

Na temelju članka 118. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi i članka 58. i 152. Statuta VI. osnovne škole Varaždin Školski odbor na 16. sjednici Školskog odbora na prijedlog ravnatelja donosi:

PROTOKOL POSTUPANJA U SLUČAJU SUICIDALNOSTI UČENIKA

UVOD

Suicid je tragičan događaj za roditelje, obitelj, prijatelje, stručnjake i cijelu zajednicu. Suicidalne ideje i namjere predstavljaju ozbiljnu indikaciju ugroze vlastitog života. Svaku izrečenu ideju i/ili namjeru počinjenja suicida treba shvatiti ozbiljno.

CILJ PROTOKOLA

Cilj odgojno-obrazovnih djelatnika je pravovremeno prepoznati probleme mentalnog zdravlja, pružiti adekvatnu podršku i pomoć djetetu i roditelju, uputiti dijete i roditelje na daljnju stručnu pomoć te provoditi preventivne aktivnosti s ciljem jačanja zaštitnih čimbenika u razvoju problema mentalnog zdravlja.

POSTUPCI U SLUČAJU SUICIDALNIH IDEJA UČENIKA

Pod suicidalne ideje ubrajaju se sva ponašanja i ideje povezane sa suicidalnim ponašanjem, a koja, ako se nastave mogu dovesti do razmišljanja o počinjenju suicida ili pokušaja počinjenja suicida.

1. Svaku izrečenu suicidalnu ideju treba shvatiti ozbiljno.
2. Kada osoba saznaje o suicidalnim idejama učenika osoba je dužna o tome informirati stručnog suradnika (primarno psihologa).
3. Stručni suradnik i učitelj dužan je o toj informaciji informirati roditelja/e djeteta, osim u slučaju procjene da će to pogoršati situaciju (sumnja na zlostavljanje u obitelji). U tom slučaju se kontaktira Zavod za socijalni rad.
S učenikom dogovara način razgovora s roditeljima odnosno dijeljenja informacija.
4. Obavještava se školski liječnik i dogovara upućivanje u vanjske institucije.
5. Roditelja i učenika treba uputiti liječniku. Važno je uputiti na stručni razgovor, tj. objasniti važnost takvog razgovora, kod stručnjaka za zaštitu mentalnog zdravlja (psihijatar, psiholog, psihoterapeut/savjetodavni terapeut), a radi: 1) utvrđivanja da li uz suicidalne ideje postoji i namjera o počinjenju suicida; 2) razmatranja mogućnosti pružanja stručne pomoći (tretmana) koja bi mogla smanjiti osobnu patnju zbog koje je uopće došlo do suicidalnih ideja. Roditelj potpisuje izjavu kojom potvrđuje dobivene informacije i upute za dalje postupanje.
6. Stručni suradnik (primarno psiholog) u savjetodavnom radu s učenikom i prati i procjenjuje mentalno zdravlje učenika te po potrebi surađuje s vanjskim suradnicima.
7. Stručni suradnici obavljaju savjetodavni razgovor s roditeljima.

SAZNANJE O SUICIDALNIM MISLIMA/PLANOVIMA/POKUŠAJIMA UČENIKA

1. U situaciji kada je učenik povjerio učitelju/stručnom suradniku da ima suicidalne misli, učitelj/stručni suradnik provodi individualni razgovor s učenikom prema smjernicama za razgovor (Prilog 1. Vodič za razgovor)
2. Ako likovni izričaj ili pisani oblici (sastavci, zadaćnice...) ukazuju na postojanje depresivnih i suicidalnih ideja ili su uznemirujući po sadržaju, učitelj će o tome obavijestiti stručnog suradnika (primarno psihologa), koji će provesti razgovor s učenikom.

3. U situaciji kada učitelj dobije informaciju od druge djece ili neke treće strane kako određeni učenik ima suicidalne misli ili planove o tome će obavijestiti stručnog suradnika (primarno psihologa) koji će razgovarati s učenicima. O događaju i postupanjima učitelj je dužan napisati službenu bilješku.

