

Preventivní program školy

ZŠ a MŠ Čistá

Tyršova 127, 270 34 Čistá

školní rok 2026/2027

ZÁKLADNÍ ŠKOLA
A MATEŘSKÁ ŠKOLA ČISTÁ
Škola pro všechny

Obsah:

1. Úvod
2. Charakteristika školy
3. Analýza současného stavu na škole
4. Garant programu a spolupracovníci
5. Cíle prevence na škole
6. Prevence – obsah a aktivity
7. Časový harmonogram
8. Metody při realizaci prevence a finanční zdroje
9. Podklady v legislativě
10. Evaluace MPP z loňského roku
11. Seznam literatury, DVD
12. Odkaz na školní řád
13. Program proti šikanování
14. Krizový plán
15. Adresář organizací

1. Úvod

Preventivní program (dále jen PP) vychází z prevence strategie školy, je součástí školního vzdělávacího programu, který vychází z příslušného rámcového vzdělávacího programu RVP – ZV. PP je krátkodobý dokument na jeden školní rok, na jehož tvorbě se podílí celý pedagogický sbor a ředitelka školy koriguje jeho tvorbu.

PP slouží jako návodný materiál k předcházení patologických jevů v naší škole. PP oddaluje nebo snižuje výskyt rizikového chování žáků. Má dlouhotrvající vliv na změnu chování, pojmenovává problémy z oblasti rizikového chování a případné další rizikové projevy chování. Pomáhá zejména těm jedincům, kteří pocházejí z nejvíce ohrožených skupin (minoritám, cizincům, dětem a žákům zdravotně či sociálně znevýhodněným) při ochraně jejich lidských práv, podporuje zdravý životní styl.

V letošním školním roce bude cílem prevence to, jak mohou žáci vhodně vyplnit volný čas bez použití mobilních telefonů. Dále bude tématem prevence vzájemná komunikace, schopnost empatie, sebepoznání, seberozvoj a slušné chování a vystupování.

Preventivní program vychází z následující legislativy:

- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže. Dokument MŠMT ČR č. j.: 21291/2010-28
- Metodický pokyn MŠMT k řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č. j.: MŠMT-21149/2016
- Metodický pokyn MŠMT k jednotnému postupu při omlouvání nepřítomnosti žáků ve škole a při prevenci postihu záškoláctví, č. j.:10 194/2002-14
- Vyhláška MŠMT č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních.
- Národní strategie primární prevence rizikového chování u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy na období 2019-2027
- Národní protidrogová strategie 2019-2027
- Akční plán protidrogové politiky na léta 2019 - 2021
- Strategie prevence kriminality v ČR na léta 2016 až 2020
- Metodický pokyn MŠMT k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance č. j.: 14 423/99-22
- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)
- Metodický pokyn – Spolupráce základních škol a orgánů sociálně-právní ochrany dětí Středočeského kraje 1/2019

2. Charakteristika školy

Základní škola a Mateřská škola Čistá je školou poskytující vzdělání žákům z Čisté a žákům z okolních vesnic a měst. Škola má devět ročníků. Na 1. stupni se vyučuje ve čtyřech třídách. 1. ročník je samostatný, 2. ročník je samostatný, 4. ročník je samostatný a 3. a 5. ročník je spojený se zvláštní organizací výuky. Na druhém stupni se vyučuje ve 4 třídách.

K 1.9.2026 je na 1. stupni 60 žáků a na 2. stupni 68 žáků, 35 žáků škola registruje – domácí vzdělávání. Tito žáci nejsou pouze z naší spádové oblasti. Na škole vyučuje 12 pedagogů a tři asistentky pedagoga. Školní družina má dvě oddělení pro 50 žáků.

Škola rovněž podporuje všechny aktivity dětí pořádané organizacemi v obci (hasiče, spolek žen, fotbalisty, volejbalisty, Červený kříž, Spolek rybářů a myslivců).

Škola také nabízí našim žákům hudební vzdělání nad rámec učebního plánu a volnočasové aktivity. Jedná se o výuku hry na klavír, klávesy, tvořivé dílničky, stolní tenis, umělecká tvorba, keramika, sportovní hry, upletem si písničku, příprava na přijímací zkoušky z ČJ, příprava na přijímací zkoušky z M, kreativní dílna, pečeme a vaříme s radostí, Science club, deskové a retro hry, šikovné ručičky, flétničky, silový kondiční trénink, Všeználek, zdravotnický kroužek, žákovský parlament, Divočáci.

Škola nabízí prostory, pomáhá při organizaci akcí, přispívá finančně, úzce spolupracuje se zřizovatelem.

3. Analýza současného stavu

V naší škole jsou i žáci z problémových (rozvrácených, nefunkčních, se slabým sociálním zázemím) a sociálně znevýhodněných rodin (rodinné prostředí s nízkým sociálně kulturním postavením, ohroženi sociálně patologickými jevy, soudem nařízený dohled nad rodinou). Snažíme se tyto žáky nasměrovat do školní družiny, do bezplatných zájmových kroužků, více sledovat jejich činnost a pomáhat se socializací těchto dětí. Při poradách vedeme vzájemně rozhovor a zabýváme se řešením situací jednotlivých žáků (např. začlenění do třídního kolektivu, důslednost, zvýšená spolupráce s rodiči). Řešíme případ od případu. Spolupracujeme s odborníky. Většina našich žáků je bezproblémová a právě na nich stavíme prevenci. Výchovná poradkyně situaci v jednotlivých třídách monitoruje a ve spolupráci s třídními učiteli a ředitelkou školy vyhodnocuje a v případě zachycení negativních signálů řeší a hledá vhodný způsob nápravy. Zakládáme si na spolupráci žák – rodič – pedagog.

4. Garant programu a spolupracovníci

Ředitel školy odpovídá za prevenci, spolupracovníci (třídní učitelé a ostatní pedagogičtí pracovníci) se podílejí na tvorbě a realizaci PP, školní metodik prevence koordinuje tyto činnosti. Prostředkem k realizaci PP je výchovná komise, která je složena z výchovného poradce, ředitelky školy a příslušného třídního učitele. Výchovná komise se zabývá jednotlivými problémy, které se v průběhu školního roku vyskytnou, řeší je, zpracovává, zaznamenává a vyvozuje důsledky. Výchovná poradkyně se pravidelně setkává s třídními učiteli a zabývá se třídním klimatem a výchovnými problémy v jednotlivých ročnících. Společně s třídním učitelem hledají řešení, která vedou k nápravě. Výchovná komise spolupracuje s policií ČR, OSPOD, se středisky výchovné péče a PPP.

5. Cíle prevence na škole

Vést žáky ZŠ a MŠ Čistá k soužití bez negativních patologických jevů. Pedagogové jsou školeni v oblasti tvorby pozitivního sociálního klimatu na základě zvládnutí diagnostiky třídního kolektivu, a k sebevzdělávání v této oblasti. Pedagogové se pravidelně zúčastňují vzdělávacích seminářů, ve kterých si prohlubují potřebné znalosti v oblasti prevence.

Našim cílem je žáky naučit:

- řešit konflikty
- zvládat agresi ve skupině
- stanovit si správný žebříček hodnot
- řešit různé problémy
- získat informace o škodlivosti návykových látek
- vypěstovat zdravé sebevědomí
- čelit tlaku vrstevníků
- umět říci „ne“
- naučit se rozlišovat dobré a špatné
- zkvalitnit sociální komunikaci
- schopnost zařadit se a obstát v kolektivu
- umět se sebeovládat
- umět si vážit sebe samého
- znát zásady slušného chování
- dokázat měnit špatné postoje
- mít správný režim dne
- umět správně trávit volný čas
- znát centra pomoci
- zapojit žáky do školních a mimoškolních aktivit
- správně trávit volný čas
- znát svá práva a povinnosti
- empatii
- citlivost
- kompromisu
- přátelství
- spolehlivosti
- ohleduplnosti
- čestnosti
- důvěryhodnosti

Dlouhodobé cíle
- působit na žáky po celou dobu jejich docházky a pokusit se snížit riziko jejich zasažení sociálně patologickými jevy
- vést děti ke zdravému sebevědomí, správnému sebehodnocení a poznání sebe sama
- učit je slušně a beze strachu vyjádřit svůj názor
- vést je ke slušnému chování a vzájemné pomoci
- nabídnout žákům smysluplně trávit svůj volný čas a vést je ke zdravému životnímu stylu
- rozvíjet spolupráci s rodiči
- rozvíjet spolupráci s odborníky
- podporovat informovanost a spolupráci mezi členy pedagogického sboru

Krátkodobé cíle
- každodenním výchovným působením všech pracovníků školy ovlivňovat žáky v oblasti rizikového chování
- zapojit všechny pedagogy do systému prevence – plně podpořit DVPP v této oblasti, pravidelně je informovat a seznamovat s novými přístupy v problematice rizikového chování
- zlepšit vrstevnické vztahy v třídním kolektivu
- snížit výskyt záškoláctví
- zvýšit informovanost žáků a rodičů
- pokračovat ve spolupráci s rodiči
- pokračovat ve spolupráci s ostatními pedagogy a s odborníky

Cílové skupiny
a) žáci a žákyně – naučit se řešit problémy, případně umět vyhledat pomoc
 - zlepšit svůj životní styl směrem ke zdravému životnímu stylu
 - vyhnout se užívání návykových látek
b) pedagogický sbor – podpořit další vzdělávání v oblasti prevence rizikového chování
c) rodiče – vyvážit a zlepšit komunikaci se školou

•

6. Prevence – obsah a aktivity

Specifická primární prevence	aktivita	kdy	odpovídá	Cílová skupina	Finanční krytí
	Adaptační aktivity Lesní pedagogika	9.9. – 11.9.2026	ŘŠ TU PP	3.-9. třída	
	Profesní orientace žáků 9. ročníku	Podzim 2026	ŘŠ VP	9. třída	
	Preventivní program Jak se máš?	20.11.2026	ŘŠ VP PP TU	1.– 2.	
	Preventivní program Jak spolu (ne) mluvit	20.11.2026	ŘŠ VP PP TU	3., 4.	
	Preventivní program Mars One	22.4.2027	ŘŠ VP PP TU	7., 8.	
	Preventivní program Kdo jsem?	25.9.2026	ŘŠ VP	7.	
	Preventivní program Protidrogový vlak	Podzim 2026	ŘŠ VP	6. třída	
	Preventivní program Kdo jsem?	25.9.2026	ŘŠ VP PP TU	8.	
	Preventivní program Kdo jsem?	25.9.2026	ŘŠ VP	9.	
	Preventivní program Jsem Laskavec	Listopad 2026	ŘŠ VP	6., 7.	
	Preventivní program Čas proměn dívky	18.9.2026	ŘŠ VP PP TU	5., 6.	
	Preventivní program Na startu mužnosti	18.9.2026	ŘŠ VP TU	5., 6.	
	Dodržování pravidel silničního provozu, dopravní hřiště Kralovice		ŘŠ TU VP	5. třída	
	Dodržování provozu silničního provozu, dopravní hřiště Kralovice		ŘŠ TU VP	3., 4.	
	Demokratické hodnoty a postoje	17.11.2026	ŘŠ TU VP	1.– 9. třída	škola, obec
	Poslední let broučků	Říjen 2026	ŘŠ VP	1.– 9. třída	
	Plavecký výcvik	Jaro 2027	ŘŠ TU	1.-3. třída	

	Lidové zvyky a tradice	5.12.2026 22.12.2026	ŘŠ TU	1 – 9. třída	
	Veletrh vzdělávání	říjen Rakovník	ŘŠ VP	8. - 9. třída	
	Vánoční turnaj ve stolním tenise	Prosinec 2026	ŘŠ VP	3.– 9. třída	
	Zimní radovánky	Prosinec 2026	ŘŠ VP	1.– 9. třída	
	Lyžařský výcvik	Únor, březen 2027	ŘŠ VP TV	5. – 9. třída	
	Korálkování	Podzim – zima 2026	ŘŠ VP	1.– 9. třída	
	Masopust	Únor 2027	ŘŠ TU	1.– 9. třída	
	Noc s Andersenem	Květen 2027	ŘŠ TU	1.– 9. třída	
	Protidrogový vlak Rakovník	Květen 2027	ŘŠ VP	6. třída	
	Sportovní den	Červen 2027	ŘŠ	1.– 9. třída	
	Den dětí	1.června 2027	ŘŠ	1.- 9. třída	
	Ochrana člověka za mimořádných událostí	Červen 2027	ŘŠ	1. – 9. třída	
	Zdravověda	Červen 2027	ŘŠ	1. – 9. třída	
Nespecifická primární prevence	Motivační nástěnky sportovní soutěže divadelní představení vědomostní soutěže tematické exkurse zájmové kroužky besedy, přednášky Bruslení volné plavání účast na společenských aktivitách v obci spolupráce s OÚ	Motivační nástěnky sportovní soutěže divadelní představení vědomostní soutěže tématické exkurse lyžařský výcvik zájmové kroužky veřejná kulturní vystoupení bruslení volné plavání účast na společenských aktivitách v obci spolupráce s OÚ			

	přehlídka SŠ školní výlety ocenění žáků (příkladná reprezentace školy, příkladné chování a jednání)		přehlídka SŠ školní výlety ocenění žáků (příkladná reprezentace školy, příkladné chování a jednání)			

7. Časový harmonogram

Zapracování témat prevence do vzdělávacího procesu

Preventivní činnost ve výuce na 1. stupni

S jednotlivými tématy se děti setkávají především v prvouce, já a svět, přírodovědě a vlastivědě. Při výuce lze využít různých metod, např. výklad, předávání informací, rozhovor, samostatnou práci, skupinovou práci, projektové vyučování či dramatickou výchovu. Jednotlivá témata budou vyučující s žáky plnit průběžně během školního roku.

Měsíc	ročník	Téma	Předmět
září - červen	1.	Naše škola - všechny děti v naší škole - sestavení pravidel pro pobyt ve škole a ve třídě Cesta do školy - bezpečné chování na ulici - dodržování pravidel na ulici - znalost místního prostředí Ochrany zdraví - dodržování hygienických zásad - vysvětlení důležitosti ochrany zdraví a bezpečného chování Člověk a životní prostředí - vysvětlení důležitosti ochrany prostředí, ve kterém žijeme - vysvětlení důležitosti živočichů pro přírodu a pro člověka	Prvouka
		Pohádky a příběhy - čerpat poučení z pohádek - vyhledávat nebezpečné chování v příbězích Básně - básně zaměřené na vztahy v rodině - básně o zvířatech a lásce k nim Texty k ochraně životního prostředí	Čtení
		Malba do výtvarných soutěží - PO očima dětí - Rakovnická veverka - Obec, ve které žiji Jiná témata - můj kamarád - život na stromě	Výtvarná výchova
		Zpěv písní - Kamarádi - Naše rodina - písně o zvířatech	Hudební výchova

září - červen	2.-3.	Škola - Cesta do školy - Bezpečnost na silnici Podzim - Význam lesa Domov - Pomáháme si - Obec - Naše vlast - Voda v krajině Zdraví - Nemoc a úraz - Péče o zdraví Život v přírodě - Rostliny volně rostoucí Podstatná jména a slovesa - ochrana životního prostředí - bezpečné chování - péče o zdraví Slova souznačná a protikladná - klady a zápory žáka Slušné chování Jsem chodec, cyklista Bezpečně na prázdniny Články a básničky - využití poučení z pohádek, příběhů a bajek - vztahy v rodině - láska ke zvířatům - ochrana životního prostředí - bezpečné chování - péče o zdraví Opis a přepis - text k životnímu prostředí - text ke slušnému chování	Prvouka Český jazyk Sloh Čtení Psaní
září - červen	4.-5.	Obyvatelé ČR - národy a národnostní menšiny, soužití lidí ČR – řízení státu , zákony, právní ochrana občanů - sestavení pravidel soužití ve škole Chráníme své zdraví - vysvětlení důležitosti ochrany zdraví - rozdíly mezi člověkem a ostatními živočichy - důležitost živočichů pro člověka Vztah člověka k životnímu prostředí - zhodnotit dopad konkrétních činností člověka na přírodu a živ. Prostředí Báje a pověsti - poučení z historie, pověsti z místního kraje - dávné příběhy romských maminek – problematika soužití národnostních menšin, připomenutí jejich zvyků a tradic	Já a svět Čtení

		Lyrické básně pro děti - básně k ochraně životního prostředí - básně rodině – důležitost zdravé fungující Rodiny Texty k ochraně životního prostředí Malba do výtvarných soutěží - Požární ochrana očima dětí - Dobro a zlo v naší společnosti - Kladenská veverka Zpěv písní – Kamarádi - Máme rádi zvířata Charakteristika mého nejlepšího kamaráda Popis spolužáka – kladné i záporné vlastnosti Ochrana životního prostředí – vlastní zážitky, jak Pomáhají Divadlo, výstavy – vyprávění zážitků z divadla, popis správného chování v divadle a na výstavě Všestranný jazykový rozbor – text k ochraně životního Prostředí Slova souznačná a protikladná – kladné a záporné vlastnosti spolužáků	Psaní Výtvarná výchova Hudební výchova Sloh Český jazyk

Preventivní činnost ve výuce na 2. stupni

Měsíc	ročník	téma	předmět
září - červen	6.	Uplatňování kreativity Řešení problému při kolektivních sportech Lidské aktivity a problémy životního prostředí Lidské vztahy - učíme trpělivosti, povzbuzujeme - vedeme žáky k otevřené všestranné komunikaci - učíme žáky spolupracovat a vzájemně si pomáhat - odmítáme nekamarádské chování - důsledně vedeme žáky k dodržování vymezených pravidel, ochraně zdraví a k plnění svých povinností a závazků - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci - učíme žáky pracovat přiměřeným tempem, aby neplýtvali svojí energií - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci druhých Učíme je vážit si pracovního úsilí kamarádů a respektovat výsledky jejich práce	Tělesná výchova

		Člověk v rytmu času Rodinný život - rodina, rodinné vztahy, příbuzenské vztahy - Manželství - děti – pokračování našeho života - Rodina – ostrov bezpečí Život ve škole - škola základ života - pravidla ve škole - umění se učit Domov - místo, kde žijeme - obec, obecní zřízení, životní prostředí Má vlast - život v regionech - kolik řečí znáš - státní symboly - Česká republika – demokratický právní stát Lidská práva - první krok k lidským právům - práva dětí Život v rodině i mimo ni - rodina, komunikace Rozvoj osobnosti - duševní a tělesné zdraví - vyrovnávání se s problémy Osobní bezpečí - způsoby chování v krizových situacích - dětská krizová centra, linky důvěry Péče o zdraví, režim dne - volný čas Zdravá výživa - vliv výživy na zdravotní stav lidí - výživová hodnota potravy - sestavování jídelníčku - způsoby technologie zpracování potravin Zneužívání návykových látek - pozitivní životní cíle a hodnoty - kouření - alkoholismus	Občanská výchova
		Popis děje, vypravování – témata z každodenního života Blahopřání Popis osoby – člena rodiny, kamaráda, spolužáka – kladné a záporné vlastnosti Osobní dopis – vyjádření pocitů, dojmů,… Jednoduché tiskopisy ze života Diskuse, skupinová práce	Český jazyk – sloh
		Básně – téma zvířata, příroda, rodina, svět kolem nás, vyjádření vlastního názoru, pocitu	Český jazyk - literatura

		Pohádky – dobro a zlo Bajky – mravní ponaučení Pověsti – historické souvislosti, regionální pověsti Povídky s dětským hrdinou – vlastní zážitky, diskuse na dané téma, hodnocení významu mezilidských vztahů Diskuse, skupinová práce, formulace dojmů z kulturního zážitku	
září - červen	7.	Uplatňování kreativity Řešení problému při kolektivních sportech Lidské aktivity a problémy život.prostředí Lidské vztahy - učíme trpělivosti, povzbuzujeme - vedeme žáky k otevřené všestranné komunikaci - učíme žáky spolupracovat a vzájemně si pomáhat - odmítáme nekamarádské chování - důsledně vedeme žáky k dodržování vymezených pravidel, ochraně zdraví a k plnění svých povinností a závazků - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci - učíme žáky pracovat přiměřeným tempem, aby neplýtvali svojí energií - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci druhých - Učíme je vážit si pracovního úsilí kamarádů a respektovat výsledky jejich práce Život mezi lidmi - patříme k lidem - vliv rodiny - mezi vrstevníky - Komunikace - Média Člověk a kultura - kultura, umění, krása kolem nás - víra a náboženství - slušnost pro každý den - kam za kulturou - krásy naší země - ochrana přírodního a kulturního bohatství - zachraňme Zemi - naše potřeby, majetek a vlastnictví Řízení společnosti - stát, cesta k demokracii, volby, začlenění do veřejného života - spolupráce mezi zeměmi Evropy - tolerance k národnostním menšinám - ochrana obyvatel za mimořádných událostí Lidská práva - lidská práva v dokumentech	Tělesná výchova Občanská výchova

