



ROZHODOVACÍ DIAGRAM POSTUPNOSTI PRI PODOZRENÍ NA PPP U ŽIAKA V ŠKOLSKOM PROSTREDÍ

Pre lepšiu prehľadnosť a čitateľnosť používame v materiáli generické maskulínium (napr. učiteľ, žiak, odborný zamestnanec).

Cieľom rozhodovacieho diagramu je poskytnúť pedagogickým a odborným zamestnancom školy odpoveď na otázku: **čo mám urobiť, ak si u žiaka všimnem signál, ktorý môže súvisieť s poruchou príjmu potravy (PPP), ak sa mi žiak s problémom zdôverí alebo ak dôvodnú obavu prinesie niekto iný?**

Upozornenie: Diagram nie je diagnostickým nástrojom a učiteľ podľa neho neurčuje typ PPP ani jej zdravotnú závažnosť. Úlohou školy je včas zachytiť problém, bezpečne reagovať, sprostredkovať odbornú pomoc a vytvárať podmienky podporujúce vzdelávanie a zotavovanie žiaka s PPP.



Rola jednotlivých členov tímu

Učiteľ/triedny učiteľ

- ✓ všimne si zmenu,
- ✓ zachytí konkrétne fakty,
- ✓ konzultuje situáciu so školským psychológom/ŠPT,
- ✓ podľa situácie vedie prvý podporný rozhovor,
- ✓ sleduje fungovanie žiaka v škole,
- ✓ realizuje dohodnuté školské podporné opatrenia.



Školský psychológ

- ✓ zisťuje potreby žiaka a sleduje jeho fungovanie v škole,
- ✓ vedie podporný rozhovor,
- ✓ poskytuje psychologickú podporu v rámci školy a koordinuje školskú sieť podpory,
- ✓ pomáha pri komunikácii s rodinou,
- ✓ sprostredkuje externú pomoc,
- ✓ spolupracuje s ZPP/ŠZPP a externými odborníkmi,
- ✓ pomáha pri návrate žiaka po hospitalizácii.



Školský podporný tím

- ✓ je koordinačným a podporným článkom školy,
- ✓ prepája učiteľa a školského psychológa,
- ✓ nastavuje školskú podporu,
- ✓ konzultuje postup,
- ✓ koordinuje komunikáciu medzi osobami, ktoré potrebujú informáciu,
- ✓ zabezpečuje nadväznosť po návrate z liečby.

Vedenie školy

- ✓ zabezpečuje existenciu interného postupu,
- ✓ zabezpečuje ochranu osobných údajov,
- ✓ zabezpečuje podporné opatrenia,
- ✓ zabezpečuje komunikáciu školy v závažných prípadoch.

Rozhodovací diagram - ako postupovať?

Všimnite si nenápadné zmeny

Na začiatku je dôležité zachytiť signál. **Varovné signály môžu byť telesné, psychické aj behaviorálne. Samotný vzhľad ani telesná hmotnosť nevypovedajú o tom, či žiak má alebo nemá PPP alebo o akú závažnú formu PPP ide.** Pokiaľ si všimnete psychické príznaky a/alebo zmeny v správaní bez zmeny hmotnosti, situáciu nepodceňujte a vhodným spôsobom na ňu reagujte. Nie je potrebné mať „istotu“, že ide o PPP.

Popis konkrétnych signálov nájdete v **Krátkej referenčnej príručke.**

Vyhodnotte okamžité riziko

Je tu bezprostredné ohrozenie života alebo zdravia?

Ide napríklad o nasledovné situácie:

- ✓ kolaps alebo bezvedomie,
- ✓ výrazná dezorientácia alebo porucha vedomia,
- ✓ bolesť na hrudníku,
- ✓ veľmi výrazná telesná slabosť,
- ✓ závažný stav po opakovanom vracaní,
- ✓ odmietanie tekutín alebo známky vážnej dehydratácie,
- ✓ sebapoškodenie so závažným poranením, silným krvácaním, intoxikáciou alebo iným bezprostredným ohrozením zdravia či života,
- ✓ samovražedný úmysel alebo plán spojený s bezprostredným rizikom.



