



VOJANOVKA

+420 412 528 863
skola@zsvojanova.cz
www.zsvojanova.cz



**Základní škola a Mateřská škola Děčín VIII
Vojanova 178/12,
příspěvková organizace**

Preventivní program školy **(Minimální preventivní program)**

školní rok 2022/2023

**Školní metodická prevence
Mgr. Marcela Fajáková**

1. Úvod

Minimální preventivní strategie vychází z Metodického pokynu k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č.j. 20 006/2007-51 (Věstník MŠMT sešit 11/2007), který do prevence sociálně patologických jevů zahrnuje konzumaci drog včetně alkoholu, kouření a kriminalitu, dále také virtuální drogy, gambling, záškoláctví, šikanování a jiné násilí, rasismus, xenofobii, intoleranci a antisemitismus.

Problematika sociálně patologických jevů a rizikového chování mládeže se stává celospolečenským problémem. Děti, které navštěvují ZŠ, patří k nejohroženějším skupinám. Proto je důležité zahájit primární prevenci právě v době školní docházky, poskytnout žákům co nejvíce informací nejen o drogové problematice (přiměřeně věku), ale naslouchat jejich problémům, otevřeně s nimi hovořit i na neformální úrovni, posilovat jejich sebevědomí, rozvíjet sociální komunikaci a spolupráci.

Kromě nebezpečí drog a ostatních návykových látek dochází s rychlým životním tempem také k absenci kvalitních mezilidských vztahů a ze společnosti se vytrácejí určité hodnoty nutné pro zdravý vývoj jedince. Proto je potřebné, aby žáci byli do života připraveni na situace, kdy musí zvládat své chování, umět se k mnoha situacím správně postavit, umět prosadit svůj názor.

Musíme si zároveň uvědomit, že snaha o eliminaci či zbrzdění nárůstu sociálně patologických jevů formou preventivních aktivit naráží na každodenní realitu, se kterou jsou děti konfrontovány prostřednictvím televize, filmů, internetu, počítačových her a které do značné míry ovlivňují chování dětí.

2. Charakteristika školy

Základní škola a Mateřská škola Děčín VIII, Vojanova 178/12, příspěvková organizace je škola plně organizovaná, poskytuje vzdělání od 1. do 9. ročníku. Škola se řadí svým počtem žáků mezi středně velké školy. Škola má další 3 odloučená pracoviště (2 mateřské školy a 1 základní školu). Tato odloučená základní škola je školou malotřídní od 1. do 4. ročníku. Je umístěna v klidné a zalesněné části města Děčína-Jalůvčí.

"Vojanovka" je umístěna v širším centru města u hlavní výpadové silnice č. 13 směrem na Teplice. Školní areál se skládá ze tří provázaných pavilonů, k jejichž přechodům se žáci nemusejí převlékat. Školu obklopuje oplocený pozemek, mezi pavilonem A a pavilonem B je uzavřené atrium s pódiem, vhodné ke konání kulturních školních akcí. V bezprostřední blízkosti školy se nachází sportovní hřiště. Škola disponuje vlastním krytým bazénem. Bezbariérový přístup není zajištěn. Žákům jsou k dispozici šatny (šatní kóje) a šatní skříňky.

Uspořádání školy je plnotřídní (1. - 9. ročník). Škola má k dispozici plně a moderně vybavenou školní družinu. Žáci mají možnost školního stravování, které je zajištěno ve školní jídelně umístěné v budově školy. K dispozici je elektronický rezervační systém jídel a rodiče a žáci mají možnost si elektronicky objednávat ze 2 nabízených pokrmů.

Pro trávení volného času žáků je možno využít širokou paletu volnočasových aktivit- „kroužků“, které zajišťují pedagogové nebo školení lektori. Dále mají žáci k dispozici žákovskou knihovnu spojenou se studovnou, kde žáci mohou trávit volný čas nebo plnit domácí úkoly a připravovat se na výuku. Samozřejmostí je celoplošné zasíťování školy v rámci ICT. Žáci i rodiče mají možnost kontroly výsledků vzdělávání a komunikace se školou v rámci elektronického systému Bakaláři (E-ŽK, E-TK a Komens).

Intenzivně pracujeme na integraci žáků s vývojovými poruchami chování a učení, kterým je poskytována speciální péče (individuální vzdělávací plán, hodiny nápravy, individuální přístup při hodnocení, spolupráce s odborníky v daném oboru). Takovým žákům jsou nápomocní asistenti pedagoga a tým školní inkluze.

Základní škola Vojanova má 270 žáků. Z tohoto počtu je 240 žáků na ZŠ Vojanova a 30 žáků na ZŠ Jalůvčí. Celkem je na škole 17 tříd, na ZŠ Vojanova 15 tříd, z toho je 1 přípravná třída a 2 třídy 1. – 4. ročníku na ZŠ Jalůvčí.

Družina je rozdělena do čtyř oddělení – 3 na ZŠ Vojanova a 1 na ZŠ Jalůvčí. Pro děti je připravena celá řada aktivit rozvíjející všechny stránky jejich osobnosti.

V budově školy navštěvují děti bazén, využívají zrcadlový taneční sál, školní kuchyňku, multimediální knihovnu, tělocvičnu.

Venku využívá družina školní víceúčelové sportovní hřiště, zejména na kopanou. Výhodou je také častý kontakt s přírodou, která se nachází v bezprostřední blízkosti školy.

Činnost ŠD je rozdělena podle tematických plánů do měsíčních plánů a přizpůsobena věku a zájmu dětí. Každodenní pravidelná činnost je v průběhu roku obohacena příležitostnými aktivitami.

Výchovně vzdělávací činnost naší školy se řídí v 1. – 9. ročníku ŠVP s názvem Snaha, úsilí a uplatnění vypracovaným v souladu s RVP ZV platným od 1. 9. 2017

Výuka v mateřských školách se řídí příslušnou částí ŠVP.

K prioritám školy patří:

1. Výuka jazyků.
2. Podpora rozvoje pohybových dovedností, sportovní výchovy a vedení žáků ke zdravému životnímu stylu. (Ovoce do škol.)
3. Podpora zavádění a využívání výpočetní techniky do výuky všech předmětů.
4. Rozvíjení schopnosti mimořádně nadaných žáků.
5. Rozvíjení komunikační dovednosti obecně, ale i komunikační dovednosti v cizích jazycích.
6. Rozvíjení estetického cítění žáků.
7. Zaměření se na prevenci patologických jevů (projekty, přednášky, besedy, workshopy).
8. Vzdělávání žáků s odlišným mateřským jazykem.
9. Strategie předcházení školní neúspěšnosti.

3. Vymezení rizikového chování

Primární prevence rizikového chování u žáků se zaměřuje dle metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních prioritně na předcházení rozvoje rizik, která směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování žáků:

- a) agrese, šikana, kyberšikana, násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofonie
- b) záškoláctví
- c) závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling
- d) spektrum poruch příjmu potravy
- e) rizikové sporty a rizikové chování v dopravě
- f) negativní působení sekt
- g) sexuálně rizikové chování, výchova ke zdravému životnímu stylu

4. Metodické pokyny

Metodické pokyny, ze kterých vycházíme:

Metodický pokyn k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č.j. 20 006/2007-51

Metodický pokyn MŠMT ČR k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení, č.j. 24 246/2008-6

Metodický pokyn MŠMT ČR k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, k prevenci a postihu záškoláctví, č.j. 10 194/2002-14

Metodický pokyn MŠMT ČR k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č.j. 37 014/2005-25

Metodický pokyn MŠMT ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance, č.j. 14 423/99-22

Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané – MŠMT ČR – č.j. 25 884/2003-24

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže ve školách a školských zařízeních, č.j. 21 291/2010-28

Metodický pokyn MŠMT k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních, č.j. 22 294/2013-1

Metodické pokyny k primární prevenci – Přílohy 1-20 (<http://www.msmt.cz/socialni-programy/metodicke-pokyny>)

Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních č.j. MŠMT- 21149/2016

5. Analýza současného stavu

Primární prevencí se snažíme již několik let zaměřovat zejména do dvou oblastí – prevence zneužívání drog, kouření, alkoholu, virtuálních drog, internetu, gamblingu a prevence agresivního chování, šikany, rasismu, xenofobie atd.

Co se týká alkoholu, kouření a jiných psychotropních látek, jsou žáci informováni v hodinách i mimo ně o zdravotních a společenských rizicích takového počínání. Jsou také informováni o tom, že závažně porušují školní řád a vystavují se v souladu s tímto školním řádem možnosti kázeňského opatření.

V současné době se jeví poměrně velkým problémem záškoláctví, které má v posledních letech vzrůstající tendenci. V loňském školním roce se nám v některých případech podařilo po spolupráci na OSPOD situaci úspěšně řešit.

Dále musíme soustavným přístupem pracovat na agresivním chování a vulgárním vyjadřování některých žáků, a to i navzdory společenské situaci (televize, počítačové hry, filmy apod.).

Při provádění primární prevence je třeba propojit školní vzdělávací program s programem řešení sociálně patologických jevů.

Při stanovení cílů, preventivních aktivit a akcí vycházíme z hodnocení MPP za loňský rok.

Ve školním roce 2022/2023 se zaměříme hlavně na:

- **prevenci agresivního chování, násilí, vulgarity, vandalismu**
- **prevenci šikany, kyberšikany**
- **prevenci školní neúspěšnosti**
- **prevenci záškoláctví a skrytého záškoláctví**
- **prevenci závažného porušování školního řádu**
- **prevenci zaměřenou na bulimii a anorexii, sebepoškozování**
- **prevenci v dodržování hygienických opatření (Covid 19)**

6. Garant programu a koordinace preventivních aktivit ve škole

Garantem programu je Mgr. Karel Rajchl, ředitel školy. Za koordinaci preventivních aktivit ve škole odpovídá školní metodička prevence Mgr. Marcela Fajáková. Za realizaci jsou odpovědní všichni členové pedagogického sboru, ve třídních kolektivech pak hlavní zodpovědnost nese třídní učitel.

Koordinátor v rámci své činnosti připravuje minimální preventivní program a jeho realizaci ve škole konzultuje s ostatními pedagogickými pracovníky. O programu jsou informováni všichni učitelé na pedagogické radě, rodiče na třídních schůzkách a na webu školy, žáci v třídnických hodinách i ve vyučovacích předmětech. Program je veřejně přístupným dokumentem.

Školní metodik prevence spolupracuje s výchovným poradcem, vedením školy, třídními učiteli, ostatními pedagogy, dále s pracovníky PPP, OSPOD, s pediatry a dalšími odborníky z organizací řešících problémy dětí a rodiny.

Školní metodik prevence

- koordinuje a dohlíží na plnění školní preventivní strategie pro daný školní rok
- vypracovává minimální preventivní program pro daný školní rok, který vychází z dlouhodobé strategie
- vypracovává bezpečnostní a krizový plán
- spolupracuje s výchovným poradcem při řešení aktuálních problémů a společně vedou agendu s tím související
- vede kartotéku žáků s problémovým (rizikovým) chováním
- seznamuje pedagogy s MPP, s preventivními aktivitami
- společně s TU řeší problémy v jednotlivých třídách
- provádí diagnostiky tříd, dotazníkové šetření
- svolává výchovné komise i konzultace s rodiči a žáky ohledně rizikového chování
- organizuje školení, semináře pro pedagogy
- organizuje projektové dny, besedy, bezpečnostní den
- vede odbornou literaturu a dle možností obnovuje
- spolupracuje s PPP a SPC, OSPOD, psychology, policií aj.
- má oznamovací povinnost k OSPOD, policii apod.

Výchovný poradce

- spolupracuje s metodičkou prevence a vedením školy
- zabývá se prevencí školní neúspěšnosti
- zabývá se prevencí a řešením výukových a výchovných obtíží a dalších problémů souvisejících se vzděláváním
- poskytuje odbornou podporu při integraci a vzdělávání žáků se SVP, včetně cizinců, žáků ze sociálně znevýhodněného prostředí, žáků s kombinovaným postižením
- poskytuje kariérové poradenství při volbě povolání
- IVP
- svolává výchovné komise i konzultace s rodiči a žáky ohledně výukových a výchovných obtíží

Speciální pedagog

- samostatná poradenská činnost, která není přímou součástí vzdělávací činnosti školy
- odborná podpora integrovaných žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a všech ostatních žáků, kteří potřebují speciálně pedagogickou podporu a péči založenou na krátkodobých či dlouhodobých podpůrných opatřeních

Třídní učitel

- snaží se získat důvěru své třídy (žáci s ním mohou řešit své problémy)
- organizuje třídnické hodiny, na kterých řeší aktuální otázky, rozvíjí pozitivní interakci mezi žáky a sleduje vztahy ve třídě (viz navrhovaná témata pro TH)
- motivuje a vytváří vnitřní pravidla třídy, která jsou v souladu se školním řádem
- důsledně dohlíží na dodržování pravidel školního řádu
- sleduje absenci, chování a projevy žáků (důraz na prevenci záškoláctví a šikany)
- spolupracuje s rodinou (zjišťuje specifika rodiny a z toho vyplývající možná rizika)
- spolupracuje s dalšími vyučujícími, školním metodikem prevence a výchovným poradcem
- podílí se na realizaci preventivních programů, diagnostice třídy
- vede žáky k postupům oznamování podezření na rizikovou situaci, sociálně patologické jevy ve třídě nebo ve škole → ŠMP, schránka důvěry, e-schránka
- propagovat schránku důvěry a motivovat k jejímu využití především na třídnických hodinách
- hlásí metodičce prevence jakýkoli příznak problémového chování, násilného chování apod. a postupuje podle „krokového scénáře“

Pedagogičtí pracovníci

- při svém působení na žáky zohledňují školní preventivní strategii
- spolupracují se školním metodikem prevence, výchovným poradcem a speciálním pedagogem
- začleňují primární prevenci do svých hodin
- hlásí metodičce prevence jakýkoli příznak problémového chování, násilného chování apod. a postupují podle „krokového scénáře“

IT školy

- ošetřit stahování z internetu
- jakým způsobem zabezpečit facebook
- zabezpečit hesla, aby se nedala prolomit
- kontrolovat, kdo co kdy stahoval
- poučit žáky - „bezpečně na internetu“
- vyložení pravidel práce v počítačové učebně a na síti

7. Vzdělávání pracovníků

Pedagogové se v rámci svých možností účastní aktivit zaměřených na protidrogovou prevenci a prevenci sociálně patologických jevů. Škola získává nabídky od různých vzdělávacích institucí, které připravují odborné semináře a školení zabývající se touto tematikou, a podle finančních a časových možností na ně pedagogy pravidelně vysílá.

