



Primárně preventivní program

na rok 2023 - 2025

a

Preventivní školní program proti šikaně

Vypracovala: Mgr. Ivona Přechová

školní metodik prevence



Program je propagován a zveřejňován na školních webových stránkách a bude též k nahlédnutí u ředitele školy a metodika prevence.



1. CHARAKTERISTIKA ŠKOLY	5
2. INFORMAČNÍ ZDROJE	7
3. LEGISLATIVA A METODICKÁ DOPORUČENÍ	8
4. VYMEZENÍ CÍLOVÉ SKUPINY	10
5. ZPŮSOB REALIZACE	10
6. KLÍČOVÉ VYUČOVACÍ OBLASTI	11
7. CÍLE MINIMÁLNĚ PREVENTIVNÍHO PROGRAMU ZŠ TŘEŠŤ	12
8. ROZPIS PROGRAMŮ PRO JEDNOTLIVÉ ROČNÍKY A PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY V RÁMCI PRIMÁRNÍ PREVENCE NA ROK 2023/2024	14
9. PERSONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ PREVENCE	18
10. ZAMĚŘENÍ PRIMÁRNÍ PREVENCE ŠKOLY	21
11. METODICKÉ A KOORDINAČNÍ ČINNOSTI	23
12. ALKOHOL, TABÁK, OMAMNÉ A PSYCHOTROPNÍ LÁTKY (OPL), KRÁDEŽE A VANDALISMUS V PROSTORÁCH ŠKOLY	26
TABÁKOVÉ VÝROBKY	26
ALKOHOL	26
OMAMNÉ A PSYCHOTROPNÍ LÁTKY (OPL)	29
VANDALISMUS A KRÁDEŽE V PROSTŘEDÍ ŠKOLY	32
13. SYNDROM TÝRANĚHO, ZNEUŽÍVANĚHO A ZANEDBÁVANĚHO DÍTĚTE (CAN - CHILD ABUSE AND NEGLECT)	33
LEGISLATIVNÍ RÁMEC – OZNAMOVACÍ POVINNOST	33
CÍL ŘEŠENÍ	34
ROZPOZNÁNÍ PROBLÉMU	34
KRIZOVÝ PLÁN - JAK ŘEŠIT SEXUÁLNÍ ZNEUŽÍVÁNÍ	38
14. PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY (PPP)	41
KRIZOVÝ PLÁN - CO DĚLAT V PŘÍPADĚ PODEZŘENÍ NA PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY	44
15. SEKTY A NOVÁ NÁBOŽENSKÁ HNUTÍ	47
KRIZOVÝ PLÁN – CO DĚLAT PŘI PODEZŘENÍ NA PŮSOBNÉ SEKTY NA DÍTĚ:	47
16. PŘÍSLUŠNOST K SUBKULTUŘE	50
KRIZOVÝ PLÁN – PŘÍSLUŠNOST K SUBKULTUŘE A Z TOHO VYPLÝVAJÍCÍ NEVHODNÉ CHOVÁNÍ ŽÁKA	50
17. DÍTĚ JAKO SVĚDEK DOMÁCÍHO NÁSILÍ	51
KRIZOVÝ PLÁN – POKUD JE DÍTĚ SVĚDKEM DOMÁCÍHO NÁSILÍ	54
18. SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	57
KRIZOVÝ PLÁN PŘI SEBEPOŠKOZOVÁNÍ DÍTĚTE	59
19. PATOLOGICKÉ HRÁČSTVÍ (GAMBLERSTVÍ)	61
KRIZOVÝ PLÁN – CO DĚLAT PŘI ZJIŠTĚNÍ PATOLOGICKÉHO HRÁČSTVÍ:	62
20. NETOLISMUS	63



KRIZOVÝ PLÁN PŘI PODEZŘENÍ NA NETOLISMUS	64
21. ZÁŠKOLÁCTVÍ.....	66
KRIZOVÝ PLÁN PŘI ŘEŠENÍ ZÁŠKOLÁCTVÍ	69
22. EXTREMISMUS, RASISMUS, XENOFobie, ANTISEMITISMUS	73
KRIZOVÝ PLÁN PŘI ŘEŠENÍ EXTREMISMU, RASISMU, XENOFobie, ANTISEMITISMU,	75
23. RIZIKOVÉ SEXUÁLNÍ CHOVÁNÍ	77
24. SEXUÁLNÍ ODCHYLKY VE ŠKOLE	78
HOMOFobie	78
KRIZOVÝ PLÁN NA OCHRANU DÍTĚTE OHROŽENÉHO RIZIKOVÝM SEXUÁLNÍM CHOVÁNÍM	80
25. KRIZOVÉ SITUACE SPOJENÉ S OHROŽENÍM NÁSILÍM VE ŠKOLNÍM PROSTŘEDÍ, KTERÉ PŘÍCHÁZÍ Z VNĚJŠÍHO I VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ	82
KRIZOVÝ PLÁN A DOPORUČENÉ POSTUPY Z HLEDISKA PEDAGOGA V PŘÍPADĚ KRIZOVÝCH SITUACÍ VE ŠKOLE:	83
26. DÍTĚ S PORUCHOU AUTISTICKÉHO SPEKTRA (PAS).....	86
27. PSYCHICKÁ KRIZE/DUŠEVNÍ NEMOCNĚNÍ ŽÁKA	106
29. PREVENTIVNÍ ŠKOLNÍ PROGRAM PROTI ŠIKANĚ	130
ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA	131
VÝVOJ ŠIKANY	132
ÚČASTNÍCI ŠIKANY.....	133
PŘÍMÉ A NEPŘÍMÉ VAROVNÉ SIGNÁLY ŠIKANOVÁNÍ	134
NÁSLEDKY ŠIKANY	135
POVINNOSTI ŠKOLY V PREVENCI A ŘEŠENÍ ŠIKANY	136
PREVENCE PROTI ŠIKANĚ	137
VAROVNÉ ZNAKY ŠIKANY	138
DOPORUČENÍ RODIČŮM	139
KRIZOVÝ PLÁN PRO ELIMINACI ČI MINIMALIZACI ŠKOD V PŘÍPADĚ, ŽE K ŠIKANĚ VE ŠKOLE DOJDE	141
POSTUP PŘI OZNÁMENÍ ŠIKANY	142
SCÉNÁŘ PRO OBYČEJNOU POČÁTEČNÍ ŠIKANU	143
SCÉNÁŘ PRO OBYČEJNÁ POKROČILOU ŠIKANU	146
CELKOVÁ LÉČBA PRO ŘEŠENÍ PRVNÍCH DVOU STADIÍ ŠIKANOVÁNÍ,	148
SCÉNÁŘ PRVNÍ POMOCI PRO NEOBVYKLOU POČÁTEČNÍ ŠIKANU	150
ZÁKLADNÍ KRIZOVÝ SCÉNÁŘ PRO VÝBUCH POKROČILÉ ŠIKANY	150
CELKOVÁ LÉČBA PRO TŘETÍ STADIUM ŠIKANOVÁNÍ S BĚŽNOU I KOMPLIKOVANOU FORMOU	151
KYBERŠIKANA.....	152
KRIZOVÝ PLÁN PŘI KYBERŠIKANĚ.....	157
KDE HLEDAT POMOC.....	160
ŠIKANA ZAMĚŘENÁ NA UČITELE.....	161
KRIZOVÝ PLÁN PRO ŘEŠENÍ ŠIKANY ZAMĚŘENÉ NA UČITELE.....	162
DOPORUČENÁ LITERATURA A ROZŠÍŘUJÍCÍ MATERIÁLY.....	168
30. STRATEGIE PŘEDCHÁZENÍ ŠKOLNÍ NEÚSPĚŠNOSTI.....	174



1. Charakteristika školy

Název: Základní škola Třešť

Adresa: J. Hory 1050, 589 01 Třešť

Forma hospodaření: Příspěvková organizace

Zřizovatel: Město Třešť

Ředitel školy: PaedDr. Václav Trnka

Součástí školy: Základní škola, J. Hory 1050, Základní škola, Barvířská 30

Školní jídelna: J. Hory 1050

Výdejna stravy: Barvířská 30

Školní družina: 1. J. Hory 1050, 2. Barvířská 30, počet oddělení ŠD: 5

Odloučené pracoviště: Dům dětí a mládeže, Barvířská 30

Spádový obvod: Salavice, Jezdovice, Hodice, Panenská Rozsíčka, Stajiště, Třeštice, Doupě, Buková, Čenkov, Růžená, Bezděkov

Organizace vyučování: Plně organizovaná škola

Počet tříd: 27

Počet žáků: 638

Materiální podmínky:

27 kmenových tříd

10 kabinetů pedagogických pracovníků

2 místnosti pro činnost zájmových útvarů domu dětí a mládeže

4 kanceláře základní školy

1 kancelář školní jídelny



1 kancelář domu dětí a mládeže

2 učebny informatiky

2 učebny cizích jazyků

1 učebna výtvarné výchovy, 2 učebny hudební výchovy, 1 učebna výchovy k občanství,

1 učebna dějepisu a českého jazyka, učebna přírodopisu, 1 učebna fyziky, 1 učebna chemie

2 tělocvičny – ZŠ J. Hory, ZŠ Barvířská

1 kondiční sál

1 sportovní hala

1 cvičná kuchyně, 1 dílna pro výuku praktických činností

1 keramická dílna

1 knihovna pro žáky prvního stupně

1 informační centrum

1 divadelní sál

Dům dětí a mládeže:

volnočasové aktivity – podrobná nabídka kroužků k nahlédnutí na webových stránkách školy



2. Informační zdroje

Vnitřní informační zdroje:

Webová stránka školy obsahující příslušné kontakty a telefonní čísla (ředitel školy, výchovný poradce, metodik prevence, třídní učitelé, atd.): www.zs-trest.cz

Nástěnky, školní rozhlas, obrazovka na hlavní chodbě, informace předávány prostřednictvím školního parlamentu

Odborná a metodická literatura, odborné časopisy ve školních knihovnách naší školy

Vnější zdroje – spolupráce s ostatními subjekty:

a) Horizontální spolupráce:

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení kurátorů pro děti a mládež

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení sociálně právní ochrany dětí

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení sociální správy

Policie ČR

Státní zdravotní ústav Jihlava

Pedagogicko – psychologická poradna Jihlava

Pediatři a praktičtí lékaři

Spolupracovníci NNO

Středisko výchovné péče

b) Vertikální spolupráce:

MŠMT - Odbor speciálního vzdělávání a institucionální výchovy

Krajský školský koordinátor prevence - pracovník krajského úřadu

Oblastní metodik preventivních aktivit – pracovník ped. – psych. poradny



3. Legislativa a metodická doporučení

Při zpracování Minimálně preventivního programu a Programu proti šikanování byly využity tyto materiály:

Školský zákon §29

Vyhláška MŠMT č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školských zařízeních

Strategie prevence rizikových projevů chování dětí a mládeže v působnosti resortu školství mládeže a tělovýchovy na období 2013-2018

Školní vzdělávací program „Škola pro život“

Metodické doporučení k prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, MŠMT č. j. 21291/2010-28

Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, ve znění pozdějších předpisů.

Metodický pokyn ministerstva školství mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení č. j. 22294/2013-1

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

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Dokument MŠMT č.j.: 21291/2010-28)

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Dokument MŠMT č.j.: 21291/2010-28) Příloha č. 23

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Dokument MŠMT č.j.: 21291/2010-28) Příloha č. 3

Metodickému doporučení MŠMT č.j.: 21291/2010-28 Psychická krize / duševní onemocnění žáka

Metodickému doporučení MŠMT č.j.: 21291/2010-28 Sebevražedné chování



Výroční zpráva o činnosti školy školní rok 2022/2023, Koncepce a strategie města v rámci prevence primárně patologických jevů

Prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže zahrnuje především aktivity v oblastech prevence:

násilí a šikanování dětí a učitelů

záškoláctví,

kriminality, delikvence, vandalismu aj. forem násilného chování,

ohrožení mravnosti a ohrožování mravní výchovy mládeže (nebezpečí internetu), komerčního sexuálního zneužívání dětí,

xenofobie, rasismu, intolerance a antisemitismu,

užívání návykových látek (vč. opomíjeného alkoholu a kouření), anabolik, medikamentů a dalších látek,

patologického hráčství (gambling),

diváckého násilí

syndromu týraných a zneužívaných dětí (CAN),

sebepoškozování,

poruchy příjmu potravy,

nebezpečí adrenalinových sportů a předcházení úrazů,

rizikové chování v dopravě a předcházení úrazů,

sekt a sociálně patologických náboženských hnutí,

masmédiá - klamavá reklama,

nebezpečí spojená s užíváním internetu (poskytování údajů o sobě a své rodině, netolismus, kyberšikana, stalking, sexting, phishing...)

psychická krize/duševní onemocnění žáka



4. Vymezení cílové skupiny

Strategie je zaměřena na všechny žáky 1. - 9. ročníku základní školy, se zvláštním přihlédnutím k dětem ze sociálně slabšího a málo podnětného rodinného prostředí, dětem s nedostatečným prospěchem a s některými typy specifických vývojových poruch chování.

U pedagogů je další vzdělávání zaměřeno na celý tým, se zvláštním přihlédnutím k začínajícím pedagogům a pedagogům bez odborné kvalifikace. Intenzivní vzdělávací aktivity jsou směřovány k pracovníkům, kteří zajišťují činnost školního poradenského pracoviště – výchovný poradce, metodik prevence a speciální pedagog. Také se organizují kurzy první pomoci, které absolvují všichni pedagogičtí pracovníci. Pozornost je také věnována proškolení pedagogického sboru v sociálně – právní rovině péče o děti a mládež.

Do systému informování jsou zapojeni všichni rodiče. Zvláštní pozornost je věnována skupinám rodičů tříd, kde se vyskytly negativní jevy jako šikana, nebo výskyt drog. Individuální pozornost je pak věnována rodičům žáků, u kterých byl zjištěn výskyt návykových látek, konzumace alkoholu a kouření, rodičům žáků – agresorů v případech šikany.

5. Způsob realizace

Základními kompetencemi prevence v rámci podpory zdravý a zdravého životního stylu jsou:

zvyšování sociální kompetence – rozvíjení sociálních dovedností, které napomáhají efektivní orientaci v sociálních vztazích, odpovědnosti za chování a uvědomění si důsledků jednání

posilování komunikačních dovedností – zvyšování schopnosti řešit problémy, konflikty, adekvátní reakce na stres, neúspěch, kritiku

vytváření pozitivního sociálního klimatu – pocitu důvěry, bez nadměrného tlaku na výkon, zařazení do skupiny, práce ve skupině vrstevníků, vytvoření atmosféry pohody a klidu, bez strachu a nejistoty

formování postojů ke společensky akceptovaným hodnotám – pěstování právního vědomí, mravních a morálních hodnot, humanistické postoje apod.



6. Klíčové vyučovací oblasti

oblast přírodovědná (např. biologie člověka, fyziologie, biologické účinky drog, chemické aspekty drog atd.)

oblast zdravého životního stylu (např. výchova ke zdraví, osobní a duševní hygiena, podmínky správné výživy, volný čas apod.)

oblast společenskovední (proces socializace jedince, užší a širší společenské prostředí, jedinec ve vzájemné interakci se sociálním prostředím apod.)

oblast rodinné a občanské výchovy (postavení rodiny ve společnosti, vedení domácnosti, správná výživa, zdravý vývoj a příprava na život, formy komunikace, zvyšování sociální kompetence dětí a mládeže, subjekty participující v oblasti prevence drog, sexuální výchova - nerizikové chování, vztahy mezi partnery, problematika násilí v rodině, týrání, možnosti antikoncepce atd.)

oblast sociálně právní (právní aspekty drog, práva a povinnosti dítěte, význam a cíle reklamy apod.)

oblast sociální patologie (postoj společnosti ke zneužívání drog, delikventní chování, kriminalita, xenofobie, šikanování, rasismus, problémy v oblastech zneužívání internetu apod.)

Preventivní témata jsou nejčastěji frekventována v následujících předmětech a také v třídnických hodinách:

Výchova k občanství - Vnitřní svět člověka (sekty, životní názor, životní perspektivy), Právní řád ČR, Hodnota a podpora zdraví (poruchy příjmu potravy), nácvik první pomoci, Osobnostní a sociální rozvoj (sebepoznání a sebepojetí, vztah k sobě, k druhým, extremistické projevy chování, rasismus, xenofobie), Rizika ohrožující zdraví (manipulativní reklama, působení sekt) Změny v životě člověka (dětství, puberta, dospívání, sexuální život, rodičovství, ochrana před početím a prevence před pohlavně přenosnými chorobami), Nebezpečí internetu (kyberšikana, sexting, stalking, netolismus, phishing...), Drogy a jejich dopad na organismus, Duševní hygiena



Biologie, zeměpis – Lidské tělo – stavba, procesy, Lidské rasy, Výskyt konfliktů, Výskyt a pěstování drog – vliv na oblast

Přírodověda, vlastivěda – Vztah k rodné zemi, historie, vztah k lidem, stavba těla

Český jazyk – Pozitivní vzory osobností, hledání smyslu života, životní cíle - úvahy

Člověk a jeho svět – Dopravní výchova, Nebezpečí doma i venku, Vztah k sobě, rodině, lidem, rodné zemi, Šikana

Výtvarná výchova a výtvarné soutěže – Tematické práce k zdravému životnímu stylu, k drogám, estetickému prostředí

Tělesná výchova – Zdravý způsob života, relaxace, výchova ke sportu, duševní hygiena

Chemie – Chemické složení drog

Informatika - Bezpečné chování na internetu, Počítačová gramot

7. Cíle minimálně preventivního programu ZŠ Třešť

1. dlouhodobé

- výchova ke zdravému životnímu stylu
- rozvoj a podpora sociálních kompetencí
- funkční informační systém, funkční další vzdělávání pracovníka prevence, vícezdrojové a víceleté financování projektů primární prevence.

2. střednědobé

- zapojování rodin do života školy
- vytvoření a podpora systému víceletého financování pro oblast primární prevence sociálně patologických jevů
- vytvoření bezpečného prostoru ve škole
- eliminace výskytu projevů rizikového chování mezi žáky
- vytváření a distribuce metodických materiálů
- efektivní využití finančních zdrojů pro primární prevenci na škole



- zkvalitnění spolupráce metodika prevence, pracovníků školy a rodičů
- pravidelně zapojit mapování školy pomocí dotazníkového šetření Klima školy

Cílem působení v oblasti prevence sociálně patologických jevů je dítě odpovědné za vlastní chování a způsob života v míře přiměřené jeho věku

- s posílenou duševní odolností vůči stresu, negativním zážitkům a vlivům
- schopné dělat samostatná (a pokud možno správná) rozhodnutí
- přiměřenými sociálně psychologickými dovednostmi
- schopné řešit, případně schopné nalézt pomoc pro řešení problémů
- s vyhraněným negativním vztahem k návykovým látkám
- podílející se na tvorbě prostředí a životních podmínek.

3. krátkodobé

Zapojit i nadále do financování programů primární prevence rodiče.

- Důkladně seznámit žáky s nebezpečím internetu v souvislosti s nedávnými událostmi (sexting, stalking, netolismus, phishing...).
- Vytvořit nový plakát Šikana s kontaktními čísly do tříd.
- Důsledně sledovat absenci žáků, o neomluvených absencích vést zápis a řešit dle Školního řádu Metodického pokynu MŠMT Č.j.:10194/2002-4 k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví.
- Zmapovat situaci a vyhodnotit zpětnou vazbu na nabízené programy (starší i nové) v rámci primární prevence.
- Uskutečnit v roce 2022 Den IZS
- Vymyslet stabilní programy, které se budou pravidelně opakovat – změny v nastavení prim. prevence v důsledku končících grantových programů, nastavení primárních programů pozměněných (zastavených) v důsledku „proticovidových“ opatření.
- Programy je nutné přizpůsobovat aktuální epidemiologické situaci a reagovat na hygienická opatření nastavená ve škole. Jednotlivé programy je možno v případě potřeby realizovat v náhradním termínu.



8. Rozpis programů pro jednotlivé ročníky a pedagogické pracovníky v rámci primární prevence na rok 2023/2024

Programy jsou realizovány prostřednictvím přednášek, besed, diskusí ve skupinách, interaktivních a zážitkových programů, pobytové akce, situační intervence, vzdělávacího semináře.

Cílová skupina	Program	Realizátor - zodpovídá
1. třída	Policie Bezpečné chování 1 - seznámení s policií, ukázka policejního auta, policejního vybavení, navázání kontaktu s dětmi pro spolupráci v dalších ročnících	Policie ČR obvodní oddělení Třešť
2. třída	Návštěva služebny	Policie ČR obvodní oddělení Třešť
3. třída	Bezpečné chování 2 - doma, po cestě ze školy a do školy, nebezpečí i od blízkých osob (příbuzný, kamarád rodičů, soused – v souvislosti s nedávnými událostmi), co dělat, když by se kamarád dostal do nebezpečí (někdo ho nebo mě vtáhl do auta, přepadl u výtahu, vtláčil do bytu), týrání svěřené osoby – násilí na dětech v rodině, u příbuzných, pohlavní zneužívání Hasiči – bezpečnost v domácím prostředí	Policie ČR - oddělení prevence – npr. Lukáš Vondra HZS Kraje Vysočina – npr. Jiří Melichar
4. třída	Dopravní hřiště – bezpečnost silničního provozu IFMSA Dívčí koutek – info o merché	Dopravní hřiště na zimním stadionu – policie, BESIP, metodik prev. – podzim teorie, jaro prakticky IFMSA

	Hasiči – požární ochrana 2	HZS Kraje Vysočina – npr. Jiří Melichar
5. třída	Pohlavní dospívání – dospívání – související změny, hygiena	Praktický lékař MUDr. Jaroslav Havlíček ve spolupráci s metodikem prevence případně spolupráce
6. třída	Dopravní výchova 2 - bezpečnost silničního provozu, jak se v něm pohybovat na bruslích, skateboardu, na kole, bezpečnost na lyžích, snowboardu, alkohol (na kole, lyžích...), dopravní značky, jak se zachovat, když se dostanu k dopravní nehodě (např. na kole), povinná výbava kola, jestli je nutná na koloběžce helma, sezení vepředu povinná sedačka v autě, pes v autě – jištění, rizikové chování v dopravě Pravidla třídy, šikana a prevence proti ní v rámci adaptačního kurzu na Řásné	Policie ČR oddělení prevence – npr. Lukáš Vondra Mgr. Ivona Přečková metodik prevence
7. třída	Návštěva dětí z dětského domu se školou v Jihlavě – beseda o rizikovém chování, které vedlo k odebrání z rodiny a pokusu o nápravu ve výchovném ústavu – záškoláctví, drobné krádeže, nezdrženlivé sexuální chování... První pomoc – zásady první pomoci	Etoped DDSS Jihlava Mgr. Tomáš Honzárek ve spolupráci s metodikem prevence Michal Hink

	<p>Čas proměn – sexuální výchova</p> <p>Jak se nestát závislákem</p>	<p>MPedu</p> <p>SZU Jihlava – MUDr. Irena Zimenová</p>
<p>8. třída</p>	<p>Právní vědomí 1 – nebezpečí internetu- rozdíl mezi trestným činem a přestupkem, trestní odpovědnost dětí, sexuální chování do 15 let a od 15 let – pohlavní zneužívání, znásilnění, kuplířství alkohol, užívání marihuany a pervitinu – šíření toxikomanie, návštěvy diskoték a restaurací.</p> <p>Zodpovědné sexuální chování, pohlavní choroby</p>	<p>Policie ČR oddělení prevence – nprar. Lukáš Vondra</p> <p>Praktický lékař MUDr. Jaroslav Havlíček ve spolupráci s metod. prevence</p>
<p>9. třída</p>	<p>Právní vědomí 2 – zopakování rozdílů mezi trestným činem a přestupkem, trestní zodpovědnost mladistvých a dětí, řízení pod vlivem návykové látky, drobné krádeže, loupež, vydírání, obecné ohrožení, porušení autorského práva, křivá výpověď, nutná obrana – oprávněné použití zbraně (i nože např.), možnosti studia na policejní škole – požadavky, náplň studia, výhody, nevýhody práce u policie, povýšení, rizika</p> <p>Beseda se zástupci obce</p>	<p>Policie ČR oddělení prevence – nprar. Lukáš Vondra ve spolupráci s metodikem prevence</p> <p>Starosta obce, místostarosta obce ve spolupráci</p>



		s metodikem prevence
Pedagogičtí pracovníci	Jednotlivé akce v rámci šablon a prevence, první pomoc...	Mgr. Zdeněk Martínek, MUDr. Jaroslav Havlíček, Progress Rescue Jihlava
<i>Jednorázové akce</i>		
Nespecifická primární prevence	<p>Školní výlety, exkurze (IQ park, Dukovany, Dalešice, planetárium České Budějovice),</p> <p>besedy Muzeum škole</p> <p>besedy dle aktuální nabídky</p> <p>Loučení se se základní školou a přivítání budoucích prvňáků – 9. ročníky, spolupráce s Mateřskou školou Třešť</p> <p>Plavecký výcvik 1. - 3. ročník - nepovinný</p> <p>Plavecký výcvik 4. ročník – povinný</p> <p>Lyžařský kurz v Krkonoších - 7. ročník</p> <p>Nabídka volnočasových aktivit při ZŠ, DDM 1. – 9. ročník</p> <p>Návštěva Horáckého divadla – pravidelně - 2. stupeň</p> <p>Sportovní turnaje a olympiády</p>	<p>Třídní učitelé</p> <p>Mgr. Milina Matulová různé</p> <p>Třídní učitelé 9. ročníku, učitelky MŠ</p> <p>Třídní učitelé</p> <p>Třídní učitelé</p> <p>Mgr. Josef Smetana</p> <p>Vedoucí kroužků</p> <p>Mgr. Hana Kratochvílová</p> <p>Mgr. Josef Smetana, Mgr. Luboš Vonka, Mgr. Simona Veselá</p>



9. Personální zajištění prevence

Na základě vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských zařízeních:

Výchovný poradce

- 1) Výchovný poradce koordinuje společně s metodikem prevence aktivity školy v oblasti prevence.
- 2) Aktivně nabízí učitelům a žákům možnost poradit se o svých problémech.
- 3) Zaměřuje se na žáky, kteří jsou ohroženi ve svém vývoji, sebepojetí, komunikaci s druhými.
- 4) Učitelé informují výchovného poradce o případech výskytu agresivního chování ve třídě, signálů o potížích žáka (osobnostní, rodinné, vztahové), náhlém i trvalém neúspěchu v učení, obtížné komunikaci, konfliktu s rodiči, porušování pravidel soužití ve škole žákem, krádežích ve třídách.
- 5) Výchovný poradce navrhuje opatření, navrhuje řediteli školy svolání výchovné komise, vede individuální konzultace s dětmi, s rodiči, informuje o možnostech odborné péče a další pomoci (adresář sociálních služeb, linku bezpečí apod.).
- 6) Jedná se sociálním odborem. Konzultuje problémy s odbornými pracovišti – SPC, PPP.
- 7) Zajišťuje kariérové poradenství a poradenskou pomoc při rozhodování o další vzdělávací a profesní cestě žáků.
- 8) Realizuje individuální či skupinová šetření k volbě povolání, konzultuje se zákonnými zástupci jejich očekávání a předpoklady žáků pro případné budoucí studium.
- 9) Spolupracuje s třídními učiteli potřebných žáků. Nejenom žáci se specifickými poruchami učení, ale i nadané děti mají individuálně vzdělávací plán, za který zodpovídá právě výchovný poradce. Třídním učitelům pomáhá v sestavování individuálně vzdělávacích plánů a zprostředkování nových metod pedagogické diagnostiky a intervence.
- 10) Žáky a jejich zákonné zástupce informuje o možnostech dalšího vzdělávání, využívání služeb různých poradenských zařízení apod.
- 11) Veškeré činnosti (například průběh výchovné komise, doporučení žáka k vyšetření v PPP) je nutno zaznamenávat písemně pro případ doložení navrhovaných změn u žáka.



Metodik prevence

- 1) Metodik prevence vytváří minimální preventivní program, podílí se na jeho realizaci.
- 2) Koordinuje a participuje na realizaci aktivit školy zaměřených na prevenci záškoláctví, závislostí, násilí, vandalismu, sexuálního zneužívání, zneužívání sektami, prekriminálního a kriminálního chování, rizikových projevů sebepoškozování a dalších sociálně patologických jevů.
- 3) Metodicky vede činnosti pedagogických pracovníků školy v oblasti prevence sociálně patologických jevů (vyhledávání problémových projevů chování, preventivní práce s třídními kolektivy apod.).
- 4) Koordinuje vzdělávání pedagogických pracovníků školy v oblasti prevence sociálně patologických jevů. Koordinuje přípravy a realizace aktivit zaměřených na zapojování multikulturních prvků do vzdělávacího procesu a na integraci žáků/cizinců, prioritou v rámci tohoto procesu je prevence rasismu, xenofobie a dalších jevů, které souvisí s otázkou přijímání kulturní a etnické odlišnosti.
- 5) Koordinuje spolupráci školy s orgány státní správy a samosprávy, které mají v kompetenci problematiku prevence sociálně patologických jevů, s metodikem preventivních aktivit v poradně a s odbornými pracovišti (poradenskými, terapeutickými, preventivními, krizovými a dalšími zařízeními a institucemi), které působí v oblasti prevence sociálně patologických jevů.
- 6) Kontaktuje odpovídajícího odborného pracoviště. Shromažďuje odborných zpráv a informace o žácích v poradenské péči specializovaných poradenských zařízení v rámci prevence sociálně patologických jevů v souladu s předpisy o ochraně osobních údajů. Vede písemné záznamů umožňujících doložit rozsah a obsah činnosti školního metodika prevence, navržená a realizovaná opatření.
- 7) Zajišťuje a předává odborné informace o problematice sociálně patologických jevů, o nabídkách programů a projektů, o metodách a formách specifické primární prevence pedagogickým pracovníkům školy.
- 8) Prezentuje výsledků preventivní práce školy, získávání nových odborných informací a zkušeností.
- 9) Vede a průběžně aktualizuje databázi spolupracovníků školy pro oblast prevence sociálně patologických jevů (orgány státní správy a samosprávy, střediska výchovné péče, poradny, zdravotnická zařízení, Policie ČR, orgány sociální péče, nestátní



organizace působící v oblasti prevence, centra krizové intervence a další zařízení, instituce a jednotliví odborníci).

- 10) Vyhledává žáky s rizikem či projevy sociálně patologického chování, poskytování poradenských služeb těmto žákům a jejich zákonným zástupcům, případně zajišťování péče odpovídajícího odborného pracoviště (ve spolupráci s třídními učiteli).
- 11) Spolupracuje s třídními učiteli při zachycování varovných signálů spojených s možnostmi rozvoje sociálně patologických jevů u jednotlivých žáků a tříd. činnosti školního psychologa.
- 12) Komunikuje s rodiči (prostřednictvím osobních konzultací při osobních setkáních nebo písemnou formou, ve spolupráci s třídními učiteli a dalšími pedagogickými pracovníky).

Školní psycholog – externista

- 1) Žákům a rodičům žáka s problémy ve výuce, osobními atd., nabízí individuální konzultace, podporu v těžkých obdobích, případně krizovou intervenci.
- 2) Vykonává kariérové poradenství, pomáhá při problémech při hledání vlastního učebního stylu.
- 3) Poskytuje individuální konzultace pedagogům v oblasti výchovy a vzdělávání.

Pedagogové

- 1) Věnují se v rámci výuky rozvoji kompetencí žáků v oblasti sociálních dovedností, učí podle principů a metod v rámci koncepce školy.
- 2) Provádějí průběžnou diagnostiku žáků a třídy, na pedagogických radách vzájemně hodnotí uplynulé období, konzultují případné problémy, navrhnou opatření.
- 3) Třídní učitel je v kontaktu s rodiči žáků své třídy prostřednictvím třídních schůzek, osobních setkání učitelů s rodiči s možností přítomnosti žáka a dalších možností komunikace.
- 4) Úzce spolupracuje s metodikem prevence a výchovným poradcem pro včasné zachycení problémů.
- 5) Třídní učitelé i učitelé odborných předmětů se podílejí na realizaci Minimálního preventivního programu a na pedagogické diagnostice vztahů ve třídě.
- 6) S pracovníky poradenského pracoviště průběžně komunikují o žácích vyžadujících zvýšenou péči.



Ředitel školy

- 1) Sleduje efektivitu prevence sociálně patologických jevů.
- 2) Sleduje problémy v kontextu celé školy a dělá personální a organizační opatření ke zlepšení vzájemného soužití ve škole.
- 3) Svolává v případě potřeby výchovnou komisi za účasti rodičů, pedagogů, pracovníků orgánů péče o dítě, psychologů apod.
- 4) Spolupracuje s metodikem prevence a s výchovným poradcem.
- 5) Zveřejnění informací
- 6) Informace obsahující důležitá telefonní čísla a adresy (linky důvěry apod.) a další informace, které se vztahují k tématům zařazeným do Minimálního preventivního programu, zásady první pomoci při výskytu šikany, jsou rozdány do každé třídy, aby mohly být dětem kdykoliv k dispozici.

10. Zaměření primární prevence školy

Vztah učitel – žák

Budujeme vzájemnou důvěru mezi učitelem a žákem. Žák ví, že se může na učitele obrátit a bude respektován jeho názor, jeho potřeby. Učitel se zajímá o žáka, podněcuje dialog. Učitel získává důvěru žáka i prostřednictvím budování vztahu s rodinou, sociálním prostředím žáka. Při řešení problémů je učitel otevřen komunikaci s žákem, s rodičem, širší rodinou, ostatními pedagogy, výchovným poradcem atd. Na základě dosažení dohody o společných cílech a postupech dochází k celkové a jednotné podpoře žáka.

Skupinová práce

Žáci část vyučování spolupracují ve dvojicích a ve skupinách. Učitel věnuje pozornost spolupráci ve skupinách, podporuje naslouchání, zapojení všech členů skupiny, reflektuje s žáky skupinovou práci a podporuje tak rozvoj kompetencí týmové práce, řešení konfliktu (učitel podporuje odpovědnost žáka za řešení konfliktu). Žáci se učí vést diskuzi, vyjadřovat své názory, naslouchat druhým a vhodným způsobem reagovat na kritiku, sdílet své pocity, obavy, radosti, zážitky, podněty ke zlepšení sociálního klimatu třídy, klást otázky.



Individualizované hodnocení, slovní hodnocení, sebehodnocení, zpětná vazba skupiny

Žáci dostávají komplexní zpětnou vazbu od učitele. Jsou informováni o svém pokroku i nedostacích. Je oceňováno úsilí žáka a míra jeho pokroku bez srovnávání s výkonem ostatních. Je podporován jeho individuální talent a zájem. Diferenciace výuky může probíhat prostřednictvím práce ve skupinách podle zaměření žáka. Pomáháme žákovi vybudovat si důvěru v sebe, ve vlastní síly, pozitivní vztah k okolnímu světu.

Komunikace s rodiči, veřejností

Učitelé nabízejí všem rodičům možnost individuální konzultace. Rodiče budou o programu informovat především třídní učitelé na třídních schůzkách. Informovanost bude zaměřena zejména na oblast prevence užívání návykových látek a šikany. Rodiče každého žáka mají možnost konzultace problémů s psychologem z Pedagogicko - psychologické poradny v Jihlavě, který nabídne řešení problému, příp. je domluvena delší spolupráce s PPP.

Pedagogická diagnostika

Učitel věnuje pozornost žákům, registruje signály o možném problému žáka a hledá příčiny a vhodné formy nápravy. Pokud je třeba, spolupracuje s rodiči a výchovným poradcem, který se zapojí do diagnostického a terapeutického procesu. Případně je využíváno dalších odborných institucí (PPP aj.)

