

# **Strategija za zaštitu mentalnog zdravlja učenika**

Tim za mentalno zdravlje

Učenički dom Lovran

Prosinac, 2023.

## Sadržaj

1. Mentalno zdravlje .....	1
2. Edukacija zaposlenika Doma.....	3
2.1. Općenite smjernice za razgovor s učenicima .....	3
3. Protokoli postupanja .....	8
3.1. Protokoli postupanja u slučaju samoozljeđivanja učenika .....	8
3.2. Protokoli postupanja u slučaju suicidalnosti učenika .....	12
4. Popis ustanova i udruga koje pružaju podršku mentalnom zdravlju učenika .....	16
5. Povjerljivost podataka .....	18
6. Praćenje i evaluacija provođenja Strategije .....	19

## 1. MENTALNO ZDRAVLJE

Mentalno zdravlje je stanje dobrobiti koje omogućuje pojedincima suočavanje sa životnim izazovima, ostvarivanje vlastitih potencijala, uspješno učenje i rad te doprinos zajednici. Ono je neophodna komponenta zdravlja koja podržava naše individualne i kolektivne sposobnosti donošenja odluka, izgradnje odnosa te oblikovanja svijeta u kojem živimo. Mentalno zdravlje je osnovno ljudsko pravo i ključno je za osobni, a time i posljedično za društveni razvoj. Mentalno zdravlje ne svodi se samo na odsutnost mentalnih poremećaja. Na njega se gleda kao na kontinuum, doživljava se različito od osobe do osobe, s različitim težinama i poteškoćama te potencijalno vrlo različitim socijalnim i kliničkim ishodima.

Adolescencija je jedinstveno i formativno vrijeme u kojem tjelesne, emocionalne i društvene promjene, uključujući izloženost siromaštvu, zlostavljanju ili nasilju, mogu učiniti adolescente ranjivima na probleme mentalnog zdravlja. Zaštita adolescenata u takvim okolnostima, promicanje socio-emocionalnog učenja te osiguravanje skrbi za mentalno zdravlje ključni su za njihovu dobrobit tijekom adolescencije i odrasle dobi.

Procjenjuje se da 1 od 7 osoba u dobi od 10 do 19 godina ima problema s mentalnim zdravljem, no oni ostaju uglavnom neprepoznati i neliječeni. Adolescenti s problemima mentalnog zdravlja posebno su osjetljivi na društvenu isključenost, diskriminaciju, stigmatu (koja utječe na spremnost za traženje pomoći), obrazovne poteškoće, rizična ponašanja, tjelesno loše zdravlje i kršenja osnovnih prava. Posljednjih nekoliko godina ostavilo je posljedice na mentalno zdravlje cjelokupne populacije: mnogi su osjetili učinke kroničnog stresa kojemu nas je pandemija izložila, a procjenjuje se da je uslijed nje došlo do porasta prevalencije anksioznih i depresivnih teškoća i do 25%.

Čini se da gotovo nitko nije bio spreman na zdravstvenu krizu koja prati pandemiju COVID-19: resursi za zaštitu mentalnog zdravlja često su nedovoljnog kapaciteta ili nedovoljno dostupni građanima. Budući da je mentalno zdravlje neodvojivo od tjelesnog, važno je posvetiti mu pažnju koju zaslužuje i učiniti ga prioritetnim.

Mladi su posebno rizična skupina jer čak 50% mentalnih poremećaja počinje prije 14. godine života, zbog čega je važno na vrijeme prepoznati znakove i potražiti

pomoć. Zdravstvena pismenost odgojno-obrazovnih djelatnika važna je jer učenici s njima provode najviše vremena tijekom školovanja, zbog čega mogu biti prvi koji će primijetiti ako učenik ima poteškoća ili pokazuje znatne promjene u ponašanju. Zdravlje i dobrobit djece i učenika jedno je od osnovnih područja koja su odgovornost svih zaposlenika u sektoru odgoja i obrazovanja.

U sklopu sistematskih pregleda unutar Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije liječnici školske medicine od 2019. ispituju i mentalno zdravlje učenika, te ovisno o kliničkoj značajnosti rezultata upućuju učenike i roditelje na traženje pomoći. Od 2019. do veljače 2023. 7,4% dječaka i 15,9% djevojčica u našoj Županiji imalo je značajne rezultate kod probira mentalnog zdravlja.

