



---

POZNÁMKY K TÉMATU

# Sebepoškozování u dětí a mládeže

vyplývající z diskuzního panelu/  
workshopu pro odbornou komunitu  
pomáhajících profesí

# *Motto setkání: „Nehledáme univerzální návod na řešení. Jde nám o setkání odborné komunity a o hledání společného náhledu.“*

Místo konání a datum: Villa Hrdlička Česká Lípa, 3. 4. 2024

Záštitu nad akcí převzala starostka města Česká Lípa Ing. Jitka

Volfová a náměstek hejtmána pro sociální oblast Mgr. Petr Tulpa

Foto: Vít Černý

## **Program**

|             |                                        |
|-------------|----------------------------------------|
| 8.30–9:00   | Prezence účastníků                     |
| 9.00–9.30   | Přivítání a úvodní slovo               |
| 9.30–11.00  | Úvodní diskuzní panel odborníků        |
| 11.00–11.30 | Přestávka                              |
| 11.30–13.00 | Skupinové diskuzní workshopy účastníků |
| 13.00–13.20 | Přestávka                              |
| 13.20–14.40 | Prezentace dílčích výstupů z workshopů |
| 14.40–15.00 | Závěrečná diskuze                      |

# Odborníci

## **MUDr. Petra Vrzáčková, Ph.D, FECSM**

Sexuoložka se specializací na transgender, původně pracující v porodnictví. Vystudovala v Lyonu, Portu a Oxfordu sexuologii a současně se na TH klinice v Praze věnuje především trans a nebinárním lidem. Dále působí v Národní ústavu duševního zdraví.

## **PhDr. Jiří Broža**

Speciální pedagog, psychoterapeut a supervizor, vystudoval PdF UP Olomouc, obor speciální pedagogika, rigorózní zkouška na FF UK Praha, absolvoval výcviky: psychodynamická psychoterapie SUR, systemická psychoterapie, psychoanalytická psychoterapie. Je akreditovaným supervizorem ČIS. Má rozsáhlou praxi v oblasti speciální pedagogiky, adiktologie a psychoterapie.

## **PhDr. Jan Kulháněk**

Klinický psycholog, psychoterapeut, supervizor a lektor vzdělávání. V letech 1992–2005 byl arteterapeut a psycholog na Dětské psychiatrické klinice FN Motol, 2006–2011 vedoucí psycholog a psychoterapeut v Denním psychoterapeutickém sanatoriu Ondřejov, dosud působí v privátním zdravotnickém zařízení Psychoterapie Anděl v Praze. Autor a vedoucí koordinátor Krizové linky pomoci pro děti a dospělé projektu Koronavirus -psychopomoc.

## **Moderátor: PaedDr. Jiljí Novotný**

Psychoterapeut, konzultant, supervizor, kouč, rigorózní zkouška na FTVS UK Praha, absolvoval výcvik psychodynamické psychoterapie SUR. Je akreditovaným supervizorem ČIS a akreditovaný kouč Erickson College.

## Charakter akce a průběh dne

---

**A**kce měla krajský charakter, pozváni byli především profesionálové odborné komunity, která působí v oblasti České Lípy a Nového Boru.

Celodenního diskusního panelu/workshopu se zúčastnilo 55 diskutujících z celé škály pomáhajících profesí z resortů školství, zdravotnictví, sociálních věcí a vnitra.

Pozvání přijali výchovní poradci základních a středních škol, školní psychologové, psycholožky a speciální pedagogové Pedagogicko-psychologické poradny Česká Lípa, pediatrii, psychiatři a kliničtí psychologové působící v oblasti zdravotnictví nebo v privátních službách, pracovníci sociálních služeb (nizkoprahové zařízení pro děti a mládež a sociálně aktivizační služby, terénní služby pro závislé), pracovníci OSPOD ad.

## **Přivítání a úvodní slovo:**

V úvodu pozdravil účastníky Mgr. Petr Tulpa, náměstek hejtmana Libereckého kraje pověřený řízením resortu sociálních věcí, který ve svém příspěvku ocenil myšlenku pořádání podobných akcí s cílem setkání odborníků z oblasti pomáhajících profesí. Zdůraznil potřebu společně diskutovat podobná tíživá témata a nastavovat v síti preventivní a akutní systém pomoci.

