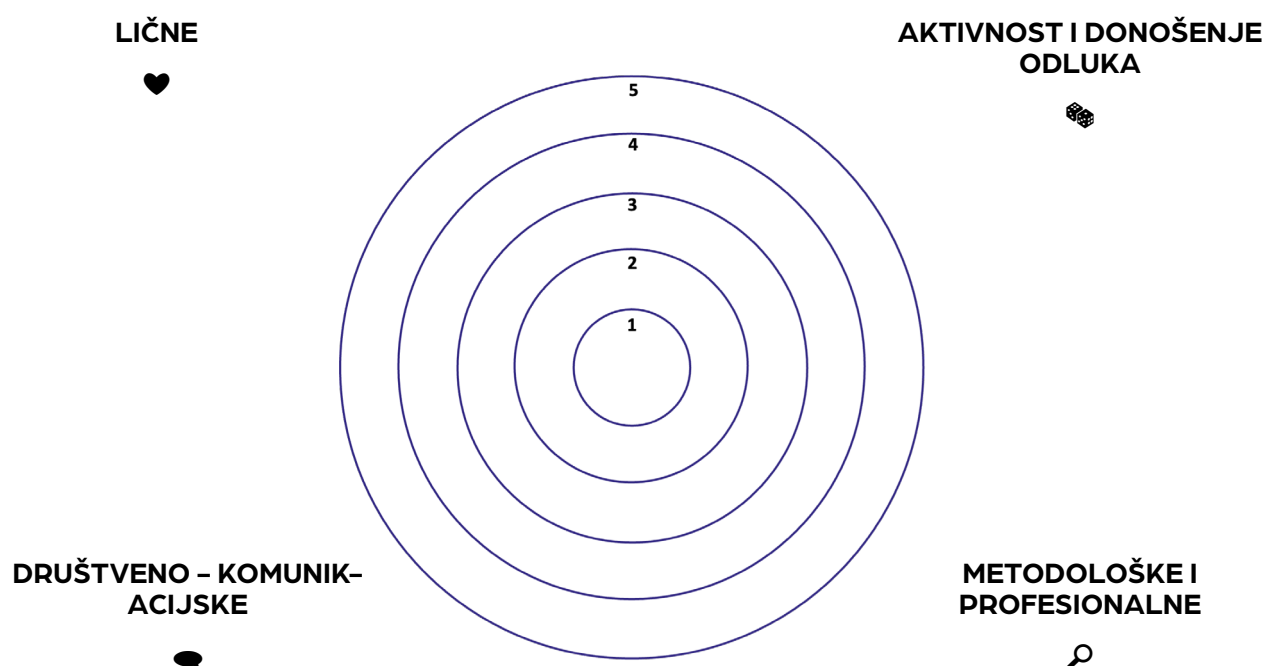
💬 = 2

🔍 = 4



Indikator	Nivo kompetencija
1	Neupućen
2	Početnik
3	Kompetentan
4	Stručan
5	Ekspert

Kreirajte svoj dijagram!



Indikator	Nivo kompetencija
1	Neupućen
2	Početnik
3	Kompetentan
4	Stručan
5	Ekspert

3.

PREPORUKE ZA UNAPREĐENJE KOMPETENCIJA



Knjige/priručnici/članci

Različiti materijali sa teorijskim informacijama, npr. knjige i članci sa teorijskim uvidima ili naučnim otkrićima; smjernice na temu traume; dokumenti o politikama; itd.



Materijali spremni za upotrebu

Različite vrste materijala koje možete direktno implementirati u praksi, npr. radni listovi, digitalni alati, video zapisi itd.



Savjeti i trikovi

Prijedlozi i savjeti stručnjaka iz trauma-informisane prakse, predškolskog odgoja i obrazovanja, te socijalnog rada o tome kako možete unaprijediti svoje kompetencije.

NEUPUĆEN

Knjige/priručnici/članci

- Childhood Education International (n.d.) Impact of trauma. Dostupno na: <https://ceinternational1892.org/courses/impact-of-trauma/> (Pristupljeno: 17 januar 2025)
Razumijevanje uticaja traume na djecu je online, mini kurs, koji osoba može proći vlastitim tempom. Namijenjen je nastavnicima, njegovateljima i pružateljima usluga ranog odgoja i obrazovanja koji rade s djecom uzrasta od 0 do 8 godina, kao i roditeljima.
- International Partnerships (n.d.) Forced displacement. Dostupno na: https://international-partnerships.ec.europa.eu/policies/migration-and-forced-displacement/forced-displacement_en
Tekst pruža pregled prisilnog raseljavanja, njegovih uzroka, ključnih definicija, globalnih politika i napora EU usmjerenih na razvoj za podršku pogođenom stanovništvu i rješavanje temeljnih uzroka.
- Nelson, P.T. (n.d.) Surviving a Family Crisis. Dostupno na: <https://www.udel.edu/canr/cooperative-extension/fact-sheets/surviving-family-crisis/> (Accessed: January 16, 2025).
- Park, E. Surviving A Family Crisis. In Nelson, P.T. (2012) (Ed) Families Matter! A Newsletter Series for Parents of School-Age Youth. Newark, DE: Cooperative Extension, University of Delaware. Dostupno na: <https://www.udel.edu/canr/cooperative-extension/fact-sheets/surviving-family-crisis/> (Pristupljeno: 16. januar 2025.).
Ovo je kratak članak koji opisuje različite vrste porodičnih kriza i njihov uticaj na porodični život. Ukratko prikazuje načine na koje se porodice mogu nositi s krizom, s posebnim naglaskom na komunikaciju, dobiti djece i upravljanje stresom. Članak također podstiče traženje stručne pomoći kada je to potrebno.
- Price, J. (2023) 15 Types of Family Crisis. Dostupno na: <https://www.catalogueforphilanthropy.org/15-types-of-family-crisis/> (Pristupljeno: 28. januar 2025).
Ovaj članak prikazuje petnaest porodičnih izazova – poput finansijskih poteškoća, nasilja, ovisnosti, gubitka i drugih vrsta kriza – ističući njihov uticaj na porodičnu dinamiku. Takođe nudi uvide o tome kako prepoznavanje ranih znakova upozorenja i usvajanje odgovarajućih strategija suočavanja može pomoći porodicama da efikasnije prebrode krize.
- Puddle Dancer Press (n.d.) What is the relationship between Trauma and Nonviolent Communication? Dostupno na: <https://nonviolentcommunication.com/learn-nonviolent-communication/nvc-trauma/> (Pristupljeno: 9. januar 2025.).
Ovaj članak razmatra različite pristupe koji nadopunjuju nenasilnu komunikaciju i pomažu u potpunijem razumijevanju traume.
- Team TICS (2024) Reflective Practice; An Essential Approach in Trauma-Informed Care'. Dostupno na: <https://www.ticservicesltd.com/2024/06/30/reflective-practice-an-essential-approach-in-trauma-informed-care/> (Pristupljeno: 11 decembar 2024).
Članak informiše o trauma informiranoj praksi te naglašava važnost refleksivne prakse u podsticanju samosvijesti među profesionalcima koji rade sa traumom.
- The National Child Traumatic Stress Network (2011) Trauma and Your Family. Dostupno na: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//trauma_and_your_family.pdf (Pristupljeno: 5. februar 2025.).
Ovaj informativni list pruža osnovne informacije o traumati, uključujući definiciju traumatskog stresa, njegovu učestalost, uticaj na porodice i strategije suočavanja za porodice.
- The National Child Traumatic Stress Network (2024) Trauma Training for Early Childhood. Dostupno na: <https://www.nctsn.org/resources/trauma-training-for-early-childhood> (Pristupljeno: 20 januar 2025)
Interaktivni kurs u trajanju od 4 sata koji pruža osnovne koncepte o traumati i djeci u segmentima od 15–20 minuta. Ovaj kurs dopunjuje i proširuje druge nastavne planove i programe za rano djetinjstvo, a istovremeno se jedinstveno fokusira na pitanja raznolikosti, jednakosti i inkluzije koristeći relacijsku prizmu. Ovaj kurs je prikladan za svakog stručnjaka koji ima kontakt s malom djecom i/ili njihovim porodicama.

