

**Gymnázium a Střední odborná škola ekonomická  
Sedlčany**

**Minimální preventivní program  
realizovaný ve školním roce 2016/2017**

## Úvod a dlouhodobé cíle MPP

Základním principem preventivní strategie uplatňované v České republice, vyplývajícím ze „Strategie prevence rizikového chování mládeže v působnosti resortu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, je výchova dětí a mládeže ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a rozvoji osobnosti. V naší škole je prevence chápána jako proces zaměřený na zvyšování sociální kompetence mládeže, na rozvoj dovedností, které vedou k odmítání všech forem sebeustrakce, projevů agresivity a porušování zákona.

## Základní charakteristika školy

Gymnázium a Obchodní akademii v Sedlčanech navštěvuje v tomto školním roce 424 studentů, z toho je 239 žáků víceletého gymnázia, 111 žáků čtyřletého gymnázia a 74 žáků obchodní akademie. Preventivní program je připravován pro dvě věkové kategorie. V první skupině je 127 žáků nižšího stupně víceletého gymnázia ve věku 11 až 15 let a ve druhé skupině je 297 žáků ve věku 15 až 18 let. Profesorský sbor tvoří 35 učitelů z toho 24 žen a 11 mužů. Škola je umístěna v nové budově a je moderně vybavena. Kromě tříd a odborných pracoven studenti využívají keramickou a výtvarnou dílnu a hlavně tři počítačové učebny. Před školou mají k dispozici menší travnatou plochu, kde mohou hrát stolní tenis a míčové hry. V září 2015 byla dokončena rekonstrukce zatopené tělocvičny v prostoru za školní budovou. Díky tomu přibýly další příležitosti, jak mohou mladí trávit svůj volný čas. V září 2009 byla dokončena nová projektová pracovna. Výzdobu školy zajišťují především studenti, na chodbách i ve třídách jsou umístěna nejpovedenější studentská díla vznikající při hodinách výtvarné výchovy, keramiky, biologie, výpočetní techniky, dějepisu a českého jazyka. Dále zde visí nástěnky s fotografiemi připomínající významné školní akce a také vynikající úspěchy studentů v různých soutěžích.

## Analýza současného stavu na škole

V současné době nemáme na škole žádného problematického studenta, u kterého by bylo podezření na zneužívání nelegálních drog. Z anonymní ankety provedené v předminulém roce vyplývá, že studenti našeho gymnázia ve věkovém rozmezí od jedenácti do patnácti let přijdou do styku s nelegální drogou jen zřídka. Konzumaci legálních drog hlavně alkoholu přiznalo asi 60% žáků, nicméně jedná se pouze o příležitostní konzumaci. Mládež ve věku od patnácti do osmnácti let se s drogou dostává do kontaktu dosti často. Jde hlavně o marihuanu a extázi, které jim jsou nabízeny na diskotékách. Jeden žák z obchodní akademie v loňském roce ukončil studium a podle vyjádření rodičů z důvodu závislosti na omamných látkách. Doposud jsme se nesetkali s distribucí drog v budově školy. Větším problémem současnosti je kouření a požívání alkoholu. Téměř 70% studentů podle výsledků dotazníkového průzkumu věnovaného kouření zkoušelo kouřit.. Studenti GOA hodnotí kladně úroveň přednášek zabývajících se problematikou drog.

## Garant programu

Za vypracování programu minimální prevence zodpovídá školní metodik prevence RNDr. Drahomíra Grinová a na uskutečňování programu se dále podílí ředitel školy Mgr. Radomír Pecka, zástupce ředitele Mgr. Jiří Doubrava a výchovná poradkyně PaedDr. Eva Čekalová. Dále spolupracujeme s Pedagogicko-psychologickou poradnou v Příbrami, konkrétně s Mgr. Příbylovou a organizací Magdaléna o.p.s..