Konajte nasledovne:

- ★ Zabezpečte, aby bol žiak v bezpečí: ak je bezprostredne ohrozený, nenechávajte ho osamote.
- ★ Aktivujte krízový alebo zdravotný postup v škole.
- ★ Pri akútnom ohrození zavolajte záchranné zložky – 155 alebo 112.
- ★ Informujte vedenie školy a dostupného odborného zamestnanca školy podľa interného postupu.
- ★ Pri maloletom žiakovi zabezpečte kontakt so zákonným zástupcom.

O závažnosti zdravotného stavu rozhoduje zdravotnícky pracovník.

Žiak NIE JE v akútnom ohrození

Pokiaľ zhodnotíte, že riziko nie je akútne, položte si nasledovnú otázku: **Všimli ste si jeden nešpecifický signál alebo sa objavuje vzorec?**

★ Jeden nešpecifický signál

Jednorazové vynechanie obeda alebo podráždená či smutná nálada nemusí automaticky znamenať riziko PPP. Odporúčame však sledovať ďalší vývoj.

Všímajte si, či sa správanie opakuje, pridávajú sa ďalšie zmeny, situácia sa v nejakej oblasti zhoršuje alebo či problém začína ovplyvňovať školu, vzťahy alebo zdravie.

Pokiaľ sa varovné signály opakujú alebo sa pridá ďalší, na situáciu reagujte aktívnejšie.



★ Signály sa opakujú alebo pribúdajú / žiak sa mi zdôveril / dôvodnú obavu priniesol niekto iný.

V takejto situácii je veľmi dôležité zaznamenať fakty. Zmapujte a evidujte, čo ste naozaj videli alebo počuli u žiaka, napríklad:

- ✓ Za posledné dva týždne ju na svojom dozore zakaždým vidím, že sa iba prehrabáva v obede, ktorý potom celý odnesie.
- ✓ Vídavam ho posledný mesiac všade samého, bez svojej partie spolužiakov.
- ✓ Na hodinách pôsobí nesústredene.
- ✓ Na telesnej výchove sa drží vzadu a sťažuje sa na únavu, aj keď predtým bola veľmi aktívna.

Následne tieto podozrenia konzultujte so školským psychológom alebo školským podporným tímom. Ak ich škola nemá, postupujte podľa nastaveného systému podpory školy a podľa potreby využite aj príslušné zariadenie poradenstva a prevencie.
Nezostávajú na situáciu sami.

Dohodnite sa na ďalšom postupe

So školským psychológom/školským podporným tímom sa dohodnite na ďalších krokoch. V prvom rade zmapujte:

- ✓ kto má so žiakom aktuálne vytvorený najlepší vzťah,
- ✓ kto s ním bude hovoriť,
- ✓ čo už o situácii viete,
- ✓ kedy, kto a ako zapojí zákonného zástupcu,
- ✓ či je potrebné zapojiť vedenie školy,
- ✓ kto bude koordinovať ďalší postup a aká je úloha jednotlivých osôb.



Rozhovor so žiakom

Podozrenie je potrebné prebrať priamo so žiakom. **Rozhovor by mal viesť dospelý, ktorému žiak dôveruje a ktorý dokáže rozhovor viesť pokojne a citlivo. Môže to byť napríklad triedny učiteľ alebo iný učiteľ, školský psychológ, člen školského podporného tímu.** Dôležité je, aby žiaka nevypočúvalo postupne viacero ľudí. Na rozhovor si vyhradte dostatok času, súkromné miesto a situáciu mimo jedálne a mimo času, kedy sa žiak stravuje, pretože by mohlo dôjsť k bezprostrednému konfliktu v súvislosti s jedlom.

Hovorte o konkrétnych zmenách, ktoré ste si všimli, a o svojej obave. Nehodnoťte vzhľad ani hmotnosť a nesnažte sa určovať diagnózu. Dajte žiakovi priestor hovoriť vlastnými slovami, počúvajte a nesnažte sa ho presviedčať alebo nútiť k priznaniu problému. Na záver sa dohodnite na ďalšom kroku a vysvetlite, koho bude potrebné do riešenia zapojiť.