DVPP – akreditované semináře Poruchy chování, Minimální preventivní program, Speciálně pedagogické metody v práci s žáky se SVP, Pedagogická diagnostika.

8. Spolupráce s odborníky a dalšími organizacemi

- krajský školský koordinátor primární prevence Mgr. Petra Vaverková (vaverkova.p@kr-ustecky.cz)
 - metodička prevence PPP Teplice Mgr. Dana Škarydová (dana.skarydova@pppuk.cz)
 - Pedagogicko-psychologická poradna (Čs. armády 1164/8 405 02 Děčín, Tel.: 412 532 071; 775 441 269, E-mail: decin@pppuk.cz, Web: <http://www.pppuk.cz/poradny/decin>)
 - Speciálně pedagogické centrum ((17. listopadu 673/8, Děčín 1, 405 01, tel.: 607 936 913, mail: spc@specdcbynov.cz)
 - SVP (Pivovarská 179/30, 405 02 Děčín, tel.: 412 557 171)
 - OSPOD (orgán sociálně právní ochrany dětí MěÚ Děčín)
 - kurátoři pro děti a mládež
 - městská policie
 - Policie ČR
 - protidrogový koordinátor, prevence kriminality
 - pediatři
 - praktičtí lékaři
 - klinický psycholog a psychiatr
 - linky důvěry
 - Člověk v tísni
- Kontaktní centrum Děčín (K-centrum): Posláním kontaktního centra je poskytovat v děčínském regionu ambulantní a terénní služby pro nealkoholové uživatele drog a jejich blízké (rodiče, partnery, přátele, aj.) Osobám blízkým uživatelům i široké veřejnosti poskytují odborné poradenství.
- adresa: [Teplická 31/45, Děčín IV, 405 02, tel.: 736 758 931](#)

Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež: **Indigo Děčín**: Kontaktní osoba: Miroslav Grajcar:

Nízkoprahové zařízení pro děti je volně přístupný denní klub zaměřující se na poradenství a volný čas dětí a mládeže, nabízí program specifické primární prevence.

Služby poskytuje **bezplatně a anonymně, bez nutnosti registrace se a pravidelných návštěv.**

adresa: Sněžnická 94 407 01, Jílové u Děčína

- telefon: 731 105 424
- email: miroslav.grajcar@seznam.cz
- web: <http://indigo-decin.webnode.cz/kontakt>

Komunitní centrum Kamarád a Předškolní klub Motýlek

adresa: Míru 152, 407 11, Děčín 32 – Boletice nad Labem

9. Cíle minimálního preventivního programu

- Hlavním cílem programu je výchova ke zdravému životnímu stylu, jehož součástí je prevence rizikového chování.
- V programu je kladen velký důraz na prevenci a vyvíjení aktivit ve všech oblastech. Cílem programu je tedy zajistit dětem takové podmínky, aby byly chráněny před tímto hrozícím nebezpečím.
- Na začátku školního roku podrobně seznámit žáky se Školním řádem, poučit je o jejich právech dle Úmluvy o právech dítěte (přijaté OSN a ratifikované ČR) a průběžně se k němu vracet během roku.
- Pěstovat pozitivní školní klima, vytvořit a udržovat školní klima založené na respektu a integritě. Budování pozitivních vztahů mezi žáky a učiteli a stejně tak mezi rodinou a školou.
- Vytvořit prostředí, ve kterém se žák nebude bát si říct o pomoc (bude-li chtít). Vytvořit prostředí, ve kterém bude žák vědět, kde a jak o pomoc žádat.
- Důležitá je role třídního učitele, který spolupracuje s ostatními učiteli, vedením školy, výchovným poradcem, metodikem prevence, podílí se na řešení nejrůznějších dětských problémů a spolupracuje s rodiči.
- Soustavná pedagogická diagnostika – sledování individuálních potřeb žáků, popř. chování soc. patologického typu. Všimnout si - dětí neúspěšných, s nízkým sebevědomím, bez kamarádů, dětí se špatným rodinným a sociálním zázemím.
- Důraz se klade na prožitkovou výuku, na nácvik různých sociálních a komunikačních dovedností, zvyšování sebevědomí, dovednost rozhodování, vytváření přátelských vztahů, zlepšování sebeovládání, dovednost odmítnutí, umění spolupracovat, naslouchat druhým, umět říct svůj názor...
- vést žáky k uvědomování si jejich potřeb – potřeby bezpečí, svobody, sounáležitosti, uznání, seberealizace...
- Účast pedagogů na vzdělávacích akcích s následnou implementací poznatků do výuky. (Vzdělávací kurzy musí mít akreditaci MŠMT.)
- Vytváření podmínek pro smysluplné využití volného času dětí a mládeže, nabídka volnočasových aktivit.
- Účast na soutěžích zaměřených na prevenci sociálně patologických jevů, využití přednášek, besed (dle nabídky a finanční dostupnosti). Cílem je poskytnout žákům potřebné informace z oblasti negativních jevů a připravit je tak na složité situace, s kterými se mohou setkat
- Pořádání pobytových akcí (školy v přírodě, LVVZ, výlety). Při netradičních aktivitách se děti baví a přítom důrazně pracují na rozvoji své osobnosti, podporována je týmová spolupráce.
- Pořádání jednorázových akcí (sportovní soutěže, kulturní představení, besídky apod.).
- Dotazníkové hodnocení proběhlých akcí.
- Doplnění knihovny a videotéky odbornými publikacemi (kazetami) z oblasti prevence sociálně patologických jevů (dle nabídek a finanční dostupnosti).
- Spolupráce s rodiči prostřednictvím třídních schůzek, konzultací, KPŠ, dopisů, pohovorů. Zlepšení informovanosti rodičů prostřednictvím webových stránek školy.
- Zapojit rodiče do aktivit školy. Zařadit akce, aby došlo k většímu propojení mezi školou a rodiči.
- Za užitečnou považujeme schránku důvěry – umožní žákům napsat a svěřit se s tím, co je trápí, nebo naopak těšit.
- Fungování žákovské rady – minimálně jednou za dva měsíce se žáci scházejí s vedením školy a prezentují své názory, podávají návrhy aktivit, ale i připomínky.
- Spoluúčast žáků na vytváření pravidel v třídním kolektivu.
- Podnítit zájem žáků o práci školy.
- Pravidelná spolupráce metodika prevence s výchovným poradcem a vedením školy.
- Spolupráce s dalšími institucemi.
- Zajišťování poradenských služeb.
- Škola má vypracovaný Program proti šikanování, který slouží pedagogickým pracovníkům, rovněž rodičům i žákům školy.
- Vytvoření e-schránky důvěry, která je umístěna na webových stránkách školy. Informace od rodičů budeme odborně a bezpečně řešit.

10. Prevence sociálně patologických jevů

a) školní vyučování

Primární prevenci na I. stupni má na starosti třídní učitel. Žáci se s těmito tématy setkávají v prvouce, přírodovědě, vlastivědě, popř. ve výtvarné výchově, tělesné výchově, čtení, slohu:

- zvyšování sebevědomí žáků, pravidla soužití mezi žáky a učiteli, rozvoj osobnosti, vnímání individuálních odlišností dětí mezi sebou, úcta, sebeúcta, důvěra, komunikativní dovednosti, řešení konfliktů, agresivita, schopnost klást otázky, vyjádřit svůj názor, umění říci „ne“, práce v kolektivu, vzájemná pomoc, pozitivní citové naladění, řešení stresu, životospráva, prevence kouření, virtuální závislosti na počítačových hrách, televizi a automatech, zdravý životní styl, alkoholismus, problematika drog, schopnost vyhledat pomoc,
- snižování rizik a zvyšující se ochrana a podpora zdraví: cesta do školy a zpět – zlepšit povědomí žáků o pravidlech dopravního chování, napomáhat tomu, aby děti mohly bezpečně a pokud možno co nejdříve samostatně cestovat do školy i ze školy (pěšky, na kole, MHD) a získaly tak dopravní návyky prospěšné jejich zdraví i životnímu prostředí.

Program pro osobnostní a sociální rozvoj ve vztahu k prevenci

Aktivity v rámci vyučování – 1. stupeň

Primární prevenci na prvním stupni má na starosti třídní učitel. S jednotlivými tématy se děti setkávají především v prvouce, přírodovědě a vlastivědě. Při výuce lze využít různých metod, např. výklad, předávání informací, samostatnou práci, skupinovou práci, projektové vyučování nebo využít materiály školy z oblasti primární prevence.

1. třída -osobní bezpečí

- zásady mezilidské komunikace
- vztahy v dětském kolektivu
- každý člověk je jiný
- základní hygienické návyky
- využití volného času
- rodina jako bezpečné místo
- 2. třída – lidské tělo**
- zdraví a jeho ochrana
- režim dne
- vztahy mezi lidmi
- chování v krizových situacích

2. třída – lidské tělo

- zdraví a jeho ochrana
- režim dne
- vztahy mezi lidmi
- chování v krizových situacích

3. třída – pojmy z oblasti prevence, sexuální výchovy a drogové závislosti

- zdraví a jeho ochrana
 - lidé kolem nás
 - využívání volného času
- Další akce - besedy na téma šikana, přítel x nepřítel, násilí, agresivita, intolerance, využití volného času, zdravá výživa
besedy jsou prováděny Policií ČR Děčín

4. třída -lidské tělo (muž a žena)

- správná životospráva
- využívání volného času
- vztahy v dětském kolektivu

5. třída - domov, rodina, důvěra, vztahy

- léčivé a návykové látky
- vztahy v dětském kolektivu
- komunikace
- drogy a jejich vliv na organizmus
- sexuální chování, zneužívání
- nebezpečí při komunikaci s cizími lidmi
- krizová centra

další akce pro 5. ročník: dopravní výchova ve spolupráci s Městskou policií Děčín

Cíl - Žáci by měli umět po pěti letech:

- definovat rodinu jako zázemí a útočiště
- zvládat rozdíly v komunikaci s dětmi a dospělými
- mít základní sociální dovednosti
- umět se chránit před cizími lidmi
- mít základní zdravotní návyky
- umět správně využít svůj volný čas
- znát informace o alkoholu, tabáku a dalších návykových látkách
- znát rizika užívání návykových látek
- umět odmítat
- znát bezpečnost a rizika silničního provozu a poskytnutí první pomoci

Aktivity v rámci vyučování – 2. stupeň

Práce na druhém stupni je velmi náročná na koordinaci, tak aby byla probrána všechna témata, ale nedocházelo k jejich překrývání a přesycení žáků informacemi. S tématy z oblasti prevence se pracuje v předmětech občanská výchova, rodinná výchova, přírodopis, chemie, dějepis, český jazyk a literatura. K práci s tématy lze využít metod výkladu, samostatné práce, práce s médií, projektové vyučování, skupinová práce, hraní rolí, práce s materiálem, besedy, přednášky.

6. třída – vhodná náplň volného času

- zdravý životní styl, ochrana zdraví
- rodina a její funkce pro zdravý rozvoj jedince
- osobní bezpečí, osobní teritorium
- komunikace (způsoby odmítání)

7. třída – mezilidské vztahy

- komunikace mezi lidmi
- etické a právní vědomí
- lidská práva
- všestranný rozvoj osobnosti žáka
- podle potřeby zařazovat práci v boji proti šikaně, agresivitě, upevňovat harmonické vztahy ve třídě. Obeznamit s kontaktními místy pro krizové stavy.

8. třída – charakteristika návykových látek

- důsledky užívání návykových látek
- sebepoznání
- konflikt, řešení problémů, chování v krizových situacích (těhotenství, rodinné problémy)
- rasismus, xenofobie
- agresivita, šikana, různé formy násilí
- sexuální výchova: odlišnosti, deviace, promiskuita, pohlavně přenosné choroby

další akce pro 8. ročník: v hodinách podle potřeby zařazovat práci v boji proti šikaně, agresivitě, upevňovat harmonické vztahy ve třídě. Obeznamit s kontaktními místy pro krizové stavy.

- besedy na téma drogová problematika, sexuální život

9. třída – komunikace

- solidarita
- člověk jako osobnost
- sebepoznání, sebekritika,
- smysl života
- tolerance x intolerance
- drogy a jejich negativní dopad
- kontaktní místa, krizová centra
- sociální výchova, vztah k jiným kulturám, národnostem
- volba povolání
- další akce pro 9. ročník: besedy na téma pohlavní nemoci, AIDS

Cíl - Žáci by po ukončení ZŠ měli znát a umět:

- pojmenovat základní návykové látky
- znát jejich účinky na jejich organizmus
- orientovat se v problematice závislosti
- vědět kde jsou kontaktní místa pro danou problematiku
- zdravě posilovat své sebevědomí
- správně se rozhodovat, odmítat
- zaujímat zdravé životní postoje
- orientovat se v problematice sexuální výchovy
- bránit se různým formám násilí, vědět kde hledat pomoc

b) mimoškolní vyučování

Všechny prostory pro pohyb žáků jsou o přestávkách pod pedagogickým dozorem, zvláštní pozornost je věnována místům, kde může nejpravděpodobněji dojít k šikanování a jinému patologickému chování.

