

Osnovna škola „Đuro Ester“

Trg slobode 5

Koprivnica



**PROTOKOL POSTUPANJA
U SLUČAJU SAMOOZLJEĐIVANJA UČENIKA**

Koprivnica, siječanj 2025.

UVOD

Samoozljeđivanje se odnosi na svako ponašanje kojim si osoba namjerno nanosi ozljede ili bol kako bi se nosila s teškim osjećajima, bolnim sjećanjima ili preplavljujućim situacijama i iskustvima. Istraživanja pokazuju da se oko 10 – 40% mladih osoba samoozljeđuje barem jednom u životu. Dio mladih skriva samoozljeđivanje i ne dijeli to s drugima tako da je stvarni broj mladih koji se samoozljeđuje vjerojatno veći. Samoozljeđivanje nije pokušaj suicida, već način smanjenja emocionalne boli i regulacije teških osjećaja. Međutim, ako se samoozljeđivanje kao simptom emocionalne boli ne liječi, ono može voditi prema suicidalnom ponašanju.

ULOGA ŠKOLE

Uloga odgojno-obrazovnih djelatnika je prevencija, rana detekcija samoozljeđivanja kod učenika, pružanje podrške i razumijevanja, pravovremeni i adekvatni postupci u intervenciji i pružanju pomoći, upućivanje na stručnu pomoć za učenika i roditelje.

CILJ PROTOKOLA

Protokol usmjerava na specifične korake u slučaju samoozljeđivanja učenika, širenja snimki samoozljeđivanja, širenja samoozljeđivanja među učenicima (socijalna zaraza) te postupanje nakon povratka učenika u školu (nakon izostajanja, hospitalizacije, nastave u kući...).

Protokol postupanja u slučaju saznanja da se učenik samoozljeđuje

1. U situaciji kada učitelj dobije saznanje da se učenik samoozljeđuje ili učitelj primijeti kako učenik ima porezotine/opekotine/razderotine po rukama i/ili na drugim vidljivim dijelovima tijela po završetku nastavnog sata obavještava stručne suradnike o svojim zapažanjima (primarno psihologa).
2. U situaciji kada se učenik povjerio učitelju da se samoozljeđuje, učitelj individualno, nasamo razgovora s učenikom primjenom smjernica iz Vodiča za razgovor (Prilog 1.) i piše službenu bilješku (Prilog 2.)
3. Učitelj prenosi informacije i upućuje učenika stručnom suradniku (primarno psihologu).
4. Stručni suradnik procjenjuje rizik samoozljeđivanja/suicidalnosti, postupa ovisno o stupnju rizika (nizak, umjereni, visok), osigurava povjerljivost informacija, prikuplja zapažanja o funkcioniranju učenika i eventualnim promjenama u ponašanju.

5. Stručni suradnik donosi odluku o obavještanju roditelja (oprez kod rizika od zlostavljanja), priprema učenika na obavještanje roditelja i dogovara o načinu razgovora s roditeljima/dijeljenja informacija.
6. Odluka o kontaktiranju Zavoda za socijalni rad (posebno ako postoji rizik od zlostavljanja u obitelji, roditeljima se ne dijele nikakve informacije prije postupanja i povratne informacije Zavoda za socijalni rad.), kontaktira se školski liječnik te se dijete upućuje u vanjske institucije (redovni ili hitni termin psihijatra).
7. Stručni suradnik provodi funkcionalnu analizu ponašanja, utvrđuje funkcije samoozljeđivanja, procjenjuje rizične i zaštitne čimbenike, razgovara s učenicom o potrebama, o sigurnosnoj mreži, zamjenskim ponašanjima, izrađuje sigurnosni plan u suradnji s učenicom, ponavlja procjenu rizika, provodi intervencije i osigurava praćenje učenika. Provodi razgovor s roditeljima i drugim učenicima (podrška, vršnjačka pomoć..). Razmatranje primjerenog oblika školovanja, primjene postupaka individualizacije.
8. Kontinuirano se surađuje s učiteljima, roditeljima, psihijatrom i ostalim stručnjacima.

