



Metodika prevence sebepoškození

Výchovný ústav Husův domov a
školní jídelna

Dvůr Králové nad Labem

AKTUALIZOVANÝ KE DNI
03.11.2024

Mgr. Radoslav Laš
ředitel zařízení

VYPRACOVAL: MGR. RADOSLAV LAŠ



VÝCHOVNÝ ÚSTAV HUSŮV DOMOV A ŠKOLNÍ JÍDELNA, VRCHLICKÉHO 700, 544 01 DVŮR KRÁLOVÉ NAD LABEM tel. č.: 499 320 561, 499 320817, e-mail: husuvdomov@husuvdomov.cz	
Metodika prevence sebepoškozování	
	Počet stránek: 5
Vypracoval:	Mgr. Radoslav LAŠ

Cílová skupina: Děti výchovných skupin Výchovného ústavu Husův domov a ŠJ

Charakter zařízení a jeho dětí:

VÚ Husův domov a ŠJ Dvůr Králové nad Labem je přímo řízená organizace MŠMT ČR jejíž úkolem je socializace nebo resocializace dětí s poruchami v oblasti chování, zejména nesocializovanou poruchou chování (F 91.1.) a dětmi experimentujícími s návykovými látkami nebo drogově závislími. Umístění dítěte se provádí na základě rozhodnutí soudu o předběžném opatření, nebo rozsudku o nařízení ústavní výchovy. Horní věkový limit dítěte je 19 let. Děti zde umístěné pocházejí ze závadového prostředí a často mají již zkušenost s různou formou porušování společenských či právních norem, předčasným sexem nebo drogovým způsobem života. V našem zařízení se výchovně vzdělávací práce s dítětem zaměřuje nejčastěji na sekundární prevenci což je klíčový rozdíl mezi námi a běžným školským zařízením, tedy základní či střední školou, kde je preventivní činnost cílena na prevenci primární. Náplň vlastní výchovné činnosti se tady do vysoké míry kryje s požadavky prevence negativních sociálně patologických jevů a jejich léčby. Provázanost školy a výchovné skupiny tvoří ucelenou linii směřování dítěte požadovaným směrem za podpory speciální lékařské péče spolupracujícího dětského a dorostového psychiatra a sexuologa. Naší dlouhodobou snahou je dosažení co možná nejvyššího stupně socializace dítěte na cestě k zvládnutí klíčových kompetencí a jeho návratu do běžného života ve smyslu sociální inkluze.

Cíle:

Mezi rizikové chování u dětí a mládeže pro potřeby Metodického pokynu MŠMT ČR č.j.14 514/2000-51 k prevenci rizikového chování u dětí a mládeže zařazujeme širokou škálu výchovných problémů, výchovných poruch a poruch chování, a to včetně zneužívání návykových látek.

Primární a sekundární prevence rizikového chování u žáků v působnosti MŠMT se zaměřuje prioritně na předcházení rozvoje rizik, které směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování dětí a mládeže.

Charakteristika

Sebepoškozování je jakékoliv záměrné chování, při kterém si jedinec způsobuje fyzické poškození svého těla, s úmyslem zmírnit emocionální stres, vypořádat se s obtížnými pocity nebo komunikovat s okolím. Může zahrnovat řezání, pálení, bití, záměrné působení bolesti nebo jiné formy fyzického sebepoškozování. Sebepoškozování se často vyskytuje jako reakce na pocity beznaděje, úzkosti, deprese nebo emocionální bolesti, které jedinec neumí jinak vyjádřit nebo zpracovat. Také se ale vyskytuje jako forma nátlaku na své okolí a také jako citové vydírání s cílem dosáhnout něčeho, co není povoleno, nebo poutání pozornosti, což pramení z citové deprivace dítěte. Nebezpečnost sebepoškozování spočívá nejen v riziku fyzického poškození a infekce, ale také v jeho dlouhodobých psychických následcích a v tom, že může být předzvěstí vážnějších duševních problémů nebo pokusu o sebevraždu.

Vzhledem k tomu, že v našem zařízení nesmí být zaměstnán zdravotnický personál, o to, je obtížnější s touto klientelou v rámci běžných pedagogických metod a postupů pracovat.

Pocit bezpečí a emocionálního zdraví každého jedince je zásadní pro vytváření produktivního prostředí a dobrého sociálního klimatu ve školském zařízení. Všechna školská zařízení mají proto povinnost předcházet a aktivně řešit náznaky sebepoškozování mezi žáky a dětmi ve výchovných skupinách. Sebepoškozování nesmí být pracovníky školského zařízení v žádné formě přehlíženo nebo tolerováno. Probíhá nejčastěji v soukromí a může být skryté, což činí jeho odhalení a řešení složitějším.

Projevy sebepoškozování

Sebepoškozování se může projevovat různými způsoby, a jeho znaky lze rozdělit do následujících skupin:

- **Fyzické znaky:** viditelné řezy, popáleniny, modřiny nebo jiné zranění, často na předloktí, nohou nebo bříše, které jsou obvykle skryté oblečením.
- **Behaviorální znaky:** snaha skrýt zranění (nošení dlouhých rukávů a kalhot i v teplém počasí), časté používání obvazů nebo náplastí, vyhýbání se aktivitám, které by odhalily kůži (např. tělocvik).
- **Emocionální znaky:** výkyvy nálad, deprese, úzkost, izolace, nízké sebevědomí, pocit beznaděje.

