

PROCEDURA POSTĘPOWANIA W SYTUACJI WYSTĄPIENIA ZACHOWAŃ SAMOBÓJCZYCH WŚRÓD UCZNIÓW

w Uniwersyteckim Liceum Ogólnokształcącym z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Pawła
Adamowicza w Gdańsku

Szkoła ma obowiązek dbać o bezpieczeństwo psychiczne i fizyczne uczniów oraz wspierać ich w sytuacjach kryzysowych. Kluczowa jest szybka identyfikacja zagrożenia i uruchomienie adekwatnego wsparcia. Każdy pracownik szkoły (pedagogiczny i niepedagogiczny) ma obowiązek zareagowania na wszelkie sygnały o ryzyku zachowania autodestrukcyjnego oraz mogącego wskazywać na zamiary samobójcze u uczniów. W przypadku powzięcia takiej informacji każdy pracownik powinien niezwłocznie poinformować o tym dyrektora, wicedyrektora szkoły lub wskazanego w procedurach nauczyciela. Procedura uwzględnia współpracę z rodzicami, służbami pomocowymi i instytucjami zewnętrznymi. Wszyscy pracownicy szkoły powinni znać i stosować niniejszą procedurę.

1. Cel procedury:

Zapewnienie bezpieczeństwa fizycznego, psychicznego i emocjonalnego uczniów w przypadku zagrożenia zdrowia i życia związanego z próbą samobójczą oraz śmiercią samobójczą, tzn:

- zminimalizowanie ryzyka wystąpienia zachowań samobójczych i naśladowczych wśród uczniów,
- podjęcie odpowiednich działań interwencyjnych,
- wypracowanie metod współpracy w szkole, ze środowiskiem rodzinnym ucznia i instytucjami zewnętrznymi,
- zapewnienie społeczności szkolnej bezpieczeństwa fizycznego, psychicznego i emocjonalnego.

2. Osoby odpowiedzialne:

W celu przygotowania się do sprawnego reagowania w przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowych dyrektor szkoły uruchamia wcześniej powołany zespół kryzysowy.

2.1. Członkowie zespołu kryzysowego:

- Wicedyrektor - przewodniczący zespołu kryzysowego
- Psycholog szkolny
- Pedagog szkolny
- Pielęgniarka szkolna
- Wychowawca ucznia/uczennicy

Aktualny skład zespołu kryzysowego znajduje się w załączniku nr 5 do procedury.

2.2. Zadania zespołu kryzysowego:

Członkowie zespołu kryzysowego mają za zadanie pomagać w stworzeniu łańcucha wsparcia dla ucznia/uczennicy i jego/jej opiekunów prawnych zarówno na terenie szkoły, jak i kontaktując się z osobami, instytucjami lub organizacjami, które mogą być pomocne w procesie pokonywania kryzysu, np: poradnia psychologiczno-pedagogiczna, ośrodki środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży, centra zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży, poradnie zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży, ośrodki interwencji kryzysowej, placówki pomocy społecznej, organizacje pozarządowe.

Działania te obejmują następujące kroki:

- Przełożenie procedur na roboczy plan interwencji,
- Wyznaczenie osób odpowiedzialnych za poszczególne zadania, m.in. kontakt z rodziną ucznia/uczennicy, mediami, policją, instytucjami pomocowymi; przeprowadzenie spotkania dla personelu szkoły; przygotowanie komunikatów informujących uczniów oraz rodziców o zdarzeniu;
- Określenie potrzeb szkoły w zakresie wsparcia z zewnątrz oraz powiadomienie wybranych organizacji i instytucji.

3. Sposób postępowania:

3.1. Sygnały wystąpienia kryzysu suicydalnego

Wczesne sygnały ostrzegawcze:

- wycofywanie się z kontaktów z rodziną i przyjaciółmi, odwracanie się od nich;
- zainteresowanie 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 znudzenie;
- 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;
- wypowiadanie komunikatów typu: „Jestem niczym”, „Nie warto się mną zajmować”, „Chciałbym umrzeć”, „Zamierzam się zabić”, „Nie powinnam się urodzić”;
- wypowiadanie 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.

