

Załącznik 3

Oddziaływania ukierunkowane na klasę ucznia po próbie samobójczej

Wstęp. Zasady ogólne

Jak rozumiemy wsparcie na terenie szkoły?

Specjalista, psycholog czy pedagog, nawet ten z wysokimi kompetencjami, nie prowadzi terapii na terenie szkoły. Podtrzymuje kontakt, wspiera, monitoruje sytuację ucznia i adekwatnie reaguje na nią, przekierowując ucznia po pomoc.

W przypadku **podjęcia próby na terenie szkoły** zaistnieje potrzeba zorganizowania dość szybko, w pierwszym tygodniu, spotkania z uczniami klasy. W przypadku, gdy uczeń podejmuje próbę poza szkołą, w zależności od sytuacji, społeczność szkolna może nie zostać o tym fakcie poinformowana. Postępowanie może wtedy obejmować pewne punkty związane z powrotem ucznia do szkoły (Załącznik 6).

Po zdarzeniu, jakim jest próba samobójcza na terenie szkoły, uczniowie klasy mogą przejawiać różnorodne reakcje. Jedni będą wykazywać ogromne zaangażowanie emocjonalne, inni mogą nie być w ogóle zainteresowani. Koleżanki i koledzy z klasy mogą zadawać pytania wynikające z potrzeby uporządkowania informacji i faktów: **Co się stało? Jak to się stało? Co możemy zrobić teraz? Co będzie działo się dalej? Dlaczego (imię) próbował(a) popełnić samobójstwo?**

Jaką metodą? Dlaczego nikt jej/jego nie powstrzymał? Czy ktoś jest winny?

Czy mam prawo czuć złość na nią / na niego za to, że próbował(a) zakończyć życie?

Tego typu pytania mogą pojawić się również w wypadku, gdy uczeń podjął **próbę samobójczą poza szkołą**. Szczególnie wśród uczniów, którzy byli w bliskim kontakcie, zostali poinformowani o planowanej próbie etc. Wtedy w ciągu 24 godzin należy objąć ich opieką indywidualną (rozmowa – Załącznik 2 lub Załącznik 4).

Jeśli istnieje potrzeba zorganizowania spotkania grupowego (ze względu na potrzeby uczniów), zapewne na takim spotkaniu pojawi się wiele emocji wywołanych wydarzeniem. Trudno natomiast przewidzieć, jak zachowywać się będzie cała klasa w takich okolicznościach. Wiele zależy od relacji klasy i poszczególnych osób z uczniem, który podjął próbę samobójczą, dynamiki klasy jako grupy i wielu innych czynników.

Istotne podczas spotkania jest:

- ułatwienie uczniom wyrażania myśli i emocji,
- umożliwienie dzielenia się własnymi stanami emocjonalnymi,
- zapewnienie bezpiecznej atmosfery, w której wszyscy powstrzymają się od oceniania tego, czym dzieli się i w jaki sposób przeżywa zdarzenie każdy uczestnik spotkania.

Zachęcamy, by nauczyciel był autentyczny i szczery w kontakcie, również dzieląc się swoimi emocjami. I szczerze odpowiadając na pytania. Jeśli nie zna odpowiedzi na pytanie, to mówi: „Nie wiem”, „Muszę się zastanowić, dam Wam odpowiedź w najbliższym czasie”. Jeśli nauczyciel jest poruszony sytuacją, to niech tego nie ukrywa. Natomiast jeśli wychowawca uzna, że nie jest w stanie poprowadzić takiego spotkania ze względu na pobudzenie emocjonalne, należy wyznaczyć do prowadzenia spotkania innego specjalistę.

