

Na temelju članka 118. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi i članka 58. i 152. Statuta IV. osnovne škole Varaždin Školski odbor 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. Primjer takvih ponašanja i ideja su: samoozljeđivanje ili razmišljanje o samoozljeđivanju, izjave i misli poput: "Želim umrijeti.", itd.

1. Svaku izrečenu suicidalnu ideju treba shvatiti ozbiljno.
2. Kada osoba sazna 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 se treba uputiti psihijatru (redovni ili hitni termin). 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. Daje roditeljima zapisnik na potpis kojim roditelj potvrđuje da je dobio informacije i da je upućen na vođenje djeteta psihijatru.
6. Stručni suradnik (primarno psiholog) u savjetodavnom radu s učenikom i prati i procjenjuje razinu rizika, izrađuje sigurnosni plan uz razgovor o restrikciji sredstava, identificira zaštitne faktore i razloge za život, izrađuju kutiju nade, provjerava korištenje sigurnosnog plana. Surađuje s vanjskim stručnjacima, npr. sa psihijatrom/psihoterapeutom u čiji je tretman uključen učenik.
7. U savjetodavnom razgovoru s roditeljima pojašnjava se rizik, prikupljaju se dodatne informacije o riziku učenika te o restrikciji sredstva, pojašnjava se sigurnosni plan, razgovor o komunikaciji s djetetom te o određenim odgojnim postupcima.

Suicidalne ideje i namjere predstavljaju ozbiljnu indikaciju ugroze vlastitog života. U takvim će slučajevima, sukladno procjeni/nalogu doktora medicine – koji je zakonski jedini ovlašten raditi ovakvu procjenu – osoba biti prisilno primljena u psihijatrijsku ustanovu (čl.3. st.1. al.10.) gdje će po odluci psihijatra biti ili puštena ili prisilno zadržana (čl.3. st.1. al.12., čl.27. st.1.).

SAZNANJE O SUICIDALNIM MISLIMA/PLANOVIMA/POKUŠAJIMA UČENIKA

1. U situaciji kada je učenik povjerio učitelju da ima suicidalne misli, učitelj 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. Namjera počinjenja suicida se može očitovati u: iznenadnom opraštanju od bliskih osoba i okoline, izjava poput "Planiram si oduzeti život.", "Već znam (ili opis načina) na koji način i želim si oduzeti život", konkretne pripreme za počinjenje suicida, itd.

1. Nestručne osobe ne smiju ulaziti u procjenu ozbiljnosti namjere, tj. opasnosti od počinjenja suicida, nego se prema svakoj namjeri počinjenja suicida odnose kao da je riječ o ozbiljnoj namjeri visokog rizika.
2. 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).
3. 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.
4. Iznijeti nadležnoj službi sve osobne 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.
5. Informirati nadležnu službu da pozivatelj nije doktor medicine i da sukladno tome nije kompetentan i zakonski ne smije raditi procjenu ozbiljnosti situacije.
6. Obavijestiti roditelje, osim ako će to pogoršati situaciju (sumnja na nasilje u obitelji). U tom slučaju kontaktirati HZSR.
7. Stati s daljnjim postupanjem po predmetnom pitanju – ne tražiti povratne informacija ili obavijesti niti od nadležne službe niti od osobe koja je iskazivala suicidalne namjere.
8. 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.

PROTOKOL NAKON POVRATKA UČENIKA S LIJEČENJA U ŠKOLU

1. Učenik se uključuje u školu kada se procjenjuje 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 nastavnicima 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 znakovima za zabrinutost i pažnju.
6. Otvoreno razgovarati s djetetom ako ste zabrinuti da je došlo do pogoršanja.

PROTOKOL 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). Događio se iznenadan tragičan gubitak djeteta, čime su svi pogođeni, članovi obitelji, prijatelji, učitelji, svi koji su poznavali dijete. Navedeno se govori i učenicima te se omogućuje izražavanje osjećaja. Za sve nastavnike vrijedi da je u redu priznati koliko su pogođeni te što osjećaju: tugu, ljutnju, strah, zabrinutost, kao i podijeliti te osjećaje s učenicima. Vjerojatno će neki biti preplavljeni tugom, što si i odrasli smiju u ovakvim trenucima dozvoliti. Osjećaji odrade svoje jer će bilo kakvo kočenje, negiranje, crni humor, odgađanje kasnije donijeti ozbiljne posljedice.
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 zahtjevnije 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 preminulu učenicu.