Nesľubujte úplnú dôvernosc informácií, ak je potrebné zabezpečiť zdravie, bezpečie alebo ďalšiu pomoc. Informácie zdieľajte iba s osobami, ktoré ich potrebujú na zabezpečenie podpory a ďalšieho postupu.

Podrobné odporúčania, príklady formulácií a postup pri rôznych reakciách žiaka nájdete v **Rozhovor so žiakom pri podozrení na PPP - praktická šablóna a scenár pre učiteľa.**



Oznámenie rodičom

Ak máme obavu o maloletú osobu, je potrebné do spolupráce zapojiť zákonného zástupcu. So školským psychológom alebo školským podporným tímom sa dohodnite, kto rodiča kontaktuje a aký ďalší postup mu škola odporučí. Žiaka o plánovanom stretnutí s rodičom vopred informujte a zistite, či chce byť pri rozhovore prítomný. Zohľadnite jeho názor primerane veku a situácii. **Rodičovi komunikujte konkrétne pozorovania a obavu školy.** Rodičov neobviňujte, dieťa nediagnostikujte. Odporučte odbornú pomoc a vhodné nasmerovanie.

Ak existuje vážna obava, že kontaktovanie zákonného zástupcu môže dieťa ohroziť, konzultujte postup so školským podporným tímom a vedením školy v súlade s pravidlami ochrany dieťaťa.

Podrobné odporúčania a konkrétne formulácie pre rozhovor s rodičom nájdete v materiáli **Rozhovor s rodičom pri podozrení na PPP - praktická šablóna a scenár pre učiteľa.**

★ Čo ak rodič problém zľahčuje alebo odbornú pomoc odmieta?

Prvá neistota, nesúhlas alebo zľahčovanie zo strany rodiča automaticky neznameniajú zanedbávanie. Pokračujte vo vecnej komunikácii založenej na konkrétnych pozorovaniach školy a vysvetlite, prečo škola odporúča odborné posúdenie.

Ak rodič pomoc nezabezpečí a obava školy pretrváva:

- ✓ **konzultujte ďalší postup** so školským psychológom/školským podporným tímom a vedením školy,
- ✓ **rodiča opätovne oslovte**, pomenujte pretrvávajúce alebo nové zmeny a dohodnite si s ním, kedy sa opäť skontaktujete,
- ✓ **ak rodič naďalej nekoná** a konkrétne skutočnosti vyvolávajú závažnú obavu o zdravie alebo vývin maloletého dieťaťa alebo o ochranu jeho práv, **škola sa obráti na príslušný orgán sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately ÚPSVaR** a uvedie svoje konkrétne pozorovania a doterajší postup.

★ Čo robiť, ak je žiak plnoletý?

Rodičov alebo inú blízku osobu zapájajte len so súhlasom žiaka. Podporte ho, aby sa rodičom zdôveril samostatne alebo aj na spoločnom stretnutí s vami. **Ak odmietne, motivujte ho k vyhľadaniu odbornej pomoci alebo ku kontaktu s odborníkmi** (napr. pediater, Linka pomoci Chuť žiť). Môžete ponúknuť aj pomoc pri sprostredkovaní odbornej pomoci.

Ak je život alebo zdravie žiaka bezprostredne ohrozené, na tieto postupy nečakajte. Bezodkladne podniknite kroky na zaistenie bezpečia žiaka a postupujte podľa krízového alebo zdravotného postupu školy.



Kam nasmerovať rodičov?

Pri podozrení na poruchu príjmu potravy odporučte rodičovi/zákonnému zástupcovi, aby zabezpečili odborné posúdenie stavu žiaka mimo školy. Je dôležité posúdiť telesný zdravotný stav dieťaťa prostredníctvom vyšetrenia u všeobecného lekára pre deti a dorast (pediatra).

Paralelne s návštevou pediatra odporučte rodičom, aby absolvovali vyšetrenie u (klinického) psychológa, ktorý zhodnotí psychopatológiu vo vzťahu k jedlu – obmedzovanie, negatívny sebaobraz, kompenzačné správanie a podobne. Pediatr aj klinický psychológ môžu odporučiť pedopsychiatrické vyšetrenie.

Je vhodné poskytnúť rodičom základné informácie o roli jednotlivých odborníkov.

