

Smjernice za postupanje roditelja i/ili skrbnika nakon nasilnog događaja prema djetetu

Zaštita djece od nasilja odgovornost je čitavog društva i svatko iz svoje uloge može doprinijeti njegovoj prevenciji i zaustavljanju. Uloga roditelja ili skrbnika pritom je nezamjenjiva - roditelji su prva i najvažnija karika u djetetovom oporavku po proživljenom nasilnom događaju. Smirena, podržavajuća, ali i odlučna reakcija roditelja ključna je za uspostavu sigurnosti i početak procesa oporavka. Ove smjernice nude jasan i praktičan plan kako zbrinuti dijete, pružiti mu podršku i uspostaviti suradnju s institucijama u njegovoj zaštiti i preveniranju dugoročnih posljedica za cjelokupno zdravlje i razvoj djeteta.

Tim Centra za zdravlje mladih

Dozvoljeno je slobodno korištenje, kopiranje i distribuiranje ove publikacije za namjenu edukacije. Nije dozvoljena prodaja niti bilo kakvo drugačije komercijalno korištenje. Dozvoljeno je citiranje i prenošenje dijelova ili cijelih tekstova uz obavezno navođenje izvora i autora.

Predloženi način citiranja:

Selak Bagarić, E., Milošević, D., Rajković, M., Brezinščak, T. i Bratuša Juraj, D. (2025). *Smjernice za postupanje roditelja i/ili skrbnika nakon nasilnog događaja prema djetetu.*



1. Prioritet: Sigurnost i zbrinjavanje

Prvi korak po saznanju da je dijete možda bilo izloženo nasilnom događaju briga je za njegovu tjelesnu i emotivnu sigurnost. Pokažite mu da ste uz njega i da ćete učiniti sve što je potrebno, dok istovremeno planirate sljedeće korake za njegovu zaštitu.

- **zaštita od opasnosti:** pobrinite se za sigurnost djeteta tako što ćete ga ukloniti iz neposredne opasnosti i osigurati da je mjesto na kojem se nalazite sigurno i mirno
- **osjećaj sigurnosti:** osnažite djetetov osjećaj sigurnosti tako što ćete mu reći da je sada sigurno, da ste uz njega i da ćete učiniti sve što je potrebno kako biste ga zaštitili
- **ispitivanje mogućih ozljeda:** provjerite je li dijete ozlijeđeno - pitajte dijete je li ozlijeđeno i boli li ga nešto, a zatim i sami provjerite primjećujete li znakove ozljeda
- **zbrinjavanje ozljeda i osiguravanje medicinske pomoći:** ako postoje ozljede, zbrinite ih i obratite se za pomoć liječniku zvanjem hitne medicinske pomoći ili obraćanjem liječniku obiteljske medicine
- više informacija o tome kako zbrinuti djetetove ozljede i osigurati njegovu tjelesnu dobrobit pročitajte u odjeljku: [Pružanje prve pomoći djetetu](#)
- upamtite, obraćanje liječniku važno je za osiguravanje djetetove dobrobiti, ali i da bi se **zabilježili podaci o nanesejoj šteti** koji mogu biti ključni u kasnijem postupanju

2. Razgovor i emocionalna podrška

Emocionalna podrška koju djetetu pružate nakon nasilnog događaja ključna je za njegov oporavak i povratak osjećaja sigurnosti. Važno je djetetu stvoriti siguran prostor u kojem će znati da mu bezuvjetno vjerujete i da je u redu izraziti sve osjećaje, bez straha od osude.