Materijali spremni za upotrebu

- American Academy of Pediatrics (2024) Trauma Resources for Families. Dostupno na: <https://www.aap.org/en/patient-care/national-center-for-relational-health-and-trauma-informed-care/resources-for-families/?srsId=AfmBOop-bcejUjHFCBclgFkhiqekOcETOPLx4DXntOtLJhQlg8-zCs27> (Pristupljeno: 4. februar 2025)
Link sadrži dvije infografike koje će pomoći porodicama i starateljima da nauče kako komunicirati i pružiti podršku djeci koja su doživjela traumu.
- Radlauer-Doerfler, J. & VanDenBerg, J.E. (2020) A Practical Guide to Self-Care for Helping Professionals. Dostupno na: https://www.cmhnetwork.org/wp-content/uploads/2020/07/New_Practical-Guide-to-Self-Care-for-Wraparound-Professionals-1.pdf
Ovaj vodič opisuje praktične prakse brige o sebi prilagođene profesionalcima koji se bave traumom, s fokusom na upravljanje sagorijevanjem, umorom od saosjećanja i održavanjem dugoročne emocionalne otpornosti.
- Seid, A. (n.d.) Introduction to Nonviolent Communication. Dostupno na: <https://cascadiaworkshops.com/wp-content/uploads/2016/09/INTRO-BCS-NVC-HANDOUT-PACKET.pdf> (Pristupljeno: 09. januar 2025.)
Ovaj materijal sadrži osnovne informacije o primjeni nenasilne komunikacije kao temelja za uspostavljanje odnosa povjerenja i empatije.
- Youth Center Crisis (2019) Family Support is Key. Dostupno na: <https://youthcrisiscenter.org/family-support-is-key/> (Pristupljeno: 6. juni 2024.)
Ova stranica opisuje jedinstvenu prirodu porodičnih kriza i razrađuje njihove faze, naglašavajući važnost traženja pomoći. Nudi besplatan prenos priručnika „5 načina za jačanje vaše porodice“ (na engleskom jeziku), koji se može koristiti u savjetodavnom radu sa porodicama.

Savjeti i trikovi

- ✓ Prevalencija traume iz djetinjstva je alarmantno visoka, što znači da ćete se vi kao profesionalac vjerovatno susresti s njom. Ovo naglašava važnost informiranja kroz čitanje, obuku i razgovore s kolegama kako biste bolje razumjeli složenost traume. Štaviše, ovo će vam pomoći u usvajanju pristupa otvorenog uma i kultivanju saosećajnog stava bez osuđivanja, te podržati prevladavanje ličnih strahova ili nелаgode u vezi sa traumom.
- ✓ Započnite učenjem o različitim iskustvima i porijeklu djece o kojoj brinete. Uključivanje u razgovore s roditeljima i djecom može pružiti vrijedan uvid u njihove jedinstvene situacije.
- ✓ Porodicama pristupajte otvorenog uma, izbjegavajući pretpostavke o njihovim iskustvima ili ponašanju. Fokusirajte se na slušanje zabrinutosti članova porodice, potvrđivanje njihovih emocija i pokazivanje empatije.
- ✓ Naučite o osnovnoj strukturi i funkcionisanju porodice, posebno u kontekstu stresa ili traume.
- ✓ Postavljajte jednostavna pitanja (jasna, direktna, jasna, lako razumljiva pitanja). Na primjer: umjesto "Možete li opisati različite faze koje su dovele do ove situacije?" pitati "Šta se prvo dogodilo?" ili "Kada je ovo počelo?"
- ✓ Držite se utvrđenih protokola i koristite strukturirane alate (poput šablona za porodične krize) za prikupljanje relevantnih informacija.
- ✓ Redovno se konsultujte sa supervizorima ili iskusnim kolegama kako biste usmjerili svoj pristup i poboljšali svoje samopouzdanje.
- ✓ Upoznajte se sa osnovnim konceptima nenasilne komunikacije (NVC). NVC počinje sa načinom na koji komunicirate sami sa sobom – koristite materijal da identifikujete svoja osećanja i potrebe, posebno kada ste preopterećeni.
- ✓ Istraživanje o osnovnim konceptima samosvijesti i brige o sebi. Pohađajte uvodne radionice ili treninge o njezi zasnovanoj na traumi kako biste razumjeli njen značaj.