Protokol o postupanju u slučaju samoozljeđivanja u školi ili na terenskoj nastavi

1. U slučaju samoozljeđivanja u školi ili na terenskoj nastavi zbrinjavanje ozljede provodi učitelj/stručni suradnik koji se zatekao na licu mjesta.
2. U slučaju lakše ozljede potrebno je primijeniti pribor za prvu pomoć koji se nalazi u školi na dostupnim mjestima (Prilog 2.)
3. U slučaju teže ozljede ili stanja (uznemirenosti) učenika potrebno je pozvati Službu hitne medicinske pomoći. Obavještanje roditelja (rizik kod zlostavljanja u obitelji), obavještanje školskog liječnika, stručnog suradnika i ravnatelja škole.
4. Učitelj razgovora s učenicom nasamo primjenom Vodiča za razgovor (Prilog 1.). Tijekom razgovora važno je ostati pribran.
5. Učitelj upućuje učenika stručnom suradniku (primarno psihologa) te ga obavještava o provedenom razgovoru. O događaju i postupanjima učitelj je dužan napisati službenu bilješku (Prilog 2.) koju će predati stručnim suradnicima najkasnije sljedećeg dana.
6. Stručni suradnik psiholog u razgovoru s učenicom procjenjuje rizik samoozljeđivanja/suicidalnosti, postupa ovisno o stupnju rizika (nizak, umjereni, visok), osigurava povjerljivost informacija, prikuplja zapažanja o funkcioniranju učenika i eventualnim promjenama u ponašanju.

7. Stručni suradnik donosi odluku o obavještanju roditelja (oprez kod rizika od zlostavljanja u obitelji), priprema učenika na obavještanje roditelja i dogovara o načinu razgovora s roditeljima/dijeljenja informacija.
8. Odluka o kontaktiranju Zavoda za socijalni rad, kontaktira se školski liječnik te se dijete upućuje u vanjske institucije (redovni ili hitni termin psihijatra). Kontaktira se policija u slučaju opasnosti ozljeđivanja drugih.
9. Priprema povratka u školu, kontinuirani rad s učenikom, ponavlja se procjena rizika. Osigurati podršku drugim učenicima. Razgovor s roditeljima i učiteljima.

Postupanje djelatnika škole u situaciji širenja snimke samoozljeđivanja

1. UTVRĐIVANJE OKOLNOSTI SITUACIJE

Učitelj ili stručni suradnik provodi razgovor/e sa učenicima koji šire snimku samoozljeđivanja. O događaju i postupanjima učitelj je dužan napisati službenu bilješku (Prilog 2.) koje će predati stručnim suradnicima najkasnije sljedećeg dana.

2. RAZGOVOR S UČENIKOM

Ako je na snimci samoozljeđivanja učenik naše škole potrebno je obaviti razgovor s njim, kao i daljnje postupke prema protokolu za situaciju saznanja da se učenik samoozljeđuje.

3. PRIJAVA SADRŽAJA objavljenog na društvenoj mreži ili aplikaciji prema uputama MUP-a

Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske - Kako prijaviti sadržaj objavljen na društvenoj mreži/aplikaciji

4. PROCJENA POTREBA/RIZIKA

Stručni suradnici procjenjuju potrebe učenika/razrednog odjela vodeći računa o riziku od širenja emocionalne zaraze (Emocionalna zaraza – kako si?).

Donose odluku o poduzimanju intervencija u svrhu edukacije i podrške na individualnoj ili grupnoj razini.

Postupanje škole u situaciji grupnog i/ili serijskog samoozljeđivanja

Radi velikog rizika od širenja emocionalne zaraze (Emocionalna zaraza – kako si?), kod pojave grupnog ili serijskog samoozljeđivanja NE provoditi grupne intervencije, grupnu (psiho)edukaciju učenika ili učitelja na temu samoozljeđivanja. Postupati individualno prema *Protokolu postupanja u situaciji saznanja da se učenik samoozljeđuje* ili *Protokolu postupanja u situaciji samoozljeđivanja u školi*.

Prevenција tzv. serijskog samoozljeđivanja

- izbjegavati javno govorenje o samoozljeđivanju te iznošenje detalja u kolektivu djece (razred, skupina)
- ne održavati predavanja o samoozljeđivanju kada se ono pojavi u kolektivu djece (razred, skupina)
- učenika koji se samoozljeđuje usmjeriti da ozljede i ožiljke drži u privatnosti
- pomoć koja se pruža mladoj osobi treba biti individualna
- ne organizirati grupnu pomoć/podršku u razredu za učenike koji se samoozljeđuju

Moguće je doprinijeti umanjenju emocionalne zaraze kroz podučavanje o:

- prepoznavanju i izražavanju emocija, samoregulaciji emocija
- adaptivnim načinima suočavanja sa stresom
- adekvatnim metodama rješavanja problema
- socijalnim vještinama
- usmjeravanju na vanjske izvore pomoći (socijalna mreža)
- kontroli osjetljivog sadržaja o samoozljeđivanju na internetu i društvenim mrežama – kontrolirati rasprave o tehnikama samoozljeđivanja, dijeljenje fotografija ozljeda s ciljem smanjenja normalizacije samoozljeđivanja među adolescentima
- organiziranje razredne kutije nade i sreće, lijepih uspomena, kartice za opuštanje...