## Cíle projektu

- Poskytování informací v oblasti prevence rizikového chování
- Výchova k zodpovědnosti za své zdraví a zdravý životní styl
- Rozvoj sociálních dovedností, které vedou k odmítání - všech forem sebeustrukce
  - projevů agresivity
  - porušování zákona

## Základní přístupy preventivního působení na cílové skupiny

- A/ Aktivita zaměřená na poskytování informací žákům v rámci vzdělávacího procesu-informací týkajících se zdraví, zdravého životního stylu a sociálně patologických jevů
- B/ Program naučme se zdravě žít
- C/ Nabídka volnočasových aktivit, které jsou realizovány jak ve školách, tak i v mimoškolní oblasti
- D/ Programy aktivního sociálního učení, které využívají skupinových forem práce
- E/ Činnost učitelů
- F/ Poradenské činnosti poskytované přímo ve škole nebo ve spolupráci se specializovanými zařízeními, zejména pedagogicko-psychologickými poradnami
- G/ Spolupráce s rodiči
- H/ Řešení krizových situací

# Plán metodika prevence ve školním roce 2016/17

- **A/ Poskytování informací o zdravém životním stylu** a o problematice rizikového chování v rámci výukových předmětů. Přehled předmětů, kterých se toto týká, a způsob poskytování informací je přehledně zpracován v následující tabulce.

třída	Předmět	způsob předávání informací
prima	BIO	Přednáška a diskuse o drogách, videofilm
	OV	diskuse funkce rodiny, vztahy v rodině
sekunda	BIO	drogy v rostlinách, nebezpečí užívání drog
tercie	BIO	zásady zdravého životního stylu, problém anorexie, sexuální výchova
	CHE	chemické látky - působení drog na lidský organismus
	ZSV	Projekty o alkoholismu a kouření, sexuální výchova
kvarta	CHE	Chem.látky pro člověka i proti člověku – studentské projekty o drogách
	ZSV	Mladí lidé a AIDS- diskuse
kvinta	ČJ	Diskuse o důsledcích drog. Závislosti v rámci současné české i světové literatury
	ZSV	Diskuse o drogové problematice, kyberšikaně a sexuální výchova
sexta	NEJ	Konverzace - téma Problémy současnosti
septima	ANJ	konverzace - téma kouření, drogy , gamblerství
	ČJ	slohové práce - úvahy o problematice sociálně patologických jevů
	BIO	drogy, anorexie - výklad, diskuse a videofilmy
	ZSV	Mladí lidé a AIDS - diskuse na aktuální téma
1.G	ZSV	Diskuse o drogové problematice, kyberšikaně a sexuální výchova
2.G	ZSV	Diskuse o drogové problematice a sexuální výchova
3.G	BIO	drogy, anorexie - výklad, diskuse a videofilmy
	ZSV	Mladí lidé a AIDS- diskuse
	ČJ	slohové práce - úvahy o problematice sociálně patologických jevů
	NEJ	konverzace- téma Problémy současnosti
	MAT	pravděpodobnost výhry v kombinatorice – diskuse o gamblerství
4.G	ČJ	Diskuse o důsledcích drog. Závislosti v rámci současné české i světové literatury
	ANJ	Diskuse - téma Globální problémy současnosti
1. OA	ZSV	Diskuse o drogové problematice a sexuální výchova
2. OA	ZSV	Mladí lidé a AIDS- diskuse
3. OA	ČJ	Diskuse o důsledcích drog. Závislosti v rámci současné české i světové literatury
	NEJ	Konverzace - téma Problémy současnosti
4. OA	ANJ	Diskuse - téma Globální problémy současnosti
	NEJ	konverzace- téma Problémy současnosti
	ČJ	Diskuse o důsledcích drog. Závislosti v rámci současné české i světové literatury
všechny	TV	Testování výkonnosti a závislost výkonnosti na kouření a nezdravém životním stylu

Další informace k této problematice mohou studenti získat ze školního časopisu „Kulíšek“. Články o příčinách a důsledcích zneužívání návykových látek připravují studenti vyšších ročníků na základě materiálů, které získávají od školního metodika prevence.

Na začátku školního roku třídní učitelé ve všech ročnících seznámí žáky s vnitřním řádem školy. Tento řád zakazuje nošení, držení, distribuci a zneužívání návykových látek v areálu školy. Studenti jsou vedeni k racionálnímu chování i v době mimo vyučování.

