evropský sociální fond v ČR
EVROPSKÁ UNIE
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY
OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

5

ZAVÁDĚNÍ PREVENTIVNÍCH OPATŘENÍ PROTI RIZIKOVÉMU CHOVÁNÍ VE ŠKOLE

Metodika

centra podpory inkluzivního vzdělávání

evropský sociální fond v ČR
EVROPSKÁ UNIE
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY
OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

ZAVÁDĚNÍ PREVENTIVNÍCH OPATŘENÍ PROTI RIZIKOVÉMU CHOVÁNÍ VE ŠKOLE

Metodika

centra podpory inkluzivního vzdělávání

Název projektu: Centra podpory inkluzivního vzdělávání Registrační číslo projektu: CZ 1.07/4.1.00/06.0020
TENTO PROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKÝM SOCIÁLNÍM FONDEM A STÁTNÍM ROZPOČTEM ČESKÉ REPUBLIKY.

Tato publikace byla spolufinancována Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Autorský tým
Mgr. Petra Stonišová
Mgr. Alexandra Hergetová
Mgr. Zuzana Bouškova
Mgr. Monika Goldmannová
Mgr. Vladimíra Kopřivová
PhDr. Radomír Juřička

Odborný garant

PhDr. Veronika Pavlas Martanová

© Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení
a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, 2012

ISBN 978-80-87652-69-5

Obsah

1. Úvod do primární prevence rizikového chování ve škole 4
2. Mapování potřeb na konkrétních školách 14
3. Záškoláctví 16
4. Vedení třídy jako sociální skupiny při preventivních aktivitách 25
5. Adaptační program OSTROV 32
6. Adaptační kurz pro žáky 6. třídy - HÁDEJ, KDO JSEM 42
7. Adaptační kurz pro žáky 6. třídy - SPOKOJENÁ TŘÍDA 48
8. Vím, co smím, co chci, co cítím. A umím si za tím stát. 52
9. Program proti šikaně 67
10. Kyberšikana – nebezpečné prostředí internetu 79
11. Internetové prostředí. 84
12. Agrese není hra, agrese nemá pravidla. 87
12. 1 Agrese není hra I. 90
12. 2 Agrese není hra II. 95
13. Program ZDRAVÁ MLÁDEŽ, téma alkohol a kouření. 101
14. Marihuana, program pro žáky 7.–9. třídy ZŠ 108
15. Hrozby extremismu 111
16. Programy z oblasti rizikového chování, které se školám osvědčily 115
17. Poskytovatelé preventivních aktivit pro děti a mládež.v Moravskoslezském kraji 118

1. Úvod do primární prevence rizikového chování ve škole

Poslání metodiky

Vážený čtenáři, dostává se Vám do ruky metodika vytvořená v rámci projektu CPIV (Centra podpory inkluzivního vzdělávání). Jejím cílem bylo zmapovat potřeby základních škol v oblasti prevence rizikového chování a nabídnout jim příklady toho, jak tuto problematiku řeší jinde a co se jiným školám osvědčuje. Jedná se o jakýsi výstup z „burzy osvědčených nápadů". V původním názvu metodiky jsme pracovali s termínem sociálně patologické jevy, který byl nahrazen aktuálním pojmem rizikové chování, a to i s ohledem na metodické doporučení MŠMT č.j.21291/2010- 28 („Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních"), které nahradilo Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže č. j.: 20 006/2007-51. Důvodem této terminologické změny je především skutečnost, že dříve užívaný termín sociálně patologické jevy je stigmatický, normativně laděný a klade důraz na společenskou normu. Rizikové chování je pak souborem jevů, jež se dají zkoumat a ovlivňovat preventivními a léčebnými aktivitami. (Miovský, Zapletalová, 2006,www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/377/3074/Vymezeni-rizikoveho-chovani). Metodika Vás postupně seznámí se základní teorií rizikového chování a vedení školní třídy jako sociální skupiny, aby následně nabídla deset příkladů konkrétní práce se třídou s cílem prevence konkrétního typu rizikového chování. Metodika nabízí následující témata: práce se třídou na podporu zdravého klimatu, primární prevence zneužívání alkoholu, cigaret a marihuany, podpora vztahů ve třídě a prevence poškození vztahů formou adaptačních kurzů, téma kyberšikany, agrese, extremismu a záškoláctví. V závěru naleznete přehled externích poskytovatelů primární prevence, se kterými mají školy dobrou zkušenost a doporučují je ostatním.