- **smirenost:** vaša smirena prisutnost ključna je za djetetov osjećaj sigurnosti - koliko god to bilo teško, važno je kroz način razgovora i ton glasa djetetu prenijeti poruku da je sada zaštićeno
- **slušanje:** u početku pokušajte izbjegavati postavljati pitanja već slušajte dijete, nemojte ga prekidati dok govori
- **vjerujte djetetu:** slušajte dijete pažljivo, strpljivo i bez osude - čak i ako dijete nije reagiralo na način koji smatrate poželjnim, ovo nije trenutak za propitivanje djetetovih reakcija
- **prihvatanje i uvažavanje djetetovih emocija:** obratite pažnju na djetetove osjećaje, uvažite ih i potaknite ga da govori o njima, možete ga pitati kako se osjeća i što ga brine
- **jasna poruka o odgovornosti:** važno je istaknuti djetetu kako ono nije krivo što se netko prema njemu ponašao nasilno te da nema opravdanja za takvo ponašanje
- **najava onoga što slijedi:** objasnite djetetu sljedeće korake nakon razgovora te pitajte dijete što ono misli o tome - razgovor o tome osnažuje djetetov osjećaj sigurnosti povećanjem predvidivosti i vraća djetetu osjećaj kontrole
- **aktivna uloga djeteta:** pitajte dijete o njegovim mislima, emocijama i potrebama ovog trenutka, dopustite mu da izrazi svoje sumnje, strahove i predloži daljnje korake, istovremeno preuzimajući odgovornost za konačnu odluku
- **nježnost i toplina:** pokažite djetetu da ste uz njega kroz svoje riječi, ali i dodirom, zagrljajem ili svojom prisutnošću ako dijete još nije spremno prihvatiti nešto drugo
- **razgovor o zaštiti:** razgovarajte o tome kako se može zaštititi u ovakvim situacijama te ga potaknite da traži podršku odraslih u situacijama kada se osjeća ugroženo

3. Suradnja s institucijama u zaustavljanju nasilja

Da bi se krug nasilja mogao prekinuti potrebna je uključenost i suradnja onih koji brinu o djetetovoj dobrobiti i sigurnosti. Obraćanje institucijama radi zaštite djeteta može zahtijevati ustrajnost i strpljenje, ali je nužno za poduzimanje svih potrebnih koraka da bi se nasilje dugoročno zaustavilo.

- **obraćanje policiji ili sustavu socijalne skrbi:** o incidentu koji se dogodio obavijestite policiju (192) ili nadležni ured Hrvatskog zavoda za socijalni rad (za više informacija posjetite: <https://socskrb.hr/kontakt/>)
- **dovoljna je sumnja:** institucijama se potrebno obratiti i kada nismo sigurni što se točno dogodilo, ali imamo jasnu sumnju da je došlo do nasilja - naš zadatak je proslijediti informaciju, a obaveza nadležnih ustanova da ispituju što se točno dogodilo
- **obavješćavanje škole:** čak i ako se incident nije dogodio u školi, da bi se krug nasilja mogao zaustaviti o njemu je važno obavijestiti školu djetetovog razrednika/-razrednicu ili stručnog suradnika/-cu. Prema Protokolu o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima “svaki radnik odgojno-obrazovne ustanove dužan je prijaviti ravnatelju, odnosno policiji i/ili Hrvatskom zavodu za socijalni rad sumnju ili saznanje o nasilju neovisno o tome je li do sumnje ili saznanja o nasilju došao tijekom ili izvan radnog vremena, odnosno je li se nasilje dogodilo u odgojno-obrazovnoj ustanovi ili izvan nje” (Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike, str. 9)
- **informiranje o pravima djeteta:** kako biste osigurali ostvarivanje djetetovih prava o propisanom postupanju nadležnih institucija možete se informirati kroz Protokol o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima:
<https://dijete.hr/hr/dokumenti/domaci-propisi/protokoli-postupanja-u-zastiti-djece/>
- **ne uzimajte stvari u svoje ruke:** koliko god za time možda osjećali potrebu, izbjegavajte kontaktiranje roditelje druge uključene djece ili same djece jer to može dovesti do dodatne eskalacije situacije - takve razgovore lakše je voditi uz prisutnost i vodstvo stručnjaka

4. Traženje podrške i priprema djeteta za razgovor sa stručnjakom mentalnog zdravlja

Reakcije nakon izloženosti uznemirujućem događaju mogu se razlikovati od djeteta do djeteta. Dok će neka djeca situaciju uz podršku svoje obitelji i šire okoline prevladati prisutne poteškoće, druga mogu pokazivati značajnije promjene u emocijama, ponašanjima i svakodnevnim navikama poput spavanja i jedenja koje zahtijevaju stručnu podršku. Međutim, čak i kada se čini da se dijete dobro nosi s proživljenim događajem, razgovor sa stručnjakom mentalnog zdravlja može pomoći da se smanji vjerojatnost dugoročnih posljedica za dijete, kao i pomoći roditelju u pružanju podrške djetetu iz svoje uloge.