3.2. Postępowanie w sytuacji powzięcia informacji, że uczeń/uczennica ma myśli samobójcze

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, nauczycielowi przedmiotu, pedagogowi/psychologowi szkolnemu.

Po zidentyfikowaniu 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. W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;
- jeżeli wspólne ustalenia potwierdzają obawy o zagrożeniu, informacja przekazywana jest dyrektorowi szkoły;
- dyrektor szkoły, wychowawca klasy, nauczyciel przedmiotu, 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.

W przypadku braku współpracy ze strony rodziców, szkoła w trosce o bezpieczeństwo ucznia kieruje wniosek o wgląd w sytuację rodziny do Sądu Rodzinnego.

Lista telefonów i placówek specjalistycznych oferujących wsparcie – Załącznik nr 6

Wzór pisemnego potwierdzenia przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – Załącznik nr 1

3.3. Postępowanie w przypadku powzięcia informacji, że uczeń zamierza odebrać sobie życie

3.3.1. Na terenie szkoły

- pracownik szkoły, który otrzymał informację o zamiarze popełnienia samobójstwa przez ucznia, stara się natychmiast odnaleźć ucznia i powiadomić o sytuacji jego wychowawcę lub pedagoga/psychologa szkolnego.
- dyrektor szkoły zwołuje Zespół Kryzysowy w celu podziału zadań i opracowania planu działań;
- po zidentyfikowaniu 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 opiekunów prawnych oraz przekazują dziecko pod ich opiekę lub jeżeli przyczyną zagrożenia jest sytuacja domowa ucznia informują odpowiednie instytucje (np. policja). W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;
- wzywają służby ratunkowe informując dyspozytora numeru alarmowego 112 o zamiarach ucznia;
- przeprowadzają z opiekunami prawnymi rozmowę w celu zapewnienia wsparcia oraz opracowania wspólnie działań mających na celu zapewnienie uczniowi bezpieczeństwa i pomocy, w tym informują rodziców o konieczności objęcia ucznia indywidualną opieką psychologiczną oraz psychiatryczną i przekazują im informacje o dostępnych placówkach oferujących pomoc specjalistyczną;

W przypadku braku współpracy ze strony rodziców, szkoła w trosce o bezpieczeństwo ucznia kieruje wniosek o wgląd w sytuację rodziny do Sądu Rodzinnego.

Lista telefonów i placówek oferujących pomoc specjalistyczną – Załącznik nr 6

Wzór pisemnego potwierdzenia przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – Załącznik nr 1

- innym uczniom szkoły zostaje udzielona pomoc psychologiczno-pedagogiczna – indywidualnie i grupowo (klasa ucznia);
- dyrektor pod rygorem tajemnicy informuje o zaistniałej sytuacji Radę Pedagogiczną w celu podjęcia wspólnych działań oraz obserwacji zachowania ucznia po jego powrocie do szkoły przez wszystkich nauczycieli.

3.3.2. Poza terenem szkoły (informacja od samego ucznia, rówieśników, rodziny, osób postronnych)

- pracownik szkoły, który otrzymał informację o sytuacji powiadamia służby ratunkowe informując dyspozytora numeru alarmowego 112 o zamiarach ucznia;
- dyrektor szkoły zwołuje Zespół Kryzysowy w celu podziału zadań i opracowania planu działań;

- wychowawca, pedagog szkolny/psycholog szkolny przeprowadzają z opiekunami prawnymi rozmowę w celu zapewnienia wsparcia oraz opracowania wspólnie działań mających na celu zapewnienie uczniowi bezpieczeństwa i pomocy, w tym informują rodziców o konieczności objęcia ucznia indywidualną opieką psychologiczną oraz psychiatryczną i przekazują im informacje o dostępnych placówkach oferujących pomoc specjalistyczną. W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;

W przypadku braku współpracy ze strony rodziców, szkoła w trosce o bezpieczeństwo ucznia kieruje wniosek o wgląd w sytuację rodziny do Sądu Rodzinnego.

Lista telefonów i placówek oferujących pomoc specjalistyczną – Załącznik nr 6

Wzór pisemnego potwierdzenia przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – Załącznik nr 1

- innym uczniom szkoły zostaje udzielona pomoc psychologiczno-pedagogiczna – indywidualnie i grupowo (klasa ucznia);
- dyrektor pod rygorem tajemnicy informuje o zaistniałej sytuacji Radę Pedagogiczną w celu podjęcia wspólnych działań oraz obserwacji zachowania ucznia po jego powrocie do szkoły przez wszystkich nauczycieli.

