



Postępowanie w przypadku stwierdzenia występowania u ucznia czynników wskazujących na ryzyko zachowań samobójczych

Empiria Duo Sp. z o.o. Sp. K.

Wczesne sygnały ostrzegawcze występowania u ucznia czynników wskazujących na ryzyko zachowań samobójczych

- wycofywanie się z kontaktów z rodziną i przyjaciółmi, odwracanie się od nich;
- zainteresowanie lub wręcz zaabsorbowanie śmiercią;
- wyraźne zmiany osobowości i nastroju;
- trudności z koncentracją;
- trudności w szkole; obniżenie jakości pracy i ocen;
- zmiana dotychczasowych zwyczajów dotyczących jedzenia i snu (utrata apetytu lub objadanie się, bezsenność lub nadmierna senność);
- utrata zainteresowania rozrywkami;
- częste uskarżanie się na fizyczne dolegliwości, przeważnie powiązane z emocjami, jak bóle głowy, bóle żołądka lub uczucie zmęczenia;
- nieustanne znużenie;
- utrata zainteresowań dla rzeczy i spraw, o które dotychczas młody człowiek się troszczył (np. zaniechanie dbałości o wygląd).

O wysokim ryzyku zachowań samobójczych świadczyć może wystąpienie przynajmniej jednego z poniższych czynników:

- mówienie o poczuciu beznadziejności, bezradności, braku nadziei, braku wyjścia lub własnej bezwartościowości;
- mówienie wprost lub pośrednio o samobójstwie lub o jego planowaniu;
- wypowiedanie komunikatów typu: „Jestem niczym”, „Nie warto się mną zajmować”, „Chciałbym umrzeć”, „Zamierzam się zabić”, „Nie powinnam się urodzić”;
- wypowiedanie co jakiś czas komunikatów typu: „Niedługo przestanę być dla ciebie problemem”, „To nie ma znaczenia”, „To już na nic się nie zda” lub „Już się nie zobaczymy”;
- pisanie listów pożegnalnych lub testamentu;
- pozbywanie się osobistych i cennych przedmiotów;
- unikanie kontaktów z bliskimi kolegami, izolacja, zamykanie się w sobie;
- odrzucanie pomocy, poczucie, że udzielenie pomocy jest już niemożliwe;
- zaniechanie zajęć, które dotychczas sprawiały uczniowi przyjemność;
- odrzucanie otrzymywanych pochwał lub nagród;

- przejawianie dużych zmian charakteru, nastroju, występowanie nietypowych zachowań dla danego ucznia;
- wzrost impulsywności: nagłe impulsywne działania, jak akty agresji i przemocy, zachowania buntownicze lub ucieczkowe (wynikające z ogromnego napięcia emocjonalnego); nagłe ekscesy alkoholowe lub narkotykowe (będące próbą „znieczulenia się w cierpieniu” lub formą wołania o pomoc);
- nagłe przejście z depresji do stanu pogody i zadowolenia. Zwykle oznacza to, że uczeń, po okresie walki wewnętrznej, podjął już decyzję o ucieczce od problemów i zakończeniu swego życia;
- przejawianie innych zachowań ryzykownych np. okaleczanie się;
- przejawianie zainteresowania tematyką śmierci, umierania itp.,
- podejmowanie w przeszłości prób samobójczych;
- fascynacja znanymi osobami (np. gwiazdami popkultury), które popełniły samobójstwo.

Jeżeli w ciągu ostatnich kilku tygodni lub dłużej, nauczyciele, wychowawcy czy koledzy zaobserwowali u ucznia wymienione wyżej sygnały/objawy, Szkoła powinna podjąć natychmiastowe działania. Kilka utrzymujących się objawów świadczy o poważnym kryzysie afektywnym z wysokim ryzykiem samobójstwa wymagającym pilnej interwencji specjalistów, niekiedy także farmakologicznej.

Każdy, kto zauważy niepokojące sygnały, zobowiązany jest zgłosić swoje obserwacje wychowawcy klasy/grupy, nauczycielowi przedmiotu głównego ucznia, pedagogowi/psychologowi szkolnemu.



