

# ROKIŠKIO SENAMIESČIO PROGIMNAZIJA

PATVIRTINTA  
Rokiškio Senamiesčio Progimnazijos  
direktoriaus 2018-09-01 Įsakymu Nr.V-

## PAGALBOS MOKINIUI KRIZINIO ELGESIO ATVEJU TEIKIMO TVARKOS APRAŠAS

### I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Rokiškio Senamiesčio progimnazijos (toliau –progimnazijos) Pagalbos mokinių krizinio elgesio atveju tvarkos aprašas (toliau – Tvarka) parengtas, vadovaujantis Rekomendacijomis dėl prevencijos ir reagavimo į mokinių savižudiškus ketinimus, parengtomis valstybinės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos bei metodine medžiaga „Savižudybių prevencija mokykloje”, parengta Specialiosios pedagogikos ir psichologijos centro (Jaunimo psichologinės paramos centras, Vilnius, 2012).

2. Tvarka siekiama padėti Progimnazijos darbuotojams veiksmingai reaguoti į krizinius mokinių elgesio atvejus bei iškilusią grėsmę, siekiant užtikrinti Progimnazijos bendruomenės narių psichologinį saugumą.

3. Tvarka nustato galimas taikyti pagalbos priemonės mokinių krizinio elgesio atveju mokykloje.

4. Apraše vartojamos sąvokos:

**Bandymas nusižudyti (savižudybės mėginimas)** – tai bet koks laisva valia, tikslingai atliktas asmens veiksmas, kuriuo buvo siekta nutraukti savo gyvybę, bet jis nesibaigė mirtimi. Nuo savęs žalojimo jis skiriasi pirminiu tikslu. Bendriausias skirtumas yra tas, kad bandantis nusižudyti nori užbaigti bet kokius jausmus, o save žalojantis stengiasi pasijusti geriau.

**Debrifingas** – tai darbas su grupine psichologine trauma. Tai aiškiai struktūruota krizių intervencijos forma. Ji taikoma darbui su žmonėmis, kartu išgyvenusiais nelaimę ar tragišką įvykį. Debrifingo tikslas – sumažinti įvykio dalyvių emocinę įtampą, sumažinti galimų savižudybių riziką, išsiaiškinti, kaip mokiniai reagavo ir reaguoja į įvykį, suteikti informaciją apie pagalbą, atrinkti tuos, kuriems reikia didesnio dėmesio ir kvalifikuotos pagalbos.

**Intervencija** – pakankamai skubi pagalba suicidinių ketinimų turinčiam mokiniui. Svarbus yra ne tik specialistų (gydytojų, psichologų psichiatrų), bet ir šalia esančių darbuotojų vaidmuo. Intervencija būtina, kai pastebimi ryškūs mokinio elgesio pokyčiai, atitinkami jausmai ir jei įtariamas savižudybės pavojus.

**Krizinis elgesys** – tai elgesys, apimantis sąmoningą savęs žalojimą, savižudišką elgesį ar tokio elgesio riziką.

**Krizių valdymo grupė** (toliau – KVG) – tai grupė, kurią sudaro problemų turintis mokinys, jo tėvai (globėjai, rūpintojai), klasės pedagogai ir pagalbos mokiniui specialistai. KVG tikslas yra planuoti, koordinuoti ir įgyvendinti pagalbą, sprendžiant mokinio problemas.

**Prevencija** – tam tikrų priemonių taikymas, siekiant sumažinti savižudybės riziką tarp padidintos rizikos mokinių. Prevencijos tikslas yra ankstyvoji intervencija, kuria siekiama kuo anksčiau nustatyti ir sustabdyti neigiamą reiškinį, sumažinti pasekmes bei keisti rizikingą elgesį.

**Postvencija** – krizių įveikimo pagalbos priemonių visuma tiems, kuriuos galima plačiąja prasme pavadinti nusižudžiusiajam asmeniui artimais ar artimesniais žmonėmis – nusižudžiusiojo šeimos nariams, darbuotojams, kitiems mokiniams.

**Savęs žalojimas** – sąmoningai atliekami veiksmai, nukreipti prieš save, siekiant sukelti skausmą, bet nesiekiant mirties.

**Savižudybė** (suicidas) – sąmoningas savo gyvenimo nutraukimas, mirtis, išstinkanti tyčia save sužalojus.

**Savižudiškas (suicidinis) elgesys** – savižudybė, bandymas nusižudyti, tyčinis savęs žalojimas, siekiant mirties.

**Tariamoji savižudybė, suicidinė manipuliacija** – savanoriškas valingas, mirties nesukeliantis elgesys, kuriuo siekiama ne pasitraukti iš gyvenimo, bet sulaukti norimų savo socialinės padėties permainų.

5. Sprendžiant mokinio krizinio elgesio atvejus turi būti vadovaujamosi Rekomendacijomis dėl krizių valdymo mokyklose 2018-03-08 V-229, Jungtinių Tautų vaiko teisių konvencija, Lietuvos Respublikos vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymu, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Lietuvos Respublikos vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros įstatymu, Vaikų, vartojančių narkotines, psichotropines, kitas psichiką veikiančias medžiagas, nustatymo organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2002 m. balandžio 2 d. nutarimu Nr. 437, Mokyklos vaiko gerovės komisijos sudarymo ir jos darbo organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. gegužės 02 d. įsakymu Nr. V-319, Socialinės pedagoginės pagalbos teikimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016 m. lapkričio 02 d. įsakymu Nr. ISAK-941, Psichologinės pagalbos teikimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. rugpjūčio 30 d. įsakymu Nr. V-1215, Pedagoginių psichologinių tarnybų darbo organizavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. rugpjūčio 30 d. įsakymu Nr. V-662, Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2004 m. rugsėjo 17 d. įsakymu Nr. ISAK-1462 „Dėl teisės pažeidimų, mokyklos nelankymo, narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimo, ŽIV/AIDS, smurto ir nusikalstamumo prevencijos“ ir kitais teisės aktais.

