



REPUBLIKA HRVATSKA
VARAŽDINSKA ŽUPANIJA
SREDNJA ŠKOLA IVANEC

KLASA: 004-06/23-01/2
URBROJ: 2186-154-01-23-1

Školski protokol postupanja u slučaju niskog, umjerenog do visokog i ekstremno visokog rizika suicidalnog ponašanja

Niska razina rizika:

Uočeni su znakovi upozorenja i/ili suicidalne misli bez namjere izvršenja suicida.

Kada vršnjak, roditelj, učitelj/nastavnik/stručni suradnik utvrdi da je učenik potencijalno suicidalan jer direktno ili indirektno izražava suicidalne misli ili manifestira znakove upozorenja potrebno je:

1. Svaki znak ili prijetnju ozljeđivanjem shvatiti ozbiljno.
2. Odmah pozvati stručnog suradnika psihologa (ili pedagoga ako psiholog nije dostupan) ili reći nekom da ga pozove.
3. Ostati s učenikom do dolaska psihologa (ili pedagoga ako psiholog nije dostupan). Smireno razgovarati, ne osuđivati, slušati i pokazati razumijevanje i empatiju.
4. Psiholog razgovara s učenikom na mirnom mjestu, ispituje situaciju i procjenjuje rizik (npr. C-SSRS skala ili detaljnija procjena).
5. Obavještava roditelje, osim u slučaju procjene da će to pogoršati situaciju (sumnja na zlostavljanje u obitelji). U tom slučaju se kontaktira Centar za socijalnu skrb.
6. Obavještava školskog liječnika.
7. Razvija sigurnosni plan s učenikom i roditeljima.
8. Upućuje roditelje na vođenje učenika psihijatru.
9. Daje roditeljima obrazac na potpis (roditelj potvrđuje da je dobio informacije i da je upućen na vođenje djeteta psihijatru).
10. Dokumentira sve poduzeto (zapisnik, urudžbirati).
11. Prati funkcioniranje učenika i surađuje s roditeljima dok traje potreba.
12. Ako je učenik uključen u psihijatrijski tretman, surađuje sa psihijatrom/psihoterapeutom, uz prethodnu pisanu suglasnost roditelja.
13. Provodi savjetovanje učenika u školi i praćenje rizika, nastavlja suradnju s roditeljima i kolegama.



Umjerena do visoka razina rizika

Učenik ima suicidalne misli ili suicidalna ponašanja s namjerom ili željom da umre.

1. Učenik treba biti pod nadzorom, ne ostavljati ga samog, razgovarati s njim na miran način, slušati, ne osuđivati i pokazati razumijevanje i empatiju.
2. Obavijestiti odmah stručnog suradnika psihologa (ili pedagoga ako psiholog nije dostupan), učenika ne ostavljati pri tom samog. Obavijestiti ravnatelja.
3. Provođenje procjene rizika (C-SSRS skala ili detaljnija procjena). Informacije će, uz suglasnost roditelja, dostaviti psihijatru.
4. Pozvati hitnu pomoć ako je potrebno (slijede postupci kao kod ekstremno visokog rizika).
5. Obavijestiti roditelje, osim ako će to pogoršati situaciju (sumnja na nasilje u obitelji). U tom slučaju kontaktirati Centar za socijalnu skrb.
6. Obavještavanje školskog liječnika.
7. Izrada sigurnosnog plana s učenikom i roditeljima, a ako već postoji, revidiranje plana.
8. Ako nije potrebno pozivanje hitne pomoći i hospitalizacija, a trenutna kriza je pod kontrolom, nakon dolaska roditelja potrebno je:
 - s učenikom i roditeljima raspraviti važnost restrikcije letalnih sredstava
 - potpisivanje suglasnosti roditelja za davanja mišljenja škole bolnici/psihijatru i suglasnosti roditelja za kontaktiranje bolnice/psihijatra
 - dati roditeljima kontakte ustanova koje se bave mentalnim zdravljem djece i mladih
 - reći da će ih se kontaktirati i pratiti stanje učenika
 - izraditi plan kontaktiranja da bismo bili sigurni da učenik dobiva potrebnu medicinsku pomoć.

Nakon provedene intervencije:

1. Dogovor o izvršavanju školskih obveza/nastava u kući/na daljinu/potreba pokretanja postupka utvrđivanja primjerenog programa obrazovanja u suradnji s nastavnicima, pedagogom i roditeljima.
2. Dokumentiranje: podaci o učeniku, tko je identificirao suicidalni rizik, razlog za zabrinutost, procjena rizika (tko, kada, na koji način, rezultati), obavještavanje roditelja (tko, kada, jesu li dobili informaciju o odlasku psihijatru).
3. Razgovor sa svim djelatnicima i učenicima koji su bili uključeni u krizni događaj.



