

Srednja zdravstvena šola Celje  
Ipavčeva ulica 10  
3000 Celje



# **POGLEDI DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE NA SAMOPOŠKODBE V LETIH 2015 IN 2020 – PRIMERJALNA ANALIZA**

RAZISKOVALNA NALOGA

Avtorice:

Maja Podkrajšek, 1. b  
Dilara Nikolić Pavlinek, 1. b  
Eva Jovanovič, 1. b

Mentor:

Peter Čepin Tovornik, dipl. zn., dipl. san. inž.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje  
Celje, 2020

Srednja zdravstvena šola Celje  
Ipavčeva ulica 10  
3000 Celje



# **POGLEDI DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE NA SAMOPOŠKODBE V LETIH 2015 IN 2020 – PRIMERJALNA ANALIZA**

RAZISKOVALNA NALOGA

Avtorice:  
Maja Podkrajšek, 1. b  
Dilara Nikolić Pavlinek, 1. b  
Eva Jovanovič, 1. b

Mentor:  
Peter Čepin Tovornik, dipl. zn., dipl. san. inž.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje  
Celje, 2020

## ZAHVALA

---

Najprej bi se zahvalile našemu mentorju gospodu Petru Čepinu Tovorniku, dipl. zn., dipl. san. inž., ki nam je omogočil izdelavo raziskovalne naloge, nas podpiral, vzbujal k delu ter dajal nasvete in nam pomagal, da smo se ob izdelovanju naloge marsikaj naučile.

Za strokovni pregled naloge se zahvaljujemo gospe Olgi Štancar, dipl. m. s, za prevod povzetka v angleščino gospe Franji Dobrajc, prof, za slovnični pregled naloge gospe Maji Antonič, prof., za tehnično podporo gospe Nini Lobe Selič, prof. ter gospe Smilji Pevec, univ. dipl. biol., za koordinatorsvo raziskovalne dejavnosti na šoli.

Zahvaljujemo se tudi vsem dijakom Srednje zdravstvene šole Celje, ki so si vzeli čas in rešili anketni vprašalnik ter vsem trem svetovalnim delavkam Srednje zdravstvene šole Celje, ki so bile pripravljene odgovoriti na vprašanja za intervju in povedati svoje mnenje o samopoškodovanju.

Zahvala pa gre tudi ravnateljici, gospe Katji Pogelšek Žilavec, prof., mag. posl. ved, ki podpira raziskovalno delo na naši šoli.

# KAZALO

---

## KAZALO VSEBINE

<b>ZAHVALA</b> .....	<b>3</b>
<b>KAZALO</b> .....	<b>4</b>
KAZALO VSEBINE.....	4
KAZALO SLIK .....	4
KAZALO GRAFOV .....	4
<b>POVZETEK</b> .....	<b>8</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>9</b>
<b>1 UVOD</b> .....	<b>10</b>
1.1 NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE .....	10
1.2 CILJ RAZISKOVALNE NALOGE.....	10
1.3 HIPOTEZE .....	11
1.4 METODE DELA.....	11
<b>2 TEORETIČNI DEL</b> .....	<b>13</b>
2.1 KAJ JE SAMOPOŠKODBENO VEDENJE? .....	13
2.2 KDO SE SAMOPOŠKODUJE? .....	13
2.3 VZROKI SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA.....	14
2.4 VRSTE SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA .....	14
2.5 KAKO PREPOZNATI SAMOPOŠKODBENO VEDENJE .....	15
2.6 POSLEDICE SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA.....	15
2.7 ZDRAVLJENJE .....	16
2.8 SAMOPOMOČ .....	16
<b>3 EMPIRIČNI DEL</b> .....	<b>17</b>
3.1 VZOREC RAZISKAVE .....	17
3.2 ČAS RAZISKAVE .....	17
3.3 OBDELAVA PODATKOV .....	17
3.4 REZULTATI RAZISKAVE.....	17
3.5 SKUPINSKI INTERVJU S SVETOVALNIMI DELAVKAMI SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE .....	73
3.6 PRIMERJAVA REZULTATOV IN RAZPRAVA .....	75
<b>4 ZAKLJUČEK</b> .....	<b>78</b>
<b>5 VIRI IN LITERATURA</b> .....	<b>79</b>
<b>6 PRILOGA</b> .....	<b>81</b>

## KAZALO SLIK

Slika 1: Rezanje kože .....	15
-----------------------------	----

## KAZALO GRAFOV

Graf 1: Ali ste že slišali za samopoškodovanje?.....	18
Graf 2: Poznate kakšno osebo, ki izvaja oz. je izvajala samopoškodbe, in katerega spola je? .....	18

Graf 3: Kako pogosto se po vašem mnenju izvajajo samopoškodbe v današnjem času?	19
Graf 4: Stopnja strinjanja, da je rezanje kože samopoškodba	19
Graf 5: Stopnja strinjanja, da je namerno povzročena poškodba samemu sebi samopoškodovanje	20
Graf 6: Stopnja strinjanja, da je neuspeh poskus samomora samopoškodba	20
Graf 7: Stopnja strinjanja, da samopoškodovanje velja za duševno motnjo	21
Graf 8: Stopnja strinjanja, da samopoškodba velja kot vzbujanje pozornosti	21
Graf 9: Stopnja strinjanja, da samopoškodba velja za način življenja	22
Graf 10: Mnenje o tem, da pod samopoškodovalno vedenje štejemo tetovaže	22
Graf 11: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo pirsingiranje	23
Graf 12: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo puljenje las	23
Graf 13: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo pitje alkohola	24
Graf 14: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo kajenje	24
Graf 15: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo žganje kože	25
Graf 16: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo rezanje kože	25
Graf 17: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo praskanje kože	26
Graf 18: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo britje	26
Graf 19: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo udarjanje samega sebe	27
Graf 20: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo stiskanje mozoljev	27
Graf 21: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo namerne opekline	28
Graf 22: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo vdihavanje strupenih plinov	28
Graf 23: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo odpiranje ran	29
Graf 24: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo grizenje nohtov do krvi	29
Graf 25: Anketirani dijaki so v svojem življenju že pomislili na samomor	30
Graf 26: Anketirani dijaki so v svojem življenju že poskusili izvesti samomor	30
Graf 27: Anketirani dijaki so se zdravili zaradi duševne bolezni	31
Graf 28: Anketirani dijaki imajo ločene starše	31
Graf 29: Anketirani dijaki živijo samo z mamo	32
Graf 30: Anketirani dijaki živijo samo s očetom	32
Graf 31: Anketirani dijaki živijo pri rejnikih	33
Graf 32: Anketirani dijaki so že imeli depresijo	33
Graf 33: Anketirani dijaki preživijo za internetom vsak dan najmanj 2 uri	34
Graf 34: Anketirani dijaki so pogosto jezni	34
Graf 35: Anketirani dijaki so pogosto zaskrbljeni	35
Graf 36: Anketirane dijake je pogosto strah	35
Graf 37: Težav anketiranih dijakov doma nihče ne posluša	36
Graf 38: Učni uspeh anketiranih dijakov je povprečno nad 3	36
Graf 39: Učni uspeh anketiranih dijakov je povprečno pod 3	37
Graf 40: Uživanje alkoholnih pijač vsaj enkrat tedensko pri anketiranih dijakih	37
Graf 41: Anketirani dijaki so že izvajali samopoškodbe	38
Graf 42: Anketirani dijaki so že poklicali na anonimni telefon za pomoč v stiski	38
Graf 43: Anketirani dijaki, ki so bili v življenju spolno zlorabljeni	39
Graf 44: Anketirani dijaki so pogosto pod psihičnim stresom	39

Graf 45: Stopnja strinjanja, da so osebe, ki izvajajo samopoškodbe, so samo mladostniki.....	40
Graf 46: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, duševne težave .....	40
Graf 47: Stopnja strinjanja, da je osebe, ki izvajajo samopoškodbe, potrebno zdraviti .....	41
Graf 48: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave doma .....	41
Graf 49: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave v ljubezni .....	42
Graf 50: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave v šoli .....	42
Graf 51: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, nizko samopodobo.....	43
Graf 52: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo jezo .....	43
Graf 53: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči.....	44
Graf 54: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, sporočajo napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin .....	44
Graf 55: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem vzbujajo pozornost.....	45
Graf 56: Stopnja strinjanja, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbo, nehal/-a družiti. ....	45
Graf 57: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki se samopoškoduje, pomagal/-a, če bi to želela .....	46
Graf 58: Stopnja strinjanja, da bi se osebe, ki izvaja samopoškodbe, izogibal/-a, ker nočem, da slabo vpliva name .....	46
Graf 59: Stopnja strinjanja, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbe, pogovoril/-a in ji dal/-a občutek varnosti .....	47
Graf 60: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, želel/-a preprečiti, naj tega ne počne .....	47
Graf 61: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč .....	48
Graf 62: Stopnja strinjanja, da ne bi naredil/-a nič, ker je to njegov/njen problem ....	48
Graf 63: Kako bi ravnali, če bi izvedeli, da je nekdo izmed vaših sošolcev/sošolk samopoškodovalec.....	49
Graf 64: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave doma .....	50
Graf 65: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave doma .....	50
Graf 66: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave v ljubezni ..	51
Graf 67: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je nesrečno zaljubljen/-a .....	51
Graf 68: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je slabe volje .....	52
Graf 69: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je jezen/-a nase.....	52
Graf 70: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je jezen/-a na druge....	53
Graf 71: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ga nihče ne razume ....	53
Graf 72: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ga nihče ne posluša ...	54
Graf 73: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je bil/-a zlorabljen/-a ...	54
Graf 74: Stopnja strinjanja, da dijak ne zna razložiti, zakaj se samopoškoduje .....	55
Graf 75: Stopnja strinjanja, da dijak nima razloga za izvajanje samopoškodb.....	55

Graf 76: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe doma v svoji sobi .....	56
Graf 77: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja doma v kopalnici/ na stranišču .....	56
Graf 78: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja v šoli na stranišču .....	57
Graf 79: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja v šoli med poukom .....	57
Graf 80: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja pri prijateljih .....	58
Graf 81: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja na počitnicah .....	58
Graf 82: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe večkrat dnevno .....	59
Graf 83: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe vsak dan .....	59
Graf 84: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat tedensko .....	60
Graf 85: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat mesečno .....	60
Graf 86: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat letno .....	61
Graf 87: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zapestju .....	61
Graf 88: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani roke od komolca do zapestja .....	62
Graf 89: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani roke od ramena do komolca .....	62
Graf 90: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani roke od komolca do zapestja .....	63
Graf 91: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani roke od ramena do komolca .....	63
Graf 92: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na presnem košu .....	64
Graf 93: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na vratu .....	64
Graf 94: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na hrbtu .....	65
Graf 95: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani stegen ....	65
Graf 96: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani stegen ....	66
Graf 97: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na predelu spolovil .....	66
Graf 98: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na stopalih .....	67
Graf 99: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na nohtih .....	67
Graf 100: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na predelu lasišča .....	68
Graf 101: Stopnja strinjanja o trditvi, da potrebujejo strokovno pomoč glede izvajanja samopoškodb? .....	68
Graf 102: Stopnja strinjanja o trditvi, da ste s samopoškodovanjem zasvojeni.....	69
Graf 103: Stopnja strinjanja o trditvi, da lahko šola kot ustanova pomaga osebami, ki izvajajo samopoškodbo .....	69
Graf 104: Stopnja strinjanja o trditvi, da so pedagoški in svetovalni delavci zainteresirani za izobraževanje na področju reševanja težav z osebami, ki izvajajo samopoškodbe .....	70
Graf 105: Stopnja strinjanja o trditvi, da je na naši šoli veliko dijakov, ki izvajajo samopoškodbe .....	70
Graf 106: Stopnja strinjanja o trditvi, da so učitelji dovolj strpni do drugačnosti.....	71
Graf 107: Stopnja strinjanja o trditvi, da so sošolci dovolj strpni do drugačnosti.....	71
Graf 108: Stopnja strinjanja o trditvi, da želite povedati ostalim, da se samopoškodujete .....	72

## POVZETEK

---

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti, kako pogosto se dijaki Srednje zdravstvene šole Celje samopoškodujejo, kakšni so razlogi za takšno početje ter kaj o tem menijo dijaki, ki se še niso samopoškodovali. Cilj raziskovalne naloge pa je s pomočjo podatkov pomagati posameznikom, ki si povzročajo samopoškodbe ter druge seznaniti s to problematiko.

V teoretičnem delu je opisano, kaj je samopoškodbeno vedenje, vzroki, vrste ter posledice tega ter kako poteka zdravljenje.

Osnova za empirični del je anketni vprašalnik, ki je bil izveden v letih 2015 (rešilo 149 dijakov) in 2020 (rešilo 192 dijakov) ter intervju. Za samopoškodbeno vedenje je v letu 2020 slišalo več anketiranih dijakov (97,4 %) kot leta 2015 (96,6 %). V letu 2015 je bilo več anketiranih dijakov (56,4 %) mnenja, da so se samopoškodbe izvajale pogosteje kot v letu 2020 (54,2 %). Anketirani dijaki v letu 2020 pogosteje menijo, da samopoškodbeno vedenje izvajajo samo mladostniki. Z osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi se v letu 2020 nehala družiti 1,6 % anketiranih dijakov, v letu 2015 pa je takšnih 3,4 % anketiranih. Več anketiranih dijakov se samopoškoduje zaradi težav doma, v letu 2020 44,3 %, v letu 2015 pa 39,0 %.

Ključne besede: dijak, mladostnik, samopoškodba, samopoškodbeno vedenje.



## ABSTRACT

---

The purpose of the research work is to find out how often the students of the Secondary School of Nursing Celje have self-harmed, what are the reasons for such an act, and what students who have not self-harmed think about it. The aim of the research work is to help individuals who cause self-harm and make others aware of this issue through data.

In the theoretical part is described what self-harming behaviour is, the causes, types and consequences of it, and how the treatment takes place.

The empirical part is based on a questionnaire conducted in 2015 (149 students filled it in) and 2020 (192 students filled it in) and an interview. For self-harming behaviour heard in 2020 more students (97.4%) than in 2015 (96.6%). In 2015, more students surveyed (56.4%) thought that self-harm was more common than in 2020 (54.2%). Students surveyed in 2020 are more likely to believe that only adolescents commit self-harming behaviour. With a self-inflicted person would stop to socialize 1.6% of the students surveyed in 2020, and in 2015 would stop socialize 3.4%. More students surveyed are self-harming due to problems at home, in 2020 44.3% and in 2015 39.0%.

Keywords: student, adolescent, self-harm, self-harming behaviour.

# 1 UVOD

---

Idejo, da bi raziskovale samopoškodbeno vedenje smo dobile, ko smo se s profesorjem pogovarjale o današnjih problemih mladostnikov. Zanimalo nas je, kako na to početje gledajo dijaki Srednje zdravstvene šole Celje in koliko dijakov se samopoškoduje. Že prej smo vedele, da na to početje vpliva duševna stiska, a nas je zanimalo še nekaj več.

Samopoškodbeno vedenje je nekakšna »bolezen« sodobnega časa, ki se pojavi predvsem pri mladostnikih. Na takšno vedenje vpliva duševno zdravje, ki je opredeljeno kot blaginja, v kateri lahko posameznik uresniči svoje sposobnosti, je zmožen obvladati običajne življenjske obremenitve in strese, lahko produktivno in ustvarjalno dela ter prispeva k zdravju svoje skupnosti (Drobne, Mohar, 2009, str. 24).

Mladostništvo je obdobje, v katerem ni toliko zdravstvenih težav. To je čas, v katerem se utrjujejo navade in način vedenja, ki lahko zdravje ogrozijo ali pa ga negujejo. Mladostnik v tem času razvije svojo samopodobo. V tem času se telo hitro razvija, kar je lahko vzrok za njegovo nezadovoljstvo. Pomembno vlogo med odraščanjem imajo tudi vrstniki. V skupini vrstnikov mladostnik dela, se sprosti in zabava ter utrjuje zaupanje vase in v druge. Lahko pa od vrstnikov prejme negativne in škodljive spodbude, ki vodijo v depresijo, slabo samopodobo in zaprtje vase. Med vrstniki, mladostnik postane odločnejši in močnejši. Z njimi deli svoje bojzani ter negotovosti. Vrednote, ki jih mladostnik prejme od svoje družine, dopolnjuje ali pa nadomesti z vrednotami vrstnikov. Da bo mladostnik zadovoljen s sabo in da bo imel gotovost vase, je pomembno, da se družijo s tistimi ljudmi, ki jih ceni in ob katerih se dobro počuti (Drobne, Mohar, 2009, str. 10, 11).

Mladostništvo je obdobje, kjer so čustva bolj izražena. To pomeni, da je mladostnik bolj občutljiv (mladostnik se vznemiri v situacijah, ki jih prej ni opazil), bolj je izražena čustvena labilnost (hitra menjava razpoloženja) in ima veliko nasprotujočih si čustev (npr. isto osebo lahko sovraži in jo ima rad) (Topler, 2012, str. 5).

## 1.1 NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti, kako pogosto dijaki Srednje zdravstvene šole Celje izvajajo samopoškodbe, kakšni so razlogi za takšno početje, kaj o tem menijo dijaki, ki se še niso samopoškodovali in ali so se pripravljene izobraževati na tem področju ter s tem pomagati dijaku, ki se samopoškoduje.

## 1.2 CILJ RAZISKOVALNE NALOGE

Cilj raziskovalne naloge je pridobiti čim več podatkov od dijakov ter s pomočjo njih poskusiti pomagati posameznikom, ki izvajajo samopoškodbe, ter druge seznaniti s to problematiko.

## 1.3 HIPOTEZE

Preden smo začele izdelovati raziskovalno nalogo in posredovale anketne vprašalnike, smo si zastavile naslednje hipoteze:

Hipoteza 1: V letu 2020 je več anketiranih dijakov slišalo za samopoškodbe kot v letu 2015.

Hipoteza 2: Anketiranih dijakov, ki menijo, da se samopoškodbe izvajajo pogosto, je več v letu 2020 kot v letu 2015.

Hipoteza 3: Anketiranih dijakov, ki menijo, da samopoškodbeno vedenje izvajajo samo mladostniki, je več v letu 2020 kot v letu 2015.

Hipoteza 4: V letu 2020 več anketiranih dijakov meni, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbe, nehal/-a družiti v primerjavi z letom 2015.

Hipoteza 5: Anketiranih dijakov, ki izvajajo samopoškodbe zaradi težav doma, je več v letu 2020 v primerjavi z letom 2015.

Hipoteza 6: V letu 2020 je več anketiranih dijakov, ki se samopoškodujejo enkrat mesečno v primerjavi z letom 2015.

## 1.4 METODE DELA

Za izdelavo raziskovalne naloge smo uporabile naslednje metode in tehnike dela:

- iskanje literature in virov,
- anketiranje in
- skupinski intervju.

Naše delo je potekalo po naslednjem vrstnem redu:

- najprej smo skupaj z mentorjem določile temo,
- zastavile smo si namen in cilj raziskovalne naloge,
- na podlagi namena in cilja smo si zastavile hipoteze,
- poiskale smo literaturo in pridobile vire, ki smo jih nato natančno preučile in jih uporabile v teoretičnem delu,
- po razredih smo posredovale dostop do spletnega anketnega vprašalnika,
- pridobljene podatke smo nato analizirale in interpretirale ter oblikovale grafe,
- na podlagi rezultatov smo hipoteze potrdile ali ovrgle.
- na koncu smo napisale zaključek s predlogi za izboljšanje stanja.

Ko smo si izbrale temo ter postavile hipoteze, smo začele iskati literaturo in pridobivati vire za izdelavo teoretičnega dela raziskovalne naloge. Uporabile smo knjižno in spletno literaturo.

Med dijake smo tudi posredovale dostop do spletnega anketnega vprašalnika. Anketni vprašalnik je sestavljen iz dveh sklopov. Na prvi sklop vprašanj so odgovarjali vsi dijaki, na drugi sklop pa samo dijaki, ki so se samopoškodovali.

Anketni vprašalnik zajema petnajst vprašanj, in sicer deset vprašanj prvega sklopa in pet vprašanj drugega sklopa.

Vprašanja so odprtega in zaprtega tipa. 14 vprašanj je zaprtega tipa, eno pa je odprtega tipa. Eno vprašanje ima dva možna odgovora, eno tri možne odgovore in eno pet možnih odgovorov. Eno vprašanje ima pet odgovorov, kjer so pod zadnjo alinejo dijaki lahko napisali svoj odgovor, če ga niso našli med ponujenimi. Pet vprašanj je sestavljenih iz 6, 7, 9, 11 in 12 trditev, kjer so dijaki ocenjevali stopnjo strinjanja po 5-stopenjski Likertovi lestvici. Dve vprašanji imata po 15 oz. 20 trditev, kjer so dijaki izrazili strinjanje s posamezno trditvijo (da/ne). Tri vprašanja, ki imajo dvakrat po 6 in enkrat po 14 trditev, pa se nanašajo na trditve o pogostosti izvajanja samopoškodb po 5-stopenjski lestvici.

## 2 TEORETIČNI DEL

---

### 2.1 KAJ JE SAMOPOŠKODBENO VEDENJE?

Samopoškodbeno vedenje je namerno poškodovanje lastnega telesa, ki povzroči bolečino, krvavitve, brazgotine ali podpludbe (Gorenc, 2012). Samopoškodbeno vedenje postaja vedno bolj pogosto. Dekleta se samopoškodujejo pogosteje kot fantje. Samopoškodbeno vedenje večinoma izvajajo mladostniki, ki so pod stresom ali pritiskom družbe oz. so v duševni stiski. Je pa tudi veliko primerov, ko se mladostnik poškoduje samo zato, da bi vzbudil pozornost. Tako se na nezdrav način soočajo z negativnim navalom čustev, saj s tem občutijo zadovoljstvo. To privede do manjših ali pa zelo resnih telesnih poškodb. V družbi je samopoškodovanje navedeno kot nesprejemljivo, kar privede mladostnika, da svoje rane in brazgotine skriva. Oseba z ranami sebi in drugim sporoča, kakšno bolečino čuti v sebi (Forštnarič, Vogrinec, Zorko, 2014, str. 7).

Samopoškodbenega vedenja ne moremo enačiti s samomorilnim vedenjem. Posameznik je med samim dejanjem v spremenjenem psihološkem stanju, vendar ne poskuša narediti samomora. Med samim samopoškodbenim vedenjem si lahko mladostnik naredi več škode, kot jo je nameraval narediti. Včasih so takšna dejanja lahko usodna (Hvala in sod., 2012, str. 291).

Do samopoškodbenega vedenja lahko pride zaradi čisto nepomembnega dogodka. V mladostniku ta dogodek sproži čustva, ki ga privedejo do hude napetosti, ki je ni zmožen več obvladovati. Bolečina, ki jo občuti ob samopoškodbi, mu daje olajšanje. Žal je pa to olajšanje kratkotrajno. Sledi namreč občutek sramu, krivde in samoobtoževanje. Sčasoma je potrebna večja samopoškodba (Pirnat, 2012, str. 2).

### 2.2 KDO SE SAMOPOŠKODUJE?

Samopoškodbeno vedenje izvaja 4 % celotne populacije, od tega je 8-35 % mladostnikov. Najpogosteje se poškodujejo mladostniki stari od 14 do 16 let. Večina samopoškodovalcev je deklet – 20 %, fantje – 9 % pa samopoškodbeno vedenje izvajajo dvakrat manj kot deklet. Te osebe pogosto trpijo za psihičnimi motnjami, kot so čustvene motnje, depresija, motnja hranjenja in pomanjkanja samozavesti. Lahko so pa tudi duševno bolne in duševno zaostale (Heliodor, 2014, str. 1).

Pogosteje se poškodujejo tisti, ki se počutijo odrinjene v družbi. Velik problem predstavljajo tudi hudi družinski problemi in čustvene težave. Osebe, ki se samopoškodujejo, imajo pogosto probleme s spolnostjo in motnjo v prehranjevanju. Veliko deklet se rado reže v času menstruacije, vendar ne pred njo, saj ne gre zgolj za izraz predmenstrualne napetosti (Fenwick, Smith, 1997, str. 243).

Mladostniki imajo veliko vzrokov za samopoškodbo. Nekateri ne znajo prepoznati svojih čustev oziroma jih ne znajo izražati na ustrezen način. Drugi niso večji s soočanjem z napetostjo in negativnimi čustvi ter imajo pomanjkljivo socialno mrežo.

Pri nekaterih mladostnikih pa problemi segajo v otroštvo, saj niso smeli izražati jeze (Pirnat, 2012, str. 2).

## 2.3 VZROKI SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA

Mladostniki skozi samopoškodbo izražajo svoja čustva, ki jih ne znajo izraziti z besedami. Z njo pokažejo svojo čustveno bolečino, ki jo usmerjajo na telesno bolečino. S fizično bolečino nadomestijo svojo čustveno in duševno stisko, ki jo čutijo v sebi. Mladostnik s samopoškodbenim vedenjem dobi občutek nadzora nad svojim telesom, kadar ga nima nikjer drugje (Pirnat, 2012, str. 3).

Pri vzrokih samopoškodbe je pa treba upoštevati tudi sovplive petih dimenzij:

- emocionalno (doživljanje čustev med in po samopoškodbi),
- vedenjsko (osamitev, nekomunikativnost, prepiri s starši, način vedenja),
- biološko (čustvena nestabilnost, motnja kontrole impulzov),
- kognitivno (razmišljanje o drugih, o sebi, preteklosti, prihodnosti)
- socialno (osebna zgodovina, psihična ali spolna zloraba, šola, družba, družinsko okolje) (Laura, 2013).

## 2.4 VRSTE SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA

Samopoškodovanje delimo na tri dele, in sicer na:

- resno: amputacije, vezane na resne psihotične motnje,
- stereotipno: butanje z glavo ob zid in
- zmerno samopoškodovanje (površinsko):
  - kompulzivno: puljenje las
  - impulzivno, ki se izraža epizodično in ponavljajoče se (Tratnik, 2012).

Najpogostejša oblika samopoškodbe je rezanje, najpogostejši predmet za škodovanje pa je olfa nož (Tratnik, 2012).

Poznamo več kot 20 različnih oblik samopoškodbenega vedenja, ki so prisotne na kateremkoli delu telesa. Najpogosteje na roki in zapestju. Najpogostejše oblike samopoškodbenega vedenja so:

- rezanje ali prebadanje kože,
- praskanje ali ščipanje z nohti, ki privede do krvavitve,
- ožgana koža,
- puljenje las, obrvi in trepalnic,
- udarjanje predmetov obse, da nastanejo modrice ali krvavitve,
- grizenje do krvavitve (nohti, koža) in
- ugašanje cigaret na koži (Gorenc, 2012).



Slika 1: Rezanje kože  
(vir: Asha, 29. 2. 2020)

## 2.5 KAKO PREPOZNATI SAMOPOŠKODBENO VEDENJE

Samopoškodbeno vedenje prepoznamo po različnih dejavnikih. Ti pa so nepojasnjene in pogoste poškodbe (rane in brazgotine), posedovanje ostrih predmetov, osamitev, nošenje majic z dolgimi rokavi in dolgih hlač kljub vročini, izogibanje aktivnostim, v katerih je vidno izpostavljena večja površina kože, ter prekrivanje ran na zapestju z raznimi trakovi in rutami (Forštnarič, Vogrinec, Zorko, 2014, str. 8).

Mladostniki, ki se samopoškodujejo, imajo navado, da se zaklepajo v prostore (kopalnico ali sobo), so nedružabni, zaprti vase, razdražljivi in jezni (Bürmen, 2014).

## 2.6 POSLEDICE SAMOPOŠKODBENEGA VEDENJA

Pri globokih rezih na koži nastanejo relativno trajne belkaste izbočene brazgotine, pri površinskih pa sledovi dokaj kmalu izginejo. Pri žganju so vse posledice opazne in relativno trajne. Ko se samopoškodovalci niso več zmožni nadzirati, to pripelje do poskusov samomora. Stopnja poškodbe je lahko tudi tako resna, da povzroči medicinske zaplete ali pa celo smrt (Caf, Edelbaher, Zatler, 2007, str. 13).

Samopoškodbeno vedenje ni poskus samomora, saj ne ogroža življenja. Obstaja pa velika nevarnost izgube samonadzora. Lahko se zgodi, da se mladostnik poškoduje preveč, kot se je nameraval, in mora iskati nujno zdravniško pomoč. Mogoči so tudi zdravstveni zapleti, ki lahko v najhujših primerih privedejo do smrti. Pri samopoškodbenem vedenju ne gre za poskus samomora, namreč gre za poskus samopomiritve in s tem izogibanja samomoru (Štrucl, 2015, str. 29).

## 2.7 ZDRAVLJENJE

Samopoškodbeno vedenje je zapleten proces, ki ga mladostnik sam ne more rešiti, ampak za to potrebuje ustrezno strokovno pomoč. Da bi osebi, ki se znajde v takšni situaciji lahko pomagali, se moramo do njega obnašati čimbolj spoštljivo in sočutno. S tem mu povemo oziroma dokažemo, da razumemo njegovo stisko in mu želimo pomagati (Cerar in sod., 2011, str. 11).

Mladostniku ne smemo dajati občutka krivde, temveč mu pomagamo in ga ne obsojamo. Pomagati mu moramo pri iskanju pomoči, še posebej, če sam to želi. Mladostnik mora sam spoznati, da je to, kar se z njim dogaja problem ter da ga mora rešiti s pomočjo strokovnjaka. Napotimo ga k osebnemu ali družinskemu zdravniku, ta pa ga napoti k specialistu (h kliničnemu psihologu, psihiatru). Ta mu pomaga, da to početje prekine in mu pomaga pri obnovitvi duševnega zdravja. Proces je dolgotrajen in poglobljen. Če se mladostnik ne želi zdraviti, ga v to ne smemo silit. V tem primeru se poskušamo čim več pogovarjati z njim, da si pridobimo zaupanje. Pomoč bo morda sprejel takrat, ko ga ujamemo nesrečnega oziroma bo izražal nemoč. Takrat se z njim pogovorimo in mu skušamo pomagati. Vsako spremembo v zdravljenju (v pomoči), ki jo želimo narediti, mora poznati tudi mladostnik in se z njo strinjati (Heliodor, 2014, str. 6).

Danes poznamo več vrst zdravljenja, ki lahko poteka tudi z različnimi terapijami. Te terapije so lahko:

- individualne,
- skupinske in
- družinske (Gostenčnik, 2013, str. 18).

Pri uspešnem zdravljenju ima veliko vlogo podpora družine (Gostenčnik, 2013, str. 18).

## 2.8 SAMOPOMOČ

Samopoškodovalci si lahko nudi samopomoč, a je ozdravitev zelo težka. V velikih primerih posameznikom ne uspe s samopomočjo. Ljudje nam ves čas dajejo nasvete, kako naj živimo, a nam ne znajo povedati, kako naj to naredimo. Zato je samopomoč toliko težja, ker ne veš, kako se je lotiti (Gostenčnik, 2013, str. 20).

Najbolj učinkovite metode samopomoči so, da:

- pozornost obrneš na nekaj drugega, kot na primer poglobljanje v svoje duševno stanje, se učiš novih stvari,
- pogovarjaš se s prijatelji, družino,
- se izogibaš samote,
- vodiš svoj dnevnik ali pa si zapišeš trenutna razpoloženja na list papirja,
- svoje občutke poskušaš izraziti na različne načine: z risanjem, pisanjem,
- če imaš potrebo po samopoškodbi, na kožo pritisni kocko ledu; ta povzroči bolečino, ki pa ne ogroža zdravja,
- jezo in napetost daš iz sebe s pretepanjem blazine ali vzmetnice in
- poiščeš hobije, ki te bodo veselili (Caf, Edelbaher, Zatler, 2007, str. 13).



## 3 EMPIRIČNI DEL

---

### 3.1 VZOREC RAZISKAVE

Osnova empiričnega dela raziskovalne naloge je bil anketni vprašalnik, ki so ga rešili dijaki Srednje zdravstvene šole Celje. Anketni vprašalnik so dijaki reševali:

- **leta 2015:** anketni vprašalnik je rešilo 149 anketirancev, od tega 134 dijakinj (89,9%) ter 15 dijakov (10,1%). V raziskavi je sodelovalo 61 dijakov 1. letnika, 50 dijakov 2. letnika, 18 dijakov 3. letnika ter 20 dijakov 4. letnika ter
- **leta 2020:** anketni vprašalnik je rešilo 192 anketirancev, od tega 159 dijakinj (82,8%) in 33 dijakov (17,2%). V raziskavi je sodelovalo 20 dijakov 1. letnika, 97 dijakov 2. letnika, 48 dijakov 3. letnika ter 27 dijakov 4. letnika.

Opravljen je bil tudi skupinski intervju s svetovalnimi delavkami Srednje zdravstvene šole Celje.

### 3.2 ČAS RAZISKAVE

Spletni anketni vprašalnik je bil v letu 2015 odprt meseca novembra in decembra, v šolskem letu 2019/20 pa od 15. 12. 2019 do 7. 2. 2020. Skupinski intervju s svetovalnimi delavkami je bil opravljen 20. 2. 2020.

### 3.3 OBDELAVA PODATKOV

Podatke smo predstavile v odstotkih in jih prikazale v grafih. Pri tem smo uporabljale programe Google Drive, Microsoft Office Word ter Microsoft Office Excel.

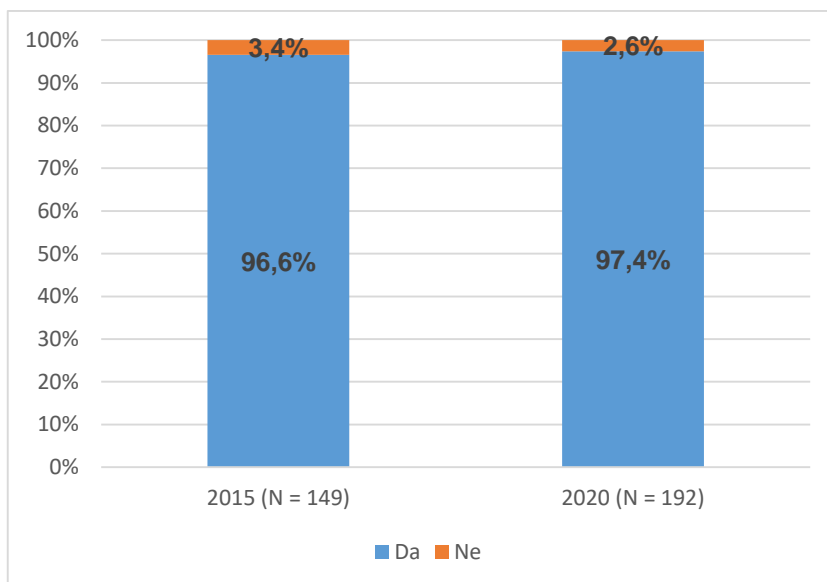
### 3.4 REZULTATI RAZISKAVE

Na naslednjih straneh so v grafih predstavljeni podatki iz obeh anketnih vprašalnikov. Za vsako vprašanje in trditev je posebej predstavljen graf. Na prvih 10 vprašanj so odgovarjali vsi anketirani dijaki, od 11. do 15. vprašanja pa samo dijaki, ki so oz. izvajajo samopoškodbe.