		- rovnost a nerovnost - svoboda a autorita - morálka a mravnost - všeobecná deklarace lidských práv Rodina Klíče ke zdraví Zdravá výživa Zneužívání návykových látek - drogy, zrádný přítel, zloděj tvého „Já“ - drogy a jejich účinky - vliv závislosti - nebezpečné situace - skupina vrstevníků a násilí - úspěch - bezpečné sportování a bezpečnost silničního provozu - násilí v sexualitě - nacvičujeme první pomoc Sexuální výchova - lidský život v proměnách času - odlišnosti mají svůj význam - stáváme se mužem a ženou - rozmnožování Pozdravy – úcta ke starším lidem, nadřízeným,… Vypravování – témata z každodenního života Charakteristika – členů rodiny, spolužáků, kamarádů – vyjádření kladných a záporných vlastností Diskuse na dané téma – vyjádření vlastního názoru, schopnost správně argumentovat a přijmout názor ostatních Skupinová práce Básně – příroda, život kolem nás, sociální vztahy a problémy, vyjádření vlastního názoru, pocitu Povídky – porovnání s vlastním životem, vlastní zážitky, mezilidské vztahy Divadlo – návštěva divadla, správné chování v divadle, divadelní pojmy Cestopisy – porovnání zvyklostí v jednotlivých zemích Diskuse, skupinová práce, formulace názoru z kulturního zážitek	Český jazyk – sloh Český jazyk - literatura
září - červen	8.	Člověk a dospívání - dospívání - hledání nového naplnění života Člověk hledající společenství - hledání blízkého člověka - komunikace - muž, žena a láska	Občanská výchova

		Člověk hledající svůj svět - člověk a svět - zdravý způsob života Člověk hledající sám sebe - jaký to všechno má smysl - náhražky smyslu života Člověk a předpoklady soužití - člověk a řád - lidská práva v zrcadle dějin - problémy v oblasti lidských práv - všeobecná deklarace lidských práv Člověk a předpoklady soužití - o právní ochraně člověka, egoismu, intoleranci i dalších záležitostech Člověk a předpoklady zapojení do lidské spolupráce - zaměstnání, povolání Člověk a předpoklady zapojení do lidské spolupráce Člověk a předpoklady harmonického soužití se světem - člověk poznává svět - člověk jako tvůrce	
		Svět práce Poradil jsem se s rodiči o svém budoucím povolání Vím, kde získám informace o studiu a zaměstnání Umím si v případě potřeby sjednat konzultaci - řešení problémů a rozhodovací dovednosti - kritické čtení a vnímání mediálních sdělení- rozlišování bulvárních prvků ve sdělení od informativních a společensky významných - význam a role různých profesí ve vztahu k životnímu prostředí Mám představu o své profesní a životní budoucnosti Dokáže plánovat a řídit svůj čas Umím zhodnotit klady a zápory jednotlivých profesí Dokážu posoudit své předpoklady pro zvolenou profesi Umím posoudit perspektivu profesí Dokážu získat informace o nabídce středních škol v regionu Umím si naplánovat cestu k profesnímu cíli. Umím naslouchat druhým a pochopit jejich problémy Rozumím nonverbální komunikaci Zvládám konfliktní situace Umím se vcítit do problémů druhých Vím, co ode mě očekává zaměstnavatel Umím spolupracovat v týmu	Člověk a práce

		Uplatňování kreativity Řešení problému při kolektivních sportech Lidské aktivity a problémy život.prostředí Lidské vztahy - učíme trpělivosti, povzbuzujeme - vedeme žáky k otevřené všestranné komunikaci - učíme žáky spolupracovat a vzájemně si pomáhat - odmítáme nekamarádské chování - důsledně vedeme žáky k dodržování vymezených pravidel, ochraně zdraví a k plnění svých povinností a závazků - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci - učíme žáky pracovat přiměřeným tempem, aby neplýtvali svojí energií - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci druhých - Učíme je vážit si pracovního úsilí kamarádů a respektovat výsledky jejich práce Komunikace – druhy, umět komunikovat s různými lidmi, říci svůj názor Popis děje – témata z každodenního života Popis osoby – vyjádření kladných a záporných vlastností Úvaha – zamyšlení nad aktuálními tématy, vyjádření vlastního názoru Diskuse, skupinová práce Básně – společenská a sociální témata, porovnání historie a současnosti, vyjádření vlastního názoru, pocitu Divadlo – vývoj divadla, návštěva divadla, správné chování při návštěvě divadla Povídky – porovnání historie a současnosti, mezilidské vztahy Diskuse, skupinová práce, formulace názoru z kulturního zážitku	Tělesná výchova Český jazyk – sloh Český jazyk-literatura
září - červen	9.	Smysl společenství - spolupráce lidí a její podmínky, mýtus a náboženství - rodina a péče státu o ni, její nezastupitelnost v životě člověka Podpora podnikání - rodinné finance, dluhy, podnikání Občanská společnost, sdružování - sdružování občanů, stát a ústava - občanství, samospráva, protispolečenské jevy Život člověka na planetě Zemi - planetární problémy, nové technologie a odpovědnost člověka za osud Země Svět a Evropa - mezinárodní spolupráce, mezinárodní společenství - evropské civilizace, společná zkušenost katastrofických válek a režimů, cizina a zaniklé	Občanská výchova

		kultury sociální vztahy - sociální vztahy – životní úroveň, sociální péče, sociální politika státu, druhy sociálních příspěvků - péče o demokracii, nezávislý tisk, veřejné mínění - náboženské sekty, šťastný domov Vztahy mezi lidmi - já a lidé kolem mě, vývoj charakteru - řešení problémů - vzájemné poznávání ve skupině, chyby při poznávání - respektování druhého - komunikace v různých situacích, vyjednávání, vysvětlování - temperamentové typy - lidé odlišní od normy - rozhodování z hlediska různých typů problémů a sociálních rolí, problémy v mezilidských vztazích - režim dne - význam pohybové aktivity, zásady osobní a duševní hygieny - analýzy vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projev v chování lidí Životní prostředí a zdraví člověka - demokratická atmosféra a demokratické vztahy ve škole - jedinečnost každého člověka a individuální zvláštnosti - udržování tolerantních vztahů - rozvoj spolupráce s jinými lidmi - naše obec a náš styl života - civilizační choroby - infekční nemoci a ochrana před nimi - HIV/AIDS - výživová hodnota potravy - zpracování a přeměna potravy - cesta ke zdravé výživě - potravinový koš - dáváme přednost zdraví a životu - neubližujeme si navzájem - máme právo na bezpečí Život bez závislostí	Výchova ke zdraví

		- drogy a jejich účinky - drogy a zákon Mezilidské vztahy -vztahy mezi sourozenci - vliv rodiny na vývoj dítěte - kvalita rodinné výchovy - problémy socializace Otec, matka, děti a ti druzí - vznik manželství - znalost partnera - vztahy v rodině - příprava na mateřství - kvalita mateřské péče - představy o mateřství	
		Svět práce Poradil jsem se s rodiči o svém budoucím povolání Vím, kde získám informace o studiu a zaměstnání Umím si v případě potřeby sjednat konzultaci - řešení problémů a rozhodovací dovednosti - kritické čtení a vnímání mediálních sdělení- rozlišování bulvárních prvků ve sdělení od informativních a společensky významných Znaky profesí - význam a role různých profesí ve vztahu k životnímu prostředí Mám představu o své profesní a životní budoucnosti Dokáže plánovat a řídit svůj čas Umím zhodnotit klady a zápory jednotlivých profesí Dokážu posoudit své předpoklady pro zvolenou profesi Umím posoudit perspektivu profesí Dokážu získat informace o nabídce středních škol v regionu Umím si naplánovat cestu k profesnímu cíli. Umím naslouchat druhým a pochopit jejich problémy Rozumím nonverbální komunikaci Zvládám konfliktní situace Umím se vcítit do problémů druhých Vím, co ode mě očekává zaměstnavatel Umím spolupracovat v týmu	Člověk a práce
		Uplatňování kreativity výchova Řešení problému při kolektivních sportech Lidské aktivity a problémy život.prostředí	Tělesná
		Lidské vztahy - učíme trpělivosti, povzbuzujeme - vedeme žáky k otevřené všestranné komunikaci - učíme žáky spolupracovat a vzájemně si pomáhat - odmítáme nekamarádské chování	

		- důsledně vedeme žáky k dodržování vymezených pravidel, ochraně zdraví a k plnění svých povinností a závazků - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci - učíme žáky pracovat přiměřeným tempem, aby neplýtvali svojí energií - vedeme žáky k pozitivnímu vztahu k práci druhých - Učíme je vážit si pracovního úsilí kamarádů a respektovat výsledky jejich práce	
		Komunikace – druhy, umět komunikovat a říci vlastní názor Administrativa – vyplňování formulářů z každodenního života, sepsání vlastního životopisu Úvaha – vyjádření vlastního názoru, zamyšlení nad aktuálními tématy Vypravování – témata z každodenního života Diskuse, skupinová práce	Český jazyk – sloh
		Básně – společenská a sociální témata, zamyšlení, vyjádření vlastního názoru, pocitu, dojmu, nálady Povídky, romány – porovnání s vlastními zážitky, vyjádření názoru, porovnání života v různých historických obdobích, téma nesvobody, útlaku, pronásledování, mezilidské vztahy Divadlo – slušné chování, vyjádření vlastního názoru Diskuse, skupinová práce, formulace dojmů z kulturního zážitku	Český jazyk – literatura
		Volba povolání, životní prostředí, moje rodina, moje bydliště, cestování – konverzace na dané téma, vyjádření vlastního názoru Porovnání života u nás a v německy mluvících zemích Diskuse, skupinová práce, projekty	Německý jazyk

8. Metody při realizaci prevence

Dodržovat školní řád, školní osnovy, účastnit se sportovních a vědomostních soutěží, výletů, exkurzí, navštěvovat divadlo a další akce školy. Navštěvovat akce DDM v Rakovníku v rámci programu primární prevence, účastnit se besed s Policií ČR. V předmětech občanská výchova, výchova ke zdraví, přírodopis se seznámit s výhodami života bez drog a závislostí.
Provést u žáků 2. stupně osvětu o drogách. Připravit nástěnku o drogách. Zapojit co nejvíce žáků do zájmových kroužků, které jsou na naší škole pro žáky bezplatné (zdravotní, hra na flétnu, keramický, sportovní hry, myslivecký, stolní tenis, hra na klavír a klávesy, doučování z matematiky, českého jazyka, anglického jazyka, robotika, břišní tance, fotbal).
Dále se snažíme co nejvíce dětí zapojit do mimoškolních akcí jako je Drakiáda, Poslední let broučků, Mikulášská nadílka, dětský karneval, Masopust, Kostitřas, Kolotoč – cyklistika, V rybnících nežijí jen vodníci, Den dětí, Běh do schodů apod.

9. Podklady v legislativě

MPP vychází z metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních č.j. 21291/2010-28 a z metodického pokynu ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení č.j. 24 246/2008-6.

10. Evaluace z MPP z loňského roku viz příloha

11. Seznam literatury

- Rodičovská linka – www.rodicovskalinka.cz
- Pravidla bezpečného chování na internetu www.bezpecnyinternet.cz
- Národní centrum bezpečného internetu www.ncbi.cz, www.saferinternet.cz
- Informace o kyberšikaně www.e-bezpeci.cz, poradna www.poradna.e-bezpeci.cz
- Půlhodinový film určený dětem, jejich rodičům a pedagogům o nástrahách internetu a nebezpečí, která jsou skryta za nejrůznějšími identitami, můžeš shlédnout na www.seznamsebezpecne.cz
- Pomoc obětem kyberšikany na www.onlinehelpline.cz
- Nevhodný či nezákonní obsah na internetu můžete nahlásit na www.horkalinkaczi.cz
- Informace pro rodiče, pedagogy i děti o chování v mimořádných a krizových situacích a rady pro případ rizika či ohrožení www.zachranny-kruh.cz
- Pomoc a rady při výskytu šikanování www.minimalizacesikany.cz
- Odborná, bezplatná a diskrétní pomoc obětem a svědkům trestných činů – Bílý kruh bezpečí www.bkb.cz
- Informace z oblasti látkových i nelátkových závislostí www.adiktologie.cz, poradna www.poradna.adiktologie.cz nebo www.drogovaporadna.cz, www.drogy.info
- Prevence rizikového chování u dětí a poskytování psychosociální pomoci osobám ohroženým závislostmi nebo dalšími formami rizikového chování www.prevcentrum.cz
- Poruchy příjmu potravy www.healthyandfree.cz
- PPP Rakovník http://www.pppstredoceska.cz/kontakty.php?lokalita=rk
- první pomoc https://www.tytozvladnes.cz, www.mladyzachranar.cz
- multimediální CD -ROM Drogy smrtelné nebezpečí
- DVD Etiketa – encyklopedie společenského chování, 1. a 2. díl
- Jak se vyhnout AIDS – Earvin Johnson
- Co mám vědět o AIDS – příručka pro učitele základních škol
- Děti a jejich problémy – sborník studií, sdružení linka bezpečí
- Romové v České republice včera a dnes – Ctibor Nečas
- Vzdělávání Romů, Eva Šotolová
- Dynamický život, Hans Diehl

12. Odkaz na školní řád

Žák má vyspecifikováno ve školním řádu práva a povinnosti, podmínky zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví žáků a jejich ochrany před sociálně patologickými jevy a před projevy diskriminace, nepřátelství nebo násilí, ochrana před sociálně patologickými jevy, podmínky zacházení s majetkem školy ze strany žáků, bezpečnost a ochrana zdraví žáků, postup školy při řešení případů souvisejících s užíváním návykových látek v prostředí školy, postup školy při řešení případů souvisejících s krádežemi a vandalismem v prostředí školy.
Každý žák naší školy první školní den stvrzuje svým podpisem seznámení se s obsahem školního řádu v žákovské knížce a totéž činí i rodiče.

13. Program proti šikanování

Cíl programu: Vytvořit bezpečné, respektující a spolupracující prostředí. Podporovat pozitivní vztahy v třídních kolektivech, sjednocovat výchovné postupy pedagogů ve škole, sjednocovat stejné výchovné postupy školy a rodiny, mít stejné cíle a prostředky k jejich dosažení. Cílem veškerých aktivit je předcházet patologickým a negativním jevům (různé podoby šikany).

Struktura programu:

1. Situace, které škola zvládne řešit vlastními silami: postup pro počáteční stádia šikanování a rámcový třídní program pro řešení zárodečného stádia šikanování
2. Situace, kdy škola potřebuje pomoc a situace vyžaduje součinnost se specializovanými institucemi a policií: řešení případů pokročilé a nestandardní šikany, např. skupinové násilí vůči oběti

Metody vyšetřování:

A Strategie pro vyšetřování počáteční šikany (se standardní formou)

1.Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili a s oběťmi.
2. Nalezení vhodných svědků.
3.Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů)
4. Zajištění ochrany obětem.
5. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.

B Strategie pro vyšetřování pokročilé šikany s neobvyklou formou - skupinové násilí vůči oběti, tzv. třídního lynčování
1. Překonání šoku pedagogického pracovníka a bezprostřední záchrana oběti.
2. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
3.Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
4. Pokročilá pomoc a podpora oběti.
5. Nahlášení policii.
6. Vlastní vyšetřování.

V rámci první pomoci při pokročilých a kriminálních šikanách budeme spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s pedagogicko-psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče, orgánem sociálně právní ochrany dítěte, Policií ČR.
V případě negativních dopadů šikanování na oběť bude jí zprostředkována péče pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků - klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

Výchovná opatření:

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

Pro potrestání budeme využívat následující běžná opatření:

- Napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy
- Snížené známky z chování
  Pro nápravu situace ve skupině budeme pracovat s celým třídním kolektivem. Je nutné se vypořádat i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina)
  V mimořádných případech se užijí další opatření:
- Ředitelka školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místně příslušném diagnostickém ústavu.
- Ředitelka 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 následujícím umístěním v diagnostickém ústavu.

Spolupráce s rodiči

Pokud rodiče informují školu o podezření na šikanování, je za odborné vyšetření záležitosti zodpovědná ředitelka školy. Při nápravě šikanování je potřebná spolupráce vedení školy, školního metodika prevence, výchovného poradce a dalších pedagogických pracovníků, jak s rodinou oběti, tak i s rodinou agresora. Při jednání s rodiči dbají pedagogičtí pracovníci na taktní přístup a zejména na zachování důvěrnosti informací. Je nutné předem informovat rodiče o tom, co dělat v případě, když se dozvědí o šikanování.

Spolupráce se specializovanými institucemi

Při předcházení případům šikany a při jejich řešení je důležitá spolupráce vedení školy, školního metodika prevence, výchovného poradce s dalšími institucemi a orgány:

- v resortu školství - pedagogicko-psychologickými poradnami, středisky výchovné péče, speciálně pedagogickými centry
- v resortu zdravotnictví – s pediatry a odbornými lékaři, dětskými psychology, psychiatry a zařízeními, která poskytují odbornou poradenskou a terapeutickou péči, včetně individuální a rodinné terapie
- v resortu sociální péče – s oddělením péče o rodinu a děti, s oddělením sociální prevence (možnost vstupovat do každého šetření, jednat s dalšími zainteresovanými stranami, s rodinou)
- případně s NNO (nestátní neziskové organizace) specializujícími se na prevenci a řešení šikany

Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), ředitelka školy oznámí tuto skutečnost Policii ČR. Ředitelka školy oznámí orgánu sociálně právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, ředitel školy zahájí spolupráci s orgány sociálně právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu.

Příloha č. 1
Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování
Příloha č. 2
Stádia šikanování
Příloh č. 3
Rozdíly mezi šikanováním a škádlením
Příloha č. 4
Doporučená literatura z oblasti šikanování
Příloha č. 5
Příklady šikanování
Příloha č. 6
Informační leták pro žáky ZŠ

Zápis do třídních knih na začátku školního roku
Žáci byli seznámeni s krizovým plánem programu proti šikanování.

Příloha č. 1

Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování

1. 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 mužstva mezi posledními.
- O 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.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

2. Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo "legrací" zranitelný.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávistným, nebo 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, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

3. Zákonné zástupce žáků se doporučuje upozornit zejména na to, aby si všímali těchto možných příznaků šikanování:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo 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 agresívní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči zákonným zástupcům.
- 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 víc, než mělo ve zvyku.

Příloha č. 2
Stadia šikanování

Motto: Školní šikanování je nemoc skupinové demokracie a má svůj zákonitý vnitřní vývoj.

První stadium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený nebo nevlivný, na jehož úkor je prima si dělat „legrácky". Pak to ale jde dál, skupina si najde jakéhosi otloukánka. Třetí stadium už je klíčové. Vydělí se jádro útočníků a systematicky začne šikanovat nejvhodnější oběti. Do této chvíle lze věci jasně řešit. Následně ale dojde k bodu zlomu, kdy se šikanování stane nepsaným zákonem i pro opravdu slušné děti a celá skupina se stává krutou. V pátém stadiu – totalitě – se stane šikanování skupinovým programem. (Michal Kolář)

První stadium: 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.

Druhé stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace
V zátěžových situacích (konkurenční prostředí), 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. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra
Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šiřitelé „viru" začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejníže, tedy ti „slabí". Většinou platí mezi ostatními žáky názor - „raději on, než já".

Čtvrté stadium: 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. Platí „Buď jsi s námi, nebo proti nám." 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.

Páté stadium: 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 pro přehlednost můžeme označit jako „otrokáře" a „otroky". Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání parastruktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly. 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. (Kolář, 2011)

Příloha č. 3

Rozdíly mezi šikanováním a škádlením

Definice: Škádlení patří k rovnocenným, kamarádským nebo partnerským vztahům.
Chápáno je jako projev přátelství. Za škádlení se považuje žertování (popichování, zlobení) za účelem dobré nálady a není v něm vítěz ani poražený. Záměr: Vzájemná legrace, radost a dobrá nálada.
Motiv: Náklonnost, sblížení, seznamování, zájem o druhé. Rozpouštění napětí ve třídě a navozování uvolněné a pohodové atmosféry.
Postoj: Respekt k druhému a sebeúcta.
Citlivost: Vcítění se do druhých.
Zranitelnost: Dítě není zvýšeně zranitelné a přecitlivělé.
Hranice: Obě strany mají možnost obhájit své osobní teritorium. Vzájemné vnímání a respektování verbálních i neverbálních limitů. Při divočejším škádlení žádný nepoužije své plné síly nebo silnější mírní své akce.
Právo a svoboda: Rovnoprávnost účastníků. Dítě se může bránit a škádlení opětovat, případně ho může zastavit a vystoupit z něho.
Důstojnost: Zachování důstojnosti. Dítě nemá pocit ponížení. Necítí se trapně a uboze.
Emoční stav: radost, vzrušení ze hry, lehké naštvání. I nepříjemné! Ale ne bezmoc.
Dopad: podpora sebehodnoty, pozitivní nálada.

