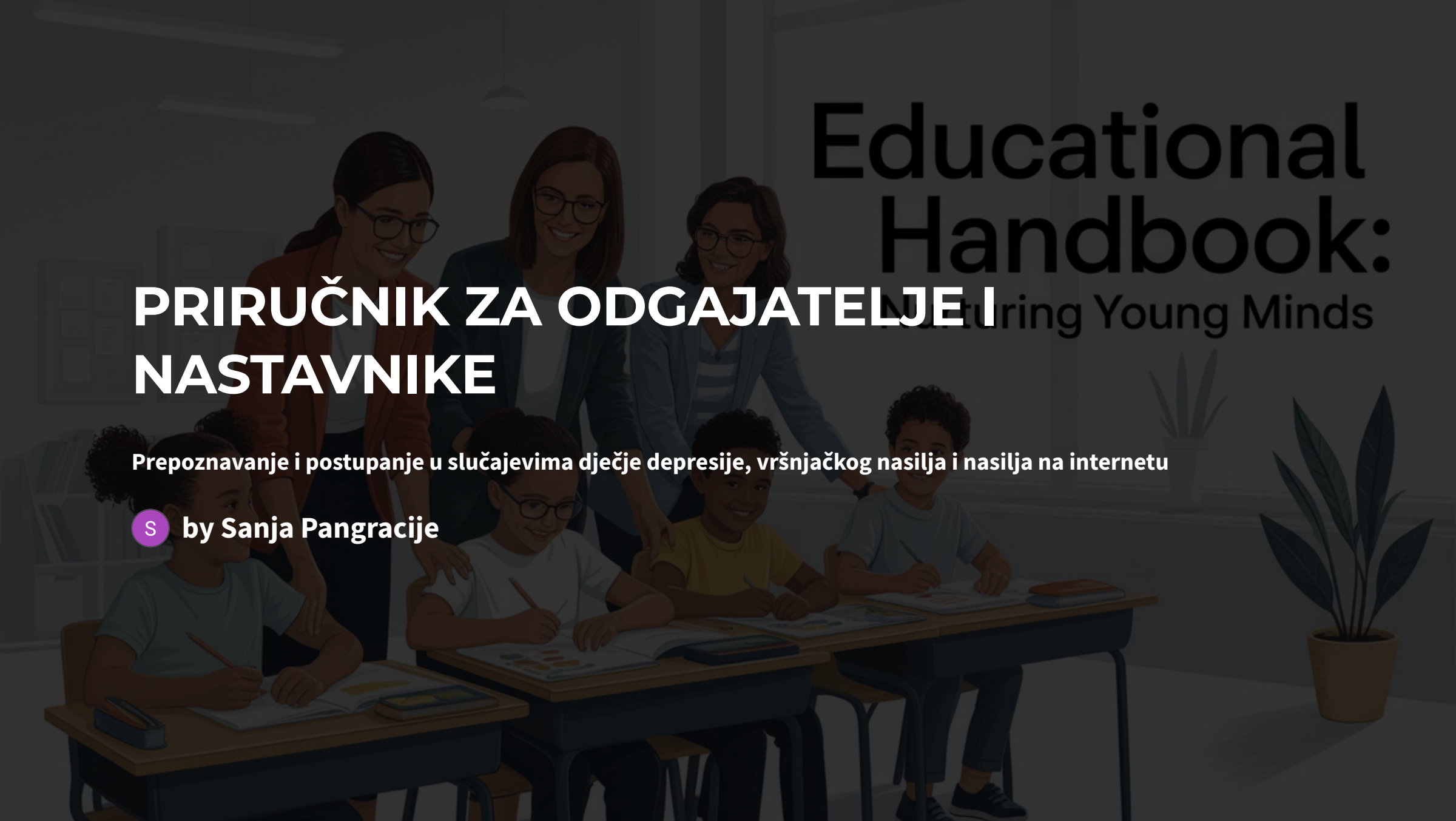




PRIRUČNIK ZA ODGAJATELJE I NASTAVNIKE

Prepoznavanje i postupanje u slučajevima dječje depresije, vršnjačkog nasilja i nasilja na internetu

S

by Sanja Pangracije

Educational Handbook:

Nurturing Young Minds

SADRŽAJ

1. Uvod

2. Opći principi prepoznavanja problema kod djece i mladih

3. Depresija kod djece i mladih

- Vrtić
- Osnovna škola
- Srednja škola

4. Vršnjačko nasilje

- Vrtić
- Osnovna škola
- Srednja škola

5. Nasilje na internetu (cyberbullying)

- Osnovna škola
- Srednja škola

6. Postupci i intervencije

7. Suradnja s roditeljima i stručnim službama

8. Preporučeni resursi i literatura

9. Prilozi i obrasci

1. UVOD

Djeca i mladi sve češće se suočavaju s emocionalnim i socijalnim izazovima koji mogu ozbiljno utjecati na njihov razvoj, dobrobit i obrazovni uspjeh. Depresija, vršnjačko nasilje i cyberbullying predstavljaju neke od najčešćih problema s kojima se susreću današnje generacije, a njihovo pravovremeno prepoznavanje ključno je za pružanje adekvatne podrške.

Ovaj priručnik nastao je kao rezultat suradnje stručnjaka iz područja dječje psihologije, pedagogije i obrazovanja, s ciljem osnaživanja odgajatelja i nastavnika koji imaju jedinstvenu priliku svakodnevno promatrati djecu u različitim situacijama. Uočavanje promjena u ponašanju, raspoloženju ili socijalnim interakcijama može biti prvi korak u otkrivanju dubljih problema.

Kroz ovaj priručnik, pružamo konkretne smjernice za rano prepoznavanje znakova depresije, vršnjačkog nasilja i nasilja putem interneta. Osim detaljnih opisa simptoma i ponašanja koja mogu ukazivati na probleme, nudimo i praktične strategije za djelotvornu reakciju, protokole za postupanje u kriznim situacijama te savjete za uspostavljanje podržavajućeg okruženja u odgojno-obrazovnim ustanovama.

Važno je naglasiti da je ovaj priručnik osmišljen kao alat za podršku, a ne zamjena za stručnu psihološku ili psihijatrijsku pomoć. U složenijim slučajevima, uvijek je potrebno uključiti stručne službe i specijalizirane stručnjake za mentalno zdravlje djece i mladih.

Nadamo se da će vam informacije, savjeti i resursi sadržani u ovom priručniku pomoći u stvaranju sigurnijeg i podržavajućeg okruženja za svu djecu i mlade o kojima se brinete i koje podučavate.

2. OPĆI PRINCIPI PREPOZNAVANJA PROBLEMA

Sljedeći principi predstavljaju temelj za prepoznavanje potencijalnih problema kod djece i mladih. Važno je imati na umu da pojedinačni znakovi ne moraju nužno ukazivati na ozbiljan problem, ali kombinacija više znakova tijekom dužeg razdoblja zahtijeva posebnu pažnju i daljnje praćenje.



Promjene u ponašanju

Nenadani ispadi bijesa, povlačenje iz igre ili nastave, izbjegavanje aktivnosti koje su ranije bile omiljene, pretjerana agresivnost ili pretjerana pasivnost, učestali sukobi s vršnjacima ili autoritetima, kršenje pravila koja su ranije poštovali, kao i značajne promjene u svakodnevnim navikama i rutinama.



Fizički simptomi

Glavobolje, bolovi u trbuhu bez medicinskog uzroka, poremećaji spavanja (nesanica ili pretjerano spavanje), promjene u apetitu (odbijanje hrane ili prejedanje), neočekivani gubitak ili dobitak na težini, umor i nedostatak energije, učestalo pobolijevanje, te psihosomatske tegobe koje se pojačavaju u određenim situacijama.



Emocionalna nestabilnost

Česta tuga, strah, ljutnja, izražene promjene raspoloženja, pretjerane emocionalne reakcije na manje frustracije, manjak emocionalnih reakcija u situacijama koje bi ih trebale izazvati, izražena razdražljivost, pretjerana zabrinutost oko svakodnevnih situacija, neprimjereni osjećaji krivnje ili srama, te nedostatak samopoštovanja.



Pad uspjeha

Pogoršanje ocjena, nepredavanje zadataka, izostanci s nastave, gubitak koncentracije i pažnje, nezainteresiranost za obrazovne sadržaje koji su ranije izazivali interes, nespremnost za sudjelovanje u razrednim aktivnostima, izbjegavanje odgovornosti i odgađanje obveza, te poteškoće s pamćenjem i učenjem novih sadržaja.