V třídnických hodinách se snažíme posilovat důvěru mezi žáky a pedagogy, rozvíjet komunikaci a vzájemnou důvěru, chceme žáky pozitivně motivovat k životu jako takovému, ke vzdělání i přátelským mezilidským vztahům.

Spolupracujeme se školní družinou, s oběma našimi mateřskými školami.

c) zájmové útvary

Snažíme se žákům nabízet množství zájmových útvarů a ukázat jim, jak vhodně trávit volný čas. Nabídka kroužků na naší škole jak na 2. stupni, tak na obou 1. stupních.

Brousek pro Tvůj jazýček - logopedie (nesprávná výslovnost)	úterý určeno pro žáky 1. - 5. ročníku	12:45 13:30	4.A
Mgr. Pavlína Sirová Dětská jóga	čtvrtek	13:45 14:45	tančírna
Mgr. Vladimíra Jaborová Fotbalový kroužek	pátek určeno pro žáky 1. - 3. ročníku (žáci i žákyně)	11:45 - 12:45	tělocvična
Marek Vicány - externí trenér Keramika	pondělí určeno pro žáky 1. - 5. ročníku 1x za 14 dní	13:40 15:00	keramika
Michaela Mužíková Knihovna	čtvrtek	12:45 13:45	školní knihovna
Ing. Veronika Součková Korálkování	pondělí určeno pro žáky 3. - 5. ročníku 1x za 14 dní	13:40 15:00	II. oddělení ŠD
Eva Falgová Plavání	středa určeno pro žáky 1. - 5. ročníku	13:30 - 15:00	školní bazén
Mgr. Dana Kovářová Sportovní hry	středa určeno pro žáky 1. - 5. ročníku	14:00 15:00	tělocvična
Mgr. Pavlína Sirová Šití	středa určeno pro žáky 5. - 9. ročníku	13:40 15:00	učebna č. 12
Petra Sabová			

Nabízíme doučování prospěchově slabším žákům.

Konzultace ve všech předmětech.

Péče o žáky se SVP

- Celá škola: Individuální studijní plány, individuální výuka
- celoročně
 - výchovná poradkyně Mgr. Lenka Kudláčková

d) jednorázové akce

- besedy, soutěže, vycházky, exkurze, kulturní a sportovní akce, přírodovědné besedy (v průběhu roku, jak jsou nabízeny)
např. besedy s Policií ČR a Městskou policií v Děčíně, s Hasičským sborem v Děčíně
spolupráce s Útulkem pro opuštěná a zatoulaná zvířata - Děčín
spolupráce s knihovnou
besedy na téma HIV, HPV
hudební pořady – prevence zneužívání návykových látek, rasismus....
Vánoční a Velikonoční jarmark (spolupráce třídního kolektivu, TU i rodičů)
Vojanovy slavnosti

Přednášky na téma:

- „Kriminalita mládeže, právní vědomí“ – Policie ČR (termín dle dohody)
- Mentální anorexie, bulimie – přednáška - 8. a 9. ročník (termín dle dohody)
- Alkohol – přednáška - 7. ročník (termín dle dohody)
- Pohlavní nemoci, AIDS – Lásky ano, děti ještě ne. - (8. ročník) – říjen
- Čas proměn - 6. ročník dívky

e) preventivní programy – dlouhodobé

Společně se zaměříme na hledání možností, kterými se budeme snažit vytvářet podmínky ke zlepšení sociálního klimatu ve třídách i celé školy.

f) nadstavbové aktivity v rámci školy

Tím rozumíme vše, co se připravuje nad rámec běžné výuky.

1. stupeň:

1. Denní projekty a akce:

Ovoce do škol

- celoročně, třídní učitelé

Výlety

- celoškolské akce

- celoročně, třídní učitelé

Mikuláš

- celoškolské akce - návštěva Mikuláše ve třídách

prosinec - Žáci 9. A

Vánoce, Jarmark

- celoškolské akce

- výzdoba tříd, besídky

prosinec - třídní učitelé

Den otevřených dveří

- celoškolské akce

- vystoupení žáků, výzdoba tříd, ukázky prací, prodej výrobků, občerstvení

Den otevřených dveří pro MŠ

- družina, 1. třída

- seznámení s prostory a prací v družině a v 1. třídě

Projektové dny

- celoškolská akce

- návštěvy knihovny

- Čtení pomáhá

- Velikonoce

-1. stupeň: výzdoba třídy, velikonoční dílna,

vyhledávání informací, říkanek, textů

týkajících se Velikonoc, oblečení podle

barevných dnů.

Čarodějnice

hry, soutěže, rej čarodějnic

duben, třídní učitelé

Den dětí

- celoškolská akce

- exkurze, výlety, sportovní soutěže

červen, třídní učitelé

- LVVZ – lyžařský kurz pro žáky 7. ročníku (týmová spolupráce, rozvoj osobnosti, řešení náročných situací)
- sportovní pobyty (Chorvatsko, Jiřetín pod Jedlovou) – výběr (týmová spolupráce, rozvoj osobnosti, řešení náročných situací)
- adaptační pobyty
- školní výlety – třídní učitelé (komunikace, kolektiv, vztahová pravidla, bezpečnost v silničním provozu, cestování v dopravních prostředcích, zdravý životní styl)
- Terezín – pro 9. ročník (rasismus, antisemitismus, xenofobie, holocaust.....) – květen 2018
- Praha – pro 7. ročníky (projektové vyučování, komunikace, kolektiv, týmová spolupráce...) – květen/červen 2018

Školní a třídní prostředí je vzájemně propojeno ať už z hlediska výukového, či organizačního. Žáci se pravidelně podílejí na výzdobě školy, třídy a na prezentaci školy. Škola si váží toho, že ji žáci prezentují, oceňuje je pochvalami.

Aktivita ŠD

Celoroční plán - tematické celky

Září

Téma: **Já a moji kamarádi**

- seznámení s prvňáčky a novými spolužáky (vyprávění o rodině, zálibách, povídáme si o prázdninách)
- pravidla v ŠD – učíme se dodržovat režim školní družiny, pravidelné návyky, chování při přesunu ve školní budově
- tvoříme kolektiv – při hrách a činnostech v ŠD se učíme pozitivním způsobům řešení v komunikaci s ostatními spolužáky
- na vycházkách: seznamujeme se s okolím školy, všímáme si pozoruhodností v okolí školy
- učíme se bezpečnému chování na ulici, pozorujeme změny v přírodě
- procházíme budovu školy a seznamujeme se s prostory naší školy
- zjišťujeme, kdo v naší škole pracuje
- vzájemně poznáváme své kamarády a dospělé
- podzimní tematika – výtvarné a ruční práce, poznávání stromů, vycházky, pozorování přírody
- seznámení se se školním řádem, řádem školní družiny
- ujasňujeme si základní hygienická pravidla a zásady správného stolování v jídelně
- 28.9. Den české státnosti – objasnění st. svátku
- zahájení celoročních soutěží

Říjen

Téma: **Barvy podzimu**

- známe zásady správné výživy – zdravé a nezdravé potraviny
- poznáváme rozmanitost ekosystému
- sbíráme a vyrábíme z přírodnin
- podzimní tematika, vycházky do přírody – k Bělskému rybníku, do lesa – sbíráme žaludy a kaštiny pro lesní zvěř na zimu, pozorování přírody
- soutěž ve skládání puzzlí
- vycházky do okolí školy – seznamujeme se s nejbližším okolím

- pouštění draků – Drakiáda
- výtvarné techniky na podzimní téma – kresba, malba
- 28. 10. – státní svátek – objasnění a povídání s dětmi na téma republika, prezident, státní vlajka, hymna
- Halloween – co to je? výroba dýní
- začínáme s návštěvou bazénu – dodržujeme bezpečnost a hygienické podmínky

Listopad

Téma: **Připravte si deštníky**

- 2. 11. – památka zesnulých – odpoledne duchů – vyprávění a výroba duchů- „dušičkové počasí“
- deštivo, mlhavo, krátí se den
- umíme se chovat v přírodě
- vycházky do přírody – pravidelně k Bělskému rybníku
- sbíráme žaludy a kaštiny pro lesní zvěř
- víme, jak si ošetřit zranění
- netradiční výtvarné techniky – barvy na sklo, práce s keram. hlinou
- 17. 11. – objasnění státního svátku
- připravujeme se na Vánoce
- Mikuláš, čert, anděl – vyrábíme a malujeme
- adventní kalendář – výroba
- výzdoba oken, ŠD a chodby

Prosinec

Téma: **Kouzlo Vánoc**

- předvánoční doba – advent
- předvánoční radovánky – Barborka, Ambrož
- pozorujeme zimní přírodu – pravidelné vycházky k Bělskému rybníku
- rodina - vztahy, na kom nám záleží, na koho myslíme
- pomáháme druhým
- výroba drobných dáreků a předmětů s vánoční tematikou

- tvoříme vánoční přáníčka ve výtvarných činnostech
- vánoční zvyky a tradice – Vánoce u nás i ve světě
- zpíváme vánoční koledy
- všímáme si vánoční atmosféry a vánoční výzdoby v našem městě
- mikulášská a vánoční besídka
- výzdoba

Leden

Téma: Zimní sportování

- vítáme Nový rok
- zimní radovánky – zimní sporty, stavby ze sněhu
- soutěž o nejlepšího sněhuláka
- bezpečnost při zimních radovánkách
- zimní příroda – vycházka zimní krajinou, stopy ve sněhu, pomáháme zvířím v lese a ptákům v okolí bydliště a školy přežít zimu, pravidelně k Bělskému rybníku
- vnímáme všemi smysly
- tradiční i netradiční výtvarné techniky – téma „zima“
- písničky a básničky se zimní tematikou
- výroba drobných dáreků pro budoucí žáky prvních tříd
- otužování, pokračujeme v návštěvě bazénu
- výzdoba

Únor

Téma: Masopust

- tvoříme z různého materiálu
- chráníme si své zdraví a pečujeme o něj
- nemoci, prevence
- zimní sporty
- vycházky do přírody – pravidelně k Bělskému rybníku

- vyrábíme masky na karneval
- družinový karneval – soutěže a hry v tělocvičně, diskotéka
- svátek sv. Valentýna – vyrábíme valentýnky
- výzdoba

Březen

Téma: **Jak se budí jaro**

- Měsíc knihy – pracujeme s knihou, pečujeme o knihy
- básničky o jaru
- jarní květiny
- zpěv písniček o jaru
- výstavka nejoblíbenějších knih
- luštění hádanek
- příroda se probouzí – změny v přírodě
- vycházky – pravidelně k Bělskému rybníku
- zvířata a jejich mláďata
- pošta – jakou cestu urazí balík nebo dopis
- Velikonoce – tradice, zvyky, zdobení vajíček, tvoření a pečení z vizovického těsta
- výzdoba

Duben

Téma: **Měsíc bezpečnosti**

- Měsíc bezpečnosti – jsme dobří chodci a cyklisté – zveme na návštěvu Policii ČR
- pravidla silničního provozu
- dopravní značky – značky v okolí školy, bydliště
- chodec a cyklista v dopravě
- dopravní situace – dopravní nehody
- bezpečnost a úraz – vlastní zkušenosti dětí s dopravou
- znám důležitá čísla – 150, 155, 158

- chování v dopravních prostředcích
- navštíví nás čarodějnice
- nebojíme se počítače
- vycházky do přírody – změny v různém ročním období, pravidelně k Bělskému rybníku
- návštěva hřiště – trénujeme na turnaje v míčových hrách
- výzdoba

Květen

Téma: **Moje rodina**

- chráníme přírodu
- vycházky – pravidelně k Bělskému rybníku
- Den matek – slavíme s maminkou, proč mám rád svoji maminku, jaká je moje maminka
- moje rodina
- společně sportujeme – turnaj ve fotbale, ve vybíjené, ve florbalu
- zahájení Družinové superstar
- výzdoba

Červen

Téma: **Prázdniny jsou za dveřmi**

- máme spoustu kamarádů
- poznáváme život u vody – závěr z pravidelných návštěv u Bělského rybníka
- zdravý životní styl
- vhodné využití volného času
- známá turistická místa u nás
- finále Družinové superstar
- závěrečné soutěže v bazénu
- bezpečný pohyb v přírodě – blíží se prázdniny
- 1. 6. – Den dětí – zábavné odpoledne na školním hřišti se spoustou soutěží a her
- vyhodnocení celoročních soutěží
- úklid školní družiny, rozloučení se školním rokem a pátáky

11. Informační systém

1. Informace o ŠMP – konzultace (E - ŽK, kabinet, webová stránka).
2. Pedagogický sbor – pedagogické porady, školní server, e-maily od ŠMP, individuálně.
3. Žáci – školní řád, webové stránky, parlament, třídnické hodiny.
4. Rodiče – třídní schůzky, webové stránky školy, konzultace,
 - zabezpečit informovanost rodičů o postojích školy k preventivní strategii a o možnostech intervence v případě nějakého provinění či problému ze strany jejich dítěte,
 - všechny akce na webových stránkách školy,
 - možnost obrátit se na školu prostřednictvím e-schránky na webových stránkách škol

12. Organizační opatření

1. Konzultační hodiny metodika prevence rizikového chování jsou vyvěšeny na nástěnce ve vestibulu školy i na dveřích kabinetu metodika prevence, rovněž jsou zveřejněny na školním webu.
2. Schránka důvěry umístěna ve vestibulu. Propagovat schránku důvěry a motivovat k jejímu využití především na třídnických hodinách a na schůzkách parlamentu. Schránku bude vybírat ŠMP 1x týdně.
3. V případě, že rodiče mají podezření, že je jejich dítěti ubližováno, mají možnost využít E – ŽK, (informace budou řešeny odborně a bezpečně).
4. Nástěnka k prevenci rizikového chování je umístěna ve vestibulu a v pavilonu B na chodbě naproti prostřednímu schodišti. Součástí nástěnek jsou důležitá telefonní čísla a webové stránky, informace o negativních jevech, články a fotografie lidí po použití drog.
5. S minimálním preventivním programem budou vyučující seznámeni na pedagogické radě.
6. Vyučující mají k dispozici odbornou literaturu, video, DVD, pracovní listy.
7. MPP je veřejným dokumentem

Závěr

Pro zdravé fungování každé společnosti jsou důležitá společně vytvořená a především dodržovaná pravidla, která jsou také velmi účinnou prevencí sociálně patologických jevů, zejména nekázně, záškoláctví, násilí a šikany. Na naší škole jsou proto vždy na začátku školního roku žáci seznámeni se školním řádem, s řády odborných učeben, čímž se snažíme předcházet pozdějším nedorozuměním.