Definice: Šikanování patří do násilných a závislostních vztahů.
Za šikanování se považuje, když jeden nebo více žáků úmyslně a opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit, dělá, co je mu nepříjemné, co ho ponižuje nebo to prostě bolí.
Záměr: Ublížit, zranit a ponížit.
Motiv: Základní tandem - moc a krutost.
Postoj: Devalvace, znevážení druhého
Citlivost: Tvrdost a nelítostnost.
Zranitelnost: Bezbrannost, oběť se neumí, nemůže či nechce bránit.
Hranice: Prolamování hranic, „znásilňování“ druhého. Silnější strana nebere ohled na slabšího. Oběť dává najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci pokračují dál. Někdy sadomasochistická interakce.
Právo a svoboda: Bezpráví. Pokud se dítě brání nebo dokonce „legraci“ oplatí je tvrdě ztrestáno!
Důstojnost: Ponížení lidské důstojnosti. Dítě je zesměšňováno a ponižováno.
Emoční stav: Bezmoc! Strach, stud, bolest. Nepříjemné a bolestivé prožívání útoku.
Dopad: Pochybnosti o sobě, nedostatek důvěry, úzkost, deprese. Dítě má strach ze školy. (Kolář, 2011)

Příloha č. 4

Literatura a webové odkazy

- Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.
- 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
- Kolář, M.(2012). Net story: Příběhy ze světa internetu. Praha: NCBI.
- Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2009). Skrytá podstata Hradeckého školního programu proti šikanování.
- Kolář, M. (2005). Školní násilí a šikanování. Ostrava: CIT, Ostravská univerzita.
- Kolář, M. (Ed.) (2004) Školní šikanování. Sborník z první celostátní konference konané v Olomouci na PdF UP 30.3.2004. Praha: Společenství proti šikaně. 10-12
- Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2003). Specifický program proti šikanování a násilí ve školách a školských zařízeních. Praha, MŠMT, ČR
- Kolektiv autorů (2012). Elektronická šikana a jak jí řešit. (Metodický materiál.) Praha: NCBI.
- Kopecký, K., Krejčí,V. (2010). Rizika virtuální komunikace. (Příručka pro učitele.) Olomouc: Net Univerzity. [cit. 2.12. 2012] http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/kestazeni
- Krejčí,V. (2010). Kyberšikana – kybernetická šikana. Olomouc: E-Bezpečí. [cit. 2.12. 2012] Dostupný z WWW – http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/kestazeni/materialy-pro-studium-studie-atd
- Parry, J., Carrington, G. (1997). Čelíme šikanování: Sborník metod. Praha: IPPP: Portál.
- Philippová, L., Janošová,P. (Eds.) (2009). Šikana jako etický, psychologický a pedagogický problém. Sborník příspěvků z konference konané 19. 3. 2009 v Praze. Brno: Tribun EU
- Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.
- Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi. Praha: Portál. 20

Doporučená literatura (časopisy)

- Kolář, M. (2010). Bolest kyberšikany. Informační bulletin 1. Úřad pro ochranu osobních údajů.
- Kolář, M. (2010). Ve škole: Šikana, nebo jen škádlení? Psychologie dnes 2 (16), 56-59.
- Kolář, M. (2009). Šikana v mateřské škole: diferenciální diagnostika – jak rozlišit
- šikanování od škádlení? Řízení mateřské školy (20. aktualizace). Praha:
- nakladatelství dr. Josef Raabe.
- Kolář. M. (2009). Zlo či dobro, šikanovanie alebo doberanie? In: Sociálna prevenci 1. Bratislava: Národne osvetové centrum.
- Kolář, M. (2007). Český školský program proti šikanovaniu. Perspektivy.
- In: Sociálna prevencia. Bratislava: Národné osvetové centrum.
- Kolář, M. (2007). Český školní program proti šikanování. Právo a rodina, 3.
- Kolář, M. (2006). Jak na šikanu? Psychologie dnes 2 (12), 16-18.
- Kolář, M. (2005) Devět kroků při řešení počáteční šikany aneb pedagogická chirurgie
- Miovský, M. a kol. (2012). Návrh doporučené struktury MPP prevence rizikového chování pro ZŠ. Praha: Klinika adiktologie 1.LF KU

Webové stránky s tématikou školní šikany a kyberšikany

Společenství proti šikaně, www.sikana.org E-Nebezpeci pro učitele
www.e-nebezpeci.cz Národní centrum bezpečnějšího
internetu www.ncbi.cz

Kontakty Sdružení Linka bezpečí (116 111),
www.linkabezpeci.cz Poradna webu Minimalizace
šikany, www.minimalizacesikany.cz Internet poradna,
www.internetporadna.cz Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu,
www.Horka-linka.cz Poradna E-Bezpeci - poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na Internetu,
www.napisnam.cz

Příloha č. 4

Příklady šikanování

1. Případ: Zpověď oběti počátečního stadia šikanování (doslovný přepis)

• nadávaj mi
• dělaj mi naschvály
• maj na mne poznámky když přijdu po nemoci
• rejpaj do mne
• když se učitel rozhoduje koho vyzkoušet tak mu poraděj mne
• když nejsem ve škole říkaj učitelům, co není pravda
• když něco provedou, snaží se to svalit na mne
• když se učitel zeptá jestli někdo má tahák, hned se všichni ozvou, že mám já
• vo hodině, když písemka, tak zničeho nic se ozve abych neopisoval
• všichni maj strašnou radost když dostanu špatnou známku
• když jsem služba, tak všichni udělaj ve třídě nepořádek
• nepouští mne mezi sebe když si povídají
• když si řeknu o sešit tak řeknou, že ho nemají dopsanej a pak ho pučej někomu jinýmu
• ve frontě na oběd mne předbíhají
• když je ve třídě smrad tak hned řeknou že jsem si prd
• povyšujou se nade mne
• Nic mi nepučej
• když něco udělám, hned to všem řeknou
• plivnou mi na židli a na všechny ostatní, abych si nemohl najít jinou
• na výtvarce si ode mne vezmou štětec a nic mi neřeknou a maj z toho strašnou srandu, když ho hledám
• když v matice někdo počítá na tabuli, tak mu raděj a řeknou mu i výsledky. Ale mně ne. Když uš mi poraděj, tak špatně
• někdy mi tašku zamknou do skříně a říkaj že od ní nemaj klíč
• když se učitel zeptá kdo chybí tak místo mého jména řeknou nějakou nadávku

2. Případ: „Premiantka třídy“ – za určitých okolností se může stát obětí šikany kterékoliv dítě.

Půvabná třináctiletá dívka, premiantka třídy závodně hrající tenis, se stala terčem kritiky a nemilosti skupiny spolužáků. Nedokázala se zapojit do společné zábavy, snad působila poněkud křečovitě a byla příliš orientována na výkon. To však neopravňovalo zdatného a oblíbeného chlapce, aby jí dlouhodobě fyzicky ubližoval. Jelikož ale ona byla zdatná a odvážná dívka, pokoušela se mu někdy postavit a vrátit mu způsobené příkoří, ovšem proti jeho brutalitě neměla šanci. Schytala od něj tvrdé rány a kopance. Nikdo se jí nezastal. Po takovém střetu často plakala. Rodiče a učitelé se nikdy o jejím trápení nedověděli. Obětí agresivity tohoto „gentlemana“ se krátkodobě staly dvě další dívky s výborným prospěchem. Po příchodu nového žáka, který byl jednoznačně nejsilnější a přitom povahově mírný a jemný, násilí zmíněného chlapce ustalo.
Je zajímavé, že dívka, která se mi s tímto příběhem svěřila a kvůli níž jsem navázal spolupráci s mimořádně obětavou výchovnou poradkyní, si po delší době téměř na nic nevzpomněla. Její bolestivé vzpomínky byly vytěsněny mimo vědomou oblast.

Kolář M. (2005) Bolest šikanování. Praha: Portál, 2005

Příloha č. 6

Informační leták pro žáky ZŠ

Nikdo nemá právo druhému ubližovat!

Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál.

Víš o někom, kdo je šikanován, a je ti ho líto.

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJEŠ (ŠKOLNÍM METODIKEM PREVENCE, ŠKOLNÍM PSYCHOLOGEM, VÝCHOVNÝM PORADCEM).

Pomohu ti!

Jmenuji se: Kateřina Lauberová
Najdeš mě: ZŠ a MŠ Čistá (druhé patro budovy)
Návštěvní hodiny mám: pro tebe kdykoli
Telefon: 723 122 549

Vím, že je to moc těžké. Cítíš se sám, je ti smutno, máš strach a nevíš, co máš dělat. Přečti si proto následující řádky.

Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě. Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a poškozování věcí). Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

Proč bývá člověk šikanován?

Není to proto, že by byl špatný, nebo proto, že by si to nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

Jak se můžeš bránit?

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: „Já nevím, když přijdu domů, tak se na to snažím nemyslet. A doufám, že už to bude lepší.“ Myslet si, že to bude lepší, je omyl. Nikomu nic neříct, je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:

- Obraťˇ se na učitele, kterému důvěřuješ.
- Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě.
- Svěř se svým rodičům.
- V případě, že nenajdeš odvahu říct to ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon 800 155 555 nebo 116 111. Bezplatně můžeš telefonovat z celé republiky. Nepotřebuješ k tomu peníze ani telefonní kartu. Tito lidé ti budou věřit, protože nejsi sám, komu se něco podobného děje.

Jak se bránit kyberšikaně:

- Nereagovat=neodpovídat agresorovi
- Uložit, vytisknout jako důkazní materiál
- Změnit svou virtuální identitu (přezdívka, nový e-mail)
- Nikde neuvádět svou skutečnou identitu=jméno, věk, adresu, telefon…
- Kontaktovat poskytovatele serveru, ze kterého mě agresor šikanuje a požádat o zamezení přístupu
- Svěřit se rodičům, oblíbenému učiteli, nebo zavolat na Linku bezpečí 776 777, volání je zdarma

Zápis do třídních knih na začátku školního roku.

Žáci byli seznámeni s krizovým plánem programu proti šikanování.



Krizový plán

ZŠ a MŠ Čistá

ZŠ a MŠ Čistá, Tyršova 127, 270 34 Čistá

ZÁKLADNÍ ŠKOLA
A MATEŘSKÁ ŠKOLA ČISTÁ
Škola pro všechny

14. Krizový plán

Obsah:

Krizový plán obecně
Vstup policie do školy
Postupy při řešení krizových situací při zjišťování sociálně patologických jevů

1. Žák v ohrožení života
2. Návykové látky (alkohol, drogy, tabák)
3. Krádež
4. Vandalismus
5. Syndrom týraného dítěte – CAN
6. Kyberšikana
7. Rasismus
8. Záškoláctví
9. Násilí
10. Netolismus
11. Sebepoškozování
12. Nová náboženská hnutí
13. Rizikové sexuální chování
14. Příslušnost k subkulturám
15. Domácí násilí
16. Hazardní hraní
17. PAS – Porucha autistického spektra
18. Rizikové chování v dopravě
19. Porucha příjmu potravy
20. Extremismus, rasismus, xenofobie, antisemitismus
21. Homofobie
22. Psychické krize, duševní zdraví
23. Sebevražedné chování

Krizový plán

Metodický pokyn MŠMT k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízení, č.j. 20 006/2007-51 doporučuje postupy školy při výskytu vybraných rizikových forem chování dětí a mládeže.
V rámci prevence sociálně patologických jevů, jako je šikana, kouření i užívání jiné návykové látky a pod., je potřeba věnovat zvýšenou pozornost jakýmkoli změnám v chování i prospěchu, které se u jednotlivce, případně v kolektivu vyskytnou. Při jakékoliv změně chování nebo i podezření je vždy nutné:

- pokud se týká jednotlivce, promluvit si s ním v bezpečném a chráněném prostředí a pokusit se zjistit příčinu změny
- o zjištěných poznatcích informovat třídního učitele, ten v případě potřeby informuje ředitele školy, školního metodika prevence a výchovného poradce
- pokud se změna týká celého kolektivu, přenechat šetření na školním metodikovi prevence
- třídní učitel o zjištěném stavu informuje zákonné zástupce žáků, buď individuálně nebo prostřednictvím mimořádné rodičovské schůzky, zákonným zástupcům nabídne pomoc při řešení a doporučí poradenské zařízení

Zákonní zástupci žáků jsou pravidelně informováni o prospěchu a chování svých dětí a mají možnost žádat vysvětlení a objasnění hodnocení nebo postupů řešení po pedagogických pracovnících školy. Mají možnost se obrátit na ředitele školy. Poradenství zajišťuje školní metodik prevence a výchovný poradce v rámci konzultačních hodin.

Pedagogičtí pracovníci při podezření na zanedbání povinné péče o dítě, tělesné tresty, domácí násilí informují ředitele školy, ten situaci ohlásí na oddělení sociálně právní ochrany, dle potřeby též Policii ČR.

Vstup policie do školy

Zaměstnanci školy se snaží o maximálně dobrou spolupráci a vzájemný respekt.

- policista je povinen prokázat se – stejnokrojem s identifikačním číslem, služebním průkazem nebo odznakem služby kriminální policie
- v případě pochybností o totožnosti policisty si zaměstnanec školy ověří totožnost telefonickým dotazem na pracoviště policie
- ředitel se seznámí s předmětem policejního úkonu a důvody, jež k němu vedou

Předvolání a předvedení žáka, podání vysvětlení a výslech

Policie může vyžadovat podání vysvětlení, provádět výslech, předvolat nebo předvést žáka mimo školu. Výslech se provádí zpravidla policisty v občanském oděvu, převezení za použití civilního vozidla.

Škola zajistí dohled dospělou osobou po celou dobu služebního zákroku i služebního úkonu a to i v případě, že je proveden ve škole. Písemně je zaznamenáno číslo policisty, jméno převáženého dítěte a datum. Po ukončení procesu je žák předán zpět do školy nebo je předán zákonnému zástupci.

- Vyrozumění rodičů provádí policista předem (u osoby mladší 15 let informuje také orgán sociálně právní ochrany mládeže), v případě, že tak neučiní, informuje rodiče třídní učitel – o způsobu vyrozumění se domluví s policistou.
- Policista může úkon provést i v případě, že vyrozumění rodiče nelze zajistit a provedení úkonu nelze odložit. Podle zákona mohou být mladiství vyslýcháni i bez účasti osob vykonávajících dohled nad nezletilými.
- Na požádání policie ředitel školy poskytne vhodnou místnost k šetření žáka ve škole, zajistí také pedagogický dozor.
- Osoby přibrané k výslechu (dozor) mohou navrhnout odložení úkonu na pozdější dobu a v průběhu provádění takového úkonu navrhnout jeho přerušení nebo ukončení, pokud by provedení úkonu nebo pokračování mělo nepříznivý vliv na psychický stav vyslýchaného žáka.
- Pro děti a mládež platí v plné míře presumpce neviny.

Oznamování trestné činnosti

V případě, že je zaměstnanec školy svědkem trestné činnosti nebo se o ní dozví, ohlásí to řediteli školy. Je proveden písemný zápis a škola celou záležitost oznámí Policii ČR.
Trestnou činností se rozumí užívání omamných látek, gamblerství, šikan, týrání, vraždy, loupeže, pohlavní zneužívání, znásilnění, majetková trestná činnost, vystavení šikaně či týrání, případně jinému nežádoucímu zacházení ve škole i mimo školu.

Informace pro zaměstnance, zákonné zástupce žáků a žáky o poradenských zařízeních, důležitých telefonních číslech jsou k dispozici v MPP.

Postupy při řešení krizových situací při zjištění sociálně patologických jevů

1. Žák v ohrožení života

- zaměstnanec školy, který je přítomen této situaci nebo je informován žákem, neprodleně poskytne první pomoc
- zavolá rychlou záchrannou službu 155, 112
- informuje vedení školy

2. Návykové látky (při výskytu podezřelé látky a při podezření na užití omamné látky žákem)

Alkohol

Alkohol je v Evropě nejrozšířenější návykovou látkou. Rozšířenost pití alkoholu má hluboké společenské a kulturní kořeny. Alkohol je legální drogou, přičemž její dostupnost je v různých zemích upravena odlišně. V České republice je podle zákona možné podávat alkohol zletilým osobám, tj. Od 18 let věku.

Při nálezu neznámé látky:

- zajistí-li pedagog podezřelou látku a je-li podezření, že se jedná o drogu či jinou škodlivou látku, v přítomnosti dalšího člena pedagogického sboru uloží tuto látku do obálky.
- Na obálku napíše datum, čas a místo zajištění látky, komu byla odebrána, podepíše se a uvede jméno svědka. Obálku přelepí, opatří razítkem školy a uschová ji do školního trezoru.
- Poté je nutno bezodkladně vyrozumět policii. Identifikaci provede vždy policie, nikoli zaměstnanec školy. Při převzetí neznámé látky policistou si škola nechá tuto skutečnost písemně potvrdit.
- Pokud je zajištěna podezřelá látka u dítěte, které jeví známky otravy, předá se látka stejným způsobem uložena přivolanému lékaři.
- Pokud pedagog ponechá neznámou látku na místě nálezu a do příjezdu policie zajistí dohled na místě nálezu.
- Pedagog vždy zadrží žáka, u něhož byl nález učiněn.
- Dítě, jevící příznaky užití omamné látky je odvedeno z tohoto místa do místnosti, kde zůstane po dobu, než si pro něj přijdou rodiče nebo lékařská služba. Pedagog zajistí nad dítětem dohled dospělé osoby.
- Škola bezodkladně informuje rodiče žáka nebo jeho zákonné zástupce o zdravotních potížích žáka. Rodiče jsou vyzváni k tomu, aby si dítě co nejdříve vyzvedli ze školy a dopravily ho na lékařské vyšetření (pokud není třeba volat rychlou zdravotní pomoc ihned).
- Škola vyhotoví zápis průběhu celého případu a stanoví postup, jak zamezit případnému výskytu žáka pod vlivem omamné látky nebo výskytu podezřelé látky ve škole

- Ve školním řádu je uveden zákaz nošení, držení, distribuce a zneužívání návykových látek v areálu školy.
- Proběhne třídní schůzka rodičů, seznámení s účinky a příznaky užití návykových látek, jak se škola k případu postaví, jak bude pracovat s rizikovou třídou v preventivní oblasti, rodiče jsou vybídnuti ke spolupráci při výskytu sociálně nežádoucího chování, jsou seznámeni s náplní práce a konzultačními hodinami metodika prevence a výchovného poradce. Jsou dále seznámeni s tím, že dítě pod vlivem návykové látky ve škole porušuje vnitřní řád školy.
- Žák, který prokazatelně užil omamnou látku v areálu školy a tím porušil řád školy, bude kázeňsky potrestán.
- Škola vyzve nejrychlejší cestou rodiče žáka k jednání se školou. Rodiče jsou seznámeni se všemi skutečnostmi případu, porušením řádu školy, návrhem výchovného opatření, který schválila a doporučila pedagogická rada. Škola doporučí rodičům žáka specializovanou pomoc odborníků, vyhotoví dva zápisy z jednání, jeden obdrží rodiče žáka, druhý zůstane uložen ve škole. Škola nabídne rodičům pomoc – monitorování, pravidelné schůzky, TU, ŠMP, VP, vedení školy.
- Žáci jsou obecnou formou seznámeni s případem a jsou upozorněni na závažnost držení, přechovávání a užívání návykové látky a to nejen v areálu školy.
- Třída, v níž se problém objevil, bude pečlivě sledována.
- Škola informuje sociální odbor v případě, že žák je prokazatelně ovlivněn drogou nebo alkoholem nebo je v akutním ohrožení zdraví po požití drog.