3.4. Postępowanie w przypadku powzięcia informacji, że uczeń podjął próbę samobójczą

3.4.1. Na terenie szkoły

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

- osoba, która otrzymała informację o podjęciu próby samobójczej ucznia odnajduje ucznia oraz udziela mu pierwszej pomocy przedmedycznej, usuwa przedmioty umożliwiające ponowienie próby oraz bezwzględnie nie pozostawia ucznia samego;
- pracownik szkoły zawiadamia służby pod numerem alarmowym 112 oraz powiadamia o zdarzeniu dyrektora szkoły, a ten rodzica/opiekuna prawnego;
- dyrektor szkoły zwołuje Zespół Kryzysowy w celu podziału zadań i opracowania planu działań;

- dyrektor szkoły, pedagog/psycholog szkolny lub wychowawca dokonują oceny sytuacji i przeprowadzają rozmowę wspierającą z rodzicami, opracowują wspólnie plan działań mających na celu zapewnienie uczniowi bezpieczeństwa i pomocy, oraz przekazują informacje dotyczące pomocy psychologiczno-pedagogicznej oraz podjęcia konsultacji specjalistycznych poza szkołą. W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;

W przypadku braku współpracy ze strony rodziców, szkoła w trosce o bezpieczeństwo ucznia kieruje wniosek o wgląd w sytuację rodziny do Sądu Rodzinnego.

Lista telefonów i placówek oferujących pomoc specjalistyczną – Załącznik nr 6

Wzór pisemnego potwierdzenia przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – Załącznik nr 1

- innym uczniom szkoły zostaje udzielona pomoc psychologiczno-pedagogiczna – indywidualnie i grupowo (klasa ucznia);
- 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/wychowawca/nauczyciel przedmiotu 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;
- 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;
- dyrektor szkoły powiadamia o zaistniałej sytuacji organ prowadzący i nadzorujący szkołę.

3.4.2. Poza terenem szkoły (informacja od samego ucznia, rówieśników, rodziny, osób postronnych)

- 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;
- jeden z członków zespołu kryzysowego kontaktuje się z opiekunami prawnymi ucznia, w celu potwierdzenia informacji, udzielenia wsparcia i przekazania informacji o formach wsparcia w szkole i poza nią. W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;
- osoba rozmawiająca z rodzicami zobowiązuje opiekunów prawnych do zapewnienia dziecku pomocy specjalistycznej oraz udzielenia informacji zwrotnej czy i kiedy dziecko otrzymało pomoc specjalistów;

W przypadku braku współpracy ze strony rodziców, szkoła w trosce o bezpieczeństwo ucznia kieruje wniosek o wgląd w sytuację rodziny do Sądu Rodzinnego.

Lista telefonów i placówek oferujących pomoc specjalistyczną – Załącznik nr 6

Wzór pisemnego potwierdzenia przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – Załącznik nr 1

- innym uczniom szkoły zostaje udzielona pomoc psychologiczno-pedagogiczna – indywidualnie i grupowo (klasa ucznia).

Wskazówki do rozmowy z uczniem – Załącznik nr 2

Przykład zgłoszenia do dyspozytorni – Załącznik nr 3

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

- 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 ucznia się dziecka na terenie szkoły w grupie klasowej;