I. Co je to rizikové chování (dříve sociálně patologické jevy)?

Slovo prevence je latinského původu a znamená opatření učiněná předem, včasnou obranu nebo ochranu. Přibližně od konce padesátých let 20. století se rozdělila na primární a sekundární. Prevence rizikového chování u dětí a mládeže je v působnosti Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a zahrnuje zejména aktivity v oblastech rizikového chování[1)]:

- násilí, týrání dětí a zneužívání dětí, šikana a záškoláctví
- kriminalita, vandalismus, delikvence
- užívání návykových látek /včetně alkoholu a kouření/
- poruchy příjmu potravy /bulimie, anorexie/
- sekty a sociálně patologická náboženská hnutí
- xenofobie, rasismus, intolerance a antisemitismus
- ohrožování mravní výchovy mládeže
- komerční sexuální zneužívání dětí
- netolismus a gambling

1) MIOVSKÝ, M.; SKÁCELOVÁ, L.; ZAPLETALOVÁ, J.; NOVÁK, P. (es): Primární prevence rizikového chování ve školství. SCAN, Praha 2010.

Rizikové chování, někdy též sociálně nežádoucí chování, je nový pojem, který nahrazuje pojem v dnešní době již zastaralý – sociálně patologické jevy. ***Rizikovým chováním rozumíme takové vzorce chování, v jejichž důsledku dochází k prokazatelnému nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik pro jedince i pro společnost***. Vzorce rizikového chování přitom považujeme za soubor fenoménů, jejichž existenci a důsledky je možné podrobit vědeckému zkoumání a které lze ovlivňovat preventivními a léčebnými intervencemi. Za prevenci rizikového chování považujeme jakékoli typy zdravotních, sociálních, výchovných či jiných intervencí směřujících k předcházení rizikového chování, zamezujících jeho další vývoj, zmírňujících již existující formy a projevy rizikového chování nebo pomáhajících řešit jeho důsledky. V rámci působnosti resortu si MŠMT klade za cíl ve výše uvedených oblastech co nejvíce omezit škody způsobené jejich výskytem mezi dětmi a mládeží.

II. Primární, sekundární, terciární prevence

Specifická a nespecifická prevence rizikového chování

Základním principem primární prevence rizikového chování u žáků je výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování a rozvoji psychosociálních dovedností a zvládání zátěžových situací osobnosti.[2)] Primární prevenci dále dělíme na specifickou a nespecifickou.

Specifická primární prevence jsou aktivity a programy, které jsou úzce zaměřeny na cílenou práci s těmi skupinami populace, u nichž lze v případě jejich absence předpokládat negativní vývoj v oblasti rizikového chování. Specifická primární prevence se snaží cíleně předcházet nebo omezovat nárůst rizikového chování. Programy specifické primární prevence jsou prováděny formou práce s menšími skupinkami dětí a mládeže, tyto skupinky motivujeme k formulování vlastních názorů, k tomu, aby přemýšlely o svých postojích, aby si předávaly své vlastní zkušenosti a učily se při tom zvládat situace, jak odmítnout návykové látky, aby zvládaly stresové situace, ovládaly svůj strach a své pocity úzkosti. Jedná se tedy o cílené interaktivní programy s jasně definovanou cílovou skupinou (nejedná se pouze o volnočasové aktivity typu návštěva kina či divadla nebo pěstování určitého sportu, nelze zde praktikovat heslo „Kdo si hraje, nezlobí“ či „Nohejbalem proti drogám“, tyto aktivity nejsou specifickou prevencí).

Nespecifická primární prevence jsou veškeré aktivity, které podporují zdravý životní styl, aktivity, které také pomáhají snižovat riziko vzniku a dalšího rozvoje rizikového chování, ale nejsou na něj cíleně zaměřeny. Realizují se především prostřednictvím lepšího organizování volného času. Řadíme sem zejména volnočasové aktivity nebo programy, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, podílí se na zdravém rozvoji osobnosti, k odpovědnosti za sebe sama a své jednání (např. návštěvy kina, divadel, muzeí, organizace cykloturistického klubu…). Tyto aktivity jsou jistě prospěšné pro zdravý vývoj dětí, nabízejí alternativu rizikového chování ve volném čase, ale není u nich prokázáno, že by snižovaly pravděpodobnost vzniku rizikového chování.