Při podezření, že žák zneužívá návykové látky (časná intervence)

Metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel, pověřený pracovník:

- provede diskrétní šetření – zjistí citlivě co nejvíce informací (od spolužáků, rodičů,
- z poradny apod.)
- provede pohovor s dítětem – podle vztahu pracovníka s dítětem buď osobně nebo za přítomnosti jiného učitele, nebo jiné osoby (psychologa, sociálního kurátora, pracovníka oddělení pro dítě, ...). Doporučí mu rozhovor s odborníkem (PPP, zdravotní zařízení...).
- Citlivě informuje rodiče nebo zákonného zástupce a upozorní je na další postup školy v případě akutního ohrožení zdraví po požití drogy – nebezpečí z předávkování a trvalého zdravotního poškození, včetně vzniku návyku a ohrožení života.
- V případě negativní reakce rodičů na sdělené skutečnosti a v případě, že rodiče nezařídí pro žáka další péči, uvědomí škola sociální odbor.

Tabák

Závislost na tabáku je nejčastější ve formě cigaret.

Užívání tabáku je hlavní preventabilní příčinou onemocnění a předčasných úmrtí v populaci (WHO, 2017). Tabákový kouř obsahuje více než 7 000 toxických látek, z toho 70 prokázaných karcinogenů (The Tobacco Atlas, 2018). Dlouhodobé kouření zapříčiňuje až 14 typů rakoviny a významně poškozuje dýchací, oběhový, trávicí, vylučovací, reprodukční, imunitní systém a další systémy lidského těla.

Česká republika se řadí k zemím s nejvyšší mírou kouření tabáku v Evropě (WHO, 2017). Pravidelně u nás konzumuje tabák 25,2 % dospělé populace. Průměrná denní spotřeba cigaret je u dospělých kuřáků 12,3 cigarety za den.

Jedinou návykovou látkou v tabáku je nikotin, je to droga dokonce návykovější než např. heroin.

Tabákový výrobek je takový výrobek, který může být užíván a obsahuje neupravený nebo zcela či z části upravený tabák.

Tabákové výrobky se dělí na:

- Tabák
- Dýmkový tabák
- Tabák určený k ručnímu balení cigaret
- Bezdýmný tabák
- Žvýkací tabák
- Šňupací tabák
- Tabák určený k orálnímu užití
- Cigareta
- Doutník
- Nikotinový sáček bez obsahu tabáku
- Doutníček
- Tabák určený pro vodní dýmku
- Bylinný výrobek určený ke kouření
- Elektronická cigareta
- Vapování

Doporučený postup:

- pedagogický pracovník informuje ředitele školy o přítomnosti žáka, který kouří v prostorách školy a školského zařízení
- pedagogický pracovník nesmí žáky prohledávat. Ve škole, školském zařízení či na mimoškolní akci může žáka vyzvat k vydání těchto tabákových výrobků (nesmí je však bez souhlasu zabavit) nebo může volně položené tabákové výrobky odstranit z dosahu osob mladších 18 let (Miovský, 2015).
- pedagogický pracovník zajistí důkazný materiál (foto, zbytek nedopalku,..., svědky)
- ředitel školy, VP, TU vedou pohovor s dotyčným kuřákem
- výpověď žáka je sepsána a žákem a přítomnými pedagogy podepsána
- ŘŠ informuje rodiče, zákonné zástupce
- ŘŠ vyzve rodiče, zákonné zástupce ke schůzce na půdě školy a k jednání, které povede k nápravě jejich dítěte
- pokud pedagogický pracovník zajistí u žáka tabákové výrobky, postupuje dle školního řádu

  a) tabákové výrobky pedagog předá zákonnému zástupci žáka proti podpisu

  b) dokument o navrácení tabákového výrobku zákonnému zástupci pedagog přiloží k zápisu o jeho zajištění
- pokud k nápravě nedojde, informuje ŘŠ sociální pracovníky, OSPOD
- pedagogický sbor provede osvětu na dané téma pro žáky školy

Škola (tj. vchody do budovy školy a školského zařízení) musí být označena grafickými značkami s nápisem „kouření zakázáno“ včetně textu o zákazu používání elektronických cigaret (zákon č. 65/2017 Sb.)

Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek
Do výčtu návykových látek se doplňuje nikotin. Novela řeší problematiku nikotinových sáčků, platí pro ně stejná omezení jako pro elektronické cigarety – zákaz prodeje mimo specializované prodejny, na akcích pro osoby mladších 18 let, osobám mladších 18 let. Při prodeji na webu je prodejce povinen v okamžiku prodeje ověřit, že kupující spotřebitel není mladší 18 let.

Dočasné zařazení konopné látky HHC (hexahydrokanabinolu) na seznam návykových látek s účinností od 1.3.2024 do 1.1.2025. Po tuto dobu bude posuzována rizikovost předmětných látek a zvažovány další kroky za účelem ochrany veřejného zdraví.

3. Krádež

Krádež je takové jednání, při kterém se někdo zmocní věci, která není jeho a to za účelem si ji ponechat, použít ji apod., aniž by s tím majitel věci souhlasil, nebo o tom byl informován. Hmotná škoda není vždy rozhodující, protože pro majitele mají některé předměty osobní a emocionální hodnotu.

Doporučený postup:

- krádež je nahlášena řediteli školy
- každý, kdo se dopustí krádeže na školní půdě by měl mít možnost pohovořit si o svém jednání s ředitelem školy
- pečlivě se zabýváme příčinami (dítě je ke krádeži donuceno někým jiným, z koho má strach)
- preferujeme nápravu vztahu mezi poškozeným a zlodějem – trváme na tom, aby zloděj věc vrátil přímo poškozenému, omluvil se a nabídl za své chování nějakou kompenzaci
- zákonné zástupce zloděje vyrozumíme vždy až poté, kdy budeme přesně znát příčiny, které dítě k takovému chování vedly, rodiče poškozeného informujeme ihned, OSPOD informujeme tehdy, jedná-li se o opakované jednání zloděje a výchovná a další opatření, které zvolila škola, neměly žádný účinek
- jestliže se jedná o škodu většího rozsahu, vyrozumíme Policii ČR a oznámíme podezření na spáchání přestupku proti majetku, případně trestného činu majetkové povahy
- každou nahlášenou krádeží se zabýváme, vyšetřujeme ji. Je to důležité poselství jak pro poškozeného, tak pro zloděje. Jakmile budeme k dětem mít proslovy o krádežích, nezačínáme tím, že si všichni mají na své věci dávat dobrý pozor (tyto informace často vyznívají, jako by za krádež mohl poškozený, nikoliv zloděj).
- O krádeži a jejím šetření provedeme záznam, ze kterého budou jasně vyplývat všechny důležité skutečnosti: kdo – kdy – kde – jak – proč
- ve školním řádu máme zapracované sankce, které škola v případě krádeže použije
- žákům předáme informaci o tom, že krádeží se dopouští protiprávního jednání

4. Vandalismus

Vandalismus ve školním prostředí se projevuje ničením školního majetku nebo jeho poškozováním a ničením majetku ostatních žáků a žákyň.
Jedná se buď o významné útoky na věci, které mají za následek jejich úplné zničení (ulomené části nábytku, prokopnuté dveře, utržené vodovodní kohoutky, …) nebo významné poškození (čmáranice a nápisy na zdech nebo školním nábytku, popsané a polité učebnice...).
Důležité je zakotvit zacházení se školním majetkem do školního řádu a to včetně sankcí, které škola použije v případě, že se někdo dopustí úmyslného ničení majetku.

Doporučený postup:

- veškeré projevy vandalismu nahlásí pedagogičtí pracovníci řediteli školy
- náhradu úmyslně způsobené škody důsledně vymáhat po tom, kdo ji způsobil (u nezletilých potom po jejich zákonném zástupci)
- jestli žák nebo žákyně, kteří škodu způsobili, nejeví ochotu k její nápravě, případně je škoda takového rozsahu, že věc nelze svépomocně opravit, vyrozumíme o tomto chování zákonné zástupce žáků a žákyň a dohodneme s ním způsob náhrady škody (V případě, kdy způsobená škoda je nepatrná nebo malá, je třeba věc oznámit rodičům tehdy, jestliže dítě věc poškodilo úmyslně a nejeví žádnou snahu o nápravu. V případě škod většího rozsahu nebo škod na majetku někoho třetího oznamujeme rodičům vždy).
- jestliže se jedná o škodu většího rozsahu a ten, kdo ji způsobil není ochotný škodu nahradit, vyrozumí ředitel školy Policii ČR a oznámí podezření na spáchání přestupku proti majetku, případně trestného činu majetkové povahy
- u škod, které se dají nahradit tak, že je opraví sám žák nebo žákyně, preferujeme tento způsob náhrady škody
- o způsobené škodě provedeme záznam, ze kterého budou jasně vyplývat všechny důležité skutečnosti: kdo – kdy – kde – jak – proč – čím …
- snažíme se vždy dobrat příčiny takového jednání
- s žákem a kolektivem následně pracujeme

5. Syndrom týraného dítěte – CAN

- pokud si pedagog nebo zaměstnanec školy všimne, že žák vykazuje příznaky týraného dítěte, informuje o tomto ředitele školy
- pedagog, který má k dítěti nejblíže, naváže s žákem osobní kontakt a zkusí se citlivě zeptat (zajímá se)
- pedagog může dítěti doporučit např. Linku bezpečí (dítě si o svém problému může popovídat s odborníkem anonymně)
- pedagog by se měl také obrátit na spolužáky týraného dítěte nebo sourozence
- pedagog si může do školy pozvat rodiče a žádat vysvětlení některých jevů a problémů, které u dítěte vypozoroval
- pokud se učiteli potvrdí, že dítě je týráno, měl by kontaktovat odborníka (OSPOD, dětského lékaře...)

Příznaky týraného dítěte:

- celková stísněnost a nezájem o dění kolem
- zvýšená opatrnost v kontaktu s dospělými
- úzkost a vyděšené reakce v přítomnosti konkrétních dospělých osob nebo v situaci, kdy je dítě s dospělým samo
- vyhýbání se školním a mimoškolním aktivitám
- nápadně lhostejné postoje, výroky typu „mně je to jedno“
- agresivní napadání a šikanování vrstevníků
- zvýšená citová dráždivost a agresivní projevy na sebemenší podněty
- potíže se soustředěním a zhoršení prospěchu ve škole
- váhání s odchodem domů po vyučování
- odmítání jídla nebo přejídání
- sebepoškozování
- útěky z domova

Známky na těle dítěte:

- opakovaná zranění včetně zlomenin
- modřiny
- řezné rány
- otoky částí těla, například rtů, tváří, zápěstí
- stopy po svazování
- otisky různých předmětů na těle
- natrhnutí ucha
- otisky dlaně a prstů
- stopy po opaření nebo popálení cigaretou

Známky zanedbávání:

- trvalý hlad
- podvýživa
- chudá slovní zásoba
- špatná hygiena
- zkažené zuby a časté záněty dásní
- dítě není očkované proti nemocím
- nevhodné oblečení vzhledem k počasí
- nedostatek dohledu – dítě je večer doma samo, venku pobývá dlouho do tmy a bez dozoru apod.
- Vyčerpanost, přepracovanost
- s dítětem se nikdo neučí, nezajímá se o jeho školní povinnosti
- vyhození z domova

Projevy zanedbávaného dítěte:

- má chudé nebo velmi špatné vztahy s rodiči
- touží po citu a pozornosti jakéhokoliv dospělého (nedělá rozdíly mezi blízkými a cizími lidmi, vrhá se k cizím dospělým, odešlo by s nimi)
- je neobvykle unavené až apatické, někdy naopak nezvladatelné
- všechno jí hltavě a hladově
- chodí za školu nebo do ní chodí pozdě
- má potíže s učením
- zdráhá se odcházet domů
- houpá se, cucá věci nebo prsty, kýve hlavou
- žebrá o jídlo, peníze a jiné věci

6. Kyberšikana

Pojem kyberšikana představuje úmyslné urážky, vyhrožování nebo obtěžování druhých prostřednictvím moderních komunikačních prostředků většinou v delším časovém období. Kyberšikana se odehrává na Internetu (např. Prostřednictvím e-mailů, chatovacích aplikací jako je ICQ, v sociálních sítích, na videích umístěných na internetových portálech) nebo prostřednictvím mobilního telefonu (např. SMS zprávami nebo nepříjemnými telefonáty). Pachatel často jedná anonymně, takže oběť netuší, od koho útoky pochází.

Typické rysy:

- je časově neomezená – útočník může oběť obtěžovat 24 hodin denně
- publikum široké – kdokoliv
- obsah se šíří velmi rychle – prostřednictvím informačních technologií
- anonymita pachatelů je zpravidla obtížné, pokud je pachatel zdatný v práci s PC, mobilem apod., vypátrat jeho identitu
- anonymita informačních technologií umožňuje útočit i zjevně fyzicky slabším jedincům na zdatné oběti
- možná neúmyslnost – zveřejnění fotografií nemusí být vždy míněno jako útok na kohokoliv, nicméně může ve výsledku způsobit nepříjemnosti oběti

Jak postupovat:

- o skutečnosti je informován ředitel školy
- pedagogický pracovník s obětí zajistí důkazy (ukládání)
- oběť je požádána, aby neodpovídala na zprávy od šikanujícího
- ŘŠ, TU, VP vede rozhovor s účastníky kyberšikany
- v případě závažných zjištění informuje škola orgány činné v trestním řízení
- pedagogičtí pracovníci pohovoří s žáky o kyberšikaně
- pedagogičtí pracovníci pracují na povědomí o kyberšikaně, podpoří pozitivní využívání technologií, posílí empatii mezi žáky, pracují na klimatu, vedou žáky k úctě k druhým, vytvářejí v kolektivu dobré vztahy

7. Rasismus

Rasistické chování je takové, které na základě přisouzení psychických a mentálních schopností a dovedností skupinám definovaných podle biologického rasového či národnostního původu tyto příslušníky těchto skupiny hodnotí a případně je i poškozuje.

Doporučené postupy:

- pedagog nesmí přecházet rasistické poznámky jednotlivců
- pedagog musí okamžitě reagovat a razantně vystoupit proti projevům intolerance mezi žáky vyvolanými uvedenými postoji a názory
- vyvolat diskusi o problémech souvisejících s uvedenými postoji s cílem odhalit jejich příčinu
- zjistit rozšíření uvedených postojů v kolektivu, třídě, škole
- pozvat experty k diskusi s žáky
- informovat rodiče v případě zjištění uvedených hlouběji zakotvených postojů a nabídnout jim spolupráci
- v případě závažných projevů informovat bezpečnostní složky (Policii ČR)

8. Záškoláctví

Za záškoláctví je považována neomluvená absence žáka ve škole. Jedná se o přestupek, kterým žák úmyslně zanedbává školní docházku. Je chápáno jako porušení školního řádu, současně jde o porušení školského zákona, který vymezuje povinnou školní docházku. Nezřídka je spojeno s dalšími typy rizikového chování, které obvykle negativně ovlivňují osobnostní vývoj jedince.

Doporučené postupy a metody z hlediska pedagoga:

- pedagog by měl včas rozpoznat záškoláctví a měl by porozumět individualitě dítěte
- o záškoláctví je informován ředitel školy
- TU, ŘŠ, VP naváže spolupráci s rodiči
- čím dříve je záškoláctví odhaleno, tím lépe pro dítě
- při hledání příčin si udělat dostatek času pro analýzu případu, spojit se s rodiči, případně psychologem
- je-li záškoláctví důsledkem neúnosné školní situace, navodit změnu. Naplánovat dlouhodobá opatření, aby se situace neopakovala.
- rozmáhá-li se záškoláctví ve velkém a máme-li podezření na hrozbu závislostí, spolupracovat s PPP a centry
- učit se v třídním kolektivu vyčíst, jaké postavení má problémový žák
- bojí-li se učitelům nebo rodičům žák svěřit, předat ho do péče psychologa
- pomoci dítěti při návratu do třídy, doprovodit ho při prvním vstupu do kolektivu, nemluvit o tom, k vyřešenému případu se již nevracet a neprojevovat nedůvěru
- domluvit se s rodiči na těsném kontaktu, aby bylo případně další záškoláctví včas odhaleno
- učitel se musí zamyslet nad vlastními pocity ve vztahu k problémovému žákovi, měl by smazat všechny předchozí špatné zkušenosti s ním, zbavit se předsudků a postavit všechny žáky na stejnou „startovní čáru“

- absenci žáků ve škole evidují třídní učitelé. Pokud je doklad potvrzující důvod nepřítomnosti žáka nevěrohodný, může se ředitel školy obrátit na zákonného zástupce nezletilého žáka o vysvětlení nebo požádat o spolupráci příslušný správní orgán.
- O neomluvené i zvýšené omluvené nepřítomnosti žáků informuje třídní učitel výchovného poradce, který tyto údaje vyhodnocuje.
- Neomluvenou nepřítomnost do součtu 10 vyučovacích hodin řeší se zákonným zástupcem žáka třídní učitel formou pohovoru, na který je zákonný zástupce pozván doporučeným dopisem, o pohovoru provede třídní učitel zápis, do něhož uvede způsob nápravy dohodnutý se zákonným zástupcem, zákonný zástupce zápis podepíše a obdrží kopii, odmítnutí či převzetí zápisu se do zápisu zaznamenává
- pokud má žák víc než 10 neomluvených hodin, svolává ředitel školy školní výchovnou komisi. Komise se účastní: ředitel školy, zákonný zástupce, třídní učitel, výchovný poradce, zástupce orgánu sociálně-právní ochrany dětí, školní metodik prevence, zástupce rady školy, popřípadě další odborníci
- Pravidla pro udělení výchovného opatření stanoví školní řád
- je-li neomluvená absence žáka příliš vysoká, následuje hlášení o zanedbání školní docházky Policii ČR

Kontakt s dítětem:
- nutné komunikovat přátelsky, bez hodnocení a odsuzování
- hovořit zásadně o konkrétním chování, bez nálepkování dítěte
- nezjišťovat věcnou stránku problému, ale jak ho dítě prožívalo
- zajímat se, jak své chování vidí s odstupem, co si o něm myslí teď
- společně hledat cesty k nápravě
- má-li dítě dobrou vůli chovat se lépe, připravit mu pro to podmínky v rodině i ve škole (tato dobrá vůle nesmí být promarněna)

Rodiče:
- vyjádřit porozumění jejich emocím
- vést je v komunikaci k oddělování osobnosti dítěte od jeho konkrétního chování
- přeznačkovávat chování k dítěti (způsob komunikace mění vnitřní postoj)
- vést k porozumění motivaci chování dítěte
- soustředit se na to, co rodiče mohou nebo dokonce musí udělat ke zlepšení situace
- na konci rozhovoru vždy shrnout, co bylo dohodnuto
- dohodnout se na následném sezení k reflexi, jak dohodnutá opatření fungují případně k hledání dalších možností

Učitelé:
- způsob komunikace o dítěti shodný jako při komunikaci s rodiči
- vysvětlovat motivaci chování dítěte v souvislosti s rodinným prostředím a výchovným přístupem rodičů, aby učitel mohl chování dítěte hlouběji chápat
- vést k dlouhodobé podpoře dítěte, které má snahu zlepšit své chování, nebrat to jako samozřejmost, ale oceňovat, povzbuzovat

9. Násilí

Mezi nejrizikovější faktory v každodenním školním životě patří zejména agresivní chování.

Projevy školního násilí:

- rvačky, používání zbraní
- vydírání, loupeže
- veřejné zostuzení marginálních skupin (homosexuálové, cizinci, Romové, dívky)
- vandalismus (ničení školního majetku, věcí spolužáků)
- zneužívání moci učitelem
- násilí žáků vůči pedagogům, útoky na učitele
- násilí mezi dospělými pracovníky školy
- násilí rodičů vůči pedagogům nebo pedagogů vůči rodičům
- skupinová agrese (šikana)

Doporučený postup:

- zaměstnanec vhodným způsobem zasáhne a zajistí ochranu oběti
- pedagog (zaměstnanec)se snaží uklidnit vyhrocenou situaci (sníží hlas, projeví klid, snaží se vše ukončit neutrálně: „Nechme to být, snad se tolik neřeklo...“, „Dobře, máme toho dneska všichni dost...“, „Promiň,...“..., je jedno kdo je v právu, kde je pravda a tak podobně, nejdůležitější je, aby se dítě uklidnilo a pominula aktuální hrozba, důležitá je podpora zbytku třídy
- zaměstnanec informuje ředitele školy
- ředidel školy, TU, výchovný poradce zajistí pachatele, oběť a svědky (zabránit možnosti domlouvání, provedení individuálních rozhovorů se všemi přítomnými žáky
- ŘŠ, TU, VP zajistí výpovědi žáků, vše písemně zdokumentují a písemný zápis nechají podepsat všem přítomným
- ŘŠ, TU, VP vyvodí závěr, opatření a nápravu
- ředitel školy informuje zákonné zástupce pachatele i oběti o situaci a dalších krocích, které musejí a budou následovat

Zásady:

- nekonfrontovat oběť s agresorem
- zabránit domluvě agresorů
- zabránit křivé výpovědi
- využít momentu překvapení – rychlost, důslednost, jednotnost
- nechat rozhovory s agresory nakonec
- dokončit vyšetřování tentýž den
- zajistit bezpečí oběti i informátora
- zvýšit pedagogický dozor na rizikových místech, v rizikových situacích
- zahájení spolupráce s odborným zařízením
- náprava kolektivu – intervenční program ve spolupráci s odborníky, restrukturalizace třídy (vyloučit z kolektivu jádro agresorů, kázeňská opatření, výchovná opatření)

Verbální agrese + hrubé a vulgární výrazy

Je nutné jednoznačně a jasně deklarovat nesouhlas s takovýmto chováním a odmítnout ho. Děti budou mluvit tak hrubě, jak jim to okolí dovolí a je nutné, aby si byly vědomy toho, že to není normální chování a měly tedy potřebu vulgární mluvu na veřejnosti skrývat. Řeč je natolik spjata s myšlením, že velkorysá společenská tolerance užívání nejhrubších výrazů s sebou nutně nese i hrubé chování.