POČETNIK

Knjige/priručnici/članci

- Better Health Channel (2022) Trauma and families. Dostupno na: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/trauma-and-families> (Pristupljeno: 28. januar 2025.)
Ovaj informativni članak daje pregled uobičajenih emocionalnih i fizičkih reakcija koje porodice mogu iskusiti nakon traumatičnog događaja, poput anksioznosti, otupjelosti ili umora. Također nudi smjernice kako članovi porodice može međusobno pružiti podršku jedni drugima tokom oporavka i kada je preporučljivo potražiti stručnu pomoć ako poteškoće potraju.
- CEU Outlet (2024) Family and Crisis Intervention: Essential Strategies for Social Workers and Mental Health Professionals. Dostupno na: <https://www.ceuoutlet.com/blog/family-and-crisis-intervention-essential-strategies-for-social-workers-and-mental-health-professionals> (Pristupljeno: 5. februar 2025.)
Ovaj članak opisuje djelotvorne strategije i tehnike koje socijalni radnici i stručnjaci za mentalno zdravlje mogu koristiti u radu s porodicama koje prolaze kroz krizu. Obrađuje prepoznavanje znakova stresa, izgradnju povjerenja, primjenu modela intervencije (poput pristupa fokusiranog na rješenja i trauma-informisanog pristupa), kao i korištenje resursa zajednice radi stabilizacije i podrške u oporavku.
- Childhood Education International (n.d.) Introduction to Trauma-Informed Practices. Dostupno na: <https://ceinternational1892.org/courses/introduction-to-trauma-informed-practices/> (Pristupljeno: 17. januar 2025)
Na ovom linku Childhood Education International nudi online mikrokurs "Uvod u prakse zasnovane na traumi", koji traje otprilike dva sata i namijenjen je za profesionalce koji rade u praksi sa djecom i žele proširiti svoje razumijevanje traume i praksi zasnovanih na traumi.
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A., Philalithis, A. & Koukouli, S. (2020). 'The Role of Empathy in Health and Social Care Professionals', Healthcare (Basel), 8 (1), pp. 26. Dostupno na: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7151200/> (Pristupljeno: 21. januar 2025.)
Ovaj članak analizira pojam empatije kod zdravstvenih i socijalnih radnika, naglašavajući njenu važnost u komunikaciji s klijentima/korisnicima kroz emocionalnu, kognitivnu i bihevioralnu dimenziju.
- Profaca, B., & Arambašić, L. (2009) 'Traumatski događaji i trauma kod djece i mladih', Klinička psihologija, 2(1–2), 53–74. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/file/233660> (Pristupljeno 25. juli 2025)
Članak se bavi uticajem traumatskih događaja na djecu i adolescente, naglašavajući kako takva iskustva mogu poremetiti njihov emocionalni, kognitivni i socijalni razvoj.
- The National Child Traumatic Stress Network (2017) Family Resilience and Traumatic Stress. Dostupno na: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/family_resilience_and_traumatic_stress_providers.pdf (Pristupljeno: 22. maj 2024)
Ovaj dokument istražuje kako porodice pokazuju otpornost (rezilijentnost) kada su suočene s traumatskim stresom. Raspravlja o faktorima koji podržavaju snagu porodice, strategijama suočavanja i intervencijama usmjerenim na pomoć porodicama u oporavku i održavanju stabilnosti nakon traume.
- The National Child Traumatic Stress Network (2024) The 12 Core Concepts for Understanding Traumatic Stress in Children and Families. Dostupno na: <https://www.nctsn.org/resources/overview-of-the-12-core-concepts> (Pristupljeno: 20. januar 2025)
Link vodi do e-kursa koji pomaže profesionalcima da bolje razumiju posljedice traumatičnih iskustava i gubitaka. Riječ je o interaktivnom kursu, lakom za praćenje, informativnom i predstavlja važnu osnovu za profesionalce koji rade s djecom i porodicama izloženim traumatskim događajima. Za pohađanje kursa potrebno je registrovati se, a prisustvovanje je besplatno.
- UNHCR (2021) Teaching About Refugees: Guidance for teachers on stress and trauma. United Nations High Commissioner for Refugees. Dostupno na: <https://www.unhcr.org/media/unhcr-teaching-about-refugees-2021-stress-and-trauma-guidebook>
Ovaj vodič nudi alate za nastavnike za podršku djeci pogođenoj prisilnim raseljavanjem i traumom, sa jasnim uputama i strategijama za rješavanje njihovih emocionalnih i psiholoških potreba u obrazovnim okruženjima.

Materijali spremni za upotrebu

- Child Mind Institute (n.d.) Helping Children Cope After Traumatic Event. Dostupno na: https://childmind.org/wp-content/uploads/2023/02/CMI_TraumaGuide_English.pdf (Pristupljeno: 24. januar 2025)
Ovaj vodič su sastavili psihijatri, psiholozi i stručnjaci za mentalno zdravlje koji su specijalizirani za krizne situacije. Nudi jednostavne savjete o tome šta očekivati, šta učiniti i na šta obratiti pažnju. Sadrži opšte prijedloge, kao i informacije specifične za uzrast.
- CONNECT Modules (n.d.) Starting a relationship (Video 4.4). Dostupno na: <https://connectmodules.decsd.org/connect-modules/resources/videos/video-4-4/> (Pristupljeno: 4. februar 2025.)
Ovaj video pruža smjernice za započinjanje odnosa s porodicama na osjetljiv i porodično orijentiran način.
- Giraffe Nonviolent Communication (2021) Exercise in Empathy | Nonviolent Communication explained by Marshall Rosenberg (AUDIO ONLY). September 21, 2020. Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=C0oJflwth8> (Pristupljeno: 09. januar 2025.)
Video pruža objašnjenje kako prakticirati i primjenjivati empatiju u međuljudskim odnosima.
- McLeanHospital (2020) Trauma Informed Care With Refugee and Immigrant Youth. November 27, 2020. Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=5zvGu-iBGPo> (Pristupljeno: 06. mart 2025)
Ovaj video razmatra strategije za pružanje njege zasnovane na traumama kako bi se podržala dobrobit mladih izbjeglica i imigranata.
- National Center on Parent, Family, and Community Engagement (n.d.) Strategies for Family Engagement: Attitudes and Practices. Dostupno na: <https://www.firstup.org/wp-content/uploads/2021/11/Family-Engagement.pdf> (Pristupljeno: 4. februar 2025)
Vodič istražuje značaj angažovanja porodica i strategija za izgradnju odnosa sa porodicama. Pruža smjernice za razvoj pozitivnih i produktivnih odnosa između profesionalaca i porodica, naglašavajući važnost međusobnog poštovanja i saradnje.
- Oregon Family Support Network (2019) Life Domains for a Crisis Plan. Dostupno na: <https://oregonwraparound.org/wp-content/uploads/2019/08/Wraparound-Life-Domains-for-a-Crisis-Plan.pdf> (Pristupljeno: 4. februar 2025)
Ovaj resurs podržava profesionalce u facilitaciji zajedničkih diskusija s porodicama kako bi identifikovali prioritete koji se odnose na različite životne domene. Fokusira se na holistički pristup kriznom planiranju, uzimajući u obzir sve aspekte života porodice.
- Radlauer-Doerfler, J. & VanDenBerg, J.E. (2020) A Practical Guide to Self-Care for Helping Professionals. Dostupno na: https://www.cmhnetwork.org/wp-content/uploads/2020/07/New_Practical-Guide-to-Self-Care-for-Wraparound-Professionals-1.pdf
Ovaj vodič prikazuje primjenjive prakse samopomoći prilagođene profesionalcima koji rade s traumom, fokusirajući se na upravljanje sagorijevanjem, umorom od saosećanja i održavanju dugoročne emocionalne otpornosti.
- The National Child Traumatic Stress Network (2008) Child Trauma Toolkit for Educators. Dostupno na: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//child_trauma_toolkit_educators.pdf (Pristupljeno: 20. januar 2025.)
Ovaj vodič pruža osnovne informacije školskim administratorima, učiteljima, osoblju i zabrinutim roditeljima o radu s traumatiziranom djecom u školskom sistemu.

