

OSNOVNA ŠKOLA JOSIPOVAC

Osječka 77A, 31221 Josipovac

Na temelju članka 118. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi Školski odbor na prijedlog ravnatelja donosi:

PROTOKOL O POSTUPANJU U SLUČAJU SUICIDALNOSTI UČENIKA

1. UVOD

Suicid, odnosno samoubojstvo, predstavlja svjesni i namjerni čin oduzimanja vlastitog života. Pojam suicidalnosti obuhvaća različite oblike ponašanja i razmišljanja povezanih sa suicidom, uključujući suicidalne misli, prijetnje, planiranje, pokušaje te dovršeni suicid. Takvi događaji imaju dubok i bolan utjecaj ne samo na pojedinca, nego i na njegovu obitelj, zajednicu i društvo u cjelini. Pojava suicidalnih misli ili izraženih namjera smatra se ozbiljnim upozorenjem na moguću životnu ugroženost, zbog čega svaku izjavu ili naznaku o suicidu treba shvatiti ozbiljno i pristupiti joj s posebnom pažnjom.

2. SVRHA PROTOKOLA

Svrha ovog protokola jest informirati odgojno-obrazovne djelatnike o pravilima i načinima postupanja u situacijama kada se kod učenika pojave suicidalne misli ili ponašanja unutar školskog okruženja. Smjernice iz protokola namijenjene su pravodobnom prepoznavanju poteškoća vezanih uz mentalno zdravlje učenika, pružanju odgovarajuće podrške učenicima i njihovim roditeljima te upućivanju na potrebnu stručnu pomoć. Također, protokol potiče provedbu preventivnih aktivnosti usmjerenih na jačanje zaštitnih čimbenika i očuvanje mentalnog zdravlja djece i mladih.

3. SAZNANJA O SUICIDALNIM MISLIMA / PRIJETNJAMA / PLANOVIMA / POKUŠAJIMA UČENIKA

Ako se učenik povjeri učitelju i govori o suicidalnim mislima, učitelj treba obaviti individualni razgovor s učenikom te bez odgađanja obavijestiti stručnu službu škole i ravnatelja o svim relevantnim informacijama koje je saznao tijekom razgovora.

U slučajevima kada učenikovi likovni ili pisani radovi, poput sastavaka, zadaća ili drugih kreativnih uradaka, sadrže sadržaje koji upućuju na depresivne ili suicidalne misli ili djeluju posebno uznemirujuće, učitelj je obvezan o tome izvijestiti stručnu službu škole kako bi se s učenikom obavio stručni razgovor. Ako učitelj dobije informaciju od drugih učenika ili trećih osoba da određeni učenik izražava suicidalne misli ili planove, potrebno je odmah obavijestiti stručnu službu škole koja će dalje razgovarati s uključenim učenicima. O cijelom događaju i poduzetim koracima učitelj treba sastaviti službenu bilješku.

4. POSTUPANJE U SLUČAJU SUICIDALNIH IDEJA UČENIKA

Svaku izjavu ili naznaku suicidalnih misli potrebno je shvatiti ozbiljno i pristupiti joj s posebnom pažnjom. Kada djelatnik škole sazna da učenik ima suicidalne ideje, obvezan je o tome odmah obavijestiti stručnu službu škole i ravnatelja. Stručna služba potom informira roditelje učenika, osim ako procijeni da bi takav postupak mogao dodatno ugroziti dijete, primjerice u situacijama sumnje na zlostavljanje ili zanemarivanje. U takvim okolnostima škola je dužna obavijestiti Hrvatski zavod za socijalni rad. Prije razgovora s roditeljima važno je s učenikom dogovoriti način na koji će informacije biti podijeljene. Škola također obavještava školskog liječnika o svim relevantnim saznanjima te u suradnji s njim dogovara uključivanje odgovarajućih vanjskih stručnih institucija. Roditeljima je potrebno pružiti jasne informacije o važnosti traženja liječničke i stručne pomoći za dijete, pri čemu ih se prvenstveno upućuje na organiziranje psihijatrijskog pregleda za učenika.

5. POSTUPANJE U SLUČAJU NAMJERA POČINJENA SUICIDA

Namjera počinjenja suicida predstavlja ozbiljniji stupanj suicidalnih misli jer upućuje na povećanu mogućnost da osoba pokuša oduzeti vlastiti život. Takva namjera može se prepoznati kroz opisivanje načina ili plana suicida, kao i kroz druge znakove koji ukazuju na mogući pokušaj. Primjeri uključuju iznenadno opraštanje od bliskih osoba, izjave poput „Planiram si oduzeti život” ili opisivanje načina na koji bi osoba to učinila,

kao i konkretne pripreme za izvršenje suicida. Osobe koje nisu stručnjaci ne bi trebale procjenjivati ozbiljnost takvih izjava, nego svaku suicidalnu namjeru trebaju smatrati visokorizičnom i pristupiti joj s najvećom ozbiljnošću.