Ředitelka Charity Česká Lípa Eva Ortová přivítala účastníky, zdůraznila myšlenku a cíl setkání s tím, že neočekáváme jako výstup z diskuse nějaké univerzální návody řešení jednotlivých případů, ale že nám jde v první řadě o setkání pracovníků pomáhající a poradenské sítě a hledání společného náhledu na problematiku.

## **Úvodní diskuzní panel odborníků:**

V diskuzním panelu sdíleli s účastníky své zkušenosti s touto problematikou pozvaní odborníci MUDr. Petra Vrzáčková, Ph. D, FECSM, sexuoložka z TH kliniky v Praze a působící v Národním ústavu duševního zdraví, PhDr. Jan Kulhánec, klinický psycholog, psychoterapeut a supervizor působící v privátním zdravotnickém zařízení Psychoterapie Anděl v Praze a PhDr. Jiří Broža, psychoterapeut, adiktolog, speciální pedagog a supervizor.

Diskuse v úvodním panelu se pohybovala v hranicích náhledu na problematiku rodinného zázemí dětí a dospívajících s myšlenkou celé škály příčin a důsledků, které se mohou dříve, později nebo aktuálně projevit v prožívání a chování dětí a dospívajících. V této souvislosti bylo upozorněno na složité období dospívání (podle průzkumů a praxe se nejvíce problematika záměrného sebepoškozování týká dětí a dospívajících od zhruba 13 let věku) a potřebu budování dobrých partnerských vztahů a komunikace v tomto složitém období. Odborníci sdíleli své zkušenosti a příklady ze své konkrétní praxe.

Záměrem pořadatelů a moderátora prvního diskusního panelu PaedDr. Jiljí Novotného bylo nastavit klima sdílení konkrétních zkušeností a náhledu na problematiku u zúčastněných odborníků z praxe (výše zmíněné profesní role zúčastněných), jak ji účastníci vnímají ze svého úhlu pohledu a praxe a přemýšlení o možnostech, jak pomoci v síti především inkriminovaným dětem, rodinám, školským pracovníkům či jiným zainteresovaným subjektům v terénu. První diskusní panel s pozvanými odborníky byl záměrně organizován bez větší diskuse z pléna naslouchajících s tím, aby své myšlenky nechali a uchovali na následující diskusi ve skupinách.

### **Skupinové diskuzní workshopy účastníků:**

V druhém diskusním bloku byli účastníci organizátory předem rozděleni do čtyř diskuzních skupin, především byla důležitá vyvážená účast spektra profesních rolí ve skupinách. Diskuzních skupin se zúčastnili také odborníci z úvodního panelu. Účastníci ve skupinách byli vyzváni ke sdílení své konkrétní praxe a požádáni o stručný zápis zásadních myšlenek vyplývajících z diskuze. Stejně jako úvodní diskuze měl i workshop ve skupinách časovou dotaci cca 90 minut. Každá skupina se svého úkolu zhostila svým originálním způsobem a myšlenky a výstupy připravila k závěrečné společné prezentaci.

### **Prezentace dílčích výstupů z workshopů:**

V třetím pracovním bloku prezentovala každá skupina průběh diskuse, své myšlenky, postoje a závěry (fotografie zápisů na flipchart jsou uvedeny jako příloha tohoto dokumentu). Pracovní skupina pořadatele akce projednala a pokusila se společně s oslovenými odborníky pojmenovat závěry diskuzního workshopu, které předkládáme zpětně účastníkům.

## **Závěry plynoucí z diskuzních workshopů**

---

### **Poznámky směrem k rodičům:**

- věnovat svým dětem více pozornosti (partnerství, společné aktivity, povídání si ad.)
- vytvářet partnerství a vzájemné naslouchání se školskými pracovníky
- neodmítejte pomoc nebo jiný úhel pohledu na dítě nebo události
- konzultujte s odborníky, zda se jedná o experiment či závislost
- vnímejte, v jakém stádiu jste zachytili indicie
- existují i jiná pracoviště (mimo zdravotnictví), která vám mohou pomoci
- naučte se stanovovat přiměřené hranice svým dětem, poradte se, jak na to
- učte se svému dítěti naslouchat, respektujte své pocity i pocity dítěte
- každé dítě je originál, nelze škatulkovat a hned chtít diagnózu