Socijalna izolacija

Izbjegavanje kontakta s vršnjacima, samoća tijekom odmora i slobodnih aktivnosti, povlačenje iz ranije uspostavljenih prijateljstava, izbjegavanje grupnih aktivnosti, teškoće u uspostavljanju novih odnosa, strah od socijalnih situacija, nedostatak empatije prema drugima ili pretjerana osjetljivost na tuđe emocije, te preferiranje samostalnih aktivnosti u situacijama gdje bi socijalne interakcije bile očekivane.



Komunikacijske promjene

Značajno smanjenje verbalne komunikacije, odbijanje razgovora o školi ili vršnjacima, izbjegavanje kontakta očima tijekom razgovora, promjene u načinu izražavanja, korištenje neprimjerenog rječnika, pričanje o beznadeju ili bespomoćnosti, te izražavanje negativnih misli o sebi, svijetu ili budućnosti.



Samodestruktivno ponašanje

Sklonost samoozljeđivanju, rizična ponašanja, nezainteresiranost za vlastitu sigurnost, eksperimentiranje s alkoholom ili drogama, zanemarivanje osnovne higijene i brige o sebi, te izražavanje misli o bezvrijednosti života ili suicidalnosti (čak i u šali, što zahtijeva hitnu reakciju).

Ključno je promatrati dijete u kontekstu njegovog uobičajenog ponašanja te obratiti pozornost na trajanje i intenzitet uočenih promjena. Pravovremeno prepoznavanje znakova problema prvi je korak u pružanju odgovarajuće podrške i pomoći.

3. DEPRESIJA KOD DJECE I MLADIH

Depresija je ozbiljan psihološki poremećaj koji značajno utječe na raspoloženje, razmišljanje i ponašanje djece i mladih. Iako se manifestira različito ovisno o dobi, važno je da odgajatelji i nastavnici prepoznaju rane znakove i primijene odgovarajuće postupke. Pravovremena intervencija može značajno utjecati na oporavak i dugoročno mentalno zdravlje djeteta.

Vrtić

Znakovi:

- Dugotrajna razdražljivost i plačivost
- Izbjegavanje igre i interakcije s drugom djecom
- Poteškoće sa spavanjem, česte noćne more
- Poteškoće s hranjenjem (odbacivanje hrane)
- Regresivna ponašanja (ponovno mokrenje u krevet)
- Česti tantrumi i izljevi bijesa bez očitog razloga
- Smanjena energija i nezainteresiranost za omiljene igračke
- Česte pritužbe na fizičke bolove (glavobolja, bolovi u trbuhu)
- Pretjerana privrženost odgajateljima ili roditeljima

Postupci:

- Promatrati dijete kroz nekoliko dana i bilježiti promjene
- Uspostaviti kontakt s roditeljima i provjeriti situaciju kod kuće
- U suradnji sa psihologom vrtića organizirati emocionalnu podršku
- Prilagoditi dnevnu rutinu kako bi se dijete osjećalo sigurno
- Kreirati sigurnu zonu gdje dijete može izraziti emocije
- Koristiti igru i kreativne aktivnosti za izražavanje emocija
- Pružiti individualiziranu pažnju i dodatno vrijeme za prilagodbu
- Uključiti dijete u grupne aktivnosti koje potiču pozitivne interakcije

Prevenција:

- Redovite aktivnosti za razvoj emocionalne inteligencije
- Učenje djece da imenuju i prepoznaju vlastite emocije
- Stvaranje podržavajućeg okruženja u vrtiću
- Redovita komunikacija s roditeljima o emocionalnom razvoju

Osnovna škola

Znakovi:

- Gubitak interesa za aktivnosti učenja i igru
- Lošija koncentracija, zaboravljivost
- Izražena osjećajna praznina ili krivnja
- Izražavanje beznađa ili želje da "nestane"
- Značajno pogoršanje školskog uspjeha
- Učestalo izbjegavanje škole i izostajanje s nastave
- Iznenadne promjene u društvenim krugovima
- Česte izjave poput "nitko me ne voli" ili "nisam dovoljno dobar/dobra"
- Pretjerana samokritičnost i nisko samopoštovanje
- Problemi s vršnjacima i češći konflikti

Postupci:

- Razgovor s učenicom na nenametljiv, podržavajući način
- Angažiranje stručnog tima škole (psiholog, pedagog)
- Razgovor s roditeljima uz pristanak djeteta ako je moguće
- Upućivanje roditelja na stručnu pomoć (dječji psiholog, psihijatar)
- Prilagoditi školske obaveze prema trenutnim mogućnostima učenika
- Osigurati dodatnu podršku u učenju ako je potrebno
- Pratiti napredak učenika i redovito se konzultirati sa stručnim timom
- Implementirati specifične strategije podrške u razredu
- Postaviti realne ciljeve koje učenik može ostvariti