Úlohou pediatra je:

- ✓ prvotné zdravotné posúdenie,
- ✓ vylúčenie alebo identifikovanie somatickej príčiny,
- ✓ posúdenie zdravotného stavu,
- ✓ odoslanie do ďalšej odbornej starostlivosti.



Pedopsychiater je kľúčový odborník pre klinickú diagnostiku a liečebné rozhodovanie pri poruchách príjmu potravy. Jeho úlohou je:

- ✓ psychiatrické vyšetrenie,
- ✓ diagnostický a liečebný plán,
- ✓ pravidelné posudzovanie stavu,
- ✓ podľa potreby zváženie a odporúčenie liečby liekmi,
- ✓ rozhodovanie o potrebe ambulantnej, stacionárnej alebo hospitalizačnej liečby.

Ako by mala vyzeráť liečba?

Odborná intervencia pri poruchách príjmu potravy alebo narušenom stravovaní by mala byť multidisciplinárna, špecializovaná a dlhodobá. Liečebný tím by mal zahŕňať:

- ✓ pediatra,
- ✓ pedopsychiatra,
- ✓ (klinického) psychológa/psychoterapeuta,
- ✓ nutričného špecialistu,
- ✓ a v prípade potreby ďalších lekárskeho špecialistov alebo odborníkov v oblasti duševného zdravia (liečebného pedagóga, peer konzultanta a pod.).

Úlohou školy nie je určovať diagnózu ani konkrétny liečebný postup. O tom, aké ďalšie vyšetrenia alebo odborná starostlivosť sú potrebné, rozhodujú príslušní odborníci.



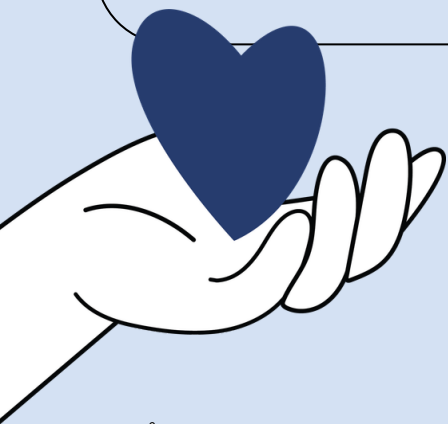
Rola školy počas liečby/po liečbe

Po tom, čo žiak absolvuje odborné vyšetrenia, prípadne začne alebo absolvuje liečbu porúch príjmu potravy, sa úloha školy sústreďuje na podporu bezpečného fungovania a vzdelávania žiaka. Podľa jeho potrieb a odborných odporúčaní škola:

- ✓ **nastavuje a dodržiava** dohodnuté podporné opatrenia a úpravy školského režimu,
- ✓ **primerane upravuje podmienky a nároky** podľa potrieb žiaka a odporúčaní odborníkov,
- ✓ **rešpektuje zdravotné obmedzenia** a odporúčania týkajúce sa stravovania, pohybu alebo telesnej výchovy,
- ✓ **podporuje bezpečný návrat do vyučovania** a kolektívu po hospitalizácii alebo dlhšej neprítomnosti,
- ✓ **všíma si zmeny v školskom fungovaní** a podľa dohody ich komunikuje určenej kontaktnej osobe.

Ak má žiak odborníkmi nastavený režim týkajúci sa jedla, pohybu alebo zdravotných obmedzení, škola nevytvára vlastné pravidlá nad rámec dohodnutého plánu.