POSTUPCI U SLUČAJU NAMJERA POČINJENJA SUICIDA

Namjera počinjenja suicida predstavlja nadgradnju suicidalnih ideja tako se značajno povećava vjerojatnost da će osoba pokušati počiniti suicid. Namjerom počinjenja suicida smatra se svaki opis načina ili plana počinjenja suicida kao i svaka druga naznaka da će doći do pokušaja počinjenja suicida.

1. Učenik treba biti pod nadzorom, ne ostavljati ga samog, razgovarati s njim na miran način, slušati, ne osuđivati i pokazati razumijevanje i empatiju. Obavijestiti odmah stručnog suradnika (primarno psihologa).
2. Na bilo kakvu sumnju o namjeri počinjenja suicida bez odgode kontaktirati nadležnu službu: hitnu medicinsku pomoć, tel. 194; a koja će potom postupiti sukladno pravilima struke.
3. Iznijeti nadležnoj službi sve informacije o osobi za koju sumnjamo da ima namjeru počinjenja suicida (npr. trenutna lokacija osobe – ako je poznata; broj mobilnog telefona, kućna adresa i sl.), a koje će olakšati daljnje postupanje.
4. Obavijestiti roditelje, osim ako će to pogoršati situaciju (sumnja na nasilje u obitelji). U tom slučaju kontaktirati HZSR.
5. Svaki slučaj iskazivanja suicidalnih ideja i namjere počinjenja suicida Škola je dužna prijaviti HZSR i liječniku školske medicine, a po potrebi i nadležno upravno tijelo i policiju.

POSTUPCI NAKON POVRATKA UČENIKA S LIJEČENJA U ŠKOLU

1. Učenik se uključuje u školu kada liječnici procijene da se stanje stabiliziralo i da dijete može sudjelovati u aktivnostima i održavati barem minimalne kontakte s vršnjacima i odraslima.
2. Sastanak s roditeljima i učenicom prije povratka učenika u školu. Razgovarati s učenicom 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.
3. Upoznavanje Razrednog vijeća o stanju učenika, informacije učiteljima koje su im važne za razumijevanje učenikovih potreba i načinima pružanja obrazovne, socijalne i emocionalne podrške nakon povratka u školu.
4. Razgovarati s učenicima u razredu 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.
5. Savjetodavni rad s učenicom, praćenje stanja i funkcioniranja djeteta, suradnja s učiteljima i vanjskim stručnjacima. Kontaktirati redovito roditelje i informirati ih o pozitivnim aspektima funkcioniranja, ali i znakovima za zabrinutost i pažnju.
6. Otvoreno razgovarati s djetetom ako ste zabrinuti da je došlo do pogoršanja.

POSTUPCI U SLUČAJU SAMOUBOJSTVA UČENIKA

1. Na primjeren način obavještavaju se djelatnici škole.
2. Šalju se informacije o kriznom događaju te se šalje zahtjev za pokretanjem psihološke krizne intervencije Ministarstvu znanosti, obrazovanja i mladih.

Postupanje ustanove prije dolaska tima za krizne intervencije:

3. Sutradan prve sate s učenicima razreda koji je izgubio prijatelja/icu provodi razrednik (razrednik neka podijeli osjećaje s učenicima, uspomene; i tišina je nekada međusobna podrška, mogu pisati/crtati; ako razrednik nije spreman u razred ulazi stručni suradnik).
4. U hol ili za na to predviđeno mjesto staviti fotografiju i lampion, može i knjigu sjećanja /žalosti u koju se mogu upisivati učenici i učitelji.
5. Odgoditi ispitivanje u školi ili zahtjevne i stresne obveze za djecu neko vrijeme s obzirom na to da će biti narušeno uobičajeno funkcioniranje učenika. Prvi dani nakon ovakvih događaja uglavnom su usmjereni na “čuvanje učenika i praćenje njihovih reakcija ” u smislu da se s gradivom ide laganijim tempom uz napomenu da će učenici vjerojatno biti smanjene pozornosti, imati potrebu pitati, nešto ispričati vezano uz događaj i preminulog učenika.
6. Ponuditi učenicima razgovor o osjećajima, poslušati ako žele nešto reći vezano uz događaj ili preminulog učenika, tolerirati smanjenu pozornost.
7. Pratiti funkcioniranje učenika i prema potrebi obavijestiti roditelje (posebice bliske).
8. Omogućiti dodatnu podršku za učenike u riziku (stručna služba i vanjski stručnjaci).
9. S obitelji preminulog učenika dogovoriti žele li prisutnost učenika, prijatelja i djelatnika škole na pogrebu ili ne, i o tome obavijestiti djelatnike škole i učenike.
10. Nastaviti pratiti učenike koji su u riziku za suicidalno ponašanje.