6. Pitati učenike o osjećajima, poslušati ako žele nešto reći vezan uz događaj ili preminulog učenika, tolerirati smanjenu pozornost.
7. Pratiti funkcioniranje učenika i obavijestiti roditelje (posebice bliske). Ako ipak primijetite da se netko od učenika ponaša zabrinjavajuće ili pokazuje neke znake zdravstvenih smetnji (učenici koji su bili posebno bliski s preminulom učenicom ili možda oni koji imaju nekih zdravstvenih problema), svakako pozovite roditelje .
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. **Serijski suicidi mladih i efekt „zaraze”** - Izloženost suicidu vršnjaka predstavlja čimbenik rizika za suicidalno ponašanje mladih kopiranjem ili imitacijom (poistovjećivanje, uspješno rješenje problema). Ne preporučuje se glorificiranje, romantiziranje i senzacionaliziranje suicida kroz stavljanje zastave na pola koplja, trajne uspomene na dijete koje je počinilo suicid (npr. sadnja drveta), ne održavati komemoraciju za preminulog učenika u školi, osnivanja fonda za stipendije, uručenje plakete djetetu nakon smrti od suicida, dramatizirati utjecaj suicida kroz opise ili prikaze ožalošćene rodbine, prijatelja i nastavnika
11. Preporučuje se ne stvarati paniku i širiti strah, ne detaljno izvještavati o suicidu (mjesto, metoda), podcjenjivanje učinka traumatičnog iskustva suicida na učenike, nastavnike i osoblje.
12. 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 je pred tobom teško životno razdoblje 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
- *Željela bih znati kako se osjećaš jer mi se činiš drugačija u posljednje vrijeme.*
- *Primijetila sam neke promjene kod tebe pa bih voljela da porazgovaramo 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

Važno je pitati kada je uspostavljen odnos, kada mu više nije nelagodno prilikom izražavanja osjećaja, kada priča o neugodnim osjećajima tuge, razočaranosti, usamljenosti, bespomoćnosti i sl. Razgovor može biti težak i za vas i za dijete. Možete biti šokirani onim što čujete jer niste imali ranija saznanja o iskustvima, osjećajima i namjerama osobe ili vam je teško biti suočen s tako ozbiljnim i teškim informacijama i osjećajima. Može se javiti i snažan osjećaj straha da će dijete stvarno učiniti samoubojstvo. Što ste bliži ili više povezani s djetetom to vam može biti teže.

- većina ljudi krivo misli da razgovor o suicidu može potaknuti suicidalne misli ili suicid (suicidalne osobe već imaju misli i/ili planove)
- pomoć počinje direktnim i jasnim pitanjima o suicidalnosti
- pokazujemo da nam je stalo, da je doživljavamo ozbiljno i da smo spremi da podijeli svoju bol s nama
- dajemo joj priliku da se oslobodi osjećaja
- mladi su vrlo zahvalni i osjećaju olakšanje kada mogu otvoreno o tome pričati
- činjenica da dijete otvoreno razgovara s vama o mislima i osjećajima je dobar znak da želi pomoć – pa ostanite smireni
- suicidalno ponašanje je nastojanje rješavanja problema te je ono neučinkovito/neprilagođeno rješenje
- prepoznajte osjećaje, naglasite snage i prednosti osobe ako su vam poznate
- recite djetetu da ste zabrinuti i da želite potražiti pomoć povrh ove koju sami pružate
- *Jesi li razmišljao o tome da bi bilo bolje da te nema?*
- *Jesi li razmišljala da umreš ili da više ne živiš?*
- *Jesi li razmišljala ili pokušavala oduzeti si život?*

Poruke podrške koje se mogu reći suicidalnom djetetu

- Postoje druga rješenja za tvoju situaciju i problem, iako ti se sada čini da je suicid jedino rješenje. Željela bih da porazgovaramo o tome što sve možemo učiniti.
- Tu sam s tobom da ti pomognem. Što bi htio da učinim za tebe?
- Što ti je u ovom trenutku najteže za trpjeti? Idemo razgovarati i zajedno vidjeti kako se ovaj problem može riješiti.
- 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 ova kriza trajati vječno, no ona je prolazna. Zajedno možemo naći načine da je prevladaš.
- To što osjećaš i što ti se događalo neće odrediti tvoju budućnost.
- Tko je tvoja odrasla osoba od povjerenja o kojoj možeš razgovarati o ovoj temi i obratiti joj se kada ti to zatreba?
- Tu sam za tebe.
- Vidim te.
- Čujem te.
- Važan si mi.
- Ovdje sam da ti pomognem.
- Stalo mi je do tebe.
- 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”, „Mislim 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 svoje osjećaje i misli sa mnom.
- Stvarno si hrabar, uspio 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.