Prevenција:

- Provedba programa socijalnog i emocionalnog učenja u razredu
- Radionice o mentalnom zdravlju prilagođene uzrastu
- Stvaranje pozitivne razredne klime gdje se pogreške prihvaćaju
- Razvoj strategija za nošenje sa stresom i neuspjehom

Srednja škola

Znakovi:

- Zatvaranje u sebe, prekomjerno spavanje ili nesanica
- Drastične promjene u izgledu (npr. skrivanje tijela, nošenje tamne odjeće)
- Samoozljeđivanje (npr. rezanje)
- Razgovori o smrti, samoubojstvu
- Iznenadni gubitak ili porast tjelesne težine
- Odustajanje od dugoročnih planova i ciljeva
- Poklanjanje osobnih stvari bez objašnjenja
- Izrazite promjene u ponašanju i raspoloženju
- Zlouporaba alkohola ili droga
- Pisanje pjesama, tekstova ili izrada crteža s depresivnim ili suicidalnim temama

Postupci:

- Ozbiljno shvatiti sve izravne ili neizravne izjave o samoubojstvu
- Hitno obavijestiti stručnu službu škole
- Kontaktirati roditelje i ponuditi podršku
- Ako je potrebno, pozvati hitnu pomoć ili policiju
- Ne ostavljati učenika samog ako postoji rizik od samoozljeđivanja
- Potaknuti razgovor s učenicom bez osuđivanja ili bagateliziranja
- Upoznati učenika s dostupnim servisima za pomoć (telefonske linije, savjetovališta)
- Organizirati postupni povratak u školske aktivnosti nakon razdoblja krize
- Pružiti podršku vršnjacima koji su možda zabrinuti

Prevenција:

- Edukacija nastavnika o prepoznavanju znakova depresije i suicidalnosti
- Organiziranje redovitih radionica o mentalnom zdravlju
- Poticanje otvorene komunikacije o emocionalnim teškoćama
- Stvaranje sigurnog prostora za razgovor o mentalnom zdravlju
- Informiranje učenika o dostupnim resursima za pomoć

Važno je napomenuti da depresija kod djece i mladih često zahtijeva multidisciplinarni pristup. Uloga odgajatelja i nastavnika nije dijagnosticiranje ili liječenje, već rano prepoznavanje simptoma, pružanje podrške i povezivanje djeteta i obitelji s odgovarajućim stručnjacima. Kontinuirana suradnja odgojno-obrazovne ustanove, obitelji i stručnjaka za mentalno zdravlje ključna je za uspješno liječenje i oporavak.

4. VRŠNJAČKO NASILJE

Vršnjačko nasilje jedan je od najčešćih problema s kojima se susreću odgojno-obrazovne ustanove. Prepoznavanje ranih znakova i pravovremena intervencija ključni su za sprječavanje dugotrajnih negativnih posljedica kako za žrtve, tako i za počinitelje nasilja.



Važno je naglasiti da rana intervencija kod vršnjačkog nasilja značajno smanjuje rizik od dugoročnih negativnih posljedica. Aktivna uloga odgajatelja i nastavnika, dobra suradnja s roditeljima te stvaranje podržavajućeg i sigurnog okruženja ključni su faktori u prevenciji i rješavanju vršnjačkog nasilja.

5. NASILJE NA INTERNETU (CYBERBULLYING)

Nasilje na internetu ili cyberbullying predstavlja sve češći oblik nasilja među djecom i mladima. Karakterizira ga namjerno i ponavljajuće nanošenje štete putem digitalnih medija. Za razliku od tradicionalnog vršnjačkog nasilja, cyberbullying se može događati 24 sata dnevno, može doseći široku publiku i sadržaj može biti trajno dostupan na internetu, što povećava štetu za žrtvu.

Znakovi

- Tajnovitost oko digitalnih uređaja i sadržaja na njima
- Naglo brisanje profila ili društvenih mreža
- Često gašenje mobitela ili aplikacija kad netko prilazi
- Tjeskoba, nervoza ili uznemirenost nakon korištenja interneta
- Promjene u ponašanju: iznenadna ljutnja, plač, povlačenje
- Izbjegavanje razgovora o online aktivnostima
- Pad školskog uspjeha i koncentracije
- Izbjegavanje druženja s vršnjacima u stvarnom životu
- Strah od odlaska u školu ili na mjesta gdje su prisutni vršnjaci

Postupci

- Otvoreno razgovarati s djetetom o digitalnoj sigurnosti
- Ne okrivljavati dijete za nastalu situaciju, već pružiti podršku
- Savjetovati učenike i roditelje o važnosti prikupljanja dokaza (screenshot poruka, URL adrese, vrijeme)
- Prijaviti nasilje na društvenim mrežama i platformama
- Obavijestiti policiju ako postoje ozbiljne prijetnje ili je ugrožena sigurnost
- Provoditi redovite edukacije o sigurnosti na internetu (radionice, video materijali)
- Poticati razvijanje empatije i odgovornog ponašanja online
- Pratiti promjene u ponašanju učenika tijekom korištenja tehnologije

Oblici cyberbullyinga

- Slanje uznemirujućih poruka putem društvenih mreža ili aplikacija
- Širenje glasina i neistina putem online platformi
- Kreiranje lažnih profila s ciljem narušavanja ugleda
- Objavljivanje i dijeljenje privatnih fotografija bez pristanka
- Isključivanje iz online grupa i aktivnosti
- Javno ponižavanje kroz komentare i objave
- "Sexting" - dijeljenje eksplicitnih fotografija i poruka
- "Doxing" - objavljivanje privatnih podataka poput adrese i broja telefona

Prevenција

- Razvijanje školskih protokola za reagiranje na cyberbullying
- Edukacija učenika o sigurnom korištenju interneta
- Razvijanje kritičkog mišljenja kod djece i mladih
- Poticanje otvorene komunikacije između učenika i odraslih
- Organiziranje vršnjačke podrške i edukacije
- Suradnja s roditeljima i vanjskim stručnjacima
- Potpisivanje "ugovora" o korištenju interneta u razredu
- Redovito praćenje trendova u digitalnom svijetu među mladima

Važno je napomenuti da cyberbullying može ostaviti duboke psihološke posljedice na djecu i mlade, poput nižeg samopoštovanja, depresije, anksioznosti i u ekstremnim slučajevima suicidalnih misli. Stoga je ključno da odgajatelji i nastavnici pravovremeno prepoznaju znakove i adekvatno reagiraju, stvarajući okruženje u kojem se učenici osjećaju sigurno prijaviti nasilje.



6. POSTUPCI I INTERVENCIJE

Kada se suočavate s problemima poput depresije ili vršnjačkog nasilja među djecom i mladima, ključno je slijediti strukturirani pristup koji osigurava pravilno postupanje i pružanje adekvatne podrške. Sljedeći koraci predstavljaju sveobuhvatni okvir za pravovremenu i učinkovitu intervenciju.



Promatranje i bilježenje simptoma

Dokumentirajte sve uočene promjene u ponašanju i emocionalnom stanju djeteta

- Vodite dnevnik zapažanja s datumima, situacijama i specifičnim ponašanjima
- Obratite pozornost na promjene u školskom uspjehu, socijalnim odnosima i fizičkom izgledu
- Bilježite i pozitivne aspekte ponašanja, ne samo problematične
- Koristite standardizirane obrasce za praćenje (dostupni u prilogima priručnika)



Razgovor s djetetom bez pritiska

Stvorite sigurno okruženje za razgovor i aktivno slušajte

- Birajte prikladno vrijeme i mjesto gdje se dijete osjeća ugodno
- Koristite tehnike aktivnog slušanja - ponavljanje, parafraziranje i sumiranje
- Izbjegavajte osuđivanje, kritiziranje ili minimiziranje osjećaja djeteta
- Poštujte granice djeteta i ne inzistirajte na detaljima ako dijete nije spremno
- Koristite otvorena pitanja poput "Kako se osjećaš u vezi s tim?" umjesto "Jesi li tužan?"



Uključivanje stručnih službi

Konzultirajte se sa školskim psihologom ili pedagogom

- Pripremite sve prikupljene informacije i zapažanja prije konzultacija
- Razgovarajte o mogućim strategijama podrške unutar školskog okruženja
- Razvijte zajednički plan djelovanja i podjelu odgovornosti
- Dogovorite redovite sastanke za praćenje napretka i prilagodbu intervencija
- Poštujte profesionalnu tajnu i etičke smjernice u razmjeni informacija



Suradnja s roditeljima

Informirajte roditelje i uključite ih u proces podrške

- Organizirajte individualni sastanak u privatnom okruženju
- Predstavite činjenice objektivno, bez etiketiranja djeteta ili roditelja
- Slušajte perspektivu roditelja i uvažite njihove brige i strahove
- Predložite konkretne načine kako mogu podržati dijete kod kuće
- Osigurajte redovitu komunikaciju putem dogovorenih kanala (e-mail, bilježnica, redoviti sastanci)
- Uputite roditelje na dostupne resurse i edukativne materijale



Osiguravanje sigurnosti i podrške

Poduzmite mjere za zaštitu djeteta i pružanje kontinuirane podrške

- Razvijte individualizirani sigurnosni plan za dijete u riziku
- Implementirajte sustav "sigurnih osoba" kojima se dijete može obratiti
- Prilagodite školsko okruženje prema potrebama djeteta (mjesto sjedenja, grupni rad)
- Organizirajte dodatnu podršku kroz vršnjačke grupe ili mentorstvo
- Redovito provjeravajte učinkovitost sigurnosnih mjera i prilagođavajte ih
- Osigurajte diskreciju kako bi se izbjegla stigmatizacija i dodatni stres



Upućivanje djeteta i obitelji stručnjaku

Povežite obitelj s odgovarajućim vanjskim stručnjacima kada je to potrebno

- Pripremite popis lokalnih stručnjaka i ustanova koji pružaju specijalizirane usluge
- Pomozite roditeljima u kontaktiranju odgovarajućih službi (uz njihov pristanak)
- Osigurajte prijenos relevantnih informacija vanjskim stručnjacima (uz poštivanje privatnosti)
- Održavajte kontakt s vanjskim stručnjacima radi koordinacije podrške
- Prilagodite školske obveze prema preporukama vanjskih stručnjaka
- Pratite napredak i implementirajte preporuke stručnjaka u školskom okruženju

Važno je napomenuti da svaka intervencija mora biti prilagođena specifičnom slučaju i kontekstu. Ovi koraci predstavljaju opći okvir koji treba prilagoditi individualnim potrebama djeteta, resurzima škole i dostupnoj podršci u zajednici. Ključ uspješne intervencije je dosljednost, strpljenje i kontinuirana evaluacija učinkovitosti poduzetih mjera.

Dodatno, sve intervencije moraju biti usklađene sa zakonskim odredbama i etičkim načelima struke, uz poseban naglasak na zaštitu najboljeg interesa djeteta. U slučajevima kada postoji sumnja na zlostavljanje ili zanemarivanje, obavezno je postupiti prema zakonski propisanim protokolima i prijaviti nadležnim službama.

7. SURADNJA S RODITELJIMA I STRUČNJACIMA

Uspješno rješavanje problema kod djece i mladih zahtijeva koordiniranu suradnju između odgojno-obrazovnih ustanova, roditelja i relevantnih stručnjaka. Kvalitetna komunikacija i partnerski odnos temelj su učinkovite podrške.

7.1. Principi učinkovite suradnje s roditeljima



Razgovarati u sigurnom, nenametljivom tonu

Stvorite atmosferu povjerenja i suradnje. Izbjegavajte okrivljavanje i pokazujte empatiju prema izazovima s kojima se roditelji suočavaju.



Dijeliti konkretne primjere ponašanja

Iznesite činjenice bez interpretacije ili osuđivanja. Dokumentirajte zapažanja i promjene u ponašanju djeteta kroz vrijeme.



Poticati roditelje na traženje pomoći

Uputite ih na psihološka savjetovišta i druge resurse. Naglasite da traženje stručne pomoći nije znak slabosti, već odgovornog roditeljstva.



Uključivanje vanjskih stručnjaka kad je potrebno

Povežite se s relevantnim stručnjacima i institucijama. Objasnite roditeljima prednosti multidisciplinarnog pristupa.

7.2. Specifične strategije za kontinuiranu suradnju



Redoviti sastanci i praćenje napretka

Uspostavite raspored redovitih sastanaka s roditeljima kako biste pratili napredak djeteta i prilagođavali strategije podrške. Osigurajte da sastanci budu konstruktivni i usmjereni na rješenja.



Izrada zajedničkog plana djelovanja

Razvijte pisani plan koji uključuje jasne ciljeve, odgovornosti svih uključenih strana i vremenske okvire. Redovito revidirajte i prilagođavajte plan prema potrebi.



Dijeljenje edukativnih materijala

Pripremite i podijelite relevantne materijale koji mogu pomoći roditeljima da bolje razumiju problem i razviju učinkovite strategije kod kuće.



Očuvanje povjerljivosti informacija

Jasno komunicirajte o granicama povjerljivosti i dobijte odgovarajuće pristanke prije dijeljenja informacija s vanjskim stručnjacima. Poštujte privatnost obitelji.

7.3. Suradnja s vanjskim stručnjacima i ustanovama

Učinkovita suradnja sa stručnjacima izvan odgojno-obrazovne ustanove ključna je za pružanje sveobuhvatne podrške djetetu s poteškoćama. Ova suradnja omogućuje pristup specijaliziranim znanjima i resursima.



Povezivanje s zdravstvenim ustanovama

Uspostavite kontakte s pedijatrijskim i psihijatrijskim službama, kliničkim psiholozima i drugim relevantnim zdravstvenim stručnjacima. Razvijte protokole za razmjenu informacija uz pristanak roditelja.



Suradnja s centrom za socijalnu skrb

Poznavanje procedura i kontakata u centrima za socijalnu skrb može biti presudno u slučajevima kada je potrebna intervencija radi zaštite dobrobiti djeteta.



Suradnja s istraživačkim i edukacijskim ustanovama

Povezivanje s fakultetima i institutima može osigurati pristup najnovijim spoznajama i metodama rada te mogućnost dodatne edukacije za odgajatelje i nastavnike.



Koordinacija multidisciplinarnog tima

Organizirajte redovite sastanke svih stručnjaka uključenih u rad s djetetom kako biste osigurali dosljednost pristupa i međusobnu podršku. Jasno definirajte uloge i odgovornosti svakog člana tima.

Uspostavljanje i održavanje kvalitetne suradnje zahtijeva vrijeme, strpljenje i jasnu komunikaciju. Važno je zapamtiti da su roditelji najvažniji saveznici u procesu pružanja podrške djetetu, a vanjski stručnjaci vrijedan izvor specijaliziranih znanja i vještina. Zajedničkim naporima možemo stvoriti mrežu podrške koja će omogućiti optimalan razvoj svakog djeteta.

8. PREPORUČENI RESURSI I LITERATURA



Hrabri telefon

Telefonska linija za pomoć djeci



Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba

Stručna ustanova za pomoć djeci i
mladima



Centar za sigurniji internet

Resursi za sigurnost djece na
internetu



Priručnici Ministarstva znanosti i obrazovanja RH

Službeni materijali za odgojno-obrazovne
djelatnike



Preporuke Svjetske zdravstvene organizacije (WHO)

Međunarodni standardi i smjernice za zaštitu
mentalnog zdravlja djece

9. PRILOZI I OBRASCI

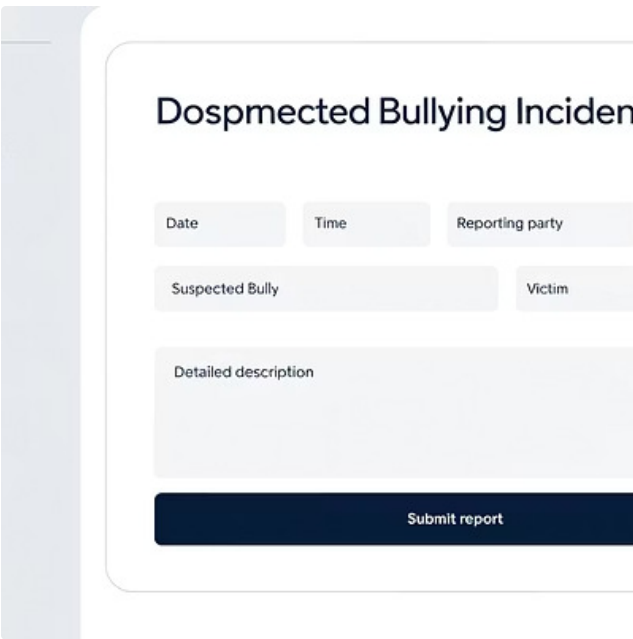


Child Depression Symptom Checklist

CHODRACHNA SICHUIONT COPRRODION OI CHNADON

☐ BOPRESSIOIN CHASIMMIBENS	☐ DORECINO A MAD DIEUMADUNG
☐ DESCASIOND EESTS COMICORND	☐ DEPRESSNEESTS CHIED
☐ UNTOESSICEY ON S LKJIOREQ.	☐ DEFCATIONE AYLLION
☐ SKSILUINE CTIOND EIMABES	☐ EVESGIUD SIMIS SC CHIANAN
☐ DESCRESSIONG TOERCANIONG	☐ DERESTELUYE TUB TIS LNEESTES
☐ OREONSIATION DO CHECHORINT	☐ TOPRION AD ALIHING

CHODAD



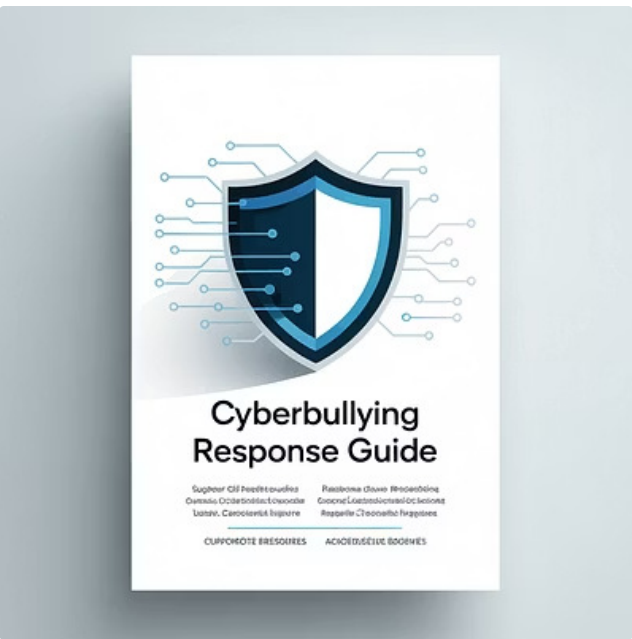
Suspected Bullying Incident

Date Time Reporting party

Suspected Bully Victim

Detailed description

Submit report



Check-lista za znakove depresije

Obrazac za praćenje i evidentiranje simptoma depresije kod djece različite dobi

Obrazac za evidentiranje sumnje na nasilje

Standardizirani obrazac za dokumentiranje slučajeva vršnjačkog nasilja

Vodič za postupanje kod cyberbullyinga

Detaljne upute za odgajatelje i nastavnike o koracima koje treba poduzeti

Pravila sigurnog korištenja interneta za djecu

Materijal prilagođen djeci različite dobi za edukaciju o sigurnosti na internetu

Naziv	Opis	Izvor / Preporuka
Check-lista za znakove depresije	Praktičan alat za prepoznavanje ranih simptoma depresije kod djece i mladih	<i>"Depresija kod djece i adolescenata – vodič za učitelje i roditelje"</i> , Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba
Obrazac za evidentiranje sumnje na nasilje	Obrazac za dokumentiranje sumnjivih ponašanja i situacija nasilja u odgojno-obrazovnim ustanovama	<i>Priručnik za postupanje u slučaju nasilja u školama</i> , Ministarstvo znanosti i obrazovanja RH (dostupno na mzo.hr)
Vodič za postupanje kod cyberbullyinga	Detaljni koraci za postupanje u slučajevima internetskog nasilja među učenicima	<i>Centar za sigurniji internet – Edukacijski materijali</i> (csi.hr)
Pravila sigurnog korištenja interneta za djecu	Smjernice i pravila prilagođena djeci i roditeljima za sigurno korištenje tehnologije	<i>Hrabri telefon – Program prevencije online nasilja</i> (hrabritelefon.hr)
Seminar: Mentalno zdravlje djece	Online edukacija za stručnjake u školstvu i predškolskim ustanovama	<i>Edukacije Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba – poliklinika-djeca.hr</i>
Knjiga: "Kako pomoći djetetu s problemima ponašanja i emocija"	Priručnik za učitelje, pedagoge i roditelje	Autori: prof. dr. sc. Gordana Buljan Flander i suradnici
Platforma za usavršavanje	Nacionalna platforma za stručno usavršavanje učitelja i nastavnika	EMA – e-obrazovanje

NAPOMENA

Ovaj priručnik je izrađen u informativne i edukativne svrhe te nije zamjena za stručnu psihološku ili medicinsku pomoć.

Priručnik napisala: Sanja Pangracije

courses@the-intertravel.com