### 3.4.1 Analiza anketnega vprašalnika

V nadaljevanju sledi primerjalna analiza anketnega vprašalnika med letoma 2015 in 2020.

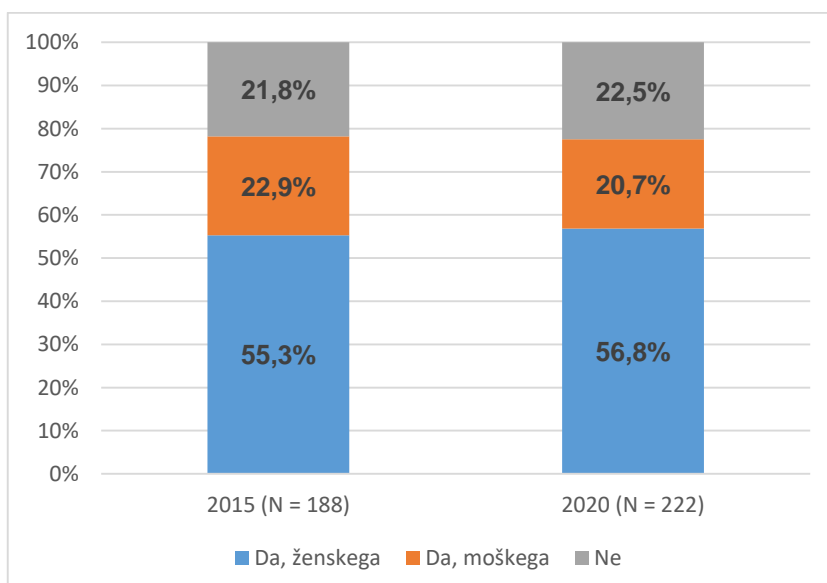
#### 1. Ali ste že slišali za samopoškodovanje?



Graf 1: Ali ste že slišali za samopoškodovanje?

Za samopoškodovanje je že slišalo več kot 96 % anketiranih dijakov, v letu 2020 več za 0,8 % dijakov kot v letu 2015.

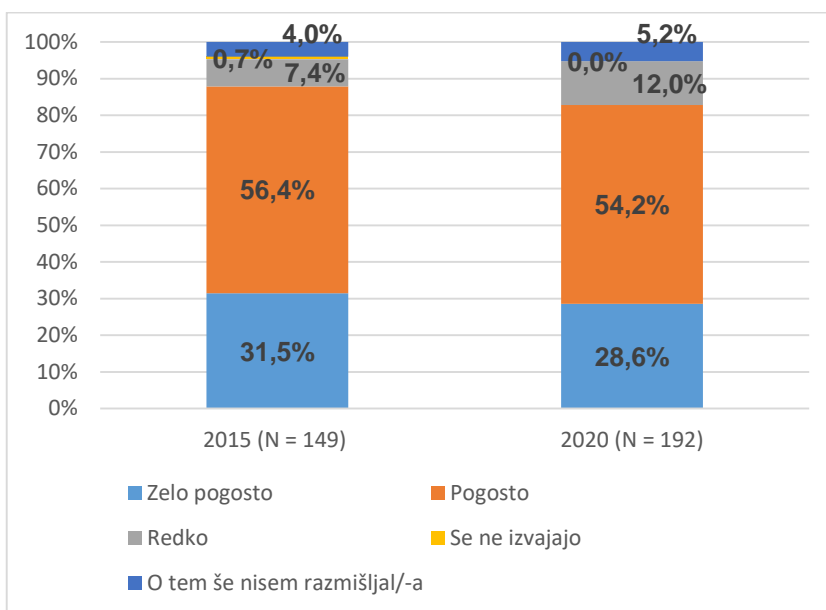
#### 2. Poznate kakšno osebo, ki izvaja oz. je izvajala samopoškodbe, in katerega spola je? (možnih več odgovorov)



Graf 2: Poznate kakšno osebo, ki izvaja oz. je izvajala samopoškodbe, in katerega spola je?

Anketirani dijaki so leta 2015 poznali več oseb, ki se samopoškodujejo, kot leta 2020.

### 3. Kako pogosto se po vašem mnenju izvajajo samopoškodbe v današnjem času?

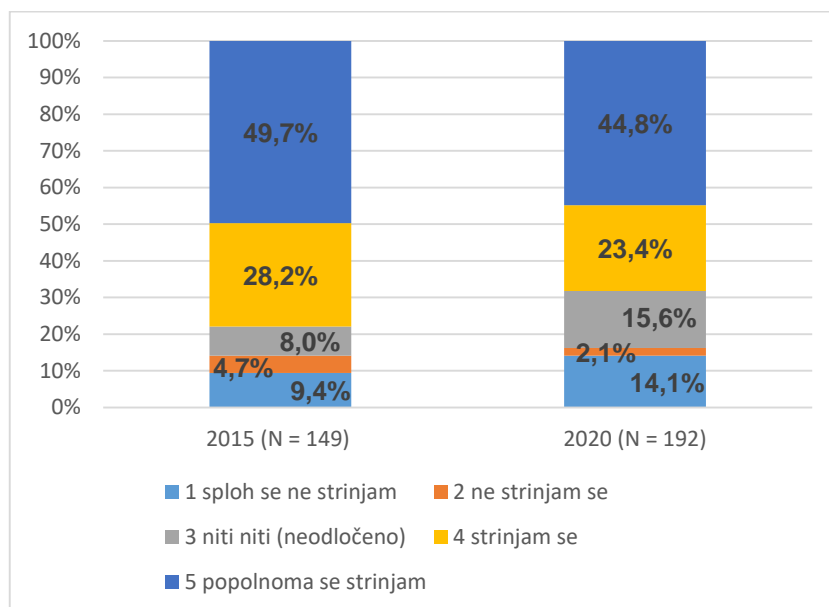


Graf 3: Kako pogosto se po vašem mnenju izvajajo samopoškodbe v današnjem času?

V letu 2015 je bilo za 2,2 % več anketiranih dijakov mnenja, da se samopoškodbe izvajajo pogosto ter za 2,9 %, da se izvajajo zelo pogosto, v primerjavi z letom 2020.

### 4. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o vašem pojmovanju besede samopoškodba, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

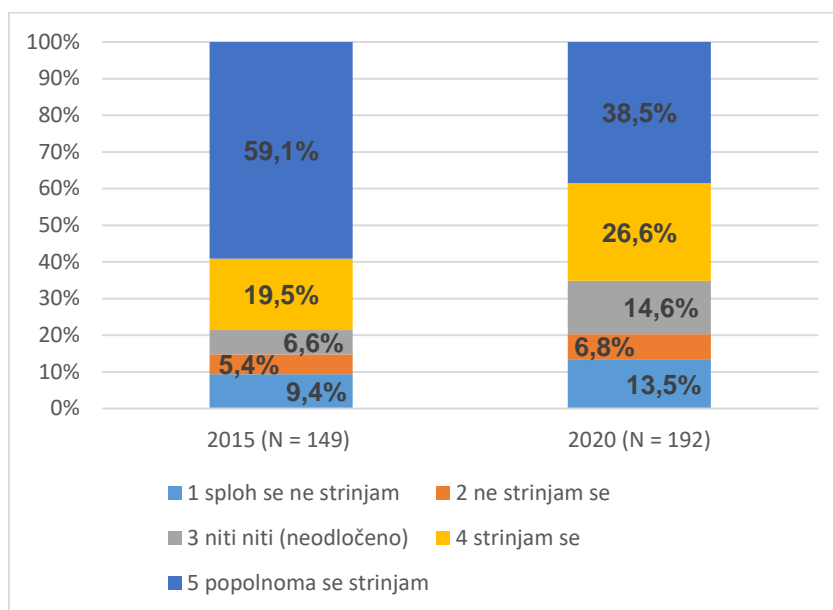
#### 4.1 Samopoškodba pomeni rezanje kože



Graf 4: Stopnja strinjanja, da je rezanje kože samopoškodba

V letu 2015 se je za 4,8 % strinjalo oz. za 4,9 % popolnoma strinjalo več anketiranih dijakov s trditvijo, da je rezanje kože samopoškodba, kot pa v letu 2020.

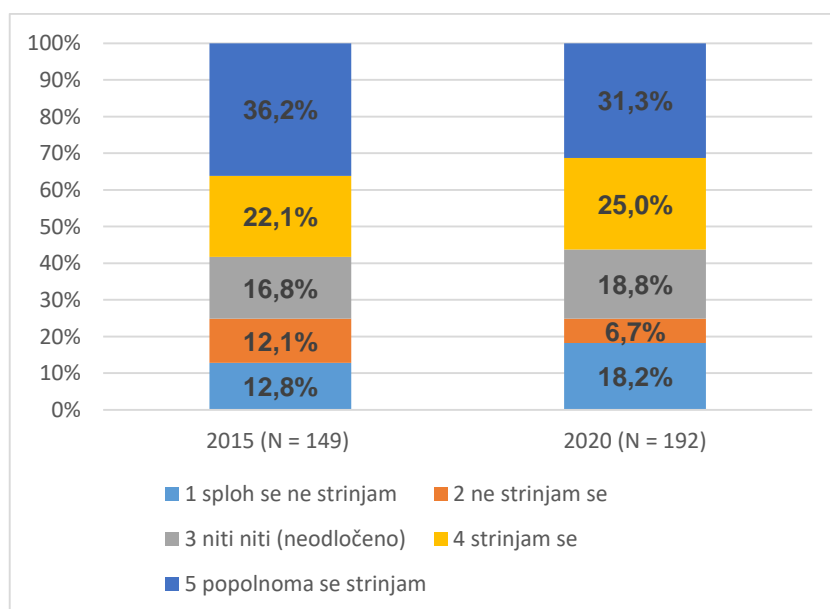
#### 4.2 Samopoškodba pomeni namerno povzročeno poškodbo samemu sebi



Graf 5: Stopnja strinjanja, da je namerno povzročena poškodba samemu sebi samopoškodovanje

V letu 2015 je za 20,6 % več anketiranih dijakov odgovorilo, da se popolnoma strinjajo s trditvijo, da je namerno povzročena poškodba samemu sebi samopoškodovanje.

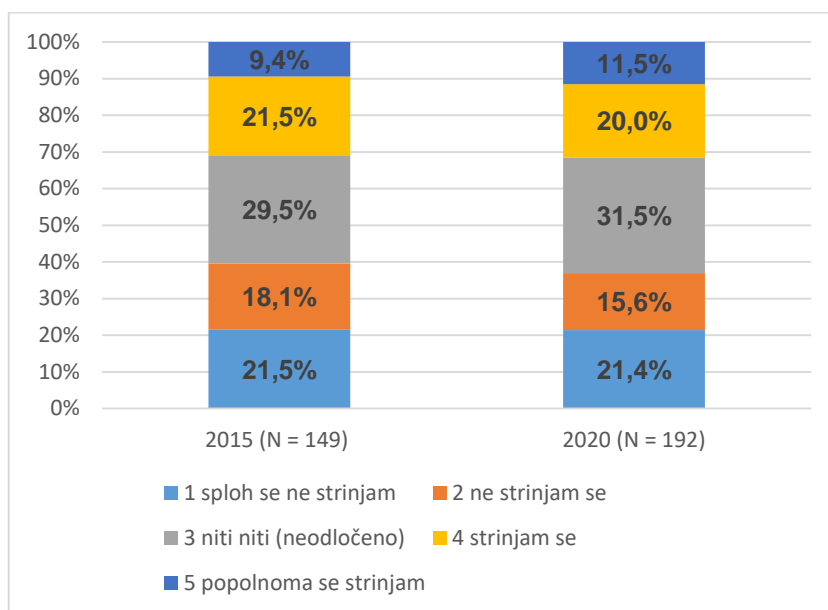
#### 4.3 Samopoškodba pomeni neuspeh poskus samomora



Graf 6: Stopnja strinjanja, da je neuspeh poskus samomora samopoškodba

Da je neuspeh poskus samomora samopoškodba, se strinja več kot polovica anketiranih dijakov, in sicer več leta 2015.

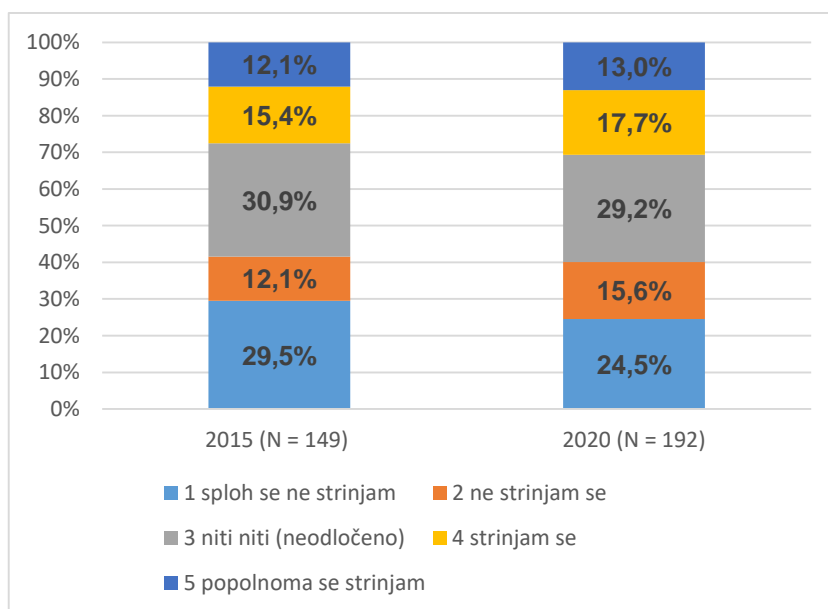
#### 4.4 Samopoškodba pomeni duševno motnjo



Graf 7: Stopnja strinjanja, da samopoškodovanje velja za duševno motnjo

Glede trditve, da samopoškodovanje velja za duševno motnjo, se največ anketiranih dijakov ni moglo opredeliti, in sicer takšnih je leta 2015 29,5 %, leta 2020 pa 31,5 %, v obeh letih je tudi več tistih dijakov, ki se s tem ne strinjajo.

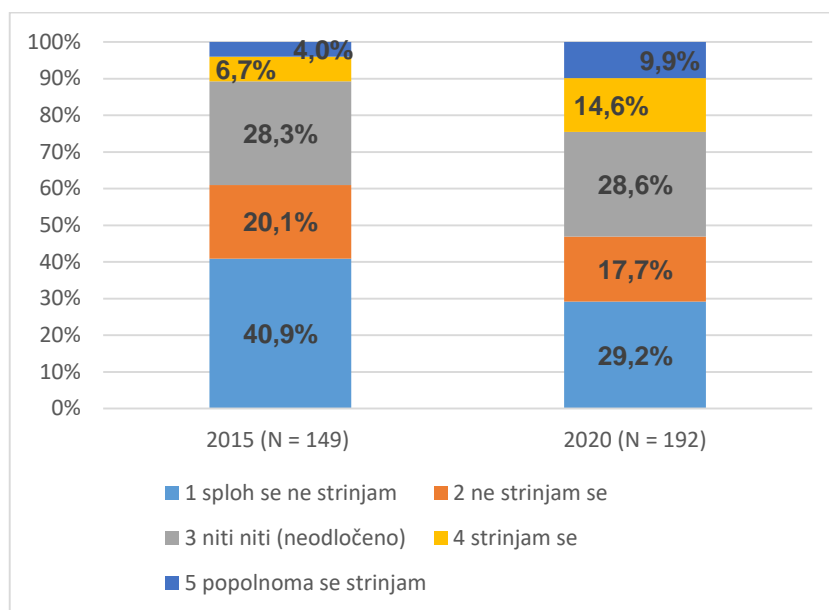
#### 4.5 Samopoškodba pomeni vzbujanje pozornosti



Graf 8: Stopnja strinjanja, da samopoškodba velja kot vzbujanje pozornosti

Glede trditve, da samopoškodba velja za vzbujanje pozornosti, je leta 2015 največ (30,9 %) anketiranih dijakov bilo neodločenih, prav tako leta 2020 (29,2 %). Tisti anketirani dijaki, ki pa so se opredelili, pa se v obeh letih v večjem odstotku ne strinjajo s to trditvijo.

#### 4.6 Samopoškodba pomeni način življenja

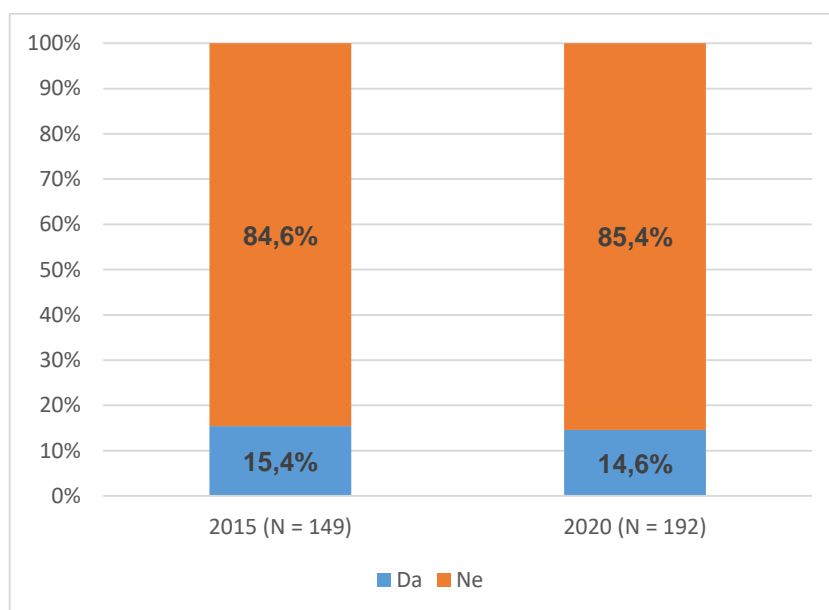


Graf 9: Stopnja strinjanja, da samopoškodba velja za način življenja

Da samopoškodba pomeni način življenja, se večina opredeljenih anketiranih dijakov ne strinja, teh je za 14,1 % več v letu 2015.

**5. V nadaljevanju označite trditev z DA, če se z njo strinjate (je pravilna), in z NE, če se z njo ne strinjate (ni pravilna) na vprašanje, kaj po vašem mnenju štejemo kot samopoškodovalno dejanje.**

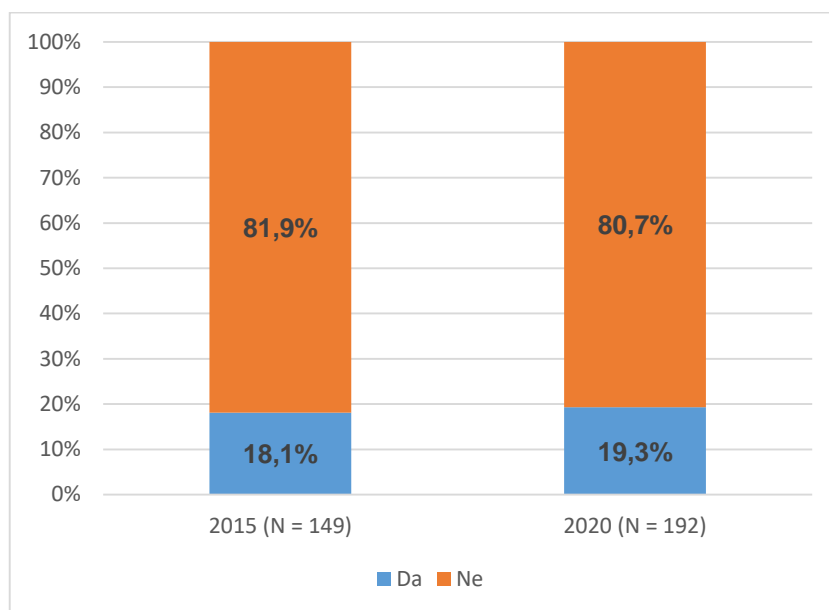
#### 5.1 Za samopoškodovalno vedenje štejemo tetovaže



Graf 10: Mnenje o tem, da pod samopoškodovalno vedenje štejemo tetovaže

Več kot 84 % anketiranih dijakov se ne strinja, da tetovaže štejemo med samopoškodovalno vedenje.

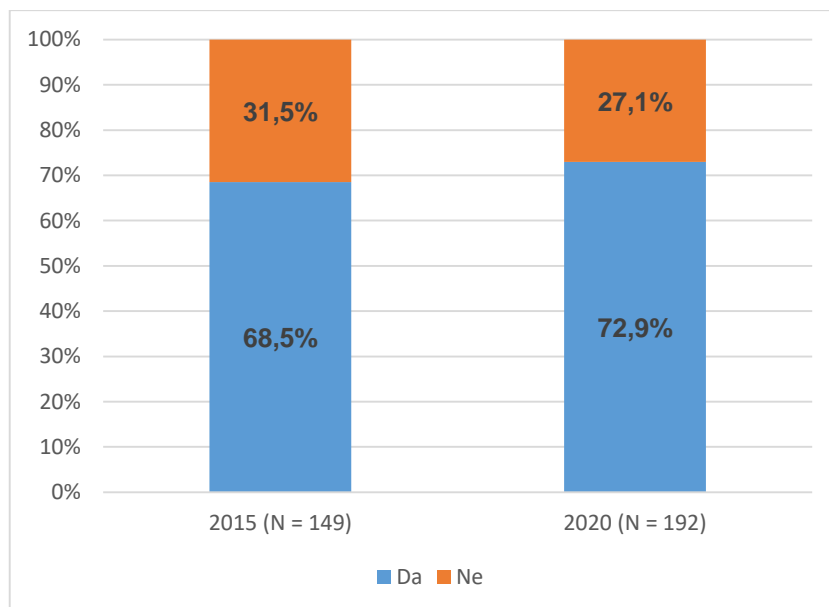
## 5.2 Za samopoškodovalno vedenje štejemo pirsingiranje



Graf 11: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo pirsingiranje

Več kot 80 % anketiranih dijakov meni, da pirsingiranje ne štejemo med samopoškodovalno vedenje. Takšnih dijakov je več v letu 2015.

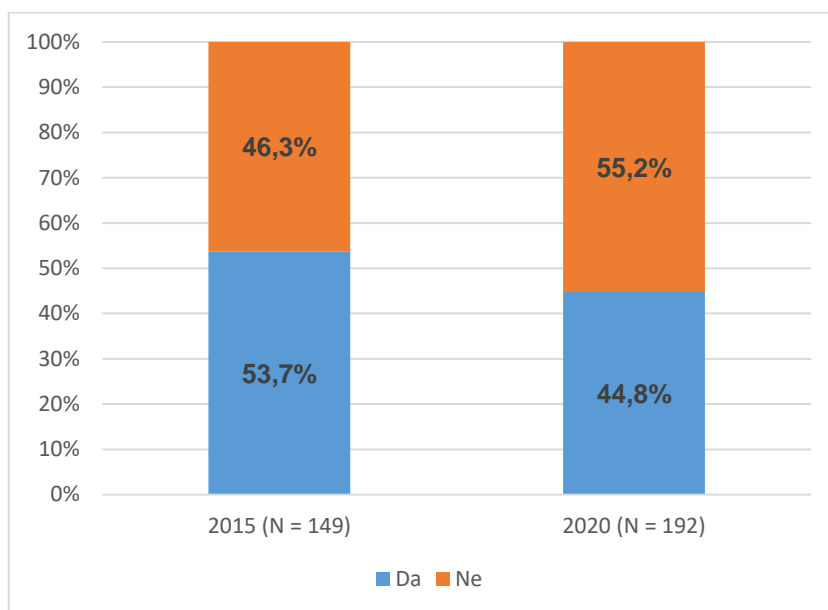
## 5.3 Za samopoškodovalno vedenje štejemo puljenje las



Graf 12: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo puljenje las

Večina anketiranih dijakov meni, da puljenje las štejemo med samopoškodovalno vedenje. Takšnih dijakov je več leta 2020.

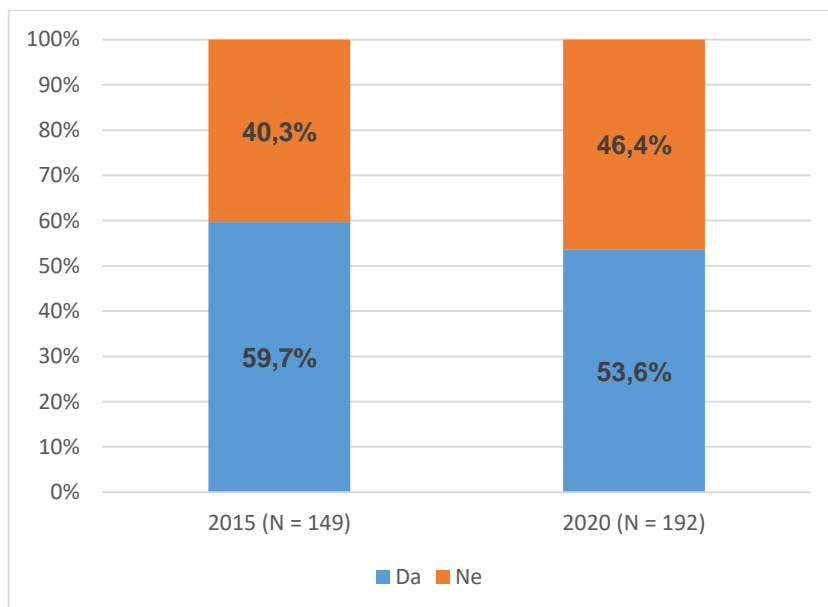
#### 5.4 Za samopoškodovalno vedenje štejemo pitje alkohola



Graf 13: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo pitje alkohola

Leta 2020 44,8 % anketiranih dijakov meni, da je pitje alkohola samopoškodovalno vedenje, leta 2015 pa je takšnih dijakov 53,7 %.

#### 5.5 Za samopoškodovalno vedenje štejemo kajenje

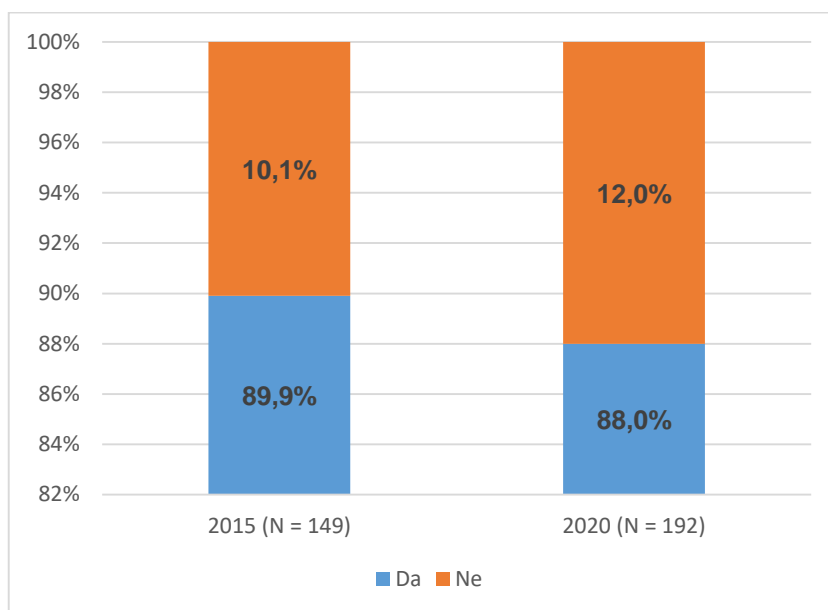


Graf 14: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo kajenje

Več kot polovica anketiranih dijakov meni, da je kajenje samopoškodovalno vedenje.



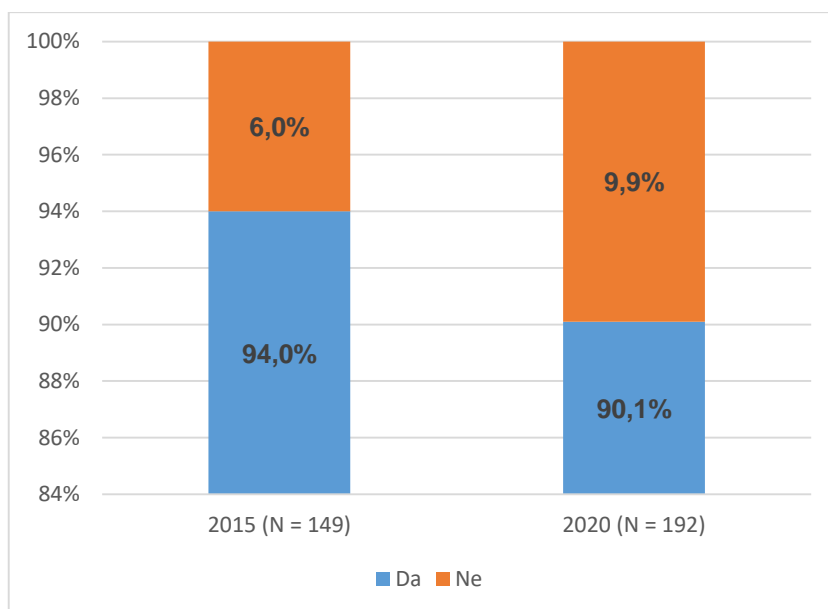
### 5.6 Za samopoškodovalno vedenje štejemo žganje kože



Graf 15: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo žganje kože

Večina dijakov meni, da je žganje kože samopoškodovalno vedenje. Takih dijakov je odgovorilo več leta 2015.

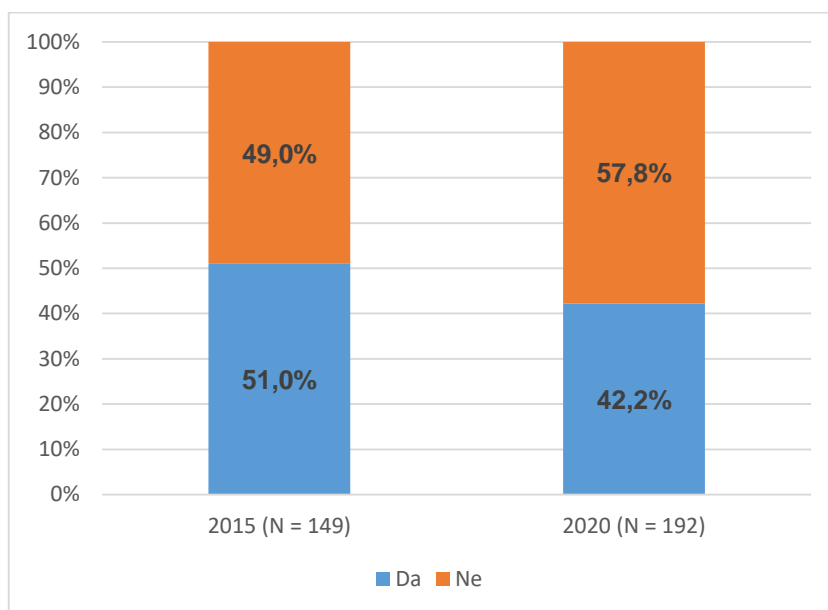
### 5.7 Za samopoškodovalno vedenje štejemo rezanje kože



Graf 16: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo rezanje kože

Da za samopoškodovalno vedenje štejemo rezanje kože, meni več kot 90 % anketiranih dijakov. Takšnega mnenja je več dijakov iz leta 2015.

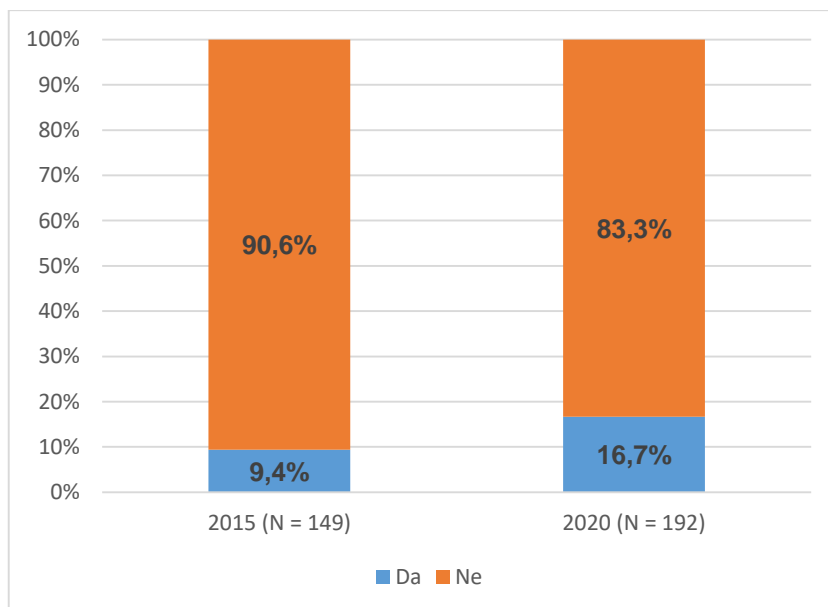
### 5.8 Za samopoškodovalno vedenje štejejo praskanje kože



Graf 17: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejejo praskanje kože

Leta 2015 51 % anketiranih dijakov meni, da med samopoškodovalno vedenje štejejo praskanje kože, leta 2020 pa je tako odgovorilo 42,2 % anketiranih dijakov.