Postupanje nakon povratka učenika s izostanka/liječnja/nastave u kući u školu

1. Učenik se uključuje u školu kada se procjenjuje da se stanje stabiliziralo i da dijete može sudjelovati u aktivnostima i održavati barem minimalne kontakte s vršnjacima i odraslima.
2. Sastanak s roditeljima i učenikom prije povratka učenika u školu. Razgovarati s učenikom što misli koja podrška mu je potrebna da bi se ponovno uključio u školu. Pitati ga što bi želio da se kaže učenicima. Saznati koji učenik ili više njih su mu kontakt sa školom. Uključivanje učenika u planiranje povratka u školu je korisno jer izravnim uključivanjem dobiva osjećaj kontrole.
3. Upoznavanje Razrednog vijeća o stanju učenika, informacije nastavnicima koje su im važne za razumijevanje učenikovih potreba i načinima pružanja obrazovne, socijalne i emocionalne podrške nakon povratka u školu.
4. Razgovarati s učenicima u razredu prije povratka učenika u školu, raspraviti njihove osjećaje u vezi povratka učenika u razredni odjel, savjetovati ih kako se odnositi prema

njemu, što bi ih u njegovom ponašanju/raspoloženju trebalo zabrinuti, kako mu biti podrška. Biti oprezan da se ne naruši povjerljivost.

5. Savjetodavni rad s učenikom, praćenje stanja i funkcioniranja djeteta, suradnja s učiteljima i vanjskim stručnjacima. Kontaktirati redovito roditelje i informirati ih o pozitivnim aspektima funkcioniranja, ali znakovima za zabrinutost i pažnju.
6. Otvoreno razgovarati s djetetom ako ste zabrinuti da je došlo do pogoršanja.

Prilog 1. Vodič za razgovor

Kada nam se učenik povjerio iznimno je važno ne reagirati burno, ostati naizgled mirni, iako se tako ne osjećamo. Burne reakcije ne pomažu i zastrašujuće su učenicima. Potrebno je jasno reći učeniku da želimo pomoći, važno je saslušati, pokazati suosjećanje i zabrinutost. Jasno dati do znanja da uzimamo ozbiljno ono što učenik doživljava i kroz što prolazi. Ne pokazivati pretjerani interes za samoozljeđujuća ponašanja (objašnjavanje tehnika) ili osjećaje koje izaziva. Važno je da učeniku osigurate pozitivno iskustvo razgovora s odraslom osobom i traženja pomoći.

Pitanja koja mogu pomoći kad saznamo da se učenik samoozljeđuje – za učitelje:

Cilj učitelja je prepoznati, pružiti podršku i razgovarati te povezati sa stručnom pomoći.

Pohvaliti postupak: npr. *Pokazao/la si veliku snagu i hrabrost što si me o tome obavijestio/la.*

Uočiti i reflektirati emociju koju primjećujete: npr. *Vidim da se osjećaš tužno/razočarano/uznemireno/napeto/(...) želio/željela bih ti pomoći ako mogu. Želiš li razgovarati o tome što se događa?*

Parafrazirati rečeno: npr. *Čini mi se da je pred tobom teško životno razdoblje i da smatraš da je samoozljeđivanje jedino što ti pomaže, no siguran/na sam da postoje i drugi načini.*

Postaviti granice u okviru svojih kompetencija i odgovornosti: npr. *Ja nemam toliko znanja o ovome, stoga bih predložio/la da razgovaraš s nekim od naše stručne službe u školi, oni imaju znanja i iskustva i mogu ti pružiti pomoć u ovome. Što kažeš na to? Ukoliko želiš, mogu ja otići s tobom do nekoga od njih.*

Raspraviti s djetetom pitanje povjerljivosti razgovora: Dijete mora biti upoznato s ograničenjima povjerljivosti razgovora, time se pokazuje iskrenost i poštovanje te se nećete obvezati na ono što ne možete i ne smijete izvršiti. Vaša je obveza obavijestiti druge o samoozljeđivanju učenika.

- Sigurno si zbog nečeg uznemiren/a. Željela bih ti pomoći, ako mogu. Želiš li razgovarati?
- Koristiš li samoozljeđivanje kao način nošenja s nečim što te muči?