2) http://www.gybu.cz/spp/doporuceni.pdf

Abychom si ujasnili pojem prevence, musíme mít přehled i o jejích dalších typech. Kromě primární prevence se setkáváme též s pojmem prevence sekundární a terciární/terciální. Pokud poskytneme efektivní pomoc těm, kdo např. začali zneužívat návykové látky, ale jejich stav příliš nepokročil, hovoříme o **sekundární prevenci**. Jedná se tedy o program, strategie a aktivity zaměřené na prevenci vlastního zneužívání drog a včasnou identifikaci a léčbu uživatelů drog, kdy hlavním cílem je zabránit vzniku/rozvinutí závislosti na drogách (např. práce s experimentátory).

Terciární prevence se částečně překrývá s léčbou závislosti, zaměřuje se na minimalizaci rizik spojených s užíváním látek. Harm reduction jako součást terciární prevence se snaží minimalizovat rozsah škod v důsledku závislosti, rizikového chování (např. programy výměny injekčních stříkaček, anonymního testování na hepatitidu a AIDS, zajišťování základního hygienického servisu pro prostitutky apod.). Pro Harm reduction je příznačné, že je tzv. „nízkoprahové“, přístupné lidem „přímo z chodníku“, tj. neomezené administrativní procedurou a nutností prokazovat svou identitu. Léčba rizikového chování/závislosti má za cíl odstranění závislosti a resocializaci jedince závislostí dočasně poškozeného. Léčba je realizována ambulantně či formou pobytu ve zdravotnickém zařízení či v komunitních centrech různých neziskových organizací.

III. Všeobecná, selektivní a indikovaná prevence

Specifická primární prevence se dále dělí na všeobecnou, selektivní a indikovanou primární prevenci dle míry ohrožení konkrétních jedinců rizikovým chováním.

Všeobecná, univerzální, prevence je zaměřena na velké skupiny populace bez zohlednění specifických rizikových skupin (např. běžná školní třída). Cílem je ovlivňování postojů a chování dětí a současně poskytnutí dostatečných informací a dovedností k tomu, aby se zamezilo výskytu rizikového chování nebo se jeho výskyt posunul co do nejpozdějšího/nejzralejšího věku dětí.

Prevence selektivní je určena ohroženým skupinám, u kterých můžeme předpokládat zvýšené riziko sociálně patologických jevů (např. děti osob závislých na alkoholu, děti s ADHD a s poruchami chování, třídy se špatnými vztahy, vysoce rizikové sociální prostředí apod.), jedná se tedy o programy, při nichž musíme dbát na individuální přístup a mapování potřeb cílové skupiny. Tyto programy jsou náročné na čas, vyžadují zvýšenou kvalifikaci pracovníků, kteří je provádějí.

Na ohrožené jedince, kteří již vykazují známky sociálně patologických jevů, je zacílena **prevence indikovaná**. Klade si za cíl snížit frekvenci a objem rizikového chování a snaží se zmírnit následky problémového chování (např. práce s příležitostnými experimentátory, péče o oběti šikany i o agresory, programy pro kolektivy zasažené šikanou apod.).

Programy specifické primární prevence tedy dle rozřazení výše dělíme na programy:

Programy všeobecné primární prevence – jsou zaměřené na běžnou populaci dětí bez zvláštního dělení podle rizikovosti, nejčastěji je realizují PPP či nestátní neziskové

organizace přímo ve škole, přesto mají vždy tématické programy a metodiku, specifikovanou cílovou skupinu a další rysy efektivního programu – viz dále. Jsou-li v rámci všeobecné prevence zachyceny signály ohrožení skupiny nebo jednotlivců, nabízí se některý z dalších typů programů.

Programy selektivní primární prevence – zaměřené na skupiny osob, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik závislostí a jiných typů rizikového chování a které jsou ohroženy víc, než běžná populace – např. programy včasné intervence u problematických tříd.

Programy indikované primární prevence – zaměřené přímo na jedince či skupiny jedinců, u kterých jsou přítomny rizikové faktory pro vznik závislostí či jiných typů rizikového chování. Komplexní nabídka spolupracující organizace, poskytující škole program prevence, by měla obsahovat služby na těchto úrovních nebo na ně alespoň odkazovat.

IV. Prevence dle věku

Prevence se také dělí podle věku cílové skupiny. Věkové kritérium (podobně jako kritérium rozlišující pohlaví) musí být kombinováno s dalšími kritérii: např. vzdělání, příslušnost k určité sociální skupině, projevy rizikového chování apod. U dospělé populace je nutno počítat i s kritériem rozlišující profese (např. snadná dostupnost návykových látek pro osoby pracující ve zdravotnictví, návyk na tabák u řidičů MHD…).