Výukové či výchovné problémy se řeší přes třídní učitele, ředitele, zástupkyni, školního metodika prevence a výchovnou poradkyni.

Vždy jsou přizváni i rodiče žáka, protože se nám potvrdilo, že vzájemná spolupráce výraznou měrou přispívá ke školní úspěšnosti i k prevenci sociálně patologických jevů.

Poradenskou činnost i odbornou pomoc pro rodiče, děti i pedagogické pracovníky poskytuje poradenské centrum.

Na závěr si neodpustím připomenout, že nejúčinnější a nejlevnější prevencí je zdravá výchova dětí v rodině a ve škole. Míra úspěšnosti potom závisí na souladu mezi těmito dvěma institucemi.

Příloha č. 1

Program proti šikanování

Šikanování je nebezpečná forma násilí, která ohrožuje základní a vzdělávací cíle školy. V místech jejího výskytu dochází ke ztrátě pocitu bezpečí žáků, který je nezbytný pro harmonický rozvoj osobnosti. Může zůstat dlouho skrytá, u obětí může docházet k závažným psychickým traumatům s dlouhodobými následky.

Cílem programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí. Důležité je zaměřit se na oblast komunikace a vztahů mezi žáky ve třídách i v celé škole. Šikanování se může projevit v různých podobách a to (čerpáno z Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č.j. MSMT-21149/2016):

Přímá šikana může mít podobu fyzickou (např. bití, plivání, tahání za vlasy), verbální (např. vulgární nadávky, zraňující komentáře k rase, národnosti, etnicitě, náboženství nebo sexualitě, výhrůžky, násilné a manipulativní příkazy); nebo neverbální (např. urážlivá gesta a zvuky, zírání, používání zastrašujících nebo výhrůžných výrazů ve tváři, nebo v řeči těla, ničení/schovávání/kradení věcí nebo učebních pomůcek).

Nepřímá šikana má za cíl způsobit emocionální a psychologické utrpení a poškodit sociální status oběti. Tato šikana je vykonávána způsobem, kdy útočník působí bolest tak, aby to vypadalo, že žádný takový záměr ve skutečnosti nemá. Hlavní agresor k útoku často využívá prostředníka, neútočí přímo. Nepřímá šikana je většinou nefyzická, nicméně v některých případech může být také třetí strana manipulována do situace, kdy má zapříčinit fyzické ublížení. Nefyzické formy nepřímé šikany pak mohou zahrnovat záměrnou ignoraci nebo izolování žáka nebo učitele rozšiřování zákeřných pomluv a lží, neoprávněná nařčení ze sexuálního obtěžování nebo nespravedlivého hodnocení (u učitele), ničení pověsti a reputace, ponižování před ostatními žáky i pedagogy, nepříjemné sexuální provokace.

Jednou z nejčastějších forem šikany je také elektronická šikana, tj. kyberšikana, která může mít podobu např. zakládání falešných profilů na jméno žáka či učitele s dehonestujícím obsahem, prezentace ponižujících videí na portálech, jako je youtube.com, spoluzaci.cz nebo facebook.com apod., prezentace zraňujících komentářů na webu, rozesílání vulgárních nebo výhrůžných koláží s tváří žáka nebo učitele či příslušníků jeho rodiny, výhrůžné SMS nebo e-maily apod. Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana ze své podstaty mnohem větší dosah, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Pokud je oběť šikanována ve třídě, svědky pomluv, nadávek, posmívání a ztrapňování je max. několik desítek lidí. V prostředí internetu může být svědkem (ale i útočníkem) stejného chování i několik desítek tisíc lidí. Kyberšikana bývá u dětí školního věku často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Je tedy důležité při řešení prověřit případné souvislosti s klasickou šikanou. Tedy pokud probíhá klasická šikana (např. nadávky, ponižování), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat apod.) a naopak.

Základem je s žáky srozumitelně hovořit, ochotně řešit podstatné i zdánlivě nepodstatné problémy, pěstovat v žácích pocit důvěry k pedagogickým pracovníkům. Hlavní součástí programu je krizový plán, který eliminuje či minimalizuje škody v případě, že k šikanování ve školním prostředí dojde. Všichni pedagogové jsou seznámeni s jednotným postupem při řešení šikanování, provádějí prevenci v průběhu vyučování i mimo něj, v třídnických hodinách.

Přímé a nepřímé znaky šikanování

(citováno z Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č.j: MSMT-21149/2016)

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády;
- při týmových sportech bývá jedinec volen do družstva mezi posledními;
- při přestávkách vyhledává blízkost učitelů;
- má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený;
- působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči;
- stává se uzavřeným;
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje;
- jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené;
- zašpiněný nebo poškozený oděv;

- stále postrádá nějaké své věci;
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy;
- mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy;
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole;
- odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet; účet např. z důvodu etnicity, sexuální orientace, náboženského vyznání apod.;
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejm. pronášené nepřátelským, nenávisným, pohrdavým tónem;
- nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil;
- příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem;
- skutečnost, že se žák podřizuje ponižujícím a panovačným příkazům spolužáků;
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k nucení spoluúčasti na nich;
- honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je obět neoplácí;
- rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout;
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmouvání učitelům apod.

Zákonní zástupci žáků by si měli všimnout především těchto možných příznaků šikanování:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno i pozorovat strach.
- Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí dovoz či odvoz autem.
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad.
- Zmínky o možné sebevraždě.
- Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma.
- Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.).
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma více než mělo ve zvyku.

Stádia šikanování (Kolář 2011)

1. stádium: zrod ostrakismu Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

2. stádium: fyzická agrese a přitvrzování manipulace V zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity - například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese.

3. stádium (klíčový moment): vytvoření jádra Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro“. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nevhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“.

4. stádium: většina přijímá normy Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

5. stádium: totalita neboli dokonalá šikana Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Zvláštnosti u psychických šikan

U psychických šikan zůstává princip stadií nezměněn. Nicméně jejich podoba je jiná. V popředí je nepřímá a přímá verbální agrese čili psychické násilí. Často se zraňuje „jen“ slovem a izolací. Rozdíl je pouze v tom, že se nestupňuje násilí fyzické, ale psychické. Krutost psychického násilí si však v ničem nezadá s nejbrutálnější fyzickou agresí.

Šikana

Co je šikana a jak ji poznáte? Jak se zachovat a na koho se obrátit? Kdy škádlení přerůstá v šikanu? Odpovědi můžete nalézt také na těchto webových stránkách:

www.minimalizacesikany.cz

www.msmt.cz

- www.odrogách.cz
- www.drogy-info.cz
- www.sananim.cz (primární prevence, drogová poradna, tel. 283 872 186)
- www.e-bezpeci.cz
tel. 286 881 059
mobil: 774 089 181
- www.kybersikana.eu
- Telefonní a internetové linky
zejm. Linka bezpečí – bezplatná, lze volat z pevné linky i mobilních telefonů, tel.: 800 155 555
- Nenech to být. <https://nntb.cz/>, <http://www.rodicovskalinka.cz/>

Metodička prevence má (dle situace využívá) přehled o síti všech pracovišť poskytujících preventivní, poradenské a léčebné služby orientované na rizikové chování v Ústeckém kraji.

Příloha č. 2

Krizový plán – při zjištění šikany

První pomoc při počáteční šikaně:

Krizový scénář pro výbuch skupinového násilí při pokročilé šikaně:

1. odhad závažnosti a formy šikany;
2. rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi;
3. nalezení vhodných svědků;
4. individuální rozhovory se svědky (nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků a konfrontace oběti s agresory);
5. ochrana oběti;
6. předběžné vyhodnocení a volba ze dvou typů rozhovoru: a) rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření); b) rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku);
7. realizace vhodné metody: a) metoda usmíření; b) metoda vnějšího nátlaku (výchovní pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);
8. třídní hodina: a) efekt metody usmíření; b) oznámení potrestání agresorů;
9. rozhovor s rodiči oběti;
10. třídní schůzka;
11. práce s celou třídou.

A. První (alarmující) kroky pomoci

1. zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
2. bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí

B. Příprava podmínek pro vyšetřování

3. zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy;
4. zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
5. pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
6. oznámení na policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování, informace rodičům

C. Vyšetřování

7. rozhovor s obětí a informátory;
8. nalezení nejslabších článků, nespolupracujících svědků;
9. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
10. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi)

D. Náprava

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

Výchovná opatření:

Doporučuje se dále pracovat s agresorem (jeho náhled na vlastní chování, motivy, rodinné prostředí). V případě potřeby mu zprostředkovat péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

Pro potrestání agresorů lze užít i následující běžná výchovná opatření:

- Napomenutí a důtka třídního učitele
- Důtka ředitele školy
- Snížený stupeň z chování

V mimořádných případech se užijí další opatření:

Ředitel školy a výchovný poradce doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místně příslušném diagnostickém ústavu. Ředitel školy podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.

Příloha č. 3

Klíč pro komunikaci s osobou s autismem

Toto stručné vodítko si neklade žádné nároky na úplnost ani na univerzálnost. Bez ohledu na to, že se vyplatí dodržovat určitá obecná pravidla, jsou lidé s autismem charakterově stejně pestří jako kdokoli jiný a nikdy nebude existovat žádný soubor pravidel, uplatnitelný na všechny bez rozdílu.

Osoby s autismem a především s Aspergerovým syndromem lze do jisté míry rozlišovat podle toho, jak reagují na situaci, kdy se stanou neobratní v pro ně nesrozumitelných společenských situacích: zatímco aktivní subtyp se spíše začne projevovat a vyjadřovat emotivně a někdy až provokativně, aby svou neobratnost skryl za toto jednání, pasivní subtyp spíše přeruší jakoukoli komunikaci a projevy omezí spíše na pláč nebo odmítání dalšího kontaktu.

Oba subtypy mají tendenci se v takové situaci uchýlovat ke stimulacím (kývání, hraní si s prsty, stereotypní pohyby); tyto stimuly doporučujeme ignorovat – člověku s autismem pomáhají udržet si psychickou rovnováhu. Následující body se týkají situací, kdy se lidé s autismem ocitnou v potížích a podlehnou panice – potom je obzvláště důležité pamatovat na zdánlivé drobnosti, které mohou rozhodnout mezi úspěšným zvládnutím či totálním selháním na obou stranách ...

Neberte tedy prosím tato pravidla jako univerzální klíč, vezte však, že osvojíte-li si tato pravidla pro chvíli nouze, velmi vám pomohou i v běžných životních situacích, kdy se dostáváte s lidmi s autismem do styku.

1) JEDNEJ PŘEDVÍDATELNĚ. Vyvarujte se situací, kdy se například – byť s těmi nejlepšími úmysly – dotknete ramene člověka s autismem, aniž by předem viděl, že se tak chystáte učinit. Řada z nich jsou velmi citliví na hmatové podněty, a když je takový člověk v úzkých, velmi ho to vyleká.

2) PLÁNUJ. Rozhodně se vyplatí, když předem popíšete, co se bude dít (například „Teď si promluvíme o tom, co se vám přihodilo a potom si půjdete odpočinout.“). Člověku s autismem to velmi pomůže v orientaci a snáze přečká i nepříjemný rozhovor.

3) NEKŘIČ. Nikdy na člověka s autismem nekřičte ani nezvyšujte hlas, to bude mít za následek jen to, že se tím zablokuje další komunikace a dokonce ho to může uvrhnout do autistické krize (dekompenzace a ztráta orientace) – během ní komunikace nemůže pokračovat. Může vadit i silnější hlas, protože mnoho lidí s autismem má mnohem citlivější sluch, než si dokážete představit; někdy proto také pomůže, když mluvíte úmyslně potichu.

4) PTEJ SE JASNĚ. Snažte se formulovat otázky tak, aby byly jednoznačné a spíše uzavřeného typu (umožňující jen jednu ze dvou odpovědí, například ANO / NE). Otázka „Jak jste na tom?“ je nesrozumitelná, protože se může teoreticky týkat mnoha různých témat, zatímco otázka „Máte nějaký problém?“ nebo „Bolí vás něco?“ je jasná a srozumitelná otázka uzavřeného typu. Nečekejte ale jako odpověď vyprávění životního příběhu – čekejte jen „Ano“ nebo „Ne“. Pečlivě se vyvarujte kladení několika otázek najednou, protože zatímco vy budete registrovat většinou jen svou poslední otázku, člověk s autismem vám – byť jednoslovně – zodpoví všechny v pořadí, v jakém jste je položili, vy však budete obtížně odpovídat k otázkám přiřazovat.

5) MLUV JEDNODUŠE. Nepokoušejte se oslnit člověka s autismem svou slovní zásobou a znalostí cizích slov; jednak je možné, že jich bude znát podstatně více než vy a jednak ve chvíli, kdy se ocitl v tísní, může být pro něj velmi náročné se soustředit na to, co někdo jiný říká. Proto je lepší mluvit spíše v kratších větách, než v květnatých souvětích a předat sdělení srozumitelně a bez odbíhání od tématu. Vyvarujte se řečnických otázek („Co si myslíš, že děláš?“ a nedivte se, pokud na ně bude odpovídat – nejde o provokaci, jen se snaží být přesný),

příměrů („Koukáš jako súva z nudlí“ a nedivte se, pokud začne popisovat odlišnosti – nejde o provokaci, jen se snaží být přesný) a nadsázky, ironie či sarkasmu („To se ti tedy povedlo“ a nedivte se, pokud reaguje vlastním prohlášením – nejde o provokaci, jen se snaží být přesný).