4. korak - PRUŽITI STRUČNU POMOĆ

- objasniti djetetu koji bi sljedeći koraci trebali biti i zašto
- neznanje o onome što će se događati s mladom osobom može povećati strah, da je njezino stanje zastrašujuće, osjećaj odbačenosti, nepovjerenje i rezultirati odbijanjem podrške
- ostati uz dijete dok se ne organizira nastavak pomoći i sigurnost djeteta
- obavijestiti stručnu službu škole
- Stručni suradnik će ponuditi djetetu izbor o neposrednim postupcima, npr. želi li razgovarati o tome s roditeljima kada dođu ili da osoba s kojom je razgovarao razgovara s roditeljima. Nužno je da s djetetovim stanjem bude upoznat roditelj (ako ne postoji sumnja na zlostavljanje).

Ako ste u situaciji da samo Vi možete 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

RIZIČNI ČIMBENICI ZA POKUŠAJ SAMOUBOJSTVA

- prethodni pokušaj samoubojstva
- samoozljeđivanje
- psihički poremećaj (depresija, ovisnost o drogi/alkoholu/kockanju, poremećaji u ponašanju, anksiozni poremećaji, poremećaj prehrane, psihotični poremećaj...)
- beznadnost, bezvrijednost, agitacija (nemir), anksioznost, nesanica, impulzivnost, imperativne halucinacije
- traumatska iskustva, zlostavljanje, zanemarivanje,
- izloženost suicidu vršnjaka
- deficit socijalnih vještina, vještina rješavanja problema i konflikata, donošenja odluka
- problemi vezani uz spolni identitet
- dostupnost letalnim sredstvima (vatreno oružje, uže, lijekovi...)
- tjelesna bolest ili kronična bol

ZNAKOVI UPOZORENJA ZA SUICID

- depresivno ili razdražljivo raspoloženje, promjene raspoloženja
- beznadnost, bezvrijednost, besmisao
- ljutnja, bijes, želja za osvetom
- gubitak interesa za aktivnosti
- smanjena razina aktivnosti, izolacija
- promjene spavanja i apetita
- problem pažnje, distraktibilnost, pad u školskom uspjehu
- nemir, impulzivnost, prkos, ispadi bijeda, bježanje od kuće
- misli, izjave, pisanje i crteži o smrti
- izjave „još malo i više nikome neću biti problem”, „ionako nije važno”, „ništa ne vrijedi”
- „ja sam najgora osoba na svijetu”
- poklanjanje stvari
- sakupljanje lijekova, ispitivanje o ili traženje oružja, nabava užeta
- penjanje na visoke zgrade, mostove, litice
- iznenadno vedro raspoloženje nakon perioda depresije (donesena odluka)

PRECIPITIRAJUĆI ČIMBENICI ILI OKIDAČI

- interpersonalni gubitak (prekid veze, smrt bliske osobe, preseljenje prijatelja i sl.)
- interpersonalni konflikti (s roditeljima, vršnjacima, nastavnicima, trenerima i sl.)
- visoka razina razočaranja ili osjećaja odbačenosti (vršnjaci)

- problemi i neuspjeh u školi, suočavanje s posljedicama problema u ponašanju (isključenje iz škole)
- vršnjačko zlostavljanje/viktimizacija
- problemi sa zakonom
- zdravstveni problemi
- godišnjice stresnih ili traumatskih iskustava (npr smrt člana obitelji)
- neželjena trudnoća
- značajne promjene (prelazak u srednju školu)
- visoki zahtjevi vezani uz postignuće (škola, sport, glazbeni uspjeh)

Osobe u suicidalnom riziku mogu nam djelovati kao da su doživjele naglo poboljšanje, navedeno može biti znak za zabrinutost te treba uzeti u obzir sljedeće:

Lažno poboljšanje je kada uznemireno suicidalno dijete iznenadno postane mirno ili veselo - možda je donijelo odluku o izvršenju suicida.

Poricanje je kada osoba koja ima ozbiljno namjeru da se ubije namjerno poriče (negirati) takve ideje da je drugi ne bi sprječavali.

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: 011-03/26-02/1
URBROJ: 2186-94-26-1
Varaždin, 5. veljače 2026.



Predsjednica Školskog odbora:

Ruža Levatić

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name Ruža Levatić.

Ravnateljica:

Marijana Borščak-Sudec

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name Marijana Borščak-Sudec.