## II SKYRIUS

### POVEIKIO PRIEMONĖS, PASTEBĖJUS MOKINIO SAVE ŽALOJANTĮ ELGESĮ IR ŠIO ELGESIO PLITIMO PREVENCIJA

6. Savęs žalojimas yra tada, kai kažkas tyčia žalojasi ar kenkia sau, nesiekdamas mirties (pavyzdžiui, drasko, pjausto ar degina odą, rauna plaukus ar blakstienas, daužo save koku nors daiktu, įkvepia ir įtraukia į plaučius nuodingų medžiagų, išgeria per didelę vaistų dozę, nuryja kokį nors daiktą ir kt.).

7. Savęs žalojimo priežastys ir riziką didinantys veiksniai pateikiami priede (Tvarkos 1 priedas).

8. Pastebėjus ar gavus informaciją apie mokinio savęs žalojimo atvejį ar įtarus apie ketinimą tai daryti, vadovaujamosi pateikta veiksmų seka (Tvarkos 2 priedas).

9. Siekiant stabdyti save žalojančio elgesio plitimą Progimnazijoje turi būti:

9.1. mokiniui draudžiama atvirai demonstruoti žaizdas, sužeidimus, randus;

9.2. mokiniui draudžiama turėti priemones / įrankius, kuriais gali padaryti sau žalą;

9.3. save žalojantys mokiniai turi vilkėti drabužius ilgomis rankovėmis;

9.4. KVG mokinį informuoja apie pakartotinio savęs žalojimo pasekmes, kurios nurodytos priede (Tvarkos 3 priedas).

## III SKYRIUS

### POVEIKIO PRIEMONĖS, ESANT MOKINIO SAVIŽUDYBĖS RIZIKAI AR ĮVYKUS SAVIŽUDYBEI

10. Savižudiškas elgesys – savižudybė, bandymas nusižudyti, tyčinis savęs žalojimas, siekiant mirties.

11. Savižudybės rizika – tai mintys apie savižudybę, savižudybės ketinimai, planavimas ir kiti veiksniai, apimantys savižudybės tikimybės didėjimą.

12. Savižudiško elgesio riziką didinantys veiksniai, savižudybės rizikos atpažinimas ir įvertinimas pateikiami priede (Tvarkos 3 priedas).

13. Progimnazijos darbuotojas, įtaręs ar gavęs informaciją apie mokinio savižudybės riziką (mintis apie savižudišką elgesį, ketinimus, planą ar nesėkmingą bandymą jį įvykdyti (kai bandymas buvo anksčiau ir šiuo metu nereikalinga skubi medicininė pagalba)), privalo naudotis veiksmų seka, pristatoma priedo (Tvarkos 2 priedas) 1-6 punktuose.

14. Esant didelei savižudybės rizikai ar įvykus mėginimui nusižudyti, remiamasi veiksmų seka,

numatyta priedo (Tvarkos 2 priedas) 8 punkte. Šiuo atveju jokiais aplinkybėmis negalima mokinio palikti vieno.

15. Įvykus savižudybei, vadovaujamosi Krizių valdymo Progimnazijoje tvarkos aprašu.

#### **IV SKYRIUS**

#### **PROGIMNAZIJS KONFIDENCIALUMO POLITIKA**

16. Progimnazijos darbuotojas, sužinojęs, pastebėjęs ar gavęs informaciją apie mokinio savęs žalojimo ar savižudiško elgesio atvejį ar įtarus apie ketinimą tai daryti, negali šios informacijos nuslėpti (net mokiniui apie tai prašant), tačiau privalo informuoti Progimnazijos direktorių ar pagalbos mokiniui specialistą, nesidalina šia informacija su kitais asmenimis.

17. Laikantis Progimnazijos konfidencialumo politikos, mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai) privalo būti informuojami apie visus mokinio savęs žalojimo ar savižudiško elgesio atvejus ir riziką. Mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai) yra informuojami jiems dalyvaujant KVG susirinkime, kuris sušaukiamas iškart sužinojus apie savęs žalojimo atvejus ir riziką save žaloti, savižudiškai elgtis.

18. Mokinys yra informuojamas, kad tėvai (globėjai, rūpintojai) bus informuoti apie savęs žalojimo, savižudybės rizikos situaciją (mokiniui tiksliai įvardijant, tėvams (globėjams, rūpintojams) pateikiamas informacijos turinys).

19. Tėvų (globėjų, rūpintojų) pirminis informavimas apie mokinio save žalojančią ar savižudišką elgesį turėtų vykti tėvams (globėjams, rūpintojams) kaip įmanoma greičiau atvykus į Progimnaziją (KVG susirinkimo metu), o ne nuotoliniu būdu (telefonu ar naudojant kitas IKT susisieikimo priemones). Išimtis daroma tais atvejais, kai mokinio susižalojimas kelia riziką jo gyvybei ir reikalauja skubios medicininės intervencijos / pagalbos (pvz: reikia susiūti žaizdą, mokinys praradęs sąmonę, perdozavęs medikamentų, savo psichine būseną kelia grėsmę savo ar kitų asmenų saugumui ir gyvybei) – tėvai (globėjai, rūpintojai) informuojami nedelsiant telefonu ar naudojant kitas IKT susisieikimo priemones.

20. Tais atvejais, kai atskleidžiama, jog savęs žalojimas ar savižudybės rizika yra namuose patiriamos (emocinės, fizinės, seksualinės) prievartos simptomai, KVG be išankstinio tėvų (globėjų, rūpintojų) informavimo gali priimti sprendimą tiesiogiai kreiptis į atitinkamą instituciją (Vaikų teisių apsaugos tarnybą, kitas atitinkamas teisėsaugos institucijas, specialistus ar pan.).