Doporučený postup:

- škola má stanovena obecná pravidla soužití a tyto pravidla musí celý pedagogický sbor (včetně provozních zaměstnanců) dodržovat a vyžadovat
- vulgární mluvu jednotně odkázat do roviny nepřijatelnosti
- mladší děti trpělivě opravovat a dávat jasně najevo, že veřejné užívání hrubých výrazů není ve škole přípustné a společensky je to nevhodné
- v případě, že nedojde k nápravě, informuje třídní učitel a ředitel školy rodiče, vyzve je ke schůzce, kde žádá nápravu
- TU, ŘŠ vyvodí závěr, opatření a kroky vedoucí k nápravě

10. Netolismus

Termínem netolismus označujeme závislost na virtuálních drogách (počítačové hry, sociální sítě, internetové služby, videa, mobilní telefony, televize…)

Projevy netolismu:

- méně vykonané práce
- pocit prázdnoty, když není člověk u počítače
- ztráta kontroly nad časem stráveným u počítače
- brzké vstávání k počítači nebo ponocování u počítače
- rostoucí nervozita a neklid, když člověk delší dobu nemůže hrát
- přemýšlení o počítači, když ho člověk zrovna nepoužívá
- krádeže peněz na nákup her
- stále více a více času potřebného k uspokojení ze hry
- zkreslování, zatajování informací o své závislosti
- hraní kvůli úniku od osobních problémů
- Narušené vztahy s rodinou
- zanedbávání učení
- opouštění dřívějších zájmů a přátel
- zhoršující se školní výsledky

Doporučený postup:

Základem prevence je kvalifikované pozorování pedagoga, které může poukázat na více typů rizikového chování. Unavenost, nervozita, náhlé změny v chování, zhoršení prospěchu atd., to vše může učiteli napovědět, že žák prochází nějakou změnou, která nemusí být v pořádku. Zásadní je tedy být citlivý na podobné signály, dokázat nezaujatě pozorovat a hlavně signály přehlížet a nebagatelizovat. Potvrzení, že je rizikové chování mezi dětmi běžné, tedy že se stává normou, vede jen k rozvíjení a prohlubování problému.

V praxi se stává, že rodiče či zákonní zástupci žáka nepovažují nelátkové závislostní chování dítěte za závažné. V tom případě může pedagog mj. Seznámit rodiče / zákonné zástupce s tímto materiálem. Měl by je rovněž informovat o rizicích, které se s netolismem pojí.

V každém případě se důrazně doporučuje kontaktovat rodiče / zákonné zástupce žáka.

11. Sebepoškozování

Sebepoškozování je komplexní autoagresivní chování, které na rozdíl od sebevraždy nemá fatální následky a které lze nejlépe chápat jako nezralou, maladaptivní odpověď na akutní nebo chronický stres, nezvladatelné emoce či myšlenkové pochody.

Projevy sebepoškozování:

- řezání (žiletkou, střepem atd.)
- pálení kůže

Jiné formy:

- 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

Doporučený postup:

- posoudit aktuální riziko závažného sebepoškození a v případě jeho přítomnosti odeslat dítě, event. i proti vůli rodičů, do spádového psychiatrického zařízení
- kontaktovat rodinu, systematická dlouhodobá spolupráce s rodinou
- předat dítě školnímu psychologovi. Pokud škola nedisponuje školním psychologem, lze samozřejmě využít služeb pedagogicko-psychologické poradny
- motivovat dítě a rodinu k návštěvě specialisty – krizové centrum, psychologická/ psychiatrická ambulance
- stanovit jasně hranice a pravidla na půdě školy

Nevhodný postup:

- snaha okamžitě odstranit sebepoškozující chování
- sankce a ignorace

Pedagog může v některých případech být nejdůležitějším dospělým motivujícím dítě ke změně, resp. Vyhledávání odborné pomoci. Na druhou stranu bez spolupráce s rodinou je jeho kompetence (ale i odpovědnost) limitovaná.

12. Nová náboženská hnutí

Jedná se o určitou ohraničenou sociální skupinu, jejíž členové sdílejí ideologický koncept, jehož prostřednictvím se skupina vymezuje vůči svému okolí, a dochází při tom k postupné sociální izolaci, manipulaci a ztrátě soukromí.

Primární prevence:

- seznámit žáky s riziky a praktikami těchto skupin
- umět zmapovat existenci (skutečnost) a základní charakteristiku konkrétních sekt v ČR
- naučit žáky rozlišovat mezi sektou a tradičním náboženstvím a možnostmi pojetí/výkladu tradičních náboženství
- vymezit pojem sekta, jeho významové roviny
- seznámit žáky s možnými riziky vstupu do sekty a s procesem závislosti na sektě
- zabývat se základními předpoklady inklinace lidí k těmto skupinám (osobní krize – potřeba bezpečí, potřeba spirituálního rozměru, sociálního kontaktu, emoční a intelektová vyzrálost)
- umět diskutovat se žáky o dané tematice a snažit se odpovědět na případné dotazy

Doporučený postup:

- vždy naslouchejte svým žákům, mějte přehled o tom, jaké jsou mezi nimi aktuální informace – tedy co čtou, co poslouchají nebo co sledují v televizi
- nikdy striktně nekažte a neodsuzujte, spíše vysvětlujte a snažte se o posilování pouta důvěry
- vyhýbejte se tomu, abyste nějaká témata tabuizovali
- snažte se vždy poskytovat co nejobjektivnější informace za využití všech dostupných uvedených zdrojů
- nesnažte se vnucovat „správný“ pohled na věc a nechte zaznít i jiné názory – nejlépe v moderované diskusi
- nikdy nezesměšňujte nebo nedegradujte „idoly“
- máte-li podezření, že se ve vašem okolí objevil nějaký problém z této oblasti, vždy se snažte získat co nejvíce informací, než začnete jednat
- pokud už se rozhodnete jednat, vždy se to snažte konzultovat s odborníky

13. Rizikové sexuální chování

K rizikovému sexuálnímu chování patří předčasný začátek pohlavního života (do této skupiny řadíme také zvýšenou konzumaci pornografie před 15 rokem života), vysoká frekvence pohlavních styků, náhodné známosti, promiskuita, prostituční chování, prezentování vlastních explicitně erotických materiálů na internetu, krvavé sexuální praktiky, vaginální, anální a orální styk bez použití kondomu mimo dlouhodobé partnerství, kde se předpokládá věrnost partnerů.

Projevy:

Dítě může být buď aktivním konatelem rizikového sexuálního chování, nebo jeho obětí.

U dětí a dospívajících mohou na rizikovost upozornit jednak nevhodné sexuální projevy, jakými jsou například nutkavá masturbace nebo atypický sexuální vývoj (je potřeba je odlišit od projevů normální sexuální zvídavosti, experimentace s vlastním tělem i tělem druhých dětí), jednak projevy nesexuální, které se následně mohou rozvinout až do sexuální deviace. U chlapců může docházet k nárůstu fyzické agrese, u dívek spíš k sebepoškozování.

Na riziko sexuálního rizikového chování nás může upozornit tzv. „triáda symptomů“: noční pomočování i po dvanáctém roce života, krutost ke zvířatům a žhářství.

Projevy sexuální deviace je třeba podchytit včas a také dítěti včas poskytnout adekvátní pomoc; jedině tak je možné předejít spáchání trestného činu.

Primární prevencí se rozumí hlavně vytváření zdravých postojů, které následně ovlivňují chování jedinců (případně i změnu postojů), a to ještě dříve, než k sexuálnímu rizikovému chování skutečně dojde. Právě tento druh prevence je zejména v kompetenci škol a jejich pedagogů, kteří pro tuto činnost vytvářejí dobrý prostor. Ostatní, explicitnější vyjádření sexuálního rizikového chování u dětí již vyžaduje spolupráci s dalšími odborníky.

Postupy:

- zjištění sociálního klimatu ve třídě, včasná intervence, besedy aj.
- Učitel si může všimnout v chování dítěte, co mu přijde nápadné, zvláštní, pokud to vyvolá určité a oprávněné obavy nebo si s tím neví rady, je na místě se poradit s odborníkem
- učitel si může všímat tělesných změn dítěte
- pedagog by si měl být vědom, že je potřeba brát vážně každé sdělení dítěte a nepodceňovat je
- učiteli rovněž nepřísluší posuzovat pravdivost oznámení či tvrzení dítěte, to přísluší soudu

Nevhodné postupy:

- zastrašování, multimediální akce a kampaně

Základní strategií zůstává, že je potřeba brát každé sdělení dítěte vážně. Zjištěné násilí páchané na dítěti (i sexuální) je povinen dospělý ohlásit na OSPOD nebo na Policii ČR. Další možnost, jak anonymně ohlásit zjištěné násilí na dětech, nabízejí internetové stránky http://www.protikorupcni-linka.cz/cz/Obecna-temata/Nasili-na-detech/.

14. Příslušnost k subkulturám

Subkultury jsou přirozenou součástí života dospívajících, inklinace k nim se tedy začíná výrazně projevovat od cca 13. roku života. Přestože je přínos subkultur pro psychický vývoj dospívajícího zřejmý, negativním dopadem příslušnosti k některým subkulturám může být osvojení si některých forem rizikového chování, nejčastěji různé formy závislostního jednání (konzumace nejrůznějších drog či ulpívání na jednom typu činnosti).

Projevy:

Subkultury jsou tedy pro dospívající klíčovým prostorem, z toho vyplývajícím rizikem je skutečnost, že jedinec může být ochotnější a povolnější k činnostem, které by za jiných okolností odmítal.

Dvě formy:

1) Zástupné ztotožnění – zpravidla dočasná příslušnost k dané skupině, naivní ztotožnění se s hodnotami, možná fluktuace mezi jednotlivými subkulturami

2) Pravé ztotožnění – relativně stálá příslušnost, dlouhodobá elaborace vlastního přístupu, častá je aktivní angažovanost v realizaci společných akcí apod.

ŠMP s VP, TU, se školským poradenským zařízením, v součinnosti s rodiči spolupracovat na odhalování příčin a možných negativních dopadů, tj. Rizikového chování vyplývajících z příslušnosti k subkultuře může školské poradenské zařízení (zejména SVP a PPP)

Jak postupovat:

- Samotná příslušnost k subkultuře ještě nic neznamená, nenese automaticky nebezpečí výskytu rizikového chování. Negativní pohled na danou subkulturu může být výsledkem vlastních předsudků
- nenechte se zmást vzhledem – to, že někdo vypadá pro dospělého nepřijatelně, ještě nemusí znamenat, že se nepřijatelně i chová
- snažte se akceptovat příslušnost žáka k subkultuře jako jeho vývojovou potřebu, nezesměšňujte jej, nekomentujte to, co lze z pohledu dospělého jedince považovat za nevhodné či směšné
- kritizujte chování, nikoliv subkulturu
- Snažte se o dané subkultuře něco dovědět – pomůže vám to v komunikaci s daným jedincem
- Možná rizika dané subkultury berte jako možnost, ne jako jistotu. - skutečnost, že v rámci dané subkultury existuje zvýšené riziko rizikového chování, ještě neznamená, že tak jednají všichni
- neřešit a nesankcionovat příslušnost k subkultuře, ale pouze rizikové chování
- pedagog se může k žákovi či studentovi „přiblížit“ akceptací žákovy příslušnosti a vyjádřeným porozuměním jeho situaci. Měl by být schopen podat pomocnou ruku a dát jasné hranice nepřijatelným formám chování. Pokud tento přístup nebude účinný, pak je třeba situaci řešit společně s rodiči/zákonnými zástupci a poradenským zařízením
- pokud má učitel jistotu, že byl spáchán trestný čin, má ze zákona povinnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení, OSPOD, OÚ

15. Domácí násilí

Domácí násilí představuje obvykle fyzické, psychické, nebo sexuální násilí mezi blízkými osobami, k němuž dochází skrytě v soukromí.

Projevy:

- snížené sebevědomí
- posttraumatická stresová porucha
- psychosomatická onemocnění
- neurózy, poruchy osobnosti
- poruchy příjmu potravy
- únik k závislostnímu chování
- sebevražedné tendence
- CAN
- regresivní chován
- opožděný psychomotorický vývoj
- bázlivost, nejistota
- izolace – nemají žádné kamarády nebo mají odstup ve vztazích
- tendence opakovat rodinné vzorce (přijetí role oběti x přijetí role násilníka – dítě napadá dospělou oběť i sourozence)
- nedůvěra k druhým (dospělým, mužům, ženám aj.)
- neschopnost navázat hlubší vztah
- špatné dovednosti řešit konflikty

Domácí násilí ovlivňuje celou řadu oblastí života rodiny. Rozhodne-li se oběť situaci řešit, potřebuje pomoc několika institucí – OSPOD, Policie ČR, soudy, specializovaná centra pro oběti domácího násilí, azylové domy, lékař, škola, zdravotnická zařízení. Postupy:

Spočívají zejména v seznámení dětí s jejich právy a povinnostmi a to adekvátně jejich věku.

Na druhém stupni ZŠ je třeba vysvětlovat:

- jak vypadají zdravé a nezdravé vztahy
- hranice ve vztahu, slídění, násilí
- jaké jsou varovné signály začínajícího násilí
- proč si někdo nechá násilí líbit a nedokáže říci „Stop“
- co jsou genderové stereotypy (např. Muž musí být silný, chlap nebrečí…)
- jak se cítit bezpečně ve vztahu, na ulici i doma (prevence znásilnění)
- jak zvládat vztek
- co je stalking a v čem spočívá jeho nebezpečí
- zneužívání na sociálních sítích

Působení na děti, které se s domácím násilím setkaly ať již ve formě obětí či svědků náleží odborníkům (psychologům, terapeutům, příp. psychiatrům), nikoli škole.

Pedagog by však (pokud ví, že dítě bylo obětí, svědkem násilí) měl toto zohlednit ve svém přístupu k dítěti a třídě jako celku – měl by se k dítěti chovat stejně jako k ostatním, ale zároveň by měl být opatrný ve svých výrocích a hodnoceních, aby zbytečně dítěti neublížil.

Pokud se dítě samo svěří učiteli, měl by mu učitel projevit důvěru, nebagatelizovat jeho sdělení, neobviňovat jej ze lži a podpořit jej. Měl by jej informovat o tom, že se na domácí násilí vztahuje ohlašovací povinnost a on musí jednat v souladu sní. Není úlohou učitele domácí násilí „diagnostikovat“, ani intervenovat v rodině. Rolí učitele je zprostředkovat dítěti potřebné informace a přizvat k řešení situace odborníky, kteří se dané problematice systematicky věnují.

Pracovník školy má oznamovací povinnost. V případě zanedbání této povinnosti nastupuje pro tuto osobu trestní odpovědnost za nepřekažení nebo neoznámení trestného činu.

Škola nesmí tolerovat násilí v jakékoli podobě. Prevence násilí by měla být součástí vyučování.

16. Hazardní hraní

Jako hazardní hraní či hráčství lze označit jakékoliv jednání, které vyžaduje nevratné investice (peníze nebo jinou hodnotu) s vidinou zisku založeného na náhodě nebo nejistém výsledku. Součástí tohoto chování je představa rychlého získání peněz nebo jiných hmotných výher a nastavení pravidel hazardních her tak, že jsou z dlouhodobého hlediska nevýhodné pro sázející a vytvářejí bludný kruh. Ti, kteří hrají, získávají patologickou závislost na hře. S tím přichází a rostou finanční problémy, které se hráči snaží vyřešit další účastí na hře. To s sebou přináší širokou škálu dalších rizik.

Patří sem:

- peněžité nebo věcné loterie (losy)
- tomboly
- číselné loterie a okamžité loterie
- bingo
- dostihové a jiné sportovní sázky
- sázkové hry v kasinu
- výherní hrací přístroje
- karetní hry
- sázkové hry na internetu
- on-line hazardní hry

Možné příznaky hazardního hraní u žáka a související problémy:

- chlubení se hrou a výhrami
- používání hráčského slangu
- lhaní
- utrácení peněz
- záškoláctví
- změny nálad
- výbušnost, popudlivost
- stranění se kolektivu, samotářství, uzavřenost, nízká sebedůvěra
- myšlenky na hru
- problémy doma i ve vztazích a v kolektivu
- zhoršení prospěchu
- krádeže doma a ve škole
- závislost na hraní počítačových her a na internetu
- dluhy, finanční problémy, trestná činnost

Vhodný přístup:

- Identifikovat problém, citlivě na něho reagovat
- Nebagatelizovat ho
- Zmapovat situaci ve třídě - názory, informace o problematice
- Tvorba nástěnky nebo předání informací o rizicích, hráčských bludech, kontaktech na odbornou pomoc
- Živé interaktivní učení, podpora zájmu a zvědavosti vhodnými zábavnými metodami
- Využívání směrodatných vzorů, pokud možno z blízkého okolí
- Otevřená hodnotově orientovaná diskuse

Nevhodný přístup:

- Bagatelizace problematiky (např. tolerovat karetní hru o peníze)

Prevence

Základem prevence hazardního hraní je zvýšení informovanosti žáků o rizicích hazardního hraní. Odhalování matematických a statistických principů sázek (iluze o rychlém zbohatnutí, o zajímavosti hry, únik před osobními, rodinnými, citovými nebo pracovními problémy).

Budování finanční gramotnosti žáků (dluhové pasti, hospodaření s domácím rozpočtem, bezpečnost při vedení účtů).

Identifikovat problém, citlivě na něho reagovat. Nebagatelizovat ho.

Zmapovat situaci ve třídě, názory, informace o problematice.

Tvorba nástěnek.

V případě podezření, že se nezletilý žák věnuje hazardnímu hraní, by měl pedagog v první řadě informovat rodiče žáka.

Pokud rodiče odmítají spolupracovat s pracovníkem školy, je škola oprávněna vyrozumět obecní úřad a OSPOD.

Pokud má pedagog důvodné podezření, že byl v souvislosti s hazardním hraním spáchán trestný čin (krádež, podvod, ublížení na zdraví atp.), měl by o této situaci informovat ředitele školy, vyhotovit písemný zápis a obrátit se na orgány činné v trestním řízení – Policie ČR.

17. Dodržování pravidel prevence vzniku problémových situací týkajících se žáků PAS ve školách a školských zařízeních za účelem zajištění bezpečnosti a ochrany jejich zdraví. Nastavení systémové metodické podpory a práce s rodinou a školou či školským zařízením.

Poruchy autistického spektra (dále jen „PAS“) jsou skupinou poruch, které se diagnostikují na základě projevů chování.

PAS jsou celoživotní, některé projevy s věkem mizí, jiné se zase mohou objevit.

Děti, žáci s PAS považujeme ve školské praxi za žáky s různou mírou speciálních vzdělávacích potřeb. Chování a jednání žáků s PAS ovlivňuje především odlišné vnímání, porozumění a sociální komunikaci. Chování a projevy jsou u každého žáka s PAS značně různorodé. Některé schopnosti a dovednosti mohou být rozvinuté, jiné výrazně opožděné nebo nerozvinuté.

Prevence
Při prevenci vzniku nežádoucího chování, stresu, či afektu je třeba mít na paměti, že žák s PAS v zátěžové a pro něj nestandardní situaci může opomíjet základní životní potřeby (příjem potravy, tekutin).

Pokud pozorujeme na žákovi neklid, je vhodné nabídnout pití, připomenout jídlo, pamatovat na toaletu.