Savjeti i trikovi

- ✓ Zajedno s kolegama razgovarajte o različitim metodama koje koriste za rješavanje traume u odgoju i obrazovanju predškolske djece. Razmjenjujte ideje, brige i iskustva i podržavajte jedni druge. Pored toga, nastavite sa istraživanjem literature o traumi i porodičnoj dinamici u krizi.
- ✓ Pohađajte obuku o traumi i njenim efektima na porodičnu dinamiku. Fokusirajte se na razumijevanje uobičajenih kriznih scenarija.
- ✓ Oslonite se na kontrolne liste ili šablone da biste vodili razgovore sa porodicama i identifikovali njihove potrebe.
- ✓ Izgradite povjerenje sa porodicama slušajući bez osuđivanja i validirajući njihova iskustva.
- ✓ Identifikujte i priznajte postojeće snage porodice, koje se mogu koristiti za podsticanje otpornosti
- ✓ Nakon što shvatite osnove iz ovih resursa, razmislite o pohađanju osnovnih NVC (Nenasilna komunikacija) radionicama ili pridruživanju grupama za vježbanje. Učenje od iskusnih praktičara može produbiti vaše razumijevanje i ponuditi primjere iz stvarnog života kako NVC podržava oporavak od traume.
- ✓ Redovno se konsultujte sa iskusnijim kolegama za uputstva i povratne informacije.
- ✓ Vježbajte održavanje profesionalnih granica kako biste osigurali objektivnost u interakcijama.
- ✓ Podijelite svoja iskustva sa kolegama kako biste identifikirali uobičajene stresore i strategije suočavanja. Učestvujte u grupnim diskusijama ili forumima koji se fokusiraju na prakse samopomoći u vašem polju.

KOMPETENTAN

Knjige/priručnici/članci

- Brezinščak, T. (n.d.) Psiholgijska podrška: Osnove podrške traumatiziranom djetetu. Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba. Dostupno na: <https://www.scribd.com/document/715266721/6-Psiholgijska-podr%C5%A1ka> (Pristupljeno: 18. juli 2025)
Ovaj dokument daje praktične smjernice za uspostavljanje kontakta i povjerenja s traumatiziranom djecom kroz komunikaciju, igru i emocionalno povezivanje.
- Center for the Study of Social Policy (CSSP) (2018) About Strengthening Families and the Protective Factors Framework. Dostupno na: <https://cssp.org/wp-content/uploads/2018/11/About-Strengthening-Families.pdf> (Pristupljeno: 22. juli 2025)
Ovaj dokument opisuje pristup "Jačanje porodica" (Strengthening Families™), okvir zasnovan na istraživanjima koji ima za cilj jačanje snaga porodica, unapređenje razvoja djece i smanjenje rizika od zlostavljanja i zanemarivanja djece. Fokusira se na izgradnju pet ključnih zaštitnih faktora: roditeljske otpornosti, društvenih veza, znanja o roditeljstvu i razvoju djece, konkretne podrške u vremenima potrebe i socijalnih i emocionalnih kompetencija djece.
- Children's Behavioral Health Initiative (2011) Crisis planning tools for families: A Companion Guide for Providers. Dostupno na: https://www.cbhknowledge.center/wp-content/uploads/2024/06/Crisis-Planning-Tools_Guide_for_ProvidersFinal.pdf (Pristupljeno: 22. juli 2025.)
Ovaj vodič pruža alate, strategije i strukturirane pristupe za planiranje u kriznim situacijama, s naglaskom na uključivanje porodica u izradu praktičnih planova tokom krize. Naglašava važnost saradnje između pružatelja usluga i porodica te uključuje radne listove, predloške i smjernice koje podržavaju proces planiranja.
- Fazel, M. & Betancourt, T. S. (2022) 'Impact of War and Forced Displacement on Children's Mental Health', Journal of Child Psychology and Psychiatry, 63(2), pp. 123–135. Dostupno na: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9209349/> (Pristupljeno: 11. decembar 2024).
Ova studija ističe psihološke efekte rata i prisilnog raseljavanja na djecu, naglašavajući potrebu za ciljanim intervencijama.
- Moss, L. (2013) Working with Families in Crisis. El Excellence. Dostupno na: <https://www.eiexcellence.org/working-with-families-in-crisis/> (Pristupljeno: 22. juli 2025)
Ovaj članak nudi praktične strategije za pružaoce rane intervencije koji rade s porodicama koje doživljavaju krizne situacije. Naglašava važnost aktivnog slušanja, prilagođavanja potrebama porodica i razvijanja zajedničkih planova za podršku porodicama tokom izazovnih trenutaka.
- National Traumatic Stress Network (2018) Attachment Vitamins: Interactive Course on Early Childhood Attachment, Stress, and Trauma. Dostupno na: <https://www.nctsn.org/resources/attachment-vitamins-interactive-course-early-childhood-attachment-stress-and-trauma> (Pristupljeno: 15. januar 2025)
Link vodi do četverosatnog, besplatnog e-kursa koji omogućava učenje vlastitim tempom, a namjenjen je za roditelje, staratelje i stručnjake koji komuniciraju i rade s djecom mlađom od pet godina. Kurs pruža pregled ranog socio-emocionalnog razvoja s uvidima i prijedlozima za podršku zdravim odnosima između djeteta i staratelja, uči o utjecaju stresa i traume; reflektira o mogućim značenjima dječjeg ponašanja; istražuje utjecaj kulture na ciljeve socijalizacije porodica; upoznaje se s nizom strategija usmjerenih na promoviranje sigurne vezanosti i sigurnih praksi socijalizacije.
- Rosenberg, M.B. (2003) Nonviolent Communication: A Language of Life. 2nd ed. Encinitas, CA: Puddle-dancer Press. Dostupno na: https://ccpgc.usmf.md/sites/default/files/inline-files/Nonviolent%20Communication_%20A%20Language%20of%20Life_%20Life-Changing%20Tools%20for%20Healthy%20Relationships%20%28%20PDFDrive%20%29.pdf (Pristupljeno: 18. juli 2025.)
Ova knjiga koristi priče, igre uloga i primjere iz stvarnog života kako bi predstavila proces Nenasilne komunikacije (NVC), s fokusom na uspostavljanje empatije.
- Wisconsin Department of Health Services (n.d.) Developing Parallel Skills for Trauma-Informed Practice. Dostupno na: <https://www.dhs.wisconsin.gov/publications/p02641.pdf> (Pristupljeno: 11. decembar 2024).
Ovaj dokument pruža strategije za stručnjake za razvoj samosvijesti i otpornosti u okruženjima gdje je potreban rad u skladu sa trauma informiranom njegom.