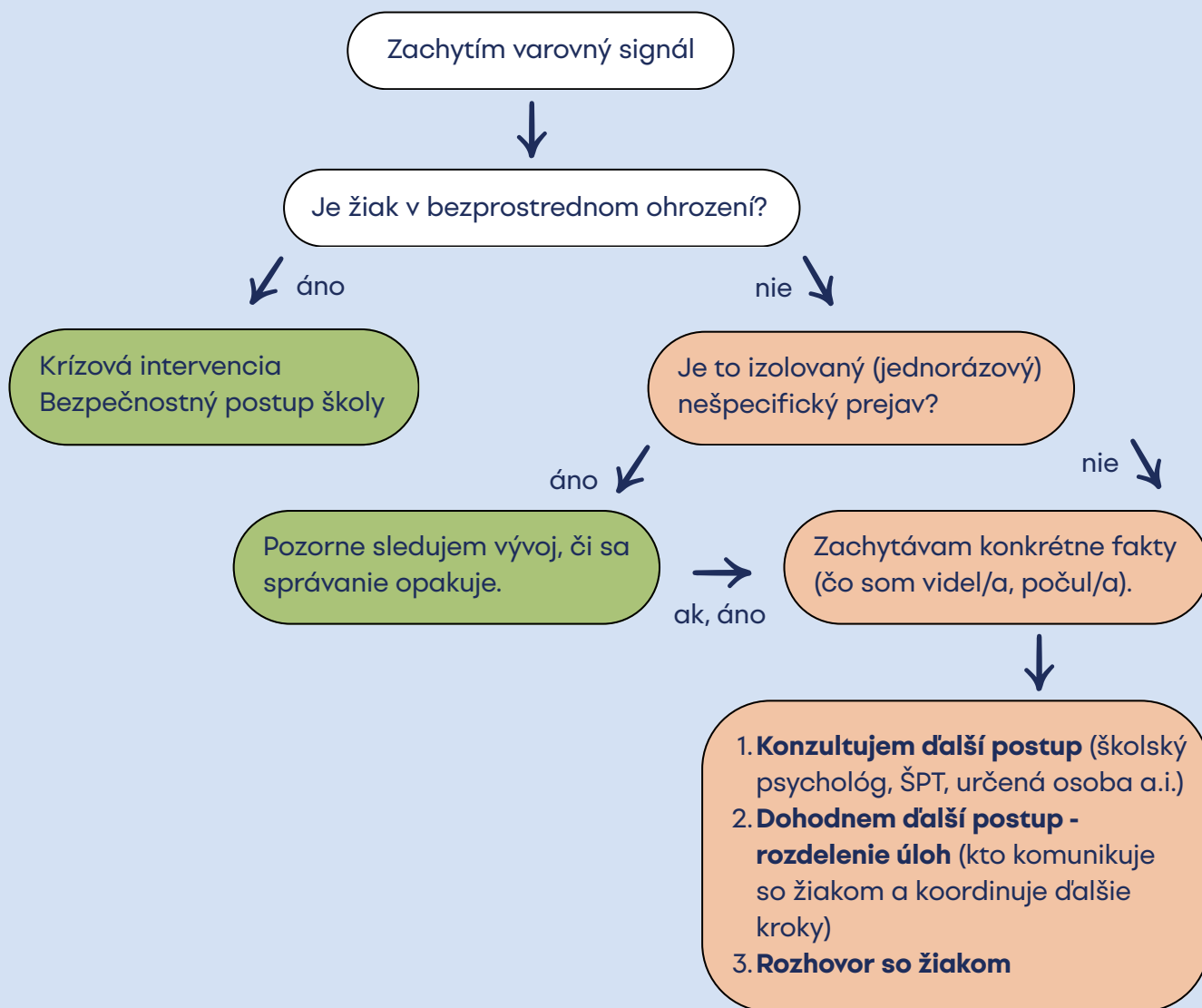
Podrobnejšie odporúčania k podpore žiaka počas liečby a pri návrate do školy nájdete v Sprievodcovi podpornými opatreniami pri poruchách príjmu potravy v školách.



Ak sa potrebujete v nejakom kroku procesu poradiť, môžete sa obrátiť na **bezplatnú a anonymnú Linku pomoci Chuť žiť**:

- ✓ **telefonické poradenstvo**: 0800 221 080 (každý pracovný deň od 10:00 do 18:00, anonymné, bezplatné);
- ✓ **emailové poradenstvo**: poradna@chutzit.sk (non-stop);
- ✓ **chatové poradenstvo**: www.chutzit.sk (každý pracovný deň od 14:00 do 18:00).

Rozhodovací diagram - pomôcka



Je žiak maloletý?

nie

áno

Podporím ho vo vyhľadávaní odbornej pomoci (blízku osobu zapájam iba so súhlasom žiaka).

V prípade akútneho ohrozenia života - krízová intervencia, záchranné zložky, bezpečnostný postup školy.