Zabezpečení: učitelé jednotlivých předmětů a třídní učitelé

Pomůcky: videokazety, kufřík s ukázkami drog

- **B/ Program naučme se zdravě žít**

- Tento program podporuje několik akcí:

**Květinový den** – studenti sexty ve spolupráci s Ligou proti rakovině rozdávají informační letáčky s touto problematikou a vybírají drobné finanční obnosy, které slouží ke zkvalitnění léčby nemocných touto chorobou. Zároveň studenti připravují projekty, které se zabývají příčinami vzniku nádorových onemocnění a prevencí vzniku těchto onemocnění.

Termín konání – květen 2017

Zabezpečení –D. Grinová,

**Sebeúcta** – výcvik přímé komunikace, dovednosti odmítnout a vytváření pozitivních vztahů.

Jedná se o krátkodobý skupinový psychosociální výcvik, který je veden zážitkovou formou. Posiluje schopnost empatie, podporuje přímou komunikaci. Program je zaměřen na zvyšování sebeúcty a sebevědomí a schopnosti přebírat zodpovědnost za své jednání. Učí umění odmítnout. Říci ne v situacích, kdy je to v jejich nejlepším zájmu. Dále hovořit s kamarádem, který užívá alkohol nebo jiné drogy.

Termín konání – v průběhu roku při výuce občanské výchovy v primě a tercii

u nových studentů během zahajovacího kurzu na Častoboři v září 2016

Zabezpečení – E. Čekalová, třídní prvních ročníků

**Sociální gramotnost** – třída septima je v programu **adopce na dálku**.

- třída kvarta a septima spolupracují s Domem pro seniory
- žáci septimy připravují pro seniory výtvarné dílny
- žáci septimy pomáhali šít kapsičky na kanyly pro onkologické oddělení nemocnice Motol

- **C/ Volnočasové aktivity**

Velký důraz klademe na pomoc studentům s organizací a využitím jejich volného času. V tomto školním roce si mohou studenti vybrat ze široké nabídky mimoškolní činnosti.

### **Sport**

Ze sportovních kroužků si mohou vybrat kroužek odbíjené, košíkové, floorballu, fotbalu, stolního tenisu. Zde rozvíjí své sportovní dovednosti, soutěží a měří si své síly. Účastní se také meziškolních soutěží, např. Středoškolské hry, Sportovní liga okresu Příbram, Borec Sedlčan, Atletické závody školy, Odznak všestrannosti olympijských vítězů. Vyučující TV organizují školní turnaj v odbíjené, florbalu a o prázdninách vodácký kroužek, který při svém týdenním soustředění sjíždí podle aktuálních podmínek jednu řeku.

Dále jsou pro studenty organizovány lyžařské kurzy, kurzy plavání a bruslení. Na konci školního roku se konají školní přebory v atletice.

Termín- v průběhu celého školního roku

Zabezpečení- Z.Šimeček, J. Papáč, S. Jelenová, F. Hodys, J. Holan

### **Umělecké kroužky**

Kroužek keramiky pořádá výstavy výrobků studentů. Připravujeme výtvarnou soutěž nejzdařilejší keramický výrobek.

Termín konání- v průběhu roku 2017

Zajištění- D. Grinová,

### **Další zájmové kroužky**

Kroužek anglického jazyka umožňuje rozšiřování znalostí a zahrnuje přípravu na státní zkoušku.

Termín – jaro 2017

Zajištění- N. Pínová,

Kroužek latiny seznamuje se základy tohoto jazyka a připravuje studenty pro studium lékařství a přírodovědných oborů.

Zajištění – dr. E. Čekalová

Kroužek německého jazyka připravuje studenty na složení státní zkoušky.

Termín – jaro 2017

Zajištění – O. Mrázová

### **Další aktivity**

Terénní biologicko-výtvarný kurz pro zájemce o biologii.

Termín: červen 2017

Zajištění: E. Blahová, L. Lichtenberková

Účast studentů 3. ročníku obchodní akademie na veletrhu fiktivních firem v Praze, Písku a Příbrami.

Termín – listopad 2016, březen 2017

Zajištění – S. Jelenová, M. Doležalová, R. Prokúpková

Studenti s Klubem mladého diváka opět zhlédnou 6 představení v divadlech v Praze.

Termín – v průběhu roku

Zajištění – E. Čekalová, B. Hrochová, L. Tomášek, J. Vopatová

Den Země organizují studenti primy, sekundy, tercie a kvarty. Přípravují projekty a tyto projekty prezentují ostatním studentům a žákům okolních škol.