21. Esant mokinio savęs žalojimo, savižudiško elgesio atvejui ar rizikai, Progimnazijos direktoriaus sprendimu KVG informuoja klasės pedagogus ir atitinkamus Progimnazijos darbuotojus, kurių informavimas yra svarbus, norint užtikrinti vaiko saugumą. Visi informuoti darbuotojai laikosi konfidencialumo politikos (t. y. dalijasi visa su mokinio savęs žalojimo ar savižudybės rizika susijusia informacija, jos neskleisdami kitiems asmenims). Mokiniais ir tėvams (globėjams, rūpintojams) yra pranešama, kokie darbuotojai ir koku tikslu bus informuoti.

22. Jei susirūpinimą apie mokinį pranešė kitas mokinys (iai) ar mokinių tėvai (globėjai, rūpintojai), reikia kartu su save žalojančiu mokiniu aptarti, kokį grįžtamąjį ryšį apie mokiniui teikiamą pagalbą galima pateikti apie tai pranešusiajam asmeniui.

23. Jei kam iš Progimnazijos darbuotojų kyla susirūpinimas konfidencialumo klausimais, jie turėtų konsultuotis su Progimnazijos direktoriumi.

## V SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

24. Su Pagalbos mokinių krizinio elgesio atveju tvarkos aprašu, patvirtintu mokyklos direktoriaus įsakymu, pedagogai ir kiti darbuotojai supažindinami pasirašytinai.

25. Mokinių tėvai (globėjai, rūpintojai) supažindinami su šia Tvarka, įdedant jį į mokyklos internetinę svetainę.

Rokiškio Senamiesčio progimnazijos  
pagalbos mokiniui krizinio elgesio atveju  
teikimo tvarkos aprašo  
1 priedas

### SAVE ŽALOJANČIO ELGESIO PRIEŽASTYS IR RIZIKĄ DIDINANTYS VEIKSNIAI

Savęs žalojimas, yra vienas iš kenksmingų veiksmų, kuriuo bandoma susidoroti su iškilusiais gyvenimiškais sunkumais, apmaldyti vidinį skausmą. Save žalojančio elgesio priežastimis gali būti įvairūs įtampą keliantys santykiai ar įvykiai, vykstantys mokinio gyvenime: šeimoje, mokykloje, santykiuose su draugais. Kiekvienas asmuo įtampą patiria dėl skirtingų priežasčių. Kai kurie įveikia turimus rūpesčius dalindamiesi/bendraudami apie juos su draugais ar šeimos nariais, specialistais. Tačiau kitiems šie sunkumai gali būti neįveikiami. Neišreiškus jausmų, nekalbant/nesidalinant su kitais apie dalykus, kurie kelia įtampą, pyktį, nusivylimą, emocinė našta ilgainiui gali tapti nepakeliama. Kai kurie asmenys tokiu atveju nukreipia neišsakytus jausmus, mintis į save ir jų išreiškimui pradeda naudoti savo kūną. Žmonės dažnai save žaloja, kai visko tampa pernelyg daug. Jie save žaloti gali todėl, kad galvoja, jog kiti žmonės jų nebesiklauso, jaučia beviltiškumą, yra izoliacijoje, jaučiasi vieniši, neturi kontrolės, ar jaučiasi bejėgiai.

Save žalojimo priežastys gali būti labai skirtingos, tačiau mokiniai įvardina šias save žalojančio elgesio priežastis ar paleidžiamuosius mechanizmus:

- Problemos namuose;
- Nesutarimai, konfliktai su draugais ar nesėkmingas bandymas pritapti prie bendraamžių;
- Mokykloje patiriama įtampa;
- Patyčios;
- Depresija;
- Nerimas;
- Žemas savęs vertinimas;
- Įvairūs pokyčiai (pvz., mokyklos keitimas), pereinamieji laikotarpiai;
- Tėvų skyrybos;
- Patirta ar patiriama emocinė, fizinė ar seksualinė prievarta;
- Artimųjų netektis (tėvų, brolių, seserų ar draugų);
- Atskirtis nuo to, kas brangu ir mylima bei patekimas į globos įstaigą;
- Alkoholio ar kitų narkotinių medžiagų vartojimas;
- Neplanuotas nėštumas.

Vaikai ir paaugliai gali žaloti save dėl sunkiai pakeliamų jausmų, tokių kaip: skausmas, vienišumas, neapykanta sau, ar dėl to, kad jaučiasi taip, lyg nebegalėtų kontroliuoti savo gyvenimo. Žalojimasis pasirenkamas kaip būdas trumpam palengvinti išgyvenamą skausmą, trumpam pabėgti nuo sunkumų, sumažinti įtampą. Šis palengvėjimas yra apgaulingas, jis nepadeda išspręsti gyvenimiškų problemų ir ilgainiui žmogus jaučiasi vis blogiau ir blogiau.

Galima išskirti tokius save žalojimo riziką didinančius veiksnius:

- Stresą kelianti gyvenimo patirtis;
- Psichikos sveikatos sutrikimai (depresija, nerimas, asmenybės sutrikimai, valgymo sutrikimai);
- Aukštas impulsyvumo lygis;
- Tėvų (globėjų, rūpintojų) neturėjimas, gyvenimas globos įstaigoje ar išėjimas iš globos įstaigos;

- Išgyvenamos netektys (ypač savižudybės atvejai);
  - Priklausymas seksualinėms mažumoms.
-

## **VEIKSMŲ SEKA, PASTEBĖJUS AR GAVUS INFORMACIJĄ APIE MOKINIO SAVĖS ŽALOJIMO ATVEJĮ, SAVIŽUDYBĖS RIZIKĄ AR ĮTARUS APIE KETINIMĄ TAI DARYTI**

1. Progimnazijos darbuotojas, sužinojęs, pastebėjęs ar gavęs informaciją apie mokinio savęs žalojimo atvejį ar įtarus apie ketinimą tai daryti, privalo:

1.1. informuoti vieną iš šių Progimnazijos darbuotojų: psichologą, socialinį pedagogą. Esant savęs žalojimo atvejui, kuomet būtina skubi medicininė pagalba (pvz: reikia susiūti žaizdą, mokinys praradęs sąmonę, perdozavęs medikamentų, savo psichine būseną kelia grėsmę savo ar kitų asmenų saugumui ir gyvybei), nedelsiant kviešti greitąją pagalbą, informuoti Progimnazijos direktorių, kuris koordinuoja tolimesnius veiksmus.