- **osiguravanje podrške:** psihološku podršku moguće je osigurati na različite načine:
 - obraćanjem obiteljskom liječniku koji će vas uputiti na izvore pomoći unutar zdravstvenog sustava
 - obraćanjem stručnoj službi škole u kojoj rade psiholozi i drugi stručnjaci mentalnog zdravlja
 - samostalnim javljanje u različita savjetovališta za mentalno zdravlje djece i mladih
- **priprema djeteta za razgovor sa stručnjakom mentalnog zdravlja:**
 - djetetu objasnite da će razgovarati sa psihologom čija je uloga razumjeti kako se dijete osjeća, što mu je teško i pokušati pronaći načine da mu bude lakše
 - pojasnite mu da će razgovarati s osobom koja svakodnevno razgovara s djecom i mladima
 - najavite mu da ćete biti uz njega, ali da će vjerojatno imati priliku sa psihologom razgovarati i samo - ako to bude želio i osjećao se ugodno
 - djetetu možete reći da će na susretu razgovarati o tome kako se osjeća, da tamo može iskreno ispričati ono što želi, kao i da ne mora razgovarati o nekim temama ako nije spreman
 - pojasnite mu da se prvi susret kod psihologa najčešće sastoji od razgovora, ali da djeca ponekad mogu ispunjavati i neke upitnike ili crtaju (napomenite da za razliku od školskih testova ne mora ništa naučiti kako bi znao na njih odgovoriti i da nema ocjena)
- **dodatne informacija:** više resursa za mentalno zdravlje možete potražiti na službenim stranicama: <https://mentalnozdravlje.zagreb.hr/>

Napomena: Ako ste jako zabrinuti i smatrate da stanje Vašeg djeteta zahtijeva hitni pregled, potrebno je bez odgode se obratiti Hitnoj ambulanti Psihijatrijske bolnice za djecu i mladež (Ulica Ivana Kukuljevića 11, 01 4862 503 koja se trenutno nalazi na lokaciji PB Sveti Ivan, Jankomir 11, Zagreb), u kojoj je pregled moguć 24 sata dnevno.

5. Što nakon stresnog događaja?

Oporavak od nasilnog događaja je proces koji zahtijeva strpljenje, dosljednost i dugotrajnu podršku roditelja/skrbnika. Vaše djelovanje u danima i tjednima nakon incidenta ključno je za djetetov povratak u normalan život.

- **pratite djetetove reakcije:** po izloženosti stresnom događaju djeca mogu iskazivati niz različitih promjena u njihovim emocijama, ponašanju i svakodnevnim navikama, kao što su pojačan strah, uznemirenost, potištenost, pojačana razdražljivost ili ljutnja, smetenost, poteškoće sa spavanjem, promjene apetita, bolovi koji nemaju fizičko objašnjenje i dr.
- **rutine i predvidivost:** povratak svakodnevnim rutinama (jedenje, spavanje, druženje, aktivnosti, škola) te ritualima i navikama koje obitelj njeguje pomaže vratiti narušeni osjećaj kontrole i sigurnosti
- **povratak svakodnevnim obavezama:** po doživljenom stresnom događaju djetetu će možda biti potrebno neko vrijeme da se vrati svom uobičajenom rasporedu, potičite dijete na povratak u njegove rutine, ali imajte na umu da će možda biti manje učinkovito u suočavanju sa svakodnevnim obavezama
- **moгуća odgođena reakcija:** imajte na umu da dijete može imati i odgođenu reakciju na proživljena iskustva koja može zahtijevati podršku
- **dostupnost:** budite dostupni djetetu za razgovor, ali i dopustite mu da odabere razinu bliskosti i otvorenosti koja mu odgovara
- **suradnja s uključenim institucijama:** zaustavljanje kruga nasilja i suočavanje s njegovim posljedicama često zahtijeva dugotrajniju suradnju škole, institucija koje pružaju zaštitu djeci, stručnjaka mentalnog zdravlja koji im pružaju podršku i roditelja uključene djece

6. Briga o vlastitoj dobrobiti

Postupanje nakon uznemirujućeg događaja emotivno je zahtjevno i za samog roditelja, a traženje podrške i zaštite za dijete može zahtijevati veliku emotivnu i mentalnu energiju. Briga o sebi je nužan preduvjet da ostanete snažni i prisutni za svoje dijete tijekom procesa oporavka.