Ekstremno visoka razina rizika (neposredna)

Učenik je izrazio namjeru izvršenja suicida, dostupna su mu sredstva potrebna da provede plan ili ih je donio u školu. Suicidalna kriza obično traje nekoliko minuta, u rjeđim slučajevima nekoliko sati.

1. Ostati cijelo vrijeme s učenikom, truditi se ne pokazivati uznemirenost, ne osuđivati, slušati i pokazati razumijevanje i empatiju.
2. Osigurati sigurnost ostalih učenika i djelatnika. Omogućiti im razgovor o događaju, potaknuti ih na izražavanje emocija, raspraviti ako se javio osjećaj krivnje i strah od ugrožene sigurnosti sebe i drugih...
3. Pozvati psihologa (ili pedagoga, ako nije dostupan). Obavijestiti ravnatelja.
4. Pozvati hitnu pomoć i policiju, hospitalizacija učenika.
5. Obavijestiti roditelje, osim ako će to pogoršati situaciju (sumnja na nasilje u obitelji). U tom slučaju kontaktirati Centar za socijalnu skrb.
6. Obavijestiti školskog liječnika.
7. Ako učenik ima letalna sredstva:
 - ne pokušavati oduzeti sredstvo na silu
 - smireno razgovarati s učenikom
 - netko treba nazvati policiju
 - zaštititi područje (evakuirati i ograditi) radi sigurnosti i skloniti svjedoke
 - pružiti podršku svjedocima (razgovor o događaju, potaknuti ih na izražavanje emocija, raspraviti eventualni osjećaj krivnje i strah od ugrožene sigurnosti sebe i drugih, obavijestiti ih da će suicidalnom učeniku biti pružena pomoć, provoditi praćenje...)
 - nakon što učenik preda letalno sredstvo, ostati s njim do dolaska hitne pomoći i policije.
8. Suradnja psihologa s medicinskom ustanovom.
9. Kontaktiranje roditelja i učenika tijekom hospitalizacije, kontaktiranje Škole u bolnici, slanje informacija i materijala.
10. Prije povratka učenika u školu i učenički dom pripremiti plan povratka.
11. Povratak učenika u školu nakon hospitalizacije u nekim slučajevima treba biti postupan.



Vodič za podršku učeniku nakon povratka u školu

1. Oprez: rizik suicida je povećan nakon pokušaja suicida.
2. Ako je učenik hospitaliziran, tražiti suglasnost roditelja
 - za posjet predstavnika škole bolnici
 - za kontaktiranje psihijatra i uvid u medicinsku dokumentaciju.
3. Plan kontaktiranja učenika u razdoblju izostanka iz škole.
4. Redovita komunikacija sa Školom u bolnici.
5. Sastanak s roditeljima i učenikom prije povratka učenika u školu. Razgovarati s učenikom što misli koja podrška mu je potrebna da bi se ponovno uključio u školu. Pitati ga što bi želio da se kaže učenicima. Saznati koji učenik ili više njih su mu *kontakt* sa školom. Uključivanje učenika u planiranje povratka u školu je korisno jer izravnim uključivanjem dobiva osjećaj kontrole. Okupiti Razredno vijeće koje pod vodstvom stručnog suradnika i razrednika izrađuje plan podrške učeniku nakon povratka u školu.
6. Upoznati se s osnovnim informacijama: razumjeti što je prethodilo statusu visokog rizika ili pokušaju suicida, na što je osobito potrebno obraćati pažnju, koje lijekove učenik uzima.
7. Sastanak stručne službe u svrhu izrade plana podrške učeniku nakon povratka u školu. Korisno je uključiti i roditelje u jednom dijelu sastanka.
8. Dogovoriti sastanak s učenicima prije povratka učenika u školu, raspraviti njihove osjećaje u vezi povratka učenika u razredni odjel, savjetovati ih kako se odnositi prema njemu, što bi ih u njegovom ponašanju/raspoloženju trebalo zabrinuti, kako mu biti podrška. Biti oprezan da se ne naruši povjerljivost i razmisliti na koji način spriječiti ili prekinuti širenje glasina.
9. Odrediti osobe u školi kojima se učenik može obratiti kada se loše osjeća (sam ih imenuje) i mirno mjesto (prostor u koji se može povući u slučaju uznemirenosti ili u svrhu obavljanja školskih zadataka).
10. Redoviti kontakti s roditeljima:
 - telefonom, e-poruke i sastanci
 - sastanak s učenikom i roditeljima s ciljem utvrđivanja potrebe uvođenja primjerenog programa obrazovanja ili privremene podrške, nastave u kući, nastave na daljinu, polaganja razrednog/predmetnih ispita, privremenog prekida školovanja, vodeći računa o najboljem interesu učenika.
11. Razredno vijeće:
 - psiholog daje informacije nastavnicima koje su im važne za razumijevanje učenikovih potreba i davanje obrazovne, socijalne i emocionalne podrške, ne daje kliničke informacije ni druge detalje
 - dogovara s njima strategije podrške učeniku: obrazovne, socijalne i emocionalne
 - redovite konzultacije i sastanci.
12. Psiholog je poveznica s nastavnicima, što može uključivati sljedeće:
 - pitati učenika u vezi kojih predmeta/dijelova gradiva je zabrinut i raspraviti moguće opcije te o tome informirati nastavnike