1.2. užpildyti Mokinio krizinio elgesio atvejo aprašymo formą (Tvarkos 4 priedas).

2. Gavus pranešimą apie savęs žalojimo atvejį yra kviečiama KVG, į kurią pakviečiamas klasės auklėtojas, mokinys ir mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai).

3. KVG aptaria pagalbos mokiniui teikimą, KVG narių (pagalbos mokiniui specialistų, klasės auklėtojo, tėvų ir mokinio) išipareigojimus pasirašydami Pagalbos mokiniui sutartį (Tvarkos 5 priedas).

4. Tėvams (globėjams, rūpintojams) yra siūloma kreiptis šeimos psichoterapijos/konsultacijų Rokiškio rajono PPT, Rokiškio psichikos sveikatos centras, tiksliai nurodomos galimos vietos kur teikiamos tokios konsultacijos nemokamai ir mokamai) ir per apibrėžtą laiką informuoti Progimnaziją apie šių konsultacijų rezultatus.

4.1. Progimnazija paima raštišką tėvų sutikimą gauti informaciją iš šeimos psichoterapiją/konsultavimą teikiančios įstaigos/specialisto apie teikiamą pagalbą;

4.2. Jei tėvai (globėjai, rūpintojai) nesikreipia pagalbos į specialistus, o Progimnazijoje susirūpinimas dėl mokinio savęs žalojimo tęsiasi, mokykla inicijuoja kreipimąsi į Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistus.

5. Organizuojami sistemingi KVG susitikimai, kurių metu aptariama pagalbos teikimo eiga, Pagalbos mokiniui sutarties išipareigojimų vykdymas, įvertinama pažanga ir numatomi tolimesni veiksmai.

6. Jei (remiantis Tvarkos 6 priedu) įvertinus savęs žalojimo rizikos rodiklius stebima tik „tam tikri rizikos“ rodikliai, tai prieš kviečiant greitąją medicininę pagalbą, darbuotojas privalo susisiekti su mokinio tėvais ir informuoti juos apie situaciją bei suderinti greitosios medicininės pagalbos kvietimą. Jei tėvai atsisako greitosios medicininės pagalbos kvietimo, būtina tai padaryti pasirašant raštiškai ar patvirtinus atsisakymą trumpąja sms žinute.

7. Jei mokiniui iškviesta greitoji medicininė pagalba:

7.1. darbuotojas apie savęs žalojimo atvejį nedelsiant privalo pranešti Progimnazijos direktoriui, taip pat visuomenės sveikatos priežiūros specialistui (jei jis tuo metu dirba);

7.2. direktorius koordinuoja tolimesnius pagalbos veiksmus ir informuoja tuo metu dirbantį pagalbos mokiniui specialistą: psichologą, socialinį pedagogą;

7.3. mokinį į sveikatos priežiūros įstaigą lydi mokyklos darbuotojas, jei negali lydėti tėvai;

7.4. mokiniui suteikus pagalbą, Progimnazijos darbuotojas, pastebėjęs savęs žalojimo atvejį, turi užpildyti Mokinio krizinio elgesio atvejo aprašymo formą (Tvarkos 4 priedas);

7.5. vadovaujantis medikų išvadomis įvertinamas mokinio galėjimas lankyti Progimnaziją;

7.6. gavus pranešimą apie savęs žalojimo atvejį KVG veikia taip, kaip nurodyta 3-5 punktuose.

### Savęs žalojimo rizikos rodiklių įvertinimas

Savęs žalojimo rizikingumas gyvybei  
Savęs žalojimo spontaniškumas: suplanuotas ar impulsyvus  
Savęs žalojimo pasikartojimo tikimybė  
Atvirumas bendradarbiavimui: pranešimas apie savęs žalojimą ar  
nuslėpimas  
Savęs žalojimo tikslas: įtampos nuėmimas ar savižudybė

jei rizika didėja

jei rizika didėja

#### Stebimi tam tikri rizikos rodikliai, tačiau:

- vienkartinis įvykis ir/ar savęs žalojimas nebuvo pavojingas
- mokinys ieškojo pagalbos, nenuslėpė
- nėra plano save žaloti ateityje
- tikslu nėra savižudybė
- žemas depresijos skalės įvertinimas

#### Reikšmingas rizikos rodiklių skaičius, apimantis tai, jog savęs žalojimas:

- nebuvo pavojingas
- buvo slaptas/užslėptas
- buvo suplanuotas
- nebuvo su tikslu nusižudyti
- tikėtinas ateityje
- vidutinis depresijos skalės įvertinimas

#### Didelis rizikos rodiklių skaičius, apimantis tai, jog savęs žalojimas:

- buvo pavojingas gyvybei
- buvo slaptas/užslėptas
- buvo suplanuotas
- apėmė ketinimą nusižudyti
- yra suicidinės mintys
- yra tikimybė, kad ateityje vykdys suplanuotą savęs žalojimą

#### Veiksmai:

Pagalbos mokiniui specialistų (psichologo ar soc.pedagogo) informavimas užpildant Mokinio krizinio elgesio atvejo aprašymo formą (Tvarkos 5 priedas) ir mokinio nukreipimas pas juos. KVG sukvietimas. Tėvų informavimas apie mokinio savęs žalojimą. Sutarties pasirašymas. Individualus pagalbos mokiniui specialistų darbas su mokiniu, siekiant išsiaiškinti problemas: paleidžiamuosius veiksnius ir pernelyg didelio streso priežastis. Mokinų grupės narių švietimas psichinės sveikatos temomis ir emocinės sveikatos palaikymas. Galimas bendravimas su pirminės psichinės sveikatos specialistu (vaikų ir paauglių psichiatru, psichologu), jei reikalinga išsamesnė informacija ar rekomendacijos ateičiai.