U svibnju 2022. Dom je zaposlio stručnog suradnika psihologa. Od tad do prosinca 2023. psihološkom savjetovanju pristupilo je 49 učenika, što čini oko 23% domskih učenika. Najčešće su se javljali zbog anksioznih smetnji, školskog neuspjeha, obiteljskih problema, vršnjačkih sukoba, problema u ponašanju, depresivnosti, samoozljeđivanja i suicidalnih misli. Kao dodatnu motivaciju za izradu ove Strategije treba izdvojiti značajan porast u broju učenika s depresivnim kliničkim simptomima popraćen pojavnošću samoozljeđivanja i suicidalnosti, pri čemu smo 6 djece u posljednja 3 tjedna uputili na hitne psihijatrijske preglede u KBC Rijeka.

Strategija za zaštitu mentalnog zdravlja učenika predstavlja plan koji se sastoji od intervencija usmjerenih na djelatnike i učenike s ciljem ranijeg prepoznavanja mentalnih poremećaja, povećavanja vjerojatnosti traženja pomoći te poboljšanja ishoda stručnih intervencija. Kao jedan od glavnih ciljeva ističe se spremnost na reagiranje u kriznim događajima, čime će se umanjiti anksioznost pomagača te mu pružiti jasne i strukturirane smjernice za postupanje. Uz to, jasnije će se definirati uloge i odgovornosti pojedinaca u različitim aktivnostima vezanima uz mentalno zdravlje.

U Domu je u studenom 2023. osnovan Tim za mentalno zdravlje čija je osnovna uloga pisanje Strategije za zaštitu mentalnog zdravlja učenika. Članovi tima su ravnateljica Nataša Tomić, stručni suradnik-psiholog Ivan Tarle, stručni suradnik-pedagog Jasna Majić, medicinska sestra Irena Mišćenić te odgajateljice Lorena Škrinjar Tači, Marlena Matahlija, Ines Pierobon, Dubravka Dominović, Marija Farina, Iva Ilić Stanić i Maja Finderle Pupovac.

## 2. EDUKACIJA ZAPOSLENIKA DOMA

Kako bismo bili što učinkovitiji u ranom prepoznavanju mentalnih poremećaja i promicanju mentalnog zdravlja, važno je educirati djelatnike o relevantnim temama i povećati zdravstvenu pismenost u području mentalnog zdravlja. Jedna od mjera koje u Strateškom planu razvoja mentalnog zdravlja (2022.) iznosi Ministarstvo zdravlja je i mjera provođenja edukacije odgojno-obrazovnih djelatnika u cilju razvoja komunikacijskih i socioemocionalnih vještina djece, smanjenje vršnjačkog nasilja te poboljšanje kompetencija svih dionika odgojno-obrazovnog sustava. Ove kompetencije odnose se prvenstveno na prepoznavanje rizika za razvoj problema mentalnog zdravlja, rano uočavanje znakova narušenog mentalnog zdravlja te rad s učenicima koji već imaju narušeno mentalno zdravlje. Plan edukativnih aktivnosti dodat će se Godišnjem planu i programu Doma te će se planirati za razdoblje tekuće školske godine.

Osim na razini Doma, Ministarstvo znanosti i obrazovanja, Agencija za odgoj i obrazovanje, digitalna platforma e-škole, Nastavni zavod za javno zdravstvo i druge relevantne ustanove, strukovna udruženja te nevladine organizacije tijekom godine nude brojne radionice, predavanja, tečajeve i konferencije na temu mentalnog zdravlja. Svi odgojno-obrazovni djelatnici dužni su se kontinuirano stručno usavršavati, nadograđivati znanja, a članovi Tima za mentalno zdravlje obavještavat će kolege o relevantnim edukacijama putem elektroničke pošte.

Svi stručni zaposlenici Doma bit će upoznati sa Strategijom za zaštitu mentalnog zdravlja učenika na Vijeću odgajatelja. Također, za stručne zaposlenike omogućeno je sudjelovanje u intervizijskoj grupi za podršku koja će se odvijati svake zadnje srijede u mjesecu, trajat će 60 minuta i vodit će ju psiholog Doma.

### 2.1. OPĆENITE SMJERNICE ZA RAZGOVOR S UČENICIMA

Program NZJZ "Pomozi Da" (2020.) se, između ostalog, fokusira na stjecanje vještina komunikacije s učenicima s teškoćama mentalnog zdravlja te su smjernice u ovom poglavlju prilagođene na temelju njihovih preporuka. Obzirom da su stručni djelatnici Doma neposredni akteri u odgojno-obrazovnom procesu, oni imaju ključnu ulogu u prepoznavanju učenika s problemima u području mentalnog zdravlja te

obavještanju stručnih suradnika Doma o istini. Oni pri tome ne preuzimaju uloge savjetovatelja, rješavanja problema ili dijagnostike, već su za učenike tu kao podrška.