Po zdiagnozowaniu sytuacji zagrożenia, wychowawca, pedagog i psycholog szkolny podejmują odpowiednie działania interwencyjne:

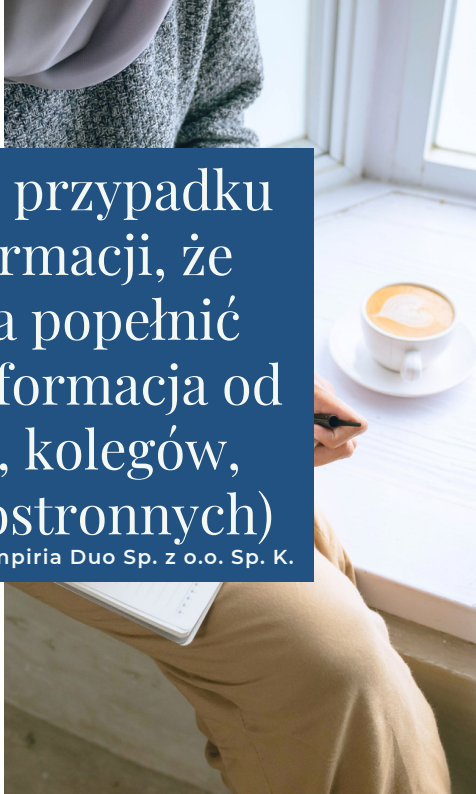
- Jednoznacznie ustalają, które z w/w sygnałów występują u danego ucznia;
- Przeprowadzają analizę sytuacji szkolnej i rodzinnej ucznia w celu wstępnego ustalenia przyczyn;
- Kontaktują się z rodzicami w celu ustalenia przyczyn zmian w zachowaniu ucznia, przekazują informację o zagrożeniu rodzicom;
- Jeżeli wspólne ustalenia potwierdzają obawy o zagrożeniu, informacja przekazywana jest Dyrektorowi szkoły;
- Dyrektor szkoły, wychowawca klasy/grupy, nauczyciel przedmiotu głównego, psycholog/pedagog szkolny ustalają z rodzicami zasady wzajemnych kontaktów, proponują objęcie ucznia pomocą psychologiczno-pedagogiczną na terenie szkoły i/lub wskazują konieczność konsultacji specjalistycznych poza szkołą.





Postępowanie w przypadku
powzięcia informacji, że
uczeń zamierza popełnić
samobójstwo (informacja od
samego ucznia, kolegów,
rodziny, osób postronnych)

Empiria Duo Sp. z o.o. Sp. K.



Pracownik Szkoły, który otrzymał informację o zamiarze popełnienia samobójstwa przez ucznia, stara się natychmiast odnaleźć ucznia i powiadomić o sytuacji jego wychowawcę, nauczyciela przedmiotu głównego lub pedagoga/psychologa szkolnego.

Po zdiagnozowaniu sytuacji zagrożenia nauczyciel, wychowawca, pedagog szkolny/psycholog szkolny podejmują następujące działania:

- Po odnalezieniu ucznia nie pozostawiają ucznia samego, lecz próbują przeprowadzić go w ustronne, bezpieczne miejsce;
- Zbierają wstępne informacje o okolicznościach zdarzenia oraz zawiadamiają o sytuacji Dyrektora szkoły;
- Informują o zaistniałej sytuacji i zagrożeniu rodziców oraz przekazują dziecko pod opiekę rodziców lub jeżeli przyczyną zagrożenia jest sytuacja domowa ucznia informują odpowiednie instytucje (np. policja);
- W razie konieczności jeżeli sytuacja tego wymaga wzywają pogotowie ratunkowe informując dyspozytora o zamiarach ucznia
- W czasie tej interwencji powinni zadbać by przebiegała ona spokojnie i dyskretnie;
- Uczeń powinien natychmiast zostać objęty indywidualną opieką psychologiczną i psychoterapeutyczną;
- Jeśli uznają, że zachodzi taka potrzeba, wskazują rodzicom konieczność skontaktowania się z psychiatrą.
- Pedagog/psycholog szkolny/ wychowawcy lub osoby do tego wyznaczone udzielają pomocy psychologiczno-pedagogicznej innym uczniom szkoły/bursy, zgodnie z potrzebami uczniów (przede wszystkim grupie klasowej/wychowawczej i bliskim znajomym ucznia).



Postępowanie w przypadku powzięcia informacji, że uczeń podjął próbę samobójczą

Empiria Duo Sp. z o.o. Sp. K.