Efektivní primární prevence má jasně vymezenou cílovou skupinu, neboť pracuje s výsledky výzkumů zaměřených na prevalenci vzniku rizikového chování. **Prevalence** je jedním ze základních parametrů v epidemiologii. Udává poměr nemocných jedinců k celkovému počtu jedinců ve sledované populaci. Je vztažena k určitému časovému okamžiku a nejčastěji se vyjadřuje v procentech.

Například se z výzkumů prevalence můžeme dozvědět, že 28,2 % české populace tvoří kuřáci (pravidelní a příležitostní), z nichž ¾ začaly s kouřením do 18 roku věku, tj. nejčastěji v období docházky na základní, střední školu či učiliště. V posledních letech se posun počátků kouření posouvá do věku 13–14 let a kritický pro začínající kuřáky je věk 15 let.

Na základě takovýchto údajů lze efektivně zacílit program primární prevence na takové téma, které je pro děti rizikové (např. v běžné prevenci se v šesté třídě hovoří o riziku kouření a nadužívání alkoholu, v sedmé třídě pak o tvrdých drogách a v sedmé/osmé třídě o rizikovém sexuálním chování). Obecně lze charakterizovat specifika primární prevence vzhledem k věku takto:

- 1) **Předškolní věk 3–6 let**: prevence zaměřená především na vytváření zdravých životních návyků, zdravých sociálních návyků a zdraví jako nejdůležitější hodnoty. Čím je věk dítěte nižší, tím více je prevence orientována na zdraví. Programy pro předškolní děti řadíme do oblasti nespecifické primární prevence.
- 2) **Mladší školní věk 6–12 let**: prevence je zaměřená na prohlubování dovedností, jak chránit své zdraví a na předání informací o škodlivosti tabáku a alkoholu, včetně vymezení základních pravidel týkajících se užívání návykových látek obecně.

- 3) **Starší školní věk 12–15 let**: prevence je zaměřená na rozvoj sociálních dovedností, především interaktivní programy pomáhají dětem čelit sociálnímu tlaku, jsou také zaměřeny na asertivní chování, na zkvalitnění komunikace, na nenásilné zvládání konfliktů, na nácvik odmítání návykové látky, na zvládání stresu, na tvorbu postojů na základě objektivních informací apod. Programy pro tuto věkovou kategorii řadíme do oblasti specifické primární prevence.
- 4) **Mládež 15–18 let**: prevence je zaměřená na podporu protidrogových postojů a norem, na nabídku pozitivní alternativy trávení volného času, seznámení se s možnostmi řešení obtížných situací (včetně možnosti, kam se obrátit v případě problému spojeného s užíváním návykových látek).
- 5) **Mladí dospělí 18–26 let**: prevence je cílená podobně jako v předcházejících obdobích s větším důrazem na zodpovědná rozhodnutí a s více informacemi o právní odpovědnosti v dospělosti.
- 6) **Dospělá populace – nad 26 let**: podávání objektivních informací z oblasti drogové problematiky a odbourávání mýtů spojených s užíváním návykových látek.

Minimální preventivní program – konkrétní program školy zaměřený na osobnostní a sociální rozvoj a rozvoj sociálně komunikativních dovedností žáků, je založen na jejich aktivitě, např. odmítání alkoholu a drog, smysluplné trávení volného času, vyrovnání se s úzkostí, strachem. **Školní preventivní strategie** není založena pouze na hromadných přednáškách a jednostranném předávání informací. Tato strategie by měla respektovat rozlišování specifické a nespecifické prevence a výběr a tvorba programů by se měla řídit níže uvedenými pravidly o efektivitě programů.

V. Efektivita preventivních programů

Jaká prevence funguje a jaký program objednávat

Za nejefektivnější prevenci je považována taková, která splní své cíle s nejnižšími časovými, personálními a finančními investicemi. Program takové prevence musí být měřitelný a transparentní, užívá náležité metody monitorování a evaluace. Efektivita se vyplácí 1:4–5 (Pentz, 1998), tedy 1 koruna investovaná do specifické prevence by se měla státu 4x až 5x vrátit na úspoře v sociálních a zdravotních službách, pokud se dítě nestane v budoucnosti závislým na určitém druhu rizikového chování. Samozřejmě však je měření účinnosti a efektivity primární prevence velmi obtížné, jedná se o úsilí dlouhodobé, škola není laboratoř, a proto je zde velký vliv externích faktorů.