Co należy rozważyć przed rozmową z klasą:

1. **Nie wolno zostawić uczniów w osamotnieniu i bez opieki.** Zachowaj czujność, gdy uczeń nagle chce wyjść z klasy. Zawsze należy brać pod uwagę hipotezę, że może być w znacznym pobudzeniu emocjonalnym, a jego zachowanie może być nieprzewidywalne. Oczywiście postępować należy z zachowaniem pewnej elastyczności, natomiast istotne jest zachowanie uważności na zwiększone ryzyko zachowań autodestrukcyjnych w tym czasie.
2. Dokonaj oceny tego, co już uczniowie wiedzą i bądź otwarty na rozmowę o tym, co w związku z tym czują.
3. **Monitoruj stan emocjonalny klasy podczas rozmowy.** Oceń, na ile nasila ona niepokój lub na ile zwiększa poczucie bezpieczeństwa. W przypadku

znacznego pogorszenia stanu któregośkolwiek **ucznia**, poinformuj członka zespołu interwencyjnego, który przejmie opiekę nad dzieckiem, dokona ewaluacji i podejmie dalsze kroki zgodnie z Załącznikiem 6.

4. Słuchaj uważnie, stosuj aktywne słuchanie.
5. Nie obwiniaj, nie dokonuj osądu wychowawczego dotyczącego sytuacji.
6. W przypadku, jeśli uczeń, który podjął próbę samobójczą, był ofiarą przemocy ze strony klasy lub grupy uczniów, należy przywrócić poziom poczucia bezpieczeństwa w klasie osobom, które mogą czuć, że nie są w stanie przeciwstawić się agresywnej grupie. Należy wprowadzić odpowiednie interwencje ukierunkowane na agresywnych uczniów, ponieważ sytuacja w klasie stanowi w dalszym ciągu czynnik ryzyka zachowań autodestrukcyjnych. Poza tym uczniowie, którzy stosowali przemoc wobec zmarłego ucznia, powinni zostać objęci oddziaływaniami, podczas których specjaliści odniosą się do zachowań, które są niedopuszczalne (nie ma na nie zgody). Powinni też odnieść się do poczucia winy, które może się pojawić w takiej sytuacji. Poza tym takie działania, jeśli przyczyniły się jako jeden z czynników do tego, że nękany uczeń targnął się na własne życie, podlegają przepisom kodeksu karnego (art.151 [Doprowadzenie do samobójstwa]; Dz.U. 2022.1138).
7. Zapowiedz, że w najbliższych tygodniach odbędzie się spotkanie w klasie ze specjalistami z zewnątrz, którzy porozmawiają z klasą, w jaki sposób radzić sobie z sytuacjami trudnymi.
8. **Udziel informacji o dostępnych formach pomocy** indywidualnej na terenie szkoły i poza nią.

Komunikat do klasy ucznia po podjętej próbie na terenie szkoły odnoszący się do metody i okoliczności

1. W przypadku próby samobójczej podjętej na terenie szkoły. Jeżeli jest konieczność udzielania takiej informacji ze względu na fakt, że uczniowie są już w posiadaniu takiej wiedzy

„Z ogromnym smutkiem przekazuję wam wszystkim informacje o tym, że (*imię i nazwisko ucznia*) próbował dzisiaj popełnić samobójstwo”.

2. W przypadku niejasności lub krążących plotek o zdarzeniu

„Spodziewam się, że wielu z Was już wie, czego będzie dotyczyć dzisiejsze spotkanie. Pewnie już rozmawialiście ze sobą na ten temat, dowiedzieliście się, że (*imię i nazwisko ucznia*) próbował dzisiaj popełnić samobójstwo. Sam usłyszałem już wiele różnych informacji na ten temat. Wiem też, że niektóre z nich nie są oparte na faktach. Pragnę teraz podzielić się tym, co wiem, chociaż niektórzy z Was chcieliby wiedzieć o wiele więcej. Wiem na pewno, że (...)”

3. Dalsza część komunikatu do klasy po zdarzeniu

„Niedktórzy z was mogli już wiedzieć wcześniej, inni dowiedzieli się właśnie teraz. Zapewne mogliście już usłyszeć różne informacje, niektóre z nich mogą nie być oparte na faktach. W dalszej części spotkania postaram się dopowiedzieć na wasze pytania i wyjaśnić sytuację zgodnie z informacjami, które posiadam i którymi mogę się z wami podzielić.