Komunikace s rodiči, veřejností

Učitelé nabízejí všem rodičům možnost individuální konzultace. Rodiče budou o programu informovat především třídní učitelé na třídních schůzkách. Informovanost bude zaměřena zejména na oblast prevence užívání návykových látek a šikany. Rodiče každého žáka mají možnost konzultace problémů s psychologem z Pedagogicko-psychologické poradny v Jihlavě, který nabídne řešení problému, příp. je domluvena delší spolupráce s PPP.

Pedagogická diagnostika

Učitel věnuje pozornost žákům, registruje signály o možném problému žáka a hledá příčiny a vhodné formy nápravy. Pokud je třeba, spolupracuje s rodiči a výchovným poradcem, který se zapojí do diagnostického a terapeutického procesu. Případně je využíváno dalších odborných institucí (PPP aj.).



Zveřejnění informací

Informace obsahující důležitá telefonní čísla a adresy (linky důvěry apod.) a další informace, které se vztahují k tématům zařazeným do Minimálního preventivního programu, zásady první pomoci při výskytu šikany, budou rozdány do každé třídy, aby mohly být dětem kdykoliv k dispozici.

Program bude propagován a zveřejňován na školních webových stránkách a bude též k nahlédnutí u ředitele školy a metodika prevence.

Nespecifická primární prevence

Nespecifická primární prevence má za účel podporovat zdravý životní styl, rozvíjet psychosociální dovednosti a vést ke smysluplnému využívání volného času.

11. Metodické a koordinační činnosti

- a) Tvorba, koordinace a kontrola realizace Minimálního preventivního programu - Minimální preventivní program vypracovává školní metodik prevence na dané období. Na jeho realizaci se podílejí ostatní pedagogičtí pracovníci školy. Rodiče jsou s Minimálním preventivním programem seznámeni prostřednictvím třídních schůzek a také si ho mohou prohlédnout na webových stránkách školy.
- b) Koordinace a participace na realizaci aktivit školy zaměřených na prevenci záškoláctví, závislostí, násilí, vandalismu, sexuálního zneužívání, zneužívání sektami, kriminálního chování a dalších sociálně patologických jevů - učivo související s danou problematikou je zpracováno do tematických plánů jednotlivých předmětů na 1. a 2. stupni na základě osnov vzdělávacího programu Škola pro život (viz Minimální preventivní program). Škola se rovněž snaží o smysluplné využití volného času dětí a mládeže širokou nabídkou zájmových kroužků a dalších jednorázových mimoškolních aktivit pro žáky. Škola tak chce účinněji pracovat v oblasti prevence sociálně patologických jevů.

Ve všech oblastech činnosti jsou stanovena základní pravidla práce s dětmi:



- vytvářet prostředí, ve kterém budou děti vedeny k samostatnosti, zodpovědnosti a sebeúctě s dostatečným prostorem pro seberealizaci dítěte
 - podněcovat v dětech pocit zodpovědného přístupu k vlastnímu zdraví a vést děti ke zdravému životnímu stylu
 - v boji proti návykovým látkám se zaměřit na společensky akceptované drogy, protože s těmi se děti běžně setkávají
 - při prevenci dalších nebezpečných jevů klást důraz na problematiku snižování lidské důstojnosti – vydírání a šikany
 - zdůraznit nebezpečí lhostejnosti, upozorňovat na nebezpečí internetu, zvláště sociál. sítí a nových forem nebezpečí číhajících na internetu.
 - věnovat náležitou pozornost dětem, u kterých existuje důvodné podezření ze zanedbávání povinné péče nebo dokonce týrání ze strany dospělých
 - pěstovat v dětech vědomí rovnosti všech lidí bez rozdílu národnosti a barvy pleti.
 - vysvětlovat nebezpečí rasismu a xenofobie.
 - vychovávat děti k zodpovědnému výběru partnera a k zodpovědnosti při zakládání rodiny
 - v průběhu celé školní docházky vytvářet v dětech vztah k životnímu prostředí, ve kterém žijí a bojovat proti vandalismu.
- c) Metodické vedení činnosti učitelů školy v oblasti prevence sociálně patologických jevů - školní metodik prevence spolupracuje s třídními učiteli - vyhledávání problémových projevů chování, preventivní práce s třídními kolektivy, zařazování preventivních aktivit v rámci výchovných předmětů.
- d) Koordinace vzdělávání pedagogů školy v oblasti prevence sociálně patologických jevů
- ve spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou a dalšími institucemi se školní metodik prevence i další pedagogičtí pracovníci účastní různých seminářů z oblasti prevence sociálně patologických jevů.
- e) Koordinace přípravy a realizace aktivit zaměřených na zapojování multikulturních prvků do vzdělávacího procesu - učivo související s danou problematikou je zapracováno do tematických plánů jednotlivých předmětů na 1. a 2. stupni. V rámci



vyučování i při aktivitách mimo vyučování se snažíme pěstovat v dětech vědomí rovnosti všech lidí bez rozdílu národnosti a barvy pleti.

- f) Koordinace spolupráce školy s orgány státní správy a samosprávy, které mají v kompetenci problematiku prevence sociálně patologických jevů, s metodikem preventivních aktivit v pedagogicko-psychologické poradně a s odbornými pracovišti.
- g) Kontaktování odpovídajícího odborného pracoviště a participace na intervenci a následné péči v případě akutního výskytu sociálně patologických jevů.
- h) Shromažďování odborných zpráv a informací o žácích v poradenské péči specializovaných poradenských zařízení v rámci prevence sociálně patologických jevů a zajišťování těchto zpráv a informací v souladu s předpisy o ochraně osobních údajů - ve spolupráci s výchovnou poradkyní.
- i) Vedení písemných záznamů umožňujících doložit rozsah a obsah činnosti školního metodika prevence, navržená a realizovaná opatření.



12. Alkohol, tabák, omamné a psychotropní látky (OPL), krádeže a vandalismus v prostorách školy

Tabákové výrobky

Ve vnitřních i vnějších prostorách školy je zakázáno kouřit. Zakaz se vztahuje i na různé typy tzv. vaporizérů a e-cigaret.

Školním řádem je nutné kouření v prostorách školy zakázat a stanovit sankce za porušování tohoto zákazu.

Krizový plán při konzumaci tabákových výrobků ve škole

- 1) V případě, kdy je žák přistižen při konzumaci tabákových výrobků v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí školou pořádaných, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit.
- 2) Tabákový výrobek je třeba žákovi odebrat a zajistit, aby nemohl v konzumaci pokračovat.
- 3) Pedagogický pracovník dále postupuje podle školního řádu školy: o události sepiše stručný záznam s vyjádřením žáka, (zejména odkud, od koho má tabákový výrobek), který založí školní metodik prevence do své agendy.
- 4) V případě porušení zákazu kouření informuje třídní učitel zákonného zástupce nezletilého žáka.
- 5) V závažných případech (zejména s ohledem na věk nebo chování dítěte) a jestliže se jednání opakuje, vyrozumí škola orgán-sociálně právní ochrany obce s rozšířenou působností. Škola může od orgánu sociálně-právní ochrany obce vyžadovat pomoc.
- 6) Z konzumace tabákových výrobků ve škole je třeba vyvodit sankce stanovené školním řádem.

Alkohol

Školním řádem škola stanoví zákaz užívání alkoholu v prostorách školy v době školního vyučování i na všech akcích školou pořádaných.

Podávání alkoholických nápojů osobám mladším 18 let může být trestným činem nebo přestupkem.



Krizový plán při konzumaci alkoholu ve škole

1. V případě, kdy je žák přistižen při konzumaci alkoholu v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí školou pořádaných, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit.
2. Alkohol je třeba žákovi odebrat a zajistit, aby nemohl v konzumaci pokračovat.
3. Podle závažnosti momentálního stavu žáka, případně dalších okolností pedagogický pracovník posoudí, jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí.
4. V případě, kdy je žák pod vlivem alkoholu do té míry, že je ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci.
5. Jestliže akutní nebezpečí nehrozí, postupuje pedagogický pracovník podle školního řádu školy: O události sepíše stručný záznam s vyjádřením žáka (zejména odkud, od koho má alkohol), který založí školní metodik prevence do své agendy a vyrozumí vedení školy.
6. V případě, že žák není schopný pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole.
7. Jestliže není zákonný zástupce dostupný, vyrozumí škola orgán sociálně právní ochrany dítěte obce s rozšířenou působností a vyčká jeho pokynů. Škola může od orgánu sociálně-právní ochrany dítěte obce s rozšířenou působností vyžadovat pomoc.
8. Zákonnému zástupci ohlásí škola skutečnost, že žák konzumoval alkohol ve škole i v případě, kdy je žák schopen výuky.
9. Jestliže se situace opakuje, splní škola oznamovací povinnost k orgánu sociálně-právní ochrany dítěte. Oznamovacím místem je příslušný odbor obecního úřadu obce s rozšířenou působností podle místa bydliště dítěte.
10. V případě uživatelského zájmu nebo zájmu jeho zákonných zástupců, poskytne škola potřebné informace o možnostech odborné pomoci při řešení takové situace.



11. Z konzumace alkoholu ve škole je třeba vyvodit sankce stanovené školním řádem. Za nebezpečné a protiprávní jednání je rovněž považováno navádění jiných žáků k užívání alkoholických nápojů.
12. V případě podezření na intoxikaci žáka může pedagogický pracovník provést orientační test na přítomnost alkoholu (dechová zkouška), ale pouze na základě předem získaného souhlasu zákonného zástupce nebo zletilého žáka či studenta s orientačním testováním žáka na přítomnost alkoholu. Pokud je výsledek testu pozitivní, postupuje pedagogický pracovník obdobným postupem jako je uvedeno od bodu 3. O události sepíše pedagogický pracovník stručný záznam s vyjádřením žáka.
13. Obdobný postup zvolí pedagogický pracovník i v případě příchodu žáka do školy pod vlivem alkoholu, resp. kdy nelze prokázat, že se žák intoxikoval ve škole.

Nález alkoholu ve škole

1. V případě, kdy pracovníci školy **naleznou v prostorách školy alkohol**, postupují takto:
 - a. Tekutinu nepodrobují žádnému testu ke zjištění jeho chemické struktury.
 - b. O nálezů ihned uvědomí vedení školy.
 - c. Nalezenou tekutinu uloží u vedení školy pro případ usvědčujícího důkazu.
 - d. Zpracují stručný záznam o události.
2. V případě, kdy pracovníci školy **zadrží u některého žáka alkohol**, postupují takto:
 - a) Zabavenou tekutinu nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury.
 - b) O nálezů ihned uvědomí vedení školy.
 - c) O nálezů sepíše stručný záznam, s vyjádřením žáka, u kterého byl alkohol nalezen, datum, místo a čas nálezů a jméno žáka.
 - d) Zápis podepíše i žák, u kterého byl alkohol nalezen (nebo který jej odevzdal).
V případě, že podepsat odmítá, uvede pracovník tuto skutečnost do zápisu. Zápisu a rozhovoru se žákem je přítomen/na ředitel/ka školy nebo její/jeho zástupce.
 - e) Zápis záznamu založí školní metodik prevence do své agendy.



- f) O nález vyrozumí zákonného zástupce žáka, a v případě, že se jedná o opakovaný nález u téhož žáka, i orgán sociálně-právní ochrany dítěte, kterým je obecní úřad obce s rozšířenou působností.
- g) V případě podezření, že alkohol obsahuje i jiné příměsi a byl nalezen u žáka, který se jím intoxikoval, předají zajištěnou tekutinu přivolanému lékaři.

Omamné a psychotropní látky (OPL)

Krizový plán při konzumaci omamných a psychotropních látek (OPL) ve škole

1. V případě, kdy je žák přistižen při konzumaci OPL v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí školou pořádaných, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit.
2. Návykovou látku je třeba žákovi odebrat a zajistit ji, aby nemohl v konzumaci pokračovat.
3. Podle závažnosti momentálního stavu žáka, případně dalších okolností, pedagogický pracovník posoudí, jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí.
4. V případě, kdy je žák pod vlivem OPL do té míry, že je ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci.
5. Jestliže akutní nebezpečí nehrozí, postupuje pedagogický pracovník podle školního řádu školy. Především ihned zajistí vyjádření žáka a vyrozumí vedení školy.
6. V případě, že žák není schopen pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole, případně se volá rychlá záchranná služba.
7. V případě, že žák není schopný dbát pokynů zaměstnanců školy, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole, případně se volá rychlá záchranná služba.



8. Jestliže není zákonný zástupce dostupný, vyrozumí škola orgán sociálně právní ochrany a vyčká jeho pokynů. Škola může od orgánu sociálně-právní ochrany obce vyžadovat pomoc.
9. Zákonnému zástupci ohlásí škola skutečnost, že žák konzumoval OPL ve škole i v případě, kdy je žák schopen výuky (dbát pokynů pracovníků školy).
10. Současně splní oznamovací povinnost k orgánu sociálně-právní ochrany dítěte. Oznamovacím místem je příslušný odbor obce s rozšířenou působností podle místa bydliště dítěte.
11. V případě uživatelova zájmu nebo zájmu jeho zákonných zástupců, poskytně škola informace o možnostech odborné pomoci při řešení takové situace.
12. Z konzumace OPL ve škole je třeba vyvodit sankce stanovené školním řádem. Nicméně je nutné rozlišovat distributora od uživatele. Uživatel je nebezpečný pouze sobě, distributor všem. Distribuce je trestným činem, užívání OPL je porušením školního řádu.
13. Navádění jiných žáků k užívání návykových látek je považováno rovněž za nebezpečné a protiprávní jednání.
14. Obdobný postup zvolí pedagogický pracovník i v případě příchodu žáka do školy pod vlivem OPL, resp. kdy nelze prokázat, že se žák intoxikoval ve škole.

Distribuce OPL ve škole

1. Distribuce OPL je v České republice považována za protiprávní jednání. Je proto zakázána a může být kvalifikována jako trestný čin. Množství, které žák distribuuje, není nijak rozhodující.
2. Přechovávání OPL je také vždy protiprávním jednáním. Množství, které u sebe žák v danou chvíli má, je rozhodující pro to, aby toto protiprávní jednání bylo blíže specifikováno buď jako přestupek nebo v případě množství většího než malého jako trestný čin, ale toto množství nemusí mít žádný vliv na kázeňský postih, který je stanovený školním řádem.
3. Jestliže má pracovník školy důvodné podezření, že ve škole došlo k distribuci OPL, musí o této skutečnosti škola vždy vyrozumět místně příslušné oddělení Policie ČR, protože se jedná o podezření ze spáchání trestného činu.



4. Pokud v rámci tohoto podezření zajistí pracovníci školy nějakou látku, postupují způsobem popsaným níže.

Nález OPL ve škole

V případě, kdy pracovníci **školy naleznou v prostorách školy látku, kterou považují za omamnou nebo psychotropní**, postupují takto:

1. Látku nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury. O nález ihned uvědomí vedení školy.
2. Za přítomnosti dalšího pracovníka školy vloží látku do obálky, napíše datum, čas a místo nálezů. Obálku přelepí, přelep opatří razítkem školy a svým podpisem a uschovají ji do školního trezoru.
3. O nález vyrozumí Policii ČR, která provede identifikaci a zajištění podezřelé látky.

V případě, kdy pracovníci školy **zadrží u některého žáka látku, kterou považují za omamnou nebo psychotropní**, postupují takto:

1. Zabavenou látku nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury.
2. O nález ihned uvědomí vedení školy.
3. O nález sepiší stručný záznam s vyjádřením žáka, u kterého byla látka nalezena, datum, místo a čas nálezů a jméno žáka. Zápis podepíše i žák, u kterého byla látka nalezena (nebo který látku odevzdal). V případě, že podepsat odmítá, uvede pracovník tuto skutečnost do zápisu. Zápisu a rozhovoru se žákem je přítomen/na ředitel/ka školy nebo její/jeho zástupce.
4. O nález vyrozumí Policii ČR, která provede identifikaci a zajištění podezřelé látky a informuje zákonného zástupce žáka.
5. V případě, že je látka nalezena u žáka, který se jí intoxikoval, předají látku zajištěnou výše uvedeným postupem, přivolanému lékaři. Může to usnadnit léčbu, neboť u řady jedů jsou známy protijedy. Další postup nutný k identifikaci látky pak zajistí Policie ČR.
6. V případě, kdy pracovníci školy mají podezření, že **některý z žáků má nějakou OPL u sebe**, postupují takto:



- a) jedná se o podezření ze spáchání trestného činu nebo přestupku, a proto řešení této situace spadá do kompetence Policie ČR,
- b) bezodkladně vyrozumí Policii ČR, zkonzultují s ní další postup a informují zákonného zástupce žáka,
- c) žáka izolují od ostatních a do příjezdu Policie ČR je nutné mít ho pod dohledem. U žáka v žádném případě neprovádějí osobní prohlídku nebo prohlídku jeho věcí.

Vandalismus a krádeže v prostředí školy

Krizový plán pro vandalismus a krádežím

Jak postupovat preventivně proti krádežím

1. Ve školním řádu uvést, že krádeže jsou protiprávním jednáním a jakmile se škola o takovém jednání dozví, bude tuto skutečnost hlásit orgánům činným v trestním řízení, nebo doporučí poškozenému (jeho zákonnému zástupci), aby se na tyto orgány obrátil.
2. Upozornit žáky a jejich zákonné zástupce, že nošení cenných věcí (zejména věcí malých rozměrů) do školy je rizikové chování, které může vést k jejich odcizení.
Škola ve školním řádu, školské zařízení ve vnitřním řádu:
 - a) zdůrazní, že (cenné) věci, které nesouvisí s vyučováním a vzděláváním nemají žáci do školy nebo školského zařízení nosit
 - b) nebo ředitel školy ve školním řádu určí způsob zajištění těchto předmětů na určeném místě.
3. Vést žáky k tomu, aby dokázali protiprávní jednání rozpoznat, byli všímaví vůči svému okolí a v případě, kdy budou svědky takového jednání, ohlásili věc pedagogickému pracovníkovi školy.

Krizový plán, jak postupovat při nahlášení krádeže žákem

1. O události pořídít záznam na základě výpovědi poškozeného.
2. Věc předat orgánům činným v trestním řízení (ohlásit na místní nebo obvodní oddělení Policie ČR), nebo poučit poškozeného žáka (jeho zákonného zástupce), že má tuto možnost.
3. V případě, že je znám pachatel, je třeba nahlásit věc orgánu sociálně-právní ochrany (byl-li pachatel mladší 18 let) a současně věc předat orgánům činným v trestním řízení.



Jak postupovat preventivně proti vandalismu

1. Ve školním řádu uvést, že každý je odpovědný za škody, které svým jednáním způsobil, a proto po něm bude škola požadovat náhradu, jestliže škodu způsobil úmyslně nebo z nedbalosti.
2. V poučeních o bezpečnosti a ochraně zdraví je třeba se problematice vzniklých škod věnovat a žáky opakovaně upozorňovat na jednání, které k poškození majetku vede a jak se takovému jednání vyhnout.

Krizový plán, jak postupovat při vzniku škody

1. Jakmile vznikne škoda na školním majetku, je třeba o celé záležitosti vyhotovit záznam a pokusit se odhalit viníka.
2. V případě, že viníka škola zná, může na něm (jeho zákonném zástupci) vymáhat náhradu škody.
3. V případě, že nedojde mezi zákonnými zástupci nezletilého dítěte a školou k dohodě o náhradu škody, může škola vymáhat náhradu soudní cestou

13. Syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte (CAN - Child Abuse and Neglect)

Legislativní rámec – oznamovací povinnost

Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník v paragrafech 364 až 368 stanovuje povinnosti, které má každá fyzická osoba v případě podněcování, schvalování, nadřizování, nepřekažení a neoznámení trestného činu. Paragrafy se vztahují na celou škálu trestných činů, oblast násilných činů páchaných na dětech a na týrání dítěte nevyjímaje.

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí chrání učitele při jeho postupu na ochranu práv dítěte. Je zde přímo vyzván k tomu, aby v případě podezření na týrání žáka kontaktoval odborníky. Učitelé by se tedy neměli obávat, že udělají kroky, které budou mimo jejich kompetenci. To, aby se pokusili týranému dítěti co nejúčinněji pomoci, se tak stává nejen součástí zákonné povinnosti, ale i jejich profesionality.

Zákon určuje jako povinnost různým institucím, mimo jiné i škole a školskému zařízení, nahlásit případ ohrožení zdraví nebo života dítěte, a to i tehdy, když se objeví pouze



podezření na trestný čin. (U fyzických osob je tento postup formulován jako právo, nikoliv jako povinnost.) Zatímco tedy u trestního zákona je potřeba vycházet z hodnověrného, tedy doloženého předpokladu, v případě zákona 359 stačí mít jen podezření.

Pozor na skutečnost o neoznámení trestného činu a nepřekážení trestného činu - týrání svěřené osoby dle ustanovení § 198 trestního zákoníku spadá mezi trestné činy vyjmenované jak v nepřekážení trestného činu (§ 367 TZ), tak v neoznámení trestného činu (§368 TZ).

Tím, že nekontaktujeme-li orgány činné v trestním řízení, v případě, že už jsme se hodnověrným způsobem dozvěděli o týrání svěřené osoby, můžeme být sami pachatelé trestných činů nepřekážení trestného činu a neoznámení trestného činu.

Cíl řešení

Cílem musí být předejít vzniku traumatizace dítěte, zabránit pokračování a zabránit rozvoji dlouhodobých zdravotních, sociál. a psychologických následky.

Rozpoznání problému

Změny v chování dítěte

1. celková stísněnost a nezájem o dění kolem
2. zvýšená opatrnost v kontaktu s dospělými
3. úzkost a vyděšené reakce v přítomnosti konkrétních dospělých osob nebo v situaci, kdy je dítě s dospělým samo
4. vyhýbání se školním a mimoškolním aktivitám
5. nápadně lhostejné postoje, výroky typu „mně je to jedno“
6. agresivní napadání a šikanování vrstevníků
7. zvýšená citová dráždivost a agresivní projevy na sebemenší podněty
8. potíže se soustředěním a zhoršení prospěchu ve škole
9. váhání s odchodem domů po vyučování
10. neomluvené absence ve škole
11. odmítání jídla nebo přejídání



12. sebepoškození
13. útěky z domova

Známky na těle dítěte

1. opakovaná zranění včetně zlomenin
2. modřiny
3. řezné rány
4. otoky částí těla, například rtů, tváří, zápěstí
5. stopy po svazování
6. otisky různých předmětů na těle
7. natrhnutí ucha
8. otisky dlaně a prstů
9. stopy po opaření nebo popálení cigaretou

Tělesné týrání a jeho rozpoznání:

- a) aktivní (bití a jiné agresivní formy napadání dítěte)
- b) pasivní

Některé známky zanedbávání:

1. trvalý hlad
2. podvýživa
3. chudá slovní zásoba
4. špatná hygiena
5. zkažené zuby a časté záněty dásní
6. dítě není očkováno proti nemocím



7. nevhodné oblečení vzhledem k počasí
8. nedostatek dohledu – dítě je večer doma samo, venku pobývá dlouho do tmy a bez dozoru apod.
9. vyčerpanost, přepracovanost
10. s dítětem se nikdo neučí, nezajímá se o jeho školní povinnosti
11. vyhození z domova

Některé projevy zanedbávaného dítěte:

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

Kdo zajišťuje:

1. školní metodik prevence s výchovným poradcem
2. školní psycholog
3. třídní učitel,
4. školské poradenské zařízení,
5. pediatr,



6. orgán sociálně právní ochrany dítěte
7. vždy informován ředitel školy/šk. zařízení

Krizový plán - jak postupovat při podezření na zneužívání či zanedbávání dítěte

Náhlé změny jako alarm

1. náhlé podstatné zhoršení prospěchu žáka – je mu úplně jedno, zda dostane dobrou, nebo špatnou známku
2. veselého dítěte se často stane úzkostný, neprůbojný žák
3. nejrůznější problémy ve vztazích se spolužáky – dítě, které bylo dříve kamarádské, se ostatních straní nebo se může naopak začít chovat vůči nim agresivně
4. mohou se projevit poruchy v pravidelných návycích – spaní (do školy chodí pozdě) nebo stravování (při obědě opakovaně nedojídá).
5. různé modřiny, odřeniny či nezvyklá únava či apatie žáka.
6. méně viditelné signály potíže při sezení v lavici

Při podezření na syndrom týraného dítěte (CAN)

1. Navázat užší kontakt.
2. Dotázat se v soukromí na příčinu modřin nebo pozdních odchodů ze školy - pro lepší atmosféru - nabídnout žákovi nějaké pohoštění, čaj, rozhovor vést nejdříve zeširoka – nedoporučuje se při takovémto osobním rozhovoru věnovat se problému okamžitě.

Při nedůvěřivosti dítěte

1. Především v situaci, kdy se učitel nedaří navázat komunikaci s žákem, je dobré obrátit se na pedagogicko-psychologickou poradnu.
2. Jednou z možností je, že učitel žákovi, který se nechce se svým problémem svěřit, doporučí, aby se obrátil na Linku bezpečí (telefon 116 111)- po telefonu je možné popovídat si anonymně, zadarmo, kdykoliv, pro některé děti je lepší psaná forma – i toto Linka bezpečí nabízí formou mailové komunikace, chatu.



3. Obrátit se na spolužáky nebo sourozence a zeptat se na možnou příčinu obtíží.
Vystoupení týraného dítěte z anonymity je to nejtěžší - má mluvit o tom, jak mu ubližují jeho nejbližší.

Pozvání rodičů do školy

Rodiči by měl okomentovat problémy, které učitel u dítěte vyzoroval - učitel může z chování rodiče nepřímo poznat, zda v rodině k týraní nedochází, vyloučí školní šikanu, zjistí sociální prostředí.

Spolupráce s odborníky:

Nedoporučuje se kontaktovat jen pediatra – dítě chodí v doprovodu rodičů

Domluva s poradnou na kontaktu s dítětem bez účasti rodičů – přijatelné porušení pravidel – priorita pomoci dítěti.

Kontaktovat OSPOD - vedou registr problémových rodin, spolupracují s policií ČR.

Základní informace – tabu zóny

Každé dítě by se mělo co nejdříve seznámit, co představují takzvané tabu zóny na jeho těle, mělo by vědět, na koho se obrátit a kam zavolat, pokud mu někdo začne ubližovat nebo i když má jen pochybnosti o správnosti chování svých blízkých k vlastní osobě.

Krizový plán - jak řešit sexuální zneužívání

Sexuální zneužívání – je každé nepřiměřené vystavení dítěte sexuálnímu činu nebo chování, které vede k uspokojování potřeb zneuživatelé.

Pohlavní zneužívání je závažným trestným činem proti lidské důstojnosti, na který se vztahuje povinnost přikazít jej (v souladu s trestním zákoníkem). Přikazít znamená, že zabráníte páchání nebo dokončení takového jednání (oznámít orgánům činným v trestním řízení).



Co dělat když:

Dítě se mi svěřilo osobně

1. uvědomit si, že jde o velmi citlivou záležitost
2. seznámit s tím co nejužší okruh dalších osob
3. pokud se zneužívání dopouští rodič, není žádoucí informovat ho o tom, že se vám dítě svěřilo
4. komunikovat s dítětem – podrobnější vyšetřování nechat na psychologovi a policii
5. vhodně dítěti sdělit, že skutečnost musíte ohlásit na policii
6. ohlásit na policii a OSPOD
7. ocenit dítě, že za vámi přišlo a ujistit ho, že pro ně uděláte všechno, co je ve vašich silách
8. jestliže dítě nechce, abyste věc ohlásili, situaci konzultujte s odborníkem, ale od oznámení události vás to nesmí odradit.

Zjištění, vyplývající ze školní ankety nebo otazníku

1. Dítě se vyjadřuje někdy v náznacích a nejasně - velmi důležité porozumět tomu, co říká.
2. Navázat o přestávce nebo po vyučování rozhovor - nebudit nežádoucí pozornost. Jestliže vám při rozhovoru potvrdí domněnku – postupovat viz výše

Nevyslychejte ho a nepodsouvejte mu své názory, nechejte ho volně vyprávět. Buďte spíše citlivými posluchači. Je možné, že jste první, komu mohlo dítě něco takového říct.

Informace od spolužáků nebo z jiných zdrojů

1. Porovnat s vlastním pozorováním.
2. Pokusit se s dítětem navázat rozhovor, ale do ničeho ho nenutit.
3. Prostředníkovi říct, že je důležité, aby za vámi přišlo zneužívané dítě samo.
4. Nevyšetřovat a nijak nepátrat.



Jestliže si nejste jistí, oznamte věc orgánu sociálně-právní ochrany, který ji prošetří.

Dítě je obětí sexuálního napadení cestou do (ze) školy neznámou osobou

1. Oznámení policii, rodičům a orgánu sociálně-právní ochrany dítěte.
2. Dítě neopouštět až do příchodu rodičů.

Kontakty pomoci:

Linka bezpečí, tel: 116 111,

Dětské krizové centrum, Linka důvěry DKC 241 484 149 nebo mobil 777 715 215

Internetová poradna: problem@ditekrize.cz

Linka důvěry RIAPS: 222 580 697, linka@mcssp.cz

Linka pro rodinu a školu (Cesta z krize): 116 000 (nonstop), ZDARMA

(pomoc dospělým ohledně dětí - pro rodiče, příbuzné, učitele, vychovatele).

Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí (Bílý kruh bezpečí): 116 006 (nonstop), ZDARMA (pomoc pro oběti a pozůstalé).

Národní linka pro odvykání: 800 350 000 (všední dny 10-18:00), ZDARMA

(pomoc pro lidi se závislostí na alkoholu, drogách, gambling apod.)



14. Poruchy příjmu potravy (PPP)

Mentální bulimie, mentální anorexie a záchvatovité přejídání se

Jsou chápány jako diagnózy patologického jídelního chování, tvořící spektrum od život ohrožujícího omezování příjmu potravy až po přejídání spojené nebo bez kompenzačních mechanismů, jako je zvracení a další nevhodné metody k regulaci energetického příjmu a výdeje. Pro poruchy je typický nadměrný strach z obezity, nespokojenost s tělem a nadměrná snaha o dosažení štíhlosti až vychrtlosti a její udržení.

Typ rizikového chování:

Mentální anorexie - úmyslné snižováním tělesné hmotnosti, základním kritériem anorexie nízká tělesná hmotnost (alespoň o 15 % nižší, než odpovídá věku a výšce) a aktivní snaha hubnout nebo nepřibrat, postupná redukce příjmu kalorických potravin, nadměrná kontrola jídla, snadno se cítí přejedeni často i stále častější je zvýšený energetický výdej, nepřiměřená pohybová aktivita. Bulimický (purgativní) typ mentální anorexie – typické opakované zvracení, užívání laxativ nebo diuretik často i každém jídle, rozvoj nejčastěji ve věku třinácti až osmnácti let.

Atypická mentální anorexie – pouze některá kritéria mentální anorexie, ale celkový klinický obraz jim neodpovídá. Dítě může mít normální váhu, ale ve skutečnosti je podvyživen v důsledku nedostatku živin.

Mentální bulimie - typické zejména opakujícími se záchvaty přejídání, spojenými s cravingem (nezvladatelnou touhou po přejedení jako u jiných závislostí) a následnou aktivitou směřující k rychlému vydání přijatých kalorií s pocity viny, selhání a ztráty kontroly nad jídlem. Někdy se vyskytuje zvracení, laxativa nebo diuretika a jiný typ ke kontrole hmotnosti využívá přísné diety, hladovky nebo intenzivní cvičení, rozvoj nejčastěji mezi patnáctým až pětadvacátým rokem.

Psychogenní přejídání - vede k obezitě, občas předcházení nebo se rozvinutí mentální anorexie i bulimie

ARFID - typická ztráta zájmu o jídlo a vyhýbavé chování, výrazná vybíravost a strach z nepříjemných následků jení, vznik v dětském věku, není věkový limit.



U dětí zastavení růstu i nárůstu hmotnosti a nedostatečná výživa, významná ztráta hmotnosti. Podobné projevy jako u anorexie a bulimie, bez poruchy vnímání vlastního těla nebo touhy po snižování hmotnosti, ale s podobným psychosociálním dopadem.

Bigorexie (dysmorfická porucha, dysmorfofobie, Adonisuv komplex) - označována jako obrácená anorexie, poruchy vnímání vlastního těla - připadají si málo silní a svalnatí, jejich vzory se často nereálně představují na sociálních sítích, typické nutkavé cvičením a často i tajná konzumace anabolických steroidů, postupné sociálnímu stažení, obavy z odhalování těla před druhými, pocity nespokojenosti a selhání a posléze i vážné tělesné problémy.

Ortorexie - porucha jídelního chování spočívající v patologické fixaci na konzumaci zdravé výživy (kvality oproti kvantitě), jedinci méně „léčitelní“, horší komunikace, riziko stigmatizace jako u ostatních PPP, ve čtvrtině případů začátky mentální anorexie nebo bulimie.

Pica - požívání nestravitelných látek (např. vaty, hlíny, hoblin), někdy příznak jiné psychiatrické poruchy (autismus, mentální retardace) nebo jako izolované psychopatologické chování v rámci diagnózy jiné PPP.

Poruchy příjmu potravy - často nenápadné, často v návaznosti na nevhodné jídelní návyky vrstevníků - výrazný vliv sociálních sítí, vrstevníků a rodiny.

Poměr ženy: muži bývá uváděn 8-15: 1, výskyt v každém věku, často u rodičů i jejich dětí. Kolem 6 % děvčat koncem puberty některé anorektické příznaky. Výskyt anorexie 0,3-0,8% rizikové populace (obecné rozšíření u žen až 4 %), výskyt bulimie 1,5 – 4,5% rizikové populace.

Pozor epidemiologická často velmi nepřesná → onemocnění často v rodině zamlčené, zlehčované, popírané. Někdy PPP trpí i jiný člen rodiny (matka – vzorové chování).

Dívky a chlapci s PPP:

- a. Dívky a chlapci postižení mentální anorexií - bezproblémové a konformní, svědomité a zodpovědné, nejisté a mají nízké sebevědomí, spíše introvertní a senzitivní.
- b. Dívky a chlapci trpící mentální bulimií impulzivní a neschopné sebeovládání, nejisté a závislé na názorech jiných lidí.



Podezření na poruchy příjmu potravy

Programy zaměřené na zdravou výživu, péči o duševní zdraví mládeže a zdravý životní styl, bezpečnou a udržitelnou redukci nadváhy.

Typ prevence:

Všeobecná prevence: výchova k přiměřenosti a umírněnosti v postojích, důraz na nebezpečí jednostranných nebo extrémních postojů ve výživě, životním stylu, ve sportu, rozvoj individuálních schopností, zdravého sebehodnocení, podpora zdravého životního stylu a stravovacích návyků, nabídka kontaktů psychoterapie, rodinná terapie, vzory normálního stravování ve škole – nabídka pestré stravy sestavovaná podle zásad zdravého stravování .

Specifická: nebezpečí a neúčinnost redukčních diet, pozor na Body shaming (kritika sebe či ostatních kvůli některým tělesným aspektům).

Doporučené postupy a metody z hlediska pedagoga:

1. včasná intervence u rizikových jedinců (rychle zhubnul, zvrací s jakoukoli argumentací, nepřiměřeně cvičí, extrémně se zajímá o zdravý životní styl a zdravé potraviny), interaktivní programy,
2. rozvoj všeobecných aktivit, zájmů
3. předcházet šikaně pro vzhled, oblečení, tělesný výkon, to, co jí nebo pije.
4. upozornit u redukčních diet ne na nebezpečnost diet , ale na jejich neúčinnost

rozšířit nabídku vhodných, konkrétních materiálů (svépomocné příručky, jak zvládat anorexii, bulimii) pro nemocné a jejich rodin. příslušníky.

Neúčinná je mechanická prezentace informací o PPP a o dospívajících, kteří trpí PPP (vede k napodobování), často vychází i ze sociálních sítí a jejich vzorů.

Důležité - nezdůrazňovat některé informace, které by mohly vzbudit zájem o amfetaminy, prostředky na hubnutí, kouření, jen pro jejich vliv na redukci tělesné hmotnosti.