- Ponekad se ljudi samoozljeđuju da bi se nosili s teškim osjećajima. Je li možda to razlog zbog kojeg se samoozljeđuješ?
- Što (koji događaji, misli, osjećaji...) te sve navodi na samoozljeđivanje?
- Znam da se ljudi samoozljeđuju iz različitih razloga i da često doživljavaju niz različitih emocija. Možeš li mi pomoći razumjeti što tebe potiče na samoozljeđivanje?
- Čini se da je samoozljeđivanje jedino što ti pomaže, ali postoje i drugi načini da se osjećaš bolje. (Mogu li ti ukazati na neke od njih?)
- Prije nego što završimo razgovor, želim ti dati informacije o osobama kojima se možeš obratiti ako se opet javi potreba za samoozljeđivanjem.

Pitanja o samopomoći i podršci u školi

- Postoji li nešto što ti pomaže da skreneš misli kada ti dođe da se samoozljeđuješ?
- Vidim da ti je teško i drago mi je što želiš sa mnom razgovarati. Postoji li još netko s kim razgovaraš i nakon toga se bolje osjećaš? Što misliš o tome da se i toj osobi povjериš?
- Kako ti možemo olakšati u školi?
- Što ti trenutno izaziva najveći stres?
- Što misliš, što bi ti najviše pomoglo?

Kako pristupiti osobi koja se samoozljeđuje vidi na:

- [samoozljeđivanje-kako-pomoci-drugima-2-ver2--compressed-1616712562.pdf](#)
- <https://tinejdzeri.hr/britelefon.hr/clanci/samoozljeđivanje-kako-si-pomoci/>
- <https://www.kakosi.hr/2021/02/23/samoozljeđivanje-kako-pomoci-sebi-i-drugima/>

Rana detekcija samoozljeđivanja

- dugi rukavi i kod toplog vremena
- odbijaju se skinuti na tjelesnom ili izbjegavaju vježbanje
- povezi ili zavoji na rukama, narukvice
- skriveni žileti, šestari, noževi i drugi oštri predmeti
- mrlje od krvi negdje na odjeći ili priboru
- duži periodi osamljenosti u kupaonici ili sobi
- izolacija, usamljivanje, izbjegavanje vršnjaka i aktivnosti
- razdražljivost, impulzivnost

- obratiti pažnju na učenike s metalnim poremećajima, odlične učenike uzornog ponašanja (maladaptivni perfekcionizam), učenike u domovima za djecu i odgojnim domovima, učenike s konfliktima u obitelji, zlostavljanu djecu...

Prilog 2. Službena bilješka o događaju i postupanju

Bilješka o događaju i postupanju treba sadržavati sljedeće stavke: datum događaja, mjesto i vrijeme događaja, sudionici događaja, opis događaja poduzete aktivnosti, bilješka o razgovoru s učenikom/učenicima, bilješka o razgovoru s roditeljima.

Prilog 3. Mjesta ormarića prve pomoći u prostoru škole

- velika zbornica
- mala zbornica
- kabinet biologije
- učionica tehničke kulture
- kuhinja
- prostorija tehničkog osoblja
- kabinet nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture

Izvori i dodatna literatura:

prof. psihologije Ivasović, V. (2023). *Podrška učenicima koji se samoozljeđuju*. Konferencija školskih psihologa Horizonti snage.

Mislav Čupić, Srednja škola Jelkovec, Sesvete, Dragan Đerfi, Voitheia–obrt za savjetovanje i poučavanje, Vesna Ivasović, AZOO, Zagreb, Nataša Major, OŠ braće Radića, Pakrac, Željka Mišetić, Škola za medicinske sestre Mlinarska, Zagreb, Irena Šestak, OŠ Ivana Gorana Kovačića, Sveti Juraj na Bregu (2023). *Okrugli stol Strategija škole i protokoli postupanja u slučaju samoozljeđivanja i suicidalnosti učenika*. Konferencija školskih psihologa Horizonti snage.

Doc. prim. dr. sc. Vlatka Boričević Maršanić, dr. med., spec. psihijatar, subspec. dječje i adolescentne psihijatrije (2022) *Samoozljeđivanje u adolescenciji – priručnik za roditelje i stručnjake*. Centar za djecu, adolescente i roditelje d.o.o. za obavljanje zdravstvene djelatnosti Dječja i adolescentna psihijatrija. Priručnik za polaznike edukacije.

Na temelju čl. 58. Statuta Osnovne škole „Đuro Ester“ Koprivnica, a nakon rasprave na sjednici Učiteljskog vijeća, Skupa radnika, Vijeća roditelja i Vijeća učenika, Školski odbor na sjednici održanoj 20.2.2025. Na prijedlog ravnateljice donosi Protokol postupanja u slučaju samoozljeđivanja učenika.

Pripremila: Valentina Galinec, mag. psihologije

Predsjednica školskog odbora: Sanja Antolić, dipl. učiteljica

Ravnateljica: mr. Sanja Prelogović