#### Veiksmai:

Pagalbos mokiniui specialistų (psichologo ar soc.pedagogo) informavimas užpildant Mokinio krizinio elgesio atvejo aprašymo formą (Tvarkos 5 priedas) ir mokinio nukreipimas pas juos. KVG sukvietimas. Tėvų ir progimnazijos direktoriaus informavimas apie mokinio savęs žalojimą. Sutarties pasirašymas. Individualus pagalbos mokiniui specialistų darbas su mokiniu, siekiant išsiaiškinti problemas: paleidžiamuosius veiksnius ir pernelyg didelio streso priežastis. Kalbėti su mokiniu apie tai, kas jam kelia rūpestį, paramos šaltinius ir alternatyvias įveikos strategijas. KVG apsvarstyti, ar reikalingas nukreipimas į psichikos pagalbos centrą specialistų (vaikų ir paauglių psichiatro) intervencijai. Jei KVG rekomenduoja kreiptis į psichikos pagalbos specialistus, tėvai raštu informuojami apie šį sprendimą. Tėvai savo atsisakymą vykdyti KVG rekomendaciją, pateikia raštu.

#### Veiksmai:

Skubios medicininės pagalbos kvietimas. Tėvų (globėjų, rūpintojų) ir progimnazijos direktoriaus informavimas. Lankymasis skubios pagalbos skyriuje dėl tyčinio savęs žalojimo automatiškai apima psichiatrinį įvertinimą/ nukreipimą į psichinės sveikatos centrą. Pagalbos mokiniui specialistų (psichologo ar soc. pedagogo) informavimas užpildant Mokinio krizinio elgesio atvejo aprašymo formą (Tvarkos 5 priedas) ir mokinio nukreipimas pas juos. KVG sukvietimas. Pagalbos mokiniui veiksmų plano (apimančio konkrečias atsakomybes pagalbos mokiniui specialistams, klasės pedagogams, tėvams ir mokiniui) sudarymas, sutarties pasirašymas. Įpareigoti mokinio tėvus kreiptis į psichinės sveikatos centrą vaikų ir paauglių psichiatro konsultacijai, vertinimui, reikiamam gydymui. Tėvai atsisakymą vykdyti KVG rekomendaciją, pateikia raštu.

**MOKINIO KRIZINIO ELGESIO ATVEJO APRAŠYMAS**

**Data** \_\_\_\_\_

**Mokinio vardas, pavardė** \_\_\_\_\_

**Klasė** \_\_\_\_\_

**Krizinio elgesio aprašymas** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Kas, kada ir kaip informuojamas/informuotas**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(pareigos)

\_\_\_\_\_  
(parašas)

\_\_\_\_\_  
(vardas, pavardė)

\_\_\_\_\_



## ROKIŠKIO SENAMIESČIO PROGIMNAZIJA

### KRIZIŲ VALDYMO GRUPĖS SUTARTIS

201 - -  
Rokiškis

Sutartis sudaroma tarp:

Vardas, pavardė \_\_\_\_\_ klasės mokinys (ė)

Vardas, pavardė \_\_\_\_\_

Vardas, pavardė \_\_\_\_\_

Vardas, pavardė \_\_\_\_\_

Vardas, pavardė \_\_\_\_\_

Problema: \_\_\_\_\_

Sutartis sudaroma siekiant šių tikslų:

1. \_\_\_\_\_

Kad pasiektume sutarties tikslą (us), mes susitariame ir įsipareigojame:

Mokinys (ė) \_\_\_\_\_ sutiko:

1.

2.

3.

\_\_\_\_\_ sutiko:

1.

2.

3.

\_\_\_\_\_ sutiko:

1.

2.

3.

\_\_\_\_\_ sutiko:

1.

2.

3.

Sutartis peržiūrima .....

Numatomos tokios sutarties sąlygų nevykdymo pasekmės:

1. ....

2. ....

3. ....

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

.....

.....

.....

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

.....  
(Vardas, pavardė, parašas)

Rokiškio Senamiesčio progimnazijos  
pagalbos mokiniui krizinio elgesio  
atveju teikimo tvarkos aprašo  
6 priedas

## **SAVIŽUDIŠKO MOKINIŲ ELGESIO RIZIKĄ DIDINANTYS VEIKSNIAI, SAVIŽUDYBĖS RIZIKOS ATPAŽINIMAS IR ĮVERTINIMAS**

### 1. Mokiniai, kurie gali būti priskiriami **didesnės savižudybės rizikos grupei**:

- Patiriantys fizinį ir psichologinį smurtą;
- Patiriantys pažeminimą;
- Atstumti, izoliuoti (klasėje neturintys draugų ar visai neturintys draugų);
- Nesugebantys normaliai mokytis ir todėl pamokose išgyvenantys pažeminimą;
- Nepasitikintys savimi;
- Įtarūs, nepasitikintys aplinkiniais, todėl susidūrę su problemomis vengia ar nemoka prašyti aplinkinių pagalbos;
- Pesimistai;
- Neseniai išgyvenę šeimos nario, draugo ar kito artimo žmogaus savižudybę;
- Išgyvenantys psichologinę traumą dėl artimųjų netekties;
- Piktnaudžiaujantys alkoholiu, narkotikais;
- Įsitraukę į nusikalstamą veiklą ir dėl to išgyvenantys apkaltinimo baimę ir patiriantys šantažą;
- Jau anksčiau mėginę žudyti;
- Pernelyg reiklūs sau ir kitiems, pedantiški, nervingi, nesugebantys atsipalaiduoti, esantys nuolatinio streso būsenos (nesėkmės, pvz.: laikant egzaminus, sutrikdo emocinę pusiausvyrą, ypač jei tėvai (globėjai, rūpintojai) daro spaudimą dėl mokymosi rezultatų);
- Kuriems diagnozuotos kai kurios sunkios ligos (šizofrenija, kai kurios epilepsijos formos, neurologiniai sutrikimai, kitos ligos: vėžys, ŽIV/AIDS).