- **prihvatanje svih emocija:** nakon uznemirujućeg događaja neki će roditelji osjećati tjeskobu, strah, ljutnju, krivnju ili bespomoćnost, dok će drugi možda biti udaljeni od svojih emocija i usmjereni na praktične zadatke pred njima.
- **briga o sebi:** da biste mogli biti sigurna luka svom djetetu, važno je da se posvetite sebi i osigurate podršku koja vam je potrebna, kao i da u svakom danu postoji barem kratko vrijeme kada ćete uzeti predah i posvetiti se aktivnostima koje vas opuštaju ili vam odvrćaju misli.
- **aktivno traženje podrške:** oslonite se na partnera ili partnericu, prijatelje i članove obitelji kojima vjerujete ili potražite stručnu podršku ako za njom osjećate potrebu.

Pružanje prve pomoći djetetu nakon nasilnog događaja koji je uključivao ozljedu djeteta

Prvo provjerite ima li dijete fizičke ozljede te mu pružite prvu pomoć ako ih ima. Neposredna prva pomoć na mjestu događaja uključuje:

- procijeniti sigurnost okoline – prvo osigurati da napad prestane i da nema daljnje prijetnje ozlijeđenoj osobi
- pozvati hitnu medicinsku pomoć (194 / 112) u slučaju sumnje na ozbiljnu ozljedu glave ili gubitak svijesti
- procjena stanja djeteta: provjeriti je li pri svijesti, kako diše i odgovara li na pitanja
- udarci u glavu: kod svake ozljede glave potrebno je dijete držati u sjedećem ili polusjedećem položaju, smirivati ga i pratiti simptome poput vrtoglavice, mučnine, gubitka pamćenja ili poremećaja vida – što može ukazivati na potres mozga
- krvarenje ili vidljive ozljede: zaustaviti krvarenje sterilnom gazom ili čistom tkaninom, bez jakog pritiska ako je riječ o ozljedi glave.

Nakon neposrednog zbrinjavanja fizičkih ozljeda, daljnja zdravstvena skrb uključuje:

- dijete treba biti pregledano u najbližoj hitnoj službi ili pedijatrijskoj/školskoj ambulanti radi procjene težine ozljeda
- osigurajte psihološku podršku za dijete
- roditelji/skrbnici trebaju pratiti stanje djeteta nakon zbrinjavanja ozljeda i kod kuće i odmah potražiti pomoć ako se pojave simptomi poput povraćanja, pospanosti, smetenosti, jake glavobolje ili promjena u ponašanju

Literatura:

1. Ariani, T. A., Putri, A. R., Firdausi, F. A. i Aini, N. (2025). Global prevalence and psychological impact of bullying among children and adolescents: a meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 385, 119446. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.119446>.
2. Armitage, R. (2021). Bullying in children: impact on child health. *BMJ Paediatrics Open*, 5(1), e000939. <https://doi.org/10.1136/bmjpo-2020-000939>.
3. Li, C., Wang, P., Martin-Moratinos, M., Bella-Fernández, M. i Blasco-Fontecilla, H. (2024). Traditional bullying and cyberbullying in the digital age and its associated mental health problems in children and adolescents: a meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(9), 2895–2909. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02128-x>.
4. Ministarstvo rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike. (2024). *Protokol o postupanju u slučaju nasilja među djecom i mladima*. Preuzeto s <https://dijete.hr/hr/download/protokol-o-postupanju-u-slucaju-nasilja-medu-djecom-i-mladima-2024/>.
5. Nastavni zavod za hitnu medicinu Grada Zagreba. (2025.). *Prva pomoć*. Preuzeto s <https://www.hitnazg.hr/prva-pomoc/>.
6. UNESCO. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. Preuzeto s <https://www.unicef.org/media/66496/file/behind-the-numbers.pdf>.
7. Ye, Z., Wu, D., He, X., Ma, Q., Peng, J., Mao, G. i Tong, Y. (2023). Meta-analysis of the relationship between bullying and depressive symptoms in children and adolescents. *BMC Psychiatry*, 23(1), 215. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04681-4>.