Prilog 1. VODIČ ZA RAZGOVOR O SUICIDALNIM IDEJAMA/NAMJERAMA

Cilj učitelja je prepoznati, pružiti podršku i razgovarati te povezati sa stručnom pomoći.

Pohvaliti postupak: npr. *Pokazao/la si veliku snagu i hrabrost što si me o tome obavijestio/la.*

Uočiti i reflektirati emociju koju primjećujete: npr. *Vidim da se osjećaš tužno/razočarano/uznemireno/napeto/(...) želio/željela bih ti pomoći ako mogu. Želiš li razgovarati o tome što se događa?*

Parafrazirati rečeno: npr. *Čini mi se da si trenutno u teškom životnom razdoblju i da smatraš da je samoozljeđivanje jedino što ti pomaže, no siguran/na sam da postoje i drugi načini.*

Postaviti granice u okviru svojih kompetencija i odgovornosti: npr. *Ja nemam toliko znanja o ovome, stoga bih predložio/la da razgovaraš s nekim od naše stručne službe u školi, oni imaju znanja i iskustva i mogu ti pružiti pomoć u ovome. Što kažeš na to? Ako želiš, mogu ja otići s tobom do nekoga od njih.*

Povjerljivost razgovora

- često djeca traže da se suicidalne misli i /ili planovi i pokušaju ne otkriju nikome, posebice roditeljima
- djeca to mogu tražiti i prije samog razgovora
- do određene mjere možete sve što saznate držati povjerljivim, ali u određenim situacijama vaša je obveza obavijestiti druge
- dijete mora biti upoznato s ograničenjima povjerljivosti razgovora, time se pokazuje iskrenost i poštovanje te se nećete obvezati na ono što ne možete i ne smijete izvršiti

KAKO RAZGOVARATI O SUICIDALNIM IDEJAMA/NAMJERAMA?

1. korak – USPOSTAVITI ODNOS

- uspostaviti odnos povjerenja u kojem mlada osoba može slobodno, bez straha od osuđivanja i odbacivanja podijeliti svoje osjećaje i namjere
- cilj razgovora je pružiti podršku i nadu te potaknuti mladu osobu na daljnju stručnu pomoć
- *Željeli bi znati kako se osjećaš jer mi se činiš drugačija/i u posljednje vrijeme.*
- *Primijetili smo neke promjene kod tebe pa bi mogli porazgovarati o tome kako se osjećaš.*
- *Kako se osjećaš zadnjih dana/tjedana?*

2. korak – SLUŠATI

- odaberite mjesto gdje vas neće ometati, miran razgovor u privatnosti
- pobrinite se da imate dovoljno vremena
- izrazite želju da razgovarate i istaknete razloge (promjene u ponašanju, informacije od drugih o osjećajima i ponašanju djeteta)
- pustite dijete da govori
- potreba mlade osobe je da je se čuje, da se može povjeriti i podijeliti svoje osjećaje, misli i ponašanja i da se osjeća prihvaćeno i dobije pomoć
- shvatiti ozbiljno sve o čemu se mlada osoba povjerava
- izbjegavajte snažne emocionalne reakcije (npr. plač, šokiranost, panika)

3. korak – PITATI

- pitanjem *Možeš li nam pojasniti što si mislio/la; /izjavio/la;/ napisao/la ili što se dogodilo da si to izjavio/la?* pokazujemo da nam je stalo do osobe, da je doživljavamo ozbiljno i da smo spremi da podijeli svoju bol s nama
- dajemo joj priliku da se oslobodi osjećaja
- *Jesi li razmišljao/la o tome da bi bilo bolje da te nema? Što si namjeravao/la učiniti?*

Ovisno o odgovoru učenika usmjeravati razgovor.