Materijali spremni za upotrebu

- CECE Early Childhood Videos at Eastern CT State U (2020) The Importance of Self-Care for Early Care and Education Professionals. Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=x9tPoR4Ctec>
U ovom videu, pojedinci iz različitih pomagačkih profesija objašnjavaju zašto je briga o vlastitim potrebama toliko važna za sprječavanje sagorijevanja i osiguranje dugoročne učinkovitosti, nudeći ideje za brigu o sebi i kod kuće i na poslu.
- Center for the Study of Social Policy (CSSP) (2025) HO-2.1a-CW-Parental Resilience: Protective & Promotive Factors. Dostupno na: <https://cssp.org/wp-content/uploads/2025/03/HO-2.1a-CW-Parental-Resilience.pdf> (Pristupljeno: 22. juli 2025)
Akcioni list koji sadrži jasne i primjenjive korake za implementaciju Okvira zaštitnih faktora u praktičnim okruženjima, s naglaskom na jačanje porodica i podršku otpornosti.
- Leu, L. (2006) Nenasilna komunikacija™: Popratna vježbenica. Prevela N. Svalina. Centar za mir, nenasilje i ljudska prava – Osijek. Dostupno na: https://centar-za-mir.hr/uploads/documents/publication/file/16/NK_Vjezbenica_final.pdf (Pristupljeno: 18. juli 2025)
Ova vježbenica pruža praktične, strukturirane vježbe i vodič za grupne sesije koji podržavaju razvoj empatije, emocionalne povezanosti i vještina nenasilne komunikacije kroz interakciju i refleksiju.
- NCTSN Core Curriculum on Childhood Trauma Task Force (2012) The 12 core concepts: Concepts for understanding traumatic stress responses in children and families. Core Curriculum on Childhood Trauma. Los Angeles, CA, and Durham, NC: UCLA– Duke University National Center for Child Traumatic Stress. Dostupno na: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//the_12_core_concepts_for_understanding_traumatic_stress_responses_in_children_and_families.pdf (Pristupljeno: 23. januar 2025)
Dokument opisuje 12 osnovnih koncepata za razumijevanje reakcija na traumatski stres kod djece i porodica, koje je razvila Nacionalna mreža za traumatski stres kod djece (SAD). Ovi koncepti ističu složenost traume, njen široki kontekst, sekundarne nedaće, različite reakcije, sigurnosne probleme, utjecaj na sisteme njege, zaštitne faktore, razvojne utjecaje, neurobiološke temelje, kulturna razmatranja, izazove društvenog ugovora i važnost brige o sebi za pružatelje usluga. Projekat naglašava prakse zasnovane na dokazima za poboljšanje njege djece pogođene traumom.
- Oregon Wraparound (2019) Sample of some holistic crisis plan components. Dostupno na: <https://oregonwraparound.org/wp-content/uploads/2019/06/Family-Crisis-Plan-Template.pdf> (Pristupljeno: 6. februar 2025.)
Ovaj predložak nudi strukturirani format za identifikaciju potencijalnih kriza, uzročnika i rješenja. Služi kao alat za dokumentiranje porodične historije i obrazaca suočavanja s krizama, koji profesionalcima može pomoći u izradi prilagođenih akcijskih planova.
- Paige, H. (n.d.) Nonviolent Communication Practices that Embody Person-Centered and Trauma-Informed Care. Dostupno na: <https://cdn.fedweb.org/fed-42/2/Nonviolent%2520Communicati-on%2520Practices%2520PPT.pdf> (Pristupljeno: 29. januar 2025.)
Ovaj materijal nudi objašnjenje povezanosti između brige usmjerene na osobu i informirane o traumi (PCTI) i Nenasilne komunikacije (NVC), kao i brojne individualne i grupne vježbe za iskustveno učenje.