6) BUĎ TRPĚLIVÝ. Pokud člověk s autismem neodpovídá na otázku nebo nereaguje na vyřčené, nemusí to znamenat, že odpovědět nechce. Pokud se dlouze rozmýšlí, pak uvažujte o pravidlech 2) a 3). Pokud nerozumí, nemusí být v tu chvíli schopen to sdělit, ale na uzavřenou otázku „Rozuměl/a jste mi?“ odpoví. Jestliže člověku s autismem odpověď chvíli trvá (viz pravidlo 5), rozhodně nepomůže ho pobízet a upomínat – to je naopak jeden z nejistějších způsobů, jak komunikaci zpomalit.

7) ROZUMĚT A VĚDĚT. Pokud rozumí a přesto se nevyjadřuje, pak je velmi pravděpodobné, že si prostě v panice nedokáže rozmyslet odpověď. Zvenčí to není vidět, ale v panice či v autistické krizi často na jeho mysl útočí stovky obrazů, myšlenek, slov a vjemů každou vteřinu a v tu chvíli je velmi obtížné poslouchat druhé a soustředit se na vlastní myšlení. Nebojte se například zopakovat otázku, přestože byla srozumitelná – člověku s autismem to pomůže se soustředit na její smysl i na vlastní následné myšlenky. Určitě neuškodí pokusit se změnit formulaci – možná reakci zbrzdila jen nějaká asociace pro tazatele nečekaná, ale pro člověka s autismem logická.

8) JAKÝ JE DEN? Člověk s autismem, procházející autistickou krizí, může přechodně ztratit přístup ke krátkodobé a střednědobé paměti. Tento stav trvá nejvýše desítky minut a velmi pomáhá popsat, co se vše stalo například za poslední hodiny nebo dny. Zároveň může mít tento člověk s autismem výrazně zhoršenou orientaci v prostoru – pokud s ním potřebujete někam dojít a vidíte, že váhá a tápe, tak ho buď vedte, nebo mu popisujte cestu, přestože jí jinak dobře zná.

9) OMEZUJ POHLED DO OČÍ. Toto pravidlo sice radí přesný opak toho, co doporučují mnohé knihy, ale pokud se chcete s lidmi s autismem domluvit, dodržujte ho. Každý pohled do očí a zejména navázání očního kontaktu může vyvolat v člověku s autismem nejistotu nebo i paniku, což může komunikaci na nějakou dobu zcela přerušit nebo zbrzdit.

10) DEJ NAJEVO POCHOPENÍ. Dokonce i tehdy, kdy vám nejsou motivy člověka s autismem jasné, rozhodně neproděláte, když vyjádříte alespoň účast. Vyvarujte se však frází, protože když řeknete „Já vám rozumím“ a onen člověk je si vědom toho, že tomu tak není, klidně to i popře, protože obecné vyjádření účasti je sociální funkce a té nemusí rozumět. Ale když řeknete například „Chci vám pomoci“, je to pravda a je to jasné. Pro vás to bude téměř totožné, pro onoho člověka nikoli. Lidé s autismem jsou často citliví a osamělí, přes svá omezení dovedou některé věci lépe než ostatní, proto vás vyzýváme: neberte jim důstojnost a věnujte jim pozornost, už tím pro ně vykonáte mnoho.

Adventor o.s. - www.adventor.org

Naděje pro Autismus - www.nadejeproautismus.cz

Za sklem o. s. - www.zasklem.com

Příloha č. 4

INFORMACE PRO PEDAGOGY - CO DĚLAT, KDYŽ...

zpracováno dle metodického doporučení 21291/2010-28 a jeho jednotlivých příloh:

Co dělat, když – intervence pedagoga

v těchto situacích vždy informuji MP, VP (ti to oznámí řediteli školy), sepiši stručný záznam události

1. tabákové výrobky (žák přistižen při konzumaci tabákových výrobků v prostorách školy)

- zabránit další konzumaci
- sepsat stručný zápis
- postupovat dle školního řádu
- v případě porušení zákazu kouření tř.učitel informuje zák. zástupce

2. alkohol (konzumace)

- alkohol je třeba žákovi odebrat
- je-li žák ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci.
- jestliže akutní nebezpečí nehrozí, postupuje pedagogický pracovník podle školního řádu školy
- žák není schopný pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce, není-li k dispozici, pak orgán sociálně právní ochrany dítěte

alkohol (nález ve škole)

- nálezu ihned uvědomit vedení školy, netestovat složení
- nalezenou tekutinu uložit u vedení školy pro případ usvědčujícího důkazu.
- zpracovat stručný záznam o události.

3. návykové látky (konzumace)

- návykovou látku je třeba žákovi odebrat
- sepsat stručný záznam s vyjádřením žáka
- záznam založí školní metodik prevence do své agendy a vyrozumí vedení školy
- je-li žák ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci.
- Jestliže akutní nebezpečí nehrozí, postupuje pedagogický pracovník podle školního řádu školy
- žák není schopný pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce, není-li k dispozici, pak orgán sociálně právní ochrany dítěte

návykové látky (distribuce)

- distribuce a přechovávání NL je vždy protiprávním jednáním
- při důvodném podezření škola vždy vyrozumět místně příslušné oddělení Policie ČR návykové látky (nález)
- látku nepodrobují žádnému testu
- ihned uvědomí vedení školy spolu s písemným záznamem
- vyrozumí Policii ČR
- u každého podezření o výskytu daného jevu musí být vždy informován ředitel školy /šk. zařízení
- při podezření - rozhovor s rodiči
- kontaktovat odborníky

sexuální zneužívání - dozvím se to přímo od dítěte

- dozvím se – oznámím řediteli – kontaktujeme policii a OSPOD - dozvím se to od prostředníka
- zhodnotit situaci ze svého pozorování (změny chování)
- možnost rozhovoru s dítětem
- při nejistotě kontaktovat OSPOD

5. šikana, kyberšikana

- odhad závažnosti
- rozhovor s informátory a oběťmi
- nalezení vhodných svědků
- individuální, případně i konfrontační rozhovory se svědky
- ochrana oběti
- rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi

6. vandalismus

- informovat ředitele školy, možno kontaktovat Policii ČR, OSPOD, PPP...

7. záškoláctví

- informovat ředitele školy
- informovat MP, VP, ti zajistí spolupráci s OSPODem

8. násilí

- jakmile se žák začne chovat agresivně, je zřejmé, že je rozrušený, okamžitě se s ním přestaňte dohadovat. Snižte hlas do klidnější polohy, mluvejte spisovně, jasně a snažte se hovor ukončit nějak neutrálně, např: „Nechme to být, možná jsem to přesně nepochopil.“
- když se stanete svědkem rvačky, zasahujte až ve chvíli, kdy se účastníci trochu unaví. Jinak můžete přijít také ke zranění .
- když už je po bouři a aktéři na sebe jen něco pokřikují a nadávají si, moc se do toho nepleťte, to patří k věci
- během následného vyšetřování buďte věcní. Bývají-li odpovědi na otázku PROČ ve smyslu: „Já mu řekl a on mi na to řekl...., Řekl o mojí mámě....., Von si začal....“ apod., a nezdá se, že by šlo o následky dlouhodobé systematické agrese, nechte to být. Omezte se na stručné vysvětlení, že problémy se dají řešit i jinak.

-o události proveďte zápis.

- soustřeďte se hlavně na případná zranění a jejich ošetření

9. krádeže

- o krádeži a jejím šetření proveďte záznam, ze kterého budou jasně vyplývat všechny důležité skutečnosti: kdo – kdy – kde – jak – proč – čím.....
- zákonné zástupce zloděje vyrozumívejte vždy až poté, kdy budete přesně znát příčiny, které dítě k takovému chování vedly
- jestliže se jedná o škodu většího rozsahu, vyrozumívejte Policii ČR
- ohlášení rodičům: - Rodičům poškozeného vždy ihned, rodičům zloděje rovněž vždy, nicméně mělo by tomu předcházet precizní zjištění příčin.
- v případech, kdy se jedná o opakované jednání a výchovná a další opatření, která zvolila škola, neměla žádný účinek, nahlásit OSPODu

10. sebepoškozování

- kontaktujeme rodiče, smažeme se o dlouhodobou spolupráci.
- předáme dítě do péče školního psychologa.
- motivujeme rodiče k návštěvě specialisty.
- posoudíme aktuální riziko, v případě závažného rizika odešleme dítě i přes případný nesouhlas rodičů do spádového psychiatrického zařízení

Příloha č. 5

INFORMACE PRO RODIČE

CO DĚLAT, KDYŽ ...

Šikana

Šikanování je mimořádně nebezpečná forma násilí, která ohrožuje základní výchovné a vzdělávací cíle školy. Dochází ke ztrátě pocitu bezpečí žáků, jenž je nezbytný pro harmonický rozvoj osobnosti a efektivní výuku. Na rozdíl od jiných druhů násilí je šikana zvláště zákeřná, protože často zůstává dlouho skrytá. Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrožit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje též útoky pomocí e-mailů, sms zpráv, vyvěšování urážlivých materiálů na internetové stránky apod. Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v dlouhodobosti.

Co může napovědět?

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by se telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat strach. Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem.
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objeví výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčitě bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Svě zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

Na koho se ve škole mohu obrátit?

- na třídního učitele, či jakéhokoli jiného pedagoga
- na výchovného poradce
- na metodika prevence
- vhodit podepsané oznámení do schránky důvěry

Co se bude dít:

Po oznámení podezření na šikanu přikročí metodik prevence ve spolupráci s výchovným poradcem, třídním učitelem, vedením školy, popř. PPP k sociometrickému průzkumu třídy. Po jeho vyhodnocení budou probíhat rozhovory s vytipovanými žáky, budeme sbírat informace o dění ve třídě.

Prokáže-li se šikana, pak budou bezodkladně informováni rodiče (jak obětí, tak agresorů), bude uděleno kázeňské opatření (ve shodě se školním řádem).

V následujících několika týdnech bude metodik prevence, popř. pracovník PPP či neziskové organizace pracovat se třídou na nápravě sociálních vztahů.

Prokáže-li se, že je šikana ve stádiu, ve kterém již škola reálně nemůže danou situaci zvládnout, kontaktuje metodik prevence či výchovný poradce odborníky v PPP, v případě potřeby též pracovníky OSPODu, či Policii ČR.

Odborníci, krizové linky, neziskové organizace:

- Linka bezpečí: 116 111
- Rodičovská linka: 840 111 234
- internetová linka: pomoc@linkabezpečí.cz

Internetové bezpečí, zabezpečení stránek na sociálních sítích

- www.pomoconline.cz
- www.saferinternet.cz

Drogová problematika

V současné době stále více dětí experimentuje s drogou, ať už tím míníme alkohol, tabák, marihuanu či jiné návykové látky. Jestliže byste měli podezření, že Vaše dítě s návykovými látkami experimentuje, či jen chtěli získat více informací o těchto látkách, legislativě, můžete se obrátit:

- ve škole na metodika prevence
- na tyto internetové stránky: www.drogy-info.cz,
www.odrogach.cz
www.drogovaporadna.cz

www.poradenskecentrum.cz - na těchto internetových stránkách najdete odpovědi na otázky Co dělat když dítě... bere drogy, hraje o peníze, hraje na počítači, je šikanováno. Jedná se o stránky Poradenského centra pro drogové a jiné závislosti v Brně.

Telefonní čísla na krizové linky, informace o chatech a webech najdete Vy i Vaše děti na webových stránkách školy (v Minimálním preventivním programu).
Součástí je též krizový plán školy.

Příloha č. 6

Preventivní program - školní neúspěšnost

1. Charakteristika školní neúspěšnosti

Školní neúspěšnost je z hlediska pedagogicko-psychologického a socio-pedagogického chápána jako selhávání nezletilého v podmínkách školního edukačního programu nejen špatným prospěchem, ale také vytvářením negativních psychických postojů a emočních stavů ve vztahu k vlastnímu učení, ke vzdělávání, k učitelům a obecně ke škole. Nejedná se pouze o špatný prospěch, ale rovněž o vytváření negativních psychických postojů a emočních stavů k vlastnímu učení, vzdělávání, učitelům a škole obecně. Bývá důsledkem nevyváženosti ve vývoji osobnosti žáků, v jejich výkonnosti, motivaci, volných vlastnostech a v neposlední řadě také v rodinném prostředí. Neprospěch je téměř vždy způsoben souborem mnoha příčin, které je třeba včas rozkrýt a přijmout účinná opatření směřující k nápravě. Podpora školního úspěchu vychází zejména z atmosféry školy, ve které je podporováno učení každého žáka, tedy dobrými mezilidskými vztahy jak mezi žáky, tak mezi žáky a pedagogy.

Strategie předcházení školní neúspěšnosti vychází z vyhlášky č. 27/2016 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, v platném znění a jejím cílem je vyhledávání potencionálně neúspěšných žáků a vytváření podmínek ke zlepšení jejich školní úspěšnosti.

*§ 7 (3) Škola zpracovává a uskutečňuje program poradenských služeb ve škole, který zahrnuje popis a vymezení rozsahu činností pedagogických pracovníků uvedených v odstavci 1, **preventivní program školy včetně strategie předcházení školní neúspěšnosti**, šikaně a dalším projevům rizikového chování.*

Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních

Strategie reaguje také na kritéria hodnocení podmínek, průběhu a výsledků vzdělávání České školní inspekce pro školní rok 2022/2023:

5. Vzdělávací výsledky žáků

5.4 Škola sleduje a vyhodnocuje úspěšnost žáků v průběhu, při ukončování vzdělávání a v dalším vzdělávání či profesní dráze a aktivně s výsledky pracuje v zájmu zkvalitnění vzdělávání.