Krizový plán - co dělat v případě podezření na poruchy příjmu potravy

Kontaktovat:

Pediatra, rodiče:

1. vždy, když dítě výrazněji zhubne,
2. opakovaně bylo přistiženo, že zvrací (stačí informace od vrstevníků)
3. sebepoškozuje se.

Rodiče, i když dítě nechodí do školní jídelny.

Zprostředkovat kontakt s odborníky – psychologem, psychiatrem, krizové centrum.

POZOR! Učitel není terapeut, zprostředkuje ale dítěti a rodině zpětnou vazbu o některých jídelních zvyklostech, může pomoci předcházet šikaně pro fyzický vzhled a výkon (zejména učitelé tělocviku), doporučit, popř. zprostředkovat kontakt se školním psychologem, psychologem, krizovým centrem nebo lékařem (nejlépe specializované pracoviště). Opatrně se pouštět do oblasti „zdravé výživy“ a redukce hmotnosti (doporučení mohou být jednostranně, přehnaně interpretována, vést k ortorexii). Učitel je také sám vzorem, stravuje-li se ve školní jídelně s dětmi.

Kontakty pomoci:

Centrum pro poruchy příjmu potravy, Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN,

Ke Karlovu 11, Praha 2

Lůžkové oddělení: tel.: 224 965 335

Denní stacionář: tel: 224 965 053, e-mail: stacionarPPP@vfn.cz - telefonické objednání a informace získáte každou středu od 10.30-12.00 hod.

Klub pro rodiče, příbuzné a partnery - každou 3. středu v měsíci od 14.30. Zájemci se nemusejí objednávat předem

Klub pro pacienty a zájemce o léčbu - každé 2. pondělí v měsíci od 14.30 - zájemci se nemusejí objednávat předem



Doléčovací skupiny - 1x za 14 dní v úterý od 15:00 - zájemci se nemusejí objednávat předem, ověření termínu na tel.:22496 5053

Dětská psychiatrická klinika, V úvalu 84/1, 15000 Praha 5, tel: 224 433 400

Centrum Anabell, z. ú., linka Anabell 774 467 293 -krizová pomoc pro problematiku spojenou s okruhem poruch příjmu potravy - pondělí 8:00-16:00, úterý 10:00-18:00, středa-pátek 8-16 posta@anabell.cz, internetové poradenství: (odpovědi do 2 pracovních dnů iporadna@anabell.cz pondělí, středa, pátek 8:00-16:00, úterý 10:00-18:00,

Kontaktní Centra, ve kterých fungují svépomocné skupiny: Brno: 724 824 619

Praha: 775 904 778

Ostrava: 602 236 457 www.facebook.com/centrum.anabell

www.instagram.com/anabell_cz www.breegy.cz, profil - <https://bit.ly/3xJmLOh>

Krizové centrum RIAPS, Chelčického 39, Praha 3, tel.: 222 58 06 97

Linka důvěry Dětského krizového centra 241 484 149, 777 715 215

Chat: <http://elinka.internetporadna.cz/> PO, ST, PÁ 14:00-18:00, SO a NE: 9:00-13:00 a 14:00-18:00 ne: 9:00-13.00

E-mailové poradenství: problem@ditekrize.cz Web: <https://www.ditekrize.cz>

Linka bezpečí 116111

Nonstop pro děti a studenti do 25 let včetně

Chat: <https://chat.linkabezpeci.cz> - denně 09:00-13.00 a 15:00-19:00 E-mailové poradenství: pomoc@linkabezpeci.cz

Web: <https://www.linkabezpeci.cz/>

Linka pro rodinu a školu (Cesta z krize): 116 000 nonstop

pomoc dospělým ohledně dětí - pro rodiče, příbuzné, pedagogy

Sít' organizace STOB - <https://www.stob.cz> (redukce nadváhy –

programy pro rodiny)



Krizové centrum Jihlava, Štefanikovo nám. 1972/2, Jihlava

Telefon: 567 155 028, 727 803 665 kcji@pestalozzi.cz – podpůrné skupiny

Fórum zdravé výživy: www.fzv.cz

E-clinic - Institut pro studium, prevenci a léčbu poruch příjmu potravy a komorbidních onemocnění, z.ú. ppp@eclinstitut.cz,

www.healthyandfree.cz - webové stránky podporující včasnou intervenci u poruch příjmu potravy. Obsahují samoléčbu, diskusní fórum, chaty, rady pro pedagogy, rodiče.

Další pomocné weby:

www.childtalks.cz www.bezhladoveni.cz www.idealni.cz, www.boulimie-anorexie.ch
www.psychportal.cz

Národní ústav duševního zdraví

Programy zaměřené na zdravou výživu vedené odborníky se znalostí péče o duševní zdraví mládeže, zdravý životní styl, bezpečnou a udržitelnou redukci nadváhy.

Některé publikace (svépomocné manuály o PPP).

Nevhodné jsou příběhy nemocných v rámci všeobecné primární prevence realizované v programech ve třídách s cílem odradit od rizikového chování (není účinné, může vést k nápodobě). Na webových stránkách zaměřených na včasné vyhledání odborné pomoci pro indikované jedince (kteří jsou v riziku nebo již vykazují symptomy PPP), mohou naopak příběhy ilustrující boj s nemocí a léčbu, působit pro-motivačně k vyhledání léčby („step by step“ odborné přístupy).



15. Sekty a nová náboženská hnutí

Znaky:

1. izolovanost, relativní uzavřenost
2. posilování pocitu výlučnosti
3. udržování nonkonformního opozičního postavení
4. touha po zbudování ideálního společenství
5. zdůrazňování etických rozměrů náboženského života
6. autoritativní systém řízení
7. existence jednotného a vysvětlujícího univerzálního klíče
8. eklekticismus (nedržení se hodnotových systémů, ale vybírání určitých prvků, které se jedinci, či skupině zdají být nejlepší)

Jedno z možných dělení náboženských hnutí a sekt:

- Hnutí vycházející z křesťanství (např.: Letniční hnutí, Církev sjednocení - moonisté,)
- Hnutí vycházející z judaismu (např.: Rastafariánství)
- Hnutí vycházející z hinduismu (např.: Šrí Činmoj, Osho)
- Hnutí vycházející ze sikhismu (např.: Misie Božího světla)
- Hnutí vycházející z buddhismu (např.: Ničiren šóšú, Angažovaný buddhismus)
- Hnutí vycházející z okultismu (např.: Hnutí grálu, Kulty UFO)
- Nábožensko-psychotherapeutická hnutí (např.: Scientologie)
- New Age (Novopohanství)

Krizový plán – co dělat při podezření na působení sekty na dítě:

u každého podezření o výskytu daného jevu by měly být vždy informovány tyto osoby:

- ředitel školy/školského zařízení
- rodiče/zákonný zástupce
- třídní učitel



V odůvodněných případech je možné kontaktovat tato pracoviště:

- školní poradenské pracoviště (školní psycholog, školní metodik prevence, výchovný poradce, speciální pedagog)
- PPP (pedagogicko-psychologická poradna)
- SVP (střediska výchovné péče)
- OSPOD (oddělení sociálně právní ochrany dětí)
- Policie ČR
- Linka důvěry

Jak vést rozhovor s dítětem:

1. Pokud je rodina členem společenství se znaky sekty a není podezření na zanedbávání péče či jiný trestný čin vůči dítěti, není možné ze strany pedagoga ovlivnit zapojení dítěte do tohoto společenství.
2. Pedagog si musí stanovit své cíle, kterých může ve své pomoci dosáhnout (zejména předávat informace o rizicích sekt, nerozbít s dítětem vzájemný vztah apod.).
3. Je nutné, aby si pedagog zachoval chladnou hlavu a vyhnul se nepřiměřenému tlaku na žáka; čím větší je tlak ze strany pedagoga, tím větší je destrukce vztahu ve směru k dítěti i od něj.
4. Nesnažit se „pravdivě argumentovat“, je to zbytečné.
5. Zachovat si „životní optimismus“ (vyhledat jiné pedagogy, co mají stejný problém ve třídě, radit se s nimi, sdílet i jejich názory, snažit se být přes veškeré vyčerpání trpělivý a vyčkávat, nezapomenout stále žít také „svůj“ život).

Obecná doporučení pedagogům, když budou žáky seznamovat s působením náboženských hnutí a sekt

1. vždy naslouchat svým žákům a studentům, mít přehled o tom, jaké jsou mezi nimi aktuální informace – tedy co čtou, co poslouchají nebo co sledují v televizi;
2. nikdy striktně neodsuzovat, spíše vysvětlovat a snažit se o posilování pouta důvěry;
3. vyhýbat se tabuizování některých témat



4. snažit se vždy poskytovat co nejobektivnější informace za využití všech dostupných uvedených zdrojů;
5. nesnažit se vnucovat „správný“ pohled na věc a nechat zaznít i jiné názory – nejlépe v moderované diskusi;
6. nikdy nezesměšňovat (nejen mediální) „idoly“;
7. při podezření na nějaký problém z této oblasti se snažit získat co nejvíce informací před zahájením jednání a následně případně kontaktovat odborníky

Nošení náboženských symbolů

Žák/yně může ve školním prostředí nosit/užívat náboženské symboly, avšak jen tehdy, pokud nezvyšují riziko ohrožení zdraví žáka či ostatních, či neznemožňují výkon určité činnosti.

Nedoporučuje se tak např. nošení řetízků při hodinách tělesné výchovy aj.

Nošení muslimských šátků (hidžábu) by nemělo ohrožovat bezpečnost nositelek atd.



16. Příslušnost k subkultuře

Subkultury jsou přirozenou součástí života dospívajících. Dítě se k nim upíná cca od 13. roku života. V rámci psychického vývoje tato příslušnost představuje důležitou součást přechodu mezi dětstvím a dospělostí.

Rozlišujeme dvě různé formy příslušnosti k subkulturám vycházející z vývoje identity

- 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, častá je aktivní angažovanost v realizaci společných akcí apod.

Příklady subkultur:

(podrobnější informace např. v dokumentu Čj.: MSMT 1999/2015)

Anarchistické hnutí, Emo, Gothic/Witch, Hip - Hop, Ska/Reggae, RPG komunity / síťové PC hry (geek), Skinheads, Hipster, Punk: Pankáči a Straight Edge, Scene Girl

Krizový plán – Příslušnost k subkultuře a z toho vyplývající nevhodné chování žáka

1. Snažit se akceptovat příslušnost žáka k subkultuře jako jeho vývojovou potřebu, nezesměšňovat a nevhodně nekomentovat
2. Kritizovat chování, nikoliv subkulturu: případnou kritiku směřovat na daného jedince a jeho chování
3. Snažit se o dané subkultuře něco dovědět – pomůže to v komunikaci s daným jedincem.
4. Nabídnout 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.

Samotná příslušnost k subkultuře ještě neznamená rizikové chování.

Specifická intervence je řízena povahou rizikového chování (viz doporučený postup při závislosti na návykových látkách, záškoláctví apod.).



17. Dítě jako svědek domácího násilí

Domácí násilí řadíme mezi typy rizikového chování, které mohou ohrozit zdravý vývoj žáků a mít nepřímé dopady do chování žáků.

Rodina, v níž se odehrává domácí násilí, představuje rizikové prostředí, které má přímé dopady na všechny členy rodinného systému, zejména pak na děti. Negativně ovlivňuje vývoj dětí a mladistvých zejména v oblasti psychické, sociální a emocionální a promítá se do chování dítěte.

Klíčové charakteristiky domácího násilí:

- Je opakované.
- Je neveřejné, probíhá v soukromí domácnosti.
- Eskaluje. Domácí násilí se stupňuje jak ve svých formách (od urážek a ponižování až k fyzickému násilí), tak i ve své hloubce (od první facky až po velice brutální napadání, jež může vést k ohrožení na životě).
- Role oběti a agresora jsou jasně rozdělené, nezaměňují se.
- Zcela zásadní pro identifikaci násilí je zneužívání moci a kontroly, která v oběti vzbuzuje strach.
- Pachatel bývá násilný většinou jen ke své oběti, nikoli navenek, mívá „dvojí tvář“. Okolí se může jevit sympatický. Pouze část pachatelů je agresivní i navenek.
- Pachatel považuje svoje chování za ospravedlnitelné, má pocit nároku na takové chování.
- K domácímu násilí dochází v cyklech: znamená to, že se střídají období vzrůstání napětí a násilí, období relativního klidu a opětovného narůstání tenze a opětovného násilí.
- Chování oběti je zaměřeno na zajištění přežití (např. minimalizace nebo snižování násilí, přebírání odpovědnosti za násilí, ochrana násilníka, setrvávání v násilném vztahu).



Typy domácího násilí:

- a) **Psychické násilí** - zastrašování, výhrůžky; zvýšená kontrola; ponižování a neustále kritizování; odpírání spánku, sledování, vyhrožování sebevraždou, zpochybňování hodnoty jedince a jeho hodnot i duševního zdraví; vyhrožování a vydírání; nucení k naprosté poslušnosti aj.
- Agresor v rámci psychického násilí mnohdy využívá i další osoby (vyhrožování, že děti nebude mít druhá osoba ráda, že jimi opovrhuje; ponižování a urážení např. rodičů; vyhrožování násilím vůči dalším blízkým osobám aj.).
- Psychické násilí má silné dopady na sebehodnocení a sebevědomí oběti, která obvykle po čase přijme sebeobraz, který jí vnucuje agresor. To velmi snižuje schopnost danou situaci řešit a opustit agresora.
- b) **Fyzické násilí** - jakékoli opakované, násilné projevy mezi blízkými osobami, kdy jedna osoba je vždy obětí, druhá agresorem. Fyzické násilí může i nemusí zanechávat viditelné následky. Může vést k vážnému ohrožení zdraví i života jedince, vždy negativně ovlivňuje jeho psychiku.
- c) **Sexuální násilí/zneužívání** - nejčastější znásilnění, donucení k odmítaným sexuálním praktikám, osahávání aj., může mít ale i verbální podobu spočívající ve slovní produkci se sexuálním podtextem nebo v nucení ke sledování pornografie apod. Agresor často zneužívá závislého postavení oběti.
- d) **Ekonomické zneužívání** - zamezení přístupu k jakýmkoli prostředkům, v systematickém nátlaku např. v nátlaku na přepsání nemovitých statků, nucení k převzetí dluhů aj.
- e) **Sociální násilí/izolace** - formu psychického násilí. Agresor oběť izolace oběti od její rodiny a přátel, zamezuje jí v kontaktu se světem (zákaz vycházek, odejmutí telefonu apod.), izoluje ji od informací o vnějším světě a veřejném dění.



Formy rizikového chování, pokud je dítě svědkem domácího násilí a možná případná pomoc dítěti

Dlouhodobé důsledky domácího násilí (platí pro děti-oběti i děti-svědky):

Psychické důsledky:

- snížené sebevědomí, posttraumatická stresová porucha, psychosomatická onemocnění, neurózy, poruchy osobnosti, poruchy příjmu potravy, únik k závislostnímu chování, sebevražedné tendence, CAN (Syndrom týraného a zneužívaného dítěte)
- regresivní chování
- opožděný psychomotorický vývoj

Důsledky v oblasti jednání a sociálních vztahů:

- 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



Krizový plán – pokud je dítě svědkem domácího násilí

Jak se vyvarovat chyb, pokud už s obětí hovoříte:

- Povzbud'te oběť, aby vyhledala pomoc v organizacích pomáhajících obětem domácího násilí.
- V případě náhlé traumatické situace doporučte vyhledat krizové centrum, např. Riaps.
- Uklidněte oběť, že nebudete o situaci hovořit s agresorem.
- Sdělte dospělé osobě (obvykle rodič neagresor), že ona musí ochránit své dítě před násilím.
- Jasně si vymezte, kdy už musíte situaci oznámit (Oddělení sociálně právní ochrany dětí – podezření na týrání dítěte).

Pokud se dítě samo svěří učiteli:

1. měl by mu učitel projevit důvěru, nebagatelizovat jeho sdělení, neobviňovat jej ze lži a podpořit jej.
2. Měl by jej informovat o tom, že se na domácí násilí (splní-li skutkovou podstatu trestného činu) vztahuje ohlašovací povinnost a on musí jednat v souladu s ní.
3. Není úlohou učitele domácí násilí „diagnostikovat“, ani intervenovat v rodině.
- 4. Rolí učitele je zprostředkovat dítěti potřebné informace a přizvat k řešení situace odborníky, kteří se dané problematice systematicky věnují.**
5. Klad'te dítěti otevřené otázky, které umožňují, aby Vám svými slovy popsal, co se stalo:
 - Řekni mi, co se stalo...
 - Co se stalo potom?
 - Kde jsi přišel/a k této modřině?

Nepokládejte otázky, které:

- již obsahují domněnky, co se stalo nebo kdo to způsobil, např.: „Tu modřinu máš od toho, jak tě maminka uhodila?“
- opakují, co Vám již dítě řeklo, např.: „Jsi si jistý, že to byl strýček Pavel?“ (dítě si pak může myslet, že mu nevěříte)
- se dotazují na to, proč se to stalo (děti si pak často myslí, že je z násilí obviňujete)



Co by mělo v případném rozhovoru určitě zaznít

- Násilí a to, co se doma odehrává, není vinou dítěte.
- Za násilí nemohou ani sourozenci.
- Za násilí je odpovědný ten, kdo jej vykonává.
- Je velmi dobře, že se rozhodlo o situaci někomu říci.
- Nikdo nemá právo se k někomu chovat násilně, a to ani v rodině, ani když je silnější, ani když je to rodič.
- Násilí dítě nemůže zastavit samo, ale jen s pomocí okolí, proto je tak důležité, že se svěřilo.

6. Pokud se na pedagoga obrátí rodič – oběť domácího násilí, měl by jej pedagog odkázat na další odborníky, kteří se této problematice

Nevhodné postupy při podezření na domácí násilí

Úlohou školy není intervence v rodině. V případě podezření na domácí násilí je zcela nevhodné řešit situaci s možným agresorem – tento postup by se mohl obrátit proti dítěti.

Škola nemůže poskytovat terapeutické služby.

Pedagog by se měl rovněž vyhnout postupům, které mohou dítě poškodit (stigmatizovat, traumatizovat jej apod.), jako je např.:

- otevřené řešení podezření před třídou;
- nepřiměřený tlak na dítě, aby hovořilo o problému doma;
- obvinění ze lži.

Jakmile kdokoliv ve škole dozví o násilí páchaném na dítěti, pak by toto jeho oznámení orgánům činným v trestním řízení mělo být bezodkladné. Souběžně je povinností školy informovat také orgán sociálně-právní ochrany dětí.



Co může dělat učitel, pokud má podezření na domácí násilí a zároveň týrání dítěte a rodiče odmítají se školou komunikovat?

Komunikovat s obětí domácího násilí a přimět jí situaci v zájmu dítěte řešit – například odkázáním na centra pomoci pro oběti domácího násilí.

Pokud přesto rodič odmítá komunikovat, má škola v případě podezření na trestný čin – **informovat policii, OSPOD** – sociální pracovnice může vyšetření dítěte psychologem nařídít. Psycholog ale nesmí dát zprávu o vyšetření učiteli bez informovaného souhlasu rodičů.

Podněty je možné dávat i přímo státnímu zastupitelství a jako oznamovatel žádat, aby byla škola informována o přijatých opatřeních ve lhůtě do 30 dnů.

Škola musí popsat skutečný stav, který je příčinou podezření na trestný čin a samozřejmě vychází z okolností a ze situace, z jaké se o podezření spáchání trestného činu dozvěděla. Pokud se později trestný čin neprokáže, nemůže být pracovník školy odsouzen za pomluvu. Navíc OSPOD musí zachovat mlčenlivost o oznamovateli.

Organizace nabízející pomoc obětem domácího násilí a jejich dětem

Neziskové organizace

Asociace pracovníků intervenčních center (adresář všech center v celé ČR): www.domacinasili.cz

DONA linka (nonstop telefonická linka): www.donalinka.cz

Bílý kruh bezpečí: www.bkb.cz

ROSA, (centrum pro ženy, oběti domácího násilí): www.rosa-os.cz (specializovaná poradna, azylový dům, telefonická krizová pomoc 602 246 102)

Adresář rodinných poraden: www.amrp.cz

Adresář občanských poraden: www.obcanskeporadny.cz

Adresář linek důvěry: www.capld.cz

Pomoc pro děti:



Dětské krizové centrum Praha www.ditekrize.cz

Linka bezpečí dětí a mládeže linkabezpeci.cz tel.: 116 111

Gaudia (program sociální inkluze pro násilné osoby a osoby mající problém se zvládnáním agrese): www.gaudia.cz

Triangl - centrum pro rodinu - www.csspraha.cz/triangl

-individuální terapie a poradenství pro děti, dospívající a dospělé klienty (vztahové, emoční, komunikační aj. potíže), adaptační a intervenční programy pro třídy ZŠ, profesní podpora pedagogům

Dům Tří přání - www.dumtriprani.cz

azylový dům, pomoc rodinám v přechodné krizi, pro děti se syndromem CAN

18. Sebepoškozování

Jako sebepoškozování se označuje jako autoagresivní chování, které na rozdíl od sebevraždy nemá fatální následky a které lze nejlépe chápat jako nezralou, maladaptivní odpověď na akutní anebo chronický stres, nezvladatelné emoce či myšlenkové pochody.

Nejčastěji pozorovaným sebepoškozujícím chováním je

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

Jinými formami jsou

- 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.

Sebepoškozování se může týkat kterékoliv části těla, nejčastějším místem poškození však bývají ruce, zápěstí a stehna. Závažnost poškození může sahát od povrchových ran až po poranění vedoucí k trvalému znetvoření.

Motivem sebepoškozování bývá nejčastěji

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

Možné znaky sebepoškozování:

- nevysvětlené popáleniny, řezné rány, jizvy a jiné shluky stop na kůži, běžným místem sebepoškození bývají paže, zápěstí a předloktí nedominantní horní končetiny, ale stopy sebepoškozování se mohou vyskytnout prakticky na kterékoliv části těla
- ročnímu období nepřiměřené oblečení (dlouhé rukávy a dlouhé kalhoty v létě), potítka a jiné krytí zápěstí, vyhýbání se aktivitám, které vyžadují odhalení těla (plavání, tělocvična), obvazy a náplasti
- netypické osobní věci (žiletky a jiné pomůcky, použitelné k řezání či úderům)



- nárůst známek deprese či úzkosti
- neuvěřitelné nebo neúplné historicky jako odpověď na cílené dotazy

Krizový plán při sebepoškozování dítěte

1. Posoudit aktuální riziko závažného sebepoškození a v případě jeho přítomnosti odeslat dítě, event. i proti vůli rodičů, do spádového psychiatrického zařízení
2. Kontaktovat rodinu, systematická dlouhodobá spolupráce s rodinou
3. Předat dítě psychologovi v pedagogicko-psychologické poradně
4. Motivovat dítě a rodinu k návštěvě specialisty – krizové centrum, psychologická/psychiatrická ambulance
5. Stanovit jasně hranice a pravidla na půdě školy
6. Ideální přístup je takový, ve kterém je SP tolerováno, ale vede ke konkrétním důsledkům – například lze zavést pravidlo, že žák může za učitelem přijít kdykoliv, když pocítuje nutkání poškodit se, ale učitel se mu nebude věnovat, pokud se poškodí (za podmínky, že jiný dospělý, učitel či rodič zvládne akutní situaci s eventuálním ošetřením či zabráněním dalším následkům).

Nevhodný postup:

- snaha okamžitě odstranit sebepoškozující chování
- sankce a ignorace

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

Ohlašovací povinnost se netýká přímo sebepoškozování, ale doprovodných problémů často SP doprovázejících – šikany, sexuálního zneužívání, zanedbávání péče, týrání dítěte (syndrom CAN) atd. – viz další kapitoly

Povinnosti hlášení podléhá navádění dětí k sebepoškození/sebevraždě (skupina poškozujících se, kybershikana).

V případě přímého rizika závažného ublížení či ohrožení života (přímé riziko = žák drží ve škole žiletku a plánuje se řezat, mluví o sebevraždě atd./nepřímý předpoklad rizika = učitel objeví staré jizvy na zápěstí atd.)



- Psychiatrické oddělení či klinika spádové nemocnice, centrální příjem nejbližší psychiatrické léčebny – ideálně po předchozí telefonické konzultaci, namísto okamžitá, i nedobrovolná hospitalizace na psychiatrii – při odmítání hospitalizace bývá nutná asistence Policie ČR.

Kontakty pro případnou pomoc:

Pokud žák není aktuálně ohrožen závažným sebezraněním (platí pro žáky motivované k řešení situace a hledání pomoci, vynucená konzultace u odborníka málokdy přinese efekt)

1. **dostupná psychiatrická či psychologická ambulance** – ideálně s doporučením od dětského/dorostového lékaře, resp. po telefonickém objednání rodiči (nutno počítat s čekacími lhůtami, zejména pokud bude konzultace hrazena zdravotní pojišťovnou)
2. **krizová centra** – netřeba doporučení zdravotnického zařízení, předchozí telefonická nebo e-mailová domluva vhodná, ale není nutná
 - a. Dětské krizové centrum
 - b. Krizové centrum RIAPS (tel. 222 580 697, nepřetržitý provoz)
 - c. Centrum krizové intervence Psychiatrické léčebny Praha-Bohnice (tel. 284016110, cki@plbohnice.cz)
 - d. Krizové centrum Spondea (tel. 541 235 511, 608 118 088, krizovapomoc@spondea.cz)
3. **Linky důvěry** (níže jsou vybrány linky důvěry, na něž mohou volat děti i dospělí)
 - Linka Bezpečí – tel. 116 111, pomoc@linkabezpeci.cz
 - Linka důvěry Centra krizové intervence PL Bohnice – tel. 284 016 666
 - Linka důvěry Dětského krizového centra – tel. 241 484 149, problem@дитеkrize.cz
 - Linka důvěry RIAPS – tel. 222 580 697, linka@mcssp.cz
 - Telefonická krizová intervence KC Spondea – tel. 541 235 511, 608 118 088, chat www.chat.spondea.cz



19. Patologické hráčství (gamblerství)

Gamblerství spočívá v častých opakovaných epizodách hazardní hry. Hazardní hra začíná ovládat život postiženého na úkor materiálních, rodinných a pracovních hodnot. Nejčastěji automaty, kasina, karetní hry, stírací losy, sportovní sázky apod. děti a mládež - automaty a sportovní sázení, pro starších je to ruleta a hraní v kasinech

Stádia rozvoje patologického hráčství

1. První stádium - vyhrávací.
2. Druhé stádium - získávají se črty chorobnosti, bývá označované jako prohrávací.
3. Třetí stádium - ztráta kontroly

Znaky:

- čas strávený hraním narůstá,
- časté jsou návštěvy heren,
- člověk nedokáže s hrou přestat,
- neodůvodněný optimismus,
- zvyšování sázek,
- delší čas věnovaný hře.
- dítě má neomluvené hodiny ve škole, zanedbává školu a své povinnosti.
- narůstání dluhy, půjčování si, problémy s vyrovnáváním dluhů
- lži, krádeže, podvodů
- deprese a časté myšlenky na sebevraždu a sebevražedné pokusy.

Počítače a internet

počítačové hry – nehazardní počítačové hry

Znaky:

- zanedbávání školy a školních povinností,
- zaostávání v sociálním vývoji
- znaky nedostatečného spánku, únava
- rizika pro zdravý vývoj pohybového systému



Rizika:

1. prvek násilí a riskování,
2. internet jako prostředek k hazardní hře – ale je jasný přechod k patologickému hráčství a souvisejícím problémům,
3. internet – pornografie,
4. internetové diskuze skupiny – „chat“ – nadměrná účast v těchto diskuzích, kdy postižený člověk často zanedbává své reálné vztahy kvůli povrchovým kontaktům na internetu,
5. počítačové hry, mobilní telefonování, posílání sms - přežívání příjemných stavů a vztah - u predisponovaných osob - charakter psychické poruchy úzce související se závislostmi na návykových látkách.

Krizový plán – co dělat při zjištění patologického hráčství:

1. Promluvit si s dítětem.
2. Kontaktovat rodiče – nabídnout kontakty na odborníky.
3. Pokud rodiče nespolupracují, kontaktovat OSPOD.



20. Netolismus

Termínem netolismus označujeme závislost (závislostní chování či závislost na procesu) na tzv. virtuálních drogách. Mezi ně patří zejména:

- počítačové hry,
- sociální sítě,
- internetové služby (různé formy chatu),
- virální videa,
- mobilní telefony,
- televize aj.

Rizika spojená s netolismem:

1. Tělesná rizika

rizika spojená s užíváním počítače - oblasti pohybového aparátu se projevují bolestí šíje, ramen, bederní páteře, drobných kloubů, zápěstí, zánět obalů šlach, zánět vlastní šlachy, zánět nekloubního výčnělku, bolesti očí, dále pak pálení, slzení očí, výskyt tiků, skvrny před očima, zarudlost očních víček a potíže při zaostřování při přenášení pohledu z blízkého na vzdálený cíl či naopak bolesti hlavy.

2. Psychologická a sociální rizika

zhoršují se mezilidské vztahy v rodině, partnerských vztazích, ve škole, zhoršování školního prospěchu, zvyšuje se riziko závislostního chování, a to nejen ve vztahu k počítačům, ale také k alkoholu a ostatním drogám, zatěžování nervového systému vede k poruchám paměti a komunikačních schopností sklon k agresivitě, rvačkám, šikanování, nepřátelskému nebo podezřívavému ladění, odtržení od reality (např. postupné odpoutání od reálných vztahů až jejich ztráta, narušené vnímání reálných následků vlastního chování).

K příznakům netolismu patří:

- 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,
- kradení 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.

Krizový plán při podezření na netolismus

1. Dokázat vzbudit důvěru a nabídnout adekvátní pomoc - zprostředkování kontaktů na odborná zařízení
2. Podpořit žáka při řešení obtížných situací, které mu jeho rizikové chování přináší.
3. Nutná je vždy spolupráce s kolegy, vedením a především rodiči/zákonnými zástupci žáka.
4. **Doporučit rodičům, jak předcházet rozvoji netolismu:**
 - Sledujte, jaké hry děti hrají.
 - Uvědomte si, že hry mají i kladné stránky, některé umožňují rozvíjet logiku, postřeh, schopnost orientace ve složité situaci, koordinaci očí a rukou, koncentraci, plánování, řešení problémů a další schopnosti. Důležitý je výběr her a přiměřenost času jim věnovaného.
 - Hrajte hry spolu s dítětem a potom si o nich povídejte – pomáháte tak rozlišovat fikci od reality.



- Stanovte striktní limity, kdy dítě může hrát a kdy ne.
- Dávejte pozor, aby dítě nehrálo hry u kamarádů.
- Zjistěte, zda dítě hraním počítačových her neutíká od nějakých problémů.
- V průběhu hraní ved'te dítě k tomu, aby si po určité době (např. po hodině) udělalo přestávku, během ní o hře mluvte.
- Podporujte dítě v jiných zájmech.
- Předcházejte tomu, aby se dítě nudilo.
- Posilujte zdravé sebevědomí dítěte.

Pomoc lze hledat:

- pedagogicko-psychologická poradna
- středisko výchovné péče
- odborná zdravotnická zařízení
- nestátní organizace orientované na danou problematiku

www.saferinternet.cz

www.e-bezpeci.cz

www.nebudobet.cz



21. Záškoláctví

Za záškoláctví („chození za školu“) je považována neomluvená absence žáka (absenci žáka omlouvá pedagog, nikoliv rodič, a to na základě písemné žádosti zákonného zástupce vždy v souladu s pravidly školy o omlouvání absence) základní školy ve škole.

Jedná se o přestupek, kterým žák úmyslně zanedbává školní docházku.

Je chápáno jako porušení školního řádu (pravidel stanovených školou), současně jde o porušení školského zákona, který vymezuje povinnou školní docházku.

Možné dělení záškoláctví

- Pravé záškoláctví – žák se ve škole neukazuje, ale rodiče si myslí, že do školy chodí
- Záškoláctví s vědomím rodičů – rodič - odmítavý postoj ke škole nebo přílišná slabost ve vztahu k dítěti či závislosti na pomoci a podpoře dítěte v domácnosti
- Záškoláctví s klamáním rodičů – dítě přesvědčí rodiče o svých zdravotních obtížích, po které nemohou jít do školy a rodiče jim absenci omlouvají pro tyto zdravotní důvody
- Záškoláctví interní - útěky ze školy – žák do školy přijde, na několik hodin odejde, přičemž zůstává v budově školy nebo ji na krátkou dobu opustí
- Odmítání školy – psychické obtíže, např. v důsledku problémů ve škole souvisejících s obtížností učiva, při strachu ze šikany, či výskytu školní fobie nebo deprese

Další dělení:

Záškoláctví impulzivní – žák se rozhodne náhle, impulzivně. Neúčast ve vyučování je jeho bezprostřední reakcí na okamžitý podnět.

Záškoláctví plánované – jedná se o promyšlené, dopředu naplánované jednání, jehož prostřednictvím se žák účelově vyhýbá situacím spojeným se školou (zkoušení, určitý předmět, kontakt s určitou osobou – neoblíbený učitel, jiný zaměstnanec školy, jiný žák

Rizikové chování spojeno s dalšími rizikovými projevy chování - zneužívání návykových látek, netolismus, gambling, dětská kriminalita, prostituce aj.

Rizikové faktory

- příležitost k nelegální činnosti
- negativní vzory v okolí
- glorifikace rizik a negativního chování v médiích
- nízká úroveň vzdělání
- nezaměstnanost



- prostředí ohrožené sociálním vyloučením
- příslušnost k menšinám (zejména problematika romské menšiny)
- chudoba
- hledání náhradního uspokojení při citové deprivaci nebo neuspokojených základních psychických potřebách /potřeba uznání a pozornosti/
- volání o pomoc v tíživé akutní situaci – dítě je ve stresu
- disharmonický vývoj osobnosti, oploštěná emocionalita, výraznější egoismus, nedostatečná sebekontrola a vnitřní zábrany/, problémové chování přerůstá v poruchy chování
- projev jiné závažné psychické poruchy /schizofrenie, deprese/
- povyšování žáka s mimořádnými vědomostmi a schopnostmi
- vysoký počet žáků ve třídě
- nedostatečná příprava učitele, přetěžování učitele
- odpor ke škole u dětí s menším nadáním (jsou kárány, trestány, v horším případě i zesměšňovány)
- vysoké požadavky na žáka
- negativní citové zážitky spojené se slabým prospěchem, neschopností porozumění učivu a tím i zhoršené sociální postavení v kolektivu (porucha mezilidských vztahů)
- špatné přizpůsobení školnímu režimu
- nechut' ke školní práci
- projevy šikanování na školách
- osobnost pedagoga (nespravedlivé hodnocení žáků, lhostejnost k chování žáků, neřešení vážné situace, atd.)

Vliv rodinného prostředí

- zanedbávající, příliš autoritativní nebo příliš liberální výchova
- nejednotnost výchovného působení
- nezájem rodičů o své děti (trávení volného času, nedostatečná péče)
- rodiče sami nemají dostatečně osvojené morální normy a jsou pro dítě nevhodným modelem



- dítě s problémovým chováním je v roli obětního beránka v rodině – problémy v chování u dítěte pomáhají udržovat rodinnou rovnováhu, jiné problémy se neřeší
- zaměstnanost rodičů (pracovní vytíženost, směnnost jejich práce, atd.)
- neochota a neschopnost rodičů motivovat dítě ke vzdělávání
- nedostatečné právní povědomí o rodičovských povinnostech

Povinnosti rodiče:

- zajistit, aby žák docházel řádně do školy,
- osobně se zúčastnit projednání závažných otázek týkajících se vzdělávání dítěte na vyzvání ředitele školy,
- dokládat důvody nepřítomnosti žáka ve vyučování v souladu se školním řádem,
- informovat školu o skutečnostech, které by mohly mít vliv na průběh vzdělávání, jakož i o jejich změnách.
- důvody žákovy nepřítomnosti ve škole je zákonný zástupce povinen doložit nejpozději **do tří kalendářních dnů** od počátku nepřítomnosti žáka (§ 50 odst. 1 a § 67 odst. 1 školského zákona). Způsoby, jakými je dokládá, stanoví školní řád. Lhůta tří kalendářních dnů začíná plynout dnem, který následuje po prvním dni nepřítomnosti žáka ve škole.
- § Právní předpisy nestanoví konkrétní výčet důvodů, které škola musí, respektive může akceptovat.
- škola **může požadovat**, pokud to považuje za nezbytné, jako přílohu k omluvence zákonného zástupce **ze zdravotních důvodů předložení lékařského potvrzení**. Toto je možné pouze, pokud to upravuje školní řád. Zákonný zástupce žáka má rovněž možnost určit zaměstnance školy, který může být lékařem o zdravotním stavu nezletilého informován (§ 33 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách).