Savjeti i trikovi

- ✓ Usredotočite se na poboljšanje personalizovanih trauma informiranih intervencija tako što ćete razviti fleksibilniji, prilagodljiviji pristup kako bi se zadovoljile jedinstvene potrebe svakog deteta i porodice. Nastavite da usavršavate svoju sposobnost procjenjivanja pojedinačnih slučajeva uključivanjem naprednijih strategija, kao što su refleksivna praksa i stalna supervizijska podrška.
- ✓ Unaprijediti vještine prilagođavanja pristupa individualnim potrebama i dinamici porodice.
- ✓ Redovno evaluirajte svoje pristupe i prilagođavajte strategije novim izazovima.
- ✓ Pohađajte radionice ili treninge fokusirane na njegu zasnovanu na traumi kako biste poboljšali svoje razumijevanje i primjenu ovih principa u radu sa djecom i porodicama.
- ✓ Započnite integraciju NVC-a (Nenasilna komunikacija) u okruženjima sa niskim stresom. Na primjer, vježbajte korištenje empatičnog jezika s prijateljima, porodicom ili kolegama prije nego što ga primijenite u osjetljivijim situacijama koje uključuju traumu. Dosljednost će vam pomoći da s vremenom izgradite samopouzdanje i vještine. Uključite se u kontinuirano učenje.
- ✓ Redovno procenjujte svoje emocionalne reakcije na situacije vezane za posao i identifikujte oblasti u kojima možete poboljšati svoju praksu brige o sebi. Koristite alate poput dnevnika ili dnevnika razmišljanja da pratite svoj napredak.
- ✓ Radite na balansiranju emocionalnog angažmana s održavanjem profesionalne objektivnosti.

STRUČAN

Knjige/priručnici/članci

- Key, A. & Rider, K. (2018) 'Secondary Traumatic Stress Among Mental Health Professionals', Graduate Student Journal of Psychology, 17, pp. 69–80. Dostupno na: <https://www.tc.columbia.edu/media/centers-amp-labs/gsjp/gsjp-volume-pdfs/final-6-Key-et-al.pdf> (Pristupljeno: 11. decembar 2024). Ova studija ispituje prevalenciju sekundarnog traumatskog stresa među stručnjacima za mentalno zdravlje i njegove implikacije na programe obuke.
- KMB CAMH (2016) Holistic Crisis Planning: A Companion Guide for Providers Working with Adults and Families. Dostupno na: https://kmb.camh.ca/eenet/sites/default/files/pdfs/Holistic%20Crisis%20Planning_A%20Companion%20Guide%20for%20Providers%20working%20with%20Adults%20and%20Families.pdf (Pristupljeno: 5. februar 2025.) Iako ovaj vodič nudi osnovne alate i predloške, njegov naglasak na holistički i prema osobi usmjeren pristup omogućava profesionalcima da ove resurse prilagode i integrišu u složene i zahtjevne slučajeve.
- Neumann, M. M. (2023) Building Resilience Capacity in Young Children: Practical Insights for Early Childhood Educators. Childhood Education, 99(2), 32–39. Dostupno na: <https://doi.org/10.1080/00094056.2023.2185040> Članak nudi praktične uvide za izgradnju otpornosti kod male djece, na nivou programa i okruženja za učenje.
- Unlocking Children (2024) Enhancing trauma-informed practices when working with children. Dostupno na: <https://unlockingchildren.co.uk/cat/trauma-informed-care/enhancing-trauma-informed-care> (Pristupljeno: 03. februar 2025) Ovaj resurs nudi uvide za stručnjake u brizi o djeci kako bi izgradili povjerenje, njegovali empatiju i primjenjivali praksu osjetljivu na traumu, uključujući Nenasilnu komunikaciju, u pružanju podrške djeci pogođenoj traumom i njihovim porodicama.
- Young, K. et al. (2024) 'Young Children's Development After Forced Displacement: A Systematic Review', Child and Adolescent Mental Health, 29(1), pp. 45–58. Dostupno na: <https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-024-00711-5> (Pristupljeno: 11. decembar 2024). Ovaj sistematski pregled ispituje uticaje prisilnog raseljavanja na socijalni, emocionalni i kognitivni razvoj djece uzrasta od 0 do 6 godina.

Materijali spremni za upotrebu

- Belinda Thomson, Natasha Chow (2020) Your Brilliant Brain (a book about complex childhood trauma). Queensland Health, Australia. Dostupno na: <https://www.socialworkerstoolbox.com/your-brilliant-brain-a-book-for-children-teens-about-complex-childhood-trauma/> (Pristupljeno: 31. januar 2025)
Ova knjiga je neophodan resurs za profesionalce i roditelje, nudeći uvid u reakciju mozga na traumu kod djece i praktične strategije za oporavak. Naglašava važnost informiranog i osjetljivog vodstva odraslih, ističući potrebu za redovnom primjenom strategija suočavanja kako bi se smanjili učinci toksičnog stresa.
- Center for early child development: Guidelines for becoming a trauma-informed school (2003) Dostupno na: <https://blackpoolbetterstart.org.uk/wp-content/uploads/School-TIG-Digital-Version.pdf> (Pristupljeno: 04 februar 2025)
Priručnik pruža okvir za profesionalce o tome kako primijeniti pristup osjetljiv na traumu unutar školskog okruženja. Fokusira se na prepoznavanje i odgovaranje na traumu, te pružanje podrške porodicama i školskom osoblju.
- Family Rights Group (n.d.) Family group conferences: advice for families. Dostupno na: <https://frg.org.uk/get-help-and-advice/what/family-group-conferences-advice-for-families/> (pristupljeno: 4. februar 2025)
Ova stranica pruža detaljne informacije o Porodičnim grupnim konferencijama (FGC), objašnjavajući njihovu svrhu i način na koji podržavaju porodice u izradi planova za dobrobit djece. Dizajnirana je da vodi porodice i profesionalce kroz PKG proces, naglašavajući saradnju i odluke vođene od strane porodice.
- National Center on Parent, Family and Community Engagement (2019) Engaging with Families in Conversations about Sensitive Topics. Dostupno na: <https://headstart.gov/sites/default/files/pdf/engaging-with-families-conversations-about-sensitive-topics.pdf> (pristupljeno: 4. februar 2025)
Ovaj vodič nudi profesionalcima sveobuhvatni okvir za izgradnju respektabilnih i učinkovitih razgovora s porodicama o osjetljivim temama.
- National Child Traumatic Stress Network (n.d.) Child Trauma Toolkit for Educators. Dostupno na: <https://www.nctsn.org/resources/child-trauma-toolkit-educators>.
Pružila školskim administratorima, nastavnicima, osoblju i zabrinutim roditeljima osnovne informacije o radu s traumatiziranom djecom u školskom sistemu.
- Northwest MHTTC (2020) Educator Wellbeing 101: Practical Tips to Help You S.O.A.R. October 30, 2020. Dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=OHa-Flk16-M>
Ovaj video nudi praktične savjete za edukatore o održavanju ličnog blagostanja i upravljanju stresom, fokusirajući se na strategiju pod nazivom S.O.A.R. (Samopomoć, Opservacija, Prilagodljivost i Refleksija) kako bi se edukatorima pomoglo da povećaju otpornost, uravnoteže radne pritiske i poboljšaju svoje emocionalno zdravlje.
- Oregon Wraparound (2019) Sample of some holistic crisis plan components. Dostupno na: <https://oregonwraparound.org/wp-content/uploads/2019/06/Family-Crisis-Plan-Template.pdf> (Pristupljeno: 6. februar 2025).
Ovaj predložak nudi strukturirani format za identifikaciju potencijalnih kriza, uzročnika i rješenja. Služi kao alat za dokumentiranje porodične historije i obrazaca suočavanja s krizama, koji profesionalcima može pomoći u izradi prilagođenih akcijskih planova.