Poruke podrške koje se mogu reći suicidalnom djetetu

- Vidim da ti je zaista jako teško. Možemo porazgovarati i vidjeti što se sve može napraviti da ti bude lakše i bolje.
- Čini ti se da će ovi osjećaji trajati vječno, no oni su prolazni. Zajedno možemo naći načine da ih prevladaš.
- To što osjećaš i što ti se događalo ne određuje tvoju budućnost.
- Imaš li odraslu osobu od povjerenja kojoj se možeš povjeriti, razgovarati o ovoj temi i obratiti joj se kada ti to zatreba?
- Kako ti mogu olakšati u školi?

Što NE raditi u razgovoru s djetetom u riziku?

- ne izbjegavati teške teme
- ne odmah usmjeravati i upućivati dijete na daljnju pomoć ili razgovor a da je razgovor završio i da je postignut dogovor o sljedećim koracima
- ne nuditi brza rješenja za probleme, suicidalnost je kompleksan, višeslojan problem (npr. Ti si tako pametan. Tako si lijepa. Ove rečenice mogu doprinijeti povećavanju stigme, osjećaja nerazumijevanja i odbacivanja.)
- često prekidati dok dijete govori
- raspravljati s djetetom je li suicid dobra ili loša odluka
- izjaviti da je suicid greška ili sramota
- ne uvažavati osjećaje i umanjivati težinu emocionalne boli/stanja „Trebao bi biti zahvalan za sve što imaš u životu”, „Trebao bi biti sretan u životu”, „Nije sve tako crno”, „Ne bi se trebao osjećati tako”, „Mislím da ti samo pretjeruješ”
- naređivati „Već jednom moraš prestati s tim besmislenim razmišljanjem o samoubojstvu”
- raspravljanje o vrijednosti života i kako bi to utjecalo na prijatelje i obitelj (možda ti ljudi doprinose suicidalnom riziku djeteta)

Što reći nakon razgovora s mladom osobom?

- Hvala što si podijelio/la svoje osjećaje i misli sa mnom.
- Stvarno si hrabar/hrabra, uspio/uspjela si podijeliti ovako teške, ali važne stvari sa mnom.
- Znam da nije lako i da je potrebna velika hrabrost za razgovarati o ovako teškim stvarima.
- objasniti djetetu koji bi sljedeći koraci trebali biti i zašto

Ako ste u situaciji da ste jedina osoba u školi koja može pružiti pomoć:

- ako postoji sumnja da bi si dijete moglo nauditi neposredno ili u skoroj budućnosti nazvati roditelje da vode dijete na hitan pregled dječjem psihijatru
- kontaktirati hitnu medicinsku pomoć iz škole
- po potrebi nazvati školskog liječnika za savjet
- ako imate saznanja o mjestu suicida, obavijestiti policiju
-

PREVENTIVNI RAD S UČENICIMA

- aktivnosti koje potiču samopoštovanje
- primjereni načini nošenja sa stresom (kako se rješavaju problemi, kada je izbjegavanje primjereno, a kada ne)

- razgovor o socijalnoj podršci (podrška vršnjaka, odrasle osobe kojima se možeš povjeriti kod kuće, u školi itd.)
- kako se nositi s intenzivnim osjećajima, regulacija emocija
- kako kvalitetno iskoristiti slobodno vrijeme, tjelesne aktivnost
- razgovor o vrijednostima (u odnosima, školske vrijednosti i sl.)
- sastavci: Pismo sebi, Moje sigurno mjesto, Moj krug podrške
- usmjeravanje na aktivnosti koje volimo, aktivnosti koje naglašavaju nadu, tjelesna aktivnost (sport), izvannastavne aktivnosti
- probir (screening)
- edukacija stručnjaka koji rade s djecom

ZAVRŠNE ODREDBE

Svi zaposlenici Škole dužni su postupati u skladu s odredbama ovoga Protokola. Ravnatelj je dužan informirati zaposlenike o Protokolu.

KLASA: 011-03/26-03/1
URBROJ: 2186-102-01-26-1
Varaždin, 23. travnja 2026.

Predsjednica Školskog odbora:
Alenka Bađun

Ravnateljica:
Ksenija Dretar