V § 184a školského zákona jsou stanovena pravidla pro vzdělávání distančním způsobem v určitých mimořádných situacích uzavření škol či zákazu přítomnosti dětí, žáků nebo studentů ve školách.

Povinnosti třídního učitele:

Třídní učitel by se měl zabývat důvody absence žáka, tedy učinit rozbor, proč přestal chodit do školy, proč selhává, případně proč se zhoršil jeho prospěch.

Časté absence mohou souviset s jevy jako např. šikana, užívání drog, ale mohou být i důsledkem zhoršené situace v rodině.

U každého podezření o výskytu daného jevu musí být vždy informován ředitel školy.

V případě potřeby možnost kontaktovat:



- Školní poradenské pracoviště (školní psycholog, školní metodik prevence, výchovný poradce, speciální pedagog)
- PPP (pedagogicko-psychologická poradenství)
- SVP (střediska výchovné péče)
- OSPOD (oddělení sociálně právní ochrany dětí)
- Policie ČR

Krizový plán při řešení záškoláctví

Kontakt s dítětem:

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

Při komunikaci s rodičem:

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

Doporučené postupy pro učitele:

1. 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.
2. Je-li záškoláctví důsledkem neúnosné školní situace, navodit změnu. Naplánovat dlouhodobá opatření, aby se situace neopakovala.
3. Rozmáhá-li se záškoláctví ve velkém a máme-li podezření a na hrozbu závislosti, spolupracovat s pedagogicko-psychologickou poradnou a centry.
4. Učit se v třídním kolektivu vyčíst, jaké postavení má problémový žák. Bojí-li se učitelům nebo rodičům svěřit, předat ho do péče psychologa.
5. Pomoci dítěti při návratu do třídy. Doprovodit ho při prvním vstupu do kolektivu. Nemluvit o tom. K vyřešenému případu se již nevracet a neprojevat nedůvěru.



Domluvit se s rodiči na těsném kontaktu, aby bylo případně další záškoláctví včas odhaleno.

6. 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“.

Nevhodné postupy

1. nedůslednost učitelů v dodržování školního řádu, nastavených pravidel tříd, špatná komunikace s vedením školy, kolegy, žáky
2. nejednotný, pseudohumánní přístup pedagoga v dodržování nastavených pravidel ve vztahu k řešení záškoláctví
3. nekompetentní (mocenská, neprofesionální, žádná) komunikace s rodiči, zákonnými zástupci žáků

O neomluvené i zvýšené omluvené nepřítomnosti žáků informuje třídní učitel výchovného poradce, který tyto údaje vyhodnocuje.

Při zvýšené omluvené nepřítomnosti – max. 10 hodin 1. stupeň, max 12 hodin 2. stupeň:

1. prověřuje její věrohodnost
2. pokud má žák 1. stupně víc než 10 neomluvených hodin a žák 2. stupně a střední školy víc než 12 neomluvených hodin za dané období školního roku, svolává ředitel školy školní výchovnou komisi.
3. podle závažnosti absence žáka se výchovné komise účastní: ředitel školy, zákonný zástupce, třídní učitel, výchovný poradce, školní metodik prevence, popř. další odborníci
4. o průběhu a závěrech jednání se provede zápis, který zúčastnění podepíší. Neúčast nebo odmítnutí podpisu zákonnými zástupci se v zápise zaznamenávají.
5. každý účastník jednání obdrží kopii zápisu. jedná důvod nepřítomnosti žáka, způsob omlouvání jeho nepřítomnosti, upozorní na povinnost stanovenou zákonem a seznámí zákonného zástupce s možnými důsledky v případě nárůstu neomluvené absence.

Pokud má žák víc než 10 neomluvených hodin:

1. svolává ředitel školy školní výchovnou komisi za účasti ředitele školy, zákonného zástupce, třídního učitele, výchovného poradce, zástupce orgánu sociálně-právní ochrany dětí, školního metodika prevence
2. průběhu a závěrech jednání se provede zápis, který zúčastnění podepíší. Neúčast nebo odmítnutí podpisu zákonnými zástupci se v zápise zaznamenávají. Každý účastník jednání obdrží kopii zápisu.

V zájmu zjišťování příčiny záškoláctví žáka a jejího odstranění může ředitel požádat o spolupráci odborníky z oblasti pedagogicko-psychologického poradenství, popř. orgány sociálně-právní ochrany dětí.



Pokud se škole nepodaří problém týkající se povinné školní docházky vyřešit vlastními silami a k cíli nevede ani svolání výchovné komise, škola v případě podezření ze spáchání přestupku může k příslušnému orgánu podat podnět k zahájení řízení o přestupku, tj podnět k zahájení řízení z moci úřední ve smyslu § 42 správního řádu.

V případě, že neomluvená nepřítomnost žáka přesáhne 25 hodin na 1. stupni a 30 na 2. stupni:

1. zasílá škola oznámení o zanedbání školní docházky s náležitou dokumentací (např. kopii písemného pozvání zákonných zástupců žáka k návštěvě školy, kopii zápisu z pohovoru, písemné vyjádření výchovného poradce, kopii písemného pozvání zákonných zástupců žáka na výchovnou komisi, kopii zápisu o jednání výchovné komise atp.)
2. podle § 10 odst. 4 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, je škola povinna bez zbytečného odkladu oznámit obecnímu úřadu obce s rozšířenou působností (tedy v praxi OSPOD), pokud se dozví o skutečnostech uvedených v § 6 téhož zákona (typicky zanedbávání školní docházky, nemravný život, zneužívání návykových látek, násilí), a to v případě, že trvají po takovou dobu, nebo jsou takové intenzity, že nepříznivě ovlivňují vývoj dětí nebo jsou anebo mohou být příčinou nepříznivého vývoje dětí. orgánu sociálně. Právní ochrany dětí (OSPOD) nebo pověřenému obecnímu úřadu - na OSPOD škola hlásí jen závažnější případy. Jinak platí, že situaci vyhodnocuje přestupkový orgán, který sám se případně obrátí na OSPOD.
3. v případě opakovaného záškoláctví v průběhu školního roku, následuje hlášení o zanedbání školní docházky Policii ČR - pouze v nejzávažnějších případech
4. policie potká dítě venku v době, kdy má být ve škole a je bez doprovodu zákonného zástupce - o nález dítěte informuje příslušné orgány na základě svých povinností a pravomocí (Policie ČR, OSPOD, zákonní zástupci, případně další instituce dle konkrétní povahy případu).

V případě podezření na skryté záškoláctví:

Vedle neomluvené absence je třeba věnovat pozornost také **zvýšené omluvené absenci**.

Je tedy třeba evidovat omluvenou absenci také ke konci každého čtvrtletí školního roku.

V případě, že třídní učitel zpozoruje **podezřelý nárůst omluvené absence (přes 50 % vyučovacích hodin) za čtvrtletí školního roku**, je na místě, aby se podrobněji zabýval věrohodností důvodů nepřítomnosti.

Pokud je důvod nepřítomnosti žáka nevěrohodný, může se třídní učitel nebo ředitel školy obrátit na zákonného zástupce nezletilého žáka a požádat jej o vysvětlení, případně sdělit, že **příště bude vyžadovat potvrzení od lékaře, připouští-li to školní řád. Vyžadovat omluvení absence lékařem zpětně však není možné.**



Písemná pozvánka k osobnímu jednání

Nedaří-li se kontaktovat zákonného zástupce žáka nebo dojde-li k opakované neomluvené absenci, následuje **písemná pozvánka k osobnímu setkání zákonných zástupců s třídním učitelem**, a to v následujícím sledu, pokud zákonný zástupce nereaguje:

- a. pozvánka k osobnímu setkání s třídním učitelem za účelem konzultace (např. prostřednictvím informačního systému školy s možností potvrzení přečtení, prostřednictvím e-mailu nebo jinak doručenou pozvánkou);
- b. doporučeným dopisem včetně poučení o opatřeních, k nimž bude nutno přistoupit, nepodaří-li se navázat spolupráci se zákonnými zástupci (alternativně datovou schránkou, pokud jí zákonný zástupce disponuje)
- c. v případě, že zákonný zástupce stále nereaguje, dojde k předání kompetencí třetí straně (viz dále)

Schůzka zákonných zástupců žáka s třídním učitelem

- Na osobní schůzce je se zákonnými zástupci probrána situace žáka, situace rodiny, učitel zjišťuje možné příčiny záškoláctví a domlouvá s rodiči postup k nastolení žádoucího stavu.
- Před schůzkou třídní učitel informuje školního metodika prevence, případně výchovného poradce, který ve věci poskytne své stanovisko spolu s návrhem dalšího postupu. V ideálním případě se školní metodik prevence, výchovný poradce nebo člen vedení školy osobního setkání se zákonnými zástupci účastní.
- Účast žáka je možná, protože dítě má právo sdělovat svůj názor na situaci, která se ho týká a je samo o sobě hlavním nositelem změny své situace. Jednání by mělo být v takovém případě přizpůsobeno jeho věku a aktuálnímu stavu.

Doporučení:

- Pro jednání s rodiči i žákem je třeba zaujmout **partnerský**, nikoliv komisionální přístup. Rodiče jsou partnery školy v řešení rizikové situace dítěte a důležitými nositeli změny této situace. Cílem je se skutečně domluvit ku prospěchu všech, nikoli situaci vyhrodit.
- schůzce je vyhotoven zápis a to s podpisem všech zúčastněných. S rodiči bude domluven termín další schůzky, reflektující povahu a závažnost konkrétního případu, jakož i charakter a časovou náročnost opatření, na jejichž přijetí se strany dohodly. Plnění opatření, vyplývajících ze zápisu, je třeba sledovat a vyhodnocovat.



- Zpracování a podpis Individuálního výchovného programu (IVÝP), pokud je školou využíván
- Jestliže se ani poté stále nedaří situaci zlepšit, nastupuje sepsání a podepsání Individuálního výchovného programu
- Dokument, v němž se všechny zainteresované strany písemně dohodnou na dalším postupu, stanoví konkrétní opatření, která budou přijata konkrétními osobami v konkrétním časovém úseku, spolu s režimem sledování dodržování dohodnutých opatření a návrhem postupu v případě jeho nedodržení.

Schůzky, na které má být dohodnut Individuální výchovný program, se účastní:

- třídní učitel,
- žák,
- zákonný zástupce, pokud se jedná o nezletilého žáka,
- školní metodik prevence,
- ředitel školy nebo jeho zástupce, a dále, je-li to možné a žádoucí:
- výchovný poradce nebo školní psycholog, případně pracovník školního poradenského zařízení, je-li k dispozici,
- pracovník Probační a mediační služby ČR, byl-li nad žákem stanoven dohled,
- pracovník OSPOD, je-li žákovi poskytována sociálně-právní ochrana,
- další osoby, které hrají roli v životě žáka (trenér/vychovatel/instruktor mimoškolní aktivity, sourozenec dítěte, ...), pokud je jejich účast vzhledem k okolnostem účelná a pokud s jejich účastí souhlasí zákonný zástupce nezletilého žáka nebo žák zletilý,
- případně další osoby, jejichž účast navrhnou zákonní zástupci (právní zástupce, zástupce organizace zabývající se ochranou menšin, ...).

Účelem této schůzky není pouze podepsání dokumentu, ale naopak rozbor nežádoucího chování žáka v rámci širší skupiny zainteresovaných lidí, zjišťování příčin i důsledků tohoto jevu a společné nacházení možných řešení. Výstupem setkání je podepsaný Individuální výchovný program

22. Extremismus, rasismus, xenofobie, antisemitismus

Za extremistické chování - vědomě konáno ve prospěch politických, náboženských a etnických hnutí a ideologií, která směřují proti základům demokratického ústavního státu. U studentů/žáků se zpravidla jedná pouze o dílčí postoje a formy podpory, které mají často pouze slabý ideologický základ.

Rasistické chování - na základě přisouzení psychických a mentálních schopností a dovedností skupinám definovaným podle biologického, rasového či národnostního původu tyto příslušníky těchto skupin hodnotí a případně (ve formě „tvrdého rasismu“) je i poškozují.

Xenofobní chování - na základě subjektivně stanovených prvků cizosti (jinakosti) vyvolává obavy ze subjektů, které jsou jako cizí pojímány a v krajních případech může vést k jejich poškozování, což vyvolává protireakci.



Antisemitské jednání je takové, které poškozují objekt židovského charakteru kvůli tomu, že tomuto objektu přisuzuje určité negativní vlastnosti či symbolický význam na základě subjektivní percepce židovství.

Extremismus lze dělit na:

- pravicový (odmítá rovnost lidí a na tomto základě potlačuje svobodu některých z nich);
- levicový (absolutizuje rovnost lidí na úkor individuální svobody);
- náboženský (nárokuje suverenitu náboženského vyznání na úkor excesivního porušení lidských práv a individuální svobody);
- etnicko-regionální (nárok na suverenitu a separaci vlastního etnika anebo regionu vede k excesům potlačování svobody jiných).
- environmentální (zájmy subjektivně pojaté přírody a jejich částí jsou nadřazeny demokratickým principům a prosazovány excesivně na úkor lidské svobody)

Rizikové typy chování žáků/studentů:

- verbální a fyzické napadání spolužáků, zaměstnanců či návštěvníků školy kvůli jejich politickému či náboženskému přesvědčení anebo rasovému, národnostnímu, etnickému či třídnímu původu (včetně střetů různých extremistických či etnicky/nábožensky vymezených part a skupin);
- 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 (návuk bojových umění v kroužcích sebeobraně 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).

Kontakty pomoci:

Pomoc proti extremismu, rasismu, xenofobii

Člověk v tísni o. s., <http://clovekvtisni.cz/>

Nevládní organizace proti pravicovému a etnickému extremismu, rasismu, a xenofobii:



Český helsinský výbor, <http://www.helcom.cz/>

In-Iustitia, <http://www.in-ius.cz/>

Nadace Tolerance a občanská společnost, <http://www.ecn.cz/tolerance/>

Asi-Milování, <http://www.asimilovani.estranky.cz/>

Lokální iniciativy v některých regionech (např. V Ústí neonacisty nechceme, <http://www.vustineonacistynehceme.cz/>)

V případě rasistických střetů ve škole vyvolaných jednáním romských žáků (včetně jejich rasistického chování) možnost obrátit se na romské poradce, romské organizace (např. Romea, <http://www.romea.cz> či Drom, <http://www.drom.cz>) a případně na neoficiální romské autority v lokalitě.

Proti antisemitismu:

Liga proti antisemitismu, <http://antisemitismus.wz.cz/>

Národní památník Terezín, <http://www.pamatnik-terezin.cz/showdoc.do?docid=4>

Židovské muzeum Praha, <http://www.jewishmuseum.cz/>

www.icej.cz

Krizový plán při řešení extremismu, rasismu, xenofobie, antisemitismu,

1. Zjistit hloubku extremistického přesvědčení či rasistických, xenofobních anebo antisemitských postojů u jednotlivců a zjistit jejich případné vazby na extremistickou scénu mimo školu.
2. Zjistit rozšíření uvedených postojů v kolektivu, třídě, škole.
3. Vyvolat diskusi o problémech souvisejících s uvedenými postoji s cílem odhalit jejich příčinu.
4. Nabídnout alternativní volnočasové aktivity.
5. Zaměřit výuku na tyto problémy.
6. Okamžitě a razantně vystoupit proti projevům intolerance mezi žáky vyvolanými uvedenými postoji a názory.
7. Pozvat experty k diskusi s žáky/studenty.
8. Informovat rodiče v případě zjištění uvedených hlouběji zakotvených postojů a nabídnout jim spolupráci - v případě opakovaných verbálních či vizuálních projevů s možným extremistickým podtextem či v případě odůvodněného podezření na účast žáka v extremistické partě a v případě užití násilí s extremistickým, rasistickým xenofobním anebo antisemitským podtextem.



9. V případě závažných projevů (především násilných) informovat bezpečnostní složky (Policii ČR) - 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.

Nevhodné přístupy:

1. Moralizování a skandalizace bez obeznámenosti s problematikou mládeže a extremismu.
2. Okamžité vyhrožování tresty a zákonnými postihy v případě kontroverzních názorů v běžných diskusích.
3. Nezkoumání motivace lidí k určitému jednání, které se na první pohled může jevit extremistické, ale nemusí takové být.
4. Přejímání extremistických názorů do výuky a argumentace s cílem zalíbit se extremisticky orientované mládeži.



23. 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.

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

U dětí a dospívajících mohou na rizikovost upozornit:

nevhodné sexuální projevy (např.: nutkavá masturbace nebo atypický sexuální vývoj - je potřeba je odlišit od projevů normální sexuální zvědavosti, experimentace s vlastním tělem i tělem druhých dětí),

projevy nesexuální (možné rozvinutí až do sexuální deviace) - u chlapců může docházet k nárůstu fyzické agrese, u dívek spíš k sebepoškození.

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; jediné tak je možné předejít spáchání trestného činu.

Mezi rizikové chování se řadí nechráněný pohlavní styk při náhodné známosti, výrazně promiskuitní chování, rizikové sexuální praktiky, kupříkladu v nevhodných hygienických podmínkách, zveřejňování intimních fotografií na internetu či jejich zaslání mobilním telefonem, ev. nahrávání na video se zvýšeným rizikem zneužití takového materiálu.



24. Sexuální odchylky ve škole

Homofobie

Sexuální orientace (heterosexuální i homosexuální) je celoživotní, neměnný, nositelem nezapříčiněný a nezvolený stav výlučné nebo převažující erotické a citové preference osob daného pohlaví.

Rozhodující pro rozpoznání sexuální orientace jsou erotické představy, sny, fantazie a kvalita erotické citové náklonnosti – zamilovanosti.

Sexuální orientace není otázkou volby, ale je podmíněná, především biologicky.

Za zdravotní poruchu je považována pouze orientace, s níž její nositel není vyrovnán, nebo také nejistota v sexuální orientaci.

Bisexualitu nechápeme jako sexuální orientaci, ale jako schopnost sexuálního chování a atrakce k příslušníkům obou pohlaví, popř. jako formu náhražkového sexuálního chování.

Sexuálně rizikové chování se může pojít s heterosexuálním, homosexuálním i bisexuálním chováním

Pohlavní identita

Trans, gender a queer

Gender možno chápat jako sociální pohlaví. Označuje to, do jaké míry se daná osoba cítí být mužem či ženou, jaké pohlaví je jí okolím přisuzováno a jaké povahové rysy jsou od ní očekávány. Pojem trans pak představuje křížení identity a pohlaví.

Transgender se identifikuje s jiným pohlavím, než pro jaké svědčí jeho chromozomy, genitálie a pohlavní hormony.

Osoba nebinární identity se cítí být buď smíšeného, či nevyhraněného pohlaví.

Genderqueer se označuje jako nebinární identita. Osoba nebinární identity se cítí být buď smíšeného, či nevyhraněného pohlaví. Může v sobě kombinovat sekundární pohlavní znaky obou pohlaví, cítit se střídavě tím či oním, nebo taky ani jedním.

Trans* - spadají sem:

1. trans lidé – transsexualita - jedinec, který si přeje žít a být akceptován jako příslušník opačného pohlaví (FtM ... female to male x MtF ... male to female) - podstatou transsexualismu jako poruchy pohlavní identity nejsou sexuálního charakteru, ale charakteristiky pohlavní role
2. nebinární lidé – nebinární - nezapadají vůbec nebo zcela do kategorie muž či žena. Patří sem lidé s fluidním genderem (tzn. genderovou identitou měnící se v průběhu života), lidé s více gendery najednou, lidé s genderem, který není ani mužský ani ženský, nebo lidé, kteří žádný gender vůbec nemají.



Nejčastější gendery:

Bigender osoba – osoba, jejíž genderová identita se mění z mužské na ženskou a naopak v závislosti na kontextu nebo na situaci.

Genderfluid osoba – osoba, jejíž genderová identita je fluidní, čili proměnlivá.

Androgynní osoba – osoba, jejíž podoba či identifikace je mezi femininní a maskulinní, a která se tedy genderově prezentuje smíšeně nebo neutrálně.

Pangender osoba – osoba, jejíž genderová identita je souhrnem všech identit.

Agender osoba – osoba, která necítí příslušnost k žádné genderové identitě.

Genderless osoba/osoba bez genderu – osoba, která se neidentifikuje s žádným genderem.

Intersex lidé - funguje jako zastřešující pojem pro řadu netypických pohlavních variací. Zatímco cis ženy se rodí s chromozomy XX a cis muži s chromozomy XY, intersex lidé můžou mít variace XXY, XXX, XYY nebo třeba X0 a/nebo nejrůznější podoby genitálií a pohlavních žláz (gonád). Jejich pohlavní znaky tedy nejsou jednoznačně mužské, či ženské).

Většinou se identifikují jako muž, nebo jako žena.

Homofobie - zahrnuje postoje a chování vyjadřující nepřátelství vůči lidem s menšinovou sexuální orientací či pohlavní identitou, respektive vůči lidem, kteří vybočují z běžných genderových norem (např. lesby, gayové, bisexuálové, trans lidé). V užším slova smyslu se jedná pouze o postoje a jednání negativně namířené vůči homosexuálním lidem.

Souvisí také se šikanou a extremismem - vede k šikaně namířené vůči lidem, u nichž je známa nebo se předpokládá menšinová sexuální orientace. Tou jsou často postiženi i heterosexuální lidé, kteří nesplňují v očích svých vrstevníků genderové stereotypy, tj. představy o tom, jak se má chovat a vypadat „správný chlapec“ či „správná dívka“.

Kde hledat pomoc:

Poradna pro občanství/občanská a lidská práva,

GaTe <http://www.gejt.cz/>

Linka bezpečí telefon 116 111, Linka důvěry

Pedag.- psychologická poradna

GI Gay-Linka duševní tísně: 476 701 444 nonstop, linka.pomoci@gay.iniciativa.cz

<https://jsmettransparent.cz/o-translidech/kdo-jsme/>

<https://praguepride.cz/cs/komunitni-centrum/lgbt-poradenstvi>



Sexuálně přenosná onemocnění

(STD – Sexually Transmitted Diseases)

Základní principy prevence před sexuálně přenosnými chorobami ve škole:

1. preventivní programy přizpůsobit věku a vzdělání cílové skupiny (informovat o formě ochrany před STD; o právech dítěte a důstojnosti člověka; o tom, co je sexuální zneužívání a rizikové sexuální chování; podporovat tvorbu zdravých postojů k vlastnímu tělu, vztahům a sexuálnímu chování; minimalizovat projevy nesnášenlivosti, předsudky apod. v oblasti vztahů, sexu a sexuální orientace)
2. zabezpečit lepší spolupráci školy a rodiny
3. propojit zdravotní, sociální a výchovné intervence

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.

Je dobré, pokud je možná spolupráce s rodiči. V tomto případě lze, podle závažnosti, řešit vzniklou situaci buď na půdě školy (kde je zastoupena kromě rodičů také instituce školy, například učitelem, případně je přítomen mediátor probíhajícího procesu – např. školní psycholog), nebo – ve složitějších případech – zprostředkovat kontakt rodičů se specializovaným pracovištěm, které nabízí psychologické, terapeutické a poradenské služby rodinám a jejich jednotlivým členům nacházejícím se v obtížné životní situaci.

<http://www.csspraha.cz/triangl>

V případě, že rodiče nemají zájem řešit situaci, je potřeba navázat spolupráci se školním metodikem prevence, výchovným poradcem, školním nebo klinickým psychologem, kteří by měli operovat s vlastní sítí důležitých kontaktů pro řešení nadstandardních problémů.

V jakém případě vyrozumět OSPOD, resp. Policii ČR, viz níže.

Krizový plán na ochranu dítěte ohroženého rizikovým sexuálním chováním

1. brát každé sdělení dítěte vážně a nepodceňovat je. Učiteli rovněž nepřísluší posuzovat pravdivost oznámení či tvrzení dítěte. To přísluší až soudu, resp. soudnímu znalci.
2. všimnout si v chování dítěte čehokoliv, co mu přijde nápadné, zvláštní nebo dítě může pedagoga samo vyhledat (pokud to v učiteli vyvolává určité a oprávněné obavy nebo



si s tím neví rady, chybějí mu informace – poradí školní metodik prevence, výchovný poradce, školní nebo klinický psycholog).

3. všimnout i tělesných změn u dítěte (např. při vývoji sekundárních pohlavních znaků) viditelných pouhým okem - nápadně ženský tvar prsou u kluka, nadměrné ochlupení v obličeji nebo na rukou u holky, nápadně nezmutovaný nebo částečně zmutovaný hlas u dospívajícího chlapce, nápadné a časté drbání se nebo sahání si do oblasti rozkroku i přes oděv), měl by na to upozornit rodiče a nabídnout jim návštěvu odborníka (pediatr, sexuolog, u adolescentů pak ve spolupráci se samotným dítětem to může být i gynekolog, androlog či urolog).

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. Další možnost, jak anonymně ohlásit zjištěné násilí na dětech, nabízejí internetové stránky <http://www.protikorupcni-linka.cz/cs/Obecna-temata/Nasili-na-detech/>.

Nevhodné postupy:

Zastrašování; multimediální akce a kampaně; sportovní akce jsou užitečné a podpůrné, ale nezařazují se do specifických programů.



25. Krizové situace spojené s ohrožením násilím ve školním prostředí, které přichází z vnějšího i vnitřního prostředí

Typ rizikového chování:

1. vnitřního prostředí - řešení konfliktů neadekvátním způsobem, zejména šikana, kyberšikana, vandalismus a další, útok na školu ze strany dětí/žáků/studentů (dále jen žáci), případně ze strany pedagogů.
2. vnějšího prostředí - řešení konfliktů neadekvátním způsobem, násilí způsobené osobou, která navštívila školu - obvykle rodič/rodiče žáka, násilí způsobené osobou/osobami, která vnikla do školy nebo jejího okolí a ohrožuje školu násilím nebo jinými prostředky, které mohou ohrozit žáky, pedagogy a další pracovníky školy.

Identifikace žáků, kteří spadají do rizikové skupiny s násilnickými sklony

- fascinace mediálním násilím, zbraněmi a výbušninami,
- snížená schopnost lítosti,
- hrubé chování k ostatním lidem i zvířatům,
- nedostatek pozitivních vztahů k dospělým a ke škole,
- onemocnění spojená s možnými ataky násilného a nekontrolovaného jednání.

Čím více podobných charakteristik se u žáka projeví, tím větší pozornost je třeba mu věnovat.

S podobnými faktory je třeba počítat u všech dospělých osob z prostředí školy, i těch, které přicházejí z vnějšího prostředí a současně je třeba zvažovat faktory spojené s radikálním chováním a extrémismem.

Žáci a zaměstnanci musí být informováni o tom, jak se chovat v případě uváděných nečekaných krizových situací, případně při podezření na hrozící krizovou situaci, na koho se obrátit, kde je možnost úniku a případné ochrany před útočníkem/ky.

V jednotlivých předmětech je potřeba věnovat pozornost:

výuce k bezpečnosti v silniční a železniční dopravě, ochrany člověka za běžných rizik a mimořádných událostí a výuku o postupech při záplavách a dalších živelních událostech, oblasti týkající se prevence úrazů, první pomoci, nácviku chování při úrazech, přivolání pomoci, způsobů komunikace s operátory tísňových linek, integrovaného záchranného systému, poznávání a upevňování preventivního chování, účelného rozhodování a jednání v různých situacích ohrožení vlastního zdraví a bezpečnosti i zdraví a bezpečnosti druhých, včetně chování při mimořádných událostech.



Základem osvojování dovedností a způsobů jednání je **praktický nácvik, provádění ukázek a nácvik reakcí v modelových situacích**, které jsou součástí výuky v každém ročníku.

Pro efektivitu vzdělávání a výchovy jsou doporučovány metody prožitkové pedagogiky (praktický nácvik, skupinový trénink, simulační hry). Rozsah vědomostí i nácviku dovedností je pak třeba volit vždy přiměřeně vzhledem k věku a schopnostem žáků.

Krizový plán a doporučené postupy z hlediska pedagoga v případě krizových situací ve škole:

1. **Předcházení vzniku rizikové situace**
2. zpracovaný bezpečnostní plán, který identifikuje konkrétní možné předvídatelné rizikové jevy, identifikuje místa ve škole, se kterými může být riziko spojeno, stanovuje cíle, odpovědnosti a nástroje určené k prevenci vzniku rizikového jevu.
3. **Včasná identifikace příznaků rizikové situace**
4. postupy monitoringu žáků a osob pohybujících se ve škole, monitoring rizikových míst a situací ve vztahu ke stanoveným rizikovým jevům a způsoby varování.
5. **Postup při ohrožení školy rizikovou situací**
6. zpracovaný krizový plán pro případ ohrožení školy, tj. pro případ, že se rizika identifikovaná v bezpečnostním plánu naplní. Krizový plán zahrnuje informovanost všech pracovníků školy a jejich žáků, informovanost rodičů a propojení se záchranným systémem v regionu.

Možnosti a limity pedagoga:

Pracovníci školy, především pak pedagogičtí pracovníci, musejí být informováni o faktorech spojených s útokem, současně musí vědět, že prožití situace, která vede k ohrožení zdraví nebo dokonce života vede ke zvýšené citlivosti všech aktérů a ke zranitelnosti. K běžným reakcím na prožitou tragédii nebo krizovou situaci patří:

- strach a o obavy z budoucnosti,
- snížení akademického prospěchu a zhoršení chování,
- noční můry a spánkové obtíže,
- potřeba podpory a jistoty,
- sklony k plačtivosti či k výbuchům zloby,
- vyšší riziko výskytu depresí, drogové závislosti, hrubého chování či sebevražedných sklonů, především u adolescentů, možnost sebevražedného jednání

Pedagog tedy v těchto případech vždy spolupracuje s rodiči, se školním psychologem nebo s odborníky školských poradenských zařízení (zejména s pedagogem – psychologem). Pedagog vytváří ve školním prostředí zázemí klidu a důvěry.



Odkazy, literatura

a) Metodické příručky

Ochrana člověka za mimořádných událostí – metodická příručka pro učitele základních a středních škol, Ministerstvo vnitra, Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 2003, dostupné: www.hzscr.cz

Ochrana člověka za mimořádných událostí na 2. stupni ZŠ – metodická příručka podle projektu NAPLNO, Občanské sdružení JAK?, Pardubice 2008, 2014, dostupné: www.zdrsem.cz

Pro případ ohrožení – příručka, Ministerstvo vnitra, Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 2001, dodáno na každou ZŠ, dostupné: www.hzscr.cz

Ochrana člověka za mimořádných událostí, Osobní bezpečí - metodická příručka pro 1. stupeň základních škol, Černoch, F., Práce – Albra, dostupné: jbrajer@mbox.vol.cz

Víš, odkud voláš o pomoc na tísňovou linku 112? - příručka pro lepší určení lokace nahlášení mimořádné události, Lepeška J., Ministerstvo vnitra, Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 2008, dostupné: www.hzscr.cz/soubor/vis-odkus-volas-publikace-pdf.aspx

Vaše cesty k bezpečí aneb chytré blondýnky radí... - metodická příručka zahrnuje 33 témat z oblasti bezpečí a ochrany zdraví, HZS Jihomoravského kraje, 2011, dostupné: www.firebrno.cz/vase-cesty-k-bezpeci

„Bezpečnostní portál – účinný nástroj edukace první pomoci dětí a mládeže a jejich rodičů a pedagogů“ – Interaktivní multimediální příručka první pomoci 2011, dostupná: www.zachranny-kruh.cz

b) Učebnice zařazené v seznamu učebnic se schvalovací doložkou MŠMT

Nakladatelství Fortuna

1. Ochrana člověka za mimořádných událostí - Sebeochrana a vzájemná pomoc
 - učebnice pro občanskou a rodinnou výchovu na ZŠ, vydaná v roce 2002
2. Ochrana člověka za mimořádných událostí
 - učebnice pro první stupeň ZŠ, vydaná v roce 2003
3. Ochrana člověka za mimořádných událostí

Nakladatelství Albra

1. Ochrana člověka za mimořádných událostí - Osobní bezpečí



- metodická příručka pro 1. stupeň ZŠ
2. Ochrana člověka za mimořádných událostí - Osobní bezpečí - Bezpečí a nebezpečí
 - učebnice pro 2. ročník ZŠ
 3. Ochrana člověka za mimořádných událostí - Osobní bezpečí - Počítej se vším
 - učebnice pro 3. ročník ZŠ

c) Učební pomůcky

DVD "Ochrana člověka za mimořádných událostí"

„Chraň svůj svět, chraň svůj život“ dostupné: www.zachranny-kruh.cz

Být připraven znamená přežít I. a II.

materiály Ministerstva obrany ČR, Hlavního úřadu civilní ochrany ČR, dostupné:
<http://www.hzscr.cz>

d) Internetové a další zdroje

<http://www.hzscr.cz/> - o živelní pohromy, průmyslové havárie či teroristické útoky.

Asociace "Záchranný kruh", www.pokos.army.cz

Policie ČR - základní rady a informace, jak zajistit bezpečí dětí.



26. Dítě s poruchou autistického spektra (PAS)

Charakteristika poruch autistického spektra

Poruchy autistického spektra (dále jen „PAS“) jsou skupinou poruch, které se diagnostikují na základě projevů chování. Většinou mají označení pervazivní (všepromikající) vývojové poruchy a s vydělováním jednotlivých diagnostických kategorií, mezi které jsou řazeny mj. dětský autismus, atypický autismus, Rettův syndrom, Aspergerův syndrom atd.

Základní diagnostická triáda PAS zahrnuje různou míru narušení v těchto oblastech:

- sociální interakce a sociální chování;
- verbální i neverbální komunikace;
- oblast představivosti a hry, omezených vzorců chování, zájmů nebo aktivit.

Stupeň závažnosti poruch - různý, někdy variabilita projevů. I v případě nejlehčích forem postižení je zhoršena sociabilita a ztíženo zařazení jedince do společnosti.

Specifika v chování žáků s poruchou autistického spektra

Chování a projevy každého dítěte s PAS - značně různorodé. Některé schopnosti a dovednosti mohou odpovídat věku, jiné jsou výrazně opožděné nebo nerozvinuté. U žáků s PAS - různá úroveň intelektových schopností (mentální retardace; průměrné intelektové schopnosti s nerovnoměrným vývojem; nadprůměrné nadání) - nutné individualizovaný přístup.

Specifika v sociální interakci a sociálním chování

U jedinců s PAS - problémy v porozumění sociálním situacím nebo sociálním vztahům. Typický je různý stupeň zájmu o sociální kontakt (např. žáci mazliví; pasivní; neteční; aktivní; zdrženliví; nejistí a neschopní přiměřeně navázat kontakt; fixovaní na blízké osoby). Zároveň platí, že se tyto jedinci často nedostatečně orientují v důsledku specifických problémů v mezilidských vztazích a sociálních situacích, nejsou schopni dobře porozumět verbální i neverbální komunikaci, mají problémy s neustálými změnami. To vede k tendenci ritualizovaného chování s prvky stereotypie (např. potřeba psát stále stejnou tužkou; dodržovat stále stejnou trasu cesty) → odráží se v jejich chování.