Savjeti i trikovi

- ✓ Stvorite trauma informirano okruženje tako što ćete dijeliti znanje, informacije i resurse s kolegama i unaprijediti njihovu i vlastitu stručnost u tehnikama iz trauma-informirane prakse, a koje promovišu dugoročnu otpornost i oporavak, kao što je kognitivna bihevioralna terapija usmjerena na traumatu (TF-CBT) ili drugi specijalizirani pristupi. Kontinuiranim širenjem alata koji su dostupni vama i vašim kolegama, možete osigurati da podrška djeci i porodicama ostane efikasna i prilagođena potrebama, posebno u veoma izazovnim slučajevima.
- ✓ Podijelite svoju stručnost tako što ćete trenirati manje iskusne profesionalce u radu u kriznim situacijama u porodici.
- ✓ Stvorite mrežu podrške unutar svoje organizacije kako biste podijelili najbolje prakse i resurse u vezi s trauma informisanom praksom među kolegama koji rade sa raseljenom djecom.
- ✓ Radite sa drugim (spoljnim) stručnjacima na sveobuhvatnom rješavanju složenih porodičnih potreba.
- ✓ Produbite znanje o kompleksnim efektima traume i integrirajte to u svoj rad.
- ✓ Proširite prakse zasnovane na traumatičnim učionicama tako što ćete uključiti porodice u proces. Koristite NVC (nenasilnu komunikaciju) kada komunicirate s roditeljima ili starateljima, osiguravajući da se osjećaju saslušani i podržani. Koristite ovaj unos da usavršite svoju primjenu NVC principa, osiguravajući kontinuirano poboljšanje u stvaranju okruženja podrške za osobe pogođene traumom.
- ✓ Vodite porodice u zajedničkom razvoju održivih rješenja.
- ✓ Preuzmite inicijativu za stvaranje kulture brige o sebi unutar svog tima ili organizacije tako što ćete dijeliti resurse, organizirati radionice ili voditi diskusije o važnosti samosvijesti i praksama samopomoći.
- ✓ Dajte prioritet praksama poput svjesnosti ili podrške vršnjaka kako biste održali emocionalnu otpornost.

EKSPERT

Knjige/priručnici/članci

- Bowie, V. (2020) 'Trauma-Informed Self-Care for Child and Youth Care Workers', Journal of Child and Youth Care Work, 25, pp. 157–175. Dostupno na: https://www.researchgate.net/publication/347116523_Trauma-Informed_Self-Care_for_Child_and_Youth_Care_Workers
Ovaj članak razmatra strategije samopomoći za profesionalce koji rade s djecom i mladima, zasnovane na principima razumijevanja traume. Naglašava važnost lične otpornosti, samorefleksije i postavljanja granica radi prevencije profesionalnog sagorijevanja i unapređenja ukupne dobrobiti.
- Carr, A. (2006) Family therapy: Concepts, Process and Practice. 2nd ed. John Wiley & Sons Ltd. Chichester, England.
Ova knjiga pruža kritički pregled glavnih škola porodične terapije i nudi integrativni model za praksu bračne i porodične terapije. Detaljno razmatra kako se ovaj model može primijeniti u svakodnevnoj praksi s različitim problemima kod djece i odraslih.
- Damico, S. (2020) 'The Resilience Cascade: The best way to promote resilience in children is to foster resilient teachers', Childhood Education, 96(1), pp. 54–57. <https://doi.org/10.1080/00094056.2020.1707538>
Članak naglašava važnost koncepta "kaskade otpornosti" (resilience cascade), ističući da poticanje otpornosti kod djece zahtijeva da edukatori i staratelji posvete veliku pažnju vlastitom socijalnom i emocionalnom dobrostanju.
- KMB CAMH (2016) Holistic Crisis Planning: A Companion Guide for Providers Working with Adults and Families. Dostupno na: https://kmb.camh.ca/eenet/sites/default/files/pdfs/Holistic%20Crisis%20Planning_A%20Companion%20Guide%20for%20Providers%20working%20with%20Adults%20and%20Families.pdf (Pristupljeno: 5. februar 2025.)
Iako vodič pruža osnovne alate i predloške, naglasak na holistički i prema osobi usmjeren pristup omogućava stručnjacima da ove resurse prilagode i integrišu u složene i zahtjevne slučajeve. Oni mogu biti korisni za usavršavanje profesionalne prakse, snalaženje u složenim porodičnim dinamikama te za ulogu mentora ili trenera manje iskusnim kolegama.