Po powzięciu informacji, że uczeń podjął próbę samobójczą Dyrektor Szkoły, wychowawca, pedagog/psycholog szkolny podejmują następujące działania:

- Jeśli próba samobójcza ma miejsce w szkole, wychowawca (nauczyciel, pracownik) powiadamia o tym fakcie dyrektora szkoły, a ten rodzica,
- Wychowawca/nauczyciel/ pracownik szkoły jednoznacznie określają rodzaj zdarzenia i nie pozostawiają ucznia samego, usuwają przedmioty umożliwiające ponowienie próby;
- Jeśli zachodzi taka potrzeba, udzielają pierwszej pomocy przedmedycznej;
- Wzywają pogotowie ratunkowe informując dyspozytora o zdarzeniu;
- Dyrektor szkoły, pedagog/psycholog szkolny lub wychowawca dokonują oceny sytuacji i przeprowadzają rozmowę wspierającą z rodzicami oraz przekazują informacje dotyczące pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz podjęcia konsultacji specjalistycznych poza szkołą;
- Jeśli próba samobójcza ma miejsce w domu, a rodzic poinformował o zajściu szkołę, dyrektor, pedagog/psycholog szkolny przekazuje rodzicom informacje dotyczące pomocy psychologiczno-pedagogicznej;
- O próbie samobójczej dyrektor informuje Radę Pedagogiczną pod rygorem tajemnicy w celu podjęcia wspólnych działań oraz obserwacji zachowania ucznia po jego powrocie do szkoły przez wszystkich nauczycieli;

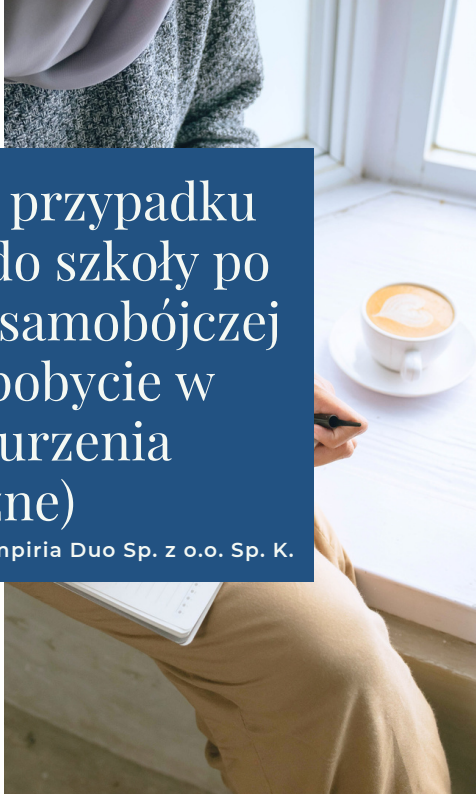
- Pedagog/psycholog szkolny/ wychowawcy lub osoby do tego wyznaczone udzielają pomocy psychologiczno-pedagogicznej innym uczniom szkoły, zgodnie z potrzebami uczniów (przede wszystkim grupie klasowej/wychowawczej i bliskim znajomym uczniu).
- Pedagog/psycholog szkolny/wychowawca/ nauczyciel przedmiotu głównego planują dalsze działania mające na celu zapewnienie uczniowi bezpieczeństwa w szkole, atmosfery życzliwości i wsparcia oraz przekazują rodzicom informacje o możliwościach uzyskania pomocy psychologiczno-pedagogicznej poza szkołą/bursą;
- Dyrektor/ wychowawca/ nauczyciel/ psycholog/pedagog szkolny chronią ucznia oraz inne osoby przed dodatkową traumą, związaną np. z kontaktem z mediami;
- Uczeń, który podjął próbę samobójczą bezwzględnie powinien otrzymać konsultację psychiatryczną.





Postępowanie w przypadku
powrotu ucznia do szkoły po
powziętej próbie samobójczej
lub dłuższym pobycie w
szpitalu (zaburzenia
psychiczne)

Empiria Duo Sp. z o.o. Sp. K.



- Warunkiem powrotu do szkoły (po powziętej próbie samobójczej lub dłuższym pobycie w szpitalu w związku z wszelkiego rodzaju zaburzeniami psychicznymi/emocjonalnymi) jest dostarczenie informacji/zaświadczenia od lekarza psychiatry o braku przeciwwskazań do uczenia się dziecka na terenie szkoły w grupie klasowej.
- Po powrocie ucznia do szkoły należy w trakcie pierwszych z nim kontaktów pamiętać o daniu mu wsparcia, akceptacji, okazaniu zrozumienia.
- Pedagog i psycholog (współpracując z wychowawcą) otaczają opieką ucznia poprzez udzielenie wsparcia w postaci rozmów, spotkań, kontaktu z rodzicami. W miarę konieczności wskazują miejsca w których jest możliwe skorzystanie z terapii i fachowej opieki specjalistów.
- Pedagog/psycholog szkolny/ wychowawcy lub osoby do tego wyznaczone udzielają pomocy psychologiczno-pedagogicznej innym uczniom szkoły, zgodnie z potrzebami uczniów (przede wszystkim grupie klasowej i bliskim znajomym ucznia).
- W przypadku zaistnienia przesłanek mogących świadczyć o pogorszeniu stanu zdrowia rodzic po uzyskaniu takiej informacji ze szkoły, ma obowiązek odebrać dziecko ze Szkoły i udać się do odpowiedniego specjalisty.
- Przy każdej kolejnej interwencji szkoła wymaga od rodzica przedstawienia zaświadczenia od lekarza o braku przeciwwskazań do kontynuowania nauki w placówce.