V rámci přístupu k jedincům s PAS je nutné vysvětlení situací a objasnění toho, co je v dané situaci žádoucí (funkční) reakce a co nežádoucí reakce, zohlednit i odlišnosti v porozumění emočního prožívání vlastního i druhých lidí. Jedinci s PAS - velké obtíže s empatií (vcítění se do prožívání druhých) → problémy v pochopení příčin a záměrů chování druhých lidí.

Specifika ve verbální i neverbální komunikaci

U jedinců s PAS - různé obtíže v komunikaci a vývoji řeči (mutismus; dysfázii; echolálii; verbalismus; agramatismus; ulpívání na tématu hovoru; repetitivní doptávání), rozvinutá slovní zásoba včetně jazykového nadání nebo naopak úplná absence řeči, někdy řeč rozvinuta,



objevují se problémy v komunikaci (např. žák verbálně komunikuje, ale nedokáže sdělit svá přání, pocity; není schopen užívat neverbální komunikační prostředky, jako např. výraz obličeje, oční kontakt, postoj těla či gesta). Primárně je nutné se zaměřit na rozvoj tzv. funkční komunikace, aby žák dokázal slovně vyjádřit své potřeby, a současně bylo zřejmé, že rozumí sdělení pedagoga nebo jiných dospělých osob. Je možné využívat různé metody alternativní a augmentativní komunikace.

Specifika v oblasti představivosti a hry, chování (repetitivní vzorce chování), zájmů nebo aktivit

Menší flexibilita myšlení, problémy v oblasti představivosti ovlivňují oblast zájmu, her a aktivit, která bývá u žáků s PAS narušena. Častým projevem - neobvykle silné či specifické zájmy (např. oblíbené předměty, hračky; činnosti; pohádky; televizní reklamy; témata), omezená schopnost spontánně sdílet s ostatními vrstevníky radost a zájmy... Četnost takového chování při zvyšování nadměrné stresové zátěži či emočně náročných situacích (i při projevech radosti), stereotypní motorické pohyby (např. poskakování; mávání rukama; kývání tělem; kroucení prstů před obličejem).

Specifika v oblasti smyslové percepce

Může ovlivnit začlenění žáka s PAS do běžné třídy (např. hypersenzitivita na zvuky, vůně, chutě nebo taktilní podněty). Např. hlasité zvuky mohou u žáků vyvolávat až fyzickou bolest, setkáváme se s nesnášenlivostí k určitým druhům materiálů nebo i určitým typům jídla. Někteří jedinci mohou mít zvýšený práh bolesti, nemusí reagovat na bolest, zranění. Objevuje se také zraková fascinace světly nebo pohybem.

3. Zásady přístupu při výchově a vzdělávání žáků s PAS

Při zařazování žáků s PAS do škol nutné umožnit žákovi lépe porozumět systému a pravidlům školy - školní prostředí by mělo být pro žáka pochopitelné, bezpečné a měl by se v něm orientovat.

a) Zásada přesnosti, jasnosti instrukcí a zajištění předvídatelnosti

Většina žáků s PAS potřebuje větší míru struktury prostředí a činností, aby mohla kvalitně a srozumitelně pracovat. Předvídatelnost a pravidelnost denních činností je pro žáky s PAS - potřeba určité míry ritualizace, zárukou vykonávání rutinních činností. Neznámé a nečekané události mohou vyvolat stres a nejistotu, což může vést k úzkosti, problémovému chování nebo k výkyvům či selhání v obvykle zvládaných činnostech.

b) Zásada strukturování pracovního dne a činností

Pro žáky s PAS - důležitým pomocníkem plány dne, psané připomínky a pravidla (např. před obědem si myji ruce), popisy školních situací (např. při zvonění bych měl být ve třídě; postavím se, když vstoupí učitel).



V závislosti na povaze a závažnosti PAS - výrazně podpořit strukturalizaci prostoru, činností a času (např. denní režim; rozvrh vyučovacích hodin; strukturovaný plán vyučovací hodiny). Uplatnění uvedených principů pomáhá žákovi s PAS nalézt odpověď na otázky: kde a kdy bude; co dělá; jak to má dělat; jak dlouho to bude trvat; proč to dělá. Strukturujeme žákovi čas, prostředí, ve kterém se pohybuje, i jednotlivé činnosti (např. oblékání se, přečtu si zadání; napíšu si otázku, na kterou mám odpovědět; zapíšu si postup; vypracuji úkol; napíšu výsledek; podtrhnu). Můžeme využít i strukturované pracovní listy, krabice s vnitřní strukturou, strukturované činnosti s vizualizací jednotlivých kroků (více viz Čadilová, Žampachová, 2008)

c) Zásada jasně a konkrétní motivace

Žáci s PAS musí rozumět smyslu vykonávaných činností. Sociální motivace zpravidla nefunguje - vzhledem k omezené schopnosti empatie. Pokud jsou žáci pro vykonávané činnosti vhodně motivováni - možné udržet jejich pozornost a soustředění na práci. Při ztrátě motivace rapidně klesá i schopnost soustředění.

Jednou z forem práce s motivací žáka je využití jeho silných stránek, které může být spojeno s poskytováním určitého motivujícího druhu odměny (např. žák může vykonávat aktivity, které jsou ve spektru jeho zájmů - např. při oblibě hasičů zadáváme žákovi čtení a matematické úlohy o hasičích).

d) Zásada klidného a empatického přístupu

S ohledem na jistá specifika v chování a komunikaci žáků s PAS (např. nevhodné poznámky; netaktní přímočarost; otázky mimo kontext; banální výroky; úzkostné reakce při setkáních s novými lidmi; vulgární vyjadřování; odborné otázky) je nezbytné reagovat na uvedené projevy s pochopením.

e) Zásada dodržování časové souslednosti úkolů

Činnosti realizované se žáky s PAS - podle pravidel zřejmých žákům, jinak dochází u žáků k nejistotě. V případě nutnosti změnit původně nastavený harmonogram a postup práce - nezbytné změnu žákovi vysvětlit. Tam, kde proběhne změna v zažitém režimu (např. výlet; exkurze; suplování), je potřeba ji dopředu sdělit.



f) Zásada vyšší míry vizuální podpory

Vizuální podpora usnadňuje většině žáků učení a vstřebávání nových informací. Pokud chceme, aby si žák s PAS osvojil pracovní činnost, je vhodné ji názorně demonstrovat, rozepsat v bodech nebo rozkreslit (využít tzv. schémata postupů). Postupně lze proces zjednodušovat a doplňovat verbálním vysvětlením.

g) Zásada posilující koncentraci pozornosti

Při zvýšeném motorickém neklidu lze umožnit žákovi s PAS manipulaci s předmětem, nebo realizovat činnost, která neruší ostatní a žákovi umožňuje soustředění, jako je např. mačkácí míček, provázek, gumička. Je dobré podporovat také aktivity, které žákovi s PAS umožní střídání pohybu v hodině, jako je např. rozdávání papírů a sbírání sešitů. Pro zlepšení kvality pozornosti je důležité pravidelné a vyvážené střídání odpočinku a činnosti.

h) Zásada srozumitelného nastavování sociálně komunikačních pravidel a zvládnutí situací, které vyžadují praktickou zkušenost

U žáků s PAS shledáváme odlišnosti v oblasti komunikace. Je důležité vědět, jaký způsob komunikace žák upřednostňuje, jaké je jeho porozumění řeči. Dochází také k odlišnému chápání některých projevů v komunikaci, zvláště pak ironie, sarkasmu.

i) Zásada střídání pracovních činností a odpočinku

Možnost odpočinku a relaxace je nutná pro prevenci vzniku nežádoucího chování či vzniku afektu způsobeného únavou a „přetažením“, tlakem na výkon, protože navozuje zklidnění a předchází stresu. Pro odpočinek žáka je vhodné vymezit konkrétní prostor i čas.

4. Spolupráce škola – zákonný zástupce žáka – odborní pracovníci

Pro vzdělávání všech žáků bez rozdílu je nezbytná spolupráce školy a zákonných zástupců žáků. U žáků se speciálními vzdělávacími potřebami je nezbytná také součinnost se školskými poradenskými zařízeními. Úkolem speciálního pedagoga nebo psychologa školského poradenského zařízení (dále jen „ŠPZ“), který na základě posouzení vzdělávacích potřeb žáka zná jeho specifika (včetně silných a slabých stránek), je poskytovat metodickou podporu pedagogickým pracovníkům školy i zákonným zástupcům žáka.



Pro úspěšnou spolupráci je nutné nastavení a využívání vzájemné informovanosti aktérů zapojených do vzdělávacího procesu žáka s PAS (např. pedagog; asistent pedagoga; zákonný zástupce; vychovatel; výchovný poradce). V případě, že ve škole pracuje školní speciální pedagog nebo školní psycholog, je nutné spolupracovat také i s ním.

5. Doporučený postup školy pro prevenci vzniku problémových situací u žáků s PAS

Škola by měla znát specifika v chování žáka a reflektovat je v rámci fungování třídy a školy (např. při výběru konkrétní třídy žáka; zavedení vizualizačních prvků pro zlepšení orientace ve škole). Je pro nás tedy důležité sledovat, v jakých situacích se chování objevuje, co může být jeho příčinou (sledujeme tedy, co chování předcházelo). Můžeme sem zařadit např.:

- **Chování jako forma vyjádření emocí** – např. poskakování; mávání rukama; kývání se; vykřikování, ale např. i autoagresivní chování či útok na spolužáka
- **Chování jako projev nepochopení situací** – v situacích, kdy žák např. nerozumí co se kolem něj děje, nerozumí tomu, co bude následovat, projeví se to v jeho chování.
- **Chování jako forma komunikace** – obtíže žáků v sociální interakci a komunikaci např. objímání; nerespektování osobní zóny druhého; držení druhého
- **Chování jako prostředek dosažení cíle** – žák s PAS jedná bez ohledu na ostatní; není schopen odložit naplnění svých potřeb
- **Chování jako následek přetížení v oblasti smyslového vnímání či obtíží se smyslovou integrací** – neadekvátní či neočekávaná reakce na smyslový podnět.
- **Chování jako následek polaritních přesvědčení (černobílé myšlení)** – žák nedokáže zvládnout neúspěch nebo není schopen přijmout řešení situace, které není zcela podle pravidel (např. společenského chování nebo i školního řádu)

Mělo být stanoveno, jaké projevy v chování jsou pro žáka charakteristické, které projevy v chování budou v rámci školy tolerovány (typicky např. stereotypie v chování nezbytná pro základní pocit bezpečí žáka, např. nošení oblíbeného předmětu do školy; možnost odpočinku mimo třídu; umožnění objetí učitele v rámci rituálu vítání a loučení), a ve kterých případech se jedná o chování v prostředí školy problémové (např. vykřikování vulgarmů; házení předměty; nedodržování osobní



zóny při sociálním kontaktu). U takového chování by měl být stanoven intervenční postup, jak s daným chováním pracovat (např. ignorování; posilování žádoucího chování; způsob komunikování zpětné vazby) vycházející z doporučení ŠPZ, zkušenosti zákonných zástupců žáka a třídního učitele (či dalších pedagogických pracovníků, např. asistenta pedagoga).

Výše uvedené je žádoucí zohlednit v rámci individuálního vzdělávacího plánu nebo pouze vytvořit individuální výchovný plán. Konkrétní postup závisí na rozhodnutí každé školy. V případě výrazných specifík v chování žáka je nutné takový dokument vytvořit, jelikož může pomoci např. při předávání informací novým vyučujícím.

Komplexní týmový přístup v rámci školy

- SPC (PPP) popíše podrobně specifika práce s žákem tak, aby bylo zřejmé, co je třeba ve vzdělávání žáka zohlednit, jak se má upravit organizace vzdělávání a metody práce se žákem. Pokud zákonný zástupce vyhodnotí, že je nezbytné škole sdělit přesnou diagnózu, pak se tato skutečnost uvede v Doporučení, v části „Další doplňující informace“.
- Ředitelem školy pověřený pedagogický pracovník (výchovný poradce) zodpovídá za spolupráci se školským poradenským zařízením, v jehož péči je daný žák s PAS.
- Pověřený pedagogický pracovník (ve spolupráci s příslušným ŠPZ) seznámí pedagogické i nepedagogické pracovníky školy, kteří budou se žákem v kontaktu (např. při výuce; v družině; v tělocvičně; ve školní jídelně), s obecnými specifiky žáka s PAS, se specifiky v chování a komunikaci, dále se zásadními a podstatnými informacemi o individuálních zvláštích a potřebách daného žáka.
- Pověřený pedagogický pracovník zajistí ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm a pracovníkem školského poradenského zařízení, který se problematikou PAS zabývá, besedy a osvětu pro pedagogy i žáky školy a jejich zákonné zástupce takovou formou, která je seznámí se specifiky žáků s PAS v celé šíři, pokud je to možné, včetně pohledu odborníků, jako jsou psycholog, psychiatr, neurolog apod.
- Pověřený pedagogický pracovník úzce spolupracuje s třídním učitelem žáka, asistentem pedagoga a školním metodikem prevence, organizuje ve spolupráci



se školním poradenským pracovištěm (případně ŠPZ) kazuistické semináře pro sdílení dobré i špatné praxe v oblasti prevence a předcházení vzniku nežádoucího chování žáků s PAS nebo v oblasti řešení akutních krizových situací.

- Pro pedagogický tým podílející se na vzdělávání žáka/žáků s PAS je vhodné zajistit možnost spolupráce s odborným pracovištěm v souvislosti s dlouhodobým nácvikem zvládnání krizových situací souvisejících s projevy nežádoucího chování u žáků (např. sebepoškozování; agresivita; nespoupráce; šikana).
- Třídní učitel úzce spolupracuje se zákonnými zástupci žáka a pravidelně je kontaktuje ve snaze zajištění optimální podpory pro vzdělávání žáka. Neprodleně informuje zákonné zástupce žáka a pověřeného pracovníka školy o změnách v chování, změnách aktuálního zdravotního stavu, projevech problémového chování žáka, o plánovaných nebo náhlých změnách ve školním prostředí oproti nastavenému standardu (např. personální změny v případě onemocnění pedagogického pracovníka; akutní nebo plánovaná rekonstrukce opravy v areálu školy). O těchto záležitostech může zákonné zástupce po dohodě s třídním učitelem či v součinnosti s ním informovat i asistent pedagoga, který by měl znát své kompetence v dané oblasti.
- Pedagogický pracovník při práci s třídním kolektivem vždy zohledňuje věk, schopnosti žáků a sociálně psychologické jevy, které se u žáků ve třídě vyskytují. Způsobem přiměřeným věku a schopnostem jednotlivých žáků formou nejrůznějších metod rozvíjí schopnost diskutovat, pracovat v týmu a respektovat ostatní, uvědomovat si význam a podstatu pomoci a solidarity mezi lidmi, vzájemné úcty a snášenlivosti.
- Třídní učitel v případě potřeby a po dohodě se zákonným zástupcem spolupracuje s lékařskými specialisty, v jejichž péči je žák s PAS veden – především praktickým lékařem pro děti a dorost, dětským psychiatrem, případně dětským klinickým psychologem.



6. Zajištění bezpečnosti a zdraví – školní řád – krizový plán

Krizový plán vytváříme pouze u žáků, u nichž existuje důvodný předpoklad, že mohou vzniknout situace ohrožující zdraví či život žáka/žáků, např. opakované agresivní či autoagresivní afektivní stavy – postupy, jak zvládnout krizové situace, jež mohou nastat. Krizový plán by měl obsahovat popis konkrétních kroků při vzniku situací, ve kterých by mohlo dojít k ohrožení zdraví či života žáka/žáků, vymezení kompetencí a odpovědnosti jednotlivých zaměstnanců, včetně přesného stanovení podmínek, kdy a za jakých okolností škola žádá o pomoc jiné odborníky, např. Zdravotnickou záchrannou službu.

Krizový plán

V prostředí školy se snažíme předcházet vzniku problémového chování a krizových situací u žáků s PAS. Vhodné postupy práce s žákem v rámci vzdělávání i v rámci mimoškolních aktivit (v rámci školy) jsou popsány v individuálním vzdělávacím plánu.

Po proběhlé krizové situaci u žáka s PAS je vhodné vysvětlit spolužákům, co bylo příčinou reakce, jak můžeme těmto reakcím předcházet a dále jak se můžeme v podobných situacích zachovat. Vždy je potřeba vycházet z aktuální situace a nejlépe ke spolupráci přizvat pracovníky školního poradenského pracoviště, případně vyhodnotit závažnost celé situace a následně postupovat v zájmu ochrany zdraví žáka.

Jako nejzávažnější hodnotíme situace, kdy by mohlo dojít k ohrožení zdraví či života samotného žáka s PAS nebo jeho spolužáků, pedagogických i nepedagogických pracovníků školy. V takovém případě je nezbytné dodržet následující postup:

- 1) **V případě agresivního chování žáka** (např. agrese; kousání; kopání; házení předmětů, hraček či ničení vybavení třídy):
 - snažíme se zajistit bezpečí ostatním žákům (zajistíme odchod žáka s PAS × ostatních žáků ze třídy), na žáka v akutním afektivním stavu hovoříme klidným hlasem (v případě, že žák reaguje negativně, nekomunikujeme s ním), popisujeme situaci, snažíme se ho uklidnit, odstraníme z žákova dosahu nebezpečné předměty (např. židle, nůžky);
 - přivoláme pomoc alespoň jednoho dalšího dospělého, prostřednictvím mobilního telefonu, s pomocí žáků, případně dalších dospělých osob;



- stále se snažíme žáka verbálně uklidnit, pomalu se k němu přibližujeme, ale pouze do bezpečné vzdálenosti. Je také vhodné udržet mezi žákem a námi ochrannou bariéru (např. školní lavice);
- pokud žák na uklidňování reaguje, můžeme se k němu dále přibližovat, přičemž stále hovoříme klidným hlasem a uklidňujeme ho (vždy je třeba vzít v úvahu fyzickou sílu žáka, která se v situaci afektu násobí);
- snažíme se, aby se žák posadil např. na zem, na židli, na koberec a pokračujeme v jeho zklidňování;
- pokud afekt stále trvá, udržujeme bezpečný odstup, hlídáme, aby si žák neublížil, zajišťujeme prostor (např. u oken), verbálně ho uklidňujeme a čekáme na pomoc dalšího dospělého;
- kontaktujeme zákonné zástupce žáka, v případě potřeby Zdravotnickou záchrannou službu, při agresi vůči druhým osobám i Policii ČR (ve zvlášť závažných případech).

Příklad:

PLÁN A – ODVEDENÍ ŽÁKA:

- vyučující zajistí bezpečnost žáků ve třídě a podle předem nastavených pravidel v Krizovém plánu požádá o spolupráci další pedagogické pracovníky tak, aby bylo možné převést žáka v akutní krizi do klidného a bezpečného prostředí,
- vyučující vyčká momentu uklidnění žáka. Následně uplatňuje prvky motivace ke znovunavrácení žáka do učebního procesu, případně při přetrvávajícím afektu je informován zákonný zástupce žáka nebo je zavolána Zdravotnická záchranná služba.

PLÁN B – ODVEDENÍ TŘÍDY:

- v případě, že chování žáka s PAS je natolik ohrožující, že není možné jeho převedení do jiného prostoru školy, vyučující opět zajistí spolupráci s určenými pedagogickými pracovníky školy dle pravidel nastavených v Krizovém plánu a zajistí bezpečné přesunutí žáků třídy do náhradních prostor,



- pokračuje snaha o zklidnění žáka, pokud se zklidnění žáka nedaří, je třeba upozornit zákonného zástupce, případně požádat o odbornou pomoc (Zdravotnická záchranná služba).

2) V případě autoagresivního chování žáka (např. kousání se; bouchání se do hlavy; bití hlavou o stěnu/o zem; vytrhávání si vlasů):

- snažíme se zajistit bezpečí ostatním žákům (zajistíme odchod žáků ze třídy). Na žáka v akutním afektivním stavu hovoříme klidným hlasem, snažíme se ho uklidnit;
- přivoláme pomoc alespoň jednoho dalšího dospělého prostřednictvím mobilního telefonu, s pomocí žáků, případně dalších dospělých osob;
- stále se snažíme žáka verbálně uklidnit, pomalu se přibližujeme k žákovi (do bezpečné vzdálenosti), snažíme se autoagresivní chování zastavit (vždy je třeba nutné vzít v úvahu fyzickou sílu žáka, která se v situaci afektu násobí), např. vzít žáka za ruce, navázat oční kontakt, nabídnout alternativu (změnu situace);
- v případě velké fyzické síly čekáme na pomoc dalšího dospělého;
- kontaktujeme zákonné zástupce žáka, v případě potřeby Zdravotnickou záchrannou službu, při agresi vůči druhým osobám i Policii ČR (ve zvlášť závažných případech).

3) V případě vzniku rizikové situace mimo budovu školy (např. vycházka; školní akce):

- povinností pedagogického pracovníka je chránit bezpečí a zdraví žáka i mimo budovu školy/školského zařízení, kdy provádění této zásady má svůj odraz ve školském zákoně a dalších prováděcích předpisech. Jedná se např. o pravidla, která se týkají pedagogického dohledu nad žáky v případě výuky mimo místo, kde se obvykle uskutečňuje vzdělávání (např. § 3 vyhlášky č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky, ve znění pozdějších předpisů, který stanovuje, že při akcích mimo místo, kde škola uskutečňuje vzdělávání, nesmí na jednu osobu zajišťující bezpečnost a ochranu zdraví žáků připadnout více než 25 žáků. Výjimku z tohoto počtu může stanovit s ohledem na náročnost zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví žáků ředitel školy);



- pedagogický pracovník by měl při mimoškolních akcích zohlednit specifika projevů žáka s PAS (např. pro některé žáky s PAS může být cestování v MHD v dopravní špičce spouštěčem problémového chování);
- jestliže přeci jen dojde ke krizové situaci, snažíme se zajistit bezpečí ostatním žákům, žáka s PAS se snažíme verbálně uklidňovat, zastavit ho, přimět ho, aby se posadil, fyzicky blokuje cestu k silnici a dalším nebezpečným místům (např. vodní plocha, koleje);
- je také vhodné zajistit, aby se do řešení situace nezapojovali kolemjdoucí a ostatní neznámé/nepoučené osoby;
- čekáme, až afekt u žáka s PAS zeslábně, informujeme o situaci školu a zákonné zástupce žáka, dohodneme se na dalších krocích;
- v případě, že je situace i nadále vážná, kontaktujeme Zdravotnickou záchrannou službu, při agresi vůči druhým osobám i Policii ČR (ve zvlášť závažných případech).

Příklad:

PLÁN C – SCÉNÁŘ MIMOŠKOLNÍCH AKCÍ:

- pokud se žák účastní mimoškolní akce (např. divadelní představení; výstavy; besedy; návštěva knihovny; školní výlety; exkurze), musí být o času konání, průběhu a náplni včas informován samotný žák i jeho zákonný zástupce. Mimoškolní akce se žák účastní po vzájemné domluvě třídního učitele a zákonného zástupce, s přihlédnutím ke specifickým projevům žáka s PAS v chování, k aktuálnímu stavu žáka a charakteru akce;
- po dobu mimoškolní akce se pedagogický pracovník věnuje zejména zabezpečení bezpečí žáka s PAS i ostatních žáků, snaží se předcházet krizovým situacím;
- v případě problémového chování realizuje pedagogický pracovník krizový scénář dle pravidel popsaných v Krizovém plánu, případně postupuje obdobně jako v plánu A. Každá taková situace by měla být následně zaznamenána, měly by být zachyceny její příčiny, průběh a postupy při řešení, zároveň by se mělo zaznamenat, zda a případně co napomohlo k řešení situace.



7. Doporučené odkazy, literatura

Literatura

BAZALOVÁ, B., NOVÁKOVÁ, J. Zkušenosti žáků s poruchou autistického spektra s inkluzivním vzděláváním. In KLENKOVÁ, J., VÍTKOVÁ, M. et al. *Inkluzivní vzdělávání se zřetelem na věkové skupiny a druhy postižení*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5731-9.

BĚLOHLÁVKOVÁ, L., VOSMIK, M. *Žáci s poruchou autistického spektra v běžné škole*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-687-2.

BITTMANNOVÁ, L., BITTMANN, J. *Podpora začlenění žáka s autismem do třídního kolektivu: prevence šikany prostřednictvím besed se spolužáky, rodiči a pedagogy*. Praha: Pasparta, 2017. ISBN 978-80-88163-53-4.

BITTMANNOVÁ, L., BITTMANN, J. *Prevence a účinné řešení šikany. U žáků a studentů s Aspergerovým syndromem a vysoce funkčním autismem*. Praha: Pasparta, 2016.

BLEACH, F. *Každý jsme jiný: kniha pro všechny kluky a holky, kteří mají sourozence s autismem*. Praha: APLA, 2011. ISBN 978-80-260-2431-6.

BOGDASHINA, O. *Specifika smyslového vnímání u autismu a Aspergerova syndromu*. Praha: Pasparta, 2017. ISBN 978-80-88163-06-0.

BÜCKEN-SCHAAL, M. *Emoce – Obrázkové karty: pro porozumění emocím a rozvoj sociálních dovedností*. Praha: Pasparta, 2018. ISBN 978-80-88290-10-0.

COTTINI, L., VIVANTI, G., BONCI, B., CENTRA, R. *Autismus: jak pracovat s dětmi a dospívajícími s poruchami autistického spektra: komplexní manuál a rádce při realizaci inkluzivního vzdělávání pro pedagogy, terapeuty a rodiče*. Praha: Logos, 2017. ISBN 9788090670716.

ČADILOVÁ, V., JŮN, H., THOROVÁ, K. *Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-319-2.



- ČADILOVÁ, V., ŽAMPACHOVÁ, Z. *Tvorba individuálních vzdělávacích plánů: pro žáky s poruchou autistického spektra*. Praha: Pasparta, 2016. ISBN 978-80-88163-39-8.
- ČADILOVÁ, V., ŽAMPACHOVÁ, Z. *Specifika výchovy, vzdělávání a celoživotní podpory lidí s Aspergerovým syndromem*. Praha: IPPP, 2006. ISBN 80-86856-20-8.
- ČADILOVÁ, V., ŽAMPACHOVÁ, Z. *Metodika práce asistenta pedagoga při aplikaci podpůrných opatření u žáků s poruchou autistického spektra nebo vybraným psychickým onemocněním*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4453-6.
- ČADILOVÁ, V., ŽAMPACHOVÁ, Z. *Strukturované učení: vzdělávání dětí s autismem a jinými vývojovými poruchami*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-475-5.
- DUBIN, N. *Šikana dětí s poruchami autistického spektra*. Praha: Portál, 2009. ISBN 80-7367-041-0.
- GILLBERG, E., PEETERS, T. *Autismus – zdravotní a výchovné aspekty*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-856-2.
- GRANDINOVÁ, T., PANEK, R. *Mozek autisty*. Praha: Mladá fronta, 2014. ISBN 978-80-204-3115-8.
- GRANDIN, T. *Jak to vidím já*. Praha: Csémy Miklós ve spolupráci s Janou Csémy, 2015. ISBN 978-80-906078-0-4.
- KENDÍKOVÁ, J., VOSMIK, M. *Jak zvládnout problémy dětí se školou*. Praha: Pasparta, 2016. ISBN 978-80-905576-0-4.
- KOLÁŘ, M. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.
- MERTIN, V., KREJČOVÁ, L. *Problémy s chováním ve škole – jak na ně: individuální výchovný plán*. Praha: Wolters Kluwer Česká republika, 2013. ISBN 978-80-7478-026-4.
- NAOKI, H. *A proto skáču!* Praha: Pasparta, 2016. ISBN 978-80-7432-711-7.
- PEŠEK, R. *Co často zajímá rodiče a učitele dětí s Aspergerovým syndromem: nebojujte s těmito dětmi, uče se s nimi „tančit“*. 2. vydání. Praha: Pasparta, 2017. ISBN 978-80-88163-65-7.
- ŘÍČAN, P., JANTOŠOVÁ, P. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2991-6.



SAINSBURY, C. *Marťan na hřišti: jak porozumět žákům s Aspergerovým syndromem*. Praha: Pasparta, 2016. ISBN 978-80-905993-8-3.

THOROVÁ, K. *Poruchy autistického spektra*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-091-7.

TUCKERMANN, A., HÄUBLER, A., LAUSMANN, E. *Strukturované učení v praxi: uplatnění principů Strukturovaného učení v prostředí běžné školy*. Praha: Pasparta, 2014. ISBN 978-80-905576-3-5.

WELTON, J. *Povím vám o Aspergerově syndromu*. Brno: Edika, 2014. ISBN 978-80-266 0564-5.

ZOBAČOVÁ, H. *Obrázkovnik pro nácvik správného chování*. Praha: Pasparta, 2018. ISBN 978-80-88163-92-3.

ŽAMPACHOVÁ, Z., ČADILOVÁ, V. *Metodika práce asistenta pedagoga se žákem s poruchami autistického spektra*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. ISBN 978-80-244-3377-6.

Legislativní ukotvení v zákonných a podzákonných normách

Úmluva o právech dítěte, sdělení FMZV č. 104/1991 Sb.

Úmluva o právech osob se zdravotním postižením, sdělení č. 10/2010 Sb. m. s.

Kontakt na koordinátora pro péči o žáky s PAS Kraj Vysočina

koordinátorka pro péči o žáky s PAS:

Mgr. Ilona Dohnalová SPC, Demlova 28 58601 Jihlava, tel. 567 570 048,
dohnalova.spcji@centrum.cz

Ostatní kontakty např. na <http://www.nuv.cz/t/pedagogicko-psychologicke-poradenstvi/kontakty>

Doporučené kontakty na vybrané organizace zajišťující vzdělávání v oblasti PAS

- APLA Jižní Čechy, z.ú. (<http://www.aplajc.cz/kurzy>)
- Autistická škola Brno, p. o. (<http://autistickaskola.cz/cs/nabizime/akreditovane-kurzy-na-vzdelavani-zaku-s-pas/>)



- Centra celoživotního vzdělávání
- Centrum terapie autismu, s.r.o. (<https://www.terapie-autismu.cz/kurzy/>)
- Česká odborná společnost aplikované behaviorální analýzy, z.s. (<http://csaba.cz/vzdelavani/>)
- Národní institut pro další vzdělávání (<https://www.nidv.cz/vzdelavaci-programy>)
- Národní ústav pro autismus, z.ú. (<https://www.vzdelavani.nautis.cz/>)
- Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků (<http://www.nuv.cz/p/nv>)
- PASPOINT, z.ú. (<https://www.paspoint.cz/all-project-list/sluzby/vzdelavani/>)
- Základní škola a Praktická škola SVÍTÁNÍ, o.p.s. (http://svitani.cz/vzdelavaci-centrum/vzdelavaci-centrum_charakteristika/)

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Desatero pro školy aneb „Do školy poprvé přichází žák s PAS“

Příloha č. 2: Desatero komunikace se žákem s PAS ve škole



Příloha č. 1: Desatero pro školy aneb „Do školy poprvé přichází žák s PAS“

- 1. Informace** – seznámení učitelů, dalších pedagogických pracovníků školy s problematikou poruch autistického spektra v celé její šíři.
- 2. Rodina** – vhodné je navázat úzkou spoluprací s rodinou žáka s PAS ještě před zahájením vzdělávání žáka (zaměřit se např. na charakteristiku žáka; jeho silné a slabé stránky; specifika v chování; dosavadní průběh vzdělávání; poradenskou podporu v ŠPZ), nastavit spoluprací a průběh péče o žáka s PAS (např. pravidelný kontakt s rodinou; výměna informací o práci se žákem ve škole a v domácím prostředí; snaha o jednotný přístup; využívání stejných metod).
- 3. Prostředí školy** – po dohodě se zákonnými zástupci žáka stanovujeme postup, jak seznámit spolužáky a další pracovníky školy se specifiky žáka. Je důležité podávat srozumitelné a konkrétní informace k danému žákovi s PAS, ne pouze obecné. Je vhodné zařadit programy práce se třídou, které umožní lepší seznámení se žáků třídy navzájem.
- 4. Doporučení ŠPZ** – naplňování doporučení uvedených v Doporučení pro vzdělávání žáka se speciálními vzdělávacími potřebami. Spolupráce se školským poradenským zařízením, spoluúčast při průběžném vyhodnocování poskytování podpůrných opatření.
- 5. Koordinátoři PAS** – v každém kraji působí krajský koordinátor péče o žáky s PAS v oblasti školství, který má přehled o poskytovaných službách a možnostech podpory pro tyto žáky v daném kraji. Seznam koordinátorů je uveřejněn na webových stránkách Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy či Národního ústavu pro vzdělávání a je i součástí příloh tohoto metodického doporučení.
- 6. Respekt k individualitě** – úkolem školy je respektovat specifika každého žáka a zajistit průběh vzdělávání v souladu se vzdělávacími potřebami žáka, současně vytvářet stabilní, vstřícné prostředí, ve kterém se budou všichni žáci cítit bezpečně.
- 7. Komunikace** – podporovat rozvoj verbální i neverbální komunikace. Většina žáků s PAS má významné deficity v komunikaci. Neverbální komunikace nemusí být čitelná, žáci s PAS mohou mít i osobitý komunikační styl. Pro žáky s PAS může být obtížné



porozumění zejména nejednoznačným otázkám, složitým a dlouhým souvětím, ironii, sarkasmu, nadsázce. Řada žáků s PAS využívá i různé systémy znakování.

- 8. Předvídatelnost** – pro některé žáky s PAS jsou důležitá konkrétní, přesná sdělení (např. co; kdy; kde; jak; v jakém pořadí). Pro většinu žáků s PAS je nezbytné informace spojovat s vizualizací.
- 9. Motivace** – žák s PAS musí rozumět smyslu vykonávané činnosti. Důležité je stanovit individuální motivaci pro konkrétního žáka a následně ji ve spojení s realizovanými činnostmi pozitivně posilovat, propojovat i se systémem odměn.
- 10. Tolerantní a empatický přístup** – porucha autistického spektra může způsobit nestandardní projevy v chování, které je třeba brát na vědomí a přehnaně na ně neupozorňovat. Znevýhodnění není důvodem k bezbřehé akceptaci všech projevů chování žáka. Je třeba definovat projevy chování, které se budou v rámci školy tolerovat, vzhledem k tomu, že vyplývají z podstaty PAS. Důležité je předcházení vzniku nežádoucího chování a nastavení intervenčního postupu (viz kapitola 5 a 6 metodického doporučení) pro případy, kdy takové chování nastane.



Příloha č. 2: Desatero komunikace se žákem s PAS ve škole

- 1. Zohlednit zkušenosti zákonného zástupce a nejbližšího okolí žáka s PAS** – pro nastavení přístupu a komunikace se žákem v průběhu jeho vzdělávání je velmi důležité vycházet ze zkušeností jedinců z nejbližšího okolí žáka (např. zákonných zástupců žáka, rodinných příslušníků).
- 2. Respektovat specifika v navazování a udržení očního kontaktu** – u žáků s PAS může být oční kontakt vyhýbavý či ulpívavý, pro některé žáky s PAS je důležitější obsah sdělení než udržování očního kontaktu. Žáka s PAS může rozrušit i vzdálený oční kontakt – při současném hovoru pedagoga s jinou osobou.
- 3. Dodržovat osobní zónu jedince** – pro některé žáky s PAS je obtížné zachovat během konverzace přiměřenou vzdálenost od komunikačního partnera. Žáci s PAS často nejsou schopni vyhodnotit, nakolik vstupují do jeho osobní zóny (lze využít vizualizace např. pomocí položeného archu papíru na podlaze – „podsedák“ při sezení na koberci). Dodržování osobní zóny by mělo být oboustranné. V případě potřeby je možné žáka s PAS navést k udržení osobní zóny. U sensoricky citlivých jedinců je potřeba přihlídnout k jejich specifikům (např. doteky; intenzita hlasu).
- 4. Vztít v úvahu případné zvláštnosti v řeči** – např. zvýšené či snížené tempo řeči, hlasitost, zvláštní vyjadřování, specifika v intonaci, echolálie, verbalizace. U některých žáků expresivní řeč zcela chybí nebo ji funkčně nevyužívají.
- 5. Neodsuzovat způsob komunikace upřednostňovaný žákem a nestandardní projevy chování** – např. motorický neklid; nepřiměřená gestikulace; grimasování; nezdvořilost (např. nepozdraví; nepoděkuje); nevhodné komentování určitých skutečností; používání vulgarismů. Nastavte žákovi s PAS jasné hranice a vysvětlete, proč a v jakých situacích je určité chování akceptováno, či nikoliv. Nevhodné chování žáka s PAS klidným hlasem, gestem odmítněte.
- 6. Mluvit přiměřeně hlasitě, konkrétně, jednoznačně, stručně, zachovávat klidný tón** – pro žáka s PAS je důležité vědět CO, JAK, KDE, KDY, KDO a PROČ. Problematické může být používání ironie, dvojsmyslů či jazykových hříček v komunikaci. Mnozí žáci s PAS jim nerozumí nebo je chápou doslovně, což vede



k neočekávaným reakcím. Neměli bychom také dávat najevo překvapení z odlišného způsobu myšlení.