### 2. **Savižudiško elgesio rizikos signalais** gali būti šie mokinio elgesio ir emocijų pokyčiai:

- Staiga pasikeičia (pavyzdžiui judrus, aktyvus mokinys staiga pasidaro pasyvus, uždaras, nekalbus arba, priešingai, anksčiau buvęs ramus, draugiškas mokinys tampa pernelyg aktyvus, agresyvus, iššaukiančiai elgtis);
- Nebegali susikaupti (nors anksčiau tai sekėsi neblogai), pasidaro dirglus, nervingas, nebesusivaldo;
- Nebesidomi tuo, kuo anksčiau domėjosi, arba nustoja viskuo domėtis;
- Žmonių vengimas, nesugebėjimas palaikyti ryšių su šeima ir draugais;
- Išgyvena staigius nuotaikos pasikeitimus;
- Netikėtai, dažniausiai neadekvačiai reaguoja į paprastus dalykus (juokiasi, kvatoja, kai, rodos, nėra ko, arba nervinasi, kai kas nors juokauja);
- Psichikos sutrikimai;
- Valgymo arba miego įpročių pasikeitimas;
- Neapykanta sau, kaltės, savęs menkinimo, gėdos jausmas;
- Neseniai patirta netektis (mirtis, tėvų ištuoka, išsiskyrimas ir pan.);
- Savižudybė giminės istorijoje (genealogijoje);
- Staigus noras sutvarkyti asmeninius reikalus, daiktų išdalijimas ir t. t.;
- Vienišumas, bejėgiškumas, neviltis;
- Rašteliai apie savižudybę, dažnai kalba arba juokauja apie mirtį ;
- Prasta sveikata;
- Pakartotinės užuominos apie mirtį arba savižudybę.

### **Savižudybės rizikos įvertinimas:**

Kylant įtarimui apie mokinio savižudiško elgesio galimybę, reikia surinkti informaciją apie šiuos savižudybės rizikos komponentus:

1. **Noras nusižudyti**, apimantis mintis apie savižudybę ir (ar) kito žmogaus nužudymą, psichologinį skausmą, nevirtį, bejėgiškumą, jautimąsi našta kitiems, jausmą, kad esi spąstuose, nepakeliamą vienatvės jausmą. Noras nusižudyti rodo, kad savižudybės rizika egzistuoja. Tačiau vien šio komponento nepakanka tam, kad būtų galima įvertinti rizikos laipsnį.

2. **Gebėjimas nusižudyti**, apimantis mokinio patirtį, susijusią su ankstesniais bandymais nusižudyti, susidūrimą su kieno nors kito savižudybe, prievarta prieš kitus žmones (anksčiau arba dabar), taip pat savižudybės priemonių prieinamumą, apsvaigimą nuo alkoholio ar kitų psichiką veikiančių medžiagų, piktnaudžiavimą alkoholiu ar narkotikais, ryškius psichikos ligų simptomus (pvz., dramatiškus nuotaikos pokyčius, kontakto su realybe praradimą), pernelyg didelis susijaudinimas / įniršis (pvz., padidėjęs nerimas, nemiga)

3. **Ketinimas nusižudyti**, apimantis šiuo metu vykstantį mėginimą nusižudyti (pvz., mokinys yra išgėręs vaistų), savižudybės planą, kai dėl būdo jau yra apsispręsta, paruošiamuosius veiksmus (pvz., savižudybės priemonių įsigijimą arba savo daiktų išdalijimą kitiems), ketinimo nusižudyti išreiškimą.

4. **Apsauginiai veiksniai**, apimantys palaikančių žmonių buvimą šalia dabartiniu metu, socialinę paramą (pvz., artimųjų paramą), ateities planų turėjimą, nusiteikimą priimti pagalbą, ambivalenciją (prieštaringus jausmus gyvenimo ir mirties atžvilgiu), vertybes ir tikėjimą bei mokinio išgyvenamą prasmės jausmą. Šie veiksniai mažina savižudybės riziką.

Išskiriami 3 savižudybės rizikos lygiai: didelė, vidutinė ir maža savižudybės rizika.

**Didelė savižudybės rizika** nustatoma, jeigu įvertiname, kad kartu su noru nusižudyti smarkiai išreikštas gebėjimas nusižudyti ir ketinimas nusižudyti. Tokiu atveju net ir apsauginiai veiksniai nemažina rizikos laipsnio. Esant didelei savižudybės rizikai reikėtų svarstyti hospitalizacijos variantą arba kitais būdais užtikrinti nuolatinį žmogaus stebėjimą ir pagalbos teikimą.

**Vidutinė savižudybės rizika**, nustatoma, jeigu kartu su noru nusižudyti pasireiškia kuris nors vienas komponentas – gebėjimas nusižudyti arba ketinimas nusižudyti, tuomet rizikos vertinimas priklauso nuo apsauginių veiksnių. Jeigu apsauginių veiksnių nėra arba yra vos vienas ar keli, savižudybės rizika išlieka didelė. Jeigu apsauginių veiksnių yra daugiau, savižudybės rizika gali būti įvertinta kaip vidutinė. Savižudybės rizika vertintina kaip vidutinė ir tokiu atveju, jeigu pasireiškia tik vienas kuris nors savižudybės rizikos komponentas (noras nusižudyti, gebėjimas nusižudyti arba ketinimas nusižudyti), tačiau nėra apsauginių veiksnių arba jų labai mažai

**Maža savižudybės rizika** nustatoma, jeigu yra daugiau apsauginių veiksnių ir pasireiškia tik vienas kuris nors savižudybės rizikos komponentas: noras nusižudyti, gebėjimas nusižudyti arba ketinimas nusižudyti.