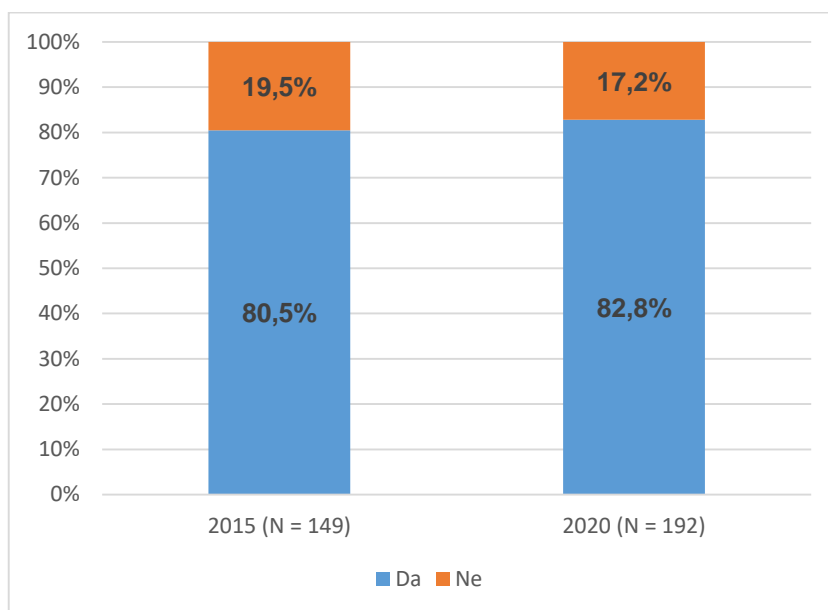
### 5.9 Za samopoškodovalno vedenje štejejo britje



Graf 18: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejejo britje

V letu 2020 se za 7,3 % več anketiranih dijakov strinja, da je britje samopoškodovalno vedenje. Večina se s to trditvijo ne strinja.

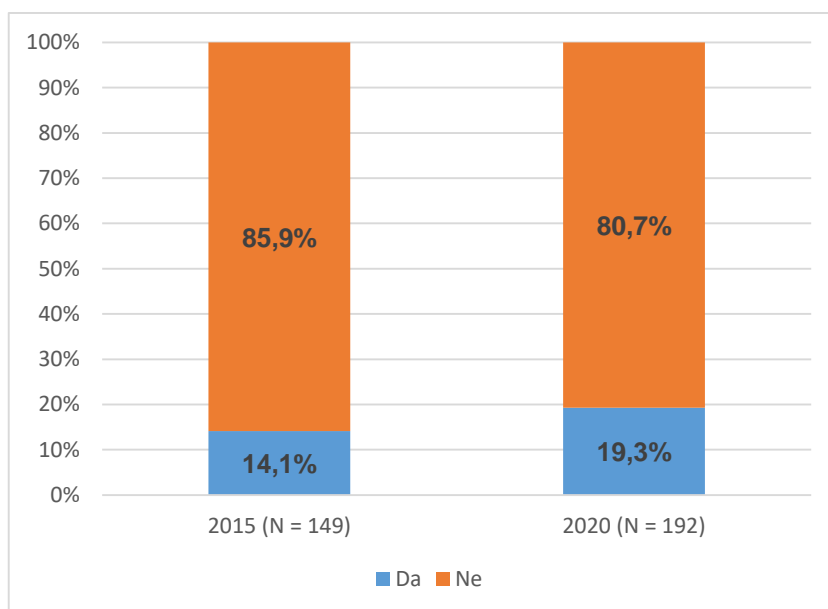
### 5.10 Za samopoškodovalno vedenje štejemo udarjanje samega sebe



Graf 19: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo udarjanje samega sebe

V letu 2015 se 19,5 % anketiranih dijakov ne strinja s trditvijo, da je udarjanje samega sebe samopoškodovalno vedenje, v letu 2020 pa je takšnih dijakov za 2,3 % manj. Več kot 80 % pa se s trditvijo strinja

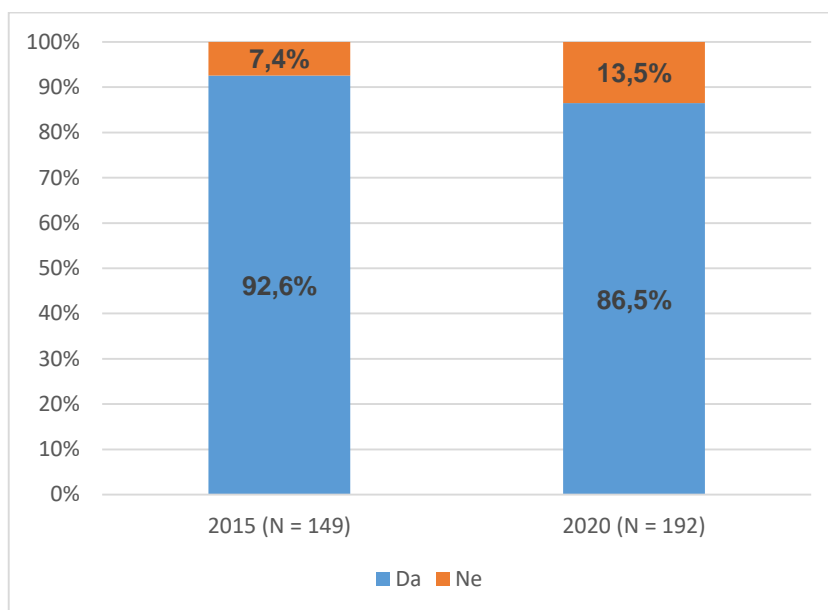
### 5.11 Za samopoškodovalno vedenje štejemo stiskanje mozoljev



Graf 20: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo stiskanje mozoljev

Da stiskanje mozoljev štejemo med samopoškodovalno vedenje, se več kot 80 % anketiranih dijakov ne strinja. Več anketiranih dijakov, ki se s tem strinja, je v letu 2020.

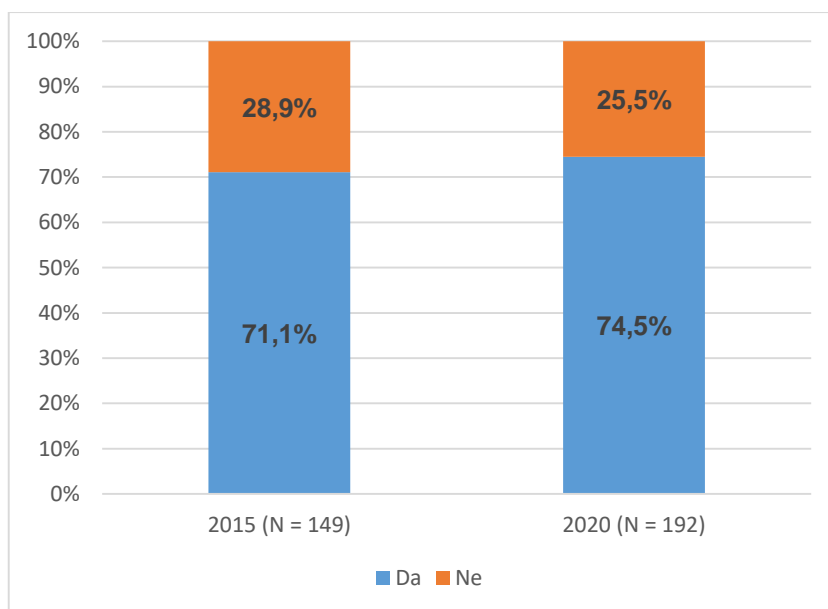
### 5.12 Za samopoškodovalno vedenje štejemo namerne opekline



Graf 21: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo namerne opekline

V letu 2015 se več anketiranih dijakov strinja, da so namerne opekline samopoškodovalno vedenje. Tako je v letu 2015 takšnih 92,6 % anketiranih dijakov, v letu 2020 pa 86,5 %.

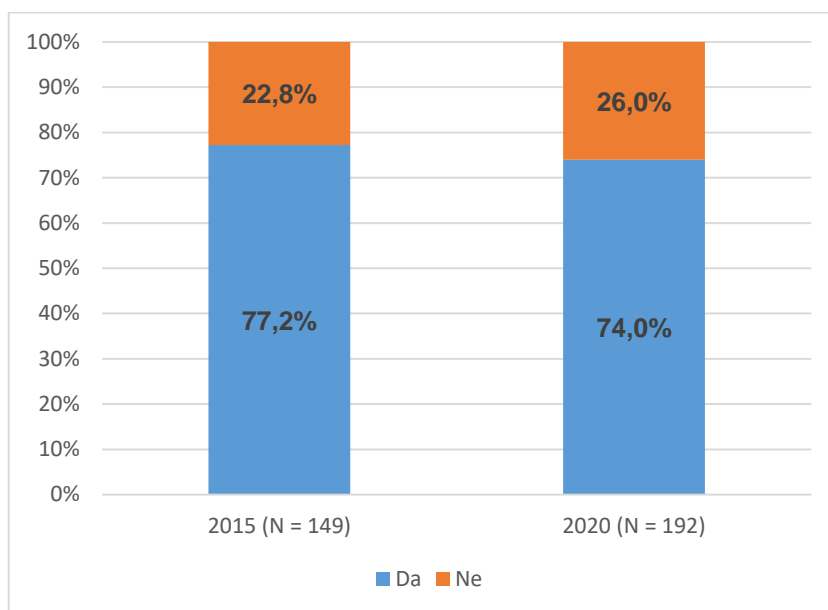
### 5.13 Za samopoškodovalno vedenje štejemo vdihavanje strupenih plinov



Graf 22: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo vdihavanje strupenih plinov

V letu 2020 se več anketiranih dijakov strinja s trditvijo, da je vdihavanje strupenih plinov samopoškodovalno vedenje kot v letu 2015. Takšnih anketiranih dijakov je v letu 2020 74,5 %, v letu 2015 pa 71,1 %.

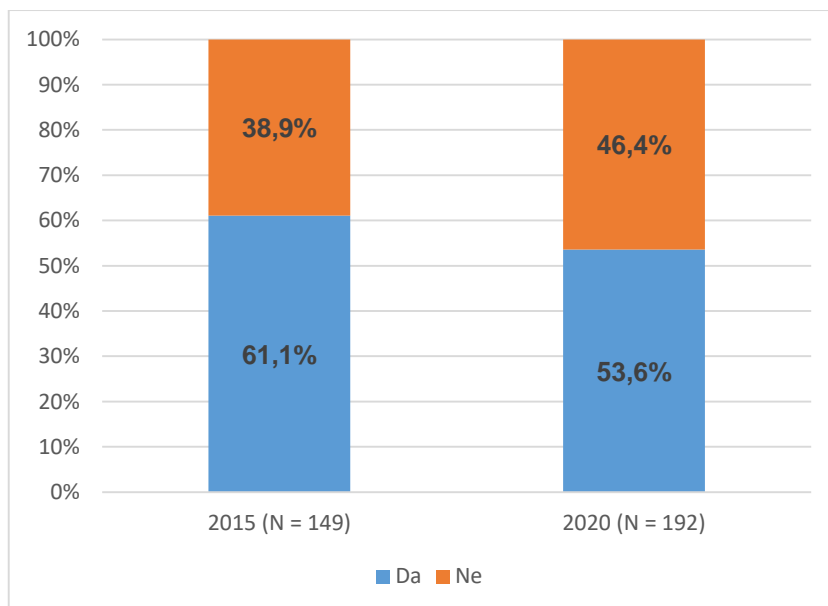
### 5.14 Za samopoškodovalno vedenje štejemo odpiranje ran



Graf 23: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo odpiranje ran

Da odpiranje ran sodi med samopoškodovalno vedenje, meni večina anketiranih dijakov, za 3,2 % več v letu 2015.

### 5.15 Za samopoškodovalno vedenje štejemo grizenje nohtov do krvi

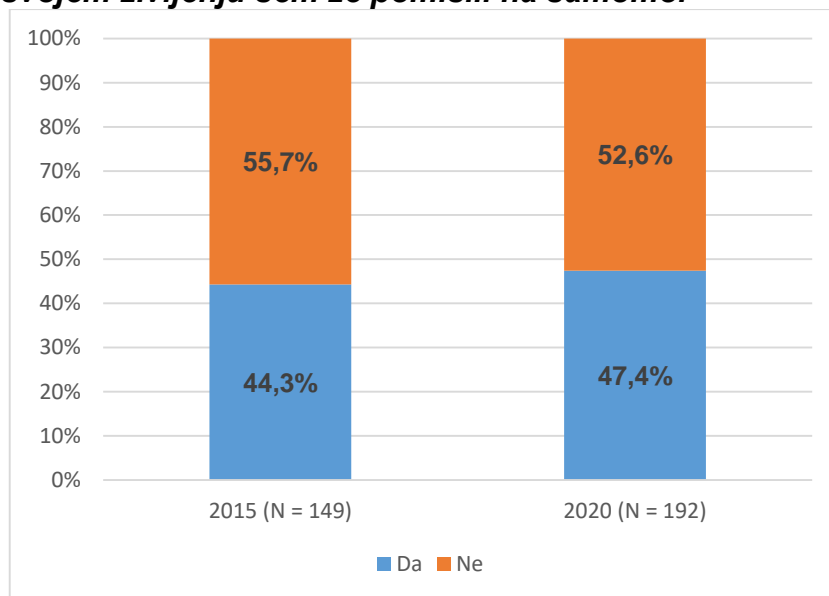


Graf 24: Mnenje o tem, da med samopoškodovalno vedenje štejemo grizenje nohtov do krvi

Več kot polovica dijakov meni, da je grizenje nohtov do krvi samopoškodovalno vedenje. Takega mnenja je več za 7,5 % anketiranih dijakov leta 2015.

**6. V nadaljevanju označite trditev z DA, če se z njo strinjate (je pravilna), in z NE, če se z njo ne strinjate (ni pravilna).**

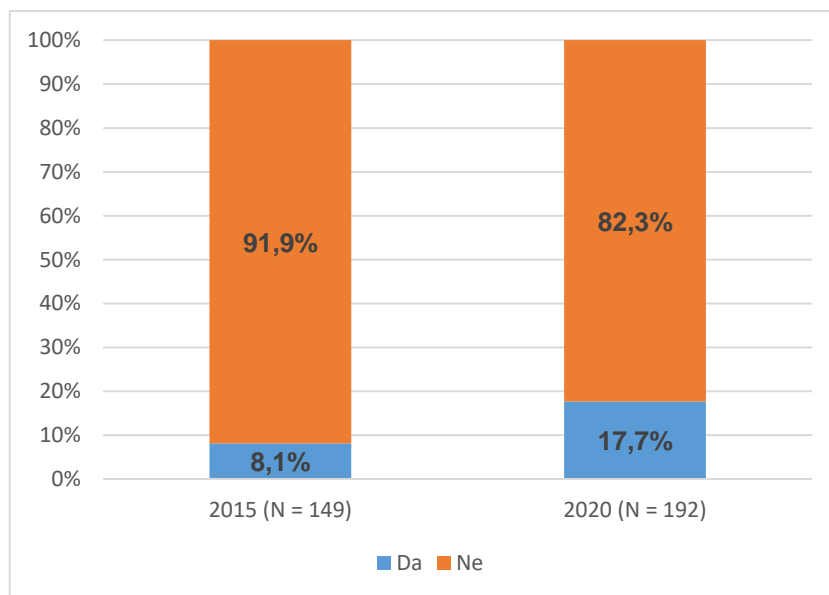
**6.1 V svojem življenju sem že pomislil na samomor**



**Graf 25: Anketirani dijaki so v svojem življenju že pomislili na samomor**

V letu 2020 je več (za 3,1 %) anketiranih dijakov že pomislilo na samomor kot v letu 2015. Tako je v letu 2020 odgovorilo 47,4 %, leta 2015 pa 44,3 %.

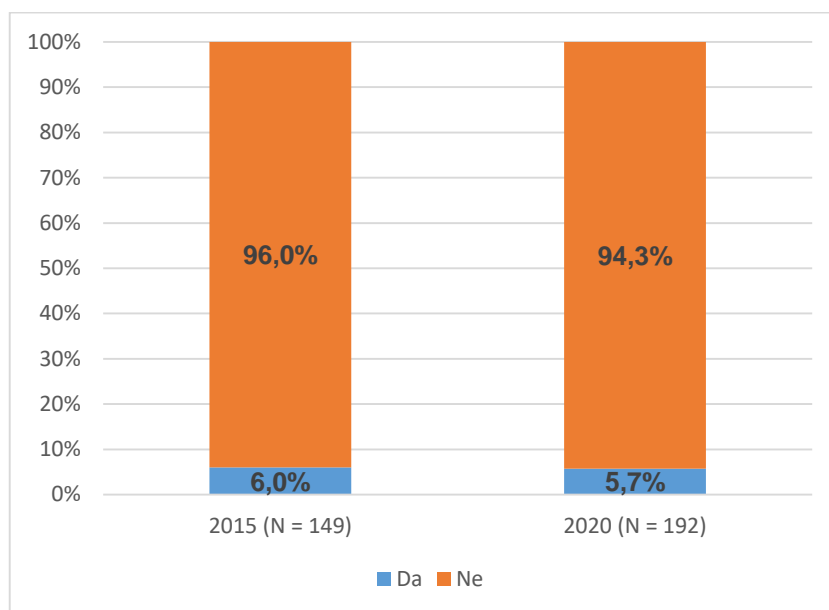
**6.2 V svojem življenju sem že poskusil/-a izvesti samomor**



**Graf 26: Anketirani dijaki so v svojem življenju že poskusili izvesti samomor**

Samomor je poskusilo izvesti že 8,1 % anketiranih dijakov leta 2015 in 17,7 % leta 2020.

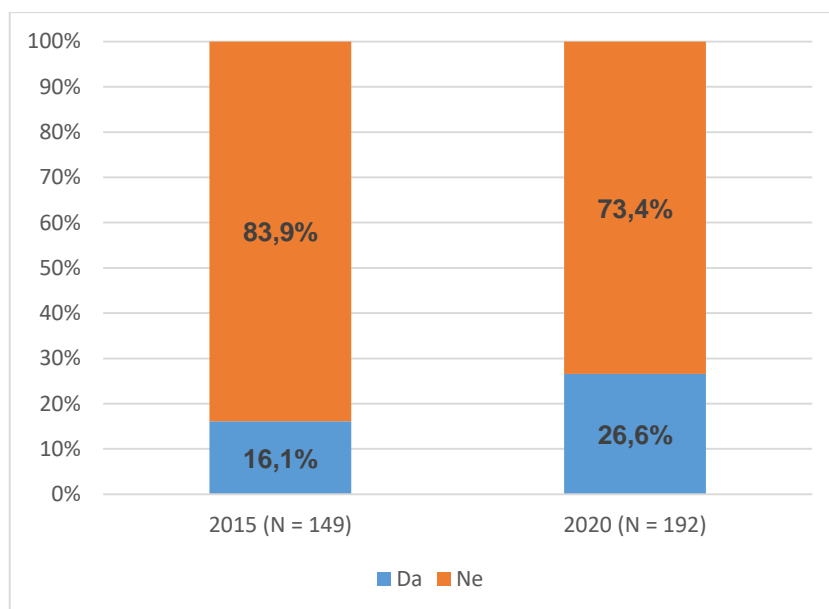
### 6.3 Zdravil/-a sem se zaradi duševne bolezni



Graf 27: Anketirani dijaki so se zdravili zaradi duševne bolezni

6 % anketiranih dijakov v letu 2015 se je že zdravilo zaradi duševne bolezni, v letu 2020 pa je takih dijakov 5,7 %.

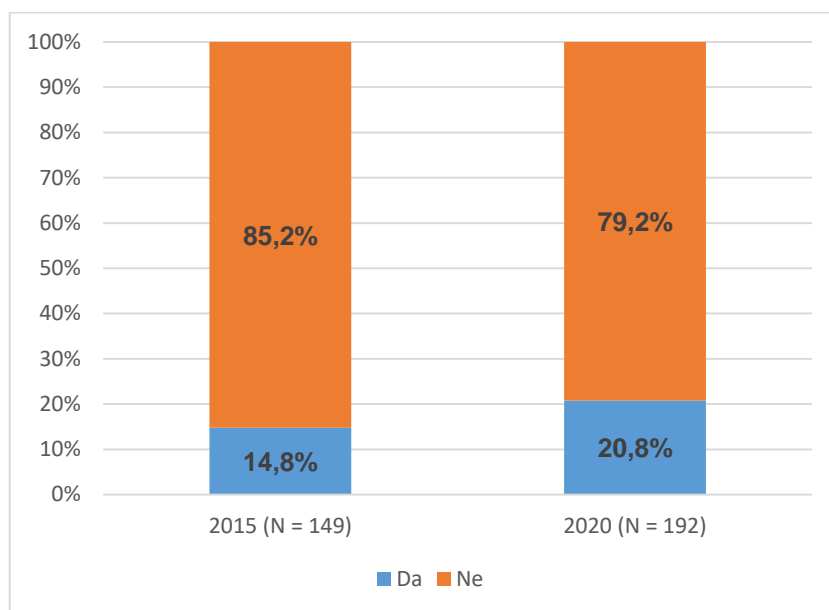
### 6.4 Imam ločene starše



Graf 28: Anketirani dijaki imajo ločene starše

V letu 2020 je več anketiranih dijakov ločenih staršev kot v letu 2015, in sicer za 10,5 %

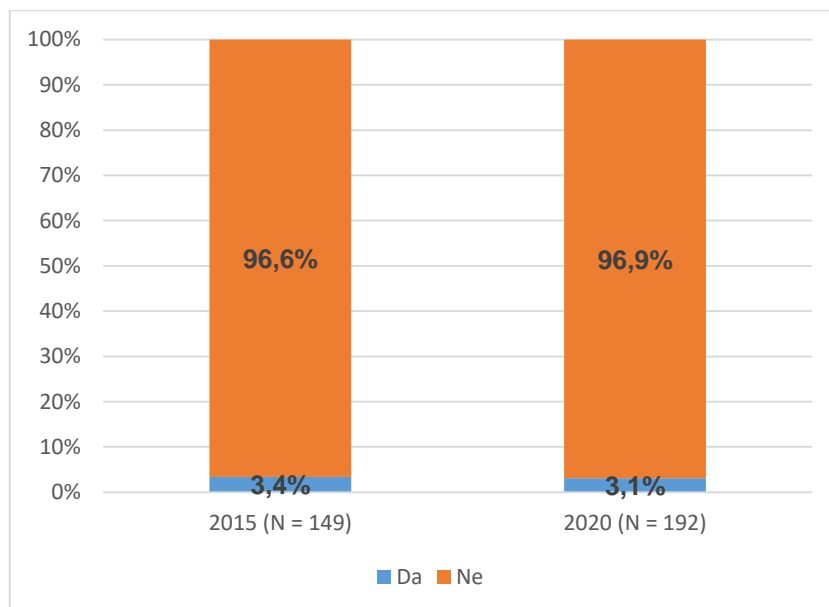
### 6.5 Živim samo z mamo



Graf 29: Anketirani dijaki živijo samo z mamo

Samo z mamo živi več anketiranih dijakov leta 2020, in sicer za 6 % več v primerjavi z letom 2015.

### 6.6 Živim samo z očetom

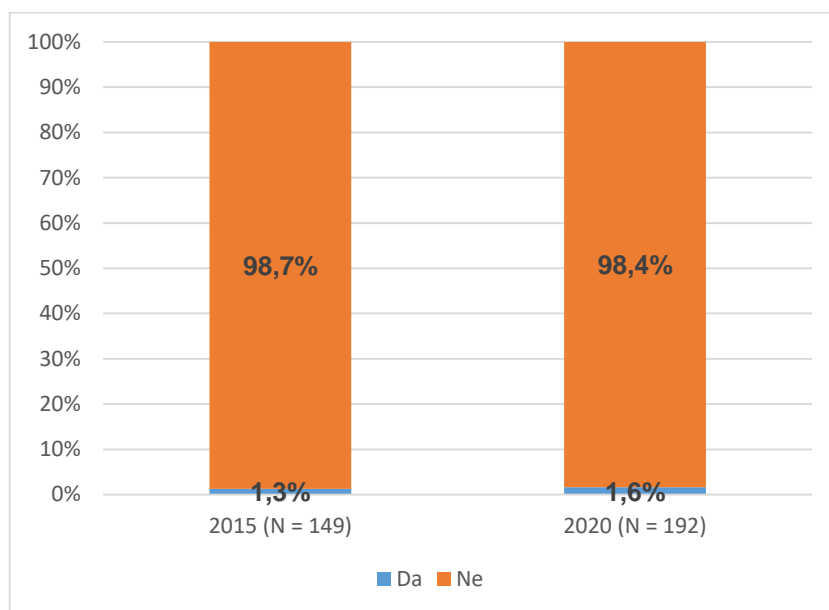


Graf 30: Anketirani dijaki živijo samo s očetom

Samo z očetom živi leta 2015 3,4 % anketiranih dijakov in leta 2020 3,1 %.



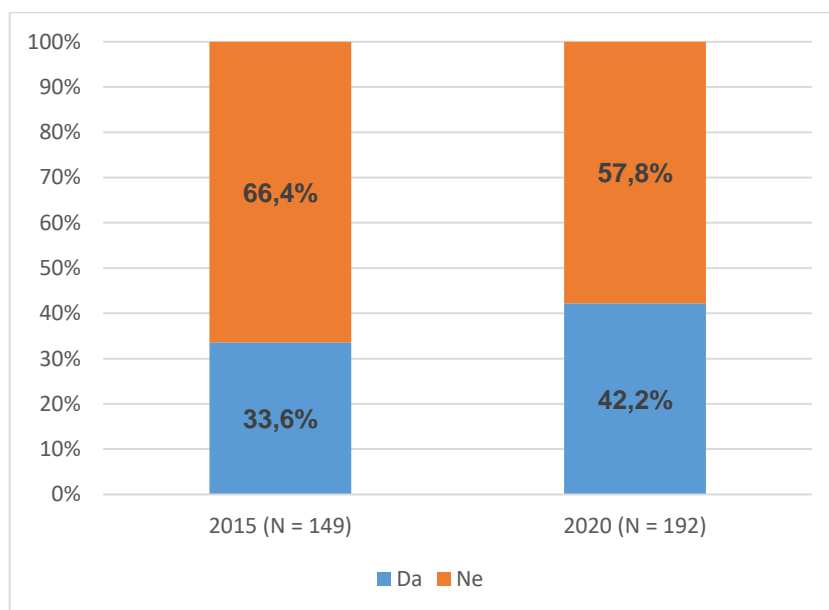
### 6.7 Živim pri rejnikih



Graf 31: Anketirani dijaki živijo pri rejnikih

Pri rejnikih živi leta 2015 1,3 % anketiranih dijakov in leta 2020 1,6 %.

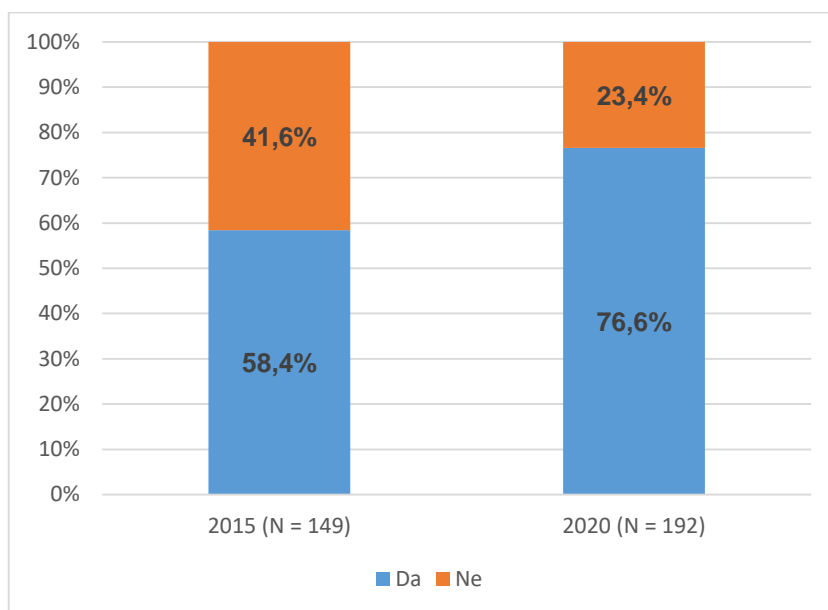
### 6.8 Sem že imel/-a depresijo



Graf 32: Anketirani dijaki so že imeli depresijo

Več kot polovica anketiranih dijakov še ni imela depresije, tisti, ki pa so jo že imeli, pa jih je za 8,6 % več v letu 2020.

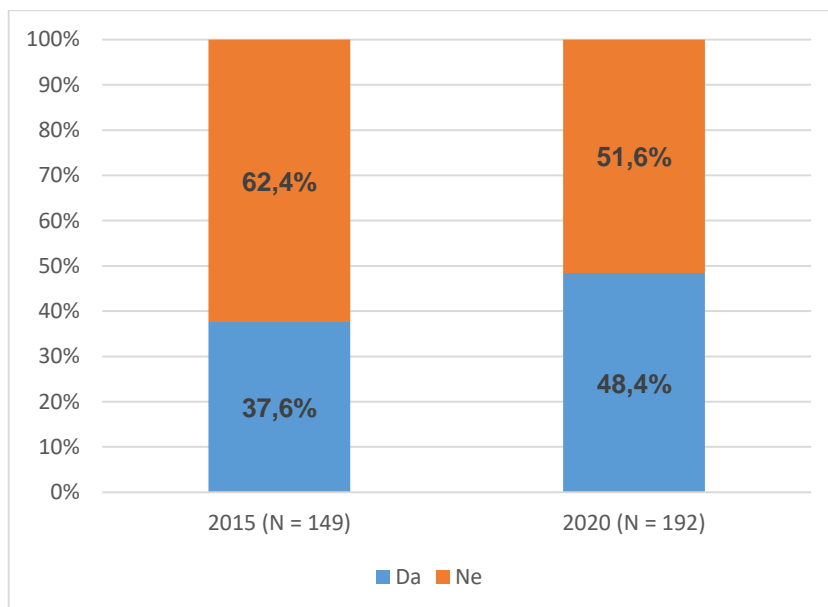
### 6.9 Vsak dan najmanj 2 uri preživim pred internetom



Graf 33: Anketirani dijaki preživijo za internetom vsak dan najmanj 2 uri

Več kot polovica anketiranih dijakov najmanj 2 uri preživi pred internetom, za 18,2 % več leta 2020.

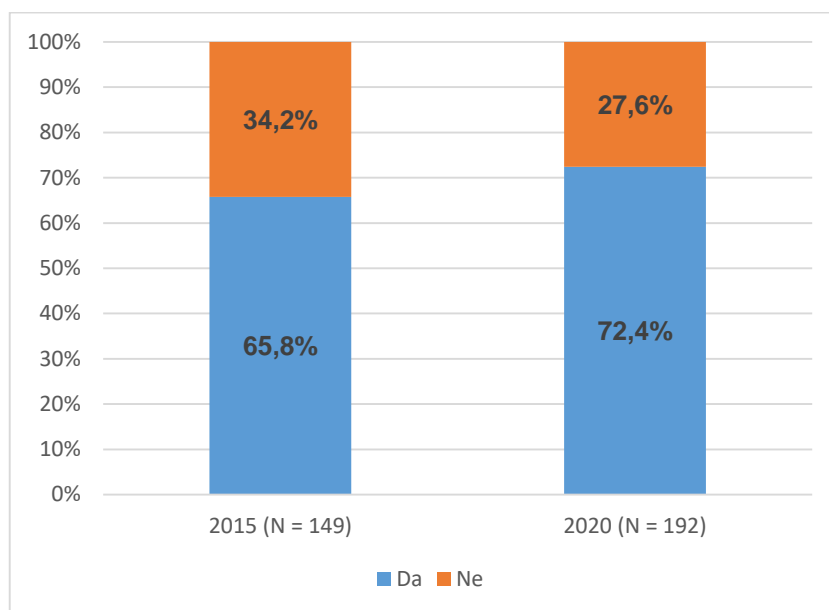
### 6.10 Sem pogosto jezen/-a



Graf 34: Anketirani dijaki so pogosto jezni

Več kot polovica anketiranih dijakov ni pogosto jeznih, se je pa odstotek tistih, ki so pogosto jezni iz leta 2015 do leta 2020, povečal za 10,8 %.

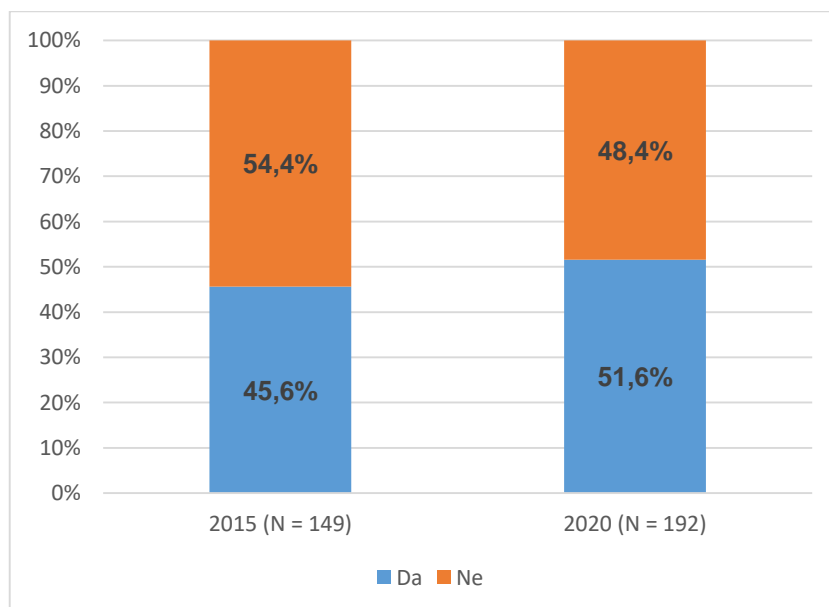
### 6.11 Sem pogosto zaskrbljen/-a



Graf 35: Anketirani dijaki so pogosto zaskrbljeni

Več kot polovica anketiranih dijakov je pogosto zaskrbljenih. Odstotek od leta 2015 do leta 2020 se je povečal za 6,6 %

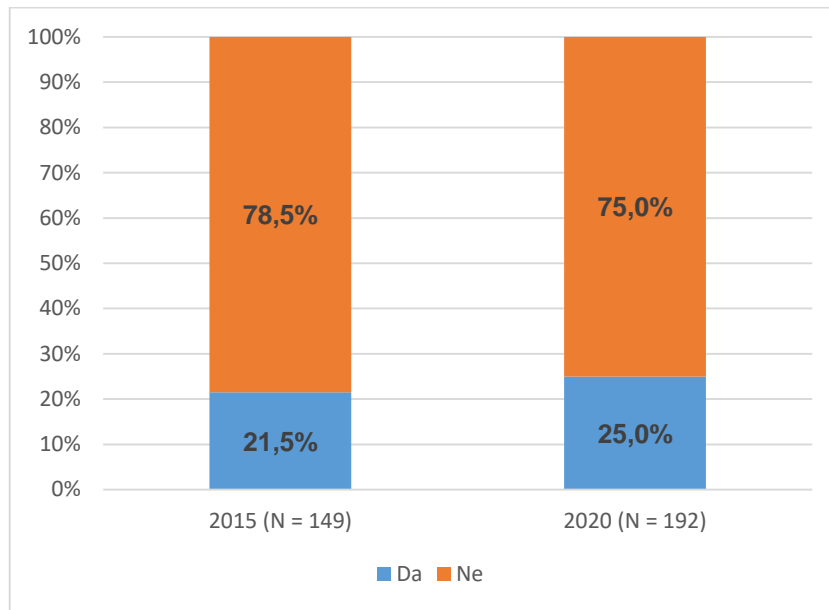
### 6.12 Pogosto me je strah



Graf 36: Anketirane dijake je pogosto strah

V letu 2015 je več anketiranih dijakov odgovorilo, da jih ni pogosto strah kot v letu 2020. V letu 2020 pa je takšnih dijakov več kot polovica in znaša 51,6 %.