Znalost a respekt k přecitlivělosti žáka jsou nezbytným prvkem prevence vzniku jeho nežádoucího nebo afektivního chování.

Pravidla předcházení rizikového chování:
- pravidlo přesnosti, jasnosti instrukcí a zajištění předvídatelnosti
- pravidlo jasné a konkrétní motivace (proč má činnost vykonávat)
- pravidlo vyšší míry tolerance
- pravidlo důslednosti v přístupu
- vyšší míra vizuální podpory
- nadstandardní řešení obtíží s pozorností
- vyšší míra vysvětlování sociálně komunikačních pravidel a situací
- vyšší míra pomoci v některých situacích, které vyžadují praktický úsudek
- možnost relaxace, odpočinku
- spolupráce mezi školou, rodiči a školským poradenským zařízeními

Postup školy pro prevenci vzniku problémových situací u žáků s PAS:

- výchovný poradce seznámí s obecnými specifiky diagnózy PAS a zásadami pro předcházení rizikových projevů chování pedagogické i nepedagogické pracovníky školy, kteří budou s žákem v kontaktu při výuce, v družině, v tělocvičně, ve školní jídelně apod.
- Třídní učitel úzce spolupracuje s asistentem a zákonnými zástupci žáka (pravidelné informace, změny chování, změny aktuálního zdravotního stavu, o plánovaných změnách ve školním prostředí…)
- třídní učitel pracuje s třídním kolektivem (práce v týmu, respektování odlišností, podstata pomoci, solidarita mezi lidmi, vzájemná úcta a snášenlivost)
- pedagogický sbor dbá na zvýšenou potřebu bezpečnosti při výuce, o přestávkách, při pohybu v prostorách školy i mimo ni
- škola má vytvořen krizový plán pro žáka s PAS

Krizový plán pro prevenci vzniku problémových situací týkajících se žáka s PAS

Jméno a příjmení žáka:

Datum narození:

Místo trvalého pobytu: **Kontaktní údaje na zákonného zástupce/telefon**
(v případě zletilého žáka na kontaktní osobu)

Název a adresa školy/školského zařízení, ročník:

Ošetřující lékař/odborný lékař:
(na základě souhlasu zákonného zástupce uváděno pro případ konzultace při vzniku problémové situace např. psychiatr, neurolog, atp.)

Pedagogický pracovník školského poradenského zařízení spolupracující na vytváření „Krizového plánu“:

Třídní učitel:

Druhý pedagog ve třídě:

Asistent pedagoga:

Ostatní vyučující žáka:

Vychovatel/vychovatelka:

Osoby zajišťující specializované činnosti ve škole/školském zařízení (např. fyzioterapeut, speciální pedagog, psycholog, výchovný poradce, atd.):

Aktuální zdravotní stav žáka:

Aktuální stav žáka (obsahuje popis speciálních vzdělávacích potřeb dle doporučení školského poradenského zařízení):

Popis obtíží žáka (spouštěcí mechanismy vzniku problémových situací u konkrétního žáka v konkrétních situacích, na konkrétních místech, v přítomnosti konkrétních osob, v jejich přístupu apod., např. fyziologická potřeba, příjem potravy, tekutin, únava a „přetažení“, přecitlivělost na různé podněty jako zvuky, světlo, barvy, pachy, doteky, nepohodlí, změny aktuálního zdravotního stavu, či jiných faktorů, které ovlivňují jeho aktuální naladění):

Doporučený postup prevence vzniku problémových situací (postup zpracován na základě osobnostní charakteristiky žáka viz „Popis obtíží žáka“ a dle doporučení školského poradenského zařízení, součástí plánu je „záznamový arch“ sloužící jako podklad pro vyhodnocování vhodně nastavených opatření pro prevenci vzniku nevhodného chování žáka, problémového chování či problémové situace):

Doporučený postup v případě, kdy problémová situace nastala (obsahuje popis konkrétních kroků při vzniku nevhodného chování, problémového chování či problémové situace, vymezení kompetencí a odpovědnosti jednotlivých zaměstnanců, včetně přesného stanovení podmínek kdy a za jakých okolností škola žádá o pomoc jiné odborníky, např. linku 155):

Podpisy informovaných osob (všech, kteří jsou s žákem v interakci v době jeho pobytu ve škole nebo školském zařízení):

Podpis žáka:

Podpis zákonného zástupce/kontaktní osoby v případě zletilého žáka:

Místo, datum:

Zpracoval/a:

Podpis ředitele školy:

Záznamový arch

Datum /čas	Co se stalo/průběh problémové situace	Kdo byl kontaktován/ kým/čas	Poskytnutá opatření	Vyhodnocení

18. Rizikové chování v dopravě

Rizikové chování v dopravě můžeme obecně charakterizovat jako takové jednání, které vede v rámci dopravního kontextu k dopravním kolizím a následně k úrazům nebo úmrtím.
Podle cílové skupiny:

• chodec
• cyklista
• cyklista v městském prostředí
• cestující hromadnou dopravou
• spolujezdec v motorizovaném vozidle
• řidič mopedu nebo motocyklu s objemem do 50 cm3

Podle věku:

• 1. stupeň základní školy – chodec, cyklista a cestující hromadnou dopravou
• 2. stupeň základní školy – cyklista v dopravním provozu
• cyklista v dopravním provozu, řidič mopedu a motocyklu do 50 cm3, spolujezdec.

Podle typu rizikového chování:

• rizikové chování způsobené vlivem návykových látek (alkohol a jiné drogy)
• rizikové chování způsobené neznalostí dopravních předpisů
• rizikové chování způsobené osobnostními faktory (agresivní jednání, vyhledávání vzrušujících zážitků, depresivita, přeceňování vlastních schopností).

Rizikové faktory:

- Nedostatek kladných vzorů v rodině
- Nedostatečné vzdělání (dopravní výchova)
- Osobnostní faktory – připravenost k agresivnímu jednání
- vyhledávání vzrušení
- úzkostnost, depresivita, nízká sebekontrola
- nedostatečná anticipace rizika
- problematický vztah k autoritě

Zastřešující organizací pro bezpečnost silničního provozu je BESIP, působící při Ministerstvu dopravy ČR.
Na komunální úrovni se jedná o tyto partnery:

a) městská policie (zejména v oblasti dozoru a asistence v dopravním provozu v místech s vysokým výskytem dětí – např. projekt Bezpečná cesta do školy)
b) dopravní policie (zejména v oblasti vzdělávání a nácviku praktických dovedností)
c) BESIP – metodologická podpora a informace
d) Centrum dopravního výzkumu – odborné informace a publikace v oblasti dopravní výchovy

Doporučené postupy a metody z hlediska pedagoga:

Dopravní výchova
a) dopravní besedy v prostředí školní třídy – může vést dopravní policista, dopravní psycholog, vyškolený pedagog,
b) použití multimediálních pomůcek – ilustrace prostřednictvím audiozáznamu, PC her, přehrávání scének, různých ilustrovaných materiálů (např. pro výuku dopravního značení – více informací v odkazech na literaturu),
c) praktický nácvik na dopravním hřišti,
d) exkurze (pracoviště dopravní policie, dopravní podnik aj.).

Práce s rodinou
Formou poskytování informací na rodičovských schůzkách, případně individuální konzultace s rodiči.

Práce s osobností dítěte
Pozorování při dopravní výuce.

Kdy, koho a v jakém případě vyrozumět:

- komunikovat s rodiči žáka a domlouváme případné akce orientované na zvýšení kompetencí dítěte v dopravním systému
- výjimečně kontaktujeme policii, a to zejména v případě, kdy jsme svědky aktivit žáků, které mohou vést k dopravním nehodám

Možnosti a limity pedagoga:

Pedagog, pokud má podezření, popř. zkušenost s výrazně rizikovým chováním žáka, mám možnost konzultovat nápadnosti v chování žáka s výchovným poradcem ve škole, popř. obrátit se na příslušnou pedagogicko - psychologickou poradnu s žádostí o konzultaci.

19. Porucha příjmu potravy

Mentální anorexie a bulimie představují ve svých projevech mezní polohy jídelního chování od život ohrožujícího omezování příjmu potravy až po přejídání spojené se zvracením nebo jinou nevhodnou kompenzací energetického příjmu. Pro obě poruchy je příznačný nadměrný strach z tloušťky, nespokojenost s tělem a nadměrná snaha o dosažení štíhlosti a její udržení.

Další psychické a zdravotní problémy většinou souvisí s mírou podvýživy a s intenzitou užívaných „metod“ na zhubnutí. Poruchy příjmu potravy se často rozvíjejí pomalu a nenápadně, ztracené v nevhodných jídelních návycích vrstevníků a rodiny.

Mentální anorexie začíná nejčastěji ve věku třinácti až osmnácti let, mentální bulimie obvykle mezi patnáctým až pětadvacátým rokem věku.

Mentální anorexie je porucha charakterizovaná zejména úmyslným snižováním tělesné hmotnosti. Základním kritériem anorexie je nízká tělesná hmotnost (alespoň o 15 % nižší než odpovídá věku a výšce) a aktivní snaha hubnout nebo nepřibrat (nemocní někdy popírají snahu hubnout, ale mluví o zdravé výživě a životním stylu). Postupně si zvykají na snížený příjem energie, nadměrnou sebekontrolu v jídle a často i zvýšený energetický výdej, snadno se cítí přejedeni.

Mentální bulimie je porucha charakterizovaná zejména opakujícími se záchvaty přejídání, spojenými s přehnanou kontrolou tělesné hmotnosti. Rozhodujícím kritériem přejídání je subjektivní pocit ztráty kontroly nad jídlem.

Prevence:

- výchova k přiměřenosti a umírněnosti v postojích
- důraz na nebezpečí jednostranných nebo extrémních postojů ve výživě, životním stylu, ve sportu.
- dobrá školní jídelna, dbající na správné stravovací návyky
- omezení automatů na sladkosti, slazené nápoje ve školách
- vhodná je včasná intervence u rizikových jedinců (rychle zhubl, zvrací s jakoukoli argumentací...), interaktivní programy, rozvoj všeobecných aktivit, zájmů
- zaměřit se na předcházení nevhodných redukčních diet a prostředků na zhubnutí (důraz ne na nebezpečnost, ale na neúčinnost)
- předcházet šikaně pro vzhled, oblečení, tělesný výkon, to, co jí nebo pije
- nezdůrazňovat některé informace, které by mohly vzbudit zájem o amfetaminy, prostředky na hubnutí, kouření… jen pro jejich vliv na redukci těl
- informovat pediatra, rodiče vždy, když dítě výrazněji zhubne, opakovaně bylo přistiženo, že zvrací (stačí informace od vrstevníků), sebepoškozuje se

20. Extremismus, rasismus, xenofobie, antisemitismus

Rizikové typy chování žáků:

- verbální a fyzické napadaní spolužáků, zaměstnanců či návštěvníků školy kvůli jejich politickému č náboženskému přesvědčení anebo rasovému, národnostnímu, etnickému či třídnímu původu (včetně střetů různých extremistických či etnicky/nábožensky vymezených part a skupin)
- revizionistické zpochybňování oficiálních výkladů historie či pojetí soudobé demokracie ve prospěch extremistického výkladu
- agitace ve prospěch extremistických hnutí na půdě školy a snaha o získání nových stoupenců mezi vrstevníky (včetně možnosti vytváření extremistických part a skupin ve škole)
- využívání školního vzdělání a výcviku k nabytí znalostí, dovedností a schopností pro bezprostřední využití v extremistické scéně (nácvik bojových umění v kroužcích sebeobrany apod.)
- využití školních prostor, zařízení a přístrojů ve prospěch extremismu (např. využití školních počítačů a serverů k vytváření a umístění extremistických internetových stránek)
- zanedbávání školních povinností kvůli volnočasovým extremistickým aktivitám mimo školu (škála mimoškolních extremistických aktivit je široká).

Postupy a metody z hlediska školy:

- zjistit hloubku extremistického přesvědčení či rasistických, xenofobních anebo antisemitských postojů u jednotlivců a zjistit jejich případné vazby na extremistickou scénu mimo školu
- zjistit rozšíření uvedených postojů v kolektivu, třídě, škole
- vyvolat diskusi o problémech souvisejících s uvedenými postoji s cílem odhalit jejich příčinu
- nabídnout alternativní volnočasové aktivity
- okamžitě a razantně vystoupit proti projevům intolerance mezi žáky vyvolanými uvedenými postoji a názory
- pozvat experty k diskusi s žáky/studenty
- informovat rodiče v případě zjištění uvedených hlouběji zakotvených postojů a nabídnout jim spolupráci
- v případě závažných projevů (především násilných) informovat bezpečnostní složky (Policii ČR).

Rodiče vyrozumět v případě opakovaných verbálních či vizuálních projevů s možným extremistickým podtextem či v případě odůvodněného podezření na účast žáka v konsistentní extremistické partě a v případě užití násilí s extremistickým, rasistickým xenofobním anebo antisemitským podtextem.
Policii vyrozumět v případě podezření na promyšlenou a extremisticky, rasisticky, xenofobně nebo antisemitsky motivovanou činnost (např. opakované rasistické verbální výpady se závažnými dopady na psychiku terčů takových výpadů apod.) a na takto motivované vážnější formy násilí.

21. Homofobie

U dětí a dospívajících mohou na rizikovost upozornit jednak nevhodné sexuální projevy, jakými jsou například nutkavá masturbace nebo atypický sexuální vývoj (je potřeba je odlišit od projevů normální sexuální zvídavosti, experimentace s vlastním tělem i tělem druhých dětí), jednak projevy nesexuální, které se následně mohou rozvinout až do sexuální deviace. U chlapců může docházet k nárůstu fyzické agrese, u dívek spíš k sebepoškozování.

Projevy sexuální deviace je třeba podchytit včas a také dítěti včas poskytnout adekvátní pomoc; jedině tak je možné předejít spáchání trestného činu.

Primární prevencí se rozumí hlavně vytváření zdravých postojů, které následně ovlivňují chování jedinců (případně i změnu postojů), a to ještě dříve, než k sexuálnímu rizikovému chování skutečně dojde. Právě tento druh prevence je zejména v kompetenci škol a jejich pedagogů, kteří pro tuto činnost vytvářejí dobrý prostor. Ostatní, explicitnější vyjádření sexuálního rizikového chování u dětí již vyžaduje spolupráci s dalšími odborníky.

Existují tři základní ukazatele, kdy lze sexuální chování pokládat za škodlivé a kdy by měl učitel zasáhnout:

1. pokud ho dítě neprovádí v soukromí
2. pokud vznikne podezření, že při něm nějak zraňuje sebe nebo někoho dalšího
3. pokud se ze sexuálního chování stane nutkavé chování (to znamená, že tomu dítě věnuje tolik prostoru, že zanedbává svoje běžné povinnosti, hygienu, přátele, učení a podobně).

V případě, že se jedná o patologii rodiny, je vhodné doporučit psychoterapeutickou pomoc.

Legislativní rámec

TRESTNÍ ZÁKONÍK zák. č. 40/2009 Sb.

§ 367 Nepřekažení trestného činu

- nedovoleného přerušení těhotenství bez souhlasu těhotné ženy (§ 159)
- obchodování s lidmi (§ 168)
- znásilnění (§ 185) pohlavního zneužití (§ 187)
- zneužití dítěte k výrobě pornografie (§ 193)
- týrání svěřené osoby (§ 198)

§ 368 Neoznámení trestného činu

- obchodování s lidmi (§ 168)
- zneužití dítěte k výrobě pornografie (§ 193)
- týrání svěřené osoby (§ 198)

Doporučené postupy a metody prevence z hlediska školy:

Zjištění sociálního klimatu ve třídě (buď použitím odborných metod k tomu určených, jako sociometrie, interaktivní programy a programy na rozvoj sociálních kompetencí, nebo v případě zkušeného pedagoga stačí i obyčejné pozorování a všímání si změn sociálního klimatu ve třídě) – popis, včasná intervence, besedy… Dospělý je povinen chránit a prosazovat nejlepší zájem dítěte. Zjištěné násilí páchané na dítěti (i sexuální) je povinen ohlásit Orgánům sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD) nebo na Policii ČR.

Homofobie

Pedagog by měl zastávat citlivý přístup k žákům a studentům, jejichž pohlavní či sexuální identita je odlišná či diskutabilní. Je nanejvýš vhodné nesnažit se tuto odlišnost veřejně komentovat, zvláště pak negativním. Naopak je vhodné reagovat na eventuální homofobní poznámky ze strany žáků a studentů. Je vhodné připomenout, že příslušníci těchto menšin mají nejen podle zákona stejná práva. Především je ale třeba sledovat vztahy v třídním kolektivu a podporovat integraci těch studujících, kteří jsou v něm znevýhodněni. Vývoj homofobní šikany v mnoha směru odpovídá vývoji jiných typů šikany a platí zde, že včasné zaznamenání a řešení problémů ve vztazích ve třídě může zabránit vzniku mnohem vážnějších a obtížně řešitelných problémů spojených s již rozvinutou šikanou. V žádném případě není vhodné snažit se před třídním kolektivem analyzovat sexuální orientaci nebo genderovou identitu některého z žáků. Má-li pedagog důvody domnívat se, že některý ze žáků či studentů má problémy přímo se svou sexuální orientací či pohlavní identitou, respektive s homofobní šikanou, je jistě možné s žákem promluvit, avšak eventuální řešení intrapsychických problémů či problémů ve vztazích s rodinou je vhodné přenechat spíše na odbornících. Méně výrazné projevy homofobie může řešit pedagog sám za pomoci školního metodika prevence, psychologa či odborníka z některé nevládní neziskové organizace. V případech závažnějších forem homofobních projevů, zejména rozvinuté šikany je vhodné kontaktovat především pracovníky pedagogicko-psychologických poraden. Je-li podezření na spáchání trestného činu, potom je třeba kontaktovat Policii ČR v souladu s pokynem MŠMT.

22. Psychické krize, duševní zdraví

Duševní zdraví ani nemoc nejsou rizikovým chováním. Jedná se o oblast, která se však velmi úzce prolíná s jeho jednotlivými formami.
Pozornost zaměříme zejména na žáky staršího školního věku a dospívající, a to proto, že se jedná o vývojové období v životě člověka, které je samo o sobě náročné, a navíc je typické pro častý výskyt psychických krizí, v některých případech také pro rozvoj vážných duševních onemocnění. Psychické potíže a duševní onemocnění předškolních dětí a mladších školních žáků nejsou o nic méně důležité a měl by jim být věnován stejně významný odborný prostor.

23 Sebevražedné chování

Formy sebevražedného chování zahrnují širokou škálu projevů, kam patří úvahy o sebevraždě, myšlenky na sebevraždu, její plánování, pokus o sebevraždu a dokonaná sebevražda.

Sebevražda – vědomé a úmyslné ukončení života jedince vlastní rukou.
Pokus o sebevraždu – vědomý akt s úmyslem zemřít bez letálního konce (v některých případech může jít o volání o pomoc).
Sebevražedné tendence – chování zahrnující počáteční úvahy o sebevraždě až po rozhodnutí o realizaci sebevražedného úmyslu, objevuje se zde postupné budování plánu, jak ukončit svůj život, který nabírá konkrétní obrysy (člověk např. má promyšleno, kdy, kde a jak sebevraždou zemře).
Sebevražedné myšlenky – jsou definovány jako vlastní myšlenky obsahující suicidálně orientované chování, jsou intenzivní, těžko odklonitelné, nutkavé a jedinec se jimi zabývá převážnou část svého času, mohou se projevovat verbálně i neverbálně.
Sebezabití – zabití vlastní rukou, u něhož ale na rozdíl od sebevraždy chybí vědomý úmysl zemřít. Jde o chování, které bývá zapříčiněno vážným duševním onemocněním (např. jedinec má bludy, které ho děsí a před kterými se snaží zachránit, může mít např. pocit, že ho někdo pronásleduje a snaží se mu utéct, proto skočí z okna).

Bilanční sebevražda – jedná se o předem velmi podrobně naplánovaný a racionálně podložený čin, který je často promýšlen dlouhodobě, do detailu a v soukromí.
Rozšířená sebevražda – jde o méně obvyklý jev, ve kterém se na suicidálním jednání ne/dobrovolně podílí více osob (např. rodič a děti).
Postvence – intervence po sebevraždě, zaměřuje se na pozůstalé po lidech, kteří ukončili svůj život sebevraždou a působí jako sekundární prevence dalších sebevražd.
Nákaza sebevraždou – proces, při kterém přímá či nepřímá znalost jedné sebevraždy usnadňuje provedení další sebevraždy.