- podsjetiti ih da ne komentiraju učenikove teškoće s mentalnim zdravljem u razrednom odjelu jer time krše pravo učenika na povjerljivost i ne koriste time ni njemu, niti drugim učenicima
 - educirati nastavnike o znakovima upozorenja
 - redovite konzultacije s nastavnicima u svrhu dobivanja informacija o funkcioniranju učenika
 - smanjiti stres kod učenika (rokovi, način odgovaranja, dijelovi gradiva)
 - dogovoriti dopunski rad nastavnika s učenikom i vršnjačku pomoć
 - pratiti napredak učenika
 - obavijestiti nastavnike o mogućim nuspojavama lijekova i upozoriti ih da obavijeste stručnu službu ako ih uoče.
13. Pratiti probleme u ponašanju i dolaske na nastavu:
- susretati se s nastavnicima da im se pomogne razumjeti koje granice su prihvatljive (kašnjenje na nastavu, rastresenost, pospanost, brzo umaranje - zbog nuspojava lijekova)
 - raspraviti teškoće i mogućnosti s učenikom
 - konzultirati se s sa školskim liječnikom i/ili učenikovim psihijatrom da bi se saznalo jesu li ta ponašanja povezana s lijekovima
 - pratiti svakodnevne dolaske učenika u školu i odlaske iz škole
 - redoviti sastanci s roditeljima
 - savjetovanje s učenikom vezano za probleme u školi.
14. Redoviti savjetodavni razgovori s učenikom i procjena rizika.



Znakovi upozorenja

Znakovi upozorenja su uočljivi znakovi koji ukazuju na povećan rizik suicida u neposrednoj budućnosti (minute, sati, dani), za razliku od rizičnih čimbenika koji predstavljaju dugoročni rizik (od jedne godine do cjeloživotnog razdoblja). Osim direktnih izjava ili izravne prijetnje suicidom, često grupa znakova povećava rizik, a ne jedan ili dva pojedinačna znaka.

Znakovi upozorenja organizirani hijerarhijski, prema razini rizika (American Association of Suicidology, 2023):

Potrebno je odmah reagirati ako doznamo da:

1. Učenik prijeti da će se ubiti govoreći: *Želio bih da sam mrtav; Ako mi se... dogodi, ubit ću se; Da me barem nema; Uskoro ću se riješiti muka; Ništa nema smisla* (i drugi načini izražavanja beznađa i bespomoćnosti); *Svima bi bilo bolje bez mene* (i druge izjave i ponašanja koja ukazuju da osoba osjeća da je teret drugima) i sl. (**obratiti pažnju na kontekst, učestalost i intenzitet**).
2. Neuobičajene i dugotrajnije promjene ponašanja (dnevne rutine, socijalne interakcije, navike i ponašanje općenito), dramatične promjene raspoloženja (uključujući iznenadno neuobičajeno poboljšanje raspoloženja) i značajne promjene u spavanju.
3. Učenik traži načine da provede plan suicida: traži oružje, tablete ili druge načine, ima plan gdje može nabaviti sredstva.
4. Učenik pojačano govori ili piše o smrti i suicidu: u porukama, na društvenim mrežama, u pjesmama, poeziji, sastavcima, na crtežima...
5. Nazvati hitnu pomoć i policiju: ako je došlo do pokušaja suicida, postoji oružje, učenik je izvan kontrole.