Termín- duben 2017

Zajištění – E. Blahnová, D. Grinová

Vánoční akademie – zábavný program, který zajišťují všechny třídy

Termín – prosinec 2016

Zajištění – J. Doubrava a třídní učitelé

Soutěže v recitaci, literární, jazykové a matematické soutěže a olympiády ve všech předmětech probíhají průběžně ve školním roce. Studenti mají možnost využívat školní knihovnu a dále prohlubovat své znalosti v oblíbeném oboru.

Termín – v průběhu školního roku

Zajištění – předsedové předmětových komisí a ostatní vyučující

## **D/ Programy aktivního sociálního učení**

Tyto programy mají formu skupinové práce.

Studenti prvního ročníku gymnázia a obchodní akademie budou v tomto školním roce absolvovat programy zaměřené na problematiku sexuální výchovy a drogové závislosti. Dále připravujeme pro studenty třetích a čtvrtých ročníků informační přednášku o práci pedagogicko psychologické poradny.

Termín: listopad - květen

Zajištění: dr. E. Čekalová, PPP Příbram, Středisko pro děti a mládež Příbram

Beseda o kriminalitě na Příbramsku s členem Městské policie P. Krchem je plánovaná pro třetí ročníky gymnázia i obchodní akademie a pro septimu.

V rámci semináře SSV se uskuteční beseda o drogách také s P. Krchem.

Termín: květen 2017

Zajištění: E. Čekalová

Navázání spolupráce s Magdalénou o.p.s. a využití nabízených programů pro naše studenty.

Termín: v průběhu roku

Zajištění: D. Grinová, E. Čekalová

Beseda se studenty kvarty, 2. OA a třetích ročníků o práci Policie ČR a Městské policie na téma trestná činnost mladistvých a drogová problematika z právního hlediska.

## **• E/ Činnost učitelů**

- posílení úlohy učitelů v oblasti tvorby pozitivního klimatu, včasná diagnostika a intervence při riziku vzniku sociálně patologických jevů a kooperace s odborníky při jejich řešení, zejména spolupráce s výchovnou poradkyní a třídními učiteli
- věnování pozornosti problematickým skupinám žáků nebo jednotlivcům, odhalování projevů asociálního chování mezi žáky – soustředit se na problematiku šikany a kyberšikany
- zajištění důsledné prevence a kontroly prevence kouření, užívání alkoholických a návykových látek v celém areálu školy
- sledovat často se opakující krátkodobé absence žáků – prevence záškoláctví, spolupráce s rodiči a lékaři
- spolupráce mezi školami regionu – zejména výměna zkušeností v oblasti metodické a strategické prevence společensky nežádoucích jevů
- sebevzdělávání učitelů v metodikách preventivní výchovy a ve výchově ke zdravému životnímu stylu
- shromažďování a zpřístupnění důležitých materiálů celému pedagogickému sboru
- nově příchozím kolegům nabídnout všestrannou pomoc a seznámení s principy MPP
- zapojení vedení školy a celého sboru do tohoto programu

## • **F/ Poradenská činnost**

Výchovný poradce /PaeDr. Eva Čekalová/ - konzultační hodiny, aktuální řešení studijních a výchovných problémů studentů

Pedagogicko psychologická poradna Příbram /PhDr. Zdeněk Stočes, metodik drogové prevence/

Mgr. R. Příbylová psycholog.

Mgr. Straková psycholog

telefonický kontakt, možno využít v případě krizové situace

Středisko výchovné péče Příbram /PaedDr. Jana Ptáčková/ -telefonický kontakt v případě potřeby

Magdaléna o.p.s.– telefonický kontakt

Mgr. Brejlová - psycholog

Metodik prevence – seznámení rodičů studentů prvních ročníků s hlavními záměry minimálního preventivního programu, výzva rodičů ke spolupráci při řešení problémů z této oblasti. K dispozici je katalog služeb poskytovaných v drogové prevenci.