- 7. Podle potřeby usměrňovat průběh konverzace** – seznámit žáka s průběhem konverzace, vysvětlit mu, co je jejím hlavním tématem. Žáci s PAS mají tendenci odbíhat od tématu hovoru ke svým oblíbeným tématům, ulpívat na detailech. Pokud má žák s PAS nutkavou potřebu nadále hovořit, je třeba vymezit čas pro jeho sdělení, poté se vrátit zpět k původnímu tématu.
- 8. Zeptat se, pokud nerozumíte obsahu sděleného** – taktně se žáka s PAS doptejte, pokud nevíte, co chtěl sdělit. Nehovořte o žákovi s PAS před ním, ale obraťte se přímo na něj.
- 9. V případě obtíží s porozuměním využívat vizuální podporu** – u některých žáků s PAS se setkáváme s významnými problémy v porozumění řeči. V takovém případě je dobré využívat vizuální podporu, např. obrázky, grafy, symboly, piktogramy, sociální příběh, časový plán.
- 10. Shrnutí a adresnost sdělovaného obsahu, zdůraznění důležitých bodů** – někteří žáci s PAS obtížně rozlišují podstatné informace od nepodstatných. Příliš mnoho informací je může zahltnout a nemusí vést k pochopení. Při nepochopení frontálních instrukcí je u některých žáků potřeba sdělení směřovat konkrétně k jejich osobě a ověřit si, zda žák správně porozuměl sdělení.



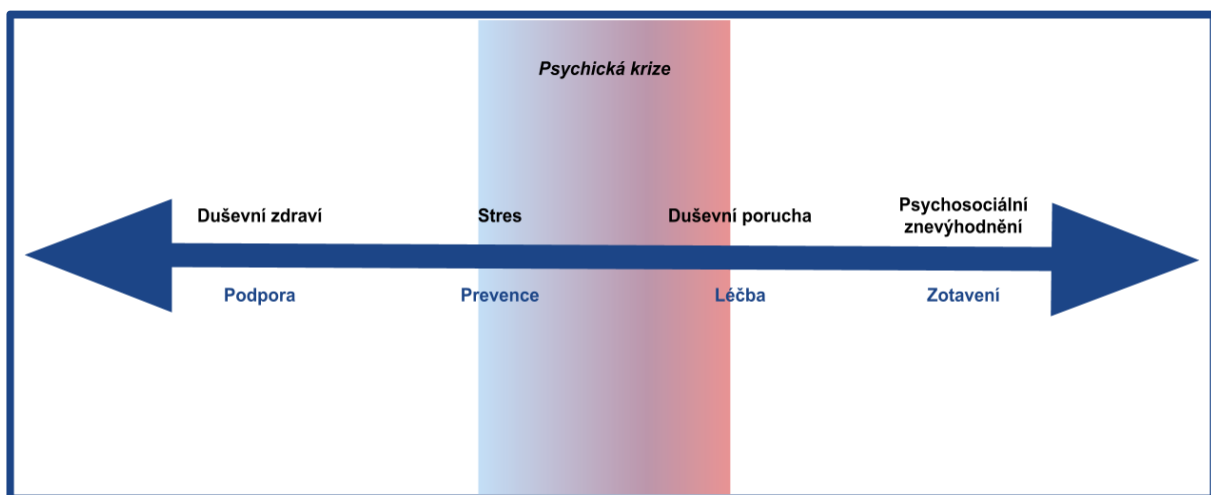
Kraj Vysočina nabídka pomoci pro děti s PAS

Název organizace	Zaměření	Adresa	Webové stránky
Centrum Terapie Autismu s.r.o.	Terapeutická práce s dětmi s PAS a neurovývojovými poruchami	Na Valech 259, 580 01 Havlíčkův Brod	https://cta-hb.webnode.cz/
Denní a týdenní stacionář Jihlava	Denní stacionář, týdenní stacionář	Královský vršek 1106/9, 586 01 Jihlava	http://www.stacionar-jihlava.cz
Domov Kamélie Křižanov	Domov pro OZP, chráněné bydlení, domov se zvláštním režimem	Zámek 1, 594 51 Křižanov	https://www.domovkamelie.cz
Domov Kopretina Černovice	Denní stacionář, týdenní stacionář, domov pro OZP, chráněné bydlení, sociálně terapeutické dílny, odlehčovací služby	Dobešovská 1, 394 94 Černovice	http://www.domovkopretina.cz
Integrační centrum Sasov	Denní stacionář, odborné sociální poradenství, sociální rehabilitace	Sasov 15, 586 01 Jihlava	https://www.icsasov.cz/
MEDOU, z.s.	Sociální poradenství, centrum denních služeb	Svatopluka Čecha 665, 396 01 Humpolec	http://medou-humpolec.cz/
Oblastní charita Havlíčkův Brod	Centrum osobní asistence, středisko rané péče, chráněné bydlení...	B. Němcové 188, 580 01 Havlíčkův Brod	http://hb.charita.cz/
Raná péče Třebíč	Raná péče	Vltavínská 1402, 674 01 Třebíč	http://www.ranapecetrebic.cz

27. Psychická krize/duševní nemocnění žáka

Duševní zdraví - emocionální, psychická a sociální pohoda, ovlivňuje, jak jedinec přemýšlí, co cítí a jak koná v životě, jak zvládat stresové situace, jak překonávat těžkosti a výzvy, důležitá zdravá sebeúcta a sebevědomí.

Hranice mezi duševním zdravím a nemocí není jasně dána, prohlubuje se neschopnost fungovat ve vnějším světě a zvládat běžné situace, zátěže či vztahy. Důležité rozumět sám sobě, naučit se vnímat svoje emoce, pracovat s nimi nejen skrze nástroje duševní hygieny, ale prostřednictvím zvládání každodenních povinností. Během dospívání prospěšné osvojování zdravé dovednosti a strategie - socio-emoční učení.



Zdroj: Chisholm, D. (2019)

Projevy duševní nepohody žáka nebo rozvoje duševní choroby žáka:

zvýšená nemocnost či úrazovost, nechutenství, nevolnosti při příchodu nebo odchodu ze školy, výrazné změny hmotnosti, nápadná únava a ospalost, sebepoškozování, pasivita a ztráta zájmu o dění ve škole, smutek, výrazné emoční rozlady, zejména v případě školního neúspěchu, strach ze známek a z reakce rodičů, projevy zvýšené agrese vůči okolí, zvýšený neklid a nepozornost, výrazné zhoršení prospěchu, samotářství a izolovanost dítěte vůči ostatním dětem (i během přestávek a ve školní družině), opakované neplnění povinností, záškoláctví, opakované pozdní příchody, nechut' jít do školy nebo naopak nechut' odcházet domů, vyhýbavé chování vůči rodičům nebo jiné dospělé osobě, která dítě vyzvedává, výrazné změny v hodnotovém systému dítěte



Poruchy chování a emocí se začátkem obvykle v dětství a adolescenci

- Obtíže ve vykonávání každodenních aktivit považovaných za normální pro dítě daného věku
- Obtíže v porozumění instrukcím
- Obtíže v sociálních interakcích
- Snížená schopnost vyrovnávat se se změnou
- Obtíže nebo zvláštnosti v komunikaci
- Restriktivní nebo repetitivní (opakující se) vzorce v chování, v zájmech, v aktivitách
- Nadměrný strach, úzkost nebo vyhybavost vůči specifickým situacím nebo objektům (např. vůči odloučení od rodičů nebo pečujících osob, vůči určitým sociálním situacím, konkrétním zvířatům včetně hmyzu, výškám, uzavřeným prostorům, stopám poranění nebo krvi aj.)
- Změny ve spánkovém režimu
- Náhlý nevysvětlitelný pokles zájmu o dosud se zájmem vykonávané aktivity
- Opoziční nebo pozornost vyžadující chování
- Nadměrná aktivita (výrazný problém zůstat v klidu, např. nadměrné běhání dokola, nadměrné mluvení nebo psychomotorický neklid)
- Nadměrná nepozornost
- Nadměrná impulzivita
- Opakované a kontinuální vyrušování ostatních (v hovoru, činnostech)
- Náhlé změny v chování k vrstevníkům včetně stažení se do sebe nebo vzteku
- Opakovaně se vyskytující nevysvětlitelné fyzické symptomy (bolest hlavy, břicha, nevolnost)
- Extrémní stydlivost
- Časté změny nálad bez zjevné příčiny
- Časté výbuchy vzteku
- Opakované vzdorovité chování
- Rozvratné chování ve třídě
- Chování porušující stanovená pravidla nebo normy



- Fyzická agrese
- Neochota nebo přímé odmítání chodit do školy
- Jinak nevysvětlitelná nízká výkonnost ve škole
- Izolace od ostatních
- Extrémní beznaděj a zoufalství
- Přítomnost myšlenek, plánů nebo činů sebepoškozování/sebevraždnosti nebo jejich výskyt v minulosti dítěte

Hyperkinetická porucha ADHD

Subtyp nepozorný

25-30 % případů žáků s ADHD. Rozsah pozornosti je u těchto žáků užší, mají možnost přijmout jen omezený objem informací - negativní vliv na učení, zapamatování a vybavení naučeného, spíše pomalé reakce, utlumení při často prožívaném neúspěchu, mají kolem sebe nepořádek, považováni za lenivé, velice trpí, že nestíhají jako ostatní, skutečné znalosti v testech neprokáží → demotivace a neurotizace a k vytvoření negativního vztahu ke škole, typické je ulpívání na určitém podnětu, hyperpozornost - všechny podněty a informace naprosto stejnou důležitostí → přehlčení

Subtyp s převahou hyperaktivity a impulzivity

10-20 % všech případů ADHD, dobře se soustředí na svoji práci, ale nejsou schopni tlumit a kontrolovat své projevy. Reagují na přicházející podněty zcela bezprostředně, překotně a zbrkle. Jednají ukvapeně, nedomyslí možná rizika, na určité podněty reagují prudce a nepřiměřeně. Pro ostatní bývají jejich reakce nepochopitelné. Charakteristické pro hyperaktivně-impulsivní žáky také bývá, že žijí tzv. zcela přítomností: všechno chtějí mít hned, nedokážou čekat, vlastně je to vůbec ani nenapadne. Mají občas sklony k tzv. extrémním citovým reakcím, ke kolísání z euforie a nadšení do „protivné“ nálady a odmítání čehokoli. Nadměrná pohotovost k bezprostředním reakcím většinou zahrnuje i specifickou emotivitu. Některé změny v oblasti citového prožívání mohou souviset se zvýšenou unavitelností a signalizují nižší toleranci žáka k zátěži, která se projevuje typickými poruchami sebeovládání, afektivními a někdy až agresivními reakcemi. Objevují se jako obranná reakce žáka v situaci subjektivně pociťované nadměrné zátěže.

Typickým znakem jejich projevu bývá především poměrně stálá bezúčelná fyzická aktivita označovaná za psychomotorický neklid. V mírné podobě se projevuje někdy až neustálými drobnými pohyby prstů na rukách, rukou, nohou, celého těla, záškuby v mimice, pokašláváním. Žák má potřebu si neustále s něčím hrát, šoupat nohama pod lavicí, charakteristická bývá vnitřní tenze či problémy se spánkem, především s usínáním. Hyperaktivita se v dospívání značně zmírňuje, někdy však dochází k její internalizaci – trvalému subjektivnímu pocitu potřeby neustále něco dělat.



Subtyp smíšený

mezi jedinci s ADHD nejčastěji - zhruba 50 % všech případů žactva s ADHD. U žáků můžeme pozorovat přítomnost všech tří symptomů typických pro popisovaný syndrom, ty se však nemusí projevovat navenek ve stejné intenzitě. Nesoustředí se na určenou práci, ale pokud jsou zaujati činností, které je velmi baví (např. oblíbená PC hra, stavebnice, sledování TV), dokážou udržet pozornost po stejnou dobu jako jejich vrstevníci.

U žáků můžeme pozorovat specifické projevy chování:

- a) Nepružnost – znamená chronickou neochotu změnit jednou přijaté stanovisko.
Vztahovačnost –žák je přecitlivělý na každou negativní poznámku.
- b) Rychlá proměnlivost nálad – citové reakce jsou nepředvídatelné, nálada se rychle střídá. Nesnášenlivost – chronická agrese vůči ostatním lidem, destruktivní chování, lhaní.
- c) Neschopnost podřídit se autoritě a obecně uznávaným pravidlům. Špatné sebepřijetí, nedostatek

Při poruchách pozornosti je spojeno s kombinacemi specifických poruch učení (dyslexii, dysortografií, dyskalkulií a další), vyskytují se také s poruchami řeči (dysfázií, dyslálií, koktavostí) apod.

Úzkostné poruchy v dospívání

Panická úzkostná porucha v dospívání

časově ohraničená intenzivní úzkost, propuká bez zjevné vazby na nějakou konkrétní událost. různé nepříjemných symptomy - zrychlený puls, palpitace, třes, chvění, sucho v ústech, obtížné dýchání až zalykání se, nauzea, návaly horka nebo chladu, mravenčení, necitlivost končetin, strach ze zešílení, strach ze smrti, také psychické symptomy v podobě derealizace, depersonalizace.

Někteří jedinci se po prožití panické atace domnívají, že se jednalo o infarkt nebo mrtvici a vyhledávají pomoc na pohotovosti. Tady (i opakovaně) zjišťují, že je jejich somatický nález v normě. Přichází trvalý strach z dalšího záchvatu a řada různých somatických vyšetření.

Sociální fobie v dospívání

obavy a strachy, které jsou spojeny se situacemi, ve kterých přichází v úvahu zvýšení pozornosti jiných lidí. Dotyční pociťují ve společnosti ostatních zvýšenou nervozitu a napětí. Toto pak vede k vyhýbavému chování a k nárůstu sociální izolace. Sociální fobie se objevuje obvykle kolem puberty. Toto období je také typické pro stydlivost. Ta je oproti sociální fobii častějším jevem – nadměrný stud během života zažívá 80–90 % populace. V běžných situacích, při kterých býváme obyčejně stydliví (první schůzka), se na rozdíl od sociální fobie, adaptujeme a náš stud se sníží. U sociální fobie však naopak dochází k vyhýbavému chování. Onemocnění se vyskytuje ve formě částečné sociální fobie (vystoupení) a ve formě



generalizované (široce provázané jednotlivé fobie). Sociální fobie se nejčastěji objevuje ve věku 11–15 let, a může být spojena se školní docházkou. Tady bývá vyhubavé chování spojené s kritickými situacemi značně omezeno – do školy se „musí“. Děti i dospívající mívají nejčastěji problémy s vystupováním před ostatními – s hlasitým čtením, prezentací projektů individuálními sportovními a uměleckými výkony. Strach doprovází i zkoušení před tabulí nebo pobyt ve školní jídelně či používání WC.

Mezi duševní onemocnění, se kterými se v adolescentní psychiatrii můžeme také často potkat, patří úzkostné poruchy, schizofrenní psychózy, bipolární afektivní poruchy, unipolární deprese.

Bipolární porucha v dospívání

vážné psychiatrickým onemocněním, při kterém se střídavě vyskytují období s výraznými poruchami nálady – deprese nebo mánie. Tyto epizody bývají provázeny poruchami myšlení, změnami tělesné i psychické aktivity a chování. Pro depresi školáků jsou typické psychosomatické příznaky, hlavně bolesti hlavy, břicha a nevolnosti. Náladu hodnotí jako špatnou, obtížně se soustředí, jsou více unavení, podráždění a úzkostní. Mají problémy ve vztazích s vrstevníky i dospělými, často se zhoršuje jejich školní výkon. Místo nechutenství se může objevit tendence k přejídání, a tím i zvýšení hmotnosti.“

Schizofrenie v dospívání

časté právě v období dospívání (v 60–70 % případů propuká před 25. rokem.

příčiny onemocnění jsou řazeny: dědičná zátěž, vlivy prostředí, předchozí intoxikace kanabinoidy, halucinogeny či stimulanty, které mohou zvýšit riziko propuknutí nemoci či uspišit její začátek.

propuknutí onemocnění v adolescenci je charakteristické dramatickým nástupem, těžšími negativními symptomy, větší dezorganizací, různými typy halucinací a perzekučními bludy (nevývratným přesvědčením, že dotyčného někdo pronásleduje a chce mu ublížit). Mezi první projevy nemoci patří sociální izolace, zhoršení školního výkonu a neobvyklé chování, které nastupují průměrně rok před propuknutím pozitivních příznaků. U jedné třetiny jedinců s první epizodou schizofrenie se objevují také afektivní symptomy. Včasné vyhledání pomoci snižuje riziko pozdějšího propuknutí psychózy. U jedinců s psychotickými příznaky byl také zjištěn častější výskyt sebepoškozování a vyšší riziko sebevražedných pokusů.

Varovné příznaky psychické krize

nestálá nálada, vysoká popudlivost, podrážděnost, rigidní myšlení a neflexibilní vzorce zvládání náročných situací, neschopnost vnímat či chápat realitu, tendence žít ve fantazijním světě, představy o své významnosti střídající se s pocitem méněcennosti, úzkost-zvláště při náznaku mírné tělesné nemoci nebo drobného zklamání, nejistota týkající se sexuální identity či orientace, silné přesvědčení o svojí pravdě, přehnané projevy nadřazenosti, odmítání anebo



provokativního chování vůči spolužákům, učitelům či rodičům, které mohou maskovat silný pocit nejistoty a méněcennosti, častý pocit rozčarování či nespravedlnosti

V běžném životě se riziková chování u dospívajících neobjevují jednotlivě, osamoceně.

Rizikové faktory:

nízké sebehodnocení, neschopnost regulovat emoce, nedůvěra v sebe samého, neschopnost zvládat zátěž, nedonošené dítě nebo dítě poškozené při porodu, vážná tělesná nemoc nebo úraz, smrt milované nebo jinak pro daného jedince významné osoby, odloučení (od přátel, rodiny, spolužáků), konec milostného vztahu, mezilidské konflikty s blízkými osobami, nemoc, kolísavé vztahy s rodiči, kamarády či jinými dospělými, agresivní chování vůči druhým, antisociální nebo provokativní chování, problémy se zákonem, agresivní chování vůči sobě, sebepoškozování, suicidální pokus, nestálá nálada, vysoká popudlivost, podrážděnost, rigidní myšlení a neflexibilní vzorce zvládání náročných situací, neschopnost vnímat či chápat realitu, tendence žít ve fantazijním světě, představy o své významnosti střídající se s pocity méněcennosti, úzkost - zvláště při náznaku mírné tělesné nemoci nebo drobného zklamání, nejistota týkající se sexuální identity či orientace, silné přesvědčení o svojí pravdě, přehnané projevy nadřazenosti, odmítání anebo provokativního chování vůči spolužákům, učitelům či rodičům, které mohou maskovat silný pocit nejistoty a méněcennosti, častý pocit rozčarování či nespravedlnosti

Faktory zmírňující dopady:

odolnost vůči stresorům, dobrá emoční regulace, schopnost pozitivního přístupu k problémům, dobré sociální a komunikační dovednosti, sebedůvěra, dostatečná sebeúcta, důvěra v danou situaci a v úspěch, ochota vyhledat odbornou pomoc, když se objeví obtíže (např. ve škole) nebo v případě zátěžových situací, vyhledání odborného poradenství v případě důležitých rozhodnutí, otevřenost vůči zkušenostem jiných lidí a novým způsobům řešení

Krizový plán

Pedagog, který zaznamená u žáka psychickou nepohodu, krizi či počínající duševní onemocnění by měl být schopen sám či za podpory někoho z kolegů (třídní učitel, školní psycholog, školní metodik prevence, výchovný poradce)

1. vést s žákem podpůrný rozhovor, jehož cílem má být, vedle poskytnuté podpory (*“nejsi na to sám/sama”, “lze s tím něco dělat”*)
2. domluva s žákem na dalším postupu,
3. kontaktování zákonných zástupců.

Pedagog by se měl s žákem domlouvat na dalších krocích. Zejména kontaktovat pomoc, komunikovat s rodiči (zákonnými zástupci) po domluvě s žákem, a tedy nejednat takzvané „za jeho zády“. (V případě zletilého žáka postup s kontaktováním rodičů není nutný, pokud si to dotyčný nepřeje). Pedagog by měl být schopen poskytnout žákovi i jeho rodině základní



informace k dané problematice a možnostem řešení situace. Jeho role spočívá zejména ve zprostředkování kontaktu žáka s rodiči (či v podpoře k němu) a poté případně s příslušnými odborníky.

Pokud žák sám osloví svého učitele, je na místě jej za to ocenit, ujistit jej, že je na správném "místě" a že je dobře, že tak učinil.

Sdělované potíže či svěřený problém není vhodné bagatelizovat, a to ať už jsme v jakékoliv roli ve vztahu k dotyčnému žákovi. Naopak je prospěšné vyjádřit mu svůj zájem a spoluúčast na řešení jeho situace tak, jak to bude potřeba (samozřejmě v rámci našich vlastních osobních i profesních možností a hranic).

Je vhodné, aby s žákem spolupracoval takový pedagog, k němuž má žák důvěru, se kterým je schopný vést (ideálně) otevřenou komunikaci. Ne nutně to vždy tedy musí být např. školní psycholog, výchovný poradce či školní metodik prevence. Často může být třídní učitel tím, kdo má k žákovi nejbližší a žák se mu svěří. Třídní učitel si také jako první může všimnout, že s žákem není vše v pořádku a oslovit ho. Popřípadě žák tíhne s důvěrou k jinému pedagogovi, např. jeho oblíbeného předmětu. Není nutné, aby pedagog znal "řešení" hned, důležité je s žákem navázat vztah postavený na důvěře umožňující otevřenou komunikaci.

Při zachování důvěrnosti údajů může pedagog probrat žakovu situaci s kolegy, ideálně s členy fungujícího školního poradenského pracoviště (školní psycholog, metodik prevence, výchovný poradce), kteří ho mohou v dalším postupu podpořit.

Rodičům pedagog v případě potřeby doporučí kontaktování odborného pracoviště – pedagogicko-psychologické poradny, psychologické nebo psychiatrické ambulance.

Škola rodičům nabídne spolupráci. Pro žaka v psychické krizi či v době počínajícího duševního onemocnění je vedle poskytnutí včasné intervence zásadní také podpůrné a přijímající prostředí, které by měla škola spolu s rodinou a odbornými institucemi spoluvytvářet.

Samozřejmou součástí této podpory je i samotná podpora rodičů/zákonných zástupců - i pro ně je toto období složité, plné změn a hledání nových cest nejen v přístupu ke svému dítěti. Součástí léčby bývá nezdědka farmakoterapie. Je dobré mít na paměti, že medikace může mít vliv na každodenní fungování žáků jak pozitivním, tak negativním směrem.

V případě odmítavého či nespolupracujícího postoje rodičů (kdy je důvodem např. strach ze stigmatizace rodiny) se může pedagog obrátit na psychologa spádové pedagogicko-psychologické poradny s žádostí o metodickou podporu pro práci s daným žákem, a to i proti vůli rodičů. Zároveň, pokud se jedná o ohrožení zdraví či života dítěte, je na místě kontaktovat OSPOD (Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí). I dítě má právo požádat OSPOD a také školu a školské zařízení o pomoc při ochraně života a svých práv a učinit tak může i bez vědomí rodičů.



Zajistěte, aby Vás nerušili ostatní (žáci, učitelé). Nechte si na rozhovor dostatek času. Navod'te příjemnou, přijímací a bezpečnou atmosféru, nabídněte vodu, čaj a posaďte se (ideálně vedle sebe) nebo případně oba stůjte či se procházejte. Je však důležité, aby vaše pozice byly „vyrovnané“ – optimální je, pokud jsou oči dospělého v úrovni očí žáka. Pozice vedle sebe je nejméně stresující.

Věnujte se výhradně žákovi - nezvedejte telefony, nepouštějte (např. do kabinetu) ostatní. Vytvořte bezpečný prostor pro sdílení, aktivně naslouchejte a nehodnoťte. Buďte podpůrní. Naopak nezapomeňte ocenit to, že se vám žák s pro něj obtížnou věcí svěřuje. Povzbud'te jej v tom, že už jen toto je krok směrem k řešení jeho nepříznivé situace.

Pokuste se zmapovat dostupné žákovy zdroje, které by mohly v řešení situace pomoci. Naplánujte společně další kroky, které podniknete v rámci řešení jeho věci. Zrekapitulujte je na konci setkání. Nezapomeňte se domluvit na tom, které informace jsou důvěrné, a s kterými budete dál „zacházet“ ve smyslu sdílení s nezbytným okruhem dalších lidí, kteří se budou na realizaci podpory podílet.

Můžete žáka znovu ocenit a podpořit. Vyžaduje-li to situace, domluvte se s žákem na další schůzce, případně se s odstupem času ujistěte, že se věci dějí tak, jak se dít mají.

Neslibujte, že žákem právě sdílené sdělení zůstane vašim tajemstvím.

V jakém případě vyrozumět OSPOD/Policii ČR

Ohlašovací povinnost se duševních onemocnění obecně netýká. V případě přímého rizika vážného zranění nebo smrti následkem psychické krize/duševního onemocnění (např. sebepoškození/výrazné suicidální myšlenky či započatý suicidální pokus) je namísto okamžitá, i nedobrovolná hospitalizace na psychiatrii – při odmítání hospitalizace bývá nutná asistence Policie ČR.

Kdo může pomoci:

Linka bezpečí: 116111

Nonstop pro děti a studenti do 25 let včetně

Chat: <https://chat.linkabezpeci.cz> - denně 09:00-13.00 a 15:00-19:00

E-mailové poradenství: pomoc@linkabezpeci.cz

Kontaktní e-mail: info@linkabezpeci.cz

Rodičovská linka: 606 021 021

PO-ČT, 09:00-21:00, PÁ 9:00-17:00

rodinné a výchovné poradenství pro rodiče, prarodiče a ostatní členy rodiny, pedagogy a další dospělí, kteří jednají v zájmu dítěte



Chat: <https://chat.rodicovskalinka.cz/> - NE: 17:00-21:00

E-mailové poradenství: pomoc@rodicovskalinka.cz

• **Linka důvěry Dětského krizového centra** 241 484 149, 777 715 215

Nonstop pro ohrožené děti a dospívající

Chat: <http://elinka.internetporadna.cz/>

Provozní doba chatu: PO, ST, PÁ 14:00-18:00, SO a NE: 9:00-13:00 a 14:00-18:00ne: 9-13

E-mailové poradenství: problem@ditekrize.cz

Kontaktní e-mail: ld@ditekrize.cz

Web: <https://www.ditekrize.cz>

• **Linka pro rodinu a školu (Cesta z krize):** 116 000

Nonstop, zdarma (pomoc dospělým ohledně dětí - pro rodiče, příbuzné, učitele, vychovatele)

Zaměření: Problematika ohroženého dítěte, primárně pro dospělé kolem dítěte, ale i děti či mladistvé, kterých se potíže týká (rodiče, příbuzní, pedagogové a další profesionálové pracující s dětmi, kamarádi či jiní blízcí dítěte, sousedé, veřejnost).

Provozní doba telefonu: NONSTOP

Chat: <https://linkaztracenedite.cz/chat/>, denně 15:00-18:00

E-mailové poradenství: 116000@cestazkrize.net

Kontaktní e-mail: info@ztracenedite.cz; lucie.hermankova@cestazkrize.net

Web: <https://www.linkaztracenedite.cz/>

Korespondenční adresa: Cesta z krize, z. ú., Plaská 589/11, 150 00 Praha 5 – Malá Strana

Krizové centrum pro děti a dospívající – Hapalova 4, Brno – Řečkovice

tel. 541 229 298, 723 006 004, css.sspd@volny.cz, ambulantní i pobytové služby

Krizové centrum RIAPS - Chelčického 39, Praha 3, tel. 222 586 768, nepřetržitý provoz

SOS centrum – Diakonie ČCE – SKP v Praze – Varšavská 37, Praha 2, pro osoby od 11 let

tel. 222 514 040, 777 734 173, 608 004 444, ponděli až paterk 9 – 20, e-mail:

linka.duvery@diakonieskp.cz



28. Sebevražedné chování

Řadí se sem - úvahy o sebevraždě, myšlenky na sebevraždu, její plánování, pokus o sebevraždu a dokonaná sebevražda.

Vymezení pojmů:

Sebevražda – vědomé a úmyslné ukončení života jedince vlastní rukou.

Pokus o sebevraždu – vědomý akt s úmyslem zemřít bez následku smrti (v některých případech může jít o volání o pomoc).

Sebevražedné tendence – chování zahrnující počáteční úvahy o sebevraždě až po rozhodnutí o realizaci sebevražedného úmyslu - postupné budování plánu, jak ukončit svůj život, má konkrétní obrysy (člověk např. má promyšleno, kdy, kde a jak sebevraždou zemře).

Sebevražedné myšlenky – myšlenky obsahující sebevražedně orientované chování, jsou intenzivní, spíše neodklonitelné, 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 promyšlen 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

dlouhodobý proces zahrnující širokou škálu sebevražedného jednání a má určitý vývoj, sebevražedné myšlenky se mohou prohlubovat do sebevražedných tendencí, promyšlení plánu, jak si vzít život, až k samotnému rozhodnutí život ukončit (sebevražedný pokus, sebevražda). Většinou jde o kombinaci důvodů.

POZOR! 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.

Teoretický model sebevražedného jednání

1. premotivační fáze, ve které jsou na pozadí patrné rizikové faktory a spouštěcí události, jedná se o určité vnitřní předpoklady, kvalitu prostředí a životní události (např. psychické onemocnění, ztráta důležitého vztahu)
2. motivační fázi, kde vznikají sebevražedné myšlenky nebo tendence. V této chvíli je největší možnost intervenovat, neboť na dané osobě je možné pozorovat varovné signály na úrovni chování, nálady, řeči či myšlenek (popsáno více níže). V této fázi ovlivňují situaci tzv. moderující faktory (např. schopnost řešit problémy, zvládat stres, kvalita vztahů, hodnoty a postoje).
3. fáze sebevražedné jednání (pokus o sebevraždu či dokonaná sebevražda), hlavní faktory např. impulzivita, dostupnost prostředků k sebevraždě nebo naopak dostupnost pomoci či odborné péče.

Z pohledu školy je možné při znalosti rodinného zázemí či mimoškolního života žáka zasáhnout již v motivační fázi (např. mohu věnovat zvýšenou pozornost žákovi, který je vystaven náročným životním situacím, třeba rozvodu rodičů). **V motivační fázi má však učitel největší možnosti intervence**, protože se obvykle dají pozorovat konkrétní změny v chování a prožívání.

Dítě rozumí smrti a její nevratnosti okolo 4. - 5. roku, kolem 8. - 10. roku života dítě rozumí plně a chápe konečnost života a nevratnost smrti - individuální vyspělosti dítěte či jeho zkušenosti. Zejména předchozí zkušenosti se smrtí mohou tento vývoj výrazně urychlit.

Rizikové faktory:

Na základě individuální úrovně - předchozí pokus o sebevraždu či sebevražedné myšlenky, zneužívání 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)

POZOR! 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.

Faktory snižující riziko sebevražedného chování

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 upozorňující na sebevražedné chování

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

POZOR! 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!

1.Prevence

téma duševního zdraví není tabu, 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, dostupnost informací – ve škole jsou dostupné informace o možné pomoci (např. formou letáčků na nástěnkách), zároveň škola disponuje kontakty na odborníky, funkční školní poradenské pracoviště (ŠPP) - poskytuje podporu nejen individuálně žákům, 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

2.Intervence

Role pedagoga

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

POZOR! Úkolem pedagoga **je rozpoznat žáka v ohrožení a přesunout** jej v **systému péče** dále. Úkolem pedagoga **není diagnostikovat** žáka, poskytovat či nahrazovat odbornou péči.

Krizový plán

Intervence pedagoga se dají rozdělit do 3 situací dle akutnosti sebevražedného jednání:

1. mírné riziko – žák má myšlenky na sebevraždu
2. střední až vysoké riziko – žák má sebevražedné tendence
3. akutní riziko – žák se pokusil o sebevraždu na půdě školy

Mírné riziko sebevražedného chování

Jedná se o situace, kdy jsou u žáka přítomny sebevražedné myšlenky. Pedagog se o situaci dozvídá obvykle jedním z těchto způsobů:

- a) žák se sám svěří
- b) někdo jiný pedagogovi svěří tyto informace či podezření (např. spolužáci)
- c) pedagog si všimne varovných signálů

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 rozhovoru

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...*

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... Pozoruj na tobě změny v poslední době... neděje se něco? Pojdme 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?

Příklady dalších specificky zaměřených otázek, které jsou ale určené pro pracovníky ŠPP (metodik prevence, výchovný poradce, školní psycholog):

Napadlo tě někdy, že by ses tady na to chtěl vykašlat/ nežít?

Přál sis někdy být mrtvý nebo se už neproбудit?

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.

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:

1. poděkovat žákovi za důvěru *Děkuji ti, že mi to říkáš.*
2. 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.*
3. navrhnout další kroky – žák by měl vědět, že v tom není sám, a co se bude dít dál
4. 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.
5. 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.
6. poskytnout odpovídající kontakty a přesné informace (např. o ŠPP, co nyní společně uděláme, číslo na Linku bezpečí)



7. následná zvýšená péče a sledování žáka

Při komunikaci se zákonnými zástupci:

1. představit se a svoji pozici ve škole
2. nabídnout pomocnou ruku v řešení situace – ideální je, aby škola rozhovor vedla v duchu partnerství s rodinou
3. informovat o pozorovaném chování a fungování žáka
4. vysvětlit, že informace o stavu žáku budou v případě potřeby sdíleny s dalšími pedagogy
5. nabídnout pomoc, domluvit schůzku (za přítomnosti třídního učitele, školního psychologa/ metodika prevence, příp. i ředitele)
6. školní psycholog/ metodik prevence nabízí poradenství pro zákonné zástupce
7. 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:

1. 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)
2. vhodný je podpůrný empatický rozhovor
3. vysvětlit, že budou kontaktováni jeho zákonní zástupci
4. 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)
5. 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.