Izrazito je važno da početna interakcija između djelatnika i učenika s određenim poteškoćama bude pozitivna jer na taj način povećavamo šansu da učenik dalje traži potrebnu pomoć. Prva psihološka pomoć podrazumijeva pažljiv, brižan i suosjećajan pristup, koji nije specifična vještina stručnjaka za mentalno zdravlje, nego životna vještina koja se može naučiti.

Ukoliko netko od djelatnika primijeti da je dijete ili mlada osoba tužna, plačljiva, potištena, nemotivirana, preplavljena strahom, sklona problematičnom ponašanju ili samoozljeđivanju, važno je znati 3P korake. Ti koraci predstavljaju okvirni vodič za razgovor s djetetom kojemu je potrebna pomoć i podrška u području mentalnog zdravlja:

**Pristupi:** Pronađite prikladan **trenutak i mjesto**. Provjerite i izrazite što ste uočili. **Budite spremni čuti** problem, a ne nuditi rješenja.

**Podrži:** **Uvažite** jedinstvenost učenika. **Pitajte** što se događa. **Pažljivo slušajte** i pokažite zainteresiranost. **Ponovite i sažmite** što ste čuli ili vidjeli. **Pružite emocionalnu podršku**.

**Potakni:** **Upoznajte** učenika s mogućim oblicima pomoći i samopomoći. **Potaknite** učenika na prihvaćanje pomoći. **Povežite** učenika s osobama koje mogu pomoći.

Kroz ova 3 koraka najvažnije je da dijete zna da nije sama i izrazi što osjeća, da dobije prihvatljivu podršku te osjeti sigurnost i nadu.

Pri komunikaciji s učenikom s problemima mentalnog zdravlja nužno je komunicirati osobnim govorom i ja" porukama, odnosno porukama koje ne djeluju optužujuće (npr. Meni se čini da se ne osjećaš dobro? Primijetio sam da si tužan zadnjih dana, muči li te nešto?). Također, važno je postavljati otvorena pitanja (npr. Vidim da u zadnje vrijeme ne postižeš jednako dobre rezultate kao prije, što se događa

u tvom životu?) i izbjegavati pitanja koja započinju sa „Zašto?“ (npr. Zašto si popustio u školi? Zašto više ne učiš?).

U komunikaciji s učenicima korisne su tehnike aktivnog slušanja. Aktivno slušanje predstavlja usmjeravanje pažnje na ono što osoba govori i osjeća te izražavanje vlastitim riječima ono što mislimo da je govornik htio reći. Drugim riječima, provjeravanje jesmo li dobro razumjeli govornikovu poruku uključujući riječi i osjećaje. Aktivnim slušanjem povećavamo vjerojatnost ispravnog razumijevanja sugovornika, izbjegavamo prepreke u komunikaciji i poštujemo tuđa mišljenja, stavove i osjećaje. Kada aktivno slušamo koristimo neverbalnu komunikaciju za usklađivanje sa sugovornikom i povećavanje razumljivosti svoje poruke (npr. kimanje glavom, održavanje kontakta očima, praćenje govora tijela). Sugovornika slušamo koncentrirano i ne prekidamo ga kad govori (ne dovršavamo njegove rečenice, čekamo s odgovorom...). Uz to, svoje zaključke provjeravamo sa sugovornikom i ne pretpostavljamo već sve pitamo (npr. Čini mi se da si se osjećao... Ako sam dobro razumjela, hoćeš reći...).

Ne nudimo savjete i gotova rješenja, ne prosuđujemo ono što smo čuli, ne raspravljamo o ispravnosti i ne namećemo svoje vlastito mišljenje. Uvijek pomaže ponavljanje onog što ste čuli svojim riječima i provjeravanje točnosti razumijevanja poruke sa sugovornikom (npr. Rekao si da te doma nitko ne razumije i da im ništa ne možeš reći. Ako sam dobro razumio, želiš reći da kod kuće nemaš podršku i da se osjećaš kao da nemaš s kime dijeliti svoje brige?").