Geriausias būdas sužinoti, ar mokinys ketina nusižudyti - tai paklausti apie tai jį patį. Priešingai negu įprasta manyti, kalbos apie savižudybę neįdiegia tos minties žmonėms į galvą. Iš tikrųjų, mokiniai būna dėkingi ir jaučia palengvėjimą galėdami atvirai kalbėti apie dalykus, kurie juos kamuoja. Mokinių išsakomos mintys ir ketinimai žudyti ar kaip nors kitaip išsakomas noras mirti, nereikalingumo jausmas ir pan. yra pagalbos prašymo ženklai, kurių jokia būdu negalima ignoruoti. Pokalbis, kuriuo mėginama įvertinti savižudybės riziką, turėtų apimti tokias dalis:

1. **Kontakto užmezgimas ir išsiaiškinimas, ar mokinys turi minčių apie savižudybę**, pavyzdžiui, „Aš pastebėjau, kad tu...“, „Man neramu ir norėčiau su tavimi pasikalbėti...“. Labai svarbus darbuotojo ramumas ir gebėjimas padrąsinti, kad verta pabandyti pratęsti pokalbį. Paaškinus savo pastebėjimus dėl pasikeitusio elgesio, užduodamas tiesioginis konkretus klausimas, pavyzdžiui, „Ar tu galvoji apie savižudybę?“, „Ar manai, kad neverta gyventi?“. Greitas atsakymas „Ne“ vertinamas labai kritiškai, nes, tikėtina, kad jis visgi rodo teigiamas tendencijas.

2. **Mokinio situacijos ir priežasčių, lėmusių savižudiškas mintis ar veiksmus, išsiaiškinimas**. Svarbu leisti mokiniui išsakyti patiriamus jausmus, kad sumažėtų jo įtampa, atsargiai atspindėti jausmus, suteikiant galimybę pažiūrėti į save iš šalies, rodyti susirūpinimą, siekiant, kad jis pajustų darbuotojo norą padėti.

**3. Konkretaus veikslių plano sudarymas** kartu su mokiniu, atsižvelgiant į savižudybės rizikos lygį ir veikslių seką, numatytą šiuo aprašu. Svarbiausia sutarti, kad mokinys tam tikrą apibrėžtą laiką nesižudys ir nevertos psichotropinių medžiagų, kurios skatina elgtis impulsyviai. Vėliau turi būti aptariama, koku būdu ir kokia pagalba bus teikiama.

- mažos rizikos atveju siūloma emocinė pagalba, skatinant išsikalbėti apie jausmus, nes, intensyviems jausmams atslūgus, situacija vertinama adekvačiau. Taip pat galima su mokiniu prisiminti ir aptarti, kaip jis spręsdavo iškilusius sunkumus anksčiau, siekiant įgalinti tą padaryti ir dabar.

- vidutinės rizikos atveju, svarbu atkreipti mokinio dėmesį į teigiamas galimybes, remtis jo ambivalentiškais (t. y. tuo pačiu metu išgyvenamais dvilypais, vienas kitam priešingais) jausmais, skatinant norą gyventi.

- nustatius didelę riziką, svarbu nepalikti mokinio vieno, tariantis paimti savižudybei skirtas priemones, jei jos yra šalia ir remtis veikslių sekos (Tvarkos 2 priedas) 8 punktu.

---

## REKOMENDACIJOS

### GALIMI PAGALBOS IR PARAMOS MOKINIUI, TURINČIAM SAVIŽUDYBĖS RIZIKĄ, KETINUSIAM NUSIŽUDYTI AR SAVE ŽALOJANČIAM, SUTEIKIMO ASPEKTAI

Savižudybė nuosekliai išplaukia iš viso gyvenimo stiliaus ir jam neprieštarauja. Dažniausiai prieš galutinį pasitraukimą – savižudybę – žmogaus gyvenime galime aptikti daugybę mažų pabėgimų bei kapituliacijų. Žmogus jaučiasi tarsi pakliuvęs į savo kankinančių išgyvenimų spąstus: jį apima jausmas, kad yra visiškai sužlugdytas, jis patiria didžiulį psichologinį skausmą, galų gale jam ima atrodyti, jog nėra jokios išeities. Jausmas, kad esi visiškai sužlugdytas gali kilti tiek dėl išorinių aplinkybių (pvz., prastų tarpasmeninių santykių, streso, nesėkmių mokykloje), tiek dėl nekontroliuojamo ir stipraus vidinio sumišimo.

„Žlugimo“ išgyvenimas yra labai svarbi suicidinio elgesio prielaida, tačiau tam, kad būtų paleistas visas „pralaimėjimo“ reakcijos mechanizmas, dėl kurio žmogus nuleidžia rankas ir pasiduoda, reikalingas dar vienas svarbus veiksnys – jausmas, kad esi spąstuose, kur nėra jokios išeities. **Jausmai:** liūdesys, prislėgta nuotaika, vienatvė, bejėgiškumas, neviltis, nereikalingumas. **Mintys:** „Nenoriu gyventi“, „Nieko nepakeisiu“, „Negaliu išverti“, „Esu nevykėlis, našta“, „Kitiems bus geriau be manęs“.

**Buvimas kartu** – atidus, artimas, veiklą skatinantis ar palaikantis dalyvavimas su vaiku. Pastebėtina, kad pradinė reakcija į savęs žalojimą ar bandymą nusižudyti turėtų būti ne smerkimas, moralizavimas bet rūpestis. Darbuotojams svarbu atkreipti dėmesį į fizinius vaiko poreikius ir emocinius įvykio aspektus. Daliai vaikų savęs žalojimas yra įveikos mechanizmas, kuris, jų nuomone, suteikia jiems galimybę valdyti savo gyvenimą, o ne jį nutraukti. Jei vaikai žino, kad jų savęs žalojimo atskleidimas paskatins bandymus juos kontroliuoti, jie gali nenorėti dalytis savo baimėmis ar išgyvenimais ir atimti iš savęs galimybę gauti emocinę paramą.

**Palaikymo teikimas** – veikimas kartu identifikuojant galimus paramos šaltinius ir stiprinant paramos gavimo galimybę iš specialistų ir vaikui reikšmingų asmenų. Nedarant spaudimo, svarbu kviesti ketinantį nusižudyti ar nuolat save žalojantį vaiką nueiti pas psichologą ar gydytoją, motyvuojant tuo, kad tai praskaidrintų blogą nuotaiką ir galbūt padėtų išspręsti problemas.

**Įvertinimas** – galimas tam tikrų priemonių naudojimas, siekiant įvertinti savižudybės rizikos laipsnį. Vertinimas turėtų būti atliekamas atsizvelgiant į vaiko poreikius, riziką sąlygojančią patirtį, o po jo turėtų sekti aiškus pagalbos plano kūrimas, įtraukiant vaiką ir jo šeimos narius, jei tik yra galimybė.

**Konsultacijos** – bendravimas su vadovu ar kitais specialistais iš išorės, paprastai nepažįstamais su vaiku, pasidalijant įtarimais dėl vaiko galimo ar jau įvykdyto savęs žalojimo.

#### **Elgesys su mokiniu, ketinančiu nusižudyti, esant skirtingai savižudybės rizikai:**

1. **Nedidelė rizika:** pavojus nedidelis (maža rizika), t. y. kai žmogui jau buvo kilę suicidinių minčių („nebeišversiu“, „nenoriu gyventi“), bet jis dar neturi konkrečių savižudybės planų.

Veiksmai:

- Pasiūlykite emocinę pagalbą.
- Išnagrinėkite suicidinius jausmus. Kuo atviriau mokinys kalba apie sutrikimą, izoliaciją, menkavertiškumą, tuo silpnesnis darosi jo dvasinis pasimetimas. Kai jis atslūgsta, mokinys aiškiau ima mąstyti. Šis apmąstymas yra lemiamas, nes niekas, išskyrus jį patį, negali atšaukti sprendimo mirti ir nutarti gyventi.

- Sutelkite dėmesį į žmogaus galimybes ir nukreipkite kalbą apie tai, kaip būdavo sprendžiamos ankstesnės problemos nesigriebiant savižudybės.

- Susitarkite dėl psichikos sveikatos specialisto arba kitos srities gydytojo konsultacijos.
- Reguliariai bendraukite su tokiu mokiniu ir palaikykite užsimezgsų su juo ryšį.

2. **Vidutinė rizika:** žmogui kyla suicidalinių minčių bei planų, bet jis nepasirengęs tuojau pat nusižudyti.

Veiksmai:

- Pasiūlykite emocinę pagalbą, išanalizuokite žmogaus jausmus, akcentuokite jo teigiamas galimybes.
- Pasinaudokite jo dvejonėmis: sutelkę į jas dėmesį, pamažu stiprinkite žmogaus norą gyventi.
- Išanalizuokite suicido alternatyvas: aptarkite visas įmanomas jo galimybes, net jei jos nežadėtų idealaus sprendimo, bet mokinys galbūt susidomės bent viena iš jų.
- Išgaukite iš mokinio pažadą nusižudyti prieš tai nepasikalbėjus su jumis arba įkalbėkite atidėti šį veiksmažį iki tam tikro laiko.
- Pasiųskite mokinį pas psichologą, rekomenduokite tėvams kreiptis į vaikų ir paauglių psichiatrą.
- Susisiekite su mokinio šeima, pasitelkite juos į pagalbą.

3. **Didelė rizika:** mokinys yra parengęs konkretų planą, turi priemonių jam realizuoti ir ketina veikti nedelsdamas.

Veiksmai:

- Būkite su tuo mokiniu, nepalikite jo vieno.
- Atsargiai ir švelniai kalbėkite su juo, pašalinkite tabletes, peilį, ginklą, nuodus ir pan., t.y. atitolinkite savižudybės priemonę.
- Stenkitės tartis su juo, atrasti bendrą kalbą.
- Tuoj pat susisiekite su psichikos sveikatos specialistu arba kitu gydytoju ir suderinkite hospitalizaciją.
- Praneškite šeimai ir užsitikrinkite jos paramą.

Net jei pedagogas ar kitas asmuo mokinį nusiuntė konsultuotis pas psichologą ar kitą psichikos sveikatos specialistą svarbu, kad mokinys suprastų: siuntimas pas juos nereiškia, jog siuntusieji vengia jam padėti. Svarbu suprasti, kad mokinys pasitikėjo ir kreipėsi būtent į tą konkretų asmenį išsakydamas savo mintis ir jausmus, ir svarbu neprarasti to ryšio. Todėl pedagogui svarbu susitikti su mokiniu po specialisto konsultacijos ir kartkartėmis surasti laiko pasikalbėti su juo.

**Ko niekada nedaryti** kalbant su ketinančiu nusižudyti mokiniu?

- NEignoruoti susidariusių aplinkybių
- NEparodyti pasibaisėjimo, sutrikimo ar panikos
- NESakyti, kad viskas bus gerai
- NEprovokuoti savižudžio daryti kaip pats išmano
- NEmenkinti problemos
- NEduoti melagingų patikinimų
- NESipiktinti už jo akių
- NEpalikti savižudžio vieno

### **Kaip klausti mokinio apie savižudybę?**

Klausti žmogų apie jo arba jos suicidalines mintis nelengva. Patartina pamažu artėti prie šios temos. Štai kai kurie naudingi šiuo atveju klausimai:

- Ar tau liūdna?
- Ar jautiesi niekam nereikalingas (-a)?
- Ar manai, kad gyventi neverta?
- Ar manai, kad galėtum nusižudyti?

### **Kada galima klausinėti?**

- Kai mokinys pajunta, kad pašnekovas jį supranta.
- Kai mokinys nesivaržo kalbėti apie savo jausmus.
- Kai mokinys pirmas pradeda kalbėti apie neigiamus dalykus (vieniškumą, bejėgiškumą ir pan.).