## • **G/ Spolupráce s rodiči**

- seznámení rodičů s MPP v rámci třídních schůzek
- nabídka konzultačních hodin třídních učitelů, výchovného poradce, školního metodika prevence prostřednictvím sdělení na stránce školy
- nabídka propagačních materiálů o drogách
- seznámení rodičů s postupem školy v případě problémů žáků s drogami
- na třídních schůzkách hovořit o nebezpečí drog zejména u starších žáků, kterým rodiče povolují účast na diskotékách
- informovat rodiče
  - o drogách. Jak poznám, že moje dítě alkohol nebo drogy bere?
  - o doporučení rodičům, jejichž dítě má problémy s návykovými látkami. Čemu se vyhnout?
  - o šikaně. Definice pojmu. Varovné signály pro rodiče. Co tedy dělat ?
- kontaktní adresy



## JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ ALKOHOL NEBO DROGY BERE ?

- Změnila se osobnost Vašeho dítěte v poslední době v nějakém významném ohledu?
- Má časté výkyvy nálad?
- Straní se Vás? Je zlostný nebo depresivní?
- Tráví hodně času ve svém pokoji sám?
- Ztratil zájem o školu a o vyučování, případně další aktivity, např. sport?
- Zhoršil se jeho prospěch?
- Přestal trávit čas se starými kamarády? Přáteli se s dětmi, které se Vám nelíbí? Nesvěřuje se a nemluví o tom, kam chodí a co dělá?
- Máte pocit, že se Vám doma ztrácí peníze, nebo věci (peníze potřebné na alkohol a drogy) nebo máte pocit, že má víc peněz, než byste očekávali (peníze získané z prodeje drog)?
- Reaguje nepřiměřeně, když s ním mluvíte o alkoholu a o drogách, nebo se snaží změnit téma?
- Lže nebo podvádí?
- Pozorujete fyzické příznaky užívání drog nebo alkoholu? Rozšířené nebo zúžené zornice? Nejasné vyjadřování a myšlení?
- Ztratilo Vaše dítě zájem o koníčky? Ztratilo motivaci, nadšení a vitalitu?
- Našli jste někdy důkazy užívání drog nebo alkoholu, prášky, lahve?
- Zhoršil se vztah dítěte k členům rodiny?
- Zdá se Vaše dítě být nemocné, unavené a protivné ráno, po možném užití drog předešlý den?
- Přestalo se Vaše dítě o sebe starat, změnil se jeho styl oblečení?
- Zdá se být méně soustředěný?

## DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

### 1/ Co dělat?

- Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, **neváhejte zavolat lékaře**. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.
- Nespoléhejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je nepodporovat a neusnadňovat pokračující brání drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch ještě neznamená, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvláště když říká a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout dítě ale ještě neznamená přistupovat na jeho stanovisko.
- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.
- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si

nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla. Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.

- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání. Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
- Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky. To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).
- Předcházejte nudě. Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času. Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.
- Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti. To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i změně prostředí.
- Posilujte sebevědomí dítěte. Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu. Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.
- Spolupracujte s dalšími dospělými. Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.
- Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
- Buďte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy.
- Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá. V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládáním problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

## **2/ Čemu se vyhnout**

Nepopírejte problém. Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.

- Neskrývejte problém. Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojence.

- Neobviňujte partnera. Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost naštěstí často ano.
- Nehleďte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.
- Nezanedbávejte sourozence dítěte zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.
- Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti, zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
- Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho. S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci - totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
- Nedejte se vydírat. Vyhrožování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.
- Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.
- Vyhněte se fyzickému násilí. Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- Nejednejte chaoticky a impulzivně.
- Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou, případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- Do nekonečna neustupujte. Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný. Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
- Nezabouchněte dveře navždy. I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- Neztrácejte naději. Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání. I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.

## Varovné signály šikany pro rodiče

- \* dítě nemá kamaráda
- \* nechce jít do školy
- \* střídá různé cesty do školy a ze školy
- \* ztráta chuti k jídlu, neklidný spánek
- \* ztráta zájmu o učení
- \* výkyvy nálad, odmítá se svěřit, co ho trápí
- \* žádá peníze, často „ztrácí“ své věci
- \* přichází domů vyhladovělé, s potrhaným oblečením, s poškozenými školními pomůckami
- \* nedokáže uspokojivě vysvětlit svá občasná zranění (odřenin, modřin, popálenin)
- \* je nečekaně agresivní vůči sourozencům
- \* trpí zdravotními potížemi (bolesti hlavy, břicha, bolesti jsou někdy simulované)
- \* zdržuje se většinou stále doma

## Co tedy dělat?

Připusťme, že několik výše uvedených signálů ve vás vzbudí určité podezření, že by mohlo jít o šikanování vašeho dítěte. Znovu podotýkáme, že ideální stav nastane, když se vám dítě svěří. Pochvalte ho, povzbudte, rozptýlte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvalu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet. Vyslechněte vaše dítě, dejte najevo, že jeho informace berete vážně (i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné). Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího, než situace vašeho dítěte. Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.