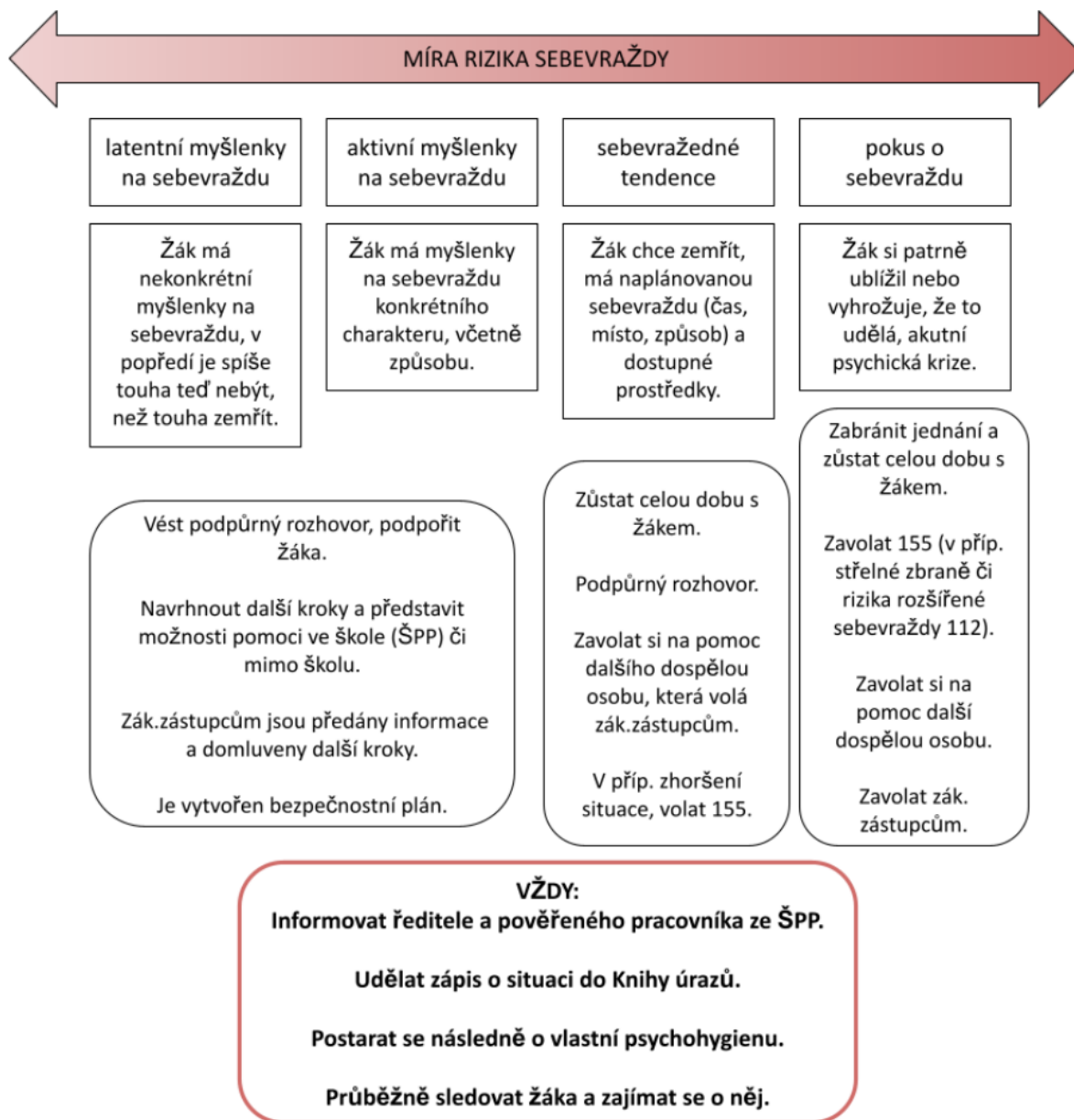
Akutní riziko – pokus o sebevraždu

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:

1. snažit se jednání zabránit, pokud lze, nebo poskytnout první pomoc
2. zůstat s žákem a nenechat ho o samotě
3. zavolat Rychlou záchrannou službu (155)
4. zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která mu pomůže situaci řešit
5. zavolat zákonným zástupcům žáka a informovat je o situaci
6. po situaci by měl pedagog vytvořit zápis o situaci (viz příloha) a informovat ředitele školy, příp. ředitelem dalšího pověřeného pracovníka (ideálně někdo ze ŠPP). Stejně tak má škola povinnost zaznamenat situaci do Knihy úrazů.

Zákonní zástupci bývají situací zaskočení 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.

Pro názornější představu viz obrázek:



3.Postvence

Jsou to kroky a postupy, které následují po dokonané sebevraždě.. Adolescenti jsou obzvláště náchylní k tzv. **nákaze sebevraždou**, protože jde o období hledání se a zvýšené zranitelnosti vůči problémům s duševním zdravím. 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, pedagogicko-psychologická poradna či externí organizace (např. Poradna Vigvam).

Postvence obvykle zahrnuje:

1. komunikace se zasaženou rodinou
2. mobilizace podpory ve škole a její zviditelnění a nabízení pro žáky i pedagogy
3. informování zaměstnanců školy a sdílení informací, jak událost může ovlivnit výuku
4. sdělení faktů jednoduše a krátce
5. péče o žáky, kteří mohou být smrtí nejvíce zasaženi

Žáci, kteří mohou potřebovat větší péči:

- a) byli u sebevražedného jednání nebo krátce před ním byli v kontaktu se zemřelým
- b) blízcí přátelé či např. sourozenci navštěvující tutéž školu
- c) 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
- d) 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 podpurný 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. 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. Oznamit 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. Pokud rodina ani poté nechce zveřejnit příčinu smrti, ale mezi žáky se o ní šíří různé informace, může škola edukovat o sebevraždě obecně, nikoli ve spojení s daným žákem.

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.

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. 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.

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, 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. 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

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).

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 prací spíše než pokračovat ve vyučování běžným způsobem. Využit lze také následující strukturu toho, co učitel může říct:



- a) říct o tom, co se stalo – popisně, krátce, jasně
- b) zeptat se třídy, jak jim teď je, co jim běží hlavou, co potřebují
- c) být připraven říct, že něco učitel neví
- d) normalizovat emoce, snímat vinu z žáků
- e) nabídnout, co bychom teď jako třída mohli udělat, aby nám bylo lépe
- f) 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.

- a) 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.
- b) Je dobré zřídit pietní místo a domluvit se s žáky a rodinou na době jeho trvání (obvykle se nechává do pohřbu).
- c) 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.
- d) 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.

Psychohygienu učitele

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.



Kdo může pomoci:

Přehled zdravotních a sociálních služeb 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 <https://www.linkabezpeci.cz/>

Rodičovská linka Pro rodiče, příbuzné, pedagogy a všechny, kteří mají nějakou starost o dítě.

Tel.: 606 021 021 www.rodicovskalinka.cz

Linka pro rodinu a školu Pro rodiče, příbuzné, pedagogy i děti. Tel.: 116 000
www.linkaztracenedite.cz

Poradna Vigvam Podpora pro rodiny, které zasáhla smrt blízkého, nabízí školám konzultace, vzdělávání a intervenci ve škole v případě úmrtí. <https://poradna-vigvam.cz/>



29. Preventivní školní program proti šikaně

Základní škola Třešť

Preventivní školní program proti šikaně

na rok 2023 - 2025

Vypracovala:

Ivona Přečková

školní metodik prevence



Základní charakteristika

Program proti šikanování slouží k vytvoření bezpečného, respektujícího a spolupracujícího prostředí ve škole, zaměřuje se především na prevenci šikanování a ukazuje postupy řešení šikanování.

Je určen všem pedagogickým pracovníkům školy, dále pak nepedagogickým pracovníkům, rodičům a žákům naší školy.

Tento program je nedílnou součástí Minimálního preventivního programu školy.

Vychází z doporučení Metodický pokyn ministerstva školství mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení č. j. 22294/2013-1,

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

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Dokument MŠMT č.j.: 21291/2010-28)



Definice šikanování

Šikanování je nebezpečný sociálně patologický jev, při němž je zejména omezována osobní svoboda, svoboda rozhodování, je ponižována lidská důstojnost a čest, mnohdy je obětí ubližováno na zdraví či na majetku.

Jedná se o složitý a komplexní problém, který není možno právně pojmut jako jeden celek, neboť svými znaky a důsledky zasahuje do různých právních odvětví.

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit jedinci, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků.

Je to cílené a obvykle opakované užití násilí jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit.

Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí druhé osobě, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování.

Může mít i formu sexuálního obtěžování, až zneužívání.

Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako nápadné přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků. Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka v celoživotních následcích na duševním a tělesném zdraví. (metodický pokyn MŠMT č. 28 275/2000-22).

Pedagogičtí pracovníci stejně jako ředitel školy nesou odpovědnost za chování žáků probíhající během výuky, ale i o přestávkách, jinak řečeno mají odpovědnost po celou dobu, kdy je žák svěřen jejich dočasnému dozoru (od vstupu do školy až po její opuštění, ale např. i při různých výletech, exkurzích apod.). Pokud je tedy šikana páchána v tomto období, pak je na místě odpovědnost příslušných pedagogických pracovníků za ní.

Vývoj šikany

a) Ostrakismus

Vzniká na počátku šikany, jedná se zejména o izolaci, kdy oběť nemá žádné kamarády, spolužáci jej neberou vážně, převažuje mírné, převážně psychické týrání, zesměšňování, hanlivá přezdívka, dělají na něj „legrácky a vtípky“, pokud se ohradí, je mu vytýkáno, že nerozumí legraci - tento stupeň těžko pozorovatelný.



b) Přitvrzování manipulace

Psychický nátlak se stupňuje, dochází k fyzickému napadení, agresor situaci mapuje - kam až může zajít. Agresorovi zvětšení moci nad obětí přináší uspokojení, má větší respekt, a někdy i obdiv od spolužáků. Pokud nereaguje pozitivní jádro skupiny, není-li dostatečný záporný vztah k násilí, rozjíždí se násilí ve skupině v plném rozsahu.

c) Nukleový základ

Je stěžejní, pokud není zabráněno šikaně, přidávají se další jednotlivci, šikana se organizuje - pevné dělení rolí. Pokud se nevytvoří silná pozitivní skupina, šikana se stane normou.

d) Mlčící většina

Šikana se stala normou, ostatní agresora poslouchají, někdy se i aktivně účastní, hlavní roli hraje strach z upoutání pozornosti na sebe a z případné šikany své osoby.

e) Dokonalá šikana

Šikana je předmětem zábavy celé skupiny, manipulace má propracovanou podobu, agresori jsou vůdci skupiny, tzv. kápoové, oběť má vysokou absenci, utíká do nemoci.

Účastníci šikany

Agresor

Snaží se dominovat okolí, má nedostatek morálního cítění, absence pocitu viny, někdy se objevuje nedostatek sebevědomí, mohl byl dříve sám obětí šikany, intelekt nerozhoduje.

Typy agresorů:

1. hrubý, primitivní, možnost kázeňských problémů, zastrašuje okolí, nelítostný a tvrdý, často dáno rodinnou výchovou - psychické a fyzické násilí v rodině, chová se jako jeho rodiče, nebo se jim mstí
2. slušný, kultivovaný, narcistické chování, často úzkostlivý – v rodině náročný přístup, přísný až vojenský dril bez lásky
3. srandista, dobrodruh, výmluvný, často oblíbený jak mezi dětmi, tak i pedagogy, velká sebedůvěra



Oběť

Neexistuje univerzální model oběti, každá skupina si umí najít někoho, kdo se obětí může za daných okolností stát. Někdy rozhoduje fyzická nebo psychická odlišnost (děti hendikepované, bojácné, s nízkým sebevědomím, malé sociální dovednosti, intelekt nerozhoduje - děti vysoce inteligentní i děti mentálně slabší).

Přímé a nepřímé varovné signály šikanování

Přímé varovné signály šikanování mohou být např.:

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet, body shaming;
- 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;
- skutečnost, že se žák podřizuje ponižujícím a panovačným příkazům spolužáků;
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k nucení spoluúčasti na nich;
- honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné,

ale je nápadné, že je oběť neoplácí;

- rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout;
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmítnutí učitelům apod.

Nepřímé varovné signály šikanování mohou být např.:

- žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády;
- při týmových sportech bývá jedinec volen do družstva mezi posledními;
- při přestávkách vyhledává blízkost učitelů;



- má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený;
- působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči;
- stává se uzavřeným;
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje;
- jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené;
- zašpiněný nebo poškozený oděv, nosí oděv co nejvíce volný a zakrývající;
- 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.

POZN: (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť konflikty v době adaptace nových žáků nejsou vzácností!)

Následky šikany

Oběť – dochází k sociální frustraci, má malé sebevědomí, snižuje se schopnost navazovat a udržet vztahy, špatný vztah ke společnosti, škole a k lidem, objevuje se smutek, může přerůst v deprese, psychosomatické poruchy, poruchy spánku, zhoršení ve škole, sebepoškozování, pokusy o sebevraždu...

Agresor – nastává špatný duševní a mravní vývoj, pokřivení postojů, zhoršuje se mu prospěch, stává se členem nevhodných part, má konflikty se zákonem, v dospělosti se objevuje kruté zacházení s vlastními dětmi...

Ostatní žáci – dochází k pokřivení morálních hodnot, ztrátě ideálů, ztrátě pocitu spravedlnosti, napodobují nevhodné chování.



Povinnosti školy v prevenci a řešení šikany

Škola má zejména tyto povinnosti:

Ředitel

Odpovídá za systémové aktivity v oblasti prevence šikanování ředitel školy. Jeho povinností je zejména:

- seznámit žáky, učitele, vychovatele, výchovné poradce s problematikou šikany, má zajistit školení a další vzdělávání pedagogů v této problematice,
- seznámit pedagogy se systémem školy pro oznamování a vyšetřování šikany, vést pečlivou evidenci všech případů agresivního chování a šikanování (školní metodik prevence, výchovný poradce), spolupracovat s odbornými institucemi ministerstva školství,
- spolupracovat s metodikem prevence šikany, který odpovídá za informovanost pedagogů a aktivně se podílí na řešení problémů šikany,
- spolupracovat s žáky, rodiči a pedagogy při řešení šikany (zde má být kladen důraz na důvěrnost informací),
- stanovit pravidla chování a sankcí ve školním řádu,
- zajistit dohled pedagogů o přestávkách.

Škola a její pracovníci mají povinnost oznámit Policii ČR a orgánu sociálně-právní ochrany dětí skutečnosti, které ohrožují žáka, a spáchá-li žák trestný čin či opakovaně spáchal přestupek.

Škola je povinna spolupracovat se specializovanými institucemi (lékaři, obhájci, soudce apod.)

Pedagogický pracovník

První osobou, na kterou je třeba se obrátit, je pedagogický pracovník šikanovaného žáka.

Pedagogičtí pracovníci mají kromě výše uvedených povinností v oblasti prevence šikany, povinnost zejména vykonávat dozor nad žáky během doby, kdy jim je žák svěřen do přechodného dohledu, tj. během vyučování či v přímé souvislosti s ním (čl. 14 Pracovního řádu).



Pokud by se pedagogický pracovník dozvěděl o šikaně, která by mohla být trestným činem (např. ublížení na zdraví, krádež apod.), a tuto trestnou činnost by neoznámil na policii, mohl by být stíhán pro trestný čin neoznámení trestného činu (§ 168 tr. zák.), nepřekážení tr. činu (§ 167), nadřizování (§ 166), popř. schvalování tr. činu (§ 165), za určitých okolností účastníkem na tr. činu dle § 10 trestního zákona (např. pedagog by viděl, jak je dítěti ubližováno, a ponechal by ho bez pomoci mezi šikanujícími žáky).

Zanedbání jeho pracovních povinností by bylo možno kvalifikovat i jako porušení pracovní kázně a vyvodit z toho pracovníprávní důsledky (snížení platu, výpověď apod.).

Zanedbání dohledu (dozoru) může též zakládat občanskoprávní odpovědnost za škodu způsobenou nezletilými, na které byl povinen dohlížet.

Metodik prevence nebo výchovný poradce

Odpovídá za informovanost pedagogů a aktivně se podílí na řešení problémů šikany, zajistí příp. ochranu šikanovaného žáka, je přítomen jednání s napadeným a agresorem, kontaktuje rodiče šikanovaného žáka a agresora, zpracovává zápis šetření, má v evidenci žáky s problémy chování, v případě potřeby spolupracuje s ostatními orgány (policie, pedagogicko-psychologická poradna...)

Nelze-li vyřešit situaci přes pedagoga, je nutné se obrátit na další instance.

Prevence proti šikaně

Primární prevence

- pedagogická komunita - budování otevřených, kamarádských, bezpečných vztahů mezi všemi členy společenství školy, třídní učitelé při pravidelných třídních hodinách. Jejím úkolem je posílení imunity proti nákaze šikanování.

Cestou k zastavení epidemie násilí mezi žáky je vytvoření příznivého sociálního klimatu a vybudování speciálního programu proti šikanování.

Třídní učitelé, výchovný poradce a školní preventista diagnostikují a léčí zárodečné a počáteční podoby šikanování, které se příp. vyskytují škole.



Při pokročilých šikanách probíhá spolupráce školy s odborníky (SVP, PPP atd.) a odborníky ze státních i nestátních institucí (policie, OSV a oddělení sociální prevence OÚ, OS Salinger apod.).

Sekundární prevence

Problémové třídy se diagnostikují (diagnostika tříd ve spolupráci s PPP Jihlava). V případě potvrzení sociální patologie - šikanování – se realizuje první pomoc, krizová intervence.

Individuálně se pracuje s protagonisty šikanování.

Také se pracuje s rodinami obětí a agresorů.

Naváže se spolupráce s institucemi, které se přímo podílejí na prevenci šikanování.

Varovné znaky šikany

Problémem vyšetřování šikany je její skrytá povaha, agresori mají mnohdy dobrou pověst mezi učiteli, šikana nemusí zanechat fyzické stopy, může se však projevit na psychice oběti, což může být vážným problémem při vyšetřování a dokazování šikany.

Důkazem je mnohdy pouze výpověď poškozeného - oběti nebo znalecký posudek psychologa, neboť ostatní svědkové často odmítají vypovídat ve strachu z možné persekuce ze strany agresora.

Příklady nepřímých (varovných) znaků šikanování

1. Žák je o přestávkách často osamocенý, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
2. Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
3. O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
4. Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
5. Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
6. Stává se uzavřeným.
7. Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
8. Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.



9. Zašpiněný nebo poškozený oděv.
10. Stále postrádá nějaké své věci.
11. Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
12. Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
13. Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
14. Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
15. Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!

Doporučení rodičům

Rodiče 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 trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechutí jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivějším pozorování znát strach, dítě ztrácí chuť 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 objevují výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.



- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

Příklady přímých znaků šikanování

1. 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.
2. Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským, až nenávisným nebo pohrdavým tónem.
3. Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
4. Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
5. Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti
6. na nich.
7. Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
8. Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.



Krizový plán pro eliminaci či minimalizaci škod v případě, že k šikaně ve škole dojde

Prevence je základ, nutné předcházet šikaně všude, kde to jde!

- Je nutné mít pravidelné i mimořádné třídnické hodiny – důležitá komunikace s žáky.
- Dodržovat dozory o přestávkách.
- Seznámit rodiče a děti s programem proti šikanování (zajistí třídní učitelé vždy na začátku školního roku – prokazatelně!) – „co dělat v případě, že vím o šikaně“.
- Vytvořit bezpečné prostředí pro žáky – vědět, na koho se mohou obrátit (vedení školy, výchovný poradce, metodik prevence, vyučující, kterému věří, „ucho školy“).
- Vysvětlit žákům (úměrně jejich věku), že oznámení šikany není žalování!
- Vysvětlit žákům, že přihlížet šikaně je také podílení se na ni.
- Snaha o vytvoření pozitivních vztahů mezi žáky i učiteli.
- Podpora solidarity a tolerance, vědomí sounáležitosti.
- Posilování a vytváření podmínek pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy.
- Uplatňovat spolupráci mezi dětmi.
- Do prevence boje proti šikaně se zapojují všichni pedagogičtí pracovníci školy.
- Prevence šikanování je nedílnou součástí Školního vzdělávacího programu, rovněž Školního řádu a Minimálního preventivního programu.
- Školní metodik prevence a výchovný poradce informují prostřednictvím nástěnky o krizových telefonních linkách.
- V každé třídě je vyvěšen plakát s informacemi k šikaně.
- **Podrobný postup ve Školním programu proti šikanování (viz níže).**



Postup při oznámení šikany

Postup pedagogického pracovníka

1. Informují-li rodiče pedagogického pracovníka o podezření na šikanování, zahájí okamžitě vyšetřování šikany, spolupracuje s metodikem prevence a výchovným poradcem, informuje ředitele školy
2. Má-li pedagogický pracovník podezření na šikanování, zahájí okamžitě vyšetřování šikany, spolupracuje s metodikem prevence a výchovným poradcem, informuje ředitele školy.
3. V případě prokázaných projevů šikany neprodleně informuje ředitele školy, spolupodílí se na vyšetřování šikany dle pokynů ředitele školy.
4. Vždy informuje rodiče o výsledcích vyšetřování šikany, a to i v případech, že se podezření neprokáže.
5. Navrhne v pedagogické radě potrestání agresorů.

Postup ředitele školy

1. Přijme informaci o šikanování (pedagogický pracovník, rodič, žák).
2. Rozhodne, zda škola zvládne řešit šikanu vlastními silami, nebo zda škola potřebuje pomoc z venku a je nezbytná její součinnost se specializovanými institucemi a Policií ČR.
3. V případě prokázaných projevů šikany jmenuje pracovníky, kteří se budou podílet na vyšetřování šikany dle jeho pokynů.
4. Zajistí informování dotčených rodičů o vyšetřování šikany, nebo sám informuje o výsledcích vyšetřování šikany, které řídí.
5. V případě negativních dopadů šikanování na oběť je nutné zprostředkovat péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.
6. V mimořádných případech doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místě příslušném diagnostickém ústavu.



7. V mimořádných případech podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.
8. Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), oznámí tuto skutečnost Policii ČR.
9. Oznámí orgánu sociálně právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka.
10. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, zahájí spolupráci s orgány sociálně právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu.
11. Projedná v pedagogické radě potrestání agresorů.

Postup rodičů při podezření na šikanování

1. Rodiče informují o podezření na šikanování třídního učitele popřípadě dalšího pedagogického pracovníka, při jehož hodinách nebo dohledu nad žáky k šikaně dochází.
2. Nejsou-li podezření na projevy šikany bezodkladně a uspokojivě řešeny v pravomoci pedagogických pracovníků včetně metodika prevence či výchovného poradce, obrátí se rodiče s informací na ředitele školy.
3. V případech prokazatelných projevů šikany se rodiče přímo obrátí s informací na ředitele školy.

Scénář pro obyčejnou počáteční šikanu

1. odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany

2. rozhovor s informátory a obětmi

přicházejí-li s informací o šikaně rodiče – neměli bychom jejich výpověď zpochybňovat, reagovat obranně (říkat, že to není možné) a vyjadřovat nedůvěru,

domluvit se rodiči na spolupráci, na způsobu ochrany dítěte, ubezpečit je, že pomůžeme, naznačit příští kroky



o rozhovoru s obětí by neměli vědět ostatní žáci - je třeba ji chránit před možnou pomstou agresorů a nebezpečím odmítnutí třídou

3. nalezení vhodných svědků:

ve spolupráci s informátory a oběťmi vytipujeme členy skupiny, kteří budou pravdivě vypovídat: žáci, kteří s obětí kamarádí, sympatizují, nebo ji alespoň neodmítají, žáci nezávislí na agresorech, kteří nepřijímají normy šikanování

4. individuální rozhovory se svědky

- nepřijatelné je společné vyšetřování agresorů a svědků, hrubou chybou je konfrontace oběti s agresory
- rozhovory organizujeme tak, aby o nich druzí nevěděli, dbáme na bezpečnost svědků, hledáme odpovědi na otázky co, kdy, kde a jak se stalo

Základní otázky taktiky vyšetřování:

1. Kdo je obětí, popřípadě kolik je obětí?
2. Kdo je agresorem, popřípadě kolik je agresorů? Kdo z nich je iniciátor, kdo je aktivní účastník šikanování a kdo je obětí i agresorem?
3. Co, kdy kde a jak dělali agresori konkrétním obětem?
4. K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo?
5. Jak dlouho šikanování trvá?
6. Důkladný a podrobný popis násilného chování je důležitý pro úspěšné uplatnění metody vnějšího nátlaku -ochrana před stížnostmi rodičů agresorů.
 - a) Co, kde a kdy se to stalo? (jádro příběhu)
 - b) Proč? (motiv)
 - c) Kdo to spáchal? (podezřelí a pachatelé)
 - d) Jak to spáchal? (způsob jednání)
 - e) Čím to spáchal? (zbraně, nástroje)
 - f) Komu se to stalo? (oběti)
 - g) Kdo nám to řekl? (svědkové)

Nejvhodnější je provést písemný zápis z těchto rozhovorů



5. ochrana oběti; do doby, než se vše vyřeší

zajistit zvýšený dozor, zorganizování bezpečných příchodů a odchodů dítěte do a ze školy, v závažném případě ponechat doma

6. předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovoru:

a) Rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření)

b) Rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku)

význam: paralyzování agrese vůči bližním

princip „přitlačení ke zdi“

při jakémkoliv náznaku šikanování bude potrestání přísnější; předjímání komplikací s rodiči

potřebujeme pádné důkazy

vhodné, aby útočníci svou výpověď napsali a podepsali

7. realizace vhodné metody:

a) metoda usmíření;

Místo donucení k vnější poslušnosti se sleduje vnitřní proměna vztahů mezi oběťmi a agresory. Je akcentováno řešení problému, tedy rozmrznutí agresivního postoje, domluva, usmíření mezi aktéry šikanování. Nastupuje řízení společně hledání nápravy místo trestu. Usmíření lze zpečetit dobrovolným odčiněním škod, které je přijatelné pro všechny.

b) metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);

záměrem je přinutit trestem a strachem viníky k zastavení agresivního chování a k dodržování oficiálních norem. Individuální nebo komisionální pohovor, kde se rozhoduje o udělení výchovného opatření.

Výchovná komise, respektive škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů běžná, ale i mimořádná opatření:



- výchovná opatření (napomenutí, důtka třídního učitele, důtka ředitele) snížení známky z chování,
- přeřazení agresora do jiného kolektivu,
- ředitel školy podá návrh orgánu sociálněprávní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu
- krátkodobý dobrovolný pobyt v dětském diagnostickém ústavu, diagnostickém ústavu pro mládež nebo ve středisku pro mládež
- umístění do diagnostického ústavu na předběžné opatření a následné nařízení ústavní výchovy

8. třídní hodina:

a) Efekt metody usmíření, posouzení společného úsilí

b) Oznámení o potrestání agresorů, informování celé třídy o potrestání útočníků

9. rozhovor s rodiči oběti:

- informace o zjištěních a závěrech školy, domluvení dalších opatření

10. třídní schůzka:

- potřeba informovat rodiče, že ve třídě byla šikana, kterou škola řešila; u metody usmíření možno na pravidelné schůzce, u pokročilé šikany schůzka mimořádná.

11. práce s celou třídou

Nejlépejší prevencí je budovat trvale a systematicky kamarádké a bezpečné vztahy v celé třídě; ke změně vztahů ve třídě možno využít spolupráci s profesionály ze školských poradenských zařízení (Pedagogicko – psychologická poradna...)

Scénář pro obyčejná pokročilou šikanu

Postup obdobný jako ve scénáři 1.

1. Taktika vyšetřování u pokročilých šikan vyžaduje vysoce odborné a psychologicky „tvrdší“ postupy.
2. Organizovaný odpor proti rozkrytí tu bývá mimořádně silný. Je třeba proto používat



3. speciální diagnostické metody zaměřené na vztahy a postoje žáků a na ověřování pravdivosti výpovědí. Nezbytná je práce s neverbálními technikami a výslechovými praktikami.
4. Nejvýraznější rozdíl ve vyšetřování pokročilých šikan oproti těm počátečním spočívá v tom, že zde nebývá často ani jeden vhodný svědek
5. Všichni nebo téměř všichni lžou a zapírají.
6. Běžné jsou křivé výpovědi a falešní svědkové. Nehledáme tedy většinou vhodné svědky, ale nejslabší články v řetězu skupinové lži.
7. Vzácnou výjimkou je existence tzv. bílých vran, tedy žáků, kteří odolali velkému konformnímu tlaku skupiny, nesouhlasí s násilím a mají s oběťmi soucit.
8. Změny ve strategii vyšetřování.

Oproti počáteční šikaně nalezneme značné rozdíly:

- a) individuální rozhovory s falešnými svědky doplníme o jejich vzájemné konfrontace
 - b) ochrana oběti musí někdy nastat hned na počátku, oběť musíme dostat bezpečně domů
 - c) ještě před koncem vyučování, oběť pak zůstává doma, dokud není nebezpečí zažehnáno
 - d) rozhovor realizujeme pouze s agresory a bývá doplněn konfrontací mezi útočníky,
 - e) pokud máme jednoznačné důkazy, lze přejít rovnou ke komisionálnímu rozhovoru.
9. Intervence jsou limitovány.
 10. Nelze využít v žádném případě metodu usmíření, ale výhradně metodu vnějšího nátlaku, ta může být doprovázena na podkladě vyšetřování policie doprovázena zahájením trestního řízení
 11. Nejde dělat pohovor v neoficiální skupince, ale pouze v rámci orgánů školy.



Celková léčba pro řešení prvních dvou stadií šikanování, RTP- Rámcový třídní program

1. Informace

Informace o problému ve třídě můžeme získat z různých zdrojů (rodiče, jiné oznámení škole, vlastní pozorování). Máme-li informace o narušených vztazích (šikanování), nahlásíme vše školnímu metodikovi prevence a výchovnému poradci, kteří společně zvolí strategii řešení.

JE NUTNO CHRÁNIT ZDROJ INFORMACÍ!!!

2. Odhad závažnosti

Pro řešení je nutné určit závažnost onemocnění třídního kolektivu:

- počáteční stadium
- pokročilé stadium
- neobvyklá forma šikany

Od tohoto se odvíjí skutečnost, zda problém vyřešíme sami, nebo pomocí konzultace s odborníkem, anebo problém již patří odborníkům.

3. Techniky mapující klima ve třídě

Klima třídy se dá určit podle technik cílených na tuto problematiku. Výběr technik záleží na pedagogovi, který mapování provádí.

Příklady technik:

Dotazníky, strom, jména; přezdívky; had; místa si vymění; ruce, apod.

4. Sociometrie

Sociometrické šetření slouží ke zmapování situace ve skupině a to prostřednictvím měření sociálních vztahů uvnitř skupiny, kde se členové bezprostředně znají.

Šetření provádí školní metodik prevence a výchovný poradce.

5. Práce se třídou



Pro práci se třídou je vhodné využití komunitního kruhu, který provádí školní metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel.

komunitní kruh – jednoduchá metoda sloužící k pojmenování problémů ve třídním klimatu a k nastavení pravidel (je nutná zpětná vazba)

6. Závěrečná zpráva

Závěrečnou zprávu vypracovává školní metodik prevence, výchovný poradce

zpráva je důvěrná, obsahuje závěr šetření a doporučení pro ozdravení, možná rizika.

7. Informování pedagogů

Seznámení pedagogického sboru s problémem

popis dění ve třídě

společné kroky k řešení

role pedagoga v problému

8. Schůzka s rodiči

V případě závažnějších forem šikany písemnou formou vedení školy vyzve zákonné zástupce agresora i oběti k návštěvě školy

svolá „mimořádnou“ schůzku všech rodičů

účast na schůzce třídní učitel, výchovný poradce, školní metodik prevence, ředitel

seznámení rodičů s problémem (obecně) ne jmenovitě!

pokud má zákonný zástupce zájem o konkrétní jména, jednáme s ním vždy individuálně

9. Výchovná komise

Zákonní zástupci problémových žáků jsou na výchovné komise zváni písemně. Struktura

výchovné komise se liší pro agresora a pro oběť.

10. Práce se třídou



Prevence:

- a) pracuje se na ozdravení třídy
- b) nastaví se nová funkční pravidla třídy
- c) třídnické hodiny pravidelně jednou za 14 dní, v rámci těchto hodin probíhá intenzivní práce se třídou
- d) dbáme na bezpečné klima, sledování třídy
- e) dodržujeme kamarádské vztahy (spolupráce učitel + žáci),
- f) jednotné a důsledné vystupování pedagogů ve třídě
- g) pořádáme školní výlety
- h) adaptační pobyty pro stmelení kolektivu

Scénář první pomoci pro neobvyklou počáteční šikanu

- a) Její řešení vyžaduje doladění základního postupu, zkušenosti, a proto také musí být řešena nezávislým specialistou na šikanu.
- b) Je zde nutné promyšleně zorganizovat chráněné rozhovory se svědky a někdy je potřeba úzká spolupráce se sociálním kurátorem.
- c) Musíme komplikace ve vnějším obraze zachytit a promyslet, co to znamená pro doladění diagnostiky a nápravy šikany.

Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany

Poplachový plán pro tzv. školní lynčování

První (alarmující) kroky pomoci

1. zvládnutí vlastního šoku

bleskový odhad závažnosti a formy šikany;

2. bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.

Příprava podmínek pro vyšetřování

3. zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy;

4. zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;

5. pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);



6. oznámení na policii, paralelně

navázání kontaktu se specialistou na šikanování,

informace rodičům

Vyšetřování

7. rozhovor s obětí a informátory;

8. nalezení nejslabších článků nespolupracujících svědků;

9. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;

10. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory,

není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi).

Léčba

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

Celková léčba pro třetí stadium šikanování s běžnou i komplikovanou formou.

Vzhledem k velké závažnosti celého problému je nutná úzká spolupráce s nezávislými odborníky na léčení šikany. Již při šetření je nutné dohodnout další postupy léčby s externími spolupracovníky a s jejich pomocí modifikovat Rámcový třídní plán pro danou specifickou situaci. Pravidelně kontrolovat dodržování navržených postupů a konzultovat další vývoj situace ve třídě.

Možné chyby při vyšetřování jakéhokoliv stádia šikany:

- Nelze společně vyšetřovat agresora a oběť.
- Nevyšetřovat ve skupině nebo ve třídě, ale o samotě.
- Vyšetření musí mít promyšlenou strategii a taktiku, ne nahodilost.
- Pedagogové někdy nevědomky hájí agresora, nepřipouští, že by mohl šikanovat.
- Pozor na zlehčování výpovědí svědků.
- Učitel se snaží neobjektivně rozdělit vinu mezi agresora a oběť.
- Agresoři jsou včas informováni, možnost zkreslených výpovědí.



Kyberšikana

Kyberšikanou se označuje zneužití ICT (informačních komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určuje její závažnost.

Kyberšikana je často zaměňována s tzv. **on-line obtěžováním**. Termínem **on-line obtěžování** označujeme jednorázové útoky, jejichž dopad je pouze dočasný. „Opravdová“ kyberšikana musí splňovat zejména kritéria opakovanosti, musí být dlouhodobá a musí být vnímána jako ubližující. Oběť se pak nedokáže útokům účinně bránit, existuje mocenská nerovnováha.

Typy kyberšikany:

1. Přímá kyberšikana: útočník - oběť
2. Kyberšikana v zastoupení: útočník - třetí osoba – oběť

Kyberšikana je obvykle páchána ve skupině, nebo je ve skupině alespoň plánována.

Nejčastější motivy kyberagresora (řazeny od nejzávažnějšího po nejméně závažný typ)

- Snaží se ovládat druhé prostřednictvím strachu, touží po moci. Obvykle potřebují pro svou činnost publikum.
- Znuděný, hledá zábavu, narcistický...
- Bere právo do svých rukou (zlonapravující, uděluje lekci,...). Pracují většinou sami, ale mohou své aktivity a motivy sdílet se svými nejbližšími přáteli.
- Má tendenci odpovídat ve vzteku nebo frustraci – pomsta, kompenzace. (někdy může být obětí klasické šikany)
- Má sklon vystupovat na internetu jako někdo jiný. Zneužívá ICT technologie, bez vědomí závažnosti tohoto jednání. Motivem jsou dva hlavní důvody: a) Můžu b) Je to legrace.