Za účinný a efektivní je program považován, pokud splňuje následující kritéria:[3)]

- oddaluje nebo brání začátku užívání, nebo snižuje frekvenci užívání;
- snižuje sociální a zdravotní rizika a škody užívání mezi studenty včetně ohrožení jejich fungování ve škole;
- zvyšuje schopnost studentů činit informovaná a odpovědná rozhodnutí, zda a jak budou užívat;
- má dlouhotrvající výsledky.

Obecně se ukazuje, že efektivní je program dlouhodobější, zaměřený na rozvoj sociálních dovedností, osobní rozvoj a podávající objektivní informace o drogách (podrobněji dále).

3) Volně dle Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí: Příručka o efektivní školní drogové prevenci. Praha: Úřad vlády České republiky, 2005.

Nebylo prokázáno, že intenzivnější je efektivnější a ani, že je účinný pouhý nácvik odmítání, vždy se musí jednat o program komplexně zaměřený na postoje dětí a na společenský vliv (tlaky, normy, cíle). Děti a mladiství totiž vždy v oblasti rizikového chování stojí před rozhodnutím, kdy zvažují potenciální vzdálené riziko (někdy velmi vzdálené např. rakovina plic za 30 let) versus momentální uspokojení (často intenzivní a radostné). Taková volba není jednoduchá.

Z příkladů „dobré praxe" efektivních škol vyplývá, že je vhodné mít ošetřeny následující oblasti:

- obsah programu (kompletní, lokálně akcentované, objektivní, věku přiměřené informace)
- jak si počínat při drogových experimentech (školení personálu)
- jasná školní pravidla a nařízení ohledně drog a rizikového chování (ve školním řádu)
- spolupráce se zákonnými zástupci (příkladem, komunikace, informace o prevenci)
- popis cílové skupiny, co naše konkrétní děti potřebují, čím jsou ohroženy
- participace všech zúčastněných
- zařízení a výcvik pro realizaci programu
- provádění programu s dostatkem prostoru/času

Co tedy podle průzkumů v primární prevenci funguje?

- dlouhodobá a kontinuální práce s dětmi (soustavné budování důvěry, zapojení rodičů a pedagogů),
- práce v malých skupinách (max. 30 účastníků, spíše méně, kruhové uspořádání sezení, interakce, dialog),
- aktivní účast cílové skupiny (prožitek, výtvarné a pohybové techniky, rozbor, nutná zpětná vazba, vždy aktivitu zpracovat, „vytěžit"),
- reakce na aktuální potřeby cílové populace (nutno sledovat nové trendy, být tzv. „in", sledovat vývoj konkrétní skupiny, mít o ní informace),
- nabídka pozitivních alternativ (zdravý životní styl, posilování sebevědomí, rozvoj komunikace, nácvik řešení problémů, vedení k zodpovědnosti),
- jasný a strukturovaný program (předem daná metodika, požadavky na vzdělání a kompetence lektorů, časové ohraničení, vymezená témata a pravidla, shrnující závěr),
- důraz na kontext programu (respektování specifik dané lokality, spolupráce s rodiči, spolupráce institucí zapojených do programu prevence).

Pro úplnost musíme uvést, co naopak nefunguje:

- Programy založené pouze na předávání informací o drogách. Tyto nemění postoje a chování, a pokud jsou předávané informace v rozporu se zkušenostmi dětí, mohou mít i opačný účinek.
- Varovné slogany a odstrašující příklady. Nemají vliv na změnu chování, pouze vytvářejí postoj typu: „to se mně přece nemůže stát".
- Jednorázové programy a jednorázové přednášky bez návaznosti.
- Krátkodobé a málo intenzivní programy – nepravidelné aktivity, bez uceleného rámce.