- w przypadku ucznia mieszkającego w bursie/internacie oprócz zaświadczenia od lekarza rodzic podpisuje oświadczenie, w którym deklaruje, że jest świadomy zagrożeń i możliwych negatywnych konsekwencji pozostawienia dziecka w placówce biorąc jednocześnie odpowiedzialność za mogące wystąpić następstwa takiej decyzji;
- przed powrotem ucznia do szkoły specjalista szkolny lub wychowawca nawiązuje kontakt z opiekunami prawnymi ucznia aby zorganizować wspólne spotkanie, w celu zminimalizowania u ucznia stresu i przygotowanie go do powrotu do szkoły. W przypadku pełnoletniego ucznia, rodzice są również informowani, chyba że uczeń złożył oświadczenie, że nie wyraża zgody na przekazywanie informacji na jej/jego temat;
- zespół kryzysowy opracowuje dla ucznia plan wsparcia w powrocie do szkoły;
- po powrocie ucznia do szkoły należy w trakcie pierwszych z nim kontaktów pamiętać o udzielaniu uczniowi 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;
- w przypadku zaistnienia przesłanek mogących świadczyć o pogorszeniu stanu zdrowia, opiekun prawny – 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 konieczności hospitalizacji psychiatrycznej reguluje Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19.08.1994 (Dz. U 1994 nr 111, poz. 553). Zgodnie z art. 21 ustawy osoba, której zachowanie wskazuje na to, że z powodu zaburzeń psychicznych może zagrażać bezpośrednio własnemu życiu lub zdrowiu innych osób, bądź nie jest zdolna do zaspokojenia podstawowych potrzeb życiowych, może być poddana badaniu psychiatrycznemu również bez jej zgody, a osoba małoletnia także bez zgody jej przedstawiciela ustawowego.

Zapis ustawy jest pomocny szkole, kiedy zostało potwierdzone ryzyko nagłe lub krótkoterminowe, a mimo tego rodzice nie wyrażają zgody na konsultację psychiatryczną lub nie widzą konieczności. Szkoła zyskuje możliwość podjęcia koniecznych interwencji, nawet bez zgody rodziców

3.6. Postępowanie w przypadku śmierci samobójczej ucznia

- w przypadku śmierci ucznia w wyniku samobójstwa dyrektor informuje o zaistniałej sytuacji organ prowadzący i nadzorujący szkołę,
- w szkole uruchomiana jest procedura interwencji kryzysowej, powołany zostaje zespół kryzysowy;
- szkoła we współpracy z Centrum Interwencji Kryzysowej lub inną instytucją interwencyjną opracowuje plan działań postinterwencyjnych;
- zespół kryzysowy przygotowuje informacje, które mają zostać przekazane rodzicom, nauczycielom i uczniom;
- zorganizowane są spotkania dla nauczycieli i pracowników szkoły, rodziców oraz uczniów;
- pedagog/psycholog szkolny/wychowawcy udzielają pomocy psychologiczno-pedagogicznej innym uczniom szkoły (przede wszystkim grupie klasowej 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.

Działania następujące po śmierci samobójczej ucznia powinny być wdrażane w następującej kolejności:

3.6.1. Działania natychmiastowe – pierwsze 24-72 godziny

- powiadomienie służb pod nr alarmowy 112 i zabezpieczenie miejsca zdarzenia;
- zwołanie Zespołu kryzysowego;
- kontakt z rodziną ucznia;
- kontakt z instytucjami zewnętrznymi np. PPP, OIK, NGO, ZWJR w celu zapewnienia wsparcia psychologicznego;
- zespół Kryzysowy opracowuje komunikaty, które zostają przekazane uczniom, nauczycielom i rodzicom;
- przygotowanie i uruchomienie systemu wsparcia dla uczniów, nauczycieli, pracowników szkoły i rodziców: wewnętrznego i zewnętrznego;

- wyznaczenie rzecznika szkoły do ewentualnego kontaktu z mediami;
- dyrektor szkoły informuje organ prowadzący i nadzorujący szkołę.

3.6.1. Działania krótkoterminowe – pierwszy tydzień

- realizacja grupowych i indywidualnych form wsparcia dla społeczności szkolnej;
- ustalenie form upamiętnienia zmarłego ucznia i monitorowania ich pod kątem zgodności z zasadami postwencji;
- ustalenie z rodziną zmarłego ucznia szczegółów dotyczących udziału społeczności szkolnej w uroczystościach pogrzebowych;
- monitorowanie mediów społecznościowych;
- identyfikowanie osób potrzebujących wsparcia;
- wsparcie klasy, grupy najbliższej związanej ze zmarłym uczniem - zajęcia domykające;
- spotkanie psychoedukacyjne dotyczące kryzysu i żałoby dla rodziców.

3.6.1. Działania długoterminowe – kolejne tygodnie i miesiące

- grupowe i indywidualne formy wsparcia dla uczniów, nauczycieli i rodziców;
- dokumentowanie poszczególnych działań;
- dokonanie analizy ewentualnych przyczyn zdarzenia (czynniki ryzyka i samego zdarzenia);
- wprowadzenie ewentualnych modyfikacji do istniejącej procedury;
- dalsze działania profilaktyczne.