W takiej sytuacji jak dzisiejsza może pojawić się wiele pytań, na przykład, dlaczego ktoś to zrobił. Ważne jest, abyście wiedzieli, że moment, kiedy ktoś próbuje odebrać sobie życie, jest bardzo specyficzny, bo poczucie bezradności wynika z wielu różnych problemów, czasami choroby, kłopotów z jasnym myśleniem, a także z odczuwaniem emocji. Na wiele pytań dotyczących przyczyn nie uzyskamy odpowiedzi, natomiast taka decyzja nigdy nie jest spowodowana jednym wydarzeniem. Czasami pojawiają się pytania i informacje dotyczące czyjejs winy. Ważne jest, aby nie rozpowszechniać nieprawdziwych informacji, które mogą być bardzo krzywdzące dla (*imię i nazwisko*), jej/jego przyjaciół, bliskich czy rodziny (*imię i nazwisko ucznia*).

Jeśli chcielibyście teraz zadać mi pytania lub podzielić się tym, co czujecie, to bardzo was do tego w tej chwili zachęcam.

W obliczu takiego wydarzenia każdy z nas może zareagować na swój sposób. Możemy czuć się dezorientowani lub zszokowani. Możemy przeżywać silne emocje, jak np. smutek, lęk, bezradność, złość czy nawet poczucie winy. Niektórzy z was mogą mieć kłopoty ze skoncentrowaniem się na nauce. Jeszcze inni z was mogą nie przeżywać tak silnych emocji czy trudności w związku z tą sytuacją. Cokolwiek czujecie i myślicie, jest normalne i proszę, abyście okazywali sobie wzajemny szacunek i zrozumienie.

Jeśli ktokolwiek z was chciałby porozmawiać w związku z zaistniałym zdarzeniem lub z innej przyczyny, zawsze możecie zwrócić się do mnie lub do innego nauczyciela. Również nasz psycholog/pedagog (*imię i nazwisko*) będzie dla was dostępny (*miejsce i godziny dostępności*). Dodatkowo możecie spotkać się z psychologiem z poradni psychologiczno-pedagogicznej, ośrodka interwencji kryzysowej (*imiona i nazwiska osób oraz godziny ich dostępności w szkole*). Możecie również porozmawiać z osobami dyżurującymi pod telefonami zaufania (*podać numery i godziny dyżurów*). Bardzo proszę, zapiszcie sobie te informacje, potem zostaną jeszcze rozesłane drogą elektroniczną.

4. [Opcjonalnie, w przypadku próby podjętej na terenie szkoły lub jej ujawnienia przed powrotem ucznia do szkoły](#)

Dla waszej klasy zostaną zorganizowane zajęcia ze specjalistami spoza szkoły, podczas których pomogą wam zrozumieć, co się stało i poradzić sobie z trudnymi emocjami, a także poznać sposoby radzenia sobie w trudnych, kryzysowych sytuacjach, szczególnie, kiedy pojawiają się myśli samobójcze. Te zajęcia odbędą się (*godzina i data*).

Poszukiwanie pomocy, mówienie o trudnościach nie jest oznaką słabości, tylko przejawem czyjejś siły, a bezpieczeństwo wszystkich nas jest naszą wspólną sprawą”.

Oddziaływania i zajęcia klasowe

W przypadku, gdy klasa pozyskała wiedzę na temat podjętej próby samobójczej poza terenem szkoły, w trakcie zajęć klasowych nie należy omawiać szczegółów ani zastanawiać się nad motywami ucznia, który podjął próbę samobójczą poza szkołą. Jest to bardzo ważne, ponieważ po powrocie do szkoły uczeń prawdopodobnie będzie musiał mierzyć się z nastawieniem kolegów i koleżanek do niego i podjętej próby. Warto zachęcić młodzież do szczególnej wrażliwości w tym temacie. Dzieci powracające po hospitalizacji do szkoły bardzo często obawiają się reakcji kolegów i koleżanek z klasy, zastanawiają się, czy w ogóle przyznać się do powodu nieobecności w szkole. Najczęściej ze względu na tabu i piętno dotyczące zachowań samobójczych decydują się na utrzymanie w tajemnicy powodu nieobecności. W takiej sytuacji specjaliści powinni uszanować potrzebę dziecka. Szczegóły w Załączniku 5.