Postępowanie w przypadku śmierci samobójczej ucznia

Empiria Duo Sp. z o.o. Sp. K.

- W przypadku śmierci ucznia w wyniku samobójstwa Dyrektor informuje o zaistniałej sytuacji organ prowadzący i nadzorujący szkołę, w tym wizytatora regionalnego oraz psychologa.
- W szkole uruchomiana jest procedura interwencji kryzysowej, powołany zostaje zespół kryzysowy;
- Zespół kryzysowy przygotowuje informacje, które mają zostać przekazane rodzicom, nauczycielom i uczniom;
- Zorganizowane są spotkania dla poszczególnych grup: nauczycieli i pracowników szkoły, rodziców oraz uczniów;
- Pedagog/psycholog szkolny/ wychowawcy lub osoby do tego wyznaczone udzielają pomocy psychologiczno-pedagogicznej innym uczniom szkoły (przede wszystkim grupie klasowej/wychowawczej i bliskim znajomym ucznia).
- Do ewentualnego kontaktu z mediami Dyrektor wyznacza rzecznika szkoły, który przedstawia obiektywne fakty związane ze śmiercią samobójczą ucznia, jak i z działaniami interwencyjnymi podjętymi przez szkołę.

Jeśli uczeń popełni samobójstwo należy pamiętać o kilku zasadach:

- Wszystkie działania powinny być przeprowadzone najszybciej jak to możliwe (najważniejsze są pierwsze 3 dni po zdarzeniu).
- Koledzy szkolni, personel i rodzice powinni być poinformowani o wydarzeniu. Komunikat ma być ograniczony do niezbędnego minimum (nie opisujemy metody i miejsca ale podkreślamy, że jest to skutek interakcji wielu czynników).
- W czasie dyskusji, rozmów nie można dopuścić do gloryfikowania tego typu zachowań oraz do idealizacji osoby samobójcy, kładziemy nacisk na konsekwencje śmierci dla pozostałych osób (trudne emocje i sposoby ich przeżywania) oraz dostępne formy pomocy (w szkole i poza nią).
- W czasie spotkań z młodzieżą należy również stworzyć możliwość do przepracowania emocji związanych z tym wydarzeniem. Uczniowie powinni uzyskać informację o miejscach, w których uzyskaliby pomoc w czasie kryzysu oraz numery telefonów zaufania.
- Nie należy organizować uroczystości o charakterze wspominkowym, ani apeli szkolnych, na których informowano by o zdarzeniu. Uczniowie powinni zostać poinformowani w małych grupach (w zespołach klasowych) przez nauczycieli do tego przygotowanych przez zespół kryzysowy.
- Należy stworzyć uczniom możliwości uczestniczenia w ceremoniach pogrzebowych uwzględniając potrzeby rodziny zmarłego.
- Po samobójstwie lub usiłowaniu popełnienia może dojść do zjawiska zakażania się samobójstwem (tzw. Efekt Wertera). Należy zidentyfikować wszystkich uczniów o złym stanie emocjonalnym lub ze skłonnościami samobójczymi i otoczyć ich większą opieką i wsparciem.

Proponowane obowiązki pracowników pedagogicznych i niepedagogicznych:

- zapoznanie się z działaniami wychowawczo-profilaktycznymi;
- prowadzenie zajęć dotyczących profilaktyki zdrowia psychicznego;
- rozpoznawanie symptomów obniżenia nastroju i nastrojów depresyjnych,
- prowadzenie ciągłej obserwacji i badań przesiewowych uczniów w zakresie ich kondycji psychicznej;
- zapoznanie się z czynnościami realizowanymi w trakcie uruchamiania procedury;
- branie udziału w szkoleniach z zakresu stosowania procedury;
- posiadanie listy numerów telefonu osób odpowiedzialnych za uruchomienie procedury;
- znajomość własnych zadań w przypadku uruchomienia procedury;
- szkolenie uczniów w zakresie działań prowadzonych w ramach procedury;
- stosowanie się do poleceń osoby zarządzającej sytuacją trudną lub kryzysową.