Principy (proč to pachatelé dělají):

- Uvolnění
- Uznání
- Posílení pocitu sounáležitosti



- Demonstrace síly
- Strach

Příčiny a spouštěče:

- Je to „normální“
- Nuda, „legrace“
- Kulturní konflikty
- Spory ve třídě
- Rozpad přátelství
- Proměna třídního kolektivu
- Zveřejnění osobních informací

Zvláštnosti kyberšikany oproti tradiční nepřímé (psychické) šikaně

Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana ze své podstaty mnohem větší dosah, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Pokud je oběť šikanována ve třídě, svědky pomluv, nadávek, posmívání a ztrapňování je max. několik desítek lidí. V prostředí internetu je svědkem (ale i útočníkem) stejného chování klidně i několik desítek tisíc lidí. Objevují se nové formy **Kyberstalking** (pronásledování v kyberprostoru nejčastěji pomocí SMS, chatu, emailu, telefonu, sociálních sítí), **Kyberharašení** (opakované zprávy zasílané agresorem, které jsou oběti nepříjemné), **Vyloučení a ostrakizace** (oběť vyloučena z nějaké skupiny, do které by chtěla či měla patřit), **Kybergrooming** (v osobě vzbudí důvěru a přinutí ji k osobní schůzce, kde pak ji zneužije či využije). **Flaming** (výrazně vyhrocená a agresivní diskuze až hádka na internetu, oběť často cíleně provokována) **Sexting** (zasílání textů, fotografií a videí se sexuální tematikou prostřednictvím elektronických médií), **Happy Slapping** (agresor si vybere oběť a následně ji fyzicky napadne (zfacekuje, svlékne...) a celé se to nahrává na mobilní telefonu, poté je nahrávka zveřejněna na internetu) – více viz níže



Anonymita

- oběť o napadení leckdy ani nemusí dlouhou dobu vědět
- oběť není vždy schopná identifikovat či vystopovat agresora
- vnímání dopadu jednání (útočník nevidí přímou reakci oběti na útok)
- odosobněnost útoku

Čas

- útoky se prostřednictvím internetu šíří mnohem rychleji než v realitě
- probíhají bez přestávek - oběť je šikanována 24 hodin denně, 7 dní v týdnu.
- útok je možné provést kdykoli (0:00, při hodině matematiky, apod.)
- příprava a realizace útoku není časově limitována

Místo

- agresor může provést útok odkudkoli (škola, hřiště, kavárna, doma...)
- není nutná přítomnost agresora a oběti na stejném místě

Proměna profilu agresora i oběti

- pro útok není nutná fyzická, psychická či sociální zdatnost (oběť „klasické šikany“ může být kyberagresorem)
- podmínkou provedení útoku je „kybergramotnost“ a její úroveň
- kyberprostor je dostupný komukoli

Řešení

- děti a mladí lidé za těmito projevy šikanu vůbec nemusí vidět. A protože nepoznají, že se jedná o šikanu, neví, jak se s ní vypořádat.
- obtížnost zajištění rychlé ochrany oběti (odstranění profilu na sociálních sítích, SMS)
- často chybí svědci



- obtížně stopovatelný útočník
- nejednoznačný přístup k legislativě

Kyberšikana bývá u dětí školního věku často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Pokud probíhá klasická šikana (př. nadávky, ponižování...), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat...) a naopak.

Oběť klasické šikany se může stát agresorem v kyberšikaně.

Řešení kyberšikany vyžaduje kvalitní odhad situace (vyhodnocení, zda jde o kyberšikanu a zda je škola kompetentní ji řešit) a znalost zásad práce klasické šikany (dbát na posloupnost a načasování jednotlivých kroků řešení).

Musí být splněny tyto podmínky:

1. pachatel se dopustil jednání, které splňuje znaky konkrétního trestného činu tak, jak jsou vymezeny v trestním zákoně
2. musí být prokázán úmysl pachatele dopustit se takového jednání a míra společenské nebezpečnosti
3. jeho jednání dosahuje intenzity uvedené v zákoně

K tomu, aby byl **pachatel postižen, musí být starší 15 let** (15-18 let mladiství).

K trestní odpovědnosti mladších 15 let nedochází, neznamená to však, že nemohou být postiženi jinak, případně mohou být postiženi rodiče.

Nezletilý pachatel může být postižen nařízením ústavní výchovy, může nad ním být stanoven dohled.

Pokud k šikanování došlo v průběhu vyučování, nese plnou odpovědnost škola.

Prokáže-li se zanedbání ředitele školy nebo některého pedagoga, může být právně nebo pracovněprávně potrestán.

Na školském zařízení lze v oprávněných případech požadovat i náhradu škody vzniklé v důsledku šikany. A to jak náhradu na věcech, tak na zdraví, včetně způsobené psychické újmy.



Pokud dítě v důsledku šikany nemohlo např. docházet do školy (vyšší stupeň šikany), nese školské zařízení odpovědnost i škody vzniklé rodičům dítěte v důsledku např. uvolnění ze zaměstnání, zajištění hlídání dítěte, zajištění doprovodu do a ze školy apod.

Podrobnější popis závadného chování na internetu

Kyberstalking – pronásledování prostřednictvím moderních technologií. Zahrnuje opakované a intenzivní telefonování, psaní SMS, e-mailů, vzkazů na sociálních sítích apod. Na toto jednání pamatuje trestní zákoník (zákon 40/2009 Sb.) v § 354, odst. 1, písmeno c: Kdo jiného dlouhodobě pronásleduje tím, že jej vytrvale prostřednictvím prostředků elektronických komunikací, písemně nebo jinak kontaktuje a toto jednání je způsobilé vzbudit v něm důvodnou obavu o jeho život nebo zdraví nebo o život a zdraví osob jemu blízkých, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok nebo zákazem činnosti.

Kybergrooming – nebezpečné chování dospělých osob, které se prostřednictvím manipulativních technik a navázáním „přátelství“ v internetovém prostoru snaží dostat své oběti na schůzku v reálném světě. Cílem jejich počínání bývá sexuální zneužití, točení a focení pornografie, nucení k prostituci. Nejohroženější skupinou jsou děti a dospívající ve věku 6 – 15 let.

Happy Slapping – volně přeloženo jako „veselé fackování“. Jde o oběti nevyprovokovaný útok, kdy útočník využije momentu překvapení náhodně vybrané osoby (v parku, na ulici, v metru...), kterou následně zbije. Komplíc vše natáčí na mobilní telefon a video se rvačkou je poté umístěno na internet, např. na YouTube.

Sexting – distribuce fotografií a videomateriálů intimního charakteru bez souhlasu zobrazené osoby. Buď tyto materiály pořizují oběti samy, s úmyslem zaujmout nebo vyhovět svému partnerovi, nebo jsou pořizovány bez jejich vědomí. Útočník tyto materiály pak buď rozesílá všem svým známým pro „pobavení“, nebo se stanou prostředkem vydírání oběti.



Krizový plán při kyberšikaně

1. Zajistit ochranu oběti

Kontaktujte operátora mobilní sítě nebo zřizovatele www stránek, profilu...atd.

2. Zajistit dostupné důkazy s podporou IT kolegy

3. Důkladně vyšetřit a žádat odbornou pomoc

Vyšetřete všechny souvislosti se zjištěným incidentem. Zajistěte si podporu a pomoc externího pracovníka (IT expert, PPP, policie,...).

Mobil: V případech, kdy se kyberšikana odehrála prostřednictvím mobilního telefonu, kontaktujte mobilního operátora.

Internet: V případech, kdy se kyberšikana odehrála prostřednictvím internetu, kontaktujte a spolupracujte s jakýmkoli webovým prostředím, kde ke kyberšikaně došlo (např. MySpace, Facebook, Youtube, Lidé...). Jejich zaměstnanci jsou zvyklí spolupracovat, při řešení kyberšikany a mohou vám asistovat při odstranění závadného obsahu, shromažďování důkazů, nebo vám mohou poskytnout kontakt na někoho, kdo vám může pomoci.

4. Opatření

Zvolte takové opatření a řešení, které je odpovídající závažnosti prohřešku a důsledkům, které agresor způsobil.

5. Přesvědčit se, že jedinec rozumí jednoduchým způsobům, jak zabránit, aby se to nestalo znovu, např. tak, že si změnění kontaktní údaje, zablokuje kontakty nebo opustí chatovací místnost.

6. Informovat a poučit rodiče

Informujte rodiče oběti i rodiče kyberagresora. Postup a zásady sdělování informací jsou stejné jako u „klasické šikany“ (např. NE konfrontace oběti a agresora). Poučte rodiče o tom, koho mohou (je vhodné) kontaktovat (Policie ČR, OSPOD, PPP, právní zástupce atd.). Některé případy kyberšikany nespadají do kompetence školy.

7. Žádat konečný verdikt a informace

Při zapojení a následně celém prošetření případu trvejte na konečném stanovisku všech zainteresovaných institucí (PČR...) a dalších subjektů (rodiče).



8. Postihy

Při postizích agresorů postupujte v souladu se Školním řádem a již vypracovaným krizovým plánem.

Oběti je třeba doporučit, aby:

- neodpovídala a nenechala se vyprovokovat od agresora
- ukládala důkazy (screenshoty)
- mluvila o tom, co se jí děje

Učitel poradí žákovi:

1. Ukonči komunikaci s agresorem a podpořit oběť kyberšikany

Postiženého člověka nejprve uklidnit tím, že udělal správnou věc, když o problému řekl někomu jinému.

Nekomunikujte s útočníkem, nesnažte se ho žádným způsobem odradit od jeho počínání, nevyhrožujte, nemstěte se. Cílem útočníka je vyvolat v oběti reakci, ať už je jakákoli.

2. Blokuj útočníka

Zamezte útočníkovi přístup k vašemu účtu nebo telefonnímu číslu a je-li to v dané situaci možné, i k nástroji či službě, pomocí které své útoky realizuje (kontaktujte poskytovatele služby). Vysvětlit žákovi, že se nemá mstít ani posílat odesílateli podobné zprávy.

3. Oznam útok, porad' se s někým blízkým, vyhledej pomoc

Svěřte se blízké osobě. Pro uchování důkazů oslovte někoho, kdo má vyšší IT gramotnost. Kontaktujte školu a specializované instituce (PPP, policii, SVP, intervenční služby specializující se na řešení kyberšikany, psychology apod.).

4. Uchovej důkazy

Uchovejte a vystopujte veškeré důkazy kyberšikany (SMS zprávy, e-mailové zprávy, zprávy z chatu, záběr obrazovky, uložte www stránky apod.). Na základě těchto důkazů může být proti útočníkovi či útočníkům zahájeno vyšetřování.



5. Žádejte s rodiči konečný verdikt

Po prošetření celého případu trvejte na konečném stanovisku všech zainteresovaných institucí.

Pro rodiče

- Zajistěte, aby dítě vědělo, že všechna pravidla chování při kontaktu s ostatními lidmi jsou stejná jako v reálném životě
- Ujistěte se, že vaše škola má vhodný vzdělávací program o bezpečnosti na internetu.
- Učte své děti vhodnému chování na internetu. Seznamte je s pravidly používání internetu či mobilního telefonu.
- Buďte vzorem vhodného užívání moderních technologií.
- Sledujte aktivity svých dětí, když jsou online. Zajímejte se o to, k čemu vaše dítě mobilní telefon či internet používá.
- Používejte filtrační a blokační software
- Všimněte si varovných znaků toho, že se děje něco neobvyklého. Jak se dítě při elektronické komunikaci chová, včetně reakcí dítěte na vaši přítomnost.
- Použijte „Smlouvu o používání internetu“ viz www.kapezet.cz – Kyberšikana
- Kultivujte a udržujte se svými dětmi otevřenou a upřímnou linii komunikace. Dejte dítěti najevo, že za vámi může přijít s problémem

Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech (Ministerstvo školství, 2016a):

1. Dojde-li k šikaně/kyberšikaně v průběhu vyučování, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který byl útočníkem, tak žáka, který byl obětí. Tato povinnost vyplývá ze školského zákona (§ 21 odst. 2 školského zákona, podle něhož mají zákonní zástupci dětí a nezletilých žáků právo mj. na informace o průběhu a výsledcích vzdělávání dítěte či žáka a právo vyjadřovat se ke všem rozhodnutím týkajícím se podstatných záležitostí jejich vzdělávání).



2. Škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný, nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů (Zákon č. 359/1999 Sb., 2012); v případě šikany se jedná o všechny případy, které škola oznámila policejnímu orgánu nebo státnímu zástupci, a dále případy, které výše uvedeným nebyly oznámeny i přesto, že se stalo něco závažného, protože nebyl zákonný důvod.
3. Dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu, obrací se škola na Policii ČR. Trestní oznámení je možné podat také na státní zastupitelství. Tuto skutečnost oznámí ředitel školy nebo jiná pověřená osoba jakoukoliv formou (písemně, telefonicky, osobně) na Policii ČR, v ideálním případě přímo specialistovi na problematiku mládeže Služby kriminální policie a vyšetřování, jinak na nejbližším obvodním oddělení policie. V takovém případě vystupuje tato osoba jako oznamovatel a má právo na vyrozumění do jednoho měsíce od podání oznámení. Oznámení může podat také zákonný zástupce dítěte.

V případě závažnějšího stupně šikany/kyberšikany by měl být informován také zřizovatel školy.

Kde hledat pomoc

www.sikana.org (Stránky občanského sdružení Společenství proti šikaně – aktuality z oblasti, související odkazy apod.)

E-Bezpeci (www.e-bezpeci.cz) - projekt zaměřený na prevenci rizikového chování na Internetu (kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking, sociální sítě, sociální inženýrství, sexting atd.).

Poradna E-Bezpeci (www.napisnam.cz) - poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na Internetu, jen za letošní rok řešila přes 100 případů kyberšikany, stalkingu, sextingu apod.

projekt E-Nebezpeci pro učitele (www.e-nebezpeci.cz), který obsahuje řadu prezentací pro učitele

www.hoax.cz



Webové stránky s tematikou šikany:

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

Internet poradna, www.internetporadna.cz

Sdružení Linka bezpečí (116 111), www.linkabezpeci.cz

Amnesty International ČR, www.amnesty.cz

Šikana zaměřená na učitele

Není pouze výsledkem osobnostních charakteristik učitele nebo jeho sociálních či pedagogických kompetencí. Neměla by být proto v žádném případě považována za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. **Týká se všech členů školy.**

Odpovědnost za prevenci a řešení šikany nese vedení školy, potažmo také zřizovatel.

Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k **narušení jasně definovaných rolí** (učitel × žák) a **žák se dostane do pozice větší moci než pedagog**, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele.

Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve škole – ve třídách a na chodbách, může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorách, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.

Šikanou může trpět i vysoce zkušený a kompetentní pedagog, který dobře zná svůj předmět, ovládá třídní management a má dobré pedagogické schopnosti.

Škola musí vytvořit bezpečné prostředí a atmosféru důvěry, ve kterém bude šikana učitele uznána a budou nastaveny mechanismy a postupy (krizový plán) k ochraně pedagogů a k účinné prevenci a řešení takového chování, se kterými budou všichni žáci, pedagogové a zákonní zástupci seznámeni.

Pravděpodobnost výskytu šikany zaměřené na učitele snižuje:

- Prevence stojí na celoškolském přístupu, který akcentuje dobré sociální klima, připouští riziko výskytu šikany učitele ve škole, otevřeně takové chování odmítá a realizuje



prevenci případně intervenci, pokud k výskytu dojde. Uvědomění si rizika a jeho deklarace může významně snížit rozvoj šikany.

- Vedení školy vyjadřuje pedagogům podporu, oceňuje jejich práci, vytváří atmosféru důvěry, podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a zastává nekonfliktní způsob řešení problémů.
- Škola má jasně stanovený způsob, jakým mají pedagogové podezření na šikanu své osoby nebo kolegy, nebo oznámení o šikaně podat, komu a jak s tím bude nakládáno.
- Pedagog nastavuje a uplatňuje jasná pravidla ve třídě; na konflikt nebo nerespektování reaguje včas, pracuje s pravidly v chování a používá stanovené důsledky jejich nerespektování konzistentně; vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontací ze strany žáka před celou třídou, usměrňuje řešení na individuální konzultaci; vyhýbá se konfrontačnímu tónu.
- Pedagog posiluje zapojení žáků/studentů do výuky, dává jim na výběr, činí úkoly a výuku pro žáky/studenty zajímavými, propojuje výuku s běžným životem a potřebami žáků; jeho výklad a očekávání jsou pro žáky srozumitelné, odpovídají obtížnosti, kterou mohou zvládnout apod.
- Očekává úspěch u všech žáků a podporuje je, dává žákům zpětnou vazbu k tomu, co udělali dobře, staví na silných stránkách žáků.
- Nezpůsobuje ponížení nebo zesměšnění žáka před třídou; při hodnocení žáka zachovává jeho důstojnost.
- Všímá si změn v náladě, emocích a v chování žáků a včas na ně reaguje.
- Problémy neřeší sám, ale ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm, případně s vedením školy.
- Všímá si prosociálního a kooperativního chování žáků a oceňuje je, podporuje kooperaci mezi žáky a prostředím, kde se každý žák cítí přijatý.

Krizový plán pro řešení šikany zaměřené na učitele

1. Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by vyhledat pomoc ostatních. Nelze očekávat, že situaci, kterou lze klasifikovat jako šikanu, vyřeší pedagog v pozici oběti sám. Škola musí podporovat své pedagogy k vyhledání pomoci, zajistit bezpečí pro pedagoga a řešit vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy.



2. Škola musí mít připravený **krizový plán**, ve kterém bude specifikováno, jak se v situaci naplnění tohoto rizika zachová, jakou roli a možnosti řešení krizové situace má sám pedagog, jakou roli vedení školy, školní poradenské pracoviště apod. Plán rovněž zahrnuje pokyny pro zajištění bezpečí pro ohroženého pedagoga a žáky.
3. V případě bezprostředního ohrožení pedagoga žákem/žáky se pedagog řídí krizovým plánem školy. V případě potřeby si pedagog zajistí své bezpečí (odejde ze třídy, přivolá si pomoc apod.) a požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace.
4. Je zapotřebí, aby pedagog sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že pedagog byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je proto zapotřebí dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkostí, zvýšená citlivost, nechut' k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.
5. Šikana pedagoga bývá často spojena s šikanou mezi žáky. Škola zajistí posouzení sociálních vztahů ve třídě a na základě výsledků nastaví odpovídající řešení.
6. Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě (jedná se o program selektivní nebo indikované primární prevence, nikoli všeobecné prevence).
7. Po takové situaci škola musí přezkoumat mechanismy a postupy (krizový plán), aby bylo zřejmé, jak zacházet s případnými podobnými situacemi v budoucnu.
8. V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.



Implementace školního programu proti šikanování

Implementace školního programu proti šikanování ZŠ Třešť zahrnuje 13 hlavních kroků:

1. mapování situace

Klima třídy: situaci mapuje dotazník na klima třídy pro 1. – 3. třídu – B4 a pro 4. – 9. třídu B3 (navázána spolupráce se společností Diagnostika třídy - Ing. Radomír Němec, Mgr. Pavlína Němcová).

Klima školy: situace mapována pomocí dotazníků Klima školy jednou za 5 let celoplošně od vnějších subjektů zabývajících se touto tematikou (např. Scio).

2. motivování pedagogů pro změnu;

Celý učitelský sbor je informován o situaci ve škole. Výsledky dotazníkových šetření Klima školy byly předneseny na poradě. Snaha o zapojování pedagog. sboru v rámci spolupráce na plnění cílů MMP.

3. společné vzdělávání a supervize všech pedagogů;

Pedagogický sbor se zúčastňuje společných besed, školení atd. v rámci zlepšování kompetencí učitelů. Celý sbor provádí vzájemné hospitace. Supervizi provádí ředitel školy.

4. realizační tým

V naší škole funguje užší realizační tým, do kterého patří:

ředitel PaedDr. Václav Trnka,

školní metodik prevence Mgr. Ivona Přečková,

výchovný poradce Mgr. Simona Veselá,

zástupce ředitele Mgr. Hana Dvořáková (pro 1. stupeň)

zástupce ředitele PaedDr. Miloš Vašata (pro 2. stupeň),

v případě potřeby externí školní psycholog



5. společný postup při řešení šikanování

Zpracováno viz výše.

6. Realizace primární prevence

Primární prevence je také realizována ve třídních hodinách třídními učiteli, v hodinách odbornými učiteli, v případě potřeby s metodikem prevence, nebo výchovným poradcem. Zapojen je celý učitelský sbor i vedení školy.

7. Primární prevence je pevnou součástí ŠVP

Najdeme ji zejména v těchto předmětech:

Výchova k občanství - Vnitřní svět člověka (sekty, životní názor, životní perspektivy), Právní řád ČR, Hodnota a podpora zdraví, Osobnostní a sociální rozvoj (sebepoznání a sebepojetí, vztah k sobě, k druhým), Rizika ohrožující zdraví (manipulativní reklama, působení sekt) Změny v životě člověka (dětství, puberta, dospívání, sexuální život, rodičovství) nebezpečí internetu (kyberšikana, sexting, stalking, netolismus...), Drogy a jejich dopad na organismus, Šikana

Český jazyk – Pozitivní vzory osobností, hledání smyslu života, životní cíle, chování v rodině, ve třídě - úvahy

Člověk a jeho svět – Nebezpečí doma i venku, Vztah k sobě, rodině, lidem, rodné zemi. Šikana

Výtvarná výchova a výtvarné soutěže – Tematické práce k zdravému životnímu stylu, ke zdravému sebepojetí.

Tělesná výchova – Zdravý způsob života, relaxace, výchova ke sportu, duševní hygiena, výchova ke spolupráci a fair play jednání



8. Primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování;

Viz tabulka v hlavní části Minimálně preventivního programu, speciálně tématu Šikana se věnuje část adaptačního kurzu na Řásné pod vedením metodika prevence.

9. Zapracování programu proti šikaně, dozory

Škola má smysluplně vytvořený školní řád. Se školním řádem byli seznámeni všichni žáci i pedagogičtí pracovníci.

V rámci předcházení projevům rizikového chování snaha eliminovat počet míst, kde by k rizikovému chování mohlo skrytě docházet. Mezi riziková místa je nutno obecně zařadit WC a sprchy u tělocvičny, prostor u šaten, odborných učeben, počítačových učeben a prostory pod schodišti a v traktu (krček), který vede k tělocvičnám.

Ve všech uvedených prostorách jsou pravidelné dozory, které vykonávají pedagogičtí pracovníci, nebo je tam nainstalován kamerový systém.

10. Škola aktivně spolupracuje s rodiči.

Na třídních schůzkách všichni přítomní rodiče byli seznámeni se školním řádem, byli upozorněni na možnost spolupráce s výchovným poradcem, metodikem prevence, školním psychologem. Rodiče dostali leták, jak poznat případnou šikanu u svého dítěte a byl jim doporučen postup, jak dále pokračovat. V rámci zkvalitnění školního prostředí rodiče měli možnost vyplnit dotazník mapující Klima školy.

11. Škola nabízí poradenské služby.

Rodiče, učitelé i žáci mají možnost konzultovat vzniklé problémy, možnosti prevence atd.

Metodik prevence: Mgr. Ivona Přečková

Po domluvě možná individuální konzultace.

Emailový kontakt: prechova@zstrest.cz

Výchovný poradce: Mgr. Simona Veselá



Po domluvě možná individuální konzultace.

Emailový kontakt: vesela@zs-trest.cz

Školní psycholog: Každý měsíc - externí psycholog z PPP Jihlava.

Objednání možné na telefonu 567 584 940, 736 487 051 nebo emailem sekretariat@zs-trest.cz

V případě potřeby možné kontaktovat ředitel školy: PaedDr. Václav Trnka - v případě potřeby možné kontaktovat osobně, či telefonicky

Emailový kontakt: reditel@zs-trest.cz

12. Škola spolupracuje se specializovanými zařízeními

Pedagogicko - psychologická poradna Jihlava,

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení kurátorů pro děti a mládež

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení sociálně právní ochrany dětí

Odbor sociálních věcí Magistrát města Jihlava – oddělení sociální správy

Policie ČR

Státní zdravotní ústav Jihlava

Pediatři a praktičtí lékaři

Spolupracovníci NNO

13. Vztahy se školami v okolí

Domluva ředitelů na spolupráci při řešení šikany, kdy se jí účastní žáci z různých škol.

Dohoda o předávání informací o problémových žácích při přechodu na jiné školy. Dohoda na koordinaci škol při společných akcích (kulturní akce, soutěže).



Doporučená literatura a rozšiřující materiály

- Kolář, M. (2013). Výchov odborníků v léčbě šikany. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
- 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. In: Phillipová, L., Janošová, P. (Eds.) Šikana jako etický, psychologický a pedagogický problém. Sborník příspěvků z konference v Praze 19.3. 2009. Praha: Tribun EU.
- 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.

Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

E-Nebezpečí 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

Leták pro rodiče



Čeho si v rodině všimat?

Vážení rodiče,

naše škola je příznivě hodnocena jak rodičovskou veřejností, tak i Českou školní inspekcí. Velmi si toho vážíme. Nicméně i ta nejlepší škola není zcela imunní proti výskytu šikanování. Proto chceme být připraveni zachytit případné ubližování silnějších slabším hned v počátku a účinně takové bezpráví zastavit. S tímto záměrem jsme vytvořili program proti šikanování. Jeho důležitou součástí je spolupráce nás pedagogů s Vámi - rodiči. Prosíme Vás proto o pomoc. Kdybyste měli podezření či dokonce jistotu, že je Vašemu dítěti ubližováno, bezprostředně se na nás obraťte (na třídního učitele, školního metodika prevence či ředitele školy). Informaci budeme brát velmi vážně a situaci budeme odborně a bezpečně řešit.

Děkujeme za Vaši podporu.

S přátelským pozdravem

Mgr. Ivona Přechová

Metodik prevence ZŠ Třešť



Přímé a nepřímé varovné signály šikany

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno 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.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objeví výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na 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.

Co dělat v případě podezření na šikanu?

- Pokud s Vámi dítě svěří se svým trápením, důvěřujte mu, podpořte ho a slibte pomoci
- Pokuste se zjistit co nejvíce informací - podrobností
- Informujte školu o podezření na šikanování – obrátit se můžete na třídního učitele, metodika prevence sociálně patologických jevů, výchovnou poradkyni nebo vedení školy, navštivte nás!



- Při řešení problému spolupracujte se školou, která bude respektovat požadavek na zachování důvěrnosti informací.
 - Co nabízíme a co už umíme proti šikaně dělat?
 - Bereme vážně všechny informace, se kterými se nám svěříte.
 - Každou situaci profesionálně prošetříme podle dohodnutých postupů.
 - Podělíme se o všechny informace, které poskytovat můžeme a o které budete stát
 - Poradíme Vám, kam se obracet pro odbornou radu, kde sehnat další informační zdroje.
 - Nabízíme Vám v tomto přehledu základní informace, v nutných případech domluvíme společné setkání s odbornými pracovníky.
 - Víme, čeho si máme všímat.
 - Víme, jak odhadnout stupně šikany.
 - Víme, jakých konkrétních chyb se máme při vyšetřování jednotlivých stupňů šikany vyvarovat.
 - Máme speciální krizové plány, které nám pomáhají rychle reagovat, jakmile vyhodnotíme informace z šetření.
- Víme, že musíme šikanu řešit komplexně, proto spolupracujeme s odborníky tam, kde končí naše profesní kompetence.

Doporučené materiály:

Literatura:

Kolář, M.: Nová cesta k léčbě šikany. Praha, Portál 2011

Kolář, M.: Skrytý svět šikanování ve školách. Portál, Praha 1997, 2000.

Kolář, M.: Bolest šikanování. Praha: Portál, 2001

Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany:

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

E-Nebezpečí 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-Bezpečí - poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na Internetu,

www.napisnam.cz



30. Strategie předcházení školní neúspěšnosti

Základní škola Třešť

Preventivní školní program Strategie předcházení školní neúspěšnosti na rok 2023 - 2025

Vypracovala Ivona Přečková

Školní metodik prevence



Základní charakteristika:

Preventivní program Strategie proti školní neúspěšnosti slouží k vytvoření bezpečného, respektujícího a spolupracujícího prostředí ve škole a snaží se nastavit rovné podmínky pro děti ze znevýhodněného prostředí např. z důvodů nevyhovujících sociálně ekonomických podmínek.

Je určen všem pedagogickým pracovníkům školy, dále pak nepedagogickým pracovníkům, rodičům a žákům školy.

Tento program je nedílnou součástí Primárně preventivního programu školy.

Strategie předcházení školní neúspěšnosti vychází z Vyhlášky č. 27/2016Sb a jejím cílem je vyhledávání potencionálně neúspěšných žáků a vytváření podmínek ke zlepšení jejich školní úspěšnosti.

Definice školní neúspěšnosti

Školní neúspěšnost je vážným problémem, jehož řešení si vyžaduje náročnou práci s dítětem a často také s rodinou dítěte.

Školní neúspěšnost je z hlediska pedagogicko-psychologického a socio-pedagogického chápána jako selhávání nezletilého v podmínkách školního edukačního programu nejen špatným prospěchem, ale také vytvářením negativních psychických postojů a emočních stavů ve vztahu k vlastnímu učení, ke vzdělávání, k učitelům a obecně ke škole.

Bývá důsledkem individuálních rozdílů v osobnosti žáků, v jejich výkonnosti, motivaci i jejich rodinné výchově. Neprospěch je často způsoben souborem příčin, které je třeba dobře rozpoznat. Při řešení školních neúspěchů je nutná úzká spolupráce pedagogických pracovníků, zákonných zástupců a žáka samotného. Často je nutná i konzultace s odborníky.



Příčiny školní neúspěšnosti:

- a) **Osobnost dítěte** - snížená inteligence, školní nezralost, nedostatečná paměť, emoční labilita, nízká sebedůvěra, poruchy učení, poruchy chování, nevyhraněná laterálníta (používání dominantní ruky), řečové vady, jiné zdravotní komplikace žáka (epilepsie...).
- b) **Rodina** - nepodnětné rodinné prostředí, chování rodičů k dítěti - rodiče nadměrně chladní, vyžadující nebo obviňující, rozdílné osobnostní a sociální podmínky života v rodině (velké rodiny, neúplné rodiny), nesprávné typy výchovy, složitá rodinná situace – sociální zanedbanost, nedostatečné podněty ze strany rodičů, opovrhování vzděláváním dětí ze strany rodiče, střídavá péče, časté stěhování, přestup na školu s odlišným ŠVP.
- c) **Nedostatky ve výchovně vzdělávacím procesu ve škole** – malá aktivizace žákovy osobnosti ve vyučování, nedostatečná motivace, nerespektování vývojových hledisek a principů pedagogické práce, špatné vztahy mezi učitelem a žákem, popřípadě mezi žákem a spolužáky, konflikty ve spolupráci školy s rodinou.
- d) **Dítě cizinec**

Většinou jde u školní neúspěšnosti o kombinaci více podmínek a příčin.

Doprovodné projevy školní neúspěšnosti:

- a) **neurotické příznaky** – bolesti hlavy, břicha, nechutenství, zvracení, tiky, školní fobie, sebepoškozování
- b) **poruchy chování** – záškoláctví, útky ze školy nebo z domova, agresivní chování
- c) **obrané mechanismy** – ztráta motivace, pocit méněcennosti, fantazie, regrese



Povinnosti školy v rámci prevence předcházení školní neúspěšnosti

Základní podmínkou prevence školní úspěšnosti je pozitivní klima školy, důvěra žáků a rodičů k učitelům a aktivní přístup a zájem učitelů o žáky.

Motivace a zvyšování sebedůvěry:

- a) klademe na dítě přiměřené nároky
- b) zdůrazňujeme jeho pozitivní stránky
- c) oceňujeme jeho jedinečnost
- d) umožňujeme dítěti vyslovovat vlastní názory,
- e) podporujeme aktivitu dítěte
- f) pomáháme dítěti a radujeme se z jeho úspěchů
- g) rozvíjíme u dítěte pocit empatie
- h) vyhýbáme se negativnímu srovnávání
- i) klademe důraz na pozitivní hodnocení, stanovení přiměřeného rozsahu učiva, podpůrné pomůcky (přehledy), využití pomoci spolužáků, podpůrné aktivity –
- j) oznamujeme dopředu termíny písemných prací a zkoušení, slovní hodnocení



Povinnosti vedení školy a pedagogických pracovníků

Ředitel školy:

Odpovídá za systémové aktivity v oblasti prevence proti školní neúspěšnosti. Jeho povinností je zejména:

- seznámit žáky, učitele, vychovatele, výchovné poradce s problematikou školní neúspěšnosti, má zajistit školení a další vzdělávání pedagogů v této problematice,
- seznámit pedagogy se systémem školy pro odhalování žáků ohrožených školní neúspěšností, vést pečlivou evidenci žáků spadajících do kategorie ohrožených školní neúspěšností, spolupracovat s odbornými institucemi ministerstva školství,
- spolupracovat s metodikem prevence a výchovným poradcem, který odpovídá za informovanost pedagogů,
- spolupracovat s žáky, rodiči a pedagogy (zde má být kladen důraz na důvěrnost informací)

Výchovný poradce:

Věnuje zvýšenou pozornost žákům s problémovým vývojem a rizikovým chováním.

Pomáhá třídním učitelům při vyhledávání a sledování problematických žáků, dává návrhy na další péči o tyto žáky.

Odpovídá za informovanost pedagogů a aktivně se podílí na řešení problémů, které mají děti ohrožené školní neúspěšností.

Kontaktuje rodiče a zpracovává zápis šetření.

Má v evidenci žáky s problémy chování, s problémy učení, v případě potřeby spolupracuje s ostatními orgány (pedagogicko psychologická poradna...).

Spolupracuje s třídními učiteli, dalšími pedagogickými pracovníky s vedením školy.



Třídní učitel:

Vypracuje plán pedagogické podpory, zkonzultuje ho s výchovným poradcem a seznámí s ním ostatní vyučujícími. Plán je založen na individuálním přístupu k žákovi (přiměřená časová dotace k vypracování úkolů, ověření pochopení zadání úlohy, poskytování zpětné vazby, preferování ústní formy ověřování znalostí, zadávání vhodných cvičení k zopakování a upevnění učiva atd.).

Podává informace rodičům.

Podává informace vedení školy a pedagogickým pracovníkům.

Úzce spolupracuje s dítětem.

Pedagogičtí pracovníci:

Na žákovu neúspěšnost upozorní vyučující jednotlivých předmětů třídního učitele.

Znají žákovy vzdělávací možnosti a jsou se žákem v pravidelném kontaktu a mají přehled o úrovni vědomostí a dovedností žáka.

Ve spolupráci s třídním učitelem znají příčiny jeho nedostatků při plnění školních povinností, také znají žákovo rodinné zázemí a jeho zdravotní stav.

Stanovují pravidla vzdělávacího procesu a způsoby hodnocení v daném předmětu

Efektivně podporují žáka a motivují jej ke školní práci.

Nabízejí žákům a jejich zákonným zástupcům konzultační hodiny, které je možné domluvit individuálně podle potřeby.



Doporučené postupy při řešení školní neúspěšnosti:

Třídní učitel sám vyzoruje žáka ohroženého školní neúspěšností, nebo je upozorněn jinými pedagogickými pracovníky.

Postup:

1. Třídní učitel vypracuje plán pedagogické podpory, zkonzultuje ho s výchovným poradcem a seznámí s ním ostatní vyučujícími. Plán je založen na individuálním přístupu k žákovi (přiměřená časová dotace k vypracování úkolů, ověření pochopení zadání úlohy, poskytování zpětné vazby, preferování ústní formy ověřování znalostí, zadávání vhodných cvičení k zopakování a upevnění učiva atd.).
2. V případě přetrvávajících obtíží je zákonným zástupcům doporučena návštěva odborného pracoviště – např. PPP, SPC apod.
3. V případě potřeby jsou žákovi poskytnuta potřebná podpůrná opatření (individualizace, reedukace, pedagogická intervence, pomoc asistenta pedagoga, zohlednění obtíží, úprava metod a forem výuky atd.).
4. Škola vždy úzce spolupracuje s rodiči, pravidelně (během třídních schůzek a konzultací) je informuje o výsledcích výchovně vzdělávacího procesu a zároveň sleduje plnění žákovy domácí přípravy.

Také dlouhodobá nepřítomnost žáka ve škole může být příčinou zhoršení prospěchu a ztráty kontaktu se spolužáky. Ve spolupráci třídního učitele, vyučujících, zákonných zástupců a výchovného poradce je vytvořen plán dostudování zameškaného učiva, termíny zkoušení možnosti individuálních konzultací s vyučujícími.