Ako učitelj sazna da učenik izražava suicidalne namjere, dužan je odmah obavijestiti stručnu službu škole i ravnatelja. Stručni suradnici potom razgovaraju s učenikom kako bi prikupili relevantne informacije o suicidalnim mislima, namjerama ili eventualnim ranijim pokušajima suicida.

Stručni suradnik učeniku treba objasniti da je, zbog ozbiljnosti situacije, škola obvezna obavijestiti roditelje ili skrbnike, čak i kada učenik kasnije pokušava umanjiti značenje svojih izjava ili ih prikazati kao šalu. Iznimka su slučajevi kada postoji sumnja da bi obavještanje roditelja moglo dodatno ugroziti dijete, primjerice kod mogućeg zlostavljanja ili zanemarivanja. Tada škola mora obavijestiti Hrvatski zavod za socijalni rad.

Roditelje ili skrbnike potrebno je žurno informirati o svim saznanjima te ih uputiti na odgovarajuće zdravstvene i stručne službe, uz traženje povratne informacije o poduzetim koracima. Učenika koji je izrazio suicidalnu namjeru ne smije se ostavljati samog; potrebno mu je osigurati nadzor, razgovarati smireno i podržavajuće, pažljivo ga saslušati te pokazati razumijevanje i empatiju bez osuđivanja.

U svakoj situaciji kada postoji sumnja na suicidalnu namjeru, škola je obvezna bez odgađanja kontaktirati nadležnu zdravstvenu službu ili hitnu medicinsku pomoć kako bi stručnjaci poduzeli daljnje potrebne mjere. O svim slučajevima izražavanja suicidalnih ideja ili namjera škola obavještava Hrvatski zavod za socijalni rad i liječnika školske medicine, a prema potrebi i nadležno upravno tijelo te policiju.

6. PROTOKOL NAKON POVRATKA UČENIKA S LIJEČENJA U ŠKOLU

Učenik se uključuje u školske aktivnosti onda kada se procijeni da se njegovo stanje dovoljno stabiliziralo te da može sudjelovati u nastavi i ostvarivati barem osnovnu razinu komunikacije s vršnjacima i odraslima.

Škola je pritom obvezna prikupiti osnovne informacije o prethodnom kriznom događaju ili pokušaju suicida, utvrditi okolnosti koje su mu prethodile te obratiti pozornost na

čimbenike rizika. Također je važno saznati koristi li učenik propisanu terapiju i u kakav je oblik stručnog tretmana uključen nakon liječenja.

Prije povratka učenika u školu potrebno je organizirati sastanak s roditeljima i učenikom. U tom razgovoru treba uključiti učenika u planiranje povratka te ga pitati kakvu podršku smatra da mu je potrebna i što bi želio da se podijeli s drugim učenicima. Također je korisno utvrditi s kojim učenicima želi ili može održavati kontakt, čime se jača njegov osjećaj uključenosti i kontrole nad situacijom.

Potrebno je odrediti osobe unutar škole kojima se učenik može obratiti kada mu je teško, po mogućnosti one koje sam učenik prepoznaje kao sigurne i podržavajuće. Razredno vijeće treba biti upoznato s osnovnim informacijama o učeniku kako bi učitelji mogli bolje razumjeti njegove potrebe i pružiti odgovarajuću obrazovnu, socijalnu i emocionalnu podršku.

Prije povratka učenika u razred, preporučuje se razgovor s ostalim učenicima o njihovim osjećajima i očekivanjima te davanje smjernica o primjerenom ponašanju i pružanju podrške. Važno je pritom zaštititi povjerljivost učenika te spriječiti širenje glasina i neprimjerenih komentara. Učenike je potrebno podsjetiti da ne iznose i ne komentiraju osjetljive informacije o mentalnom zdravlju drugih učenika, kako bi se očuvalo pravo na privatnost.

Nakon povratka učenika, potrebno je kontinuirano pratiti njegovo funkcioniranje te redovito komunicirati s roditeljima, uz isticanje pozitivnih promjena, ali i mogućih znakova zabrinutosti. U slučaju pogoršanja stanja, važno je pravodobno i otvoreno razgovarati s učenikom.

Dodatno je potrebno educirati učitelje o mogućim znakovima upozorenja te promjenama u ponašanju učenika nakon povratka iz liječenja, uključujući moguće učinke terapije poput umora, pospanosti ili smanjene koncentracije.