Kada primijetimo da učenik ima neki problem, važno je ne ignorirati problem već pristupiti djetetu i započeti razgovor. Pri tome treba voditi računa i o privatnosti i povjerljivosti te pronaći pravo mjesto i vrijeme za razgovor na kojem ćemo se osjećati ugodno i imati privatnost. Učeniku možemo prići s pitanjem: Jesi li možda slobodan za razgovor? Možeš li ostati kratko u učionici kada svi iziđu?". Važno je provjeriti svoje pretpostavke i reći što primjećujemo (Čini mi se da u zadnje vrijeme... Brinem se da... Primijetila sam da...). U ovom trenutku možemo koristiti tehnike aktivnog slušanja i ne

nuditi gotova rješenja i savjete već čuti učenika i ono što ga muči. Povremeno sažimamo što smo čuli i provjeravamo svoje razumijevanje.

Ako učenik nije spreman razgovarati, važno je da zna da nam se može obratiti u budućnosti ili potražiti pomoć na nekom drugom mjestu. Ako nam se učenik povjeri, nužno mu je pružiti podršku. Pri tome vodimo računa da uvažavamo njegovu jedinstvenost poštujući njegove osjećaje i percepciju situacije u kojoj se nalazi (npr. Ako dobro razumijem, dogodilo ti se.. i zbog toga se osjećaš). Pitamo što se događa i kako se učenik osjeća, možemo navesti i zašto ste zabrinuti. Ako učenik nije čuo problem, prihvaćamo to i ne uvjeravamo ga u suprotno. U razgovoru smo empatični i puni razumijevanja („Čini mi se da ti to teško pada." Vidim da se osjećaš prestrašeno zbog situacije, mogu to razumjeti.. Učeniku pružamo emocionalnu podršku i ohrabrenje s vjerom da su problemi rješivi (Mogu li nešto učiniti kako bih ti pomogao? Možemo li još o tome razgovarati? Razumijem da ti je sada teško, ali vjerujem da ćemo naći neko rješenje.).

Ključno je da učenika motiviramo na traženje dodatne pomoći i podrške. Jasno mu dajemo do znanja da postoje mjesta odnosno stručnjaci kod kojih može dobiti pomoć i koji će mu olakšati nošenje s problemima. Učenika možemo informirati o načinima nošenja s problemima i neugodnim emocijama ili navesti neke oblike stručne pomoći (Kad su ljudi ljuti, ponekad im pomaže bavljenje sportom ili razgovor s bliskim ljudima. Neki ljudi traže pomoć psihologa kad se ne znaju nositi sa svojim emocijama. Ponekad, kad nam je jako teško, tražimo pomoć psihijatra ili psihoterapeuta. Imaš li kakvih pitanja o vrstama stručne pomoći?). Potičemo učenika na prihvaćanje pomoći. S učenikom iskreno, jasno i otvoreno razgovaramo o uključivanju drugih(roditelja, stručnih suradnika, stručnjaka) i objašnjavamo zbog čega je to važno. Neke situacije, kada je učenik suicidalan ili na drugi način opasnost za sebe, su situacije kada je nužno obavijestiti roditelje, skrbnike ili nadležne ustanove, te učenika o tome moramo jasno informirati. Važno je znati i gdje se učenik može obratiti za pomoć, na koji način do pomoći može doći te tko mu može biti podrška pri tome. Dogovaramo plan djelovanja (Koga ćete uključiti ili obavijestiti o razgovoru? Gdje je učeniku prihvatljivo tražiti pomoć?). Najavljujemo da ćemo provjeriti kome se javio i je li dobio potrebnu pomoć.



U slučaju da vam se učenik obrati te u razgovoru doznate da ima suicidalne ideje ili namjere u nastavku slijede smjernice za razgovor i potencijalna pitanja koja mu možemo postaviti. Nužno je reagirati ako prepoznamo znakove suicidalnosti. Važno je da niti ne pokušavamo na sebe preuzeti odgovornost procjene koliko je određeno stanje zabrinjavajuće, često imamo priliku čuti izjave poput: „On samo na taj način traži pažnju, "Ne misli ona ozbiljno, poznajem ju" Na taj način ljudi preuzimaju odgovornost procjene, a pritom nemaju potrebna znanja i vještine. Stoga je važno uputiti učenike na stručnu procjenu, točnije procjenu liječnika, po mogućnosti dječjeg psihijatra ako je riječ o maloljetniku ili psihijatra ako je riječ o odrasloj osobi.

U protokolu Strategije za mentalno zdravlje razrađeni su koraci postupanja u ovom slučaju. Kada razgovaramo s učenikom koji ima suicidalne ideje ili namjeru važno je da mu pristupimo otvoreno, da učenik ima povjerenja u nas i da slobodno izrazi svoje osjećaje bez straha od osude ili odbacivanja. Postoji mit da ako osobu pitamo otvoreno o suicidu, dajemo joj ideju da se ubije. Važno je znati da otvorena i jasna pitanja to neće učiniti, već će učeniku pokazati otvorenost da se o suicidalnosti razgovara i mogućnost da se nekome povjeri.