- Palenica-Ramírez, N. & Mallah, F. (2024) Forced Displacement: Implications for Refugee and Asylee Students. Dostupno na: https://immigrationinitiative.harvard.edu/wp-content/uploads/2024/08/AU-GUST-2024_Forced-Displacement_Implications-for-Refugee-and-Asylee-Students_final.pdf
Ovaj resurs istražuje uticaj prisilnog raseljavanja na učenike izbjeglice i azilante, naglašavajući traumatske izazove kojima su izloženi, te pruža strategije za podršku njihovom obrazovnom uspjehu i emocionalnoj dobrobiti.
- Paul, S. (2023) 'Unpacking the impact of childhood trauma on empathy and emotional intelligence: A correlational study', The International Journal of Indian Psychology, 11 (4). Dostupno na: <https://ijip.in/wp-content/uploads/2023/12/18.01.169.20231104.pdf> (Pristupljeno: 04 February 2025) Ova empirijska studija detaljno istražuje složen odnos između trauma iz djetinjstva i razvoja empatije i emocionalne inteligencije u odrasloj dobi.
- SOS Dječija sela International (2021) Sigurna mjesta i nesmetan razvoj djece: Praktične smjernice za stručnjake koji rade s djecom izloženu nasilju u porodici. Dostupno na: https://www.sos-childrensvillages.org/getmedia/1629d70a-613b-4a6d-bd63-67c28ca18c7b/Safe-Places%2C-Thriving-Children-Practice-Guidance_Croatian.pdf (Pristupljeno: 18. juli 2025)
Ovaj priručnik nudi konkretne smjernice za stvaranje sigurnog i podržavajućeg okruženja za djecu izloženu porodičnom nasilju, s naglaskom na važnost stabilnih, empatičnih odnosa s odraslima kao temelja za oporavak i razvoj.
- Van der Kolk, B. A. (2023) Tijelo bilježi sve: Mozak, um i tijelo u iscjeljenju traume. Prevela Snježana Ivić Gerovac. Sveta Nedjelja: Geromar, Zagreb.
Ova knjiga istražuje dubok utjecaj traume na tijelo i um. Analizira kako trauma utiče na moždanu funkciju, pamćenje i emocionalnu regulaciju, te naglašava važnost razumijevanja i iscjeljenja kroz terapije kao što su joga, EMDR i neurofeedback. Van der Kolk zagovara holistički pristup oporavku od traume, fokusirajući se na ulogu fizičkog tijela u procesu obrade i iscjeljenja traumatskih iskustava.

Materijali spremni za upotrebu

- Burns, G.W. (2005) 101 Healing Stories for Kids and Teens: Using Metaphors in Therapy. John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
Knjiga 101 priča o iscjeljenju za djecu i tinejdžere je resurs posebno koristan za profesionalce koji rade s djecom i adolescentima, nudeći niz kreativnih tehnika pričanja priča i metafora, koje se mogu kombinirati s drugim pristupima zasnovanim na dokazima poput igre, umjetnosti, muzike i dramske terapije. Knjiga je organizirana u poglavlja koja pružaju smjernice o učinkovitom pripovijedanju i korištenju metafora, zajedno s praktičnim savjetima o generiranju ideja za priče o iscjeljenju, planiranju i njihovom predstavljanju.
- Caudle, C. (2023) Trauma and Trauma-Informed Practices in Early Childhood Education with Cara Caudle. Dostupno na: <https://creators.spotify.com/pod/show/everythingeace/episodes/133-Trauma-and-Trauma-Informed-Practices-in-Early-Childhood-Education-with-Cara-Caudle-e2gf655>
Ova epizoda podcasta istražuje traumatu i prakse zasnovane na traumati u ranom obrazovanju djece. Cara Caudle raspravlja o efikasnim strategijama za edukatore u podršci djeci koja su doživjela traumatu, naglašavajući važnost razumijevanja utjecaja traume na djecu i vrijednost stvaranja podržavajućeg, empatičnog okruženja za učenje.
- CEU Outlet, Inc. (2023) 5 Effective Techniques for Family and Crisis Intervention: A Guide for Therapists. Dostupno na: <https://www.ceuoutlet.com/blog/5-effective-techniques-for-family-and-crisis-intervention-a-guide-for-therapists> (Pristupljeno: 22. juli 2025)
Ovaj članak navodi snage strategija kao što su aktivno slušanje, kognitivna restrukturiranja, tehnike fokusirane na rješenja, terapiju porodičnih sistema i meta-pitanja, koje profesionalcima pomažu da vode porodice kroz krizu i potiču pozitivne promjene u sigurnom i podržavajućem okruženju.

- Williams B., Edlington T., (n.d.) Can DVD simulations be used to promote empathy and interprofessional collaboration among undergraduate healthcare students? Monash University, Australian Government, Office for learning and teaching. Dostupno na: https://www.monash.edu/__data/assets/pdf_file/0005/1217984/empathy-toolkit.pdf (Pristupljeno: 04 februar 2025)
Ovaj priručnik je koristan za promoviranje empatije i usvajanje empatičnih stavova i ponašanja među profesionalcima.

Savjeti i trikovi

- ✓ Kao stručnjak, aktivno mentorišite manje iskusne kolege u primjeni trauma informiranih praksi, uključujući ne-nasilnu komunikaciju (NVC). Fokusirajte se na njihovo vođenje kroz složene slučajeve u kojima su povjerenje, empatija i emocionalna inteligencija od izuzetne važnosti, nudeći konstruktivnu povratnu informaciju i njegujući kulturu kontinuiranog profesionalnog rasta.
- ✓ Omogućite kolegama obuku o brizi o sebi i emocionalnom blagostanju. Pomozite im da razviju svoje vještine u efikasnom upravljanju stresom povezanim s traumom.
- ✓ Budite u toku s najnovijim istraživanjima i najboljim praksama u konceptu trauma informiranih praksi.
- ✓ Doprinesite ili pokrenite istraživačke projekte koji dalje istražuju ukrštanje povjerenja, empatije, komunikacije i traume.
- ✓ Zalažite se za sistemska poboljšanja u uslugama ili politikama za porodice u krizi.



Co-funded by
the European Union



Materijal je kreiran u okviru Erasmus+ projekta INDEAR – – Inkluzija i raznolikost u predškol-skom odgoju i obrazovanju (KA220-BY-23-25-161951).

PROJEKT KOORDINATOR:

Volkshochschule im Landkreis Cham e. V., Njemačka

PARTNERI:

Fachakademie für Sozialpädagogik Furth im Wald, Njemačka

Berufsfachschule für Kinderpflege Furth im Wald, Njemačka

Udruzenje Prijateljice obrazovanja – Amica Educa, Bosna i Hercegovina

CEIP Flor de Azahar, Španija

Leonardo Progetti Sociali, Italija

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Lodzi, Poljska

LICENCA:

Ovaj rad je licenciran pod Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International:
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

OBJAVLJENO:

2025



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA).

Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Project number: KA220-BY-23-25-161951



**Co-funded by
the European Union**