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/wychowankom możliwości uczestniczenia w ceremoniach pogrzebowych uwzględniając potrzeby rodziny zmarłego.
- Po samobójstwie lub usiłowaniu popełnienia może dojść do zjawiska fali samobójstw (tzw. Efekt Wertera). Należy zidentyfikować wszystkich uczniów o złym stanie emocjonalnym lub ze skłonnościami samobójczymi i otoczyć ich większą opieką i wsparciem.

4. Proponowane działania profilaktyczne pracowników pedagogicznych i niepedagogicznych szkoły:

- zapoznanie się z działaniami wychowawczo-profilaktycznymi;
- prowadzenie zajęć dotyczących profilaktyki zdrowia psychicznego;
- rozpoznawanie symptomów obniżenia nastroju i nastrojów depresyjnych, prowadzenie ciągłej obserwacji 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.

5. Literatura

Szymańska J. (2016), Zapobieganie samobójstwom dzieci i młodzieży. Poradnik dla pracowników szkół i placówek oświatowych oraz rodziców, Warszawa: Wydawnictwo ORE.

Łuba M., Palma J., Witkowska H. (2022), Interwencje po śmierci samobójczej. O znaczeniu i potrzebie działań postwencyjnych w szkole, Warszawa: Polskie Towarzystwo Suicydologiczne

Kicińska L., Palma J. (2023), Poradnik Pierwsza Pomoc Emocjonalna, Warszawa: Fundacja Adamed, Serwis Życie Warto Jest Rozmowy

Materiały edukacyjne konferencji "Prewencja zdarzeń suicydalnych w środowisku szkolnym" zorganizowanej przez Miasto Gdańsk, 2022

Warsztaty „Procedura suicydalna w środowisku szkolnym” zorganizowane przez Miasto Gdańsk, 2022

Opracowania Zespołu psychologów Specjalistycznych Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych CE

<http://naglesami.org.pl/>

<https://www.tumbopomaga.pl/>

6. Załączniki:

Załącznik nr 1.

Pisemne potwierdzenie przekazania informacji o zagrożeniu suicydalnym dla rodziców – przykład:

Potwierdzamy, że zostaliśmy powiadomieni o zagrożeniu podjęcia próby samobójczej przez nasze dziecko oraz konieczności niezwłocznej/szybkiej konsultacji specjalistycznej (psychiatrycznej, psychologicznej). Zostały nam przekazane numery telefonów i adresy placówek, gdzie możemy uzyskać pomoc. Zobowiązujemy się do dostarczenia informacji zwrotnej po konsultacji specjalistycznej w celu zorganizowania opieki i pomocy na terenie szkoły.

.....

Miejscowość i data

.....

podpisy rodziców / opiekunów

Załącznik nr 2.

Jak reagować, gdy uczeń mówi o samobójstwie Jak się zachować, gdy młody człowiek komunikuje wprost zamiary samobójcze, daje do zrozumienia, że chce pozbawić się życia, czy opowiada o podejmowanych wcześniej próbach samobójczych?

Celem rozmowy ma być nawiązanie kontaktu, zapewnienie bezpieczeństwa oraz umożliwienie odreagowania nagromadzonych emocji. Rozmowa powinna odbywać się bezpiecznym i dyskretnym miejscu.

Kilka podstawowych zasad reagowania i wskazówek umożliwiających osiągnięcie celów i uniknięcie poważnych błędów:

1. Zachowaj spokój. Nie panikuj. Ważne, żeby rozmowę prowadzić w sposób naturalny, opanowany, wspierający i dający oparcie.
2. Nie lekceważ ucznia, traktuj jego samego i jego zamiary poważnie.
3. Porozmawiaj z uczniem właśnie teraz, w tej chwili, nie odsyłaj go. Odesłanie ucznia na inny termin może zwiększyć lęk, poczucie osamotnienia i beznadziei.
4. Nie zostawiaj ucznia ani na chwilę samego. Jeśli potrzebujesz pomocy i wsparcia poślij po kogoś z zespołu ds. sytuacji kryzysowych, który jest lepiej przygotowany do prowadzenia rozmowy z osobą w kryzysie. Oczekując na pomoc, zatroszcz się o dziecko spokojnie i serdecznie. Po przyjściu drugiej osoby pozostań przy ich rozmowie.
5. Nie obiecuj absolutnej dyskrecji. Nie zawieraj kontraktu, że nikomu nic nie powiesz, gdyż musisz powiadomić dyrektora i rodziców. Czasem konieczna jest współpraca z policją i sądem rodzinnym. Można odwołać się do obowiązującej procedury, że takie sytuacje rozpatrywane są w zespole. Przede wszystkim należy powtórzyć, że zależy nam na uczniu.
6. Zapewnij możliwie najlepsze warunki rozmowy, zadбай o bezpieczne miejsce, intymność i dyskrecję.
7. Nie prowokuj ucznia, podając w wątpliwość jego zamiary.
8. Respektuj uczucia ucznia. Nie bagatelizuj problemu protekcyjnym traktowaniem go.
9. Uważnie słuchaj. Skup się na uczniu, pozwól mu mówić. Nie komentuj, dbaj o kontakt wzrokowy.

10. Nie próbuj poprawiać nastroju ucznia. Uczeń w tym momencie przeżywa dramat i cierpi, a pocieszenie może zostać odebrane jako dowód lekceważenia, kompletnego braku zrozumienia i braku rozsądku.

11. Bądź empatyczny. Spróbuj nazwać emocje i odczucia ucznia: „Poczułeś, że świat się wali?” albo „Byłaś przerażona”.

12. Bądź cierpliwy. W uczniu jest pełno lęku, żalu, wstydu i gniewu. Może zachowywać się buntowniczo i prowokacyjnie. Nie daj się sprowokować.

13. Ujawnij swoje odczucia wywołane rozmową. Wyraż krótko własne odczucia, posługując się zdaniem: „Jestem poruszony/przejęty tym, co mi powiedziałeś”. Nie mów jednak, że bardzo cię to zdenerwowało lub przerażyło i nie składaj wyrazów współczucia. Nie opowiadaj też teraz o własnych trudnościach życiowych i stanach psychicznych ani o znanych ci podobnych przypadkach. Skoncentruj się na historii ucznia.

14. Nie oceniaj. Unikaj oceniania zachowania ucznia i wypowiadania opinii, co jest dobre, a co złe, etyczne lub nieetyczne.

15. Nie próbuj prowadzić dyskusji. Nie czuj się zobowiązany do natychmiastowego przekonania ucznia, by zrezygnował z samobójczych zamiarów.

- Nie zasypuj go lawiną argumentów.
- Nie przeciwstawiaj się gwałtownie samobójczej decyzji ucznia, ale zachęcaj do odwołania w czasie jej realizacji.
- Unikaj wywoływania w nim poczucia winy. Nie obciążaj go dodatkowo. Nie używaj takich argumentów jak rozpacz rodziców i bliskich w przypadku jego śmierci.
- Masz jednak prawo nie zgadzać się z wielokrotnie wypowiadany przez ucznia przekonaniem o braku wyjścia z kryzysu. Powiedz: „Wiem, że tak to widzisz i oceniasz, ale nie zgadzam się tobą. Przychodzą mi do głowy różne możliwe wyjścia”. Demonstruj spokojną pewność siebie.

16. Wypowiadaj się w sposób bezpośredni i otwarty. Nie obawiaj się używać słów „śmierć” i „samobójstwo”.

17. Nie bój się ciszy. Daj sobie i uczniowi czas na refleksję

18. Przedstaw swoje najbliższe zamiary. Możesz jeszcze nie wiedzieć, jak rozwinie się akcja pomocy. Opowiedz jednak uczniowi, co zamierzasz zrobić w jego sprawie w najbliższym czasie, by nie czuł się zaskoczony i zdradzony przez ciebie. Zapytaj, czego obawia się w związku z planowanymi przez ciebie działaniami. Wysłuchaj jego obaw i weź je poważnie pod uwagę. Spróbuj go uspokoić, staraj się go chronić.