Zapájam zákonného zástupcu a odporúčam odborné posúdenie mimo školy.

rodič reaguje

rodič nereaguje

Žiak absolvuje **odborné posúdenie** u pediatra a u odborníka na duševné zdravie.

Žiak dostáva **ďalšiu odbornú starostlivosť** podľa odporúčania odborníkov.

Podpora školy podľa potrieb napr. podporné opatrenia

Opakované stretnutie / komunikácia s rodičom

ak rodič stále nereaguje

Škola sa obráti na **príslušný orgán sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately** Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny.

Tento materiál bol vypracovaný v spolupráci s organizáciou Chuť žiť.

chuť žiť



Použité zdroje

- ✓ Chuť žit. (2025). Sprievodca podpornými opatreniami pri poruchách príjmu potravy v školách. <https://webinare.chutzit.sk/sprievodca-podpornymi-opatreniami-pri-poruchach-prijmu-potravy-v-skolach/>
- ✓ Koudelová, K. (2023). Metodika pre prácu s poruchami príjmu potravy v školskom prostredí. EDI Slovensko, o. z. <https://webinare.chutzit.sk/metodika-pre-pracu-s-poruchami-prijmu-potravy-v-skolskom-prostredi/>
- ✓ Matzová, Z., Paulinyová, M., Hapčová, M., Palenčárová, Z., Tichá, L., Kachútová, I., Trebatická, J., Kerstenová, S., & Šoltýsová, M. (2021). Štandardné diagnostické a terapeutické postupy pre pedopsychiatrickú a psychologickú starostlivosť o deti a adolescentov s mentálnou anorexiou (ŠP 0207). Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky. https://www.health.gov.sk/Zdroje%3F/Sources/dokumenty/SDTP/standardy/1-10-2021/15_1-SDTP-pre-pedopsychiatricku-a-PS_o-deti-a-adolescentov-s-mentálnou-anorexiou.pdf
- ✓ National Eating Disorders Collaboration. (2023). Eating disorders in schools: Prevention, early identification, response and recovery support [Poruchy príjmu potravy v školách: Prevencia, včasná identifikácia, reakcia a podpora zotavenia]. <https://nedc.com.au/assets/NEDC-Resources/NEDC-Resource-Schools.pdf>
- ✓ Steinerová, A., & Slotová, N. (2025). Rešpekt k telu: Integratívna prevencia porúch príjmu potravy a obezity v školskom prostredí. EDI Slovensko, o. z. <https://www.chutzit.sk/materialy-pre-skoly/>
- ✓ Zibrínová, L., Šlepecký, M., Jandová, K., & Jančiarová, M. (2020). Komplexný manažment porúch príjmu potravy (ŠP 0101). Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky. https://www.health.gov.sk/Zdroje?%2FSources%2Fdokumenty%2FSDTP%2Fstandardy%2F1-6-2020%2F101_KP_Komplexny_manazment_poruch_prijmu_potravy.pdf
- ✓ Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2026, marec). Usmernenie k formám úpravy školskej dochádzky žiakov základných škôl a stredných škôl (č. 2026/12406-A3710). <https://www.minedu.sk/data/att/c83/36112.0b4f8b.pdf>
- ✓ Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (n.d.-a). Ako sa dieťa alebo žiak dostane k podpornému opatreniu? <https://podporneopatrenia.minedu.sk/ako-sa-dieta-alebo-ziak-dostane-kpodpornemu-opatreniu/>
- ✓ Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (n.d.-b). Výhovné, psychologické a špeciálnopedagogické poradenstvo a výchovné zariadenia. <https://www.minedu.sk/vychovne-psychologicke-a-specialnopedagogicke-poradenstvo-a-vychovne-zariadenia/>
- ✓ Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky. (2023, 12. októbra). Usmernenie k poskytovaniu podporných opatrení školou alebo školským zariadením (č. 2023/13892:2-C1661). <https://podporneopatrenia.minedu.sk/data/att/8e2/29000.313519.pdf>
- ✓ Národný inštitút vzdelávania a mládeže. (2024). Katalóg podporných opatrení (2. vyd.). <https://nivam.sk/wp-content/uploads/2024/10/aktualizacia-KPO-2024-final-so-zmenami.pdf>