Popis kritéria

*Škola efektivně **vyhodnocuje úspěšnost žáků** v průběhu a ukončování jejich vzdělávání na všech úrovních řízení pedagogického procesu, umí doložit procesy a výsledky tohoto hodnocení **a dokáže zpracovat opatření, která vedou ke zkvalitňování procesu hodnocení úspěšnosti žáků**. S výsledky hodnocení cíleně pracují pedagogové i vedení školy, **jejich činnosti a opatření zkvalitňují vzdělávání žáků a snižují jejich neúspěšnost**.*

2. Faktory školní neúspěšnosti

Školní neúspěšnost je vymezena řadou faktorů, především osobností a zdravotním stavem nezletilého, dále rodinným a mimoškolním prostředím a výchovně vzdělávacím procesem ve škole. Při řešení školní neúspěšnosti je nezbytná spolupráce školy, dalších odborníků, rodiny a samotného žáka. Podpora rodiny je v tomto procesu nenahraditelná i s ohledem na volbu budoucího povolání a budoucí život.

Jedná se o tyto faktory:

- osobnost dítěte - snížená inteligence, poruchy učení, nedostatečná paměť, emoční labilita, nízká odolnost vůči zátěži,
- poruchy chování, PAS,
- zdravotní problémy žáka - dlouhodobá absence,
- vysoká absence,
- změna ŠVP v důsledku přestěhování, přechodu na jinou školu,
- nepodnětné rodinné prostředí, střídavá péče,
- rodinné prostředí s nezájmem o školu a školní dění, nezájmem rodičů o spolupráci se školou,
- nadměrně ochranné rodinné prostředí,
- dítě ohrožené sociálně nežádoucími jevy (zhoršená rodinná situace, šikana, domácí násilí, problémy ve vztazích v rodině nebo ve škole, ve třídě, ve vztahu s učitelem), ohrožení sociálně patologickými jevy,
- dítě – cizinec.

3. Žák je ohrožen školní neúspěšností, když

- na konci pololetí z některých předmětů neprospěl, nebo je z některých předmětů nehodnocen,
- dlouhodobě neplní zadané úkoly,
- svým chováním soustavně porušuje školní řád a jsou vůči němu uplatňována výchovná opatření,
- jeho příprava není systematická.

4. Doprovodné projevy při školní neúspěšnosti

- neurotické příznaky – bolesti hlavy, břicha, nechutenství, zvracení, tiky, školní fobie,
- poruchy chování – zvýšená absence v některém předmětu, nebo celková absence, záškoláctví,
- obranné mechanismy – ztráta motivace, pocit méněcennosti, fantazie, regrese.

5. Přecházení školní neúspěšnosti

- klást na dítě přiměřené nároky,
- dbát na jeho pravidelnou docházku do školy, důsledně kontrolovat splnění zadaných úkolů,
- zdůrazňovat jeho pozitivní stránky,
- oceňovat jeho jedinečnost,
- umožňovat žákům vyslovovat vlastní názory,
- podporovat aktivitu žáků, dát mu příležitost zažít úspěch,
- motivovat žáky, rozebírat s ním jeho úspěchy,
- vyhýbat se negativnímu srovnávání,
- věnovat pozornost rodinnému zázemí žáka.

6. Pravidla pro řešení školní neúspěšnosti

Včasné podchycení žákových potíží jednotlivými vyučujícími, ti zejména vyhodnotí, zda jde o ojedinělý výpadek, nebo trvalejší problém, v takovém případě o neúspěšnosti informují rodiče žáka a třídního učitele.

Třídní učitel ověří, zda jde o problém spojený jen s jedním vyučovacím předmětem, nebo zda se týká více vyučovacích předmětů, případně i ve spojení s výchovnými problémy.

Podle závažnosti problému třídní učitel kontaktuje rodiče, nabídne osobní jednání s jednotlivými vyučujícími, případně s výchovným poradcem, metodikem prevence rizikového chování, školním psychologem či dalšími členy školního poradenského pracoviště. Kromě individuálních pohovorů je možné svolat jednání výchovné komise. O jednáních se vedou písemné záznamy, které vždy obsahují doporučení školy vůči rodičům a postoj rodičů k nim (individuální doučování, vyšetření v PPP, apod.).

Je uplatňován třístupňový model péče

1. Individuální pomoc vyučujícího v rámci běžné výuky.
2. Zapojení školního poradenského pracoviště.
3. Zapojení školského poradenského zařízení (PPP/SPC).

Základem účinného řešení školní neúspěšnosti je správné rozpoznání příčin, viz výše uvedené faktory.

Vedení školy vyhodnocuje, zda ke zvýšené neúspěšnosti nedochází jen u některých vyučovacích předmětů, nebo jen u některých vyučujících. Na toto téma případně zaměřuje svoji kontrolní a hospitační činnost, zajišťuje zpětnou vazbu od rodičů žáků (evaluační dotazníky).

Na základě této diagnostiky se stanoví možná opatření:

- zvýšená motivace žáka k učení – důraz na pozitivní hodnocení, stanovení přiměřeného rozsahu učiva, podpůrné pomůcky (přehledy), využití pomoci spolužáků, podpůrné aktivity – oznamování termínů písemných prací a zkoušení, slovní hodnocení,
- zajišťování vhodných pomůcek vzhledem k odlišným stylům učení (preference vizuálního, nebo audio vnímání),
- žáci jsou seznamováni s možnými styly učení a učí se vědomě používat styl pro něj nejvýhodnější,
- individuální konzultace, doučování, kompenzace nedostatků pomocí speciálně pedagogických postupů (PLPP, spolupráce s PPP, SPC),
- pomoc při začleňování žáka do třídního kolektivu,
- stanovení přiměřeného rozsahu učiva,
- práce zadaná pro domácí přípravu odpovídá žakovým vzdělávacím možnostem,
- sestavení plánu pedagogické podpory,
- zvýšená práce pedagogů s kolektivem třídy, náprava narušeného klimatu třídy,
- vzdělávání podle individuálního vzdělávacího plánu,
- včasné informování rodičů o mimořádném zhoršení prospěchu žáka, tak, aby se zvýšenou péčí mohlo zabránit zhoršení souhrnné klasifikace žáka na konci každého pololetí,
- u žáků, jejichž neúspěšnost souvisí spíše se sociálním znevýhodněním, konzultovat situaci s OSPOD.

Škola průběžně vyhodnocuje úspěšnost těchto opatření, dlouhodobě sleduje žáky s riziky neúspěšnosti, poskytuje jim pomoc k jejímu překonání, zohledňuje vnější prostředí ovlivňující výsledky žáků, přijímá případná opatření k zamezení rizikového chování.

Na jednání pedagogických rad, předmětových komisí a metodických sdružení je vyhodnocována situace vzdělávání žáků ohrožených školní neúspěšností.

Škola si v prevenci stanovuje dlouhodobé cíle

- vytváření kvalitního prostředí ve třídách a škole,
- trvalé sledování a vyhodnocování této problematiky, poskytování informací o úspěšných i neúspěšných řešeních,
- v rámci DVPP rozvíjet klíčové dovednosti pedagogů pro tuto oblast,
- je poskytována nabídka pomoci pro žáky, kteří potřebují řešit subjektivně náročné životní situace,
- školní poradenské zařízení vytváří a aktualizuje strategii prevence školní neúspěšnosti, seznamuje s ní pedagogy školy a vyhodnocuje její účinnost.

Příloha č. 7

Strategie předcházení školní neúspěšnosti

Strategie předcházení školní neúspěšnosti vychází z vyhlášky č. 27/2016 sb.

S žáky ohroženými školní neúspěšností může pracovat výchovná poradkyně, metodik prevence a kterýkoli pedagogický pracovník. Ve spolupráci s třídními učiteli a vyučujícími jednotlivých předmětů zajišťuje žákům s SPU poskytování doporučených podpůrných opatření. Třídní učitelé vyhodnocují prospěch žáků ve třídě, u neprospívajících zjišťují příčinu neúspěchu. Vyhodnocují příčinu zhoršení prospěchu a v případě potřeby je vypracován Plán pedagogické podpory.

Neúspěchem ve škole mohou být ohroženi:

- děti se speciálně vzdělávacími potřebami
- děti, které nastoupily do školy
- žáci, kteří přestoupili na 2. stupeň ZŠ
- žáci, kteří přešli z jiné ZŠ
- žáci, kteří jsou nemocní a mají dlouhodobou absenci
- žáci, u kterých nastala změna rodinné situace
- žáci, kteří neovládají český jazyk jako rodný jazyk a nástroj výuky

Neúspěch ve škole se může projevit neprospěchem, závadovým chováním – porušováním školního řádu, záškoláctvím, problematickým postavením v třídním kolektivu.

Na pedagogické radě školy je vyhodnocována situace ve vzdělávání žáků ohrožených školním neúspěchem a všichni jsou s ní seznámeni.

V případě zhoršení školního prospěchu jsou neprodleně informováni rodiče prostřednictvím třídních učitelů. Výchovný poradce spolu s třídním učitelem a vyučujícím daného předmětu projedná na schůzce ve škole se zákonnými zástupci neprospívajícího žáka jeho studijní výsledky a navrhne možnosti řešení. V případě potřeby či zájmu je nabídnuto neprospívajícímu žákovi a jeho zákonným zástupcům zprostředkování spolupráce s odborníky z PPP a SVP.

Úspěšnost ve škole je podmíněna mnoha faktory. Úspěch žáka ve škole nezávisí jenom na jeho schopnostech, ale i na jeho sebehodnocení a míře sebedůvěry.

Problémy žáka ve vyučovací hodině

- nerozumí výkladu
- neumí pracovat s učebnicemi a jinými texty
- nestíhá zapisovat podle výkladu
- nedokáže určit, co je podstatné
- neumí se soustředit
- opakovaně je v práci vyrušován spolužáky

Problémy s domácí přípravou

K problémům s domácí přípravou vede nejčastěji:

- slabá vůle (nedokáže se přinutit k domácí přípravě)
- nedostatek návyků pro samostudium (neumí vybrat důležité, učí se z paměti bez pochopení látky, nezvládá větší celky, nemá vytvořený systém učení)
- neví, kdy se učit, aby učení bylo efektivní
- problémy komunikace s vyučujícím
- strach z vyučujícího
- obava sdělit, že něčemu nerozumí
- neznalost pravidel konzultací s vyučujícím problémového předmětu
- nejeví zájem o výuku, v hodině nepracuje, nechce pracovat a rozptyluje svoje spolužáky – odmítá nabízenou pomoc vyučujících

Ostatní problémy negativně ovlivňující studium

- dlouhodobé zdravotní problémy
- změna bydliště, dojíždění
- problémy v rodině (rozchod rodičů, úmrtí jednoho z rodičů, špatná ekonomická situace rodiny)
- stres z neprospěchu
- útoky před problémy
- problémy v sociálním prostředí vrstevníků

Formy práce s neúspěšnými žáky

Pro úspěšnost programu jsou podstatné především formy a metody práce využívané učitelem, ke kterým zejména patří:

- snažíme se problém zachytit co nejdříve a odhalit příčiny neúspěšnosti
- úzce spolupracujeme s PPP, SPC a rodiči
- pomáháme rodičům zajistit nejrůznější odborná vyšetření
- uplatňujeme individuální přístup k žákům, respektujeme jejich individuální tempo a posilujeme motivaci žáků
- nabízíme žákům individuální konzultace po vyučování nebo před vyučováním, možnost konzultací
- pro zjišťování úrovně vědomostí a dovedností žáků volíme takové formy a druhy zkoušení, které odpovídají schopnostem žáka a posilují pozitivní motivaci
- v hodnocení se zaměřujeme na pozitivní výkony žáka, a tím podporujeme jeho pozitivní motivaci k učení
- zadáváme pravidelné úkoly vycházející ze stanoveného obsahu učiva – zadání práce pro domácí přípravu učiva
- užíváme podpůrných aktivit – oznámení písemné práce, stanovení termínu zkoušení z konkrétního učiva, umožnění opakovaného opravného pokusu
- používání podpůrných pomůcek při samostatné práci – přehledy, tabulky, kalkulačky – dle charakteru předmětu, které pomohou žákovi lépe se orientovat v učivu
- jednostranně nezdůrazňujeme nedostatky a chyby žáka

Nástroje na koordinaci péče o žáky se ŠPZ

- **Plán pedagogické podpory**
 - vzniká z iniciativy učitele jednotlivých předmětů, může mít omezenou platnost nebo může být využíván po delší časové období, musí být pravidelně vyhodnocován, má ho u sebe vyučující, který PLPP tvořil
- **Individuální vzdělávací plán**
 - podpůrné opatření v rámci 2. – 5. stupně, tvoříme ho na základě doporučení ŠPZ, po podpisu informovaného souhlasu a podání žádosti zákonným zástupcem
- **Předmět speciálně pedagogické péče nebo pedagogická intervence**
 - zařazení žáka do skupiny jen na základě doporučení ŠPZ, náplň je dána v doporučení
- **Asistent pedagoga**
 - personální podpora je vždy daná doporučením ŠPZ
- **Doporučení ze ŠPZ**
 - vyučující jsou seznámeni s doporučením pro daného žáka

Nástup žáka do školy

oblast prevence

- co nejdelší dobrá motivace – zažívání příjemných věcí a úspěchu
- hodnocení žáků vzhledem k jejich osobnímu pokroku, nesrovnávat s nastavenou laťkou, každé dítě je na školu jinak připraveno
- pokud dítě začne selhávat, je třeba co nejdříve zjistit, proč selhává a podpořit ho
- Spolupráce s okolními MŠ – již několik let na škole probíhají setkání budoucích prvňáků - adaptace na školní prostředí, docvičení potřebných dovedností, vyvrcholením spolupráce je Zahradní slavnost
- komunikace s rodiči – rodičům je nutné vše vysvětlit, komunikovat s nimi

oblast intervence

- pokud dítě začne selhávat, je nutné upravit vyučovací metody
- všechny postupy je vhodné vysvětlit rodičům, aby mohli podobně přistupovat k dětem doma při přípravě na vyučování – zacílení na konkrétní problém
- pokud ale dítě výrazně selhává – nutná přesná diagnostika příčin problému – konzultace se školním psychologem, vyšetření v PPP, SPC

Přestup žáka na druhý stupeň

- dopřát čas na adaptaci
- komunikace mezi učiteli - 1. a 2. stupeň – předávání zkušeností, jak žáci pracovali, jaká byla pravidla hodnocení, jak se řešili různé problémové situace
- adaptační bloky – vždy na začátku září, učitel své žáky lépe pozná, společně zažijí něco příjemného, což podpoří vzájemnou důvěru

Změna školy

- změna školy znamená změnu školního vzdělávacího programu – soulad musí zajistit vyučující
- neznámá to, že je povinností učitelů žáka vše doučit (za změnu školy je odpovědný rodič), ale je vhodné žákovi vytvořit podpůrnou síť – komunikace učitel – rodič – žák – informovanost, jak žák zvládá adaptaci atd.