Neka pitanja koja mogu pomoći da mlada osoba otvoreno priča o suicidalnosti koja možemo postaviti kada sumnjamo da učenik ima suicidalne ideje i/ili namjere: Jesi li razmišljao/la o tome da bi bilo bolje da te nema? Jesi li razmišljao/la da bi volio/voljela umrijeti i da više ne živiš? Jesi li razmišljao/la ili možda pokušavao/la nešto da si oduzmeš život?

### 3. PROTOKOLI POSTUPANJA

U narednom poglavlju navedeni su informativni protokoli postupanja u slučaju samoozljeđivanja ili suicidalnih ideja i/ili namjere učenika. Jasno određeni koraci i odgovornosti pojedinih osoba imaju višestruku korist: smanjiti strah, anksioznost, stres i paniku odgojno obrazovnih djelatnika ako postoje izraženi problemi u području mentalnoga zdravlja učenika izradom jednostavnoga shematskog protokola koji će dati jasne upute o tome tko, kad i kako treba postupiti, što je čija uloga i odgovornost.

#### 3.1. PROTOKOLI POSTUPANJA U SLUČAJU SAMOOZLJEĐIVANJA UČENIKA

Samoozljeđivanje možemo definirati kao namjerno ozljeđivanje vlastitog tijela bez svjesne suicidalne namjere, koje rezultira oštećenjem tkiva, bolešću ili rizikom od smrti. Tu spadaju različiti oblici ponašanja poput rezanja kože, griženja, grebanja kože, paljenja kože, deranja dijelovima tijela o tvrde podloge, umetanja predmeta u tijelo. Najznačajnija razlika između suicida i samoozljeđivanja je u namjeri. Samoozljeđivanjem osoba nastoji smanjiti svoju emocionalnu bol te si olakšati preplavljenost teškim osjećajima

Navedeni su protokoli za postupanje u slučaju samoozljeđivanja učenika ili saznanja o potencijalnom samoozljeđivanju učenika za sljedeće situacije:

- Direktno saznanje: Djelatnik primijeti ili drugi učenici prijave samoozljeđivanje učenika (Protokol 1)
- Učenik se sam povjeri djelatniku da se samoozljeđuje (Protokol 2)
- Djelatnik primjećuje moguće znakove koji upućuju na samoozljeđivanje (Protokol 3)

PROTOKOL 1:

**DJELATNIK PRIMIJETI ILI DRUGI UČENICI PRIJAVE  
SAMOOZLJEĐIVANJE UČENIKA**

Je li potrebna medicinska intervencija za  
saniranje ozljeda?



NE

DA

- Djelatnik razgovara s učenicom (sukladno Općenitim smjernicama za razgovor s učenicima)
- Djelatnik kontaktira domskog psihologa\*



- Ne napuštati učenika
- Sanirati ranu
- Nazvati hitnu pomoć ili jasno zadužiti nekoga drugoga da to učini
- Kontaktirati stručne suradnike i ravnateljicu



Domski psiholog\*:

- razgovara s učenicom
- vrši procjenu rizika
- priprema učenika na razgovor s roditeljima
- razgovara sa svjedocima događaja
- u dogovoru s roditeljima upućuje učenike u odgovarajuću ustanovu



- Hitni psihijatrijski prijem
- Stručni suradnici kontaktiraju roditelje
- Psiholog razgovara sa svjedocima događaja

- Donošenje odluke o kontaktiranju nadležnih institucija
- Priprema učenika za povratak u školu
- Praćenje prilagodbe i po potrebi rad s učenicom

**PROTOKOL 2:**

**UČENIK SE POVJERI DJELATNIKU DA SE SAMOOZLJEĐUJE**

Djelatnik razgovara s učenicom o okolnostima prema Općenitim smjernicama za razgovor s učenicima

Motivira učenika na razgovor s domskim psihologom

ODBIJA

PRISTAJE

- Djelatnik motivira učenika na traženje pomoći
- Informira učenika o mjestima gdje može dobiti pomoć
- Obavještava ga da mora informirati stručne suradnike te da moraju informirati roditelje

Domski psiholog\*:

- razgovara s učenicom i vrši procjenu rizika
- priprema učenika na razgovor s roditeljima

Domski psiholog\*:

- educira roditelje o problemu
- upućuje ih na mjesta za traženje stručne pomoći

Domski psiholog\*:

- kontaktira roditelje i daje im nužne informacije
- radi psihoedukaciju o samoozljeđivanju

Domski psiholog:

- prati napredak djeteta u vanjskoj ustanovi
- po potrebi pruža potporu u okviru Doma
- kontinuirano surađuje s ostalim stručnim djelatnicima Doma

**PROTOKOL 3:**

**DJELATNIK PRIMJEĆUJE MOGUĆE ZNAKOVE KOJI UPUĆUJU NA SAMOOZLJEĐIVANJE**

Djelatnik (nakon savjetovanja sa stručnom službom) razgovara s učenicom o okolnostima prema Općenitim smjernicama za razgovor s učenicima  
Motivira učenika na razgovor s domskim psihologom

ODBIJA

PRISTAJE

- Djelatnik motivira učenika na traženje pomoći
- Informira učenika o mjestima gdje može dobiti pomoć
- Obavještava ga da mora informirati stručne suradnike te da moraju informirati roditelje

Domski psiholog\*:

- razgovara s učenicom i vrši procjenu rizika
- priprema učenika na razgovor s roditeljima

Domski psiholog\*:

- educira roditelje o problemu
- upućuje ih na mjesta za traženje stručne pomoći

Domski psiholog\*:

- kontaktira roditelje i daje im nužne informacije
- radi psihoedukaciju o samoozljeđivanju

Domski psiholog:

- prati napredak djeteta u vanjskoj ustanovi
- po potrebi pruža potporu u okviru Doma
- kontinuirano surađuje s ostalim stručnim djelatnicima Doma

### 3.2. PROTOKOLI POSTUPANJA U SLUČAJU SUICIDALNOSTI UČENIKA

Suicidalnost se može definirati kao heterogena skupina manifestacija koja uključuje misli o suicidu, prijetnje, planove, pokušaje suicida te izvršeni suicid. Suicidalne misli su misli i ideje o prestanku ili okončanju vlastitog života, želja za umiranjem (npr. "Želim umrijeti. Ne želim više živjeti."). Suicidalne namjere predstavljaju nadogradnju suicidalnih ideja na način da se značajno povećava vjerojatnost da će osoba pokušati počinuti 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. Suicidalni plan je skup misli i ideja kako, gdje i kada osoba želi okončati svoj život. Pokušaj suicida je poduzimanje aktivnosti, radnji i postupaka kojima je osoba željela okončati život, ali u istome nije uspjela dok je izvršeni suicid smrt osobe koja je nastala postupcima koje je osoba sama poduzela da prekine svoj vlastiti život

U nastavku su navedeni protokoli postupanja za sljedeće situacije:

- Učenik se povjeri djelatniku da ima suicidalne ideje i/ili namjeru (Protokol 4)
- Djelatnik dobije indirektnu informaciju o suicidalnim idejama/namjerama od drugog učenika (Protokol 5)
- Neposredna prijetnja po život-učenik u ovom trenutku ima namjeru počinuti suicid (Protokol 6)

**PROTOKOL 4:**

**UČENIK SE POVJERI DJELATNIKU DA IMA SUICIDALNE IDEJE I/ILI NAMJERU**

Djelatnik razgovara s učenicom prema Općenitim smjernicama za razgovor s učenicima

Nužno je spomenuti informacije o povjerljivosti

Motivira učenika na razgovor s domskim psihologom

Učenika se upućuje stručnoj službi

ODBIJA

PRISTAJE

- Djelatnik motivira učenika na traženje pomoći
- Informira učenika o mjestima gdje može dobiti pomoć
- Obavještava ga da mora informirati stručne suradnike te da moraju informirati roditelje

Domski psiholog\*:

- razgovara s učenicom i vrši procjenu rizika
- priprema učenika na razgovor s roditeljima
- učenika upućuje gdje može dobiti pomoć

Domski psiholog\*:

- educira roditelje o problemu
- upućuje ih na nužnost traženja stručne pomoći i predlaže mjesta na kojima ih mogu dobiti

Domski psiholog\*:

- kontaktira hitnu pomoć ukoliko je visok rizik
- kontaktira roditelje i daje im nužne informacije (osim ako se sumnja na zlostavljanje, kada se kontaktiraju nadležne ustanove)
- po potrebi kontaktira ZZSR, liječnicu školske medicine

Domski psiholog:

- prati napredak djeteta u vanjskoj ustanovi
- kontinuirano provodi procjenu rizika
- po potrebi pruža potporu u okviru Doma
- kontinuirano surađuje s ostalim stručnim djelatnicima Doma

## PROTOKOL 5:

### DJELATNIK DOBIJE INDIREKTNU INFORMACIJU O SUICIDALNIM IDEJAMA/NAMJERAMA OD DRUGOG UČENIKA



- Djelatnik razgovara s učenicom prema Općenitim smjernicama za razgovor s učenicima
- Informira učenika da će obavijestiti stručne suradnike
- Obavještava stručne suradnike



#### Domski psiholog\*:

- razgovara s učenicom koji je prijavio sumnju
- razgovara s učenicom koji je potencijalno suicidalan
- vrši procjenu rizika
- priprema učenika na razgovor s roditeljima
- učenika upućuje gdje može dobiti pomoć
- po potrebi uključuje i matičnog odgajatelja



#### Domski psiholog\*:

- kontaktira hitnu pomoć ukoliko je visok rizik
- kontaktira roditelje i daje im nužne informacije (osim ako se sumnja na zlostavljanje, kada se kontaktiraju nadležne ustanove)
- po potrebi kontaktira ZZSR, liječnicu školske medicine



#### Domski psiholog:

- prati napredak djeteta u vanjskoj ustanovi
- kontinuirano provodi procjenu rizika
- po potrebi pruža potporu u okviru Doma
- kontinuirano surađuje s ostalim stručnim djelatnicima Doma



**PROTOKOL 6:**

**NEPOSREDNA PRIJENJA PO ŽIVOT (učenik u ovom trenutku ima namjeru počiniti suicid)**



**BITI UZ UČENIKA!**

(ne ostavljati ga samog i razgovarati s njim prema smjernicama iz Vodiča)



- Odrediti osobu (odraslu ili učenika) direktnim imenom da nazove 112 ili odu po zaposlenika koji to može učiniti
- Ako nema druge osobe u blizini, u razgovoru s učenikom najaviti zvanje hitne službe te nazvati 112
- Odrediti osobu koja će informirati stručne suradnike i ravnateljicu i pozvati ih telefonom
- Čekati s učenikom dolazak hitne pomoći

Donošenje odluke oko kontaktiranja Tima za krizne situacije PGŽ ( 098 594 721)



Domski psiholog\*:

- kontaktira roditelje i daje im nužne informacije (osim ako se sumnja na zlostavljanje, kada se kontaktiraju nadležne ustanove)
- po potrebi kontaktira ZZSR, liječnicu školske medicine
- razgovara sa svjedocima te pruža neposrednu potporu učenicima i djelatnicima



Domski psiholog:

- prati napredak djeteta u vanjskoj ustanovi
- kontinuirano provodi procjenu rizika
- po potrebi pruža potporu u okviru Doma
- kontinuirano surađuje s ostalim stručnim djelatnicima Doma

\*Ukoliko psiholog nije dostupan, kontaktirati pedagoginju

#### 4. POPIS USTANOVA I UDRUGA KOJE PRUŽAJU PODRŠKU MENTALNOM ZDRAVLJU UČENIKA

U nekim situacijama učenicima treba dodatna pomoć i podrška (npr. slučajevi u kojima je potrebna dodatna obrada, pregled drugih stručnjaka, pregled za koji je potrebna psihoterapija i sl.) ili se učenik ne osjeća ugodno o problemima razgovarati unutar Doma. Tada njih i roditelje upućujemo u ustanove i udruge koje pružaju pomoć i podršku djeci i mladima s teškoćama mentalnog zdravlja

USTANOVA	ADRESA	KONTAKT	PREDUVJETI	CILJANA POPULACIJA
Školska medicina (NZJZ) - Psihološka ordinacija	Krešimirova 52a, Rijeka	541 322 864 sandra.andjelic-bres@zzjzpgz.hr sanja.kastelan@zzjzpgz.hr	Nije potrebna uputnica	Učenici
Odsjek za promicanje i zaštitu mentalnog zdravlja Rijeka (NZJZ) - Besplatno savjetovanište za djecu i mlade	Fiorello la Guardia 23, Rijeka	051 335 920	Nije potrebna uputnica	Djeca i mladi
Udruga Hepatos Rijeka - Besplatno psihološko savjetovanište	Blaža Polića 2/III, Rijeka	051 0311 190	Nije potrebna uputnica	Djeca i mladi
Obiteljski centar PGŽ -Psihološko savjetovanište za djecu i obitelj	Franje Čandeka 23b, Rijeka	051 338 526 oc-rijeka@obiteljski.hr	Nije potrebna uputnica	Obitelj (djeca i roditelji)
Udruga Terra	Uski prolaz 11, Rijeka	051 337 400	Nije potrebna uputnica	Sve populacije