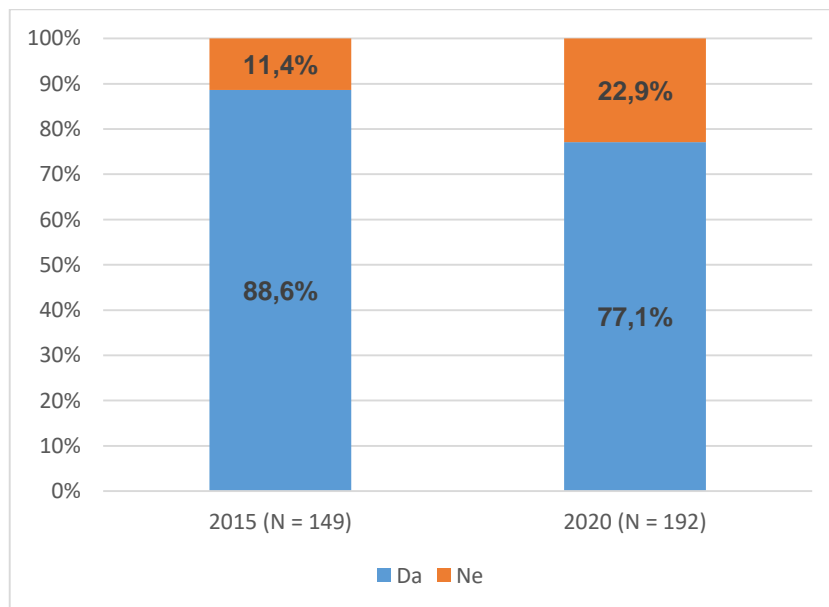
### 6.13 Doma nihče ne posluša mojih težav



Graf 37: Težav anketiranih dijakov doma nihče ne posluša

Odstotek tistih, ki menijo, da težav anketiranih dijakov doma nihče ne posluša, se je povečal za 3,5 % in leta 2020 znaša 25 %.

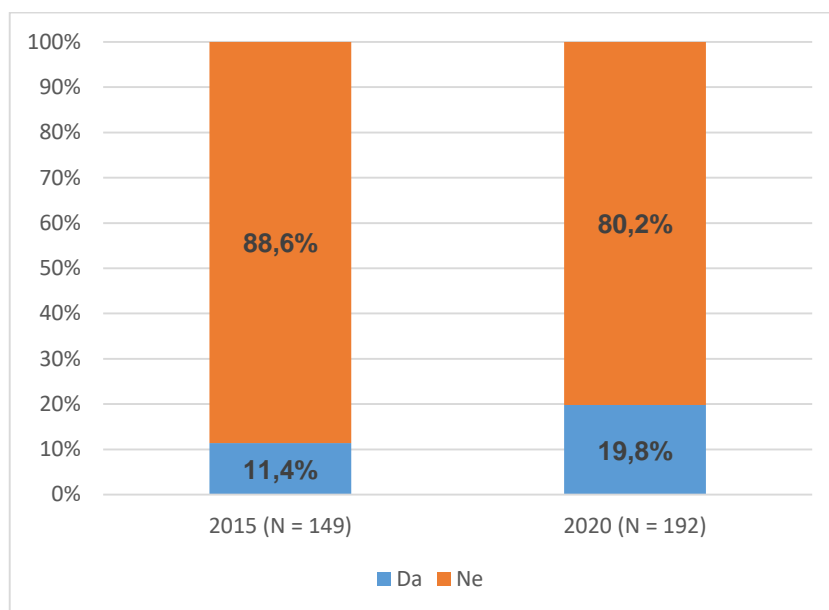
### 6.14 Moj učni uspeh je povprečno nad 3



Graf 38: Učni uspeh anketiranih dijakov je povprečno nad 3

Povprečni učni uspeh nad 3, se je pri anketiranih dijakih zmanjšal za 11,5 %.

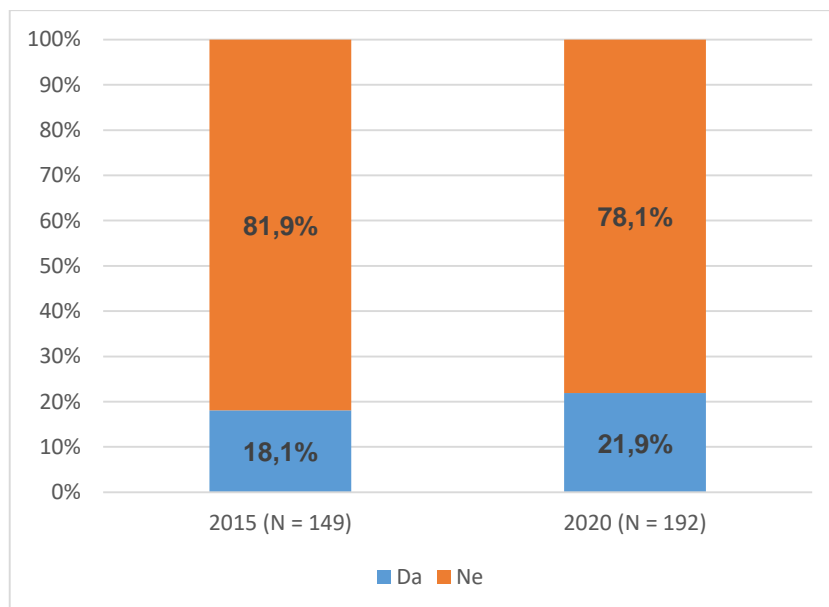
### 6.15 Moj učni uspeh je povprečno pod 3



Graf 39: Učni uspeh anketiranih dijakov je povprečno pod 3

Povprečni učni uspeh pod 3, je pri anketiranih dijakih leta 2015 11,4 % in leta 2020 19,8 %.

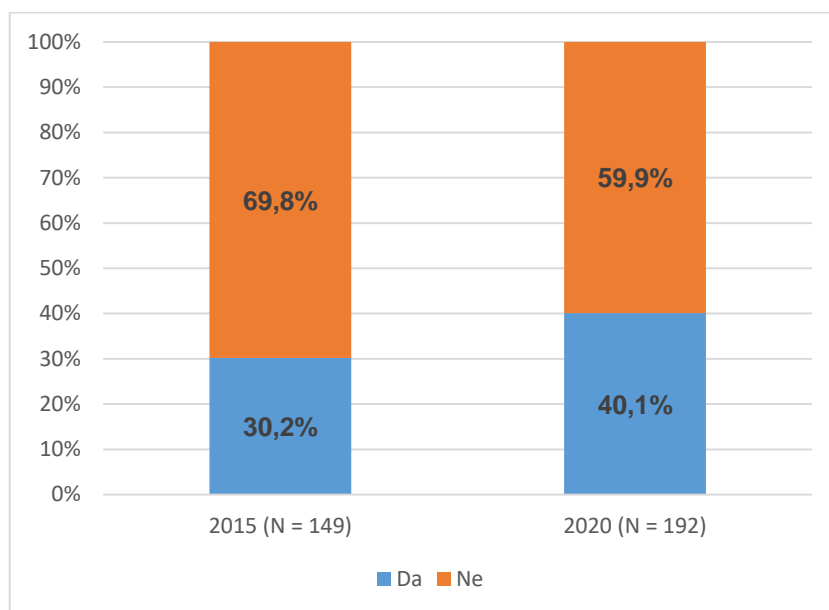
### 6.16 Vsaj enkrat tedensko uživam alkoholne pijače



Graf 40: Uživanje alkoholnih pijač vsaj enkrat tedensko pri anketiranih dijakih

Alkoholne pijače anketirani dijaki uživajo vsaj enkrat tedensko v 18,1 % (leto 2015) in v 21,9 % (leto 2020).

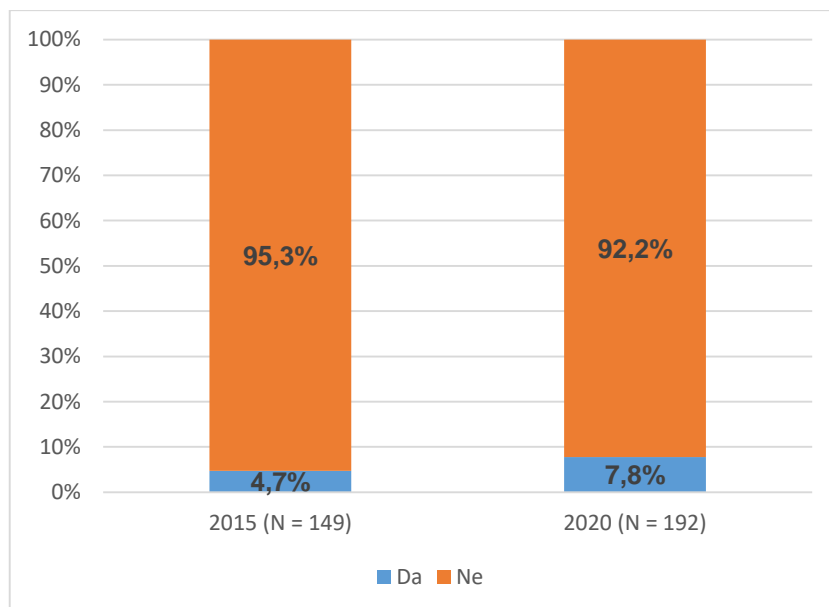
### 6.17 Sem že izvajal/-a samopoškodbe



Graf 41: Anketirani dijaki so že izvajali samopoškodbe

Več anketiranih dijakov, ki je že izvajalo samopoškodbe, je leta 2020 in znaša 40,1 % ter je za 9,9 % višje kot je leta 2015.

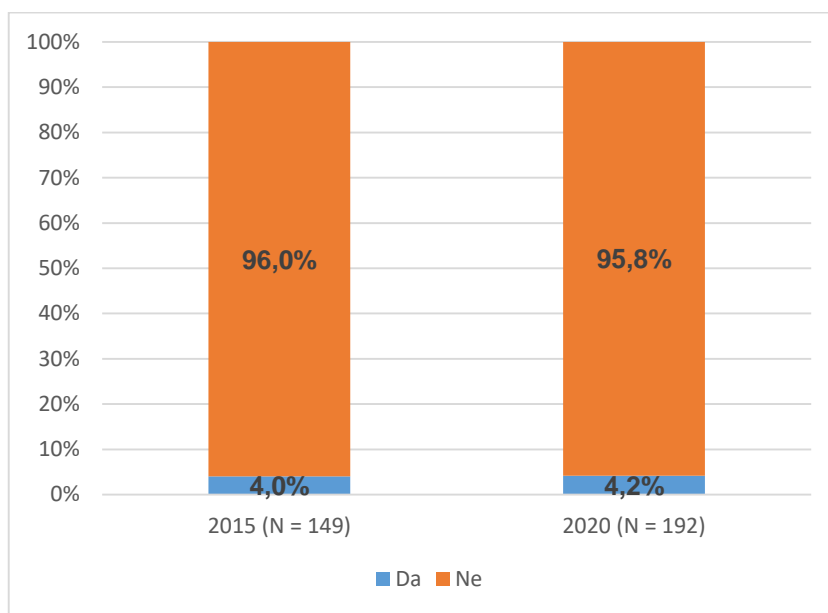
### 6.18 Sem že poklical/-a na anonimni telefon za pomoč v duševni stiski



Graf 42: Anketirani dijaki so že poklicali na anonimni telefon za pomoč v stiski

Na anonimni telefon za pomoč v duševni stiski je že poklicalo 4,7 % anketiranih dijakov leta 2015 in 7,8 % v letu 2020.

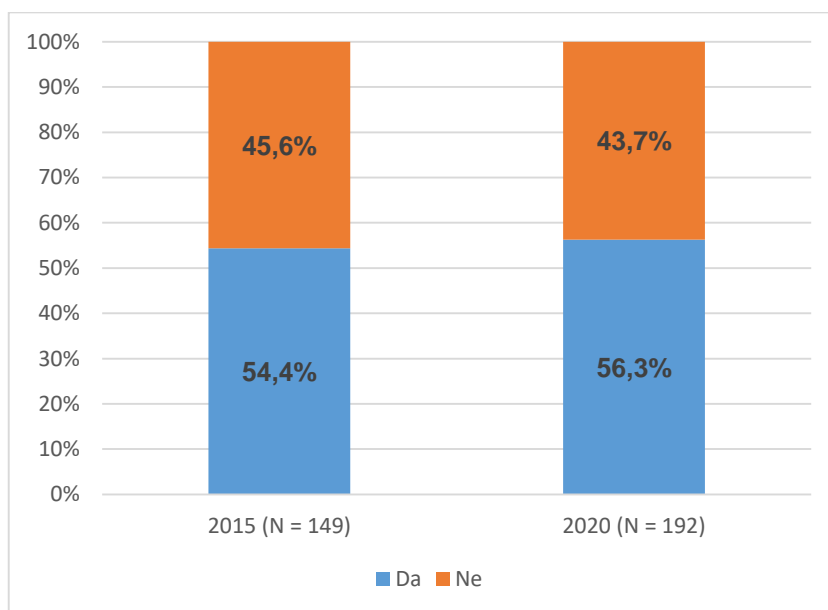
### 6.19 V življenju sem bil/-a spolno zlorabljen/-a



Graf 43: Anketirani dijaki, ki so bili v življenju spolno zlorabljeni

Spolno zlorabljenih anketiranih dijakov leta 2015 znaša 4 % in leta 2020 4,2 %.

### 6.20 Pogosto sem pod psihičnim stresom

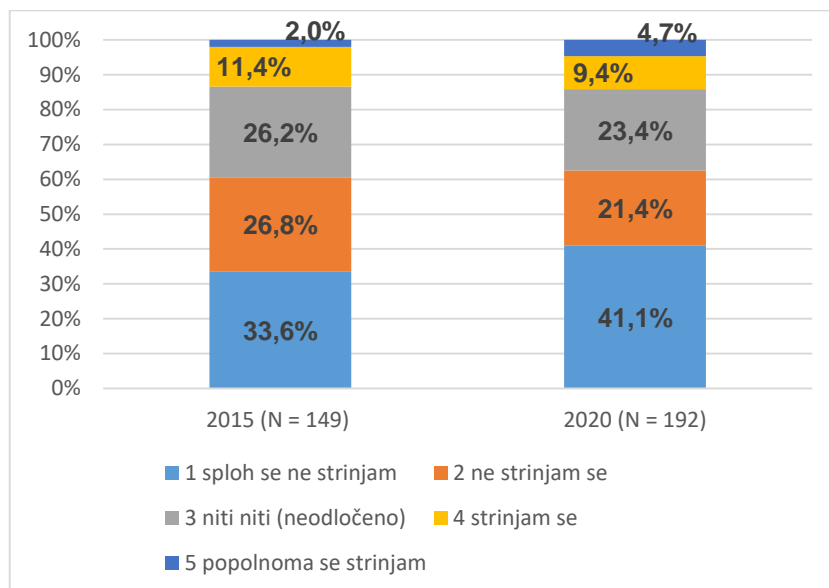


Graf 44: Anketirani dijaki so pogosto pod psihičnim stresom

Več kot polovica anketiranih dijakov meni, da so pod psihičnim stresom. Za 1,9 % več je po mnenju takšnih v letu 2020.

**7. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o osebah, ki izvajajo samopoškodbe, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.**

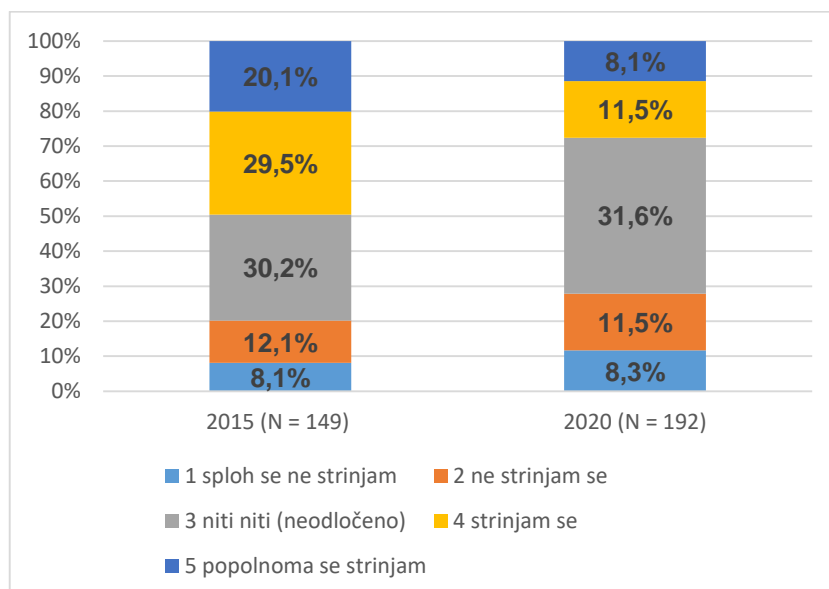
### **7.1 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, so samo mladostniki**



**Graf 45: Stopnja strinjanja, da so osebe, ki izvajajo samopoškodbe, samo mladostniki**

Več kot 60 % anketiranih dijakov se ne strinja, da samo mladostniki izvajajo samopoškodbe. Tistih, ki so takšnega mnenja, je za 2,1 % več leta 2020.

### **7.2 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, imajo duševne težave**

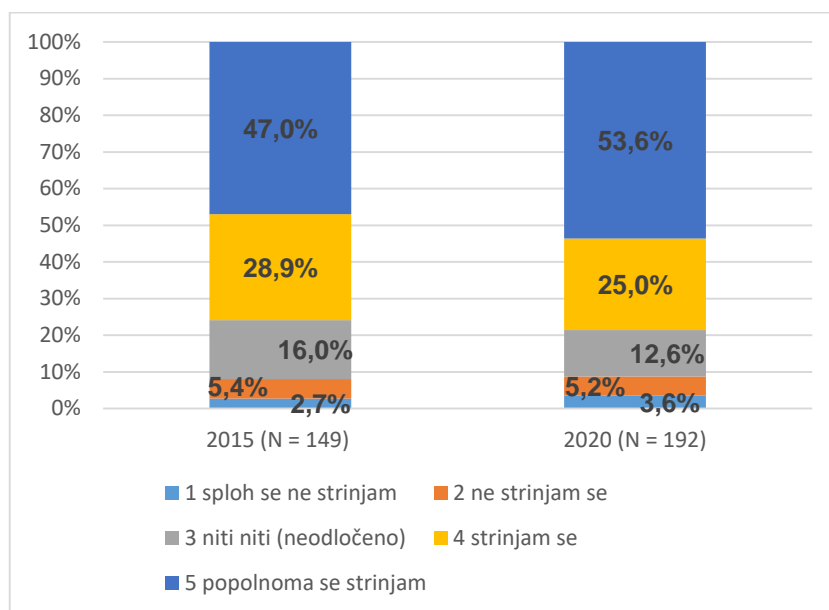


**Graf 46: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, duševne težave**

Glede tega, da imajo osebe, ki se samopoškodujejo, duševne težave, je največ anketiranih dijakov neodločenih, med ostalimi pa je večina tistih, ki so pritrdilno odgovorili na to trditev.



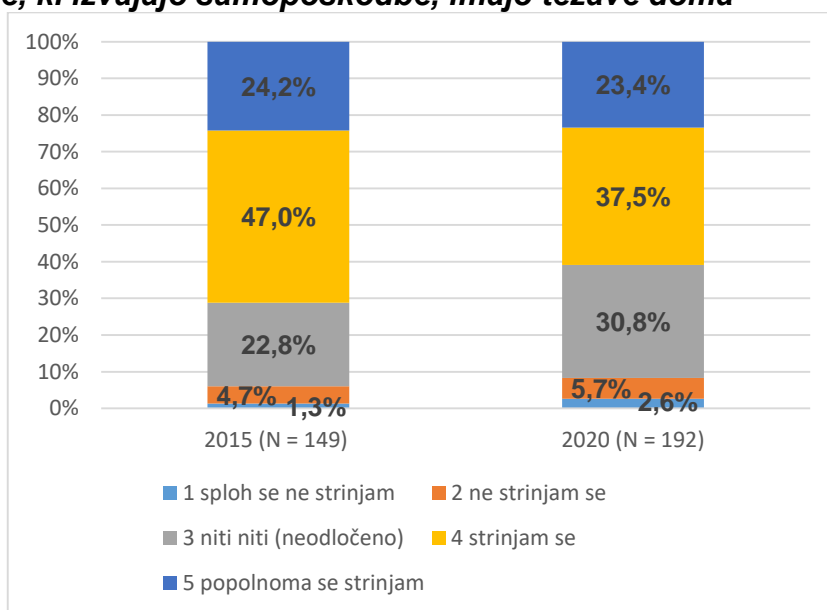
### 7.3 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, je potrebno zdraviti



Graf 47: Stopnja strinjanja, da je osebe, ki izvajajo samopoškodbe, potrebno zdraviti

Več kot 75 % anketiranih dijakov meni, da je potrebno osebe, ki izvajajo samopoškodbe, zdraviti, za 2,5 % več v letu 2020.

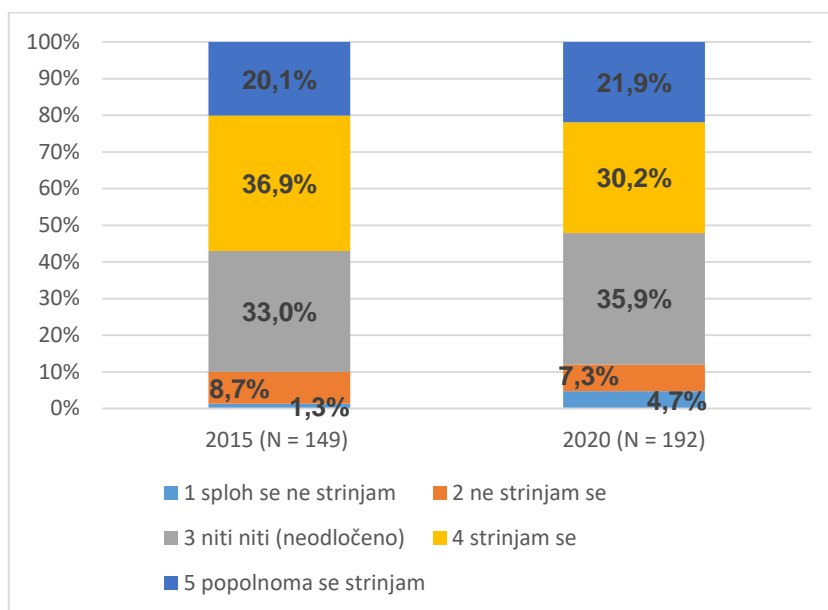
### 7.4 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, imajo težave doma



Graf 48: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave doma

Da imajo osebe, ki se samopoškodujejo, težave doma, se strinja več kot 60 % anketiranih dijakov. Za 10,3 % je več takšnih dijakov v letu 2015.

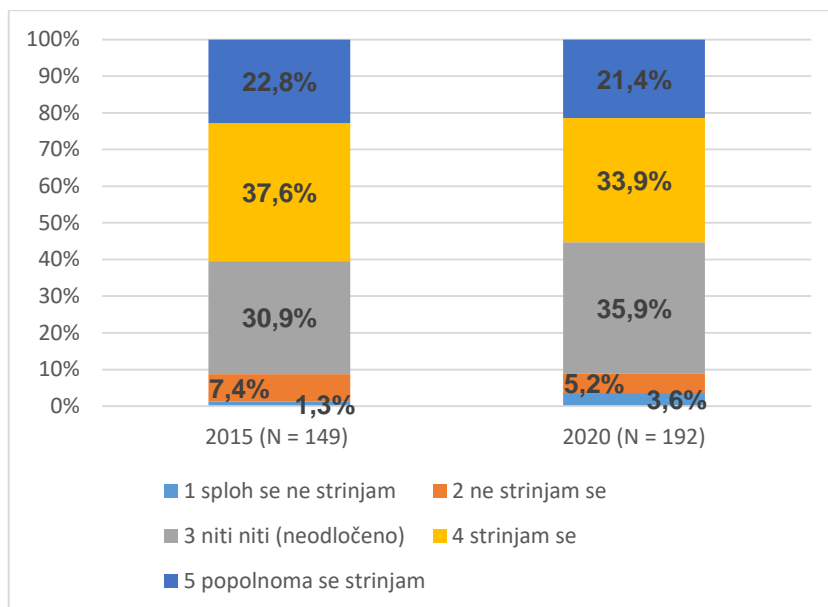
### 7.5 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, imajo težave v ljubezni



Graf 49: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave v ljubezni

Večina dijakov se strinja, da imajo osebe, ki se samopoškodujejo, težave v ljubezni. Takšno mnenje ima več dijakov v letu 2015 (za 4,9 %).

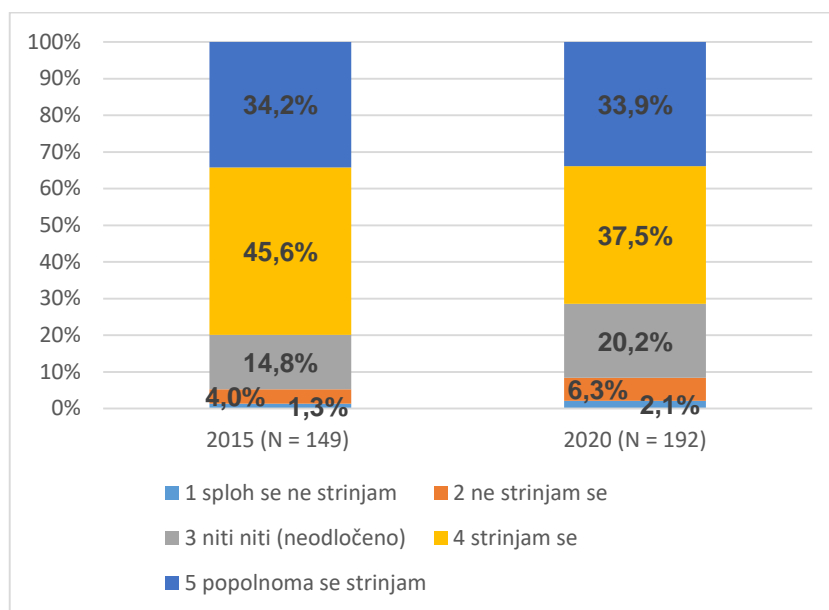
### 7.6 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, imajo težave v šoli



Graf 50: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave v šoli

Večina opredeljenih anketiranih dijakov meni, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, težave v šoli, za 5,1 % več v letu 2015 v primerjavi z letom 2020 in znaša 60,4 %.

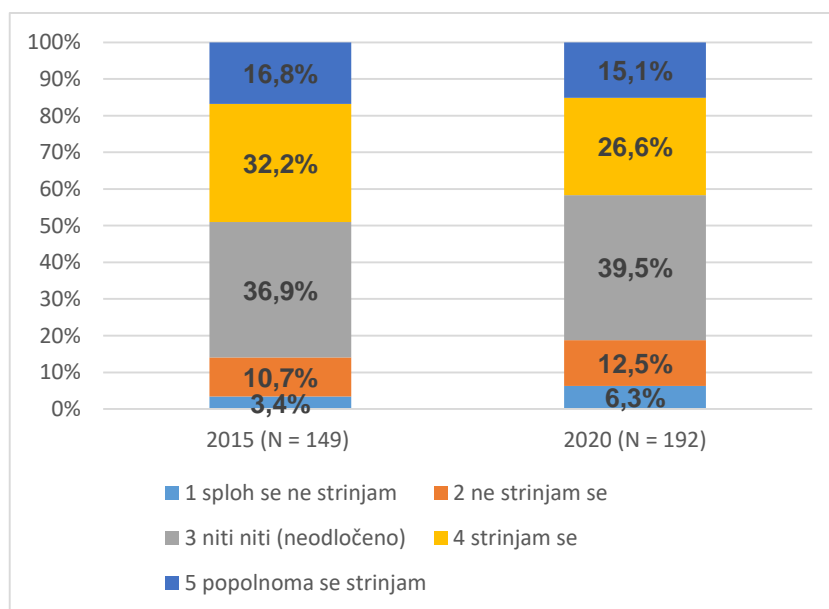
### 7.7 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, imajo nizko samopodobo



Graf 51: Stopnja strinjanja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, nizko samopodobo

V obeh letih se največ anketiranih dijakov strinja, da imajo osebe, ki izvajajo samopoškodbe, nizko samopodobo. Takšnega mnenja je več za 8,4 % dijakov v letu 2015.

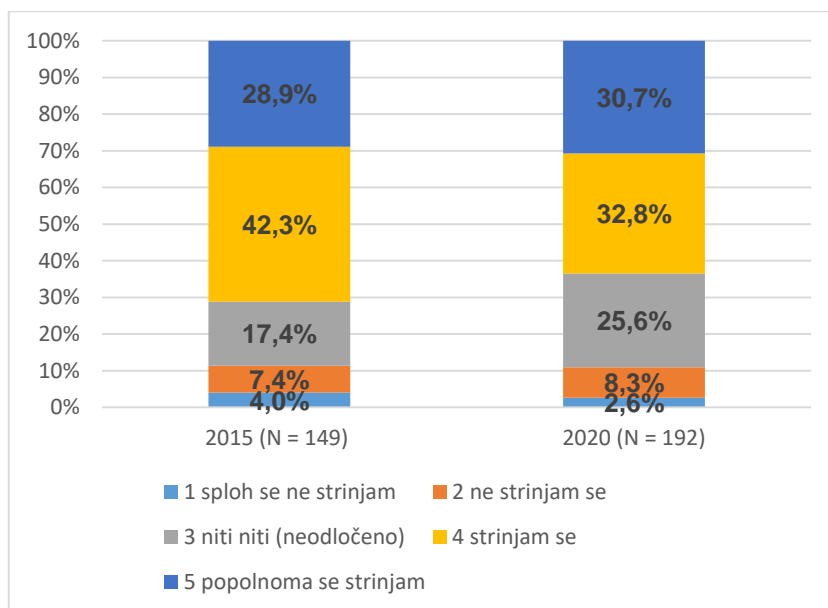
### 7.8 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo jezo



Graf 52: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo jezo

V obeh letih je največ anketiranih dijakov neodločenih, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo jezo. Tisti, ki pa so se opredelili, pa se večina s to trditvijo strinja, in sicer za 7,3 % več v letu 2015.

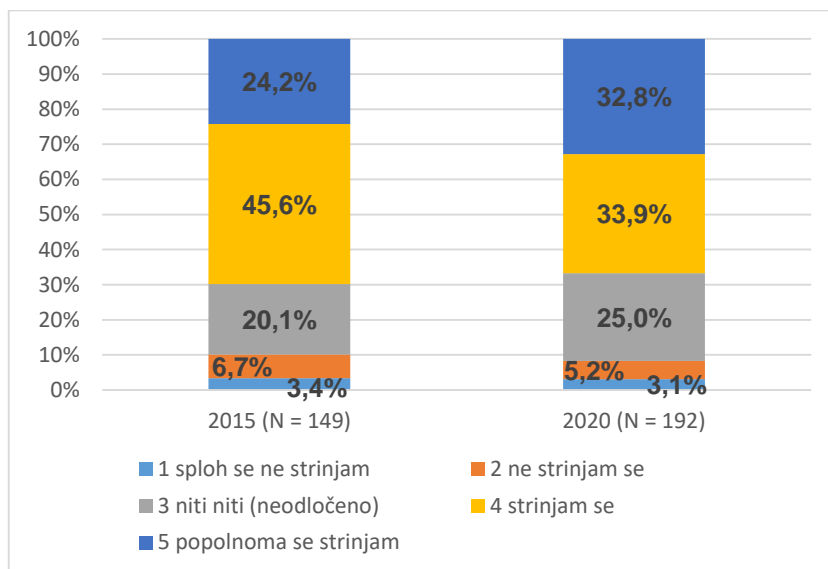
### 7.9 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči



Graf 53: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči

Večina anketiranih dijakov se strinja, da osebe, ki se samopoškodujejo, s tem sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči. Takšnih je za 7,7 % več v letu 2015.

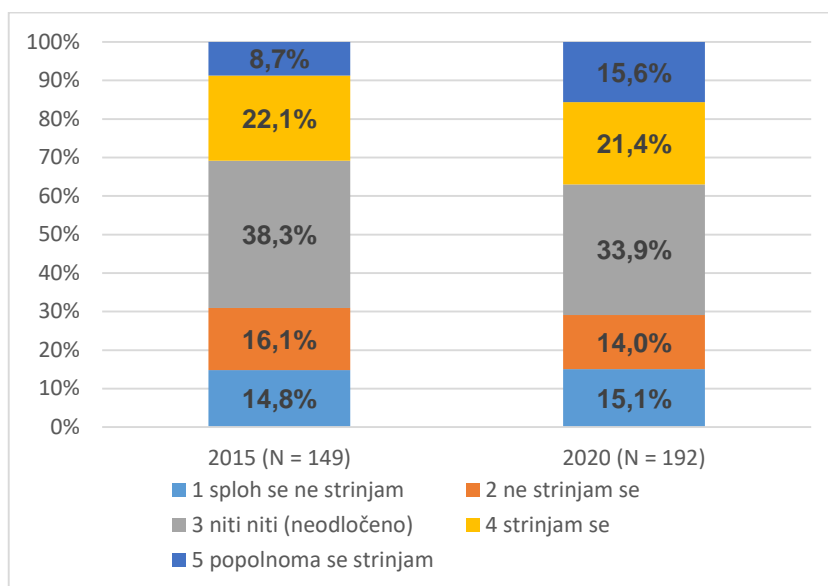
### 7.10 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem sporočajo napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin



Graf 54: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, sporočajo napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin

Večina dijakov se strinja, da osebe, ki se samopoškodujejo, s tem sporočajo napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin. Takšnega mnenja je za 3,1 % več dijakov v letu 2015.