Nemoc, zvýšená omluvená absence

- při dlouhodobé nemoci je třeba s rodinou žáka úzce spolupracovat, zajistit doplňování učiva, ulehčit návrat žáka po nemoci do školy - plán doplnění učiva a přezkoušení
- sledovat absenci žáka – zda krátkodobé absence z důvodu návštěvy lékaře, nevolností, rodinných důvodů, nejsou pravidelné v době, kdy se píše prověrka, kdy má být žák zkoušen, zda se nejedná o konkrétní dny v týdnu

Změna situace v rodině

- můžeme pomoci, pokud dobře známe situaci, pokud je dobré klima a vzájemná důvěra
- sledujeme nejen velmi slabé žáky, ale také ty, kteří se výrazně zhoršili, začali být vůči plnění školních povinností apatičtí, zhoršilo se chování – nutné vždy řešit – osobní schůzka
- rodiči v případě potřeby doporučit odbornou pomoc – např. školního psychologa ve škole nebo mimo školu

Špatná sociální situace

- podat žákovi pomoc a podporu
- ohlídat, aby se dítě nestalo terčem posměchu
- řešit problém s rodiči
- v případě přetrvávajících problémů kontaktovat příslušný OSPOD
- nabídka spolupráce s neziskovými organizacemi

Závadové chování, záškoláctví

- porušení školního řádu nepřehlížet
- pokud nepomůže prevence, závadové chování řešit v souladu se školním řádem
- důsledné řešení zvýšené omluvené absence

CO DĚLAT, KDYŽ – INTERVENCE PEDAGOGA
Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept

Příloha č. 16
Sebepoškozování

Autor: MUDr. Andrea Platznerová

Typ rizikového chování	<p>Sebepoškozování (automutilace, selfharm) je komplexní autoagresivní chování, které na rozdíl od sebevraždy nemá fatální následky a které lze nejlépe chápat jako nezralou, maladaptivní odpověď na akutní anebo chronický stres, nezvladatelné emoce či myšlenkové pochody. Přestože člověk neznalý problematiky může sebepoškození lehce vnímat jako pokus o sebevraždu, smrt při sebepoškozujícím aktu na rozdíl od sebevražedného pokusu není v naprosté většině případů motivem a cílem jednání (ač je ve skupině poškozujících se dětí a mladistvých statisticky osmkrát vyšší výskyt sebevražd než v běžné populaci).</p> <p>Za patologické sebepoškození se obecně nepovažuje poranění, které je v dané kultuře tolerované a jehož primárním cílem je dekorace těla (v naší kultuře typicky piercing a tetováž), sexuální uspokojení, spirituální zážitek v rámci rituálních praktik či začlenění se do skupiny vrstevníků nebo demonstrace vlastní hodnoty mezi nimi (snaha být „cool“ a „in“).</p>
Východiska	<p>Existují různé způsoby sebepoškozování (dále také jako SP) s rozdílnou závažností poškození. Nejčastěji pozorovaným sebepoškozujícím (automutilačním) chováním je</p> <ul style="list-style-type: none"> ● řezání (žiletkou, střepem atd.) ● pálení kůže. <p>Jinými formami jsou</p> <ul style="list-style-type: none"> ● škrábání, ● píchání jehlou, ● rozrušování hojících se ran, ● značkování rozpáleným kovem nebo například značkovací pistolí, ● obrušování popálené kůže, ● kousání, údery, nárazy, ● dloubání, tahání kůže a vlasů/ochlupení a další. <p>Sebepoškozování se může týkat kterékoliv části těla, nejčastějším místem poškození však bývají ruce, zápěstí a stehna. Závažnost poškození může sahát od povrchových ran až po poranění vedoucí k trvalému znetvoření.</p> <p>Celoživotní prevalence sebepoškození představovala na přelomu 20. a 21. století přibližně jedno procento – jeden člověk ze sta se alespoň jednou za život poškodí. V 11 % jde o opakované sebepoškozování. Procento SP je vyšší ve věkové kategorii adolescentů a mladých dospělých: V rozvinutých zemích se poškozují asi 1,8 % lidí ve věkovém rozmezí 15 – 35 let, 12 % středoškoláků a 13 až 24 % vysokoškoláků, 10 % mladých lidí ve věku 11 až 25 let má zkušenost se</p>

sebepoškozením.

Sebepoškozování typicky začíná ve věku od 12 do 15 let, ale výjimkou není ani první poškození se kolem 7 let nebo i dříve. SP může trvat týdny, měsíce nebo roky. V mnoha případech má SP spíše cyklický než lineární průběh, je praktikováno v určitých obdobích, pak vymizí a po přestávce se opět objevuje.

Sebepoškozující chování se dává do přímého vztahu k biologickým, psychologickým/psychiatrickým a sociálním (rodina, výchova, sociální prostředí) vyvolávajícím faktorům.

Z psychologického hlediska lidé, kteří se poškozuji, často

- trpí chronickou úzkostí
- mají sklon k podrážděnosti
- sami sebe nemají rádi/sami sebe znehodnocují
- jsou přecitlivělí na odmítnutí
- mívají chronický vztek, obvykle na sebe
- mají sklon potlačovat zlost
- mívají intenzivní agresivní pocity, které výrazně odsuzují a často potlačují nebo obrazejí proti sobě
- bývají impulzivnější a mívají oslabenou schopnost kontrolovat impulzy
- mívají sklon jednat v souladu se svou momentální náladou
- mají sklon neplánovat do budoucna
- bývají depresivní a mívají sebevražedné/sebedestruktivní sklony
- nemají flexibilní repertoár dovedností pro zvládnutí zátěže
- mají sklon k vyhýbavosti
- cítí se slabí, bezmocní.

Z psychiatrického hlediska se SP často objevuje u mladých s disharmonickou osobností, typicky s hraniční poruchou osobnosti (borderline), poruchami příjmu potravy a posttraumatickou stresovou poruchou.

V životním příběhu poškozujících se se častěji než v běžné populaci najde údaj o tělesném, emočním nebo sexuálním násilí. Na druhou stranu zneužívání či zanedbávání v anamnéze poškozujících se často chybí. Téměř vždy však poškozující se dítě/adolescent zažil/zažívá tzv. invalidaci – zpochybňování správnosti, odůvodněnosti jeho pocitů a interpretací situací blízkými dospělými. Děti jsou v dysfunkčních rodinách často závažně trestány za vyjádření určitých myšlenek a pocitů a odnášejí si přesvědčení, že mají nesprávné pocity, kterým nemohou důvěřovat, a že některé pocity jsou zakázané. (Přesto sebepoškozování dítěte neznamená automaticky dysfunkční, zneužívající nebo zanedbávající rodinu. Zpochybňovat prožitky dítěte mohou i „normální“ situace v rodině nebo škole: „Zlobíš se, a nechceš si to přiznat.“ „Ale ano, udělal jsi to, nelži.“ „Jsi prostě jen líný.“ „Jen se málo snažíš.“ „Teď už aspoň máš proč brečet!“, a zároveň invalidace není jediným příčinným faktorem vzniku SP.)

U části dětí je poškozování součástí procesu hledání vlastní životní filozofie a stylu, snahy o nonkonformitu, resp. vymezení své identity ve světě – typickými představiteli této skupiny jsou příslušníci subkultur emo a gotik. Bližší informace

o subkulturách viz samostatná příloha Subkultury. Sebepoškozování těchto dětí vykazuje několik zásadních rozdílů proti typickému sebepoškozování popsanému výše – děti se neizolují, svá zranění často netají, naopak považují SP za společné téma, včetně často až hororových fotografií, sdílených přes internet; v jednotlivostech se liší i etiopatogenetický podklad sebezraňování.

Přestože je SP autoagresí, je také, a mnohem více, aktem sebezáchovy, svépomoci, který umožňuje jedinci znovuzískání kontaktu se světem, obzvláště u mladých lidí, jež mají v anamnéze trauma. Přestože bolest, doprovázející sebepoškození, může být fyzicky téměř nesnesitelná, sebepoškozující jí dává přednost před psychickou trýzní a považuje ji za efektivní prostředek tišení duševní bolesti.

Motivem SP bývá nejčastěji

- snaha zmírnit vnitřní napětí, snaha uniknout z nesnesitelné situace nebo neúnosného duševního stavu, snaha odstranit pocity viny, studu, dosažení pocitu očištění
- snaha získat pocit kontroly nad vlastním tělem a psychikou
- snaha dosáhnout pocitu uspokojení z tělesného prožitku bolesti nebo tepla krve
- tělesné vyjádření nevyslovitelných pocitů, vyjádření hněvu na sebe, např. za vlastní slabost nebo za nedostatek disciplíny
- odpoutání pozornosti od jiných problémů
- manifestace potřeb, demonstrace vlastní síly nebo dosažení péče a ochrany, získání pocitu bezpečí nebo jedinečnosti
- znovuprožití traumatu ve snaze o jeho zpracování
- dosažení poranění, která jsou viditelná a léčitelná na rozdíl od těch neviditelných duševních
- dosažení neatraktivnosti pro ostatní.

Ač rodiče a učitelé často vnímají SP jako manipulaci, primární a vědomá snaha dosáhnout výhod, trestat okolí nebo mu způsobit výčitky svědomí nebývá tak častá.

Přímým spouštěčem SP bývá nejčastěji pocit ztráty a opuštění, pocit studu, kritika. Emocemi, které jsou nejčastěji přítomny před SP (ale i po něm), jsou zlost na sebe a smutek. Aktu sebepoškození téměř vždy předchází izolace, někdy se však děti poškozují v přítomnosti kamaráda/ky či ve skupině.

	Rizikové faktory	Doména	Protektivní faktory
Rizikové a protektivní faktory	<ul style="list-style-type: none"> ● emoční labilita ● impulzivita ● výrazný egocentrismus, hraniční (borderline) rysy 	osobnost	<ul style="list-style-type: none"> ● harmonický vývoj osobnosti s adekvátní asertivitou a odolností vůči zátěži

	<ul style="list-style-type: none"> ● zanedbávání ● zneužívání ● invalidace pocitů a prožitků ● chybění hranic ve výchově ● chybění prostoru pro zdravé vyjádření agresivity ● dysfunkční rodina ● časná ztráta nebo separace od jednoho z rodičů, nezaměstnanost rodičů 	rodina	<ul style="list-style-type: none"> ● kompletní rodina ● podpůrné a motivující rodinné zázemí ● jasné hranice ve výchově
	<ul style="list-style-type: none"> ● hraniční porucha ● porucha příjmu potravy (anorexie, bulimie) ● posttraumatická stresová porucha 	psychiatrické poruchy	<ul style="list-style-type: none"> ● medikamentózní terapie, ale zejména psychoterapie uvedených poruch
	<ul style="list-style-type: none"> ● šikana ● negativní vzory – poškozující se spolužák/skupina (emo, gotici) ● šokovaný, indiskrétní, odsuzující, trestající učitel 	škola	<ul style="list-style-type: none"> ● vnímavost školy vůči osobnostním specifikům ● otevřená komunikace (učitel, školní psycholog) ● pochopení, respekt a diskretnost v jednání s poškozujícím se ● ochota naslouchat bez hodnocení a zděšení
<p style="text-align: center;">Sít partnerů, spolupráce v komunitě, kraji</p>	<p>Řeší: výchovný poradce, školní psycholog, třídní učitel, školské poradenské zařízení, pediatr/pedopsychiatr, event. orgán sociálně právní ochrany dítěte</p> <p>V případě přímého rizika závažného ublížení či ohrožení života (přímé riziko = žák drží ve škole žiletku a plánuje se řezat, mluví o sebevraždě atd./nepřímý předpoklad rizika = učitel objeví staré jizvy na zápěstí atd.)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Psychiatrické oddělení či klinika spádové nemocnice, centrální příjem nejbližší psychiatrické léčebny – i nedobrovolně, ideálně po předchozí telefonické konzultaci <p>Pokud žák není aktuálně ohrožen závažným sebezraněním (platí pro žáky motivované k řešení situace a hledání pomoci, vynucená konzultace u odborníka</p>		