Sebevražda
Sebevražda nebývá jednorázovou záležitostí, jde o dlouhodobý proces s určitým vývojem, který zahrnuje širokou škálu sebevražedného jednání. Člověk má sebevražedné myšlenky, které se mohou prohlubovat do sebevražedných tendencí, promýšlení plánu, jak si vzít život, až k samotnému rozhodnutí život ukončit (sebevražedný pokus, sebevražda). Ve většině případů se nedá říct, že by sebevražda byla zapříčiněna jediným důvodem, ale spíše jde o jejich kombinaci. Na pozadí většinou figurují určité rizikové faktory, které mohou pak být zesíleny náročnou vnější událostí (více vysvětleno v teoretickém modelu).

U dospívajících se mohou objevovat také impulzivní sebevraždy způsobené např. rozchodem, neúnosnou či vyhrocenou situací doma nebo pokusy o sebevraždy, kde není ani tak cíl zemřít, jakožto spíše volání o pomoc. Ani takové chování nelze brát na lehkou váhu, protože stále ukazuje na skrytou bolest či trápení, které daný jedinec v onen moment neumí vyjádřit jiným způsobem. Obecně mají mladiství častěji sebevražedné myšlenky než dospělí, jsou impulzivnější a snadněji ovlivnitelní médii (např. způsobem, jakým média podávají zprávy o sebevraždě) a vyskytuje se zde více pokusů o sebevraždu než u dospělé populace. Mladiství také dokážou méně odhadnout letalitu pokusu o sebevraždu či záměrného sebepoškození než dospělí.

Rizikové faktory
Jedná se o faktory, které zvyšují riziko sebevražedného jednání. Jejich přítomnost nemusí nutně vést k sebevražednému chování, nicméně z hlediska prevence sebevražd je důležitá jejich znalost.
Na individuální úrovni se nejčastěji jedná o:
- předchozí pokus o sebevraždu či sebevražedné myšlenky
- zne/užívání alkoholu či jiných návykových látek
- duševní onemocnění (zejména deprese či schizofrenie)
- chronická úzkost
- nízké sebehodnocení
- nízká schopnost regulovat emoce
- nedůvěra v sebe samého
- nízká schopnost zvládat zátěž
- impulzivita
- sebepoškozování
- neheterosexuální orientace (LGBTQ+)
- dlouhodobé tělesné onemocnění
- pocity izolace či nedostatku sociální podpory
- nápodoba v chování
- neúspěchy ve školním prostředí

Na úrovni rodiny, školy a vztahů:
● sebevražda v rodině (či blízkém vztahovém okolí)
● duševní onemocnění v rodině
● dysfunkční rodinné zázemí
● traumatické zkušenosti (např. zneužívání, týrání)
● konflikty ve vztazích, disharmonické vztahy či ztráty vztahů
● šikana
Na úrovni společnosti:
● dostupnost prostředků k provedení sebevraždy
● role médií (např. nevhodné reportování o sebevraždě)
● stigma (např. lidí s duševním onemocněním)
● diskriminace (např. menšin)
● nedávné sebevraždy v blízkém okolí (např. v obci, ve škole)
Je potřeba pamatovat, že sebevražda má vždy několik příčin. Jeden rizikový faktor sám o sobě nemusí znamenat riziko sebevražedného chování. Ukazuje se také, že jedinci, kteří se sebepoškozují, jsou ve větším riziku sebevražedného chování. Neznamená to ale, že by se sebevražedné chování objevilo u všech dětí a dospívajících, kteří se sebepoškozují.

Protektivní faktory
Jedná se o faktory, které snižují riziko sebevražedného jednání a které vyvažují faktory rizikové.
Na individuální úrovni sem patří:
● odolnost vůči stresorům
● dobrá emoční regulace
● schopnost pozitivního přístupu k problémům
● zdravé sebevědomí
● zážitky úspěchu
● sebedůvěra
● pozitivní aktivity (kde žák něčeho dosahuje, někde je mu dobře, dává mu to smysl…)
● úspěch ve škole
● ochota vyhledat pomoc
● pocity zapojení do kolektivu, sounáležitosti
Na úrovni rodiny, školy a vztahů:
● silné a zdravé vztahy
● podpora rodiny a přátel
● zdravé modely chování dospělých
● pozitivní atmosféra ve třídě/ škole
Na úrovni společnosti:
● zájem dospělých (např. doktorů, trenérů…)
● dostupnost péče

Varovné signály aneb jak to může vypadat, pokud žák
pomýšlí na sebevraždu
Jedinec, který přemýšlí o sebevraždě, často zažívá nesnesitelnou psychickou bolest, ze které se snaží uniknout. Projevy sebevražedného jednání mohou být u dětí a dospívajících jiné než u dospělých. Obvykle je možné si všimnout změn v chování, prožívání a v tom, co nám žáci přímo a nepřímo říkají. U jedince, který o sebevraždě přemýšlí, nemusí být vůbec přítomny všechny varovné signály, mohou se objevovat v různé kombinaci. Zásadním varovným znakem je, když se žák začne projevovat významně jinak, než tomu bylo doposud.

Změny v chování:
● samotářství, vyhýbání se kamarádům či oblíbeným činnostem
● potíže se soustředěním
● zhoršený školní prospěch
● rizikové chování (např. užívání návykových látek)
● změna chuti k jídlu
● potíže se spánkem (např. polehávání či pospávání v hodinách)
● potíže ve vztazích
● zanedbávání svého vzhledu
● sebepoškozování
● zabývání se myšlenkami na sebevraždu či ukončení života
● vyhledávání informací o sebevraždě, shromažďování prostředků k vykonání sebevraždy (např. lano, léky)
● rozdávání osobních věcí
V prožívání:
● náhlé změny nálad
● dlouhodobý smutek, plačtivost
● zvýšená úzkostnost
● podrážděnost, výbuchy vzteku
● vyčerpanost, apatie, pasivita
● nízké sebehodnocení a sebedůvěra
V komunikaci:
● ne/ přímé vyjádření, že chce zemřít
○ Přál/a bych si být mrtvá. Nechci žít. Kéž bych se nikdy nenarodil/a.
● vyjádření beznaděje
○ Nic nemá smysl. Můj život nemá smysl.
● vyjádření toho, že je všem na obtíž
○ Kdybych tu nebyl/a, nikomu bych nechyběl/a.
● psaní deníku či básní, ve kterých se objevuje téma smrti či sebevraždy
● loučení se s ostatními, dopisy na rozloučenou

Není pravda, že kdo o sebevraždě mluví, ten ji nespáchá.
Realita: Kdo o sebevraždě mluví, pravděpodobně o ní přemýšlí, zejména když o ní mluví opakovaně a ve spojení s dalšími varovnými příznaky. Je důležité o sebevraždě otevřeně mluvit.
Zvýšená opatrnost je na místě i ve chvíli, kdy žák, který projevoval známky sebevražedného chování, se náhle zdá být šťastným a sebevražedné myšlenky popírá. Většina lidí si oddechne a spustí dotyčného ze zřetele, ale může to naopak znamenat, že se jedinec rozhodl ukončit svůj život ke konkrétnímu dni, čímž došlo k paradoxní úlevě.
Všechny varovné příznaky je potřeba brát vážně!

Role školy
Sebevražedné jednání je velmi komplexní záležitostí a při jeho výskytu by se škola měla na řešení aktivně podílet. Zapojením všech zúčastněných stran se daří situaci rychleji rozklíčovat a zajistit vhodnou pomoc. Myšlenky na sebevraždu či sebevražedné jednání ovlivňují duševní zdraví žáků, což dále ovlivňuje jejich školní výkon. Sebevražda také negativně ovlivňuje celé školní společenství.

Bývá užitečné se na tematiku sebevražednosti dívat komplexně za pomoci 3 úrovní:

Prevence
Na úrovni školy jde v prevenci sebevražednosti o několik principů:
● téma duševního zdraví není tabu – mluví se o něm, ve škole jsou zařazeny programy podporující duševní pohodu žáků, besedy či dny duševního zdraví, téma se zařazuje napříč předměty (např. před testem se žáci mohou učit hlubokému dýchání, aby se zklidnili a lépe soustředili)
● pozitivní klima a atmosféra – škola má být bezpečným místem, které je přijímající a otevřené
● dostupnost informací – ve škole jsou dostupné informace o možné pomoci (např. formou letáčků na nástěnkách), zároveň škola disponuje kontakty na odborníky v oblasti péče o duševní zdraví ve svém kraji (s tím může pomoci místní pedagogickopsychologická poradna)
● funkční školní poradenské pracoviště (ŠPP) - poskytuje podporu nejen individuálně žákům (či pedagogům), kteří mají potíže se svým duševním zdravím či prožívají těžkou životní situaci, ale může průběžně zvyšovat duševní gramotnost žáků např. skrze zmíněné programy, besedy či dny o duševním zdraví.
● podpora učitelů – jde o podporu ze strany vedení (např. laskavý přístup, zdravé vztahy na pracovišti, příjemná atmosféra a pracovní kolektiv), ale i to, že jsou učitelé podporováni v tématu duševního zdraví např. formou na míru vybraného vzdělávání či supervizí, které spolu s pravidelnou psychohygienou fungují jako dobrá prevence vyhoření
● přístup učitelů – učitelé jsou všímaví ke svým žákům, zavádějí téma duševního zdraví do své výuky, znají varovné signály sebevražedného jednání, umějí identifikovat žáka v riziku sebevražedného chování a vědí, jaké jsou případné další kroky (viz část Role pedagoga)

Role pedagoga
Žáci ve škole tráví značnou část svého dne, čímž se škola stává místem, kde je možné odhalit, pokud se u žáka začne objevovat psychická nepohoda či sebevražedné jednání. Pedagog může být nejvýznamnější dospělou osobou v životě žáka, který k němu může chovat velkou důvěru, aniž by o tom pedagog věděl. Pokud se žák svěří pedagogovi se svými sebevražednými myšlenkami, přímo si tím říká o pomoc.
Pedagog by měl:
● být všímavý a podpůrný
● znát varovné signály, které mu pomohou identifikovat ohroženého žáka
● mít osvojený způsob vhodné komunikace při výskytu tématu sebevraždy
● vědět, na koho se dále obrátit, jaké jsou možné další kroky
● pracovat v týmu, téma sebevraždy by nikdy neměl řešit pedagog sám
● pečovat i o své duševní zdraví a věnovat se psychohygieně

Pokud má pedagog podezření či informace o tom, že žák má myšlenky na sebevraždu, je v první řadě potřeba pracovat se sebou. Pro většinu lidí je rozhovor o sebevraždě nekomfortní, je vhodné se na takový rozhovor vnitřně naladit. Téma je potřeba brát vždy vážně a nebagatelizovat jej. Je vhodné žáka s jeho myšlenkami přijmout. To znamená nesoudit, netrestat a nevyvolávat pocity viny (To bys přece svým rodičům neudělal), stejně tak se nesnažit žákovi předestřít věci, které by určitě měl nebo neměl dělat (Běž si zaběhat, přijdeš na jiné myšlenky), a netlačit na něj. Situaci by pedagog neměl řešit sám a měl by se snažit předejít případnému zděšení, fascinaci tématem či panice.

Následuje podpůrný rozhovor (viz níže). Je vhodné, když takový rozhovor vede pedagog, který má s žákem dobrý vztah a také jeho důvěru. Je potřeba na něj mít dostatek času a vhodný prostor, tzn. rozhovor vedeme ideálně pouze ve dvou, bez přítomnosti dalších žáků, a v klidném, bezpečném prostředí. Pokud vnímáte, že se žák chystá říct informace o sebevraždě před vrstevníky, je lepší ho jemně přerušit a pokračovat v rozhovoru hned, ale o samotě, mimo zbylé žáky. Pokud má pedagog možnost, může dopředu takový rozhovor konzultovat např. s kolegy ze školního poradenského pracoviště a připravit se na něj (případně celý rozhovor přenechat na nich). Cílem rozhovoru je vyjádřit zájem o žáka (Zajímá mě, jak se ti daří, co teď prožíváš) a ukázat žákovi, že existuje pomoc.

Vedení podpůrného rozhovoru1

Podpůrný rozhovor vedený pedagogem si můžeme představit jako dvě na sebe navazující části, kde pedagog naslouchá, klade citlivě otázky, poskytuje podporu a vyjadřuje empatii.

V první části jde o navázání kontaktu, tzn. běžný začátek rozhovoru, kde vyjadřujeme zájem o žáka:

● Můžu s tebou chvíli mluvit?
● Mám pocit, že se v poslední době trápíš…

1 Vybrané otázky slouží jako inspirace, jak o tématu sebevraždy mluvit. Nejde o manuál, který by měl pedagog následovat otázku po otázce. Často v rozhovoru stačí položit jen pár otázek.

● Mám o tebe strach…
● Vidím, že se v poslední době straníš ostatních…
● Pozoruji na tobě změny v poslední době… neděje se něco?
● Pojďme si popovídat…

Druhá část rozhovoru obsahuje specificky zaměřené otázky, např.:

● Děkuji, že mi říkáš, jak se cítíš a co prožíváš… chápu to správně, že to, co mi říkáš, znamená, že si chceš ublížit? Pochopil jsem to správně?
● Slyšel jsem, že říkáš, že už nechceš žít… co jsi tím myslel?
● Když o tom takhle mluvíš, znamená to, že si chceš ublížit? Znamená to, že se teď bavíme o sebevraždě?

Zde uvádíme příklady dalších specificky zaměřených otázek, které jsou ale určené pro pracovníky ŠPP:

● Napadlo tě někdy, že by ses tady na to chtěl vykašlat/ nežít?
● Přál sis někdy být mrtvý nebo se už neprobudit?
● Přemýšlíš o sebevraždě?
● Už sis někdy nějak ublížil?
● Přemýšlel jsi nad tím, jak bys to udělal?
○ Touto otázkou mapujeme míru sebevražedných tendencí (způsob sebevraždy).
● Přemýšlel jsi nad tím, kdy bys to udělal?
○ Touto otázkou mapujeme míru sebevražedných tendencí (datum/ čas sebevraždy).
● Jak často tě to napadá?
○ Touto otázkou mapujeme intenzitu sebevražedných myšlenek.
● Udělal jsi někdy něco, co by vedlo k ukončení tvého života?
○ Touto otázkou mapujeme, zda si již žák nějak ublížil či zda má např. nashromážděné prostředky k ukončení jeho života.

Otázky, které se ptají na způsob nebo čas příp. sebevražedného jednání, stejně jako otázka na intenzitu sebevražedných myšlenek, nám ukazují, kde v sebevražedném procesu se žák zhruba pohybuje a jaká je míra rizika sebevražedného chování. Zda má jen myšlenku na to, že by už nemusel žít, nebo zda má pečlivě naplánovaný způsob, čas a místo sebevraždy. V druhém případě je žák již ve vyšším riziku sebevraždy (střední až vysoké riziko – suicidální tendence).

Pokud žák neodpovídá a nechce mluvit, můžete se ho zeptat, zda není ve škole někdo jiný, s kým by mluvil radši, a můžete nabídnout, že daného člověka společně najdete. Obvykle žáci mají tendenci se svěřit pedagogům, se kterými mají dobrý vztah či je baví jejich předmět, pro některé žáky je ale nejlepší volbou naopak pedagog, kterého znají, je laskavý, ale přímo je neučí.
Do rozhovoru o sebevraždě patří i ticho, není třeba se ho bát, ač může být nepříjemné. Žáci nejvíce potřebují cítit, že jim někdo naslouchá a že nejsou v situaci sami. Zásadní je neslibovat žákovi naprostou důvěrnost informací (Slibuji, že to zůstane mezi námi), i když si pedagog musí být vědom citlivosti údajů, které mu žák sděluje. Slíbení důvěrnosti a její následné prolomení mohou žáci vnímat jako zásadní narušení důvěry. Pedagog tedy nejedná za zády žáka, ale domlouvá se společně s ním na dalším postupu tak, aby situace byla bezpečná a žák měl stále možnost nějaké kontroly.
Pokud se potvrdí myšlenky na sebevraždu, jsou na místě další kroky, zatímco pedagog je stále s žákem:
● poděkovat žákovi za důvěru
○ Děkuji ti, že mi to říkáš.
● podpořit žáka
○ Mohlo být těžké mi tohle říct, vážím si toho.
○ Slyším, že teď prožíváš velké trápení. Přál bych ti, aby ti bylo lépe a věřím, že se nám to společně podaří.
○ Společně to zkusíme zvládnout. Najdeme cestu, jak to zvládnout.
○ Pojďme spolu vymyslet, co dál.
● navrhnout další kroky – žák by měl věděl, že v tom není sám, a co se bude dít dál
○ setkání u školního psychologa/ metodika prevence – můžete žákovi vysvětlit, že to jsou lidé, kteří ví, jak mu pomoci a co dělat, můžete nabídnout, že za ním půjdete společně.
○ kontaktování zákonných zástupců – je potřeba zde postupovat velmi citlivě tak, abychom nenarušili důvěru žáka, a zároveň netajili informace směrem k zákonným zástupcům, je vhodné se proto na každém kroku domlouvat s žákem a s pracovníkem ŠPP.
● poskytnout odpovídající kontakty a přesné informace (např. o ŠPP, co nyní společně uděláme, číslo na Linku bezpečí)
● následná zvýšená péče a sledování žáka
Při komunikaci se zákonnými zástupci:
● představit se a svoji pozici ve škole
● nabídnout pomocnou ruku v řešení situace – ideální je, aby škola rozhovor vedla v duchu partnerství s rodinou
● informovat o pozorovaném chování a fungování žáka
● vysvětlit, že informace o stavu žáku budou v případě potřeby sdíleny s dalšími pedagogy
● nabídnout pomoc, domluvit schůzku (za přítomnosti třídního učitele, školního psychologa/ metodika prevence, příp. i ředitele)
● školní psycholog/ metodik prevence nabízí poradenství pro zákonné zástupce
● udělat zápis z domluvy

Střední až vysoké riziko – suicidální tendence
Žák, u kterého se objevují sebevražedné tendence, je ve středním až vysokém riziku dle toho, jak specifické detaily o sebevraždě má naplánované, zda má přístup k prostředkům sebevraždy, zda se u něj objevují rizikové faktory, jakou má historii, zda je impulzivní atd. Ve chvíli, kdy má žák naplánovaný způsob, místo a datum sebevraždy, je ve vysokém riziku

a v dané situaci je vhodné učinit následující kroky:
● jeden pedagog zůstává s žákem a nenechává ho o samotě (ideální je, když je pedagog stejného pohlaví jako žák, aby s ním případně mohl i na toaletu)
● vhodný je podpůrný empatický rozhovor
● vysvětlit, že budou kontaktováni jeho zákonní zástupci
● zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která pomůže situaci řešit a která volá zákonným zástupcům a informuje je o situaci a domlouvá se na dalších krocích (včetně příjezdu do školy)
● předat zákonným zástupcům kontakty na odbornou pomoc v kraji
Rovnou se se zákonnými zástupci domluvit na další schůzce, příp. aby bylo jasné, kdo koho kdy kontaktuje. Na této další schůzce je vhodné diskutovat, jestli a v jaké formě bude žák zapojen nadále do vyučování a jak bude nastavena komunikace informací o jeho stavu. Společně je vhodné připravit krizový plán pro případ, kdyby se situace opakovala.

Akutní riziko – pokus o sebevraždu
Jde o situace, kdy si žák ve škole patrně ublížil (např. pořezal se, spolykal prášky), chystá se k tomu, chystá či vyhrožuje, že si ublíží. První dospělý, který žáka najde, by měl:
● snažit se jednání zabránit, pokud lze, nebo poskytnout první pomoc
● zůstat s žákem a nenechat ho o samotě
● zavolat Rychlou záchrannou službu (155)
● zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která mu pomůže situaci řešit
● zavolat zákonným zástupcům žáka a informovat je o situaci
Po situaci by měl pedagog vytvořit zápis o situaci (Příloha 2) a informovat ředitele školy, příp. ředitelem dalšího pověřeného pracovníka (ideálně někdo ze ŠPP). Stejně tak má škola povinnost zaznamenat situaci do Knihy úrazů.
Obrázek 2 shrnuje různou míru rizika sebevražedného jednání, která byla výše popsáno, a ilustruje následné možné reakce pedagoga. V jakémkoliv případě je potřeba žáka průběžně sledovat a spolupracovat s rodinou. Je potřeba si všímat, jak žák tráví čas ve škole (zda je mezi lidmi, či se kolektivu straní), jakou má náladu, jak působí, jak se zapojuje, ale i např. to, kolik času tráví na záchodě během vyučování (z důvodu rizika příp. sebepoškozování) či zda např. nechybí ve škole, když nemá nahlášenou absenci. V takovém případě je potřeba okamžitě volat zákonným zástupcům. Je také vhodné, aby pedagogové byli k žákovi shovívaví a netlačili na něj, co se týče výkonu ve škole (např. aby žák po návratu z nemocnice dopisoval první týden testy ve škole). Pokud si pedagog není jistý, jak postupovat v procesu učení daného žáka, nechť konzultuje se ŠPP.
Zákonní zástupci bývají situací zaskočeni už proto, že v ní bývají poprvé. Větší zkušenost se sebevražednými úmysly dětí mají zaměstnanci školy. Zákonní zástupci mohou pociťovat bezmoc podobně jako jejich dítě a snažit se situaci zlehčit, mohou se obávat, že mluvit o sebevraždě znamená k ní dítě navádět atp. Pomoci jim může ŠPP, Linka pro rodinu a školu (116 000) anebo Rodičovská linka Linky bezpečí (606 021 021) anebo Orgán sociálně právní ochrany dětí (OSPOD). Obě zmíněné linky fungují i pro učitele.