### 7.11 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe s tem vzbujajo pozornost

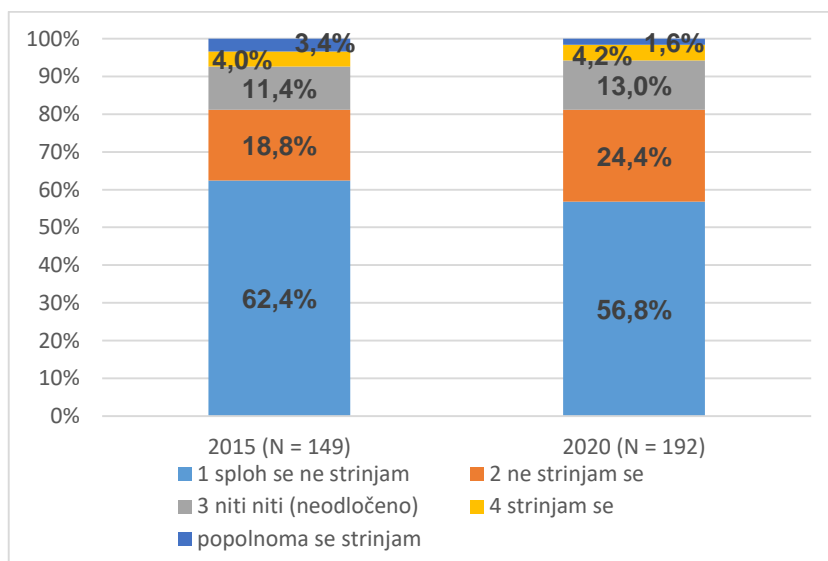


Graf 55: Stopnja strinjanja, da osebe, ki izvajajo samopoškodbe, s tem vzbujajo pozornost

Največ dijakov je neodločenih, da osebe, s tem, ko se samopoškodujejo, vzbujajo pozornost. Tisti anketirani dijaki, ki pa so se opredelili, pa se jih v letu 2015 za 0,1 % več ne strinja v primerjavi s tistimi, ki se s tem strinjajo, v letu 2020 pa je več tistih, ki se s tem strinjajo.

### 8. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o vašem odnosu do oseb, ki izvajajo samopoškodbe, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

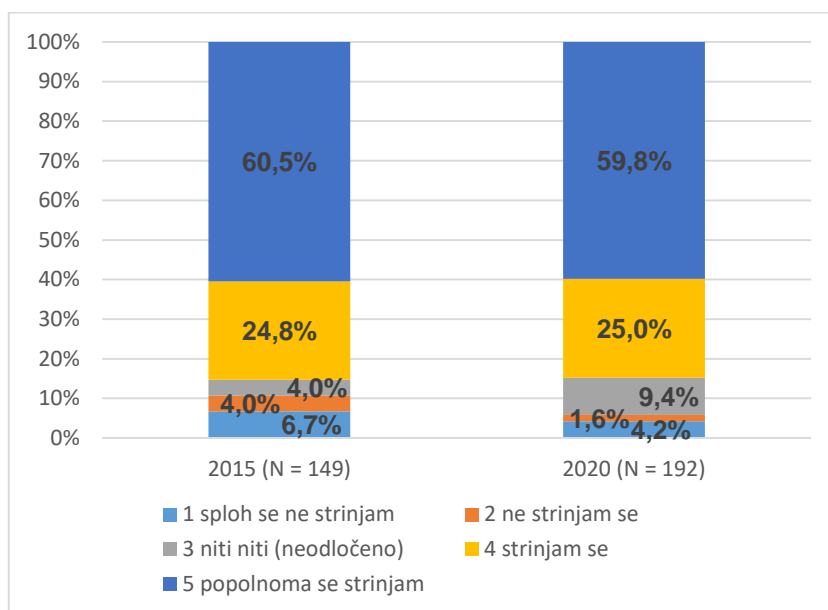
#### 8.1 Z osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi se nehal/-a družiti



Graf 56: Stopnja strinjanja, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbo, nehal/-a družiti

V letih 2015 in 2020 se 81 % anketiranih dijakov ni strinjalo, da bi se nehali družiti z osebo, ki izvaja samopoškodbe.

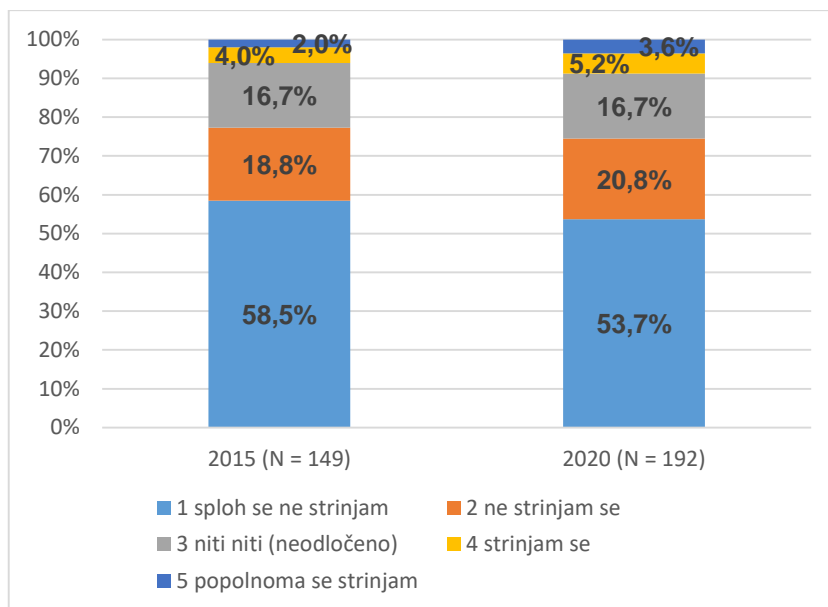
## 8.2 Osebi, ki izvajajo samopoškodbe, bi pomagal/-a, če bi to oseba želela



Graf 57: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki se samopoškoduje, pomagal/-a, če bi to želela

Več kot 84 % anketiranih dijakov bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, pomagalo.

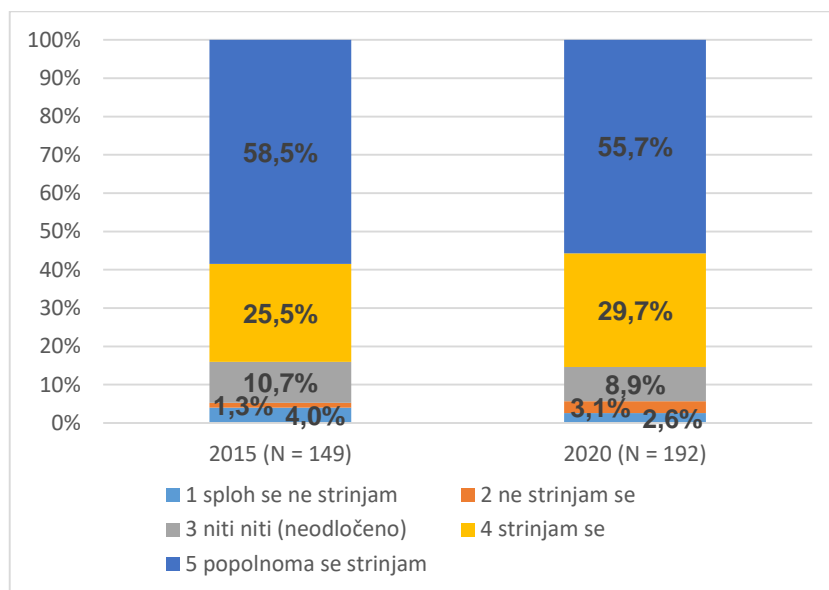
## 8.3 Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, bi se izogibal/-a, ker nočem, da slabo vpliva name



Graf 58: Stopnja strinjanja, da bi se osebe, ki izvajajo samopoškodbe, izogibal/-a, ker nočem, da slabo vpliva name

Osebe, ki izvajajo samopoškodbe, bi se izogibalo 6,5 % anketiranih dijakov v letu 2015 in 8,8 % anketiranih dijakov v letu 2020.

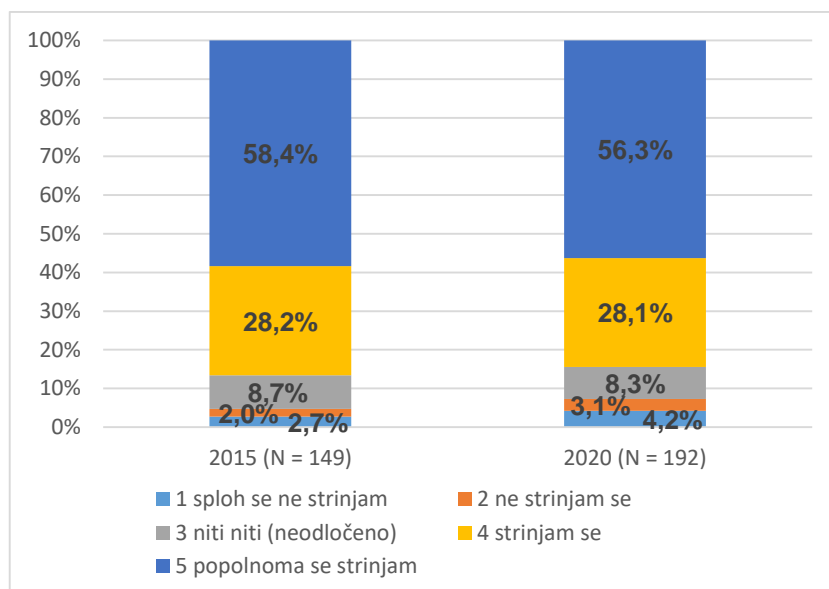
#### 8.4 Z osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi se pogovoril/-a in ji dal/-a občutek varnosti



Graf 59: Stopnja strinjanja, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbe, pogovoril/-a in ji dal/-a občutek varnosti

Več kot 83 % anketiranih dijakov bi se pogovorilo z osebo, ki izvaja samopoškodbe, da bi ji zagotovilo občutek varnosti. Za 1,5 % je takšnih anketiranih dijakov več leta 2020.

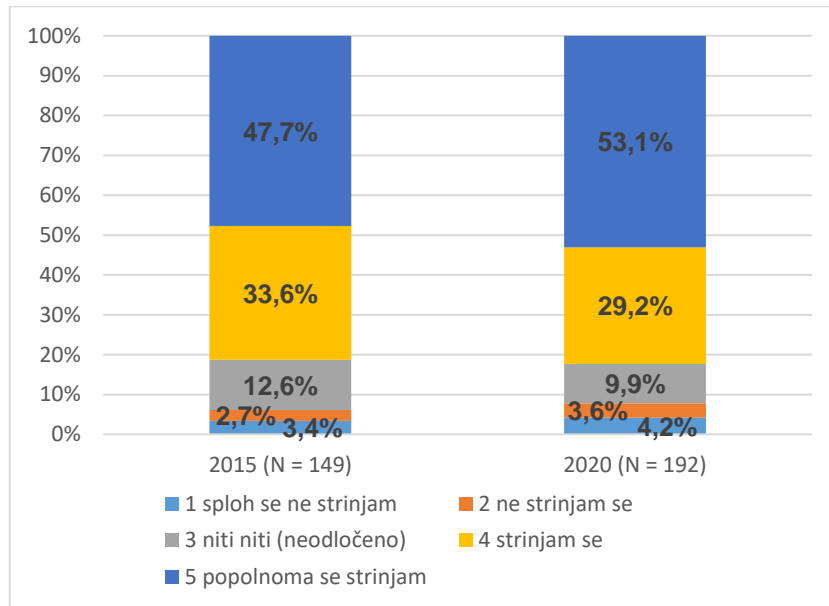
#### 8.5 Osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi želel/-a prepričati, naj tega ne počne



Graf 60: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, želel/-a prepričati, naj tega ne počne

Več kot 84 % anketiranih dijakov bi želelo osebo, ki izvaja samopoškodbe, prepričati, da naj tega ne počne. Za 2,2 % je takšnih dijakov več v letu 2015.

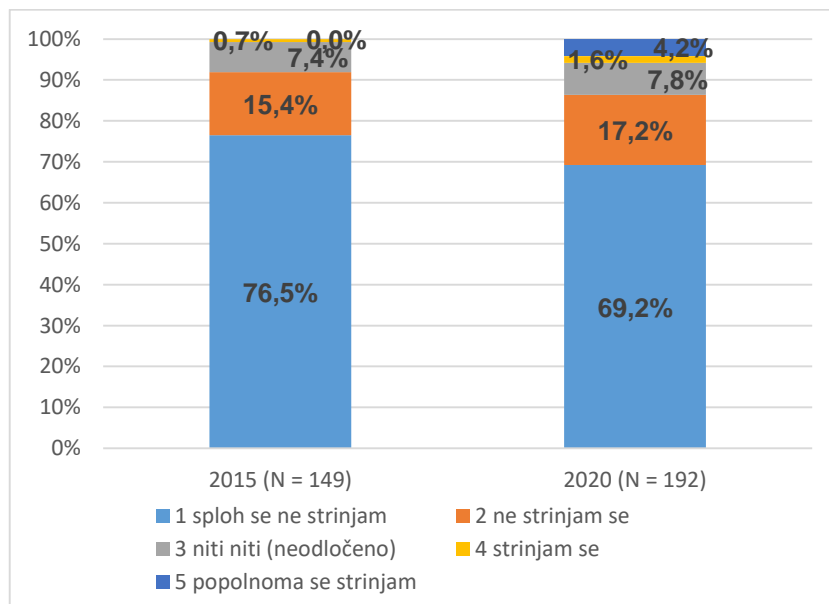
### 8.6 Osebi, ki izvaja samopoškodbe, bi svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč



Graf 61: Stopnja strinjanja, da bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč

Več kot 81 % anketiranih dijakov bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, svetovalo, da poišče strokovno pomoč. Za 1 % je takšnih dijakov več v letu 2020.

### 8.7 Nič ne bi naredil/-a, ker je to njegov/njen problem

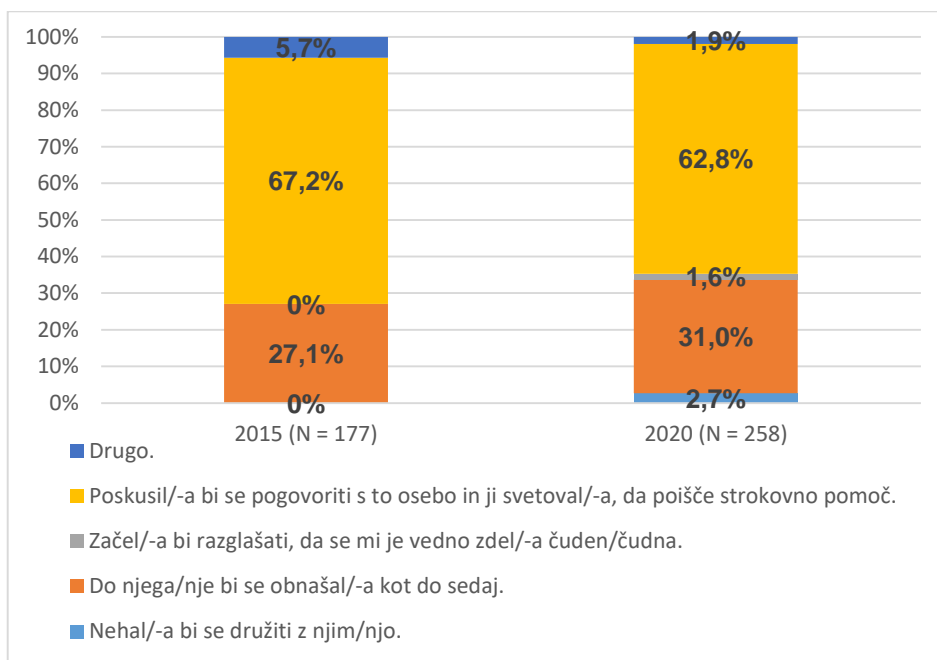


Graf 62: Stopnja strinjanja, da ne bi naredil/-a nič, ker je to njegov/njen problem

Da anketirani dijaki ne bi nič naredili pri osebi, ki se samopoškoduje, ker je to njegov/njen problem, se jih ne strinja več kot 86 %, za 5,5 % več pri dijakih leta 2015.



### 9. Kako bi ravnali, če bi izvedeli, da je nekdo izmed vaših sošolcev/sošolk samopoškodovalec? (možnih več odgovorov)



Graf 63: Kako bi ravnali, če bi izvedeli, da je nekdo izmed vaših sošolcev/sošolk samopoškodovalec

Večina anketiranih dijakov bi z dijakom, ki se samopoškoduje ravnali tako, da bi se z njim pogovorili in mu svetovali, da poišče strokovno pomoč. Pod drugo pa so leta 2015 navedli, da bi ga vzpodbujali in mu pomagali, leta 2020 pa, da bi osebo, ki se samopoškoduje, vprašali, če potrebuje pogovor, do te osebe bi se prijazno in normalno obnašali ter da bi se samopoškodovalca malce izogibali.

### 10. Kako po vašem mnenju lahko vpliva šola oz. učitelji na osebo, ki izvaja samopoškodbe?

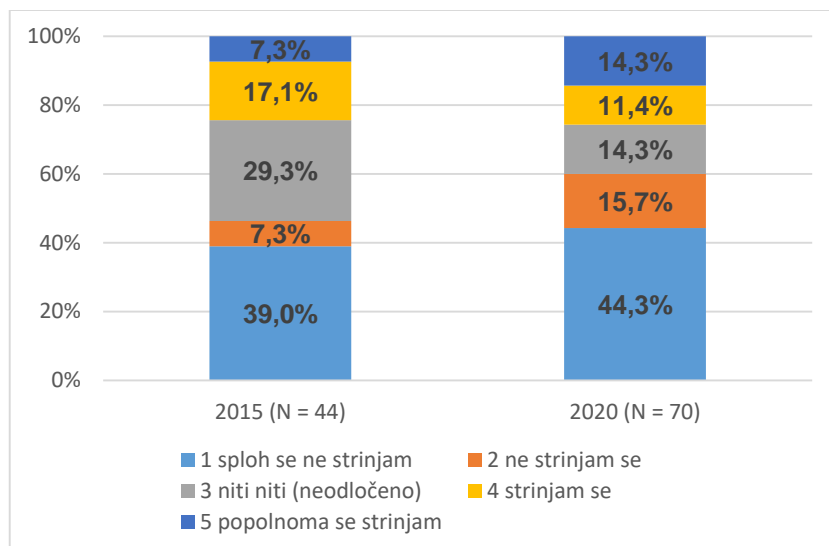
V letu 2015 je veliko anketiranih dijakov odgovorilo z odgovori ne vem, slabo (stres), negativno in s slabim odnosom. Veliko anketiranih dijakov tudi meni, da lahko šola veliko vpliva na takšnega dijaka s pogovorom, s svetovanjem ter da dijaku nudi občutek varnosti.

V letu 2020 so najpogostejši odgovori anketiranih dijakov slabo, ne vem ter slabo zaradi stresa. Veliko anketiranih dijakov tudi meni, da je šola lahko v veliko pomoč, lahko pa tudi poslabša situacijo zaradi pritiska, ki ga povzročijo prenatrpani urniki ter pritisk, ki ga dijak dobi od profesorja.

## NASLEDNJA VPRAŠANJA SO NAMENJENA DIJAKOM, KI IZVAJAJO SAMOPOŠKODBE

11. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o vaših samopoškodbah, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

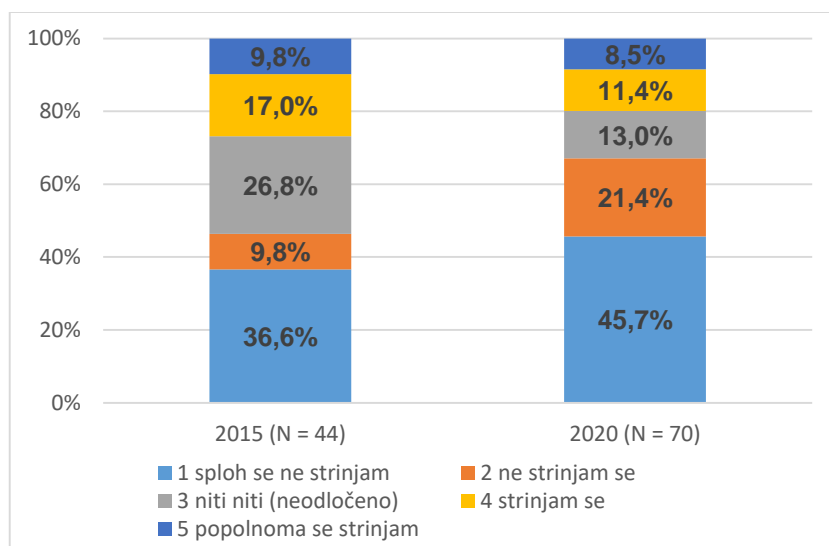
### 11.1 Samopoškodujem se, ker imam težave doma



Graf 64: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave doma

Anketirani dijaki se samopoškodujejo zato, ker imajo težave doma, in sicer v 24,4 % leta 2015 in v 25,7 % leta 2020.

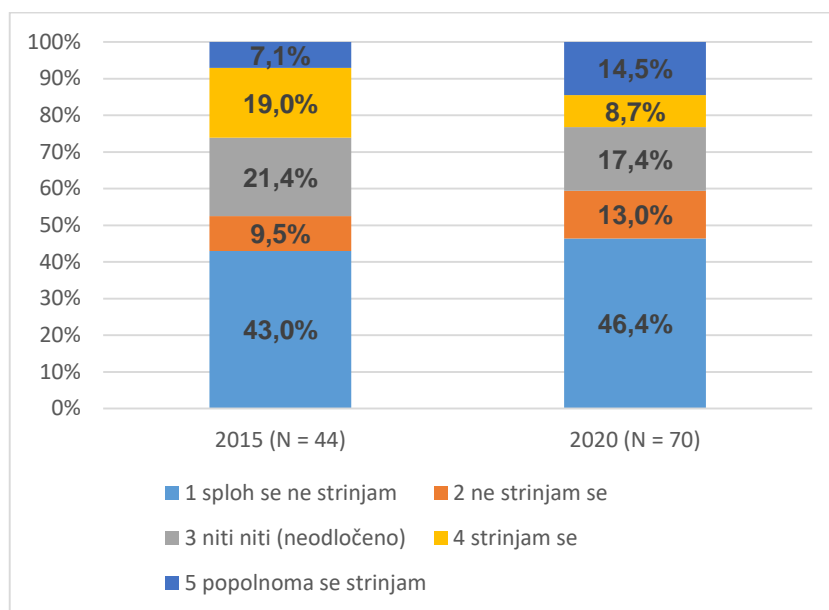
### 11.2 Samopoškodujem se, ker imam težave v šoli



Graf 65: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave doma

Večina opredeljenih anketiranih dijakov se ne strinja, da se samopoškodujejo zato, ker imajo težave v šoli. S tem pa se jih strinja 26,8 % v letu 2015 in 19,9 % v letu 2020.

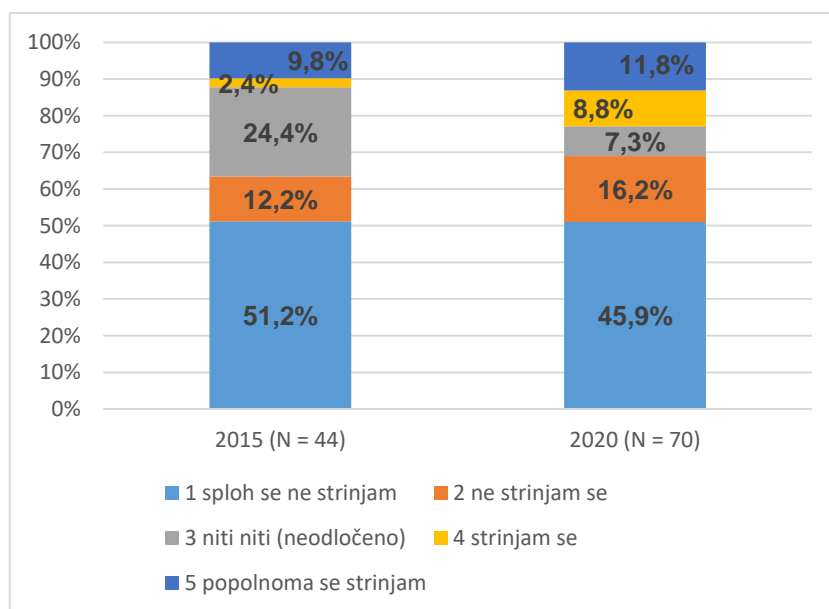
### 11.3 Samopoškodujem se, ker imam težave v ljubezni



Graf 66: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ima težave v ljubezni

Večina opredeljenih anketiranih dijakov se ne strinja, da izvajajo samopoškodbe, ker imajo težave v ljubezni, in sicer za 6,9 % jih je več v letu 2020. Zaradi težav v ljubezni pa se samopoškoduje 26,1 % dijakov v letu 2015 in 23,2 % v letu 2020.

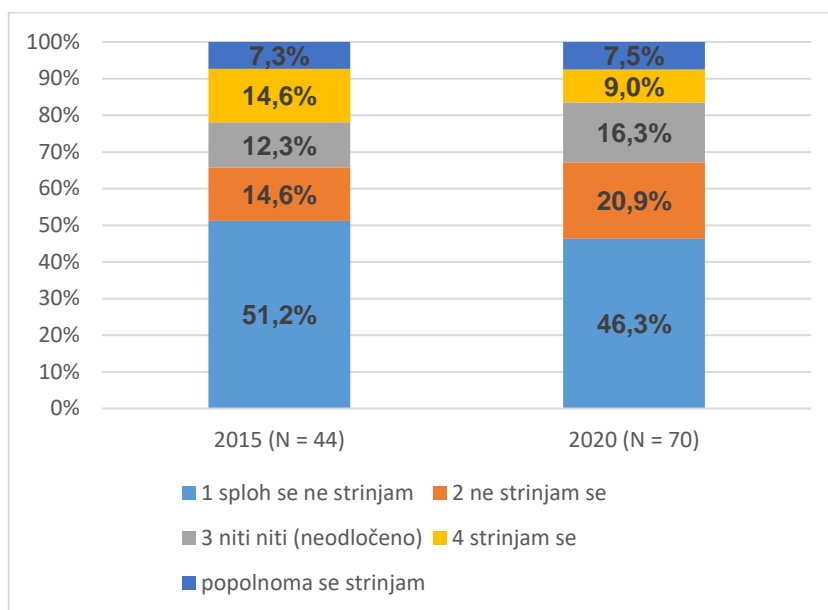
### 11.4 Samopoškodujem se, ker sem nesrečno zaljubljen/-a



Graf 67: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je nesrečno zaljubljen/-a

Ker so anketirani dijaki nesrečno zaljubljeni, se jih samopoškoduje 12,2 % v letu 2015 in 20,6 % v letu 2020.

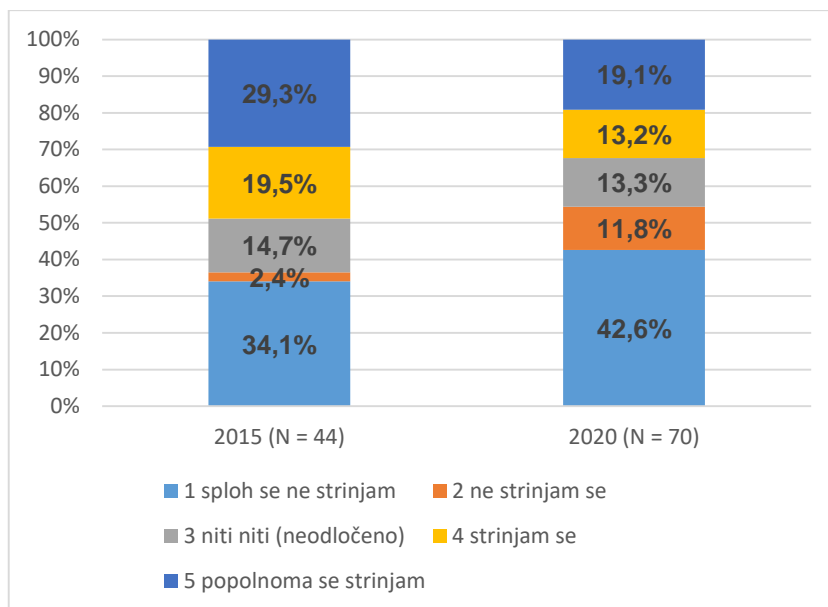
### 11.5 Samopoškodujem se, ker sem slabe volje



Graf 68: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je slabe volje

Ker so anketirani dijaki slabe volje, se jih samopoškoduje 21,9 % v letu 2015 in 16,5 % v letu 2020.

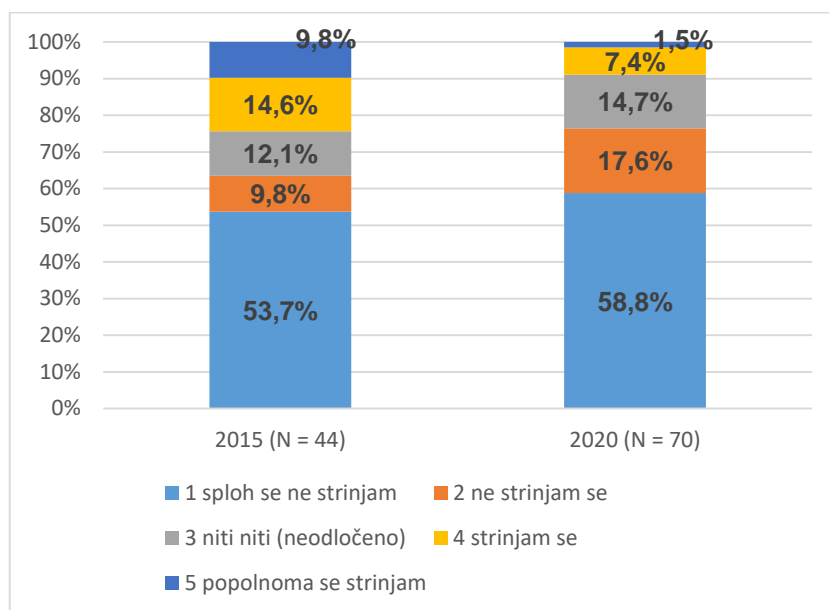
### 11.6 Samopoškodujem se, ker sem jezen/-a nase



Graf 69: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je jezen/-a nase

Anketirani dijaki se samopoškodujejo, ker so jezni nase v 48,8 % leta 2015 in v 32,3 % leta 2020.

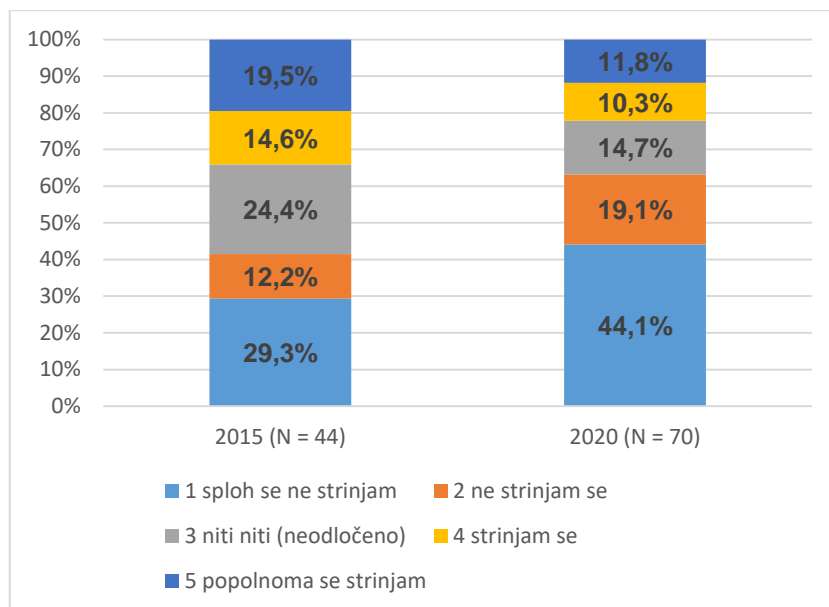
### 11.7 Samopoškodujem se, ker sem jezen/-a na druge



Graf 70: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je jezen/-a na druge

Anketirani dijaki se samopoškodujejo v 24,4 % leta 2015 in v 8,9 % leta 2020, ker so jezni na druge.

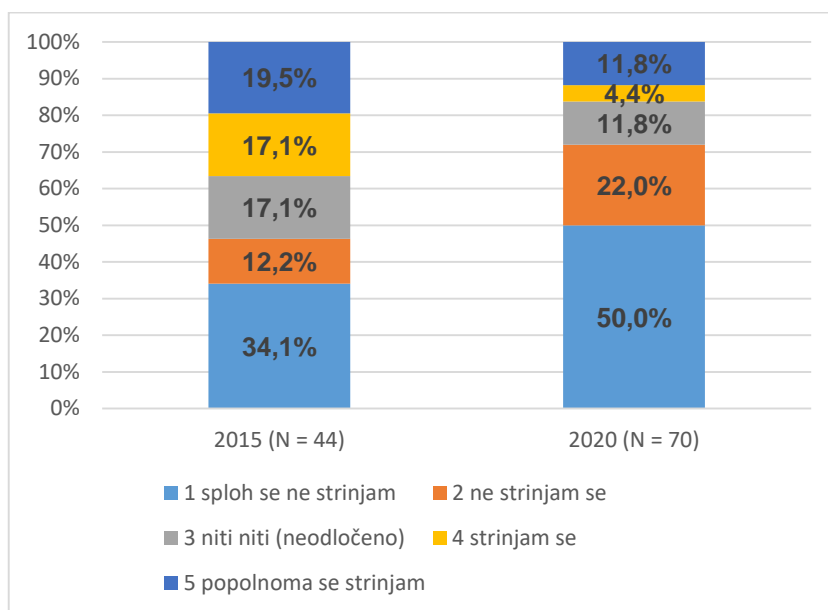
### 11.8 Samopoškodujem se, ker me nihče ne razume



Graf 71: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ga nihče ne razume

Anketirani dijaki se v 34,1 % leta 2015 in v 22,1 % leta 2020 samopoškodujejo, ker menijo, da jih nihče ne razume.