- ochota se učit, vidět a pojmenovat
- iniciujete vytváření skupin rodičů pod vedením odborníka (naslouchejte sobě a druhým)
- zaměřte se na prožívání, pocity svých dětí než na jejich chování a reakce
- vytvářejte svůj originální program prevence v souladu s dobrou kulturou vaší rodiny, poradíme Vám, jak na to
- ne každé „poškrábání“ musí vést k sebevražedným úmyslům
- nesnažte se ihned něco zakázat a trestat, chce to citlivý postup, poraďte se s odborníkem
- mějte přehled o tom, kde a s kým a o čem vaše dítě chatuje (dělejte to citlivým způsobem)
- vesměs všichni oslovení odborníci vám chtějí pomoci, není třeba jim nedůvěřovat
- jestli může někdo nejlépe pomoci, tak jste to právě vy
- dávejte větší pozor na to, jak jsou do vašich partnerských konfliktů zainteresovány vaše děti (vidí vás, slyší vás, vnímají svoji nejistotu a ohrožení atd.)
- na druhou stranu otužujte své děti správným vnímáním reality, jděte jim příkladem
- nepoužívejte otázku PROČ?; když musíte, klad'te otevřené otázky: co, kde, kdo, jak, kdy
- nehodnoťte a nekomentujte, stačí když sdílíte účast a zájem, ptejte se na pocity, vyjadřujte své pocity
- nehodnotím dítě, jaké je a co udělalo, ale projevuji nesouhlas se sebepoškozováním
- diskutujte s dětmi hranice jejich svobody

## **Poznámky směrem ke školským pracovníkům:**

- hledejme vstřícnou a partnerskou platformu pro spolupráci s rodiči
- vyhledávejme zážitkové a sebekorektivní kurzy a výcviky pro školské pracovníky, zejména pro výchovné poradce a třídní učitele



- vyhledávejme nebo organizujme společné supervize pedagogických pracovníků či sítě pomáhajících profesí spolupracujících se školou
- organizujme semináře a workshopy pro rodiče a pedagogy společně ve vybraných tématech
- poskytujme rodičům informace o pracovištích a organizacích, kam se mohou obracet
- vytvářejme příležitosti k vzájemné komunikaci a naslouchání (skupiny rodičů a pedagogů)
- nehodnoťme rodiče, naslouchejme jim a snažme se jim v jejich potížích porozumět, vytvářejme jim ve škole bezpečné prostředí
- vytvářejme podporu třídním učitelům v rozvoji jejich kompetencí (umění získat a vytvářet důvěru u dětí atd.)
- budujme ve školách vhodné a nerušené prostory pro individuální práci s dětmi či rodiči (kabinet, sborovna či kancelář ředitele nemusí vždy vzbuzovat důvěru a pocit bezpečí pro rozhovor a naslouchání, a to oboustranně)
- informujte vedení školy o výstupech diskuzního panelu

## **Poznámky směrem k poradenským a sociálním službám:**

- nabízejme ve školách naše služby nejen přímo žákům, ale vysvětlujme pedagogickým pracovníkům a vedení škol naše programy a cíle
- poskytněme své odborné pracovníky na pomoc rodinám či škole, komunikujme osobně nejen prostřednictvím letáků atd.
- poskytněme informace o svých programech i pracovištích ve zdravotnictví
- vytvářejme ve svých organizacích a na pracovištích pro děti a dospívající prostor důvěry, respektu a naslouchání
- vytvářejme nové aktivity (viz dětské skupiny Fokus Liberec, nabídka terénní služby Charity Česká Lípa, Linka bezpečí atd.)

## **Poznámky k možnostem prevence či aktuální akutní pomoci:**

- usilovat o podobná setkání širší odborné komunity na různá témata (domácí násilí, silná orientace na výkon ve škole, kyberšikana a šikana, nadužívání energetických nápojů aj.)
- budovat ve svém odborném okolí pomocnou síť spolupracujících odborníků, vědět o sobě a v případě závažných situací umět rychle pomoci nebo nasměrovat na rychlou pomoc