	<p>málokdy přinese efekt)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ dostupná psychiatrická či psychologická ambulance – ideálně s doporučením od dětského/dorostového lékaře, resp. po telefonickém objednání rodiči (nutno počítat s čekacími lhůtami, zejména pokud bude konzultace hrazena zdravotní pojišťovnou) ➤ krizová centra – netřeba doporučení zdravotnického zařízení, předchozí telefonická nebo e-mailová domluva vhodná, ale není nutná <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Dětské krizové centrum</i> (V zápolí 21, 141 00 Praha 4, tel. 241 480 511, 777 664 672, ambulance@ditekrize.cz, Provozní doba: Po, St 8:00 – 16:00, Út – Čt 8:00 – 18:00, Pá 8:00 – 14:00) ● <i>Krizové centrum RIAPS</i> (Chelčického 39, Praha 3, tel. 222 580 697, nepřetržitý provoz) ● <i>Centrum krizové intervence Psychiatrické léčebny Praha-Bohnice</i> (Ústavní 91, Praha 8, tel. 284016110, cki@plbohnice.cz) ● <i>Krizové centrum Spondea</i> (Sýpka 25, Brno – Černá Pole, tel. 541 235 511, 608 118 088, krizovapomoc@spondea.cz) ➤ Linky důvěry (níže jsou vybrány linky důvěry, na něž mohou volat děti i dospělí, další naleznete na http://www.dkc.cz/kontakty.php nebo www.capld.cz/linky.php) <ul style="list-style-type: none"> ● Linka Bezpečí – tel. 116 111, pomoc@linkabezpeci.cz ● Linka důvěry Centra krizové intervence PL Bohnice – tel. 284 016 666 ● Linka důvěry Dětského krizového centra – tel. 241 484 149, problem@ditekrize.cz ● Linka důvěry RIAPS – tel. 222 580 697, linka@mcssp.cz ● Telefonická krizová intervence KC Spondea – tel. 541 235 511, 608 118 088, chat www.chat.spondea.cz
<p>Legislativní rámec</p>	<p>Samotné sebepoškozování není trestný čin, ale navádění/nucení k sebepoškozování, sebevraždě nebo příčiny vyvolávající SP, jako je třeba sexuální zneužívání, týrání apod., jsou trestné činy, na něž se vztahuje oznamovací povinnost.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí výslovně určuje jako povinnost různým institucím, mimo jiné i škole a školskému zařízení, nahlásit případ ohrožení zdraví nebo života dítěte, a to i tehdy, když se objeví pouze podezření na trestný čin. U fyzických osob je tento postup formulován jako právo, nikoliv jako povinnost. ● Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník stanovuje v § 364 až 368 povinnosti, jež má každá fyzická osoba v případě podněcování, schvalování, nadřezování, nepřekážení a neoznámení trestného činu. Paragrafy se vztahují na celou škálu trestných činů, oblast násilných činů páchaných na dětech a na týrání dítěte nevyjímaje (nestačí však podezření). ● Zákon č. 20/1966 Sb., o péči o zdraví lidu v platném znění (§ 23). Člověka lze hospitalizovat bez jeho souhlasu v případě, že jeví známky

	duševní poruchy a je nebezpečný sobě nebo svému okolí.
Typ prevence (specifická, nespecifická)	<p>Nespecifická prevence:</p> <ul style="list-style-type: none"> • posilování schopnosti dětí zvládat zátěž (schopnost zvládat zátěž obecně v populaci klesá) – součást univerzálních i cílených preventivních přístupů (např. umožnit mladým lidem v rámci školních a mimoškolních aktivit poznat a vyzkoušet různé metody zvládání stresu a negativních emocí) • posilování schopnosti rozeznávat existující silné stránky a rozvíjet je • naučit obracet se na druhé a navazovat s nimi vztahy autentickým a smysluplným způsobem a účastnit se aktivit, při kterých mohou pociťovat smysluplnou vazbu a sounáležitost <p>Specifická primární prevence</p> <p>Důležitá je vnímavost vůči projevům možného sebepoškozování:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nevysvětlené popáleniny, řezné rány, jizvy a jiné shluky stop na kůži, běžným místem sebepoškození bývají paže, zápěstí a předloktí nedominantní horní končetiny, ale stopy sebepoškozování se mohou vyskytnout prakticky na kterékoliv části těla • ročnímu období nepřiměřené oblečení (dlouhé rukávy a dlouhé kalhoty v létě), potítka a jiné krytí zápěstí, vyhýbání se aktivitám, které vyžadují odhalení těla (plavání, tělocvična), obvazy a náplasti • netypické osobní věci (žiletky a jiné pomůcky, použitelné k řezání či úderům) • nárůst známek deprese či úzkosti • neuvěřitelné nebo neúplné historicky jako odpověď na cílené dotazy <p>Otázky na SP musí být emočně neutrální a neútočné.</p> <p>Při pořádání preventivních akcí je třeba se vyhnout kontraproduktivním jednorázovým vzdělávacím akcím cíleným primárně na zvýšení informovanosti o formách a praktikách sebepoškozování. Při osvětě je vhodné zaměřit se spíše na vyvolávající příčiny (emoční potíže, zvládání zátěže atd.), resp. vzdělávat spíše rodiče a učitele než děti.</p> <p>Primární prevence indikovaná</p> <ul style="list-style-type: none"> • pomoci odhalit spouštěče sebepoškození • pomoci zlepšit schopnost uvědomit si stresory udržující SP • zlepšit schopnost rozeznat, prožívat a zvládat produktivnějšími, pozitivními způsoby emoční stavy a vlastní emoce, naučit vhodnějšími strategiemi zvládání stresu a poskytnout adaptivnější alternativy pro řešení zátěžových situací • motivace a asistence při odstraňování přidružených problémů (užívání návykových látek)
Jak postupovat	<p>Doporučovaný postup:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posoudit aktuální riziko závažného sebepoškození a v případě jeho přítomnosti odeslat dítě, event. i proti vůli rodičů, do spádového psychiatrického zařízení

	<ul style="list-style-type: none"> ● Kontaktovat rodinu, systematická dlouhodobá spolupráce s rodinou ● Předat dítě školnímu psychologovi. Pokud škola nedisponuje školním psychologem, lze samozřejmě využít služeb psychologa pedagogicko-psychologické poradny. ● Motivovat dítě a rodinu k návštěvě specialisty – krizové centrum, psychologická/psychiatrická ambulance ● Stanovit jasně hranice a pravidla na půdě školy ● Ideální přístup je takový, ve kterém je SP tolerováno, ale vede ke konkrétním důsledkům – například lze zavést pravidlo, že žák může za učitelem přijít kdykoliv, když pocítuje nutkání poškodit se, ale učitel se mu nebude věnovat, pokud se poškodí (za podmínky, že jiný dospělý, učitel či rodič zvládne akutní situaci s eventuálním ošetřením či zabráněním dalším následkům). <p>Nevhodný postup:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● snaha okamžitě odstranit sebepoškozující chování ● sankce a ignorace
<p>Možnosti a limity pedagoga</p>	<p>Pedagog může v některých případech být nejdůležitějším dospělým motivujícím dítě ke změně, resp. vyhledání odborné pomoci. Na druhou stranu bez spolupráce s rodinou je jeho kompetence (ale i odpovědnost) limitovaná.</p> <p>Poškozující se dítě/mladistvý představuje velkou zátěž na toleranci odpovědného dospělého a rizikový faktor vzniku burn-out syndromu a dalších psychických potíží – učitel zainteresovaný v problému poškozujícího se žáka potřebuje účinné metody prevence vyhoření, podporu nadřízeného a v ideálním případě supervizi u certifikovaného supervizora.</p>
<p>V jakém případě vyrozumět Policii ČR / OSPOD</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ohlašovací povinnost se netýká přímo sebepoškozování, ale doprovodných problémů často SP doprovázejících – šikany, sexuálního zneužívání, zanedbávání péče, týrání dítěte (syndrom CAN) atd. – viz další kapitoly ● Povinnosti hlášení podléhá navádění dětí k sebepoškození/sebevraždě (skupina poškozujících se, kyberšikana). ● V případě přímého rizika vážného zranění nebo smrti následkem sebepoškození je namístě okamžitá, i nedobrovolná <i>hospitalizace na psychiatrii</i> – při odmítání hospitalizace bývá nutná asistence Policie ČR.
<p>Doporučená literatura, odkazy</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Platznerová – Sebepoškozování, Galén 2009 – pro lékaře, ale obsahuje množství informací přínosných pro pedagogy: http://www.galen.cz/idistrik/vydav/?module=katalog&page[book]=3994 ● Kriegelová – Záměrné sebepoškozování, Grada 2008 – pro psychology, ale obsahuje množství informací přínosných pro pedagogy: http://www.grada.cz/zamerne-sebeposkozovani-v-detstvi-a-adolescenci_4985/kniha/katalog/ ● Materiál MZ ČR pro poškozující se děti a jejich rodiče: http://www.program-pz.cz/sites/default/files/Pro%C4%8D%20ubli%C5%BEuju_s%C3%A1m_sob%C4%9B_0.pdf

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Zahraniční zdroje: http://www.selfharm.net/ nebo http://www.harmless.org.uk/ |
|--|---|

Příloha č. 9

Literatura a webové odkazy k problematice prevence rizikového chování

- Bendl, S.: Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003.
- Braun, R.: Diagnostika školní třídy. Skupinová práce se třídou. Praha: IPPP ČR, 2008.
- Čapek, R.: Třídní klima a školní klima. Praha: GradaPublishing, 2010.
- Grecmanová, H.: Klima školy. Olomouc: Hanex, 2008.
- Janošová, P., Kollerová, L., Zábrodská, K., Kressa, J., Dědová, M. (2016). Psychologie školní šikany [Psychology of the school bullying] Praha: Grada.
- Kavalír, A. (Eds.). (2009). Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele. Plzeň: Dragon press s.r.o.
- Kolář, M. (2013): Výcvik odborníků v léčbě šikany. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
- Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.
- Kopecký, K., Krejčí, V. (2010). Rizika virtuální komunikace. (Příručka pro učitele.) Olomouc: Net Kopecký, K. Úvod do problematiky kyberšikany páchané na učitelích. Internetový portál E-Bezpečí [online]. 2016 [vid. 23. únor 2016].
- Dostupné z:** <http://www.ebezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/1120-kybersikana-ucitelu-vyzkum> Univerzity. [cit. 2. 12. 2012] <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni>
- Krejčí, V. (2010). Kyberšikana – kybernetická šikana. Olomouc: E-Bezpečí. [cit. 2. 12. 2012] Dostupný z WWW – <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/materialy-pro-studiumstudie-atd>
- Krejčí, V. Pravidla bezpečného používání internetu pro rodiče. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016. Dostupné z: http://e-bezpeci.cz/index.php/kestazeni/doc_download/74-pravidla-bezpeneho-chovani-na-internetu-pro-rodie-2015
- Lašek, J.: Sociálně psychologické klima školních tříd a školy. Hradec Králové: Gaudeamus, 2001.
- Mareš, J.: Dotazník sociálního klimatu školní třídy. Praha: IPPP, 1998
- Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy I. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy II. Brno: MSD, 2004.
- Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy II. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy III. Brno: MSD, 2005.
- Mareš, J. Diagnostika sociálního klimatu školy. In Ježek, S. (ed.), Psychosociální klima školy I. Brno: MSD 2003.
- Mertin, V., Krejčová, L.: Metody a postupy poznávání žáka: pedagogická diagnostika. 1.vyd.Praha: Wolters Kluwer ČR, 2012
- Mioviský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P., Barták, M., Bártík, P. et al. (2015). Prevence rizikového chování ve školství (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.
- Mioviský, M., Adámková, T., Barták, M., Čablová, L., Čech, T., Doležalová, P. et al. (2015). Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.
- Mioviský, M., Aujezká, A., Burešová, I., Čablová, L., Červenková, E., Jírová Exnerová, M. et al. (2015). Programy a intervence školské prevence rizikového chování v praxi (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny. 25
- Mioviský, M., Gabrhelík, R., Charvát, M., Šťastná, L., Jurystová, L. & Pavlas Martanová, V. (2015). Kvalita a efektivita v prevenci rizikového chování dětí a dospívajících. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.
- Mioviský, M., Skácelová, L., Čablová, L., Veselá, M., & Zapletalová, J. (2012). Návrh doporučené struktury minimálního preventivního programu prevence rizikového chování pro základní školy. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.
- Parry, J., Carrington, G. (1997). Čelíme šikanování: Sborník metod. Praha: IPPP: Portál.
- Rogers, V. (2011). Kyberšikana. (Pracovní materiály pro učitele a žáky.) Praha: Portál.
- Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.
- Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí. Praha: Portál.
- Širůčková, M., Mioviský, M., Skácelová, L., Gabrhelík, R. a kol. (2012). Příklady dobré praxe programů školské prevence rizikového chování. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.
- Vágnerová, K. (2009). Minimalizace šikany. Praktické rady pro rodiče. Praha: Portál.

Webové odkazy

- Web Minimalizace šikany, www.minimalizacesikany.cz (poradna, publikace, letáky ke stažení apod.)
- Společenství proti šikaně, www.sikana.org
- Web Nenech to být a něco dělej, www.nntb.cz
- Internet poradna, www.internetporadna.cz
- Sdružení Linka bezpečí (116 111), www.linkabezpeci.cz
- Veřejný ochránce práv, www.ochrance.cz. Amnesty International ČR, www.amnesty.cz
- E-Nebezpečí pro učitele, www.e-nebezpeci.cz
- Národní centrum bezpečnějšího internetu, www.ncbi.cz
- Portál E-Bezpečí, www.e-bezpeci.cz
- Online poradna projektu E-Bezpečí, www.napisnam.cz
- Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu, www.Horka-linka.cz
- Vyhledávací aplikace certifikovaných primárně preventivních programů také v oblasti šikany: <http://www.nuv.cz/t/pracoviste-pro-certifikace/poskytovatele>
- Adventor o. s. www.adventor.org Naděje pro Autismus www.nadejeproautismus.cz
- Za sklem o. s. www.zasklem.com

Minimální preventivní program vypracovala metodička primární prevence

Mgr. Marcela Fajáková.

29. 9. 2022