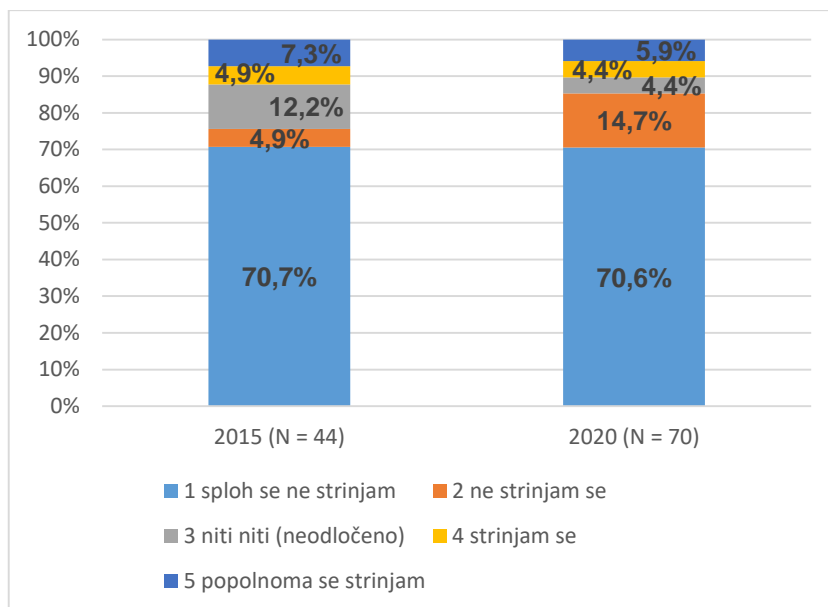
### 11.9 Samopoškodujem se, ker me nihče ne posluša



Graf 72: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker ga nihče ne posluša

Anketirani dijaki se v 36,6 % leta 2015 in v 16,2 % leta 2020 samopoškodujejo, ker menijo, da jih nihče ne posluša.

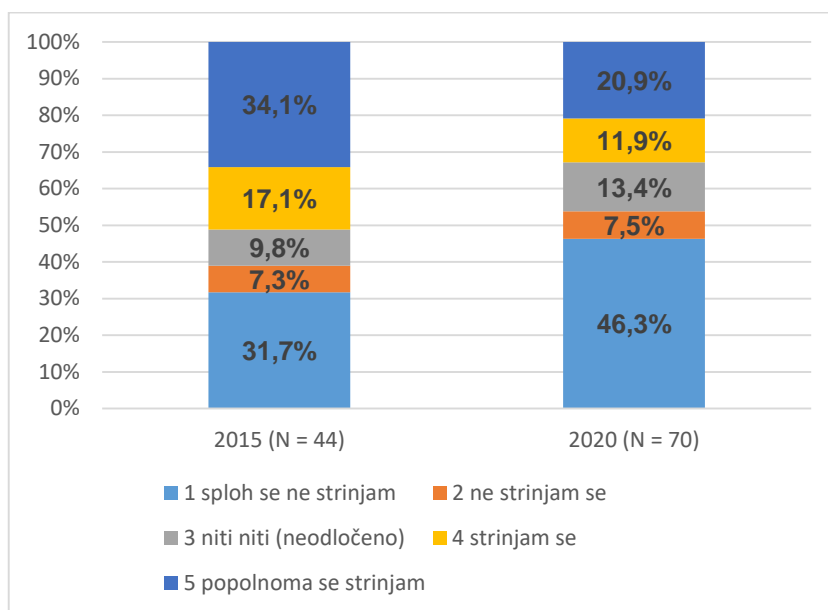
### 11.10 Samopoškodujem se, ker sem bil/-a zlorabljen/-a



Graf 73: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje, ker je bil/-a zlorabljen/-a

Anketirani dijaki se v 12,2 % leta 2015 in v 10,3 % leta 2020 samopoškodujejo, ker so bili zlorabljeni.

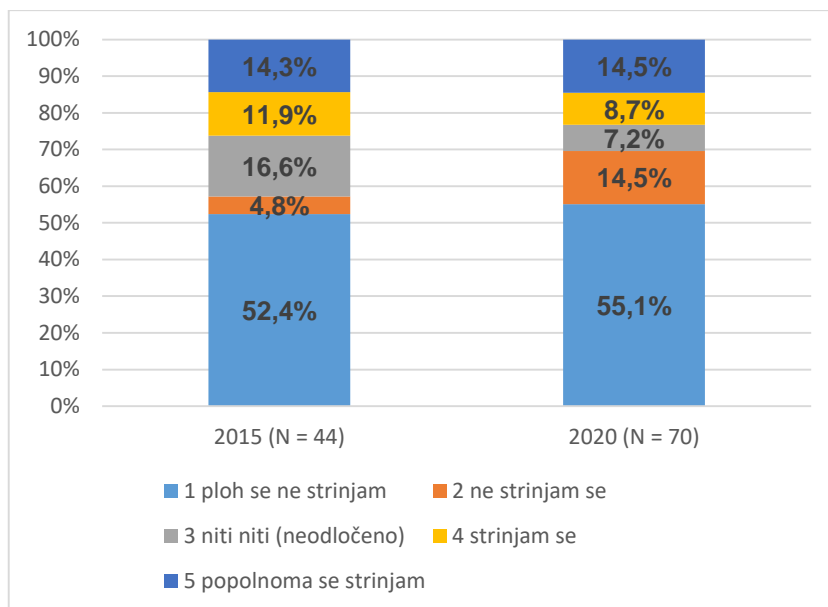
### 11.11 Ne znam razložiti, zakaj se samopoškodujem



Graf 74: Stopnja strinjanja, da dijak ne zna razložiti, zakaj se samopoškoduje

51,2 % anketiranih dijakov leta 2015 in 32,8 % leta 2020 ne zna razložiti, zakaj se samopoškodujejo.

### 11.12 Nimam razloga za izvajanje samopoškodb

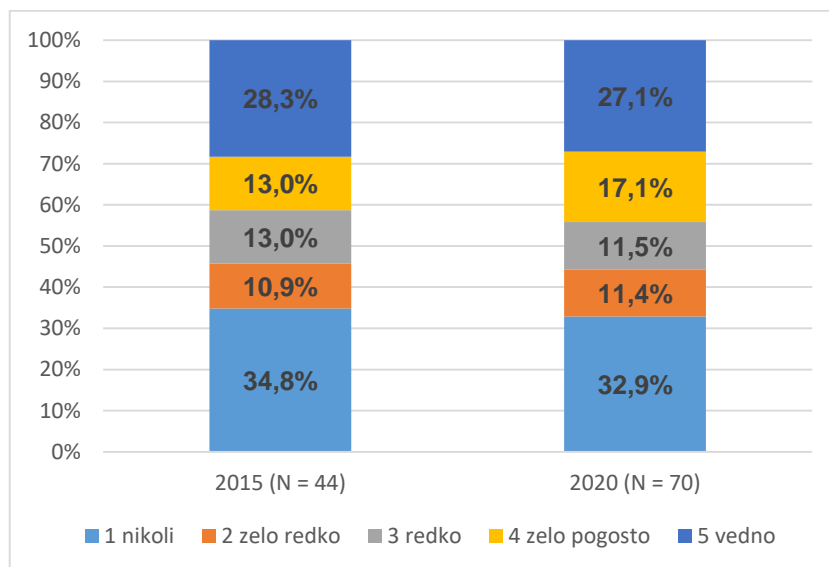


Graf 75: Stopnja strinjanja, da dijak nima razloga za izvajanje samopoškodb

Anketirani dijaki, ki se samopoškodujejo, se v 26,2 % leta 2015 in v 23,2 % leta 2020 strinjajo, da nimajo razloga za izvajanje samopoškodb.

**12. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o lokaciji izvajanja vaših samopoškodb, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.**

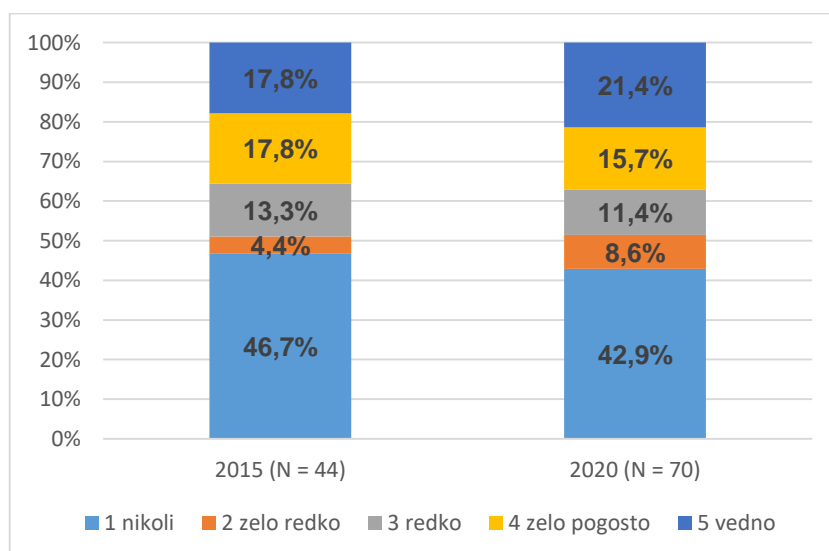
**12.1 Samopoškodbe izvajam doma v svoji sobi**



**Graf 76: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe doma v svoji sobi**

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb doma v svoji sobi, in sicer je takšnih 34,8 % leta 2015 in 32,9 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo v svoji sobi, pa jih je 28,3 % leta 2015 in 21,1 % leta 2020.

**12.2 Samopoškodbe izvajam doma v kopalnici/na stranišču**

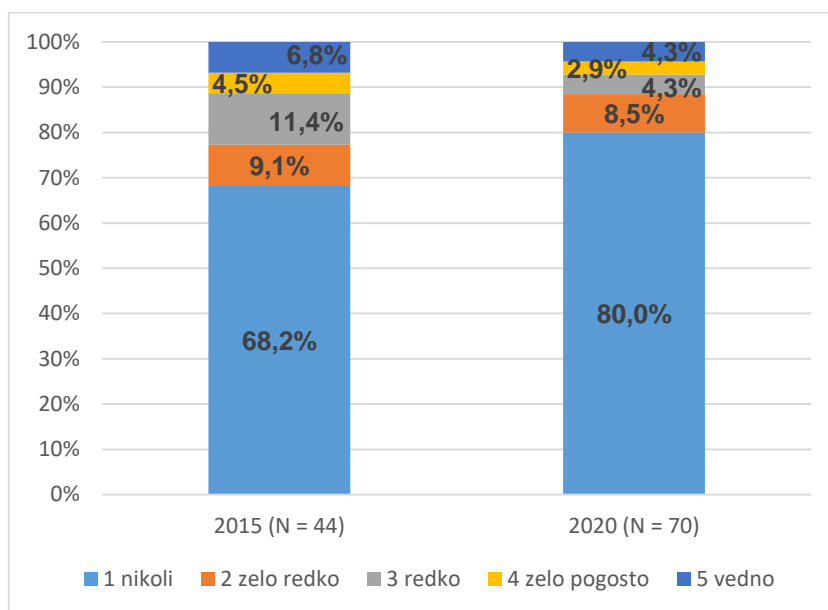


**Graf 77: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja doma v kopalnici/ na stranišču**

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb doma v kopalnici/stranišču, in sicer je takšnih 46,7 % leta 2015 in 42,9 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo v kopalnici/stranišču, pa je 17,8 % leta 2015 in 21,4 % leta 2020.



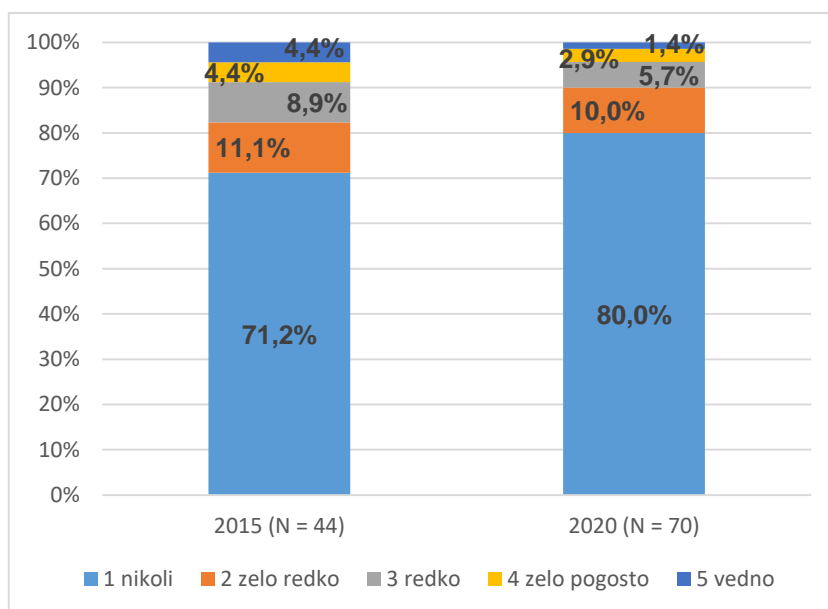
### 12.3 Samopoškodbe izvajam v šoli na stranišču



Graf 78: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja v šoli na stranišču

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb v šoli na stranišču, in sicer je takšnih 68,2 % leta 2015 in 80 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo v šoli na stranišču, pa je 6,8 % leta 2015 in 4,3 % leta 2020.

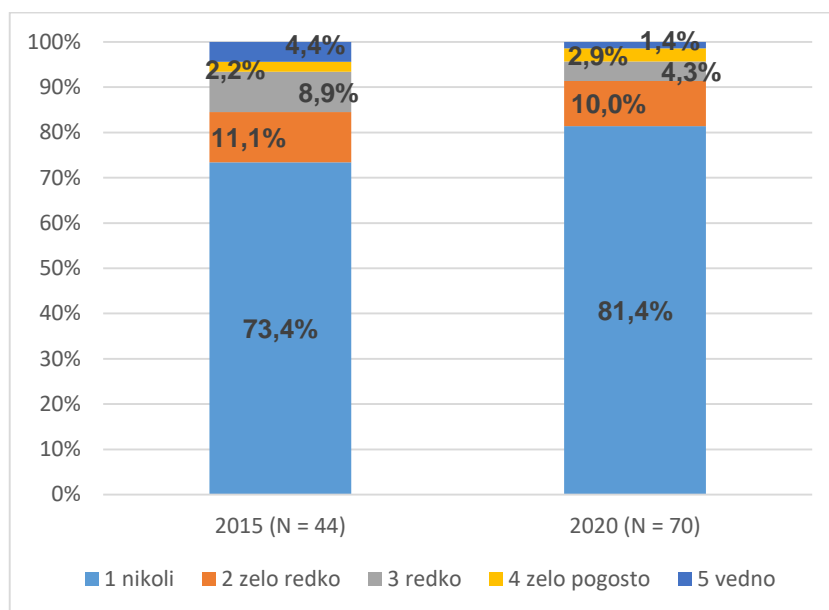
### 12.4 Samopoškodbe izvajam v šoli med poukom



Graf 79: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja v šoli med poukom

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb v šoli med poukom, in sicer je takšnih 71,2 % leta 2015 in 80 % leta 2020. Tistih, ki pa se zelo redko samopoškodujejo v šoli med poukom, pa je 11,1 % leta 2015 in 10 % leta 2020.

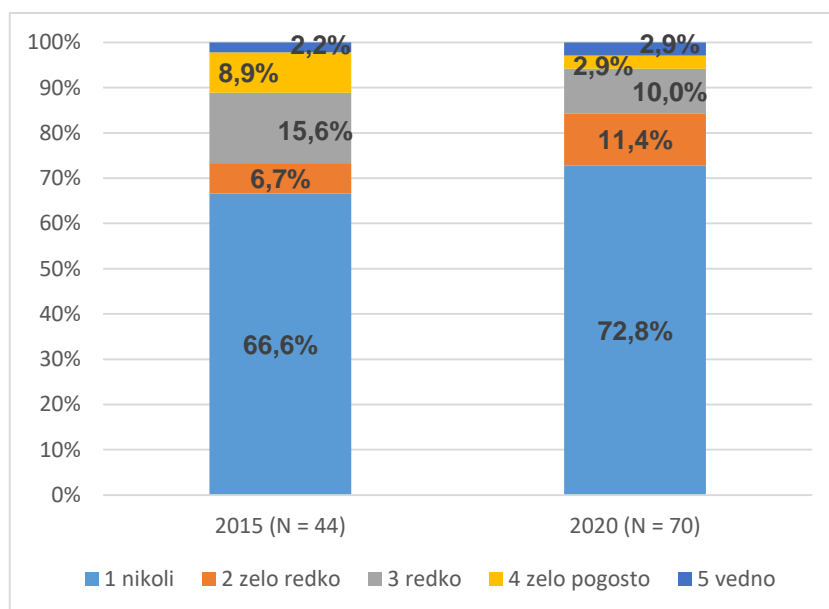
### 12.5 Samopoškodbe izvajam pri prijateljih



Graf 80: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja pri prijateljih

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb pri prijateljih, in sicer je takšnih 73,4 % leta 2015 in 81,4 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno zelo redko samopoškodujejo pri prijateljih, pa je 11,1 % leta 2015 in 10 % leta 2020.

### 12.6 Samopoškodbe izvajam na počitnicah

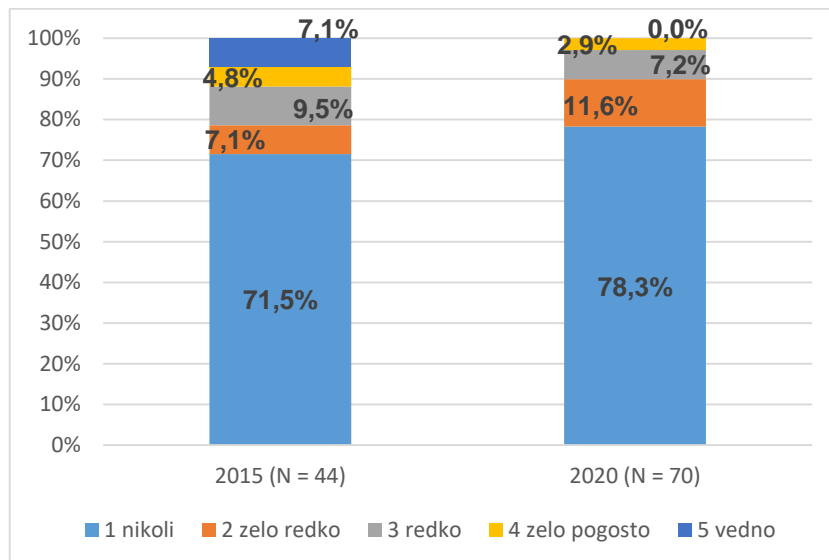


Graf 81: Stopnja strinjanja, da dijak samopoškodbe izvaja na počitnicah

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na počitnicah, in sicer je takšnih 66,6 % leta 2015 in 72,8 % leta 2020. Tistih, ki pa se redko samopoškodujejo na počitnicah, pa je 15,6 % leta 2015 in 10 % leta 2020.

**13. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o pogostosti izvajanja vaših samopoškodb, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.**

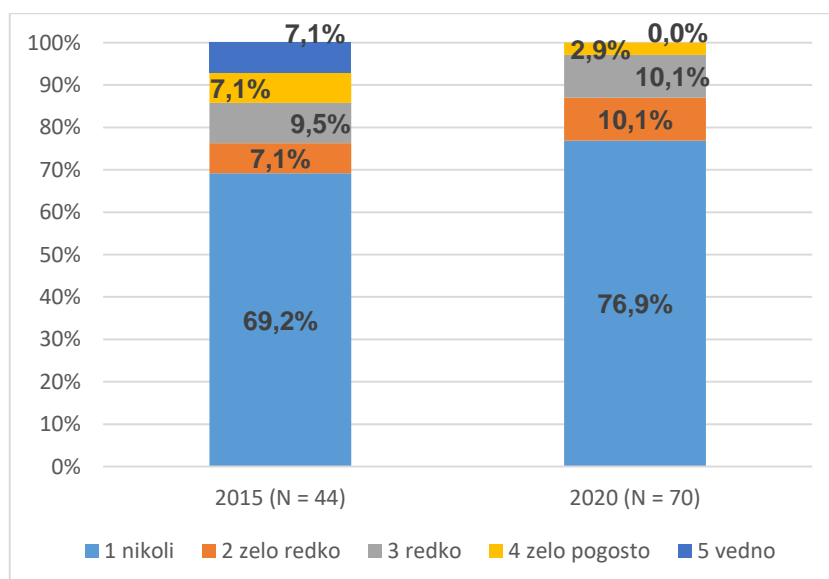
**13.1 Samopoškodbe izvajam večkrat dnevno**



**Graf 82: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe večkrat dnevno**

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb večkrat dnevno, in sicer je takšnih 71,5 % leta 2015 in 78,3 % leta 2020. Tistih, ki pa se večkrat dnevno samopoškodujejo, pa je 7,1 % leta 2015 in 0 % leta 2020.

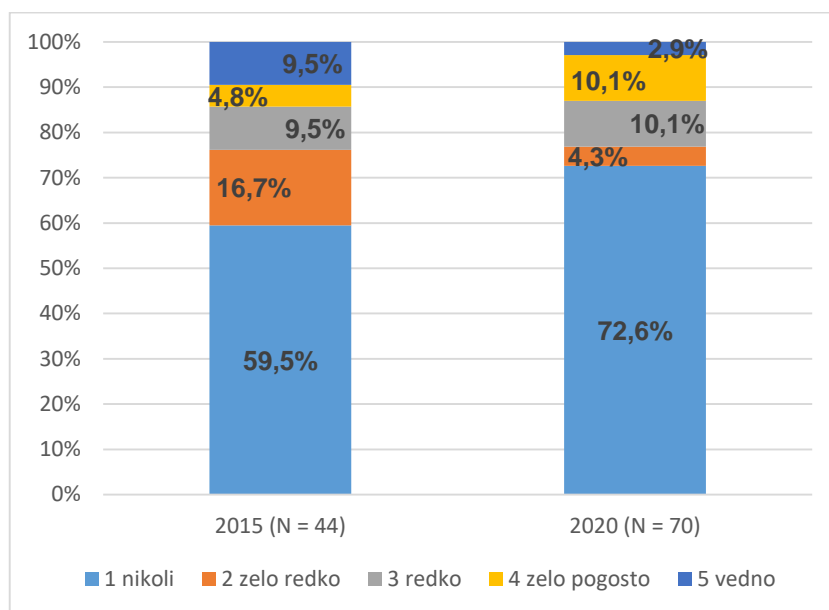
**13.2 Samopoškodbe izvajam vsak dan**



**Graf 83: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe vsak dan**

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb vsak dan, in sicer je takšnih 69,2 % leta 2015 in 76,9 % leta 2020. Tistih, ki pa se redko samopoškodujejo vsak dan, pa je 9,5 % leta 2015 in 10,1 % leta 2020.

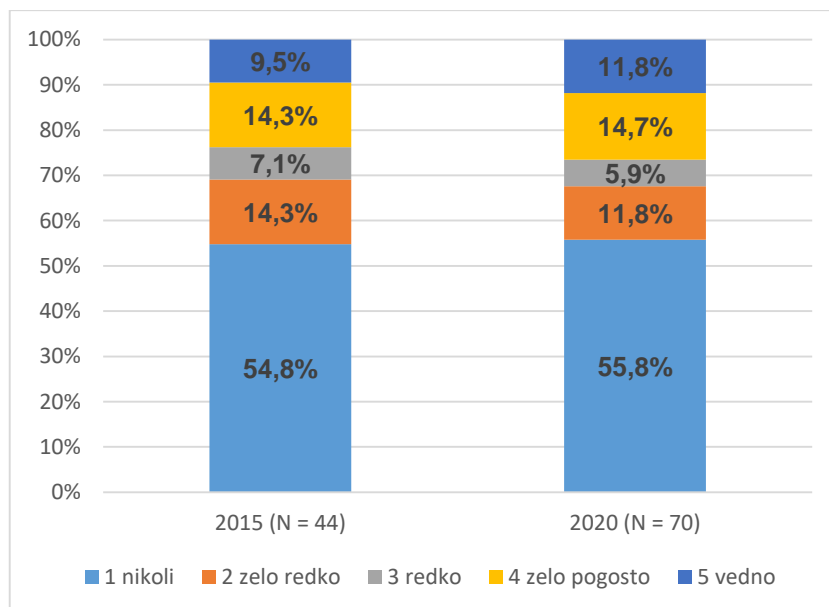
### 13.3 Samopoškodbe izvajam enkrat tedensko



Graf 84: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat tedensko

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb enkrat tedensko, in sicer je takšnih 59,5 % leta 2015 in 72,6 % leta 2020.

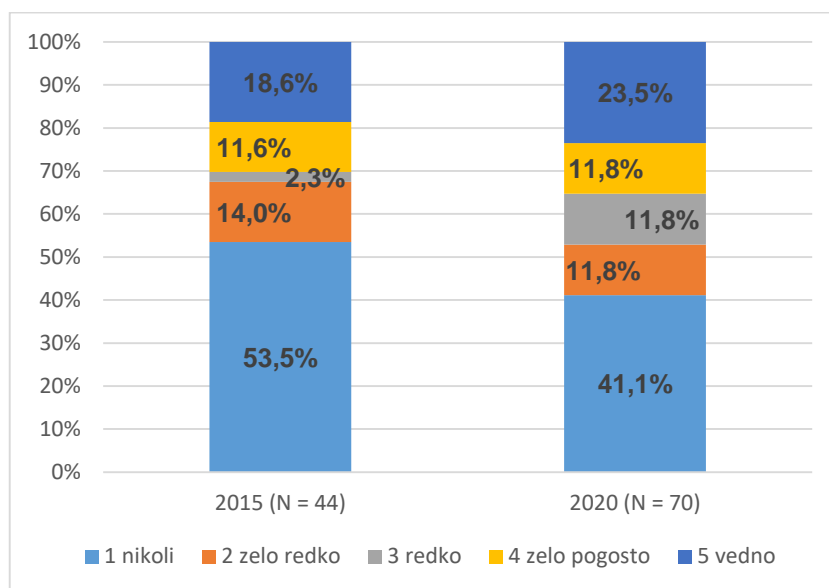
### 13.4 Samopoškodbe izvajam enkrat mesečno



Graf 85: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat mesečno

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb enkrat mesečno, in sicer je takšnih 54,8 % leta 2015 in 55,8 % leta 2020. Tistih, ki pa se zelo pogosto samopoškodujejo enkrat mesečno, pa je 14,3 % leta 2015 in 14,7 % leta 2020.

### 13.5 Samopoškodbe izvajam enkrat letno

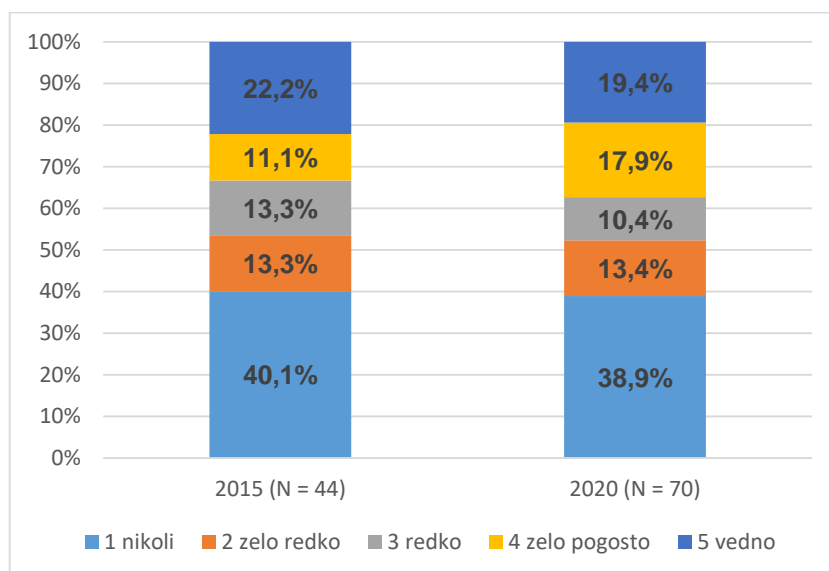


Graf 86: Stopnja strinjanja, da dijak izvaja samopoškodbe enkrat letno

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb enkrat letno, in sicer je takšnih 53,5 % leta 2015 in 41,1 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo enkrat letno, pa je 18,6 % leta 2015 in 23,5 % leta 2020.

**14. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o delih telesa, na katerih izvajate samopoškodbe, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.**

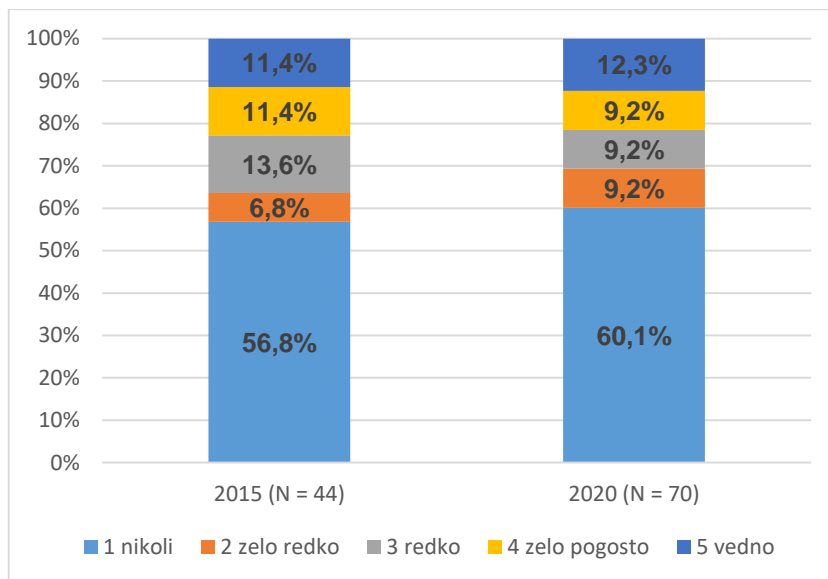
#### 14.1 Samopoškodbe izvajam na zapestju



Graf 87: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zapestju

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na zapestju, in sicer je takšnih 40,1 % leta 2015 in 38,9 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo na zapestju, pa je 22,2 % leta 2015 in 19,4 % leta 2020.

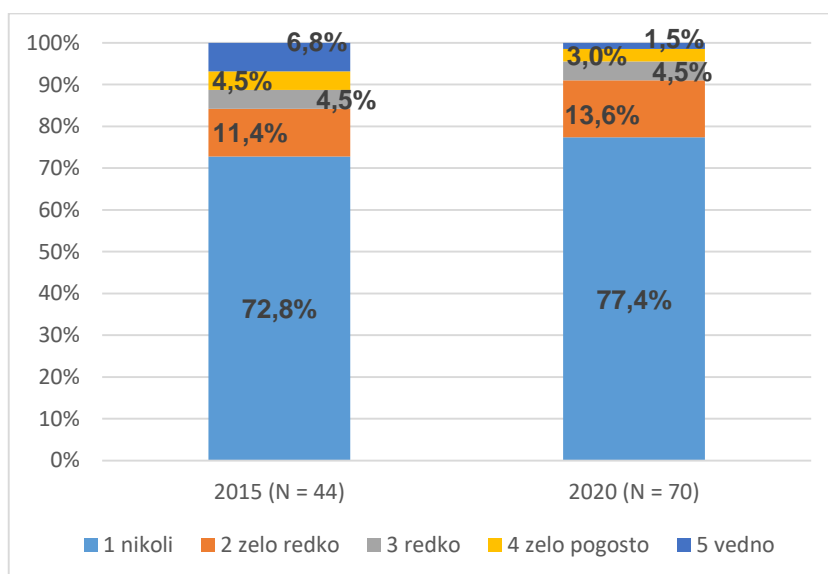
### 14.2 Samopoškodbe izvajam na zunanji strani roke od komolca do zapestja



Graf 88: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani roke od komolca do zapestja

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na zunanji strani roke od komolca do zapestja, in sicer je takšnih 56,8 % leta 2015 in 60,1% leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo na tem mestu, pa je 11,44 % leta 2015 in 12,3 % leta 2020.

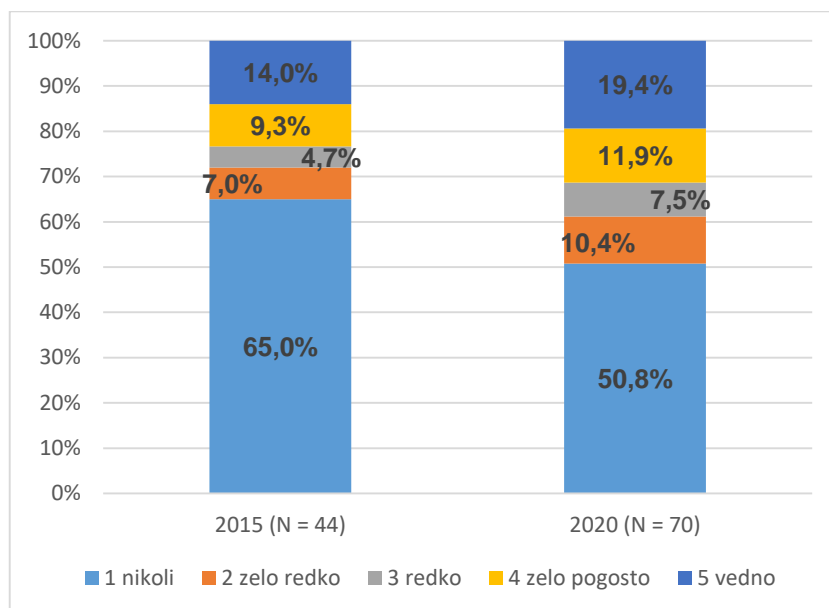
### 14.3 Samopoškodbe izvajam na zunanji strani roke od ramena do komolca.



Graf 89: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani roke od ramena do komolca

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na zunanji strani roke od ramena do komolca, in sicer je takšnih 72,8 % leta 2015 in 77,4 % leta 2020.