Također je važno smanjiti razinu školskog stresa prilagodbom obveza, rokova i načina provjeravanja znanja te, prema potrebi, organizirati dodatnu pomoć u učenju i vršnjačku podršku. Dolaske i odlaske učenika iz škole treba redovito pratiti kako bi se osigurala njegova sigurnost i stabilnost u školskom okruženju.

7. POSTUPANJE U SLUČAJU SUICIDA

U situaciji kada škola sazna za suicid učenika, djelatnici su obvezni bez odgode o tome obavijestiti ravnatelja i stručnu službu škole.

Ravnatelj i stručni suradnici potom procjenjuju potrebu za kriznom intervencijom te, prema potrebi, aktiviraju Tim za psihološke krizne intervencije. U tu svrhu dostavljaju osnovne informacije o događaju, uključujući što se dogodilo, kada i gdje se dogodilo, koliko je osoba uključeno, tko je bio izravno ili neizravno uključen, u kakvom se stanju nalaze te kako reaguju, jesu li uključene hitne službe te koje su mjere već poduzete u školi radi ublažavanja posljedica.

Ravnatelj škole zatim službeno obavještava nadležno ministarstvo i podnosi zahtjev za kriznu intervenciju putem Ministarstvo znanosti i obrazovanja, i to putem e-pošte ili telefonskog kontakta.

Prije dolaska tima za krizne intervencije, ravnatelj i stručni suradnici ulaze u razred preminulog učenika te potiču otvorenu komunikaciju o događaju i njegovim emocionalnim posljedicama na učenike.

Stručni suradnik pritom može individualno ili grupno razgovarati s učenicima koji pokazuju poteškoće u nošenju s kriznom situacijom, osobito ako se uoči nedostatak socioemocionalnih vještina potrebnih za suočavanje s takvim događajem.

8. RIZIČNI ČIMBENICI ZA POKUŠAJ SUICIDA

- prethodni pokušaj suicida
- samoozljeđivanje
- postojeći ili raniji psihički poremećaji, uključujući depresiju, zlouporabu ili ovisnost o alkoholu i drogama, posttraumatski stresni poremećaj, ADHD, poremećaje ponašanja, poremećaje prehrane te psihotične poremećaje
- prisutni simptomi poput beznađa, osjećaja bezvrijednosti, psihomotornog nemira (agitacije), anksioznosti ili paničnih stanja, nesаницe, gubitka interesa i zadovoljstva (anhedonije), impulzivnog ponašanja te prisutnosti imperativnih halucinacija
- suicid ili psihički poremećaji u obitelji

- promjene u zdravstvenoj skrbi, primjerice otpust iz bolničkog liječenja ili promjena terapeuta
- traumatska iskustva, uključujući vršnjačko nasilje, seksualno, fizičko ili psihičko zlostavljanje te zanemarivanje
- izloženost suicidu vršnjaka
- nedostatak socijalnih vještina, vještina rješavanja problema, konflikata i donošenja odluka
- poteškoće vezane uz spolni identitet
- dostupnost sredstava koja mogu dovesti do smrtnog ishoda, poput vatrenog oružja ili lijekova
- tjelesne bolesti ili kronične zdravstvene tegobe

9. ZNAKOVI UPOZORENJA ZA SUICID

Znakovi upozorenja predstavljaju pokazatelje da bi osoba mogla u bliskoj budućnosti pokušati ili počiniti suicid. Istraživanja pokazuju da većina adolescenata koji izvrše suicid prije toga pokazuje određene znakove upozorenja, bilo u neposrednom kontaktu ili putem online komunikacije. Zbog toga je za prevenciju suicida ključno prepoznavanje ovih znakova kod djece i mladih.

Znakovi upozorenja mogu se očitovati kroz:

- promjene raspoloženja, uključujući depresivnost, razdražljivost i nagle promjene emocionalnog stanja
- osjećaje beznada, bezvrijednosti, besperspektivnosti i općeg gubitka smisla
- izražavanje ljutnje, bijesa, hostilnosti ili želje za osvetom
- zlouporabu ili ovisnost o alkoholu i psihoaktivnim tvarima
- gubitak interesa za aktivnosti koje su ranije bile ugodne
- smanjenu aktivnost i povlačenje iz svakodnevnih obveza
- socijalnu izolaciju i udaljavanje od drugih osoba
- promjene u obrascima spavanja i prehrane, bilo u smjeru povećanja ili smanjenja
- poteškoće s koncentracijom, distraktibilnost te pad školskog uspjeha
- psihomotorni nemir i agitaciju
- prkosno i impulzivno ponašanje, ispade bijesa te bježanje od kuće
- verbalne, pisane ili likovne sadržaje koji se odnose na smrt