### Konkrétní kroky

- Zjistěte přesně – pozor – „nevyslychejte jako vyšetřovatel“ – co, kdy, kde se odehrávalo, kdo další byl přítomen.
- Společně vytipujte svědky, kterým dítě ještě důvěřuje, o kterých ví, že nestojí na straně agresora a věří, že mu mohou pomoci.
- Poskytněte dítěti veškerou ochranu (např. při cestě do školy a ze školy, i za cenu, že se budete uvolňovat z práce).
- Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům.
- Nemáte-li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte je doma, ale pozor – pečlivě zvažte, zda v jeho situaci může být samo.
- Znovu dítě ubezpečte, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.
- Zhodnoťte a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou. Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo pravdy“. Neomlouvejte sami sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.
- Hledejte, jak dítěti dále pomoci prostřednictvím příslušného odborníka.

## H/ Návrhy na řešení krizových situací

### ◆ Zneužívání návykových látek

1. V případě podezření na zneužívání návykových látek:
  - \* provést diskretní šetření a pohovor se žákem
2. při důvodném podezření:
  - \* okamžité kontaktování rodičů event. zákonných zástupců žáka
  - \* při negativní a nespolupracující reakci rodiny uvědomit sociální odbor
3. Při průkazném zjištění zneužívání návykových látek ve škole nebo v případě, že žák je prokazatelně ovlivněn drogou (i alkoholem) v době vyučování ředitel školy nebo pracovník školy pověřený dle pokynu ministra:
  - \* kontaktuje zdravotnické zařízení a zároveň uvědomí rodiče, popř. zákonné zástupce
  - \* uvědomí ŠÚ
4. V případě dealerství nebo podezření na porušení § 217 trestního zákona (ohrožení mravní výchovy dítěte) nebo zanedbání povinné péče:
  - \* uvědomí oddělení péče o dítě, odd. sociální prevence sociálního odboru OÚ
  - \* oznámí věc policii

### ◆ Šikana

Definice pojmu:

Úmyslné a opakované ubližování slabšímu (neschopnému obrany) jedincem nebo skupinou, jak fyzické, tak i psychické, ponižování lidské důstojnosti, jde spíš o postoj než o čin.

Postup při podezření na šikanu:

- šikanu vždy řádně a včas vyšetřit, podniknout kroky k potrestání agresora a ochraně oběti
- diagnostika – na základě informace rodičů, náhlé provalení, reakce oběti
- strategie a taktika vyšetřování – rozhovory s informátory a oběťmi
  - nalezení vhodných svědků
  - individuální a /opatrně/ konfrontační pohovory se svědky
  - ochrana oběti / zásadně nekonfrontovat agresory a oběť/
  - rozhovory s agresory
  - zmapovat a zapsat důkazní materiál /kdo je oběť i agresorem, kdy, kde a jak, jak dlouho šikana trvá/
- Náprava – cílem je zastavení šikany, obnova dodržování norem, zabezpečení ochrany obětí a ovlivnění jednotlivců a skupin
  - metoda vnějšího nátlaku: přinutit viníky trestem nebo strachem k zastavení agresivního jednání, obnovit dodržování oficiálních norem, donucení k vnější poslušnosti