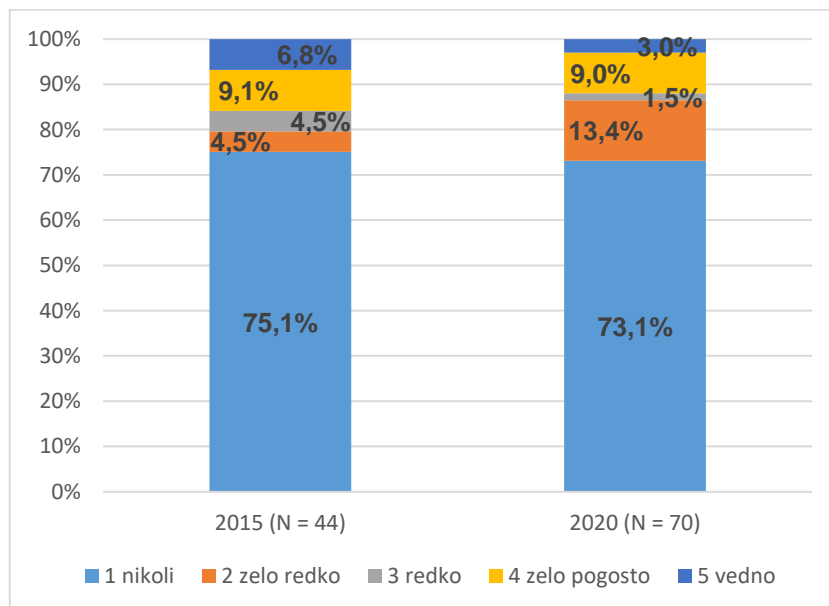
#### 14.4 Samopoškodbe izvajam na notranji strani roke od komolca do zapestja



Graf 90: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani roke od komolca do zapestja

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na notranji strani roke od komolca do zapestja, in sicer je takšnih 65 % leta 2015 in 50,8 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo na tem mestu, pa je 14 % leta 2015 in 19,4 % leta 2020.

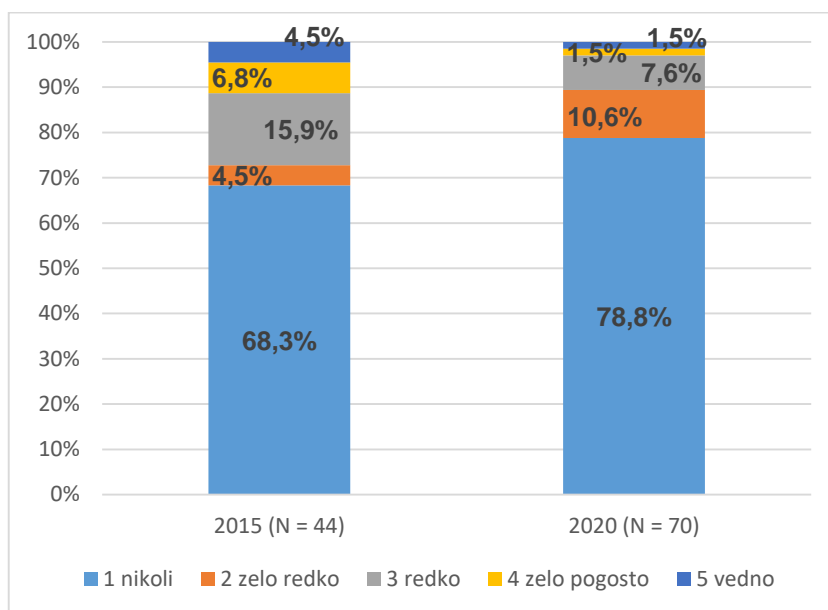
#### 14.5 Samopoškodbe izvajam na notranji strani roke od ramena do komolca



Graf 91: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani roke od ramena do komolca

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na notranji strani roke od ramena do komolca, in sicer je takšnih 75,1 % leta 2015 in 73,1 % leta 2020.

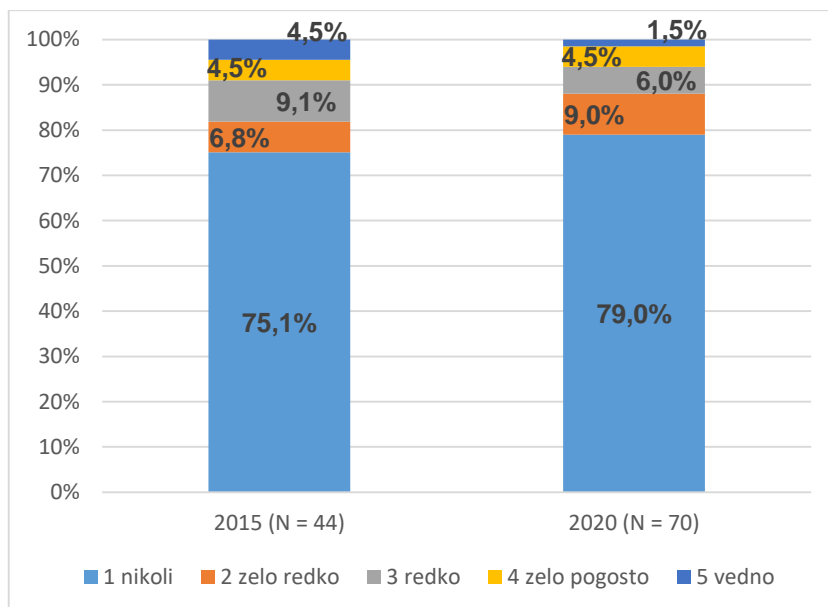
### 14.6 Samopoškodbe izvajam na prsnem košu



Graf 92: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na prsnem košu

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na prsnem košu, in sicer je takšnih 68,3 % leta 2015 in 78,8 % leta 2020.

### 14.7 Samopoškodbe izvajam na vratu

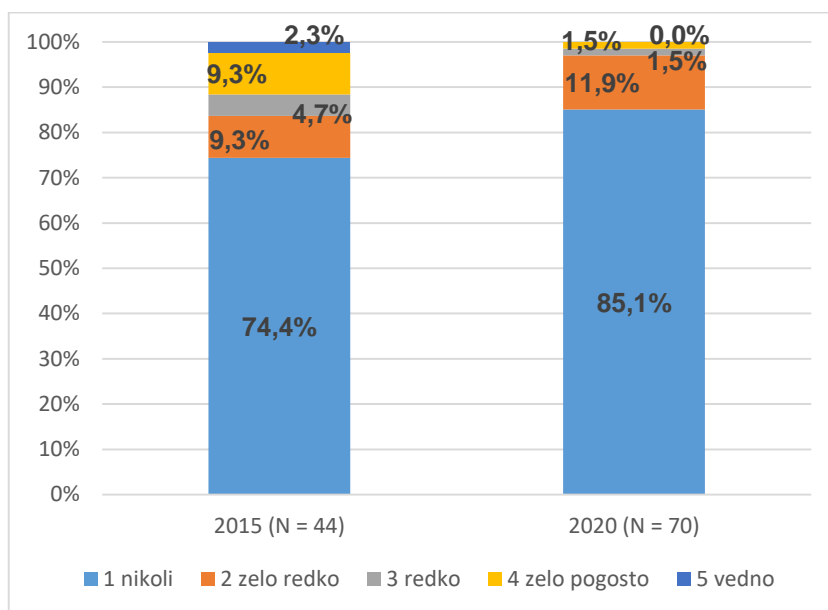


Graf 93: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na vratu

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na vratu, in sicer je takšnih 75,1 % leta 2015 in 79 % leta 2020.



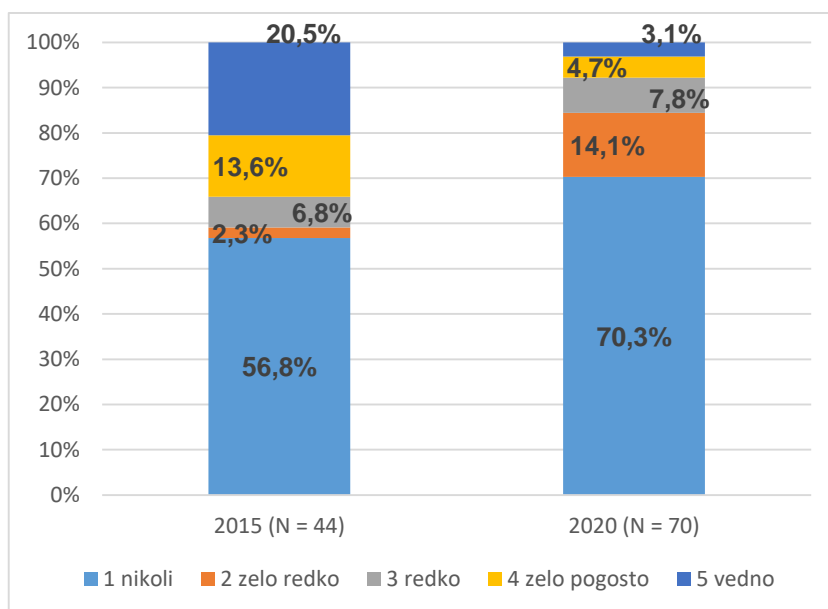
### 14.8 Samopoškodbe izvajam na hrbtu



Graf 94: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na hrbtu

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na hrbtu, in sicer je takšnih 74,4 % leta 2015 in 85,1 % leta 2020. Tistih, ki pa jih izvajajo zelo redko, pa je 9,3 % leta 2015 in 11,9 % leta 2020.

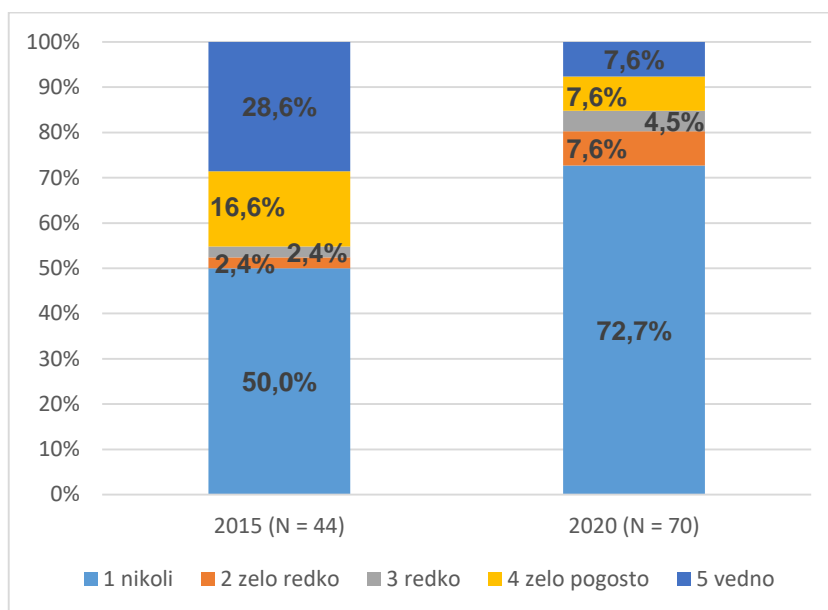
### 14.9 Samopoškodbe izvajam na notranji strani stegen



Graf 95: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na notranji strani stegen

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na notranji strani stegen, in sicer je takšnih 56,8 % leta 2015 in 70,3 % leta 2020. Tistih, ki pa se vedno samopoškodujejo na tem mestu, pa je 20,5 % leta 2015 in 3,1 % leta 2020.

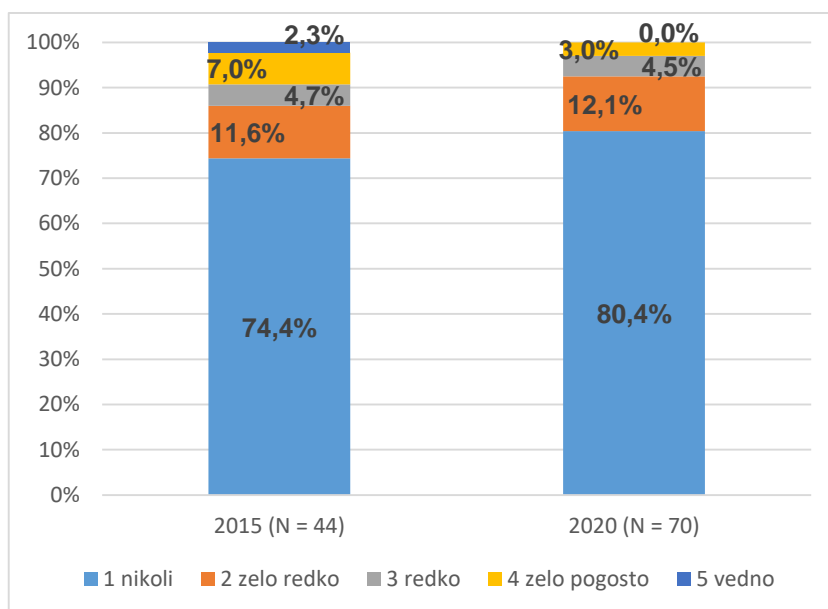
### 14.10 Samopoškodbe izvajam na zunanji strani stegen



Graf 96: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na zunanji strani stegen

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na zunanji strani stegen, in sicer je takšnih 50 % leta 2015 in 72,7 % leta 2020. Vedno pa jih na tem mestu izvaja 28,6 % v letu 2015 in 7,6 % leta 2020.

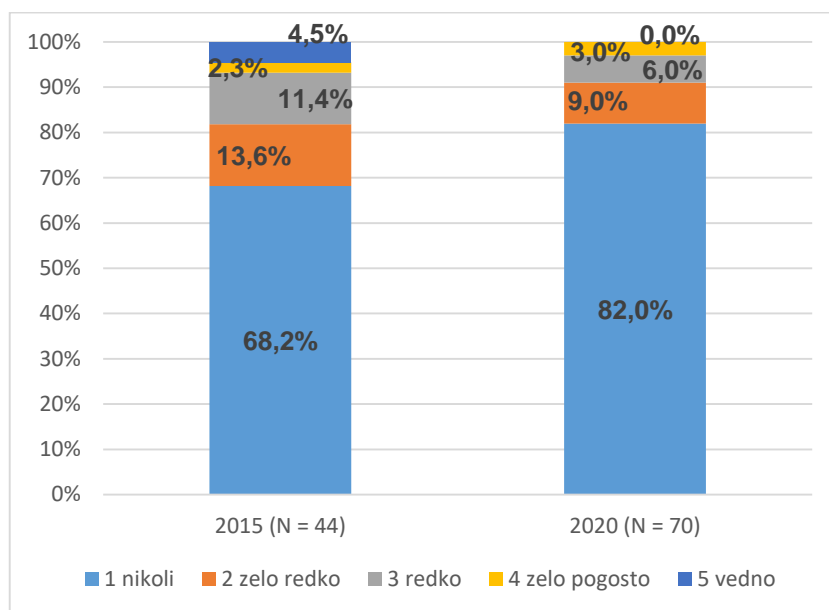
### 14.11 Samopoškodbe izvajam na predelu spolovil



Graf 97: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na predelu spolovil

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na predelu spolovil, in sicer je takšnih 74,4 % leta 2015 in 80,4 % leta 2020. Zelo redko pa se na tem mestu samopoškoduje 11,6 % dijakov v letu 2015 in 12,1 % v letu 2020.

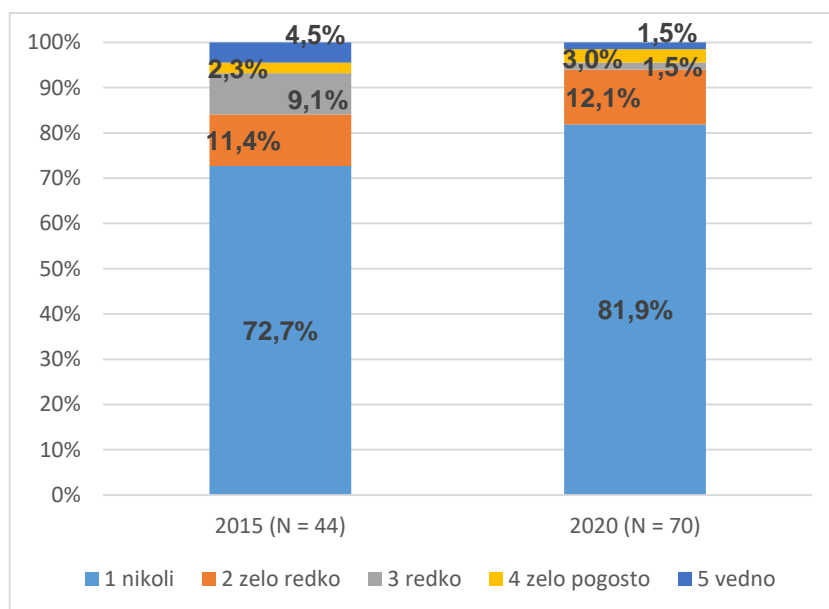
### 14.12 Samopoškodbe izvajam na stopalih



Graf 98: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na stopalih

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na stopalih, in sicer je takšnih 68,2 % leta 2015 in 82 % leta 2020. Zelo redko pa se dijaki na tem mestu samopoškodujejo, in sicer je takšnih 13,6 % leta 2015 in 9 % leta 2020.

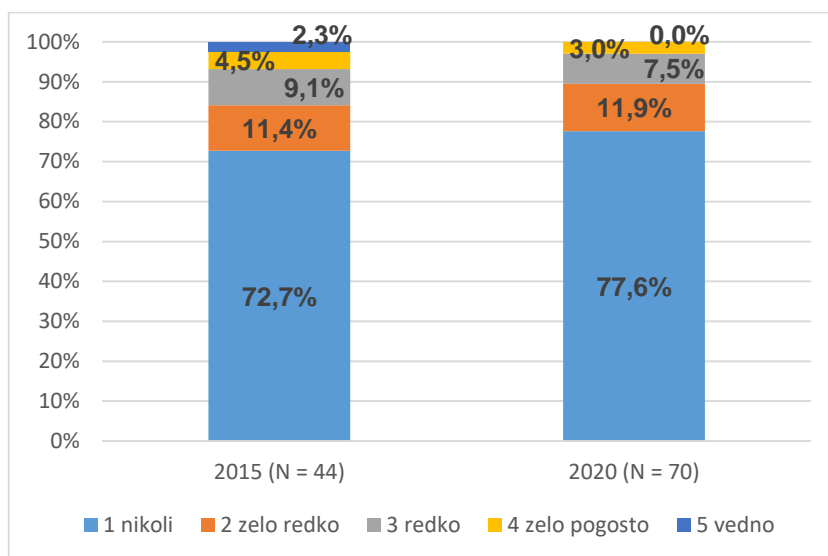
### 14.13 Samopoškodbe izvajam na nohtih



Graf 99: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na nohtih

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na nohtih, in sicer je takšnih 72,7 % leta 2015 in 81,9 % leta 2020. Zelo redko pa se dijaki na tem mestu samopoškodujejo, in sicer je takšnih 11,4 % leta 2015 in 12,1 % leta 2020.

### 14.14 Samopoškodbe izvajam na lasišču

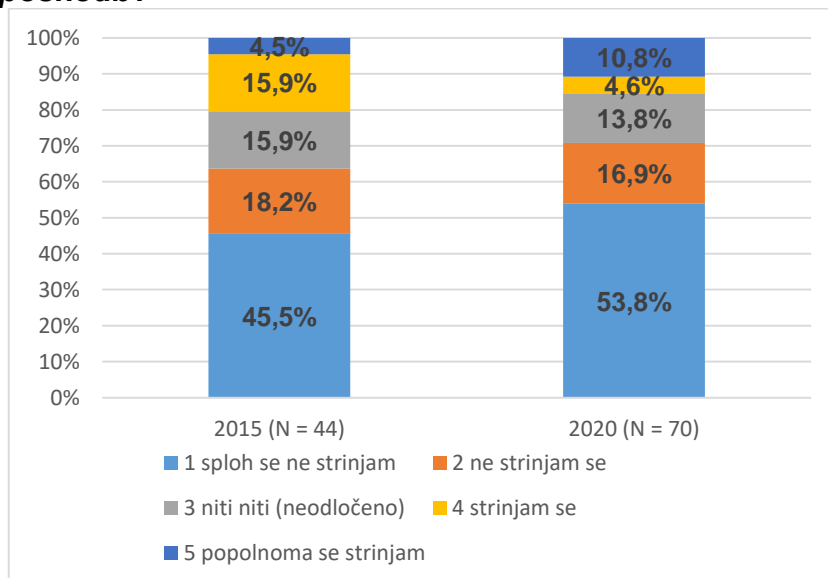


Graf 100: Stopnja strinjanja, da se dijak samopoškoduje na predelu lasišča

Največ anketiranih dijakov nikoli ne izvaja samopoškodb na lasišču, in sicer je takšnih 72,7 % leta 2015 in 77,6 % leta 2020. Zelo redko pa se dijaki na tem mestu samopoškodujejo, in sicer je takšnih 11,4 % leta 2015 in 11,9 % leta 2020.

**15. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o trditvah, ki so napisane, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.**

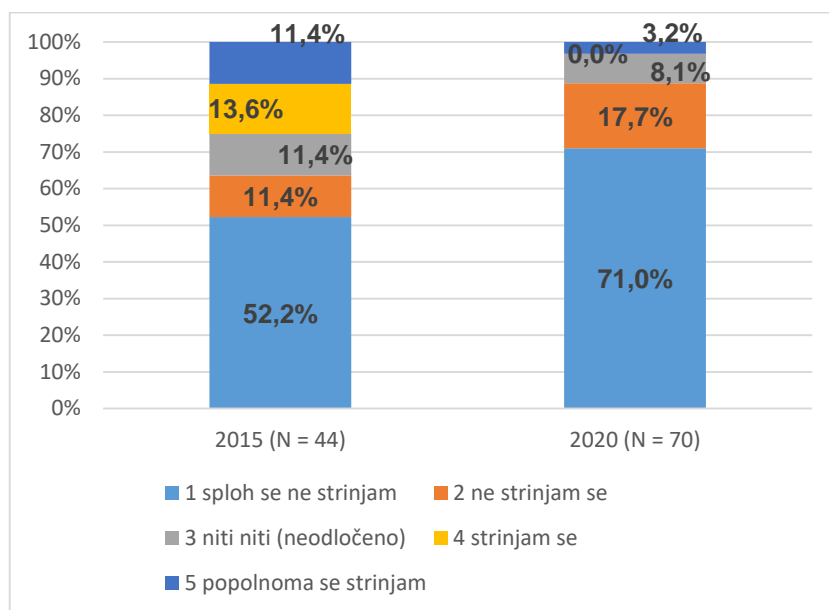
#### 15.1 Menite, da potrebujete strokovno pomoč glede izvajanja samopoškodb?



Graf 101: Stopnja strinjanja o trditvi, da potrebujejo strokovno pomoč glede izvajanja samopoškodb

Večina anketiranih dijakov se ne strinja, da zaradi izvajanja samopoškodb potrebujejo strokovno pomoč, s tem pa se jih strinja 20,4 % leta 2015 in 15,4 % leta 2020.

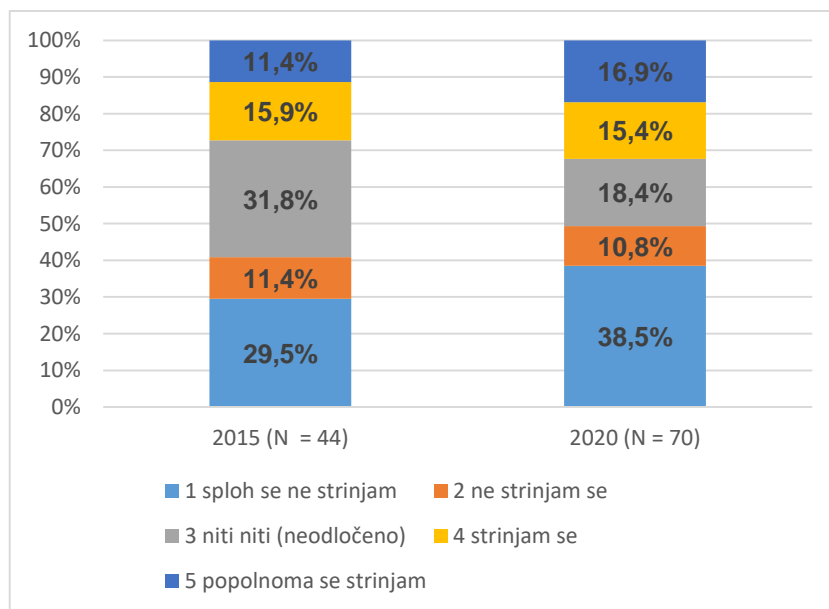
### 15.2 Menite, da ste s samopoškodovanjem zasvojeni?



Graf 102: Stopnja strinjanja o trditvi, da ste s samopoškodovanjem zasvojeni

Večina anketiranih dijakov se ne strinja, da so s samopoškodovanjem zasvojeni, s tem pa se jih strinja 25 % leta 2015 in 11,3 % leta 2020.

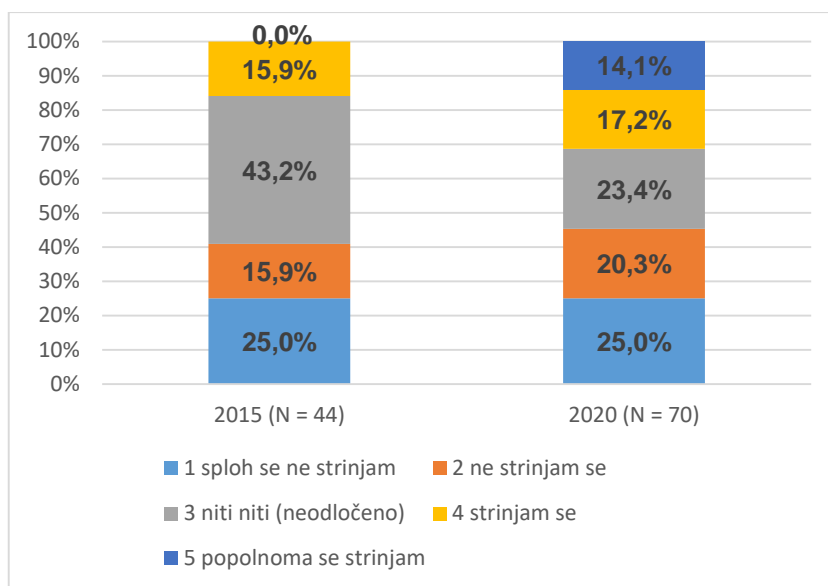
### 15.3 Menite, da lahko šola kot ustanova pomaga osebam, ki izvajajo samopoškodbe?



Graf 103: Stopnja strinjanja o trditvi, da lahko šola kot ustanova pomaga osebam, ki izvajajo samopoškodbo

Večina opredeljenih anketiranih dijakov se ne strinja, da lahko šola pomaga osebam, ki izvajajo samopoškodbe, in sicer takšnih je leta 2015 40,9 % in leta 2020 49,3 %.

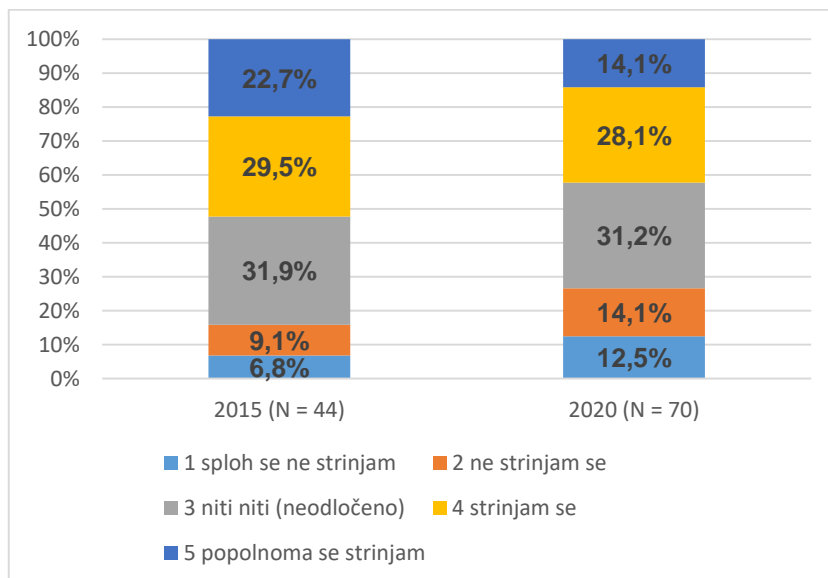
### 15.4 Menite, da so pedagoški in svetovalni delavci zainteresirani za izobraževanje na področju reševanja težav z osebami, ki izvajajo samopoškodbe?



Graf 104: Stopnja strinjanja o trditvi, da so pedagoški in svetovalni delavci zainteresirani za izobraževanje na področju reševanja težav z osebami, ki izvajajo samopoškodbe

Večina opredeljenih anketiranih dijakov se ne strinja, da so pedagoški in svetovalni delavci zainteresirani za izobraževanje na področju reševanja težav z osebami, ki izvajajo samopoškodbe, in sicer takšnih je leta 2015 40,9 % in leta 2020 45,3 %.

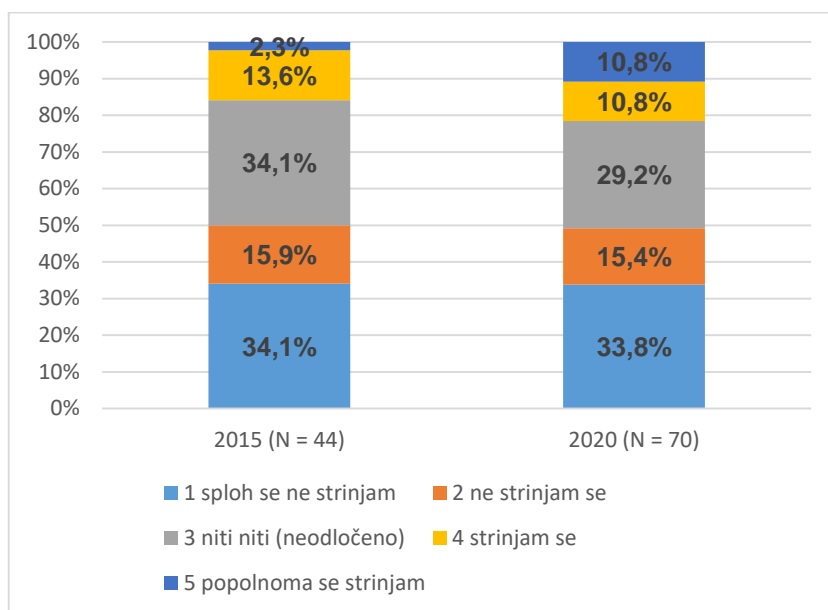
### 15.5 Menite, da je na naši šoli veliko dijakov, ki izvajajo samopoškodbe?



Graf 105: Stopnja strinjanja o trditvi, da je na naši šoli veliko dijakov, ki izvajajo samopoškodbe

Največ anketiranih dijakov se ni mogo opredeliti, če je na šoli veliko dijakov, ki se samopoškodujejo. Tisti, ki pa so se, pa se večinoma strinjajo s tem, in sicer leta 2015 52,2 % in leta 2020 42,2 %.

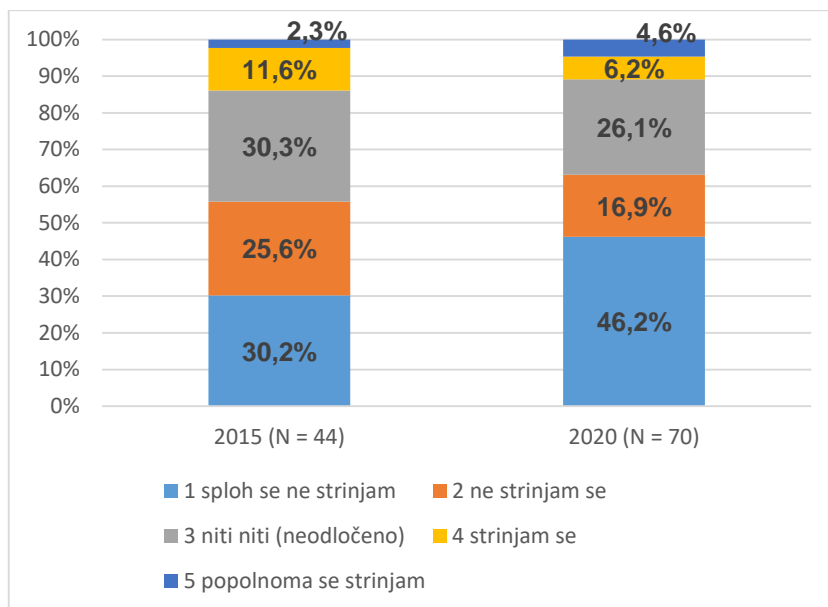
### 15.6 Menite, da so učitelji dovolj strpni do drugačnosti?



Graf 106: Stopnja strinjanja o trditvi, da so učitelji dovolj strpni do drugačnosti

Da so učitelji dovolj strpni do drugačnosti, meni samo 15,9 % anketiranih dijakov leta 2015 in 21,6 % leta 2020.

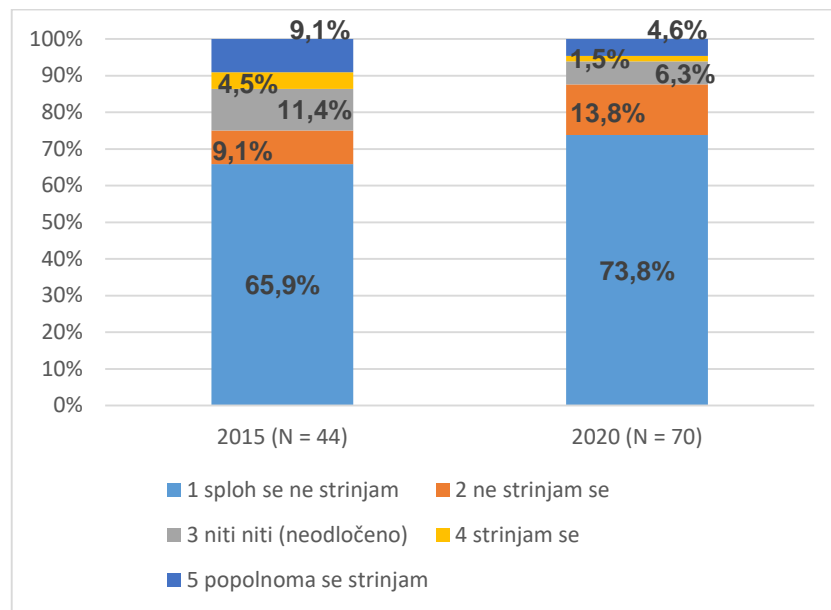
### 15.7 Menite, da so sošolci dovolj strpni do drugačnosti?



Graf 107: Stopnja strinjanja o trditvi, da so sošolci dovolj strpni do drugačnosti

Da so sošolci dovolj strpni do drugačnosti, meni samo 13,9 % anketiranih dijakov leta 2015 in 10,8 % leta 2020.

### 15.8 Želite povedati ostalim, da se samopoškodujete?



Graf 108: Stopnja strinjanja o trditvi, da želite povedati ostalim, da se samopoškodujete

Samo 13,6 % anketiranih dijakov iz leta 2015 in 6,1 % iz leta 2020, ki se samopoškodujejo, želi to povedati ostalim.