- izjave poput: „Još malo i više neću nikome biti problem“, „Ionako ništa nije važno“, „Ništa ne vrijedi“ ili „Više se nećemo vidjeti“
- izjave o negativnoj slici o sebi, npr. „Ja sam najgora osoba na svijetu“ ili „Osjećam se trulo iznutra“
- poklanjanje osobnih stvari drugima
- prikupljanje lijekova, raspitivanje o oružju ili nabavljanje sredstava poput užeta
- rizična ponašanja poput penjanja na visoke objekte, mostove ili litice
- iznenadno poboljšanje raspoloženja nakon razdoblja depresije, što može upućivati na donošenje odluke o suicidu nakon što osoba osjeti „olakšanje“ zbog planiranja rješenja problema.

10. PREVENTIVNI RAD S UČENICIMA

- trijaža mentalnog zdravlja učenika na godišnjoj razini
- 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 mogu povjeriti kod kuće, u školi, itd.)
- kako se nositi s intenzivnim osjećajima, regulacija emocija
- kako kvalitetno iskoristiti slobodno vrijeme, tjelesne aktivnosti
- 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

11. ULOGA ŠKOLE U OPORAVKU UČENIKA NAKON SUICIDALNE KRIZE

Osobe koje rade s djecom u različitim sustavima, poput obrazovanja, socijalne skrbi i srodnih područja, imaju ključnu ulogu u prepoznavanju poteškoća mentalnog zdravlja kod djece i adolescenata, s obzirom na to da u tim okruženjima djeca provode značajan dio svog vremena.

Edukacija stručnjaka koji rade s djecom važna je kako bi mogli razlikovati uobičajene razvojne i ponašajne varijacije od mogućih znakova problema mentalnog zdravlja te pravodobno uputiti dijete na odgovarajuću stručnu pomoć.

Također je važno da stručne osobe razviju vještine komunikacije s djecom i roditeljima o mentalnom zdravlju kao dijelu cjelokupnog zdravlja, kao i sposobnost upućivanja na relevantne oblike podrške, poput savjetovališta za mentalno zdravlje, liječnika primarne zdravstvene zaštite ili hitnih medicinskih službi.

Škola pritom ima značajnu ulogu u prepoznavanju znakova upozorenja na suicid te u usmjeravanju učenika prema pravovremenoj stručnoj pomoći.

U školskom okruženju važno je sustavno provoditi psihoedukaciju djelatnika, ali i učenika, s ciljem jačanja zaštite i očuvanja mentalnog zdravlja djece i mladih.

12. ZAVRŠNE ODREDBE

Svi djelatnici škole obvezni su postupati u skladu s odredbama ovog Protokola. Ravnatelj je odgovoran za njegovo predstavljanje i pravovremeno informiranje svih zaposlenika o njegovom sadržaju i primjeni.

13. IZVORI I DODATNA LITERATURA

Koordinacija organizacija i stručnjaka (2023). Prijedlog postupanja u slučajevima iskazivanja suicidalnih ideja i namjera počinjenja suicida: Sisak: Koordinacija organizacija i stručnjaka.

Centar za djecu, adolescente i roditelje (2022). Sucidalnost u djece i adolescenata – priručnik za stručnjake i roditelje. Doc. dr. sc. Vlatka Boričević Maršanić, spec. psihijatar, subspec. dječje i adolescentne psihijatrije, prof. dr. sc. Gordana Buljan Flander, klinička psihologinja i psihoterapeutkinja, Tea Brezinščak, psihologinja.

Smjernice za procjenu suicidalnog rizika i postupci prevencije za osobe s poteškoćama mentalnog zdravlja. Klinika za psihijatriju Vrapče, Hrvatski liječnički zbor, Hrvatsko društvo za kliničku psihijatriju, Hrvatsko društvo za forenzičku psihijatriju, Hrvatsko psihijatrijsko društvo, Sekcija mladih psihijatara i specijalizanata psihijatrije Hrvatske, KBC Zagreb Zavod za hitna i krizna stanja s nacionalnim centrom za psihotraumatologiju. Zagreb 2025.

Izradila:

Mateja Krišto, mag. psych.

KLASA: 007-04/26-01/36

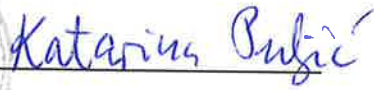
URBROJ: 2158-126/26/01-26-01-01

Josipovac, 29. svibnja 2026.



ravnateljica

Vlatka Mihaljević, prof.



predsjednica Školskog odbora

Katarina Puljić, mag. prim. educ.