- seznámení rodičů s problémem/ nikdy nezvat rodiče agresorů najednou/
  - vyjádření pedagogů
  - vyjádření agresora
  - vyjádření rodičů agresora
  - rozhodnutí o potrestání
  - oznámení trestu před celou třídou
  - ochrana oběti / ustanovení ochránců, setkávání s obětí, horká linka s rodiči/
  - metoda usmíření – sleduje vnitřní proměnu vztahu mezi agresorem a obětí domluvou a usmířením
    - diagnostika a pohovor s informátorem, obětí a agresorem
    - poskytnutí podpory oběti
    - rozhovor s agresorem a zjištění empatií
    - hledání společné nápravy s malou skupinkou žáků
    - omluva a usmíření
    - kontrola setkání
- Prevence šikany – práce s oběťmi  
 práce s agresory  
 výchova k demokracii  
 využívat třídnických hodin, dramatická výchova, občanská výchova  
 mluvit ve třídě s dětmi, naslouchat jim, získat jejich důvěru
- Výchovná opatření – napomenutí a důtka třídního učitele
  - snížení známky z chování
  - převedení do jiné třídy
  - doporučení rodičům oběti i agresora návštěvy v ambulantním středisku výchovné péče
  - v mimořádných případech doporučit rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP
  - vyzoomění policejního orgánu při závažnějším případě

## **Kyberšikana - řešení a kompetence školy**

**Kyberšikana** je: je taková forma šikany, při které jsou jedinci v rovnocenném postavení / děti ubližují dětem/

- skutečně jsou vykazovány jasně definované prvky šikany / cílem je uškodit, ublížit /
- forma psychické šikany a k páčání jsou zneužívány ICT, zejm. mobilní telefony a internet
- chování agresora je zaměřeno na útlak, výsměch a vydírání oběti

### **Formy kyberšikany:**

Výhrůžné a obtěžující telefonáty

Rozesílání SMS a MMS zpráv

Obtěžování a vyhrožování v on-line komunikaci / chat, Facebook, libimseti.cz, apod./

Posílání obtěžujících emailů

Vytváření zesměšňujících webových stránek

Publikace fotografií a videonahrávek na internetu

### **Prevence na půdě školy**

Naučit děti pohybovat se na internetu bezpečně

Dodržovat pravidla bezpečného užívání internetu a etického chování

Znalost právní odpovědnosti

Diskutovat a vysvětlovat dětem tyto problémy

### **Kompetence školy**

Kyberšikanu, která se odehrává na půdě školy je nutno řešit

Škola by měla mít přehled o rizikovém chování jejích žáků

Spolupracovat s orgány sociálně právní ochrany, s PPP a Policií ČR

Nutná prevence šikany v rámci MPP

### **Řešení kyberšikany:**

Doporučit oběti okamžité ukončení komunikace s útočníkem

Požádat útočníka o ukončení tohoto protiprávního jednání

Znesnadnit útočníkovi jeho chování / změna tel. čísla, změna emailové adresy ../

Oznámit tuto skutečnost SPOD

Oznámit na Policii ČR a rodičům

## Návrh rozpočtu

Prostředky na semináře a přednášky	80 000 Kč
Prostředky na materiál    výtvarné potřeby	10000 Kč
náplně do tiskáren	2000 Kč
<b>Celkem .....</b>	<b>92 000 Kč</b>



## **Kontaktní adresy**

Telefonní čísla zařízení, které můžeme v případě potřeby kontaktovat a které poskytují odbornou pomoc a radu.

**Pedagogicko – psychologická poradna Středočeského kraje**  
**Pod Šachtami 294**  
**261 01 Příbram IV**  
**Tel. 318 62 40 85 - PhDr. Zdeněk Stočes**  
**e-mail : [ppppb@volny.cz](mailto:ppppb@volny.cz)**

**Centrum adiktologických služeb**  
**Magdaléna, o.p.s.**  
**Žežická 193**  
**261 01 Příbram 7**  
**Tel. 731 625 960**  
**e-mail: [prevence.pb@magdalena-ops.cz](mailto:prevence.pb@magdalena-ops.cz)**

**K- centrum Benešov, Příbram**  
**Nízkoprahové služby pro uživatele návykových látek starší 15 let**  
**PhDr. A.Balatová**  
**Tel. 317 728 880**  
**Mgr. M. Ročňáková**  
**Tel. 318622010**

**Psychiatrická ambulance Mníšek pod Brdy**  
**Ambulantní péče o osoby závislé na návykových látkách**  
**MUDr. P. Nevšímal 603867385**

Minimální preventivní program je realizován ve školním roce 2016/2017 tj. od 1.9.2016 do 31.6.2017.

Vypracovala : RNDr. Drahomíra Grinová

Schválil ředitel školy: Mgr. Radomír Pecka