## **3.5 SKUPINSKI INTERVJU S SVETOVALNIMI DELAVKAMI SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE**

Intervju smo opravile s tremi svetovalnimi delavkami Srednje zdravstvene šole Celje, dne 20. 2. 2020. Opravljen je bil v prostorih Srednje zdravstvene šole Celje z namenom, da bi ugotovile, kako gledajo na samopoškodovanje, kakšno mnenje imajo o tem ter kakšne izkušnje imajo z dijaki, ki se samopoškodujejo.

### **1. Kaj za vas pomeni beseda samopoškodovanje in kateri je najpogostejši vzrok za to dejanje?**

»Samopoškodovanje pomeni, da nekdo poškoduje samega sebe, se pravi sam sebi zada neko dejanje na fizičnem telesu. Se pravi, da so neke posledice.«

»Najpogostejši vzrok za to dejanje so duševne stiske. Torej je povezano s čustvi, s katerimi se človek ne zna soočiti, jih predelati in se čustveno stabilizirati nazaj in zaradi tega si na tak način povzroči neko dejanje. Vzroki, ki pa pripeljejo do teh stisk, ki jih oseba doživlja, so pa lahko različni.«

### **2. Kateri so po vašem mnenju najpogostejši vzroki za te stiske?**

»Zagotovo kakšna čustvovanja, težko soočanje s kakšnim spoznanjem, družinsko okolje, nezadovoljstvo z nečim v življenju, pomembni življenjski dogodki, lahko tudi dramatični življenjski dogodki, cilji, ki si jih je oseba zadala in jih ni dosegla, predvsem pa v nezadovoljstvu v odnosu z drugimi ljudmi, npr. odnosi s starši, odnosi z dekletom ali fantom, odnosi s sovrstniki v razredu ali izven razreda.«

### **3. Kaj štejete med samopoškodovanje?**

»S primeri, s katerimi sem se jaz srečevala, je bilo najpogosteje, da so si zadali kakšne ureznine na različnih delih telesa, najpogosteje na delih telesa, ki so običajno skriti. Običajno so to predeli stegen, predeli rok nad zapestjem, bedra, trebuh. Ker oseba, ki se samopoškoduje, običajno tega ne želi pokazati ostalim in to poskuša prikriti. Saj je to še vedno nek tak pojav, ki je v družbi nezaželen in ga družba ne sprejema. Takšen človek je negativno označen in je tudi veliko obsojanja.«

»Med samopoškodovanje štejem tudi zaletavanje v zid z glavo ter pretepanje samega sebe, tudi razne namerne opekline, namerni zlomi kosti. Najpogostejše pa mislim, da je rezanje. Lahko so tudi ugrizi ali praskanje samega sebe, tudi razno preprečevanje celjenja ran in puljenje las.«

### **4. Je po vašem mnenju več žensk ali več moških, ki se samopoškodujejo?**

»Primeri, s katerimi sem se jaz srečevala, so večinoma bile dijakinje. Verjetno tudi zaradi tega, ker do samopoškodovanja pride prej pri dekletih kot pa pri fantih. Dekleta se tudi soočajo drugače z duševnimi stiskami kot fantje.«

»Menim, da je tudi veliko primerov pri fantih, vendar ti niso tako odprti kot dekleta. Veliko je tudi kulturnih razlik, zato verjetno menimo, da je več deklet kot fantov.«

### **5. Koliko se po vašem mnenju oseba, ki se samopoškoduje, spoštuje in kakšno ima samopodobo?**

»Menim, da se zagotovo spoštuje, saj gre tukaj predvsem za to, da je stiska, ki jo doživlja, tako močna, da ne ve, kako jo rešiti, in zaradi tega posega po nekem drugem

vzorcu vedenja, ki ji daje neko olajšanje, torej čustveno trpi in to trpljenje je tako hudo, da si zada bolečino in s tem občuti olajšanje. Ampak spoštuje se še vedno, saj si želi na nek način pomagati.«

»Samopodoba je pa tudi drugačna na različnih področjih. Ker na enem področju je dobra, na drugem pa ne, in na tistem potem tako odreagira.«

»Zdi se mi tudi, da ni povezave s samospoštovanjem, ampak da gre predvsem za psihološko stisko, ki je tako velika, da se človek ne zna z njo soočiti in z zunanjimi bolečinami doseže olajšanje.«

## **6. Ali ste že imeli opravka z dijaki, ki se samopoškodujejo in kako ste odreagirali?**

»Ja vse smo že imele izkušnjo z dijaki, ki se samopoškodujejo.«

»Velik korak je že, da se dijak odloči, da pride povedat za težavo. Odvisno je od tega, kako je prišlo do težave, saj so vzroki različni. Če je prišlo do tega zaradi družine, ponavadi vključimo celotno družino, kar je pa v našem šolskem okolju malo težje, ker nismo kompetentni, da bi delali s celotno družino, tako da se v takšnih situacijah poskuša vključiti tudi kakšne druge zunanje organizacije. Potrebno se je veliko pogovarjati o težavi. Prvi del je res biti razumevajoč do tega, da pride nekdo in pride s težavo in da dobi občutek, da je vse dobro in da obstajajo rešitve ter potem vztrajati in slediti, se pravi, da ni to enkratni pogovor, ampak da si še naprej v odnosu s tem dijakom.«

»Obstajajo tudi situacije, da nekdo opazi in pride povedat. In potem na tak način začnemo raziskovati, se pogovarjati in ko ga povabimo, šele potem ugotovimo, da se nekdo samopoškoduje. Se mi zdi, da so tudi to poti, da prideš v stik z nekom, ki se samopoškoduje, da čuti, da je povabljen, da je sprejet, da je razumevanje zanj, da se pogovorimo, kako prihaja do tega, kako pogosto, koliko časa, kaj je že naredil v zvezi s tem, kaj bi si želel, kaj pričakuje in predvsem, da skušamo z dijakom navezati kvaliteten, topel, sprejemajoč odnos in skozi tisti odnos potem peljemo vse svetovalno delo, ki ga lahko in ga zmoremo v tistih okvirjih, ki so nam dani.«

## **7. Kako tisti dijak, ki se samopoškoduje odreagira, ko izve, da je nekdo opazil to težavo?**

»Odvisno od primera. Povemo mu, da smo opazili, da se nekaj z njim dogaja in vse, kar povemo, povemo tudi iskreno, povemo na tak način, kot se nam zdi, da lahko dijak to sprejme in sliši ter ga potem sprašujemo o teh stvareh. Ni pa nujno, da bo takoj pripravljen sodelovati. Mora tudi sprejeti to spoznanje, da sedaj pa nekdo ve, kaj se z njim dogaja, da se sooči s tem, da to ni več njegova skrivnost. Težko je vedeti, kako bo nekdo odreagiral.«

## **8. Menite, da se samopoškodujejo samo mladostniki ali tudi starejši?**

»Zagotovo tudi starejši. Sicer je verjetno res ta pojav pogostejši pri mladostnikih, ampak če tega oseba ne predela, tudi potem, ko je starejši, še vedno to počne. Mogoče so lahko pri starostnikih bolj prikriti stvari, včasih so lahko tudi zdravila, ki jih ali ne jemlje ali pa jih vzame preveč.«

## **9. Menite, da so osebe, ki se samopoškodujejo, tudi žrtve nasilja in zakaj?**

»Lahko so. Spomnim se nekega izobraževanja, da je veliko tveganje, da so žrtve nasilja in spolnih zlorab. Saj je samopoškodovanje lahko tudi odziv na nasilje.«

### 3.6 PRIMERJAVA REZULTATOV IN RAZPRAVA

Za pridobitev podatkov smo uporabile spletni anketni vprašalnik, ki je bil na naši šoli izveden že leta 2015, zato smo se odločile, da bomo letos primerjale podatke med letoma. Na osnovi teh vprašanj smo si postavile 6 hipotez.

V letu 2015 je spletni anketni vprašalnik izpolnilo 149 dijakov, od tega je 134 dijakinj ter 15 dijakov. V letu 2020 pa ga je izpolnilo 192 dijakov, od tega 159 dijakinj in 33 dijakov. V obeh letih so sodelovali dijaki od 1. do 4. letnika.

**Prva hipoteza** se glasi, da **je v letu 2020 več anketiranih dijakov slišalo za samopoškodbo kot v letu 2015.** V letu 2015 je 96,6 % anketiranih dijakov odgovorilo, da je že slišalo za samopoškodbo, v letu 2020 pa je tako odgovorilo 97,4 % anketiranih dijakov, zato **je hipoteza potrjena.** Pri drugi raziskavi je za samopoškodbeno vedenje slišalo 75 % deklic in 46 % dečkov (Caf, Edelbaheer, Zatlner, 2007, str. 17).

V letu 2015 je 65 anketiranih dijakov poznalo žensko osebo, ki se samopoškoduje, in 4 anketirani dijaki so poznali moškega. V letu 2020 anketirani dijaki poznajo 126 žensk in 46 moških, ki izvajajo samopoškodbo. Svetovalne delavke so v intervjuju povedale, da je več primerov dijakinj, ki se samopoškodujejo, saj se drugače soočajo z duševnimi stiskami kot fantje. Menijo tudi, da je veliko primerov pri fantih, ampak oni niso tako odprti kot dekleta.

**Druga hipoteza** se glasi, da **je anketiranih dijakov, ki menijo, da se samopoškodbe izvajajo pogosto je več v letu 2020 v primerjavi z letom 2015.** V Letu 2015 je 56,4 % anketiranih dijakov menilo, da dijaki samopoškodbe izvajajo pogosto. V letu 2020 je tako menilo 54,2 %. Na podlagi teh rezultatov **je hipoteza ovržena.**

Da pojem samopoškodba pomeni namerno povzročeno poškodbo samemu sebi, se je v letu 2015 strinjalo 78,6 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 65,1 %. Pri istem vprašanju se pojavi trditev, da je samopoškodba način življenja. Leta 2015 se s to trditvijo ni strinjalo 61 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 46,9%. V intervjuju so svetovalne delavke povedale, da samopoškodovanje pomeni, da nekdo poškoduje samega sebe tako, da so neke posledice.

Ali kajenje spada med samopoškodbo, je leta 2015 označilo 59,7 % anketiranih dijakov, leta 2020 53,6 %. Pri trditvi, da praskanje kože spada med samopoškodbo, je v obeh letih odgovorilo 51 % anketiranih dijakov.

**Tretja hipoteza** se glasi, da **je anketiranih dijakov, ki menijo, da samopoškodbeno vedenje izvajajo samo mladostniki več v letu 2020 v primerjavi z letom 2015.** V letu 2015 je trditev potrdilo 13,4 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa je trditev potrdilo 14,1 % anketiranih dijakov, zato **je hipoteza potrjena.** Svetovalne delavke menijo, da se samopoškodujejo tudi starejši, ampak da je pojav večji pri mladostnikih.

S trditvijo, da je osebe, ki se samopoškodujejo, potrebno zdraviti, se je v letu 2015 strinjalo 75,9 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa jih je tako menilo 78,6 %.

Večina anketiranih dijakov iz leta 2015 in 2020 tudi meni, da imajo samopoškodovanci težave doma, v ljubezni in v šoli. Da ima oseba, ki izvaja samopoškodbe, nizko

samopodobo, se je leta 2015 strinjalo 79,8 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 71,4 %. Anketirani dijaki obeh let, ki so se opredelili, tudi menijo, da osebe, ki se samopoškodujejo, s tem sporočajo različna čustva, kot so na primer jeza, napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin, sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči.

**Četrta hipoteza** se glasi, da **v letu 2020 več anketiranih dijakov meni, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbe nehal/-a družiti, v primerjavi z letom 2015.** V letu 2015 se je s trditvijo strinjalo 7,4 % anketiranih dijakov, v letu 2020 pa jih je tako odgovorilo 6,8 %, zato **je hipoteza ovržena.** Druga raziskava je pokazala, da bi se 16 % učencev nehala družiti z osebo, ki izvaja samopoškodbe (Caf, Edelbaher, Zatler, 2007, str. 21).

Na trditev, da bi se z osebo, ki izvaja samopoškodbe, pogovoril/-a in ji dal/-a občutek varnosti, so anketirani dijaki obeh let odgovorili v več kot 80 %.

Anketirani dijaki menijo, da bi osebi, ki izvaja samopoškodbe, svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč. V letu 2015 se je s to trditvijo strinjalo 81,3 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa je takšnih dijakov bilo 82,3 %.

Na vprašanje, kako bi ravnali, če bi izvedeli, da je nekdo izmed vaših sošolcev/sošolk samopoškodovalec, so bili možni štirje odgovori, in sicer, poskusil/-a bi se pogovoriti s to osebo in ji svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč, začel/-a bi razmišljati, da se mi je vedno zdel/-a čuden/čudna, do njega/nje bi se obnašal/-a kot sedaj, nehal/-a bi se družiti z njim/njo ter drugo. V letu 2015 je 67,2 % anketiranih dijakov označilo odgovor poskusil/-a bi se pogovoriti s to osebo in ji svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč, v letu 2020 pa 62,8 %. Takoj za tem odgovorom je bil odgovor, da bi se do njega/nje obnašal/-a kot do sedaj in sicer leta 2015 je tako odgovorilo 27,1 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 31%. Svetovalne delavke so v intervjuju povedale, da so že imele primer, ko je sošolec prišel povedat, da sosošolec izvaja samopoškodbe.

**Peta hipoteza** se glasi, da **je anketiranih dijakov, ki izvajajo samopoškodbe zaradi težav doma, več v letu 2020 v primerjavi z letom 2015.** V letu 2015 24,4 % anketiranih dijakov meni, da se samopoškodujejo zato, ker imajo težave doma, v letu 2020 pa jih je tako odgovorilo 25,7 %. Na podlagi teh rezultatov **je hipoteza potrjena.** Rezultati raziskave, ki sva jo vzeli za primerjavo so pokazali, da se v svoji sobi samopoškodujejo 50 % dečkov ter 67 % deklic (Caf, Edelbaher, Zatler, 2007, str. 25). Svetovalne delavke menijo, da je lahko vzrok za samopoškodbe tudi, ker je oseba žrtev nasilja, saj je samopoškodba lahko tudi odziv na nasilje.

Malo anketiranih dijakov se samopoškoduje, ker so slabe volje, nesrečno zaljubljeni ter ker so jezni na druge. Večje število anketiranih dijakov pa se samopoškoduje, ker so jezni nase. V letu 2015 je tako odgovorilo 48,8 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 32,3 %. Anketirani dijaki, ki se samopoškodujejo, se ne strinjajo s trditvijo, da se samopoškodujejo, ker jih nihče ne posluša. V letu 2015 se s to trditvijo ni strinjalo 46,3 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 72 %.

Anketirani dijaki se najpogosteje samopoškodujejo doma v svoji sobi. Kot vedno jih je leta 2015 odgovorilo 28,3 % in leta 2020 27,1 %. Manj pogosto se samopoškodujejo doma v kopalnici, v šoli med poukom, pri prijateljih ter na počitnicah.

V letu 2015 se samopoškoduje zelo pogosto oz. vsak dan 14,2 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 2,9 %. V letu 2015 se enkrat tedensko zelo pogosto oz. vedno poškoduje 14,3 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 13 %.

**Šesta hipoteza** se glasi, da **se v letu 2020 več anketiranih dijakov samopoškoduje enkrat mesečno v primerjavi z letom 2015**. V letu 2015 se je vedno samopoškodovalo 9,5 % anketiranih dijakov, v letu 2020, pa se vedno samopoškoduje 11,8 % anketiranih dijakov, zato **je hipoteza potrjena**.

Najpogosteje se anketirani dijaki obeh let samopoškodujejo v predelu zapestja, sledijo samopoškodbe na notranji in zunanji strani roke od komolca do zapestja. Skoraj nikoli se anketirani dijaki ne samopoškodujejo na predelu vrata, prsnega koša, hrbta, spolovil, stopal, nohtih in na lasišču. Iz podatkov je razvidno, da se anketirani dijaki leta 2020 zelo malo samopoškodujejo v predelu notranje in zunanje strani stegen v primerjavi z letom 2015.

Večina anketiranih dijakov obeh let meni, da ne potrebujejo strokovne pomoči glede izvajanja samopoškodb. Leta 2015 je tako menilo 63,7 % anketiranih dijakov, leta 2020 pa 70,7 %.

Večina opredeljenih dijakov obeh let meni, da šola ne more pomagati osebam, ki izvajajo samopoškodbe. Leta 2015 jih je tako menilo 40,9 %, leta 2020 pa 49,3 %. Veliko anketiranih dijakov noče povedati, da izvajajo samopoškodbe. Leta 2015 bi jih povedalo 13,6 %, leta 2020 pa 6,1 %.

## 4 ZAKLJUČEK

---

Vsak dan lahko srečamo osebo, ki izvaja samopoškodbe, a se tega ne zavedamo. Pomembno je, da takšne osebe ne obsojamo, temveč ji pomagamo. Zavedati se moramo tudi, da je samopoškodovalec lahko vsak, ne glede na starost.

V veliki večini so anketirani dijaki Srednje zdravstvene šole Celje že slišali za samopoškodbeno vedenje. Večinoma menijo, da šola slabo oziroma negativno vpliva na samopoškodovalca zaradi prevelikega stresa in pritiska (naporen urnik). Menijo, da lahko šola na samopoškodovalca vpliva tako, da mu da občutek varnosti, se z njim pogovori in mu svetuje.

Samopoškodovalci si bolečino v veliki meri zadanejo z rezanjem kože, puljenjem las, ožiganjem kože in butanjem z glavo v zid. Najpogosteje se poškodujejo na predelu rok. Samopoškodovalca lahko prepoznamo po tem, da nosi dolge hlače in majice z dolgimi rokavi kljub vročini, da so nedružabni, zaprti vase in se hitro razjezijo. Največkrat se samopoškodujejo doma v svoji sobi in v kopalnici.

Razlogi za samopoškodbo so različni. Lahko, da ima samopoškodovalec težave v družini, v šoli ali v ljubezni. Velik vpliv imajo tudi sošolci/sošolke, saj lahko na osebo, ki se samopoškoduje ustvarijo pritisk, ki lahko negativno vpliva nanjo. Ta pritisk je v veliki večini v obliki obsojanja.

Osebi, ki izvaja samopoškodbe, moramo pomagati, seveda, če to sama želi. Ponuditi ji moramo strokovno pomoč in ji dati vedeti, da ni sama.

Po našem mnenju se osebe samopoškodujejo, ker doživljajo nekaj groznega in duševno zelo trpijo. Ti ljudje potrebujejo osebo, kateri bi lahko zaupali, saj v veliki večini samopoškodovalci mislijo, da so sami na svetu in ne zaupajo ljudem.

Namen raziskovalne naloge je, da bi prišli do določenih podatkov in jih primerjali s podatki iz leta 2015. S temi podatki sva ugotovili kako ostali dijaki gledajo na samopoškodovanje.

Na podlagi teh podatkov bi v povezavi s šolskim sistemom ozaveščali dijake o samopoškodovanju, z raznimi predavanji o samopošodbah in o duševnih stiskah, z okroglimi mizami, kjer bi bili vključeni samopoškodovalci, s šolskim radiem, zloženkami ter z raznimi delavnicami, kjer bi izdelovali plakate. Starše bi lahko opozarjali na to, kaj se dogaja dijakom v današnjem času. Lahko bi jim predlagali, da preko raznih predavanj in nasvetov navežejo močnejše stike s svojimi otroki.

Samopoškodovalci imajo tudi možnost anonimno poklicati na Sopotnik telefon za pomoč ljudem v duševni stiski (116 123).

## 5 VIRI IN LITERATURA

---

Asha. Pinterest, fotografija depresije, slika 1. Dostopno na:

<https://www.pinterest.com/pin/656258976926645847/> (2. 3. 2020).

Bürmen, S. *Samopoškodovanje: Brazgotine, ki pripovedujejo zgodbo*. 17. december, 2014. Dostopno na:

<https://www.iskreni.net/vsebine/druzina/samoposkodovanje-brazgotine-ki-pripovedujejo-zgodbo> (30. 12. 2019).

Caf, N., Edelbaher, K., Zatler, N. *Boli – naj teče kri*. Raziskovalna naloga. Osnovna šola Pesnica. Izd. Pesnica, 2007, str. 13, 17, 21, 25. Dostopno na:

[https://www.mb.sik.si/datoteke/Knji%C5%BEnica%20s%20kav%C4%8Da/Raziskovalne\\_naloga/Samoposkodovanje.pdf](https://www.mb.sik.si/datoteke/Knji%C5%BEnica%20s%20kav%C4%8Da/Raziskovalne_naloga/Samoposkodovanje.pdf) (29. 12. 2019).

Cerar, M. in sod. *Samopoškodbeno vedenje: Kako ga lahko razumemo in pomagamo?*. Brošura. Inštitut za raziskave in razvoj »Utrip«. Izd. Ljubljana, 2011, str. 11. Dostopno na:

[http://www.institut-utrip.si/doc/brosurica\\_tisk\\_web.pdf](http://www.institut-utrip.si/doc/brosurica_tisk_web.pdf) (28. 12. 2019).

Drobne, J., Mohar, P. *Vzgoja za zdravje*. Celjska Mohorjeva družba. Izd. Celje, 2009, str. 10, 11, 24.

Fenwick, E., Smith, A. *Adolescenca: priročnik preživetja za starše in mladostnike*. Kres. Izd. Ljubljana, 1997, str. 243.

Forštnarič, Š., Vogrinec, E., Zorko, A. *Bolečina, ki rešuje*. Raziskovalna naloga. Osnovna šola Gorišnica. Izd. Gorišnica, 2014, str. 7, 8. Dostopno na:

[https://www.bistra.si/images/raziskovalne-naloge/2014/Bole%C4%8Dina\\_ki\\_re%C5%A1uje.pdf](https://www.bistra.si/images/raziskovalne-naloge/2014/Bole%C4%8Dina_ki_re%C5%A1uje.pdf) (28. 12. 2019).

Gorenc, M. *Kaj je samopoškodbeno vedenje?* 6. 4. 2012. Dostopno na:

<http://tusmo.si/clanki/o-samoposkodbenem-vedenju/opredelitev-samoposkodbenega-vedenja/> (30. 12. 2019).

Gostenčnik, Z. *Jaz, ti in on*. Raziskovalna naloga. Mladi za napredek Maribora 2013. Izd. Maribor, 2013, str. 18, 20. Dostopno na:

[https://zpm-mb.si/wp-content/uploads/2015/12/O%C5%A0\\_Psihologija\\_Jaz\\_ti\\_in\\_on.pdf](https://zpm-mb.si/wp-content/uploads/2015/12/O%C5%A0_Psihologija_Jaz_ti_in_on.pdf) (29. 11. 2019).

Heliodor, C. *Samopoškodbeno vedenje pri otrocih in mladostnikih*. Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše. Izd. Maribor, 2014, str. 1, 6. Dostopno na:

[http://www.preventivna-platforma.si/docs/posvet2014/SPD\\_03\\_cvetko.pdf](http://www.preventivna-platforma.si/docs/posvet2014/SPD_03_cvetko.pdf) (29. 12. 2019).

Hvala, N. in sod. *Mladostnik in samopoškodba: možnosti in priložnosti za izvajanje preventivnega zdravstvenovzgojnega dela*. Pregledni znanstveni članek. Izd. 2012, str. 291. Dostopno na:

<https://pdfs.semanticscholar.org/04ad/fb24b38f8ef2262dbb5b84a91a862ab8bc75.pdf> (29. 12. 2019).

Laura. *Samopoškodovanje*. Dostopno na:  
<http://www.laura-psihoterapija.net/sites/samoposkodovanje.htm> (29. 12. 2019).

Pirnat, J. *Samopoškodbeno vedenje pri mladostnikih*. Zdravstveni dom Ljubljana. Izd. Ljubljana, 2012, str. 2, 3. Dostopno na:  
[https://www.zd-lj.si/zdlj/images/stories/ZDL\\_zgibanka.\\_A6\\_verzija\\_za\\_tisk.pdf](https://www.zd-lj.si/zdlj/images/stories/ZDL_zgibanka._A6_verzija_za_tisk.pdf)  
(29. 12. 2019).

Štrucl, Š. *Skarifikacija in samopoškodovanje*. Raziskovalna naloga, OŠ Franceta Prešerna Maribor. Mladi za napredek Maribora 2015. Izd. Maribor, 2015, str. 29. Dostopno na:  
[https://zpm-mb.si/wp-content/uploads/2015/05/O%C5%A0\\_Psihologija\\_Skarifikacija\\_in\\_samopo%C5%A1kodovanje.pdf](https://zpm-mb.si/wp-content/uploads/2015/05/O%C5%A0_Psihologija_Skarifikacija_in_samopo%C5%A1kodovanje.pdf) (3. 12. 2019).

Topler, A. *Razlogi za zaskrbljenost in reševanje njenih posledic med mladostniki na Koroškem*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani. Pedagoška fakulteta. Specialna in rehabilitacijska pedagogika. Izd. Ljubljana, 2012, str. 5. Dostopno na:  
[http://pefprints.pef.uni-lj.si/888/1/Diplomsko\\_delo\\_Anja\\_Topler.pdf](http://pefprints.pef.uni-lj.si/888/1/Diplomsko_delo_Anja_Topler.pdf) (23. 2. 2020).

Tratnik, L. *Samopoškodovanje: Izraz čustvene stiske otroka*. 14. 11. 2012. Dostopno na:  
[http://www.ringaraja.net/clanek/samoposkodovanje-izraz-custvene-stiske-otroka\\_5838.html](http://www.ringaraja.net/clanek/samoposkodovanje-izraz-custvene-stiske-otroka_5838.html) (30. 12. 2019).



## **6 PRILOGA**

---

Priloga 1: Anketni vprašalnik – Pogledi dijakov Srednje zdravstvene šole Celje na samopoškodbe v letih 2015 in 2020 – primerjalna analiza

## ANKETNI VPRAŠALNIK – POGLEDI DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE NA SAMOPOŠKODBE V LETIH 2015 in 2020

Spoštovani!

Smo dijakinje 1. letnika Srednje zdravstvene šole Celje in pripravljamo raziskovalno nalogo z naslovom Pogledi dijakov na samopoškodbe. Prosim Vas, če izpolnite anonimni anketni vprašalnik, ki je namenjen samo za izdelavo raziskovalne naloge. Vaši odgovori nam bodo v veliko pomoč, zato se Vam že vnaprej zahvaljujemo za sodelovanje.

Namen raziskovalne naloge je ugotoviti, kako pogosto dijaki Srednje zdravstvene šole Celje izvajajo samopoškodbe, kakšni so razlogi za takšno početje, kaj o tem menijo dijaki, ki se še niso samopoškodovali, ali so se pripravljani izobraževati na tem področju ter s tem pomagati dijakom, ki se samopoškodujejo.

Cilj raziskovalne naloge je pridobiti čim več podatkov od dijakov ter s pomočjo njih poskusiti pomagati posameznikom, ki izvajajo samopoškodbe ter druge seznaniti s to problematiko.

Spol: M    Ž

Letnik: a) 1.   b) 2.   c) 3.   d) 4.

1. Ali ste že slišali za samopoškodovanje?

- a) Da.
- b) Ne.

2. Poznate kakšno osebo, ki izvaja oz. je izvajala samopoškodbe, in katerega spola je?

- a) Da, ženskega.
- b) Da, moškega.
- c) Ne.

3. Kako pogosto se po vašem mnenju izvajajo samopoškodbe v današnjem času?

- a) Zelo pogosto.
- b) Pogosto.
- c) Redko.
- d) Se ne izvajajo.
- e) O tem še nisem razmišljal/-a.

4. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o vašem pojmovanju besede samopoškodba**, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

Samopoškodba pomeni:	1	2	3	4	5
Rezanje kože.					
Namerno povzročeno poškodbo samemu sebi.					
Neuspeh poskus samomora.					
Duševno motnjo.					
Vzbujanje pozornosti.					

Način življenja.					
------------------	--	--	--	--	--

5. V nadaljevanju označite trditev z DA, če se z njo strinjate (je pravilna), in z NE, če se z njo ne strinjate (ni pravilna) na vprašanje, **kaj po vašem mnenju štejemo kot samopoškodovalno dejanje.**

Po mojem mnenju štejemo med samopoškodovalno dejanje:	DA	NE
Tetovaže.		
Pirsingiranje.		
Puljenje las.		
Pitje alkohola.		
Kajenje.		
Žganje kože.		
Rezanje kože.		
Praskanje kože.		
Britje.		
Udarjanje samega sebe.		
Stiskanje mozoljev.		
Namerne opekline.		
Vdihavanje strupenih snovi.		
Odpiranje ran.		
Grizenje nohtov do krvi.		

6. V nadaljevanju označite trditev z DA, če se z njo strinjate (je pravilna), in z NE, če se z njo ne strinjate (ni pravilna).

	DA	NE
V svojem življenju sem že pomislil/-a na samomor.		
V svojem življenju sem že poskusil/-a izvesti samomor		
Zdravil/-a sem se zaradi duševne bolezni.		
Imam ločene starše.		
Živim samo z mamo.		
Živim samo z očetom.		
Živim pri rejnikih.		
Sem že imel/-a depresijo.		
Vsak dan najmanj 2 uri preživim pred internetom.		
Sem pogosto jezen/-a.		
Sem pogosto zaskrbljen/-a.		
Pogosto me je strah.		
Doma nihče ne posluša mojih težav.		
Moj učni uspeh je povprečno nad 3.		
Moj učni uspeh je povprečno pod 3.		
Vsaj enkrat tedensko uživam alkoholne pijače.		
Sem že izvajal/-a samopoškodbe.		
Sem že poklical/-a na anonimni telefon za pomoč v duševni stiski.		
V življenju sem bil/-a spolno zlorabljen/-a.		
Pogosto sem pod psihičnim stresom.		

7. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o osebah, ki izvajajo samopoškodbe**, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

Osebe, ki izvajajo samopoškodbe:	1	2	3	4	5
So samo mladostniki.					
Imajo duševne težave.					
Je potrebno zdraviti.					
Imajo težave doma.					
Imajo težave v ljubezni.					
Imajo težave v šoli.					
Imajo nizko samopodobo.					
S tem sporočajo jezo.					
S tem sporočajo nekaj, česar ne morejo izreči.					
S tem sporočajo napetost, nastalo zaradi čustvenih bolečin.					
S tem vzbujajo pozornost.					

8. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o vašem odnosu do oseb, ki izvajajo samopoškodbe**, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

	1	2	3	4	5
Z osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi se nehal/-a družiti.					
Osebi, ki izvaja samopoškodbe, bi pomagal/-a, če bi to oseba želela.					
Osebe, ki izvaja samopoškodbe, bi se izogibal/-a, ker nočem, da slabo vpliva name.					
Z osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi se pogovoril/-a in ji dal/-a občutek varnosti.					
Osebo, ki izvaja samopoškodbe, bi želel/-a prepričati, naj tega ne počenja.					
Osebi, ki izvaja samopoškodbe, bi svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč.					
Nič ne bi naredil/-a, ker je to njegov/njen problem.					

9. Kako bi ravnali, če bi izvedeli, da je nekdo izmed vaših sošolcev/sošolk samopoškodovalec? (možnih je več odgovorov)

- a) Nehal/-a bi se družiti z njim/njo.
- b) Do njega/nje bi se obnašal/-a kot do sedaj.
- c) Začel/-a bi razglašati, da se mi je vedno zdel/-a čuden/čudna.
- d) Poskusil/-a bi se pogovoriti s to osebo in ji svetoval/-a, da poišče strokovno pomoč.
- e) Drugo (napišite): \_\_\_\_\_

10. Kako po vašem mnenju lahko vpliva šola oz. učitelji na osebo, ki izvaja samopoškodbe?

---



---



---

**Naslednja vprašanja so namenjena dijakom, ki izvajajo samopoškodbe.**

11. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o vaših samopošodbah**, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

	1	2	3	4	5
Samopoškodujem se, ker imam težave doma.					
Samopoškodujem se, ker imam težave v šoli.					
Samopoškodujem se, ker imam težave v ljubezni.					
Samopoškodujem se, ker sem nesrečno zaljubljen/-a.					
Samopoškodujem se, ker sem slabe volje.					
Samopoškodujem se, ker sem jezen/-a nase.					
Samopoškodujem se, ker sem jezen/-a na druge.					
Samopoškodujem se, ker me nihče ne razume.					
Samopoškodujem se, ker me nihče ne posluša.					
Samopoškodujem se, ker sem bil/-a zlorabljen/-a.					
Ne znam razložiti.					
Nimam razloga za izvajanje samopošodb.					

12. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o lokaciji izvajanja vaših samopošodb**, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.

Samopoškodbe izvajam:	1	2	3	4	5
Doma v svoji sobi.					
Doma v kopalnici/na stranišču.					
V šoli na stranišču.					
V šoli med poukom.					
Pri prijateljih.					
Na počitnicah.					

13. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o pogostosti izvajanja vaših samopošodb**, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.

Samopoškodbe izvajam:	1	2	3	4	5
Večkrat dnevno.					
Vsak dan.					
Enkrat tedensko.					
Enkrat mesečno.					
Enkrat letno.					

14. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja **o delih telesa, na katerih izvajate samopoškodbe**, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 zelo redko, 3 redko, 4 zelo pogosto in 5 vedno.

Samopoškodbe izvajam na:	1	2	3	4	5
Zapestju.					
Zunanji strani roke od komolca do zapestja.					
Zunanji strani roke od ramena do komolca.					
Notranji strani roke od komolca do zapestja.					
Notranji strani roke od ramena do komolca.					
Prsnem košu.					
Vratu.					
Hrbtu.					
Notranji strani stegen.					
Zunanji strani stegen.					
Predelu spolovil.					
Stopalih.					
Nohtih.					
Lasišču.					

15. V nadaljevanju označite stopnjo strinjanja o trditvah, ki so napisane, pri čemer pomeni 1 sploh se ne strinjam, 2 ne strinjam se, 3 niti niti (neodločeno), 4 strinjam se in 5 popolnoma se strinjam.

	1	2	3	4	5
Menite, da potrebujete strokovno pomoč glede izvajanja samopoškodb?					
Menite, da ste s samopoškodovanjem zasvojeni?					
Menite, da lahko šola kot ustanova pomaga osebam, ki izvajajo samopoškodbe?					
Menite, da so pedagoški in svetovalni delavci zainteresirani za izobraževanje na področju reševanja težav z osebami, ki izvajajo samopoškodbe?					
Menite, da je na naši šoli veliko dijakov, ki izvajajo samopoškodbe?					
Menite, da so učitelji dovolj strpni do drugačnosti?					
Menite, da so sošolci dovolj strpni do drugačnosti?					
Želite povedati ostalim, da se samopoškodujete?					