-Besplatno psihološko savjetovanje				
Udruga Uzor -Besplatno psihološko savjetovanje	Blaža Polića 2, 1. kat, Rijeka	051 321 130	Nije potrebna uputnica	Djeca i mladi
Dom zdravlja Rijeka -Besplatna psihološka i psihijatrijska pomoć	Ive Marinkovića 11, Rijeka	051 651 628 051 330-381 051 211 730	Potrebna je uputnica liječnika obiteljske medicine	Sve populacije
Zavod za adolescentnu psihijatriju, KBC Rijeka, lokalitet Centar	Krešimirova 42, Rijeka	051 658 334	Potrebna je uputnica liječnika obiteljske medicine	Adolescenti
Zavod za dječju i adolescentnu psihijatriju, KBC Rijeka, lokalitet Kantrida	Istarska 43, Rijeka	051 658 321	Potrebna je uputnica liječnika obiteljske medicine	Djeca i adolescenti
Dječji dom Tić Rijeka	Beli Kamik 11, Rijeka	051 215 670	Nije potrebna uputnica	Zanemarena i zlostavljana djeca, mladi i obitelji
Sve je ok...Portal za besplatno psihološko online savjetovanje	Online	<a href="https://svejeok.hr/">https://svejeok.hr/</a>	Potrebno je ispuniti obrazac na web stranici	Djeca i mladi grada Rijeka
Hrabri telefon -Besplatna tel. psih. pomoć	Telefonski	116 111	Nije potrebna uputnica	Djeca i adolescenti

## 5. POVJERLJIVOST PODATAKA

Kada razgovaramo s učenikom ili više njih o problemima mentalnog zdravlja, kada dobijemo informacije o učeniku koji ima probleme s mentalnim zdravljem nužno je voditi računa o povjerljivosti svih podataka. Pri dijeljenju informacija nužno je voditi se etičkim načelima struke te informacije, u dogovoru s učenikom, prenijeti samo nužnim osobama. Kada učenik odbija tražiti pomoć, treba ga jasno informirati da podatke o njegovim teškoćama moramo prenijeti roditeljima ili skrbnicima i/ili odgovarajućim ustanovama u slučaju da je učenik opasnost za sebe (npr. u slučaju da je suicidalan, da se samoozljeđuje ili na drugi način narušava svoje zdravlje) ili opasnost zadruga (npr. prijeti da će nekome učiniti nešto nažao, nekog udariti, uništiti nečiju imovinu i sl.). Prema navedenim protokolima, jedan od koraka je upoznavanje stručnog suradnika s problemima učenika (u slučaju samoozljeđivanja ili sumnje na samoozljeđivanje kao i u slučaju sumnje na suicidalnost ili saznanja o suicidalnim idejama i namjerama). Stručni suradnik nakon razgovora s učenikom kontaktiraju roditelje, skrbnike ili eventualno prema potrebi odgovarajuće ustanove (MUP, ZZSR i sl.).

Djelatnici Učeničkog doma Lovran obavezuju se da osobne podatke kojima imaju pravo i ovlasti pristupa neće dostavljati/davati na korištenje niti na bilo koji drugi način učiniti dostupnima trećim (neovlaštenim) osobama, te se obavezuju da će povjerljivost istih podataka čuvati i nakon prestanka ovlasti pristupa osobnim podacima. Neovlašteno raspolaganje osobnim podacima kojima imaju pravo pristupa u svojem radu predstavlja povredu radne obveze te može imati i obilježja kaznenog djela nedozvoljene uporabe osobnih podataka (čl. 146. Kaznenog zakona).

## 6. PRAĆENJE I EVALUACIJA PROVOĐENJA STRATEGIJE

Psiholog će 2 puta u toku školske godine (u studenom i ožujku) provoditi istraživanje s ciljem uvida u mentalno zdravlje učenika.

Nakon održanih edukacija za djelatnike vršit će se evaluacija istih putem anonimnih anketnih upitnika kako bi se dobile povratne informacije. Vršit će se i evaluacija provedenih radionica od strane učenika.

Temeljem rezultata anketa, povratnih informacija djelatnika koji su sudjelovali u provođenju Strategije, povratnih informacija učenika i izvješća, Tim za mentalno zdravlje će mijenjati i nadopunjavati Strategiju prema potrebi.