Postvence
Není nic, co by se dalo říct, aby to odstranilo pociťovaný zármutek. Mluvení o smrti a vzájemné naslouchání je však první krok k uzdravení.
Postvence jsou kroky a postupy, které následují po dokonané sebevraždě. Každá sebevražda může zasáhnout desítky lidí, ukazuje se, že hluboce se pak dotkne 6 lidí, kteří mohou zažívat silné pocity smutku a bezmoci a u kterých se následně mohou také objevovat myšlenky na ukončení života, a to se týká i školního prostředí. Adolescenti jsou obzvlášť náchylní k tzv. nákaze sebevraždou, protože jde o období hledání se a zvýšené zranitelnosti vůči problémům

s duševním zdravím. Adolescenti ještě nemají plně rozvinutý repertoár možností, jak čelit, tak těžké situaci jako je sebevražda. Zároveň mladí lidé mají větší tendenci ztotožňovat se s činy svých vrstevníků než dospělí lidé. Škola by tak měla svým žákům nabídnout možnost vyjádřit své emoce a společně identifikovat strategie, jak situaci zvládnout.
Cílem postvence je poskytnout žákům podporu, pomoci jim pracovat s jejich emocemi, znovu nastolit zdravou atmosféru a minimalizovat riziko rozšíření sebevražedného jednání či jeho nápodoby. Postvenci může zajišťovat školní poradenské pracoviště, pedagogickopsychologická poradna či externí organizace (např. Poradna Vigvam).
Postvence obvykle zahrnuje:
● komunikace se zasaženou rodinou
● mobilizace podpory ve škole a její zviditelnění a nabízení pro žáky i pedagogy
● informování zaměstnanců školy a sdílení informací, jak událost může ovlivnit výuku
● sdělení faktů jednoduše a krátce
● péče o žáky, kteří mohou být smrtí nejvíce zasaženi
Žáci, kteří mohou potřebovat větší péči:
● byli u sebevražedného jednání nebo krátce před ním byli v kontaktu se zemřelým
● blízcí přátelé či např. sourozenci navštěvující tutéž školu
● žáci, kteří hůře zvládají zátěžové situace, mají nedostatek sociální podpory, historii duševního onemocnění, sebevražedných představ či sebevražedného pokusu, trauma nebo ztráty, příp. zažili sebevraždu ve své rodině
● žáci ve výlučném vztahu k zemřelému (např. agresoři, či ex-přítel/kyně)
Tyto žáky je potřeba průběžně sledovat a věnovat jim zvýšenou pozornost, příp. jim aktivně nabídnout podpůrný rozhovor či možnost promluvit si s pracovníkem ŠPP. Stejně tak je možné v případě nejistoty promluvit s jejich zákonnými zástupci.

Komunikace s rodinou zemřelého žáka
Je důležité rodině vyjádřit soustrast a zjistit, co by si přála, aby bylo sdíleno ve škole, a domluvit se na předání osobních věcí žáka. Věci by pro rodinu měly být připraveny a rodina by neměla např. vyklízet skříňky. Je lepší, když předání věcí probíhá po vyučování, aby se rodina nepotkávala s ostatními žáky ve škole. Může jít o emocionální chvíli a je vhodné, aby byl přítomen představitel školy pro důstojnost předání a také například pro jistotu přítomen školní psycholog či metodik prevence pro akutní podporu. Ujistěte se také, že zákonní zástupci jsou smazáni z e-mailových listů, aby rodina nedostávala emaily či telefonáty ohledně školních akcí apod.

Rodina si nepřeje uvádět příčinu úmrtí
Může se stát, že rodina nebude chtít, aby se ve škole mluvilo o sebevraždě jako o příčině úmrtí. Je důležité vyjednávat – respektovat přání rodiny a zároveň vzít v úvahu, že zatajit příčinu úmrtí v době sociálních sítí pravděpodobně nebude možné. Oznámit úmrtí lze obecně (např. Oznamujeme, že náš žák [jméno žáka] zemřel). Škola zároveň balancuje zodpovědnost i vůči dalším žákům a rodinám. Pro dobrou postvenci je důležité o tématu mluvit otevřeně, a zachytit tím případně další žáky v riziku sebevražedného jednání. Pro takové účely je vhodné, aby pracovník školy – ideálně ten, který rodinu zná či s ní má dobré vztahy – rodinu kontaktoval a vysvětlil, proč je důležité o sebevraždě mluvit otevřeně. Je zásadní se s rodinou domluvit, jak o situaci mluvit, a pak se podle toho řídit. Může se rodině vysvětlit např. to, že je možné, že se na to nějaký žák zeptá, a škola na to musí nějak reagovat.

Sdělování informací o sebevraždě
O smrti je potřeba informovat zaměstnance školy, žáky a jejich zákonné zástupce, a to formou přesných informací respektujících přání rodiny, ideálně sdělované v takové formě, v jaké

mohou být zveřejněny.
. Je důležité mít sjednocený postup pro jakékoliv úmrtí ve škole. Mít jiný postup pro úmrtí sebevraždou a jiný např. pro úmrtí dopravní nehodou vede ke zvyšování stigmatizace kolem duševního zdraví. Jakýkoli rozhovor o sebevraždě by měl obsahovat důležitost sdílení sebevražedných myšlenek s druhou osobou a informaci o dostupné pomoci. Pamatujte, že nikdy nevíte, kdo z okolí žáků či pedagogů má i jinou zkušenost s podobnou situací, např. ve svém okolí či možná oni sami někdy zažívali sebevražedné myšlenky, i proto je potřeba mluvit o tématu citlivě a opatrně.

Sdělení informací o sebevraždě pedagogům
Nejprve by měli být informováni pedagogové a další zaměstnanci školy. Je potřeba pamatovat na to, že i třídní pedagog je v takovou chvíli pozůstalý (příp. i další učitelé). Souběžně mohou běžet zprávy nejen ve škole, ale také po sociálních sítích. Pracovníci by měli mít prostor pro otázky a měli by dostat informace o možné pomoci pro sebe či pro své žáky. Je vhodné se ujistit, že všichni jsou přítomni, a zajistit, aby informace měli všichni. Informaci předává ředitel školy ve spojení s pracovníkem ŠPP. Je potřeba vyhradit na sdělení dostatek času. O události mluvte na rovinu a bez zbytečných detailů. Tím se vysílá zpráva, že je možné o těchto věcech ve škole mluvit. Lidé, kteří sami zažívají psychickou krizi, se mohou cítit podpořeni ve vyhledání pomoci. Pedagogům můžete připojit informaci o tom, jaké informace jsou zatím vykomunikovány s rodinou.

Sdělení informací o sebevraždě rodičům či zákonným zástupcům
O jakékoli smrti, tedy i smrti sebevraždou je důležité obeznámit i rodiče či zákonné zástupce ostatních žáků. Takové sdělení by mělo vycházet od ředitele školy a mělo by být v souladu s přáním rodiny. Je vhodné doplnit jej o tipy, na co by zákonní zástupci neměli v rozhovoru o sebevraždě se svým dítětem zapomenout (Příloha 13), a zároveň o seznam dostupných zdrojů pomoci pro ně či jejich děti v daném kraji. Je potřeba jim sdělit, že jejich děti budou o situaci informovány a bude jim nabídnuta podpora, kterou samozřejmě mohou odmítnout. Podpořte je, aby svým dětem řekli, že o situaci vědí a nabídli jim pomoc či podpůrný rozhovor. Seznamte je s možnými reakcemi jejich dětí na vzniklou situaci. Před odesláním této zprávy je potřeba mít jistotu, že rodina souhlasí se sdělením příčiny úmrtí. Vzor dopisu sdělení najdete v Příloze 6. Ředitel by měl pamatovat na to, že zákonní zástupci by zprávu měli dostávat zhruba ve stejný čas jako je informace sdělována ve třídách.

Sdělení informací o sebevraždě žákům
Pedagogové mohou mít obavy, jak tuto zprávu svým žákům sdělit. Ideálně zprávu sdělují třídní učitelé ve svých třídách. Ve třídě, kde žák zemřel, je potřeba myslet na to, že třídní učitel je také přímý pozůstalý, a je vhodné, když při sdělování asistuje pracovník ze ŠPP (či jim pomáhá se na to připravit). Učitel by se měl ujistit, že jsou přítomni všichni žáci, aby všichni dostali stejné informace. Pokud někdo chybí, třídní učitel zodpovídá za dodání těchto informací žákovi hned, jak bude opět ve škole (individuálně a osobně). Všichni učitelé by měli informaci předávat ve stejný čas, aby se předešlo šíření nepřesných informací. Je vhodné používat termín „zemřít sebevraždou“ a vyhnout se spojení „spáchat sebevraždu“. Součástí sdělení může být nabídka pro všechny, kteří mají o někoho obavu nebo sami mají myšlenky na sebevraždu, aby o tom promluvili s dospělým, kterému věří. Učitel také předává kontakty na ŠPP (či konkrétní pověřenou osobu, ideálně školního psychologa či metodika prevence) či další dostupnou pomoc. Je vhodné žákům připomenout číslo na Linku bezpečí (116 111) či Linku pro rodinu a školu (116 000).
Když mluvíme o sebevraždě je důležité více naslouchat spíše než mluvit. Celý rozhovor by se měl odehrávat v podpůrném a laskavém duchu. Učitel může na začátku zjistit, zda již třída

nějaké informace má, příp. jaké a zda se nešíří zkreslení informace. Je potřeba žákům předat základní informace a pak se ptát, co potřebují oni a dát prostor jim. Žáci mohou mít různé reakce, kromě smutku a lítosti mohou cítit pocity viny, výčitky nebo vztek. Pocity bývají silnější u bližších lidí. Žáci se mohou také ptát, proč se to stalo. Je vhodné říct, že na takové otázky nejsou žádné snadné odpovědi (Možná se teď ptáte, proč se to stalo, ale na některé otázky nenajdeme odpovědi hned). Mnoho otázek je spíše rétorických ve snaze jednotlivce porozumět situaci. Mluvit o tom, co se stalo, pomáhá snížit negativní dopady na žáky i na atmosféru školy (včetně dovednosti se učit). Je vhodné nechat žákům prostor pro sdílení jejich myšlenek a pocitů v prostoru, kde je nikdo nesoudí. Je užitečné se žáků ptát na to, co si myslí, případně se pak věnovat tématu truchlení, zármutku a strategiím, jak takovou situaci zvládnout. Žáci tím dostávají zprávu, že je v pořádku o takovém tématu mluvit nahlas a že existuje pomoc.
Někdy může být užitečné pomoci žákům pochopit spojení sebevraždy a duševního zdraví (např. Každý se někdy cítí smutný. Někdo ale může mít duševní onemocnění, například když má někdo depresi, přestane cítit radost ze všeho. Takový člověk si někdy může začít myslet, že jediné řešení je zemřít. Když někdo blízký zemře sebevraždou, můžeme být nešťastní, naštvaní, vystrašení, smutní… To všechno znamená to, že truchlíme, že se nám stýská. Někdy se nám o tom nechce mluvit, ani na to myslet. Někdy potřebujeme mluvit o tom, co prožíváme, a jaké myšlenky nás napadají. Máme někoho, komu to můžeme říct, někoho, komu důvěřujeme?).
Po sdělení zprávy žákům a případné následné diskusi je vhodné nechat zbytek hodiny žáky dělat samostatnou tichou práci spíše než pokračovat ve vyučování běžným způsobem.
• říct o tom, co se stalo – popisně, krátce, jasně
• zeptat se třídy, jak jim teď je, co jim běží hlavou, co potřebují
• být připraven říct, že něco učitel neví
• normalizovat emoce, snímat vinu z žáků
• nabídnout, co bychom teď jako třída mohli udělat, aby nám bylo lépe
• být připraven na to, že se situace bude nadále objevovat (např. v třídnických hodinách či u jednotlivých žáků)

Vzpomínkové akce
Může se také objevit přání žáků udělat vzpomínkovou akci, rituál či rozloučení se zesnulým žákem. Pro takové účely je vhodné mít připravený jasný postup, který se týká jakéhokoli úmrtí ve škole (není potřeba se chovat specificky v případě sebevraždy, to naopak vytváří stigma). Vzpomínkové akce se mohou objevit buď plánovaně či spontánně. Plánované akce je dobré komunikovat dopředu s rodinou zesnulého žáka (informovat je o tom, že na jejich syna/ dceru vzpomínají spolužáci i učitelé, a vyjádřit tak společné pocity a na akci je pozvat). Spontánní akce a vzpomínání na zemřelého mohou mít formu položení květin, dopisů, plyšáků u skříňky apod. Je dobré zřídit pietní místo a domluvit se s žáky a rodinou na době jeho trvání (obvykle se nechává do pohřbu). Pak je vhodné je z místa odebrat a vědět, co s nimi dělat (ideálně se domluvit s rodinou, zda je bude chtít, nebo se např. darují). S pozůstalými žáky lze dohodnout napsání společného dopisu a jeho předání rodině. Spolupráce žáků a např. třídního učitele umožňuje, aby dopis neobsahoval pro rodinu nevhodný či zraňující obsah. Lepší je akci naplánovat, než aby se spontánně tvořily. Pietní místo by mělo být umístěné tak, aby k němu mohli všichni, ale zároveň ho nemuseli míjet, pokud nechtějí. Je vhodné se spíše vyhnout trvalým akcím (např. zasazení stromu apod.) a to z důvodu vyhnutí se romantizování sebevraždy. Někteří žáci projeví zájem rozloučit se a jít na pohřeb. Je dobré se v tomto ohledu domluvit s rodinou a na základě toho udělat plán.

Psychohygiena učitele
Téma sebevražednosti představuje vysokou zátěž na pedagoga, a je proto zásadní věnovat se

následně vlastní psychohygieně. V případě, že se pedagog sám necítí delší dobu dobře, je vhodné vyhledat i pro sebe odbornou pomoc (např. psychoterapii).
Pedagog také může
konzultovat svou situaci ve ŠPP či může požádat vedení školy o supervizi u certifikovaného supervizora.
Legislativní rámec
Sebevražda není trestný čin, ale navádění k sebevraždě trestným činem je a vztahuje se na něj oznamovací povinnost.
Zákony, které jsou relevantní pro tematiku sebevražd:
● Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník stanovuje v § 364 až 368 povinnosti, jež má každá fyzická osoba v případě podněcování, schvalování, nadržování, nepřekažení 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). Dále §150 o neposkytnutí pomoci osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví.
● Zákon č. 372/2011 Sb., Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (§5), kdy se poskytuje neodkladná zdravotní péče za účelem zamezení či omezení vzniku náhlých stavů, které bezprostředně ohrožují život nebo by mohly vést k náhlé smrti či vážnému ohrožení zdraví člověka, která ohrožuje sebe nebo své okolí.

Na koho se obrátit
Přehled zdravotních a sociálních služeb najdete zde: https://psychiatrie.uzis.cz/ nebo zde: https://www.nzip.cz/vyhledavaci-mapy
Linka bezpečí
Pro děti a mladistvé do 26 let.
Tel.: 116 111
Web: https://www.linkabezpeci.cz/
Rodičovská linka
Pro rodiče, příbuzné, pedagogy a všechny, kteří mají nějakou starost o dítě.
Tel.: 606 021 021
Web: www.rodicovskalinka.cz
Linka pro rodinu a školu
Pro rodiče, příbuzné, pedagogy i děti.
Tel.: 116 000
Literatura:
Žaludek, M. I. A., David, M. J., & Marx, M. D. (2020). Časná identifikace sebevražedného chování u dětí a spolupráce mezi pediatrem a psychiatrem. Pediatrie pro Praxi, 21(5).
Vybrané webové stránky věnující se tématu duševního zdraví:
● Prevence sebevražd - https://sebevrazdy.cz/
● Národní ústav duševního zdraví - https://www.nudz.cz/
● Duševní zdraví dětí a dospívajících - https://dzda.cz/
● Opatruj se - https://www.opatruj.se//
● Psychoportál - https://psychoportal.cz/
● Národní portál psychiatrické péče - https://psychiatrie.uzis.cz/
● Metodický portál MŠMT - https://www.edu.cz/
● Reforma psychiatrie - https://www.reformapsychiatrie.cz/
● Asociace dětské a dorostové psychiatrie - https://www.addp.cz/

Vypracovala: Mgr. Kateřina Lauberová

Dne: 1.9.2026

Četli a s krizovým plánem jsou seznámeni:

Mgr. Jana Švolbová

Mgr. Klára Rudolfová

Mgr. Markéta Vaššová, DiS.

Mgr. Anna Reiningerová

Mgr. Jiřina Kovařovská

Mgr. Pavla Slabá

Mgr. Markéta Kočová

Bc. Ivan Galovič

Mgr. Zbyněk Vyskočil

Zuzana Machová

Iveta Tesaříková

Martina Vlková

Marie Vlčková

Jana Lenochová

Jana Rohrová

Markéta Králová

Mgr. Adéla Petrboková, DiS.

Bc. Nikol Bičovská

Klára Pašková

Marcela Miksová

15. Adresář organizací

Pedagogicko psychologická poradna, Frant. Diepolta 1576, 269 01 Rakovník Odbor sociálně-právní ochrany dětí a sociální prevence, Na Sekyře 166/2, Rakovník Městská policie, Husovo náměstí 27, 269 01, Rakovník

Úřad práce, nábř. T. G. Masaryka 2473, 269 01, Rakovník

Středisko výchovné péče Slaný, Tomanova 1361, 274 01 Slaný

Policie ČR, Husovo náměstí 116, 269 33 Rakovník

Centrum drogové prevence a krizové pomoci Kladno, Kročehlavská 49, tel.: 312682177

Adiktologická dorostová ambulance Kladno, Jana Palacha 1620, tel.: 606 770 175

Komunitní edukační centrum MAJÁK – centrum primární prevence Kutná Hora, Čáslavská 1/3, tel.: 327511040, 777736020

Centrum primární prevence institutu Filia Praha 2, Sokolovská 26, tel.: 224263026

Centrum primární prevence Prev – centrum Praha 6, Meziškolská 1120/2, tel.: 776619505, 233355459

Triangl – Terapeutické středisko pro dítě a rodinu Praha 9, Šromova 861, tel.: 604252887

Linka důvěry (Kladno): 312684444 12

Dětské krizové centrum, Praha 4 – Michle: 241 480 511

Linka důvěry: 241484149

Internetová linka důvěry: problem@ditekrize.cz

Rodičovská linka: 283852222

Důležité kontakty

Policie ČR	158 (Jesenice 974 811 111)
Zdravotnická záchranná služba	155
OSPOD	Luboš Kejla 313 259 285 602 472 985 Váchová Poborská Eliška 313 259 228 602 684 893
OÚ Čistá	Blanka Čebišová 313 549 454, 313 549 489
Linka bezpečí (pomoc dětem a mladistvým do 26 let), nonstop	116 111, www.linkabezpeci.cz
Bílý kruh bezpečí (pomoc obětem kriminality a domácího násilí), nonstop	116 006, www.bkb.cz, www.domacinasili.cz
Linka pro rodinu a školu, nonstop	116 000, www.linkaztracenedite.cz
Ohrožené dítě	www.ohrozenedite.cz
Primární prevence rizikového chování	www.prevence-info.cz
Duševní zdraví	www.opatruj.se
Poradenství v oblasti závislosti	www.drogy-info.cz/mapa-pomoci
Domácí násilí	www.mpsv.cz/intervencni-centra
Interaktivní katalog služeb pro rodiny a děti	www.pravonadetstvi.cz