Załącznik nr 15 do

Polityki oraz procedur ochrony dzieci przed krzywdzeniem

**PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU SAMOOKALECZEŃ**

1. Rozmawiaj z uczniem w sposób tak naturalny, jak tylko potrafisz. Jeśli trudno ci rozpocząć rozmowę z uczniem, powiedz mu o tym: „Nie jest mi o tym łatwo mówić. To dla mnie trudny temat, ale uważam, że powinniśmy porozmawiać. To bardzo ważne”.

2. Zacznij od podania bezpośredniej przyczyny rozmowy oraz od okazania troski i chęci pomocy, np.: „Zauważyłam, że często nosisz bluzki z długimi rękawami, nawet kiedy jest ciepło. Ostatnio na rękawie zauważyłam plamy, to chyba była krew. Niepokoi mnie ta sytuacja i dlatego chciałabym o tym z tobą porozmawiać. Jeśli masz jakieś problemy, przeżywasz ciężkie chwile, to jestem tu po to, aby ci pomóc. Naprawdę bardzo mi na tym zależy. Opowiesz mi, co się stało?”.

3. Uważnie słuchaj. Zadawaj krótkie pytania. Nie komentuj na bieżąco relacjonowanych wydarzeń i nie podawaj od razu swoich interpretacji. Nie przerywaj – mów wtedy, kiedy uczeń przestanie mówić.

4. Posługuj się prostym językiem. Patrz na ucznia. Ujawniaj swoje odczucia – dziecko chce usłyszeć, że jego sprawy nie są ci obojętne. Wyraź krótko własne odczucia: „Jestem poruszony tym, co mi powiedziałeś”. Nie mów jednak, że jego słowa cię przeraziły. Przede wszystkim jednak nie bój się ciszy.

5. Zaplanuj czas i znajdź bezpieczne miejsce na rozmowę. Otwarta i szczera rozmowa nie może odbyć się na korytarzu szkolnym w trakcie przerwy lekcyjnej.

6. Rozmawiając z uczniem o samookaleczeniach, pytaj także o myśli i zamiary samobójcze. Analogicznie, w trakcie rozmowy o myślach samobójczych pytaj także o samouszkodzenia.

7. Skoncentruj się w rozmowie na uczuciach, problemach i sposobach ich rozwiązywania, a nie na samouszkodzeniach i samobójstwie.

8. Pozwól, by uczeń sam doprecyzował, czy rozmawiacie o samookaleczeniach, próbie samobójczej, czy o myślach i zamiarach samobójczych. Spróbuj dostrzec perspektywę ucznia – jak widzi teraz swoją sytuację, co go najbardziej przeciąża. Upewniaj się, że dobrze go rozumiesz. Skoncentruj się na historii ucznia. Nie podawaj przykładów z własnego życia lub życia innych osób, szczególnie tych, w których chciałbyś opowiedzieć, jak ty lub inni radzicie sobie z trudnościami.

9. Nie mów niczego, co mogłoby zwiększyć poczucie wstydu lub winy u ucznia. Nie oceniaj go i nie praw morałów. Szanuj uczucia ucznia i nie neguj tego, co czuje. Nie lekceważ przyczyn jego stresu i nieradzenia sobie z trudnościami. Uznaj realność jego bólu. Nie strasz szpitalem psychiatrycznym, nie groź, nie prowokuj.

10. Zadbaj o ucznia, aby czuł się ważnym partnerem w rozmowie z tobą, który ma poczucie sprawstwa. Pytaj, co chciałby, żeby się wydarzyło i jakiej pomocy potrzebuje. Nie rozmawiaj o samouszkodzeniach ucznia publicznie, na przykład na forum klasy.

11. Powiedz uczniowi o następnych krokach, które zamierzasz przedsięwziąć – o poinformowaniu dyrektora i rodziców. Porozmawiaj o jego obawach, jeżeli sam ich nie wyraża. Zapewnij ucznia, że zależy ci na jego dobru i bezpieczeństwie.

12. Ustal zasady kontaktu z rodzicami, np.: „Jestem zobowiązana, aby informacje o twoich problemach przekazać rodzicom, abyśmy razem mogli ci jak najlepiej pomóc. Powiedz mi… Wolisz, żeby z kim o tym porozmawiać, z mamą czy z tatą? Z którym rodzicem się lepiej dogadujesz? Zastanówmy się razem, jak im to powiemy. Wolisz powiedzieć sam, czy chcesz, abym ja to zrobiła w twoim imieniu? Chcesz brać udział w tej rozmowie?”

13. Zachęcaj do korzystania ze wsparcia na zewnątrz – u specjalistów udzielających pomocy w przypadkach samookaleczeń i zachowań samobójczych: psychiatrów, psychologów, psychoterapeutów. Spróbuj oswoić lęk ucznia przed korzystaniem z ich pomocy.

14. Po zakończeniu rozmowy uruchom procedurę postępowania w sytuacjach kryzysowych, w tym powiadom rodziców. Jeżeli martwisz się o ucznia, nie pozwól, by sam opuścił szkołę.

15. Nie pozostawiaj ucznia samego z jego problemami, odsyłając do kogoś innego. Nie porzucaj ucznia, lecz poszerzaj system wsparcia dla ucznia w kryzysie.

16. Interesuj się dalszymi losami ucznia i dopytuj go o wrażenia z rozmowy, o reakcję rodziców i o to, jak sobie radzi.

17. Jeśli młody człowiek leczy się terapeutycznie lub psychiatrycznie, wyraź gotowość i chęć współpracy z profesjonalistami spoza szkoły.

18. Zastanów się wspólnie z uczniem, jak w przyszłości można zapobiegać jego samookaleczeniom – do kogo spośród personelu szkolnego mógłby się zwrócić w razie kryzysu.

**Powstrzymaj się od niepożądanych działań:**

* Nie składaj obietnic, których nie będziesz w stanie dotrzymać. Jeśli chcesz podać uczniowi swój numer telefonu, zrób to, ale dokładnie określ, kiedy i w jakich sytuacjach uczeń może się z tobą kontaktować.
* Nie nalegaj, żeby uczeń pokazał ci swoje samookaleczenia i żeby opisywał, w jaki sposób się ranił. Ocena tego, jak poważne są uszkodzenia na ciele ucznia, należy do lekarza, pielęgniarki lub rodziców ucznia.
* Nie umawiaj się z nastolatkiem na to, żeby przestał się samookaleczać. Proszenie osób, dla których samouszkodzenia są̨ ważnym mechanizmem radzenia sobie z trudnościami, aby przestały to robić́, jest nieskuteczne.