- Programy bez interaktivních prvků – založené pouze na pasivním vstřebávání informací, nerozvíjí dovednosti, není zde zpětná vazba.
- Programy, které neodpovídají potřebám cílové skupiny. Často jsou příliš obecné, neznají potřeby dětí, přicházejí buď příliš brzy, nebo příliš pozdě podle věku, mají nereálné cíle.
- Programy, poskytované osobami bez dostatečných zkušeností nebo osobami, které nemají respekt a uznání.
- Kampaně ve sdělovacích prostředcích – nemají vliv na změnu chování, v ideálních případech pouze zvyšují informovanost.
- Spoléhání na jeden typ programů bez zapojení dalších komunitních aktivit a rodičů.
- Setrvačnost, tedy pokud je program stále stejný i přesto, že už není aktuální.
- Školní politika nulové tolerance – vylučování ze střední školy nebo jiné tvrdé tresty, pokud se zjistí užívání drog u studentů, testování drog z moči.
- Screeningové metody – testování školního klimatu barvovými testy či hledání stop po návykových látkách prostřednictvím stěrů z lavic nelze považovat za účinnou specifickou primární prevenci.
- Návštěvy policistů se psy a ukázky jejich výcviku – prevenci a ukázky represe nelze zaměňovat. Zastrašování není efektivní prevencí.

V následujících odrážkách jsou vymezeny podmínky, okolnosti a přístupy, které jsou zásadní v posuzování kvality programu, pokud si jej chci objednat od externího posuzovatele (vše je garantováno, pokud je program certifikován).

- Dostatečná frekvence a kontinuita.
- Komplexnost programu.
- Jasně vymezená cílová skupina (pro koho dle věku a míry ohrožení).
- Adekvátnost informací.
- Včasný začátek působení.
- Pozitivní orientace programu a demonstrace konkrétních alternativ.
- „KAB“ modelu – což značí, že program není zaměřen pouze na předávání informací, ale především na kvalitu postojů a změnu chování, KAB model znamená zapojení kognitivní, emoční a behaviorální složky při práci s dětmi.
- Využití „peer“ prvku, vlivu vrstevníků, interaktivního a aktivního zapojení.
- Denormalizace – vytvoření sociálního klimatu, které závislostní chování a užívání návykových látek nepovažuje za normální.
- Do primární prevence patří i nabídka specializované péče, předávání užitečných kontaktů.
- Nepoužívání neúčinných prostředků, za které se považuje pouhé poskytování zdravotnických informací, zastrašování, moralizování apod., viz výše.

V praxi to značí následující náležitosti programu:

- Kontrakt – poskytující zařízení by mělo s objednavatelem uzavřít nejlépe písemnou smlouvu, kde jsou vymezeny podmínky a pravidla jejich vzájemné spolupráce.
- Mapování potřeb – poskytovatel programu by měl mapovat aktuální potřeby objednavatele a dle nich program flexibilně modifikovat.

- Návaznost na učivo a minimální preventivní program (MPP) – je zmapováno, co se žáci dozvěděli o rizikovém chování z jiných zdrojů. Program je v souladu s MPP.
- Návaznost na situaci ve třídě, ve skupině – program realizovaný ve třídě, skupině, by měl navazovat na momentální situaci ve třídě, skupině, na aktuální fázi skupinového soužití.
- Vymezení práv objednavatele programu a účastníků programu – jsou jasně vymezená práva objednavatele (v kontraktu, ve smlouvě) a byla stanovena, prodiskutována nebo také viditelně vyvěšena pravidla přímo pro účastníky programů.
- Metodika, manuál programu. Každý kvalitní program má svůj manuál, metodiku, která by měla být škole (zařízení) k dispozici, aby měli pracovníci i vedení školy (zařízení) konkrétní představu, jak je se žáky/klienty pracováno, jakými formami a s jakými tématy.
- Nezatíženost žádnou ideologií. Kvalitní program se zdržuje zatížení jakoukoli ideologií.
- Rizika a přínosy programu. Objednavatel je seznámen s očekávanými přínosy programu, ale také by měl znát rizika, která realizace programu v jejich zařízení nutně přináší.
- Hodnocení programu. Kvalitní program je pravidelně evaluován.
- Závěrečné zprávy z programů jsou nezbytnou součástí komunikace mezi objednavatelem a realizátorem programu primární prevence.

VI. Jak nejlépe ošetřit podmínky v konkrétním zařízení/škole?

Velmi důležité je znát situaci v „mé škole“, „mé třídě“ – drogy ve škole nejsou neobvyklé! Je třeba si to přiznat, přestože bychom si přáli opak, a objektivně posoudit míru ohrožení v daném zařízení a lokalitě. ***Nikdy bychom neměli slibovat dětem mlčenlivost o získaných informacích, pokud ji nemůžeme dodržet***. Nežli ji přislíbíme, je dobré zvážit, jak naložíme se zjištěnými daty (abychom se například nestali spolupachateli trestného činu). Obecně se