Příklady nepřímých a přímých znaků sebepoškozování:

Nepřímé (varovné) znaky sebepoškozování mohou být např.:

- Dítě je často osamocené, straní se kolektivu, působí zamlkle a nemluvně.
- Náhlé změny v chování nebo osobnosti.
- Dítě se vyhýbá aktivitám, které by mohly odhalit kůži (např. plavání, tělocvik).
- Časté zranění, která dítě nedovede uspokojivě vysvětlit.
- Dítě se často uzavírá do svého pokoje nebo se izoluje od ostatních.
- Náhlé zhoršení školního prospěchu.
- Dítě projevuje známky deprese, úzkosti nebo má časté výkyvy nálad.

Rady rodičům a zákonným zástupcům:

Vedení Výchovného ústavu Husův domov a ŠJ doporučuje sledovat možné příznaky sebepoškození:

- Zda dítě nosí oblečení, které skrývá kůži i za teplého počasí.
- Časté používání obvazů nebo náplastí.
- Vyhýbání se aktivitám, které by mohly odhalit zranění.
- Náhlé změny v chování, náladě nebo školním prospěchu.
- Zranění, která dítě nedovede uspokojivě vysvětlit.
- Dítě se vyhýbá společným aktivitám nebo se izoluje od ostatních členů rodiny (nechce jezdit na řádné dovolenky do domácnosti rodičů).
- Dítě projevuje známky deprese, úzkosti nebo se častěji stahuje do sebe.
- Dítě se nechce svěřit s tím, co ho trápí.

Přímé znaky sebepoškození mohou být např.:

- Viditelné řezy, popáleniny, modřiny nebo jiné zranění na těle, které dítě vysvětluje nepravděpodobnými důvody.
- Dítě mluví o sebepoškození nebo se zmiňuje o pocitech beznaděje a bezcennosti.
- Dítě otevřeně přiznává, že se sebepoškozuje, jako způsob řešení svých problémů.

Riziko nebezpečnosti sebepoškození při jeho neřešení stoupá

Sebepoškození je vážná věc a může vést k vážným fyzickým i psychickým následkům. Může se stát zvyklostí nebo dokonce závislostí a v některých případech může vyústit v pokus o sebevraždu. Je nezbytné věnovat pozornost jakýmkoli varovným signálům a zasáhnout co nejdříve, aby se předešlo závažnějším následkům.

Školská zařízení v prevenci sebepoškození obecně

Školská zařízení, zejména výchovné ústavy, by měla při prevenci sebepoškození postupovat systematicky a důsledně. Klíčové je vytváření bezpečného a podporujícího prostředí, kde se děti cítí přijímány a respektovány. Pedagogičtí pracovníci by měli být pravidelně školeni, aby byli schopni rozpoznat včasné varovné znaky sebepoškození a adekvátně na ně reagovat. Je důležité, aby byla dětem poskytována emocionální podpora a přístup k psychologické péči. Preventivní programy by měly zahrnovat vzdělávání dětí o zdravých způsobech zvládnutí stresu a emocí, rozvoj sociálních dovedností a budování pozitivních vztahů. Školská zařízení by měla také aktivně spolupracovat s rodiči a odborníky (psychiatr, psycholog), aby zajistila komplexní péči o děti ohrožené sebepoškozením.

Všichni pedagogičtí pracovníci využívají příležitostí k osobní, společenské a morální výchově jako součásti prevence sebepoškození a neustále si rozšiřují své znalosti a dovednosti v této oblasti. Ředitel zařízení je odpovědný za organizaci a provádění systematických aktivit zaměřených na prevenci sebepoškození a agresivity.

Metody řešení sebepoškození:

V každém případě je neprodleně informován ředitel, který stanoví další postup a ošetřující pedopsychiatr, který stanoví další postup a následně s chlapcem pracuje. Při povrchovém zranění na místě ošetří vychovatel, při podezření na vážnější poranění zajistí vychovatel chlapci ošetření na zdravotnickém středisku, případně nemocnici nebo je přivolána RZS. Při vyšetřování sebepoškození dodržují pedagogové několik dalších strategií:

- Individuální rozhovor s tím, u koho bylo sebepoškození zaznamenáno (hovor s případnými svědky tohoto chování).
- Zajištění psychologické či psychiatrické podpory.
- Krizová intervence.
- Monitoring a hodnocení celé situace, nabídnutí pomoci či podpory dítěti ohrožené sebepoškozením.
- Vytváření bezpečného prostředí pro děti ohrožené sebepoškozením.
- Zapojení rodiny jako klíčové a efektivní řešení problému sebepoškození.

Zajišťují: Ředitel zařízení, zástupce ředitele, ošetřující psychiatr, psycholog, vedoucí vychovatel, klíčový pracovník, službu konající pedagogický pracovník.

Následně je vhodné přistoupit k již zklidněnému dítěti, které se sebepoškozovalo, a to například venkovními aktivitami, sportovními aktivitami, pohovorem s kamarádem či oblíbeným pracovníkem výchovného ústavu, sledování televize nebo poslech hudby.

Závěr:

Prevence a řešení sebepoškození v našem výchovném ústavu vyžaduje komplexní a systematický přístup, který zahrnuje včasné rozpoznání příznaků, poskytnutí odborné psychologické podpory a vytváření bezpečného a podpůrného prostředí. Klíčová je také vzdělávací činnost zaměřená na prevenci, individuální přístup k dětem a spolupráce s rodinou a odborníky. Díky těmto opatřením můžeme efektivně napomáhat dětem překonávat jejich problémy, podporovat jejich duševní zdraví a přispívat k jejich celkovému rozvoji a stabilitě. Ve vážnějších případech sebepoškození se tyto skutečnosti hlásí jako mimořádné události.