19. Bądź uczciwy. Nie obiecuj uczniowi zbyt wiele.

20. Nie stosuj konfrontacji. Gdy dowiesz się, że przyczyną próby samobójczej jest przemoc rówieśnicza, przemoc domowa czy wykorzystywanie seksualne, nie doprowadzaj do konfrontacji ze sprawcami przemocy. Dla ofiary jest to dodatkowa ogromna trauma.

21. Po zakończeniu rozmowy uruchom procedurę postępowania w sytuacjach kryzysowych, w tym powiadom rodziców. Nie pozwól, by uczeń sam opuścił szkołę.

Załącznik nr 3.

Komunikat do dyspozytorni służb ratunkowych:

Stwierdziliśmy bezpośrednie zagrożenia życia naszego ucznia (...) poprzez duże ryzyko podjęcia próby samobójczej. Dlatego konieczne jest niezwłoczne przewiezienie go na konsultację psychiatryczną. Prosimy o szybką interwencję w celu zabezpieczenia życia dziecka.

Załącznik nr 4.

ZAPOZNAŁAM/ŁEM SIĘ Z PROCEDURAMI DOTYCZACYMI ZACHOWAŃ
SUICYDALNYCH OBOWIĄZUJACYMI W UŁO I BĘDĘ ICH PRZESTRZEGAĆ:

(wstawić tabelę z nazwiskami nauczycieli i miejscem na ich podpisy)

Załącznik nr 5.

Członkowie zespołu kryzysowego w roku szkolnym 2024/2025:

- Wicedyrektor - przewodniczący zespołu kryzysowego – Paulina Mech-Warda
- Psycholog szkolny – Anna Zielińska
- Psycholog szkolny – Katarzyna Uljasz
- Pedagog szkolny – Patrycja Ciurkowska
- Pielęgniarka szkolna – Dorota Malinowska
- Wychowawca ucznia/uczennicy

Załącznik nr 6.

Ważne telefony oraz placówki specjalistyczne:

800 111 123 – Tumbo Linia

116 123 – Telefon zaufania (dorośli)

116 111 – Telefon zaufania (dzieci i nastolatki)

800 702 222 - Linia Wsparcia

800 080 22- Linia Dzieciom

787 960 860, Punkt Informacyjno-Konsultacyjny „PIK FOSY”

Placówki specjalistyczne:

- Poradnia zdrowia psychicznego Gdańsk Nowy Port, ul. Oliwska 62, tel. 58 343 33 63;
- ODDZIAŁ DZIENNY PSYCHIATRYCZNY REHABILITACYJNY DLA DZIECI I MŁODZIEŻY “MŁODZIEŻOWY PORT”, ul. Oliwska 62, Gdańsk, tel. 58 880 80 08;
- WOJEWÓDZKI SZPITAL PSYCHIATRYCZNY IM. PROF. TADEUSZA BILIKIEWICZA W GDAŃSKU, ul. Srebrniki 17, Gdańsk, tel. 58 524 76 02;
- SZPITAL DLA NERWOWO I PSYCHICZNIE CHORYCH IM. ST. KRYZANA, ul. SKARSZEWSKA 7, Starogard Gdański, tel. 58 562 06 00 w.2217;
- Poradnia zdrowia psychicznego dla Dzieci i Młodzieży „Gospody-Med”, Gdańsk, ul. Gospody 7, tel. 58 556 27 23;
- Centrum zdrowia psychicznego „Optimmed”, Gdańsk, ul. Jaskółcza 7/15, tel. 58 305 24 12;
- Poradnia Zdrowia Psychicznego, Gdańsk Wrzeszcz, ul. Wajdeloty 28, tel. 58 746 35 36;
- Poradnia Psychologiczno-Psychoterapeutyczna dla Dzieci i Młodzieży, ul. Srebrniki 17, Gdańsk, tel. 570 213 101;
- Fractal Concept - Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży – I Poziom Referencyjny, ul. Józefa Wassowskiego 12, Gdańsk, tel. 575 015 443;
- MindHealth - Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży, ul. Mikołaja Gomółki 2, Gdańsk, tel. 22 566 22 24;
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej MOPR, pl. Ks. Prałata Jana Gustkowicza 13, Gdańsk, tel. 58 511 01 21;
- Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1, ul. Obywatelska 1, 80-200 Gdańsk, tel. 58 341 87 58.