



peaasi.ee

**SUITSIID**  
ON ENNETATAV  
*Olen olemas!*

# Juhise avalik esitlus: suitsiidikatse järgne käitumine koolis

**11.06.2026**



SOTSIAALMINISTEERIUM

# Miks me peame rääkima suitsiidikäitumisest?

- **Suitsiidikäitumine** hõlmab enesetapumõtteid, katseid, suitsiidi.
- **Suitsiidikatse** on oluline suitsiidi riskitegur
- Suitsiidikäitumine ei ole üksikisiku või ühe pere probleem
- Suitsiide peetakse **ennetatavateks** surmadeks. Ennetuse puhul on oluline teadlikkus, hoiakud, abi kättesaadavus, kohane tugi haavatavatele sihtrühmadele, toetavad suhted, suitsiidikäitumise hindamine ja sekkumine...

.....suitsiidikäitumisest **peab saama rääkida** ja selle ennetuseks teadlikult tegutseda.

# Miks me peame rääkima suitsiidikäitumisest (haridusasutuste kontekstis)?

- Suitsiidid on üks laste peamistest **surmapõhjustest** Eestis. 10 alaealist aastas, suitsiidikatsed hinnanguliselt 25 x enam.
- **Eesti suitsiidiennetuse tegevuskava** 2025-2028 (SETK) toob välja valdkondadeülese koostöö võtmetegurina ennetuseks ja varaseks sekkumiseks. Suitsiidiennetus ei saa toetuda ainult meditsiinisüsteemile. SETK toob välja, et teadmised ja oskused suitsiidikäitumisega seotud kriisiolukordadest jõuaksid oluliste väravahoidjateni, sh haridusasutustesse.
- **HARNO juhiseid enesetapu puhul suitsiidikäitumiseks**  
<https://projektid.edu.ee/spaces/HARRLK/pages/298597622/Juhiseid+suitsiidi+korral.+Suitsiidi+skriinimine>
- Juhiseid enesetapukatse järgseks käitumiseks haridusasutustes valmis Sotsiaalministeeriumi strateegilise partnerluse raames. Töögrupp: Käthlin Mikiver, Tiiu Sikemäe, Maire Riis, Karin Lillemaa, Marit Kannelmäe-Geerts, Tiina Talusaar, Anna-Liisa Leppik, Anna-Kaisa Oidermaa.

# Põhimõtted

- kriisis lapse või noore ja teiste juhtunust mõjutatute **heaolu** esikohale seadmine
- **koostöö** kõigi osapoolte vahel
- **teadlik** ja **håbimårgivaba** hoiak
- **privaatsuse** ja **konfidentsiaalsuse** hoidmine

## Lisaks

- On otsitud tasakaalu mahu ja ülevaatlikkuse vahel. Täpsemad näited on kõik LISA-des.
- Juhis käsitleb osaliselt ka tahtlikku enesevigastamist.
- Juhis on kohandatav oma koolile.
- Miinimumprogramm.
- Täieneb ajas.

## ENNETUS

Tegele koolis vaimse tervise murede ja suitsiidikäitumise ennetusega

## TAGA KRIISIMEESKONNA VALMISOLEK

Rollid ja vastutus

Abivõimalused

Kontaktid

Osused ja teadmised

## TEE KOHE

Kui enesetapukatse on toimunud varem või toimunud väljaspool kooli

Faktikontroll

Suhtle lapsega

Suhtle vanematega

Veendu, et tugiplaan on paigas

### TAGA ÕPILASE TURVALISUS

Vajadusel IT2

Taga õpilase ohutus koha peal

Taga teiste ohutus

### TEAVITA JUHTUNUST



### TOETA LAST JA HINDA RISKE

Rahusta

Hinda riske

Koosta esmane turvaplään

## JÄRGMISED SAMMUD

### KAARDISTA



TOETA

TEAVITA

## HILISEMAD SAMMUD

### NOOR JA TEMA PERE

Regulaarne kontakt ja hindamine

Kohanda tugiplaani

Koostöö pere ja psetsialistidega

Reageeri suurenenud riskile

### TEISED

Toeta personali

Jälgi enim mõjutatud ja riskirühma noori

DOKUMENTEERI JA ANALÜÜSI

# Juhise ülesehitus

- Kõigepeal on tarvis aga tagada **Valmisolek**, et tegutseda kriisisituatsioonis oleks võimalik tegutseda operatiivselt ja tulemuslikult.
- Seejärel selgitatakse, mida on vaja teha **Kohe** - et tagada õpilase ja teiste asjaosaliste turvalisus,
- millised on **Järgmised sammud**, mida saab teha akuutse olukorra lahenemisel, kuid esimesel võimalusel, et toetada õpilast, tema peret ja kõiki teisi mõjutatud,
- ning ära ei tohi unustada ka **Hilisemaid samme**, mida võib ette võtta nädalate või kuude möödudes, et tagada jätkuv tugi kõigile ja et noore turvalisuse, taastumise ja koolis toimetuleku toetamine ei lõppeks vahetu kriisi möödumisega, vaid jätkuks järjepidevalt.

# Kasutamine

## Tehniliselt:

- Saab olema kättesaadav [Peaasi.ee](https://peaasi.ee) lehel
- nii DOCX-na, et saab muuta, kui ka PDF-na
- Samuti on loodud veebiversioon (Google Site),
  - põhiversioon on kõigile kättesaadav
  - seda on võimalik kopeerida ja ja oma enda Google Drive-s hoida ja kohandada
- Töölehed jms on manustatud pdf-ide ja docx-dena, et saaks mugavalt printida

## Sisuliselt

- Tuleks kohandada oma koolile
- Tuleks integreerida kooli kriisiplaani
- Tuleks harjutada

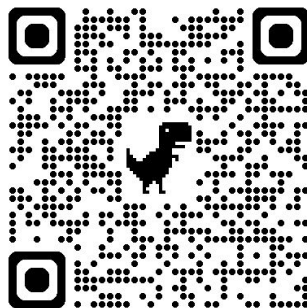
# Koolitusvõimalused

- Tutvustav seminar sinu kooli meeskonnale.
- Praktiline koolitus kooli kooli (kriisi)meeskonnale.
- Kombineeritav SOS programmi seminaridega!
  - SOS programm on suitsiidiennetusprogramm noortele, mille põhiosaks on 90-minutiline SOS-tund.
- Pikem veebiseminar haridusasutustele rahvusvahelisel suitsiidiennetuspäeval 10. septembril

**Võta julgelt ühendust ja arutame koos, mis oleks teie koolis või piirkonnas võimalik teha!**

## Vaatame

<https://sites.google.com/peaasi.ee/juhis-koolidele-suitsiidikatse/>



**Samal ajal lisage küsimusi Q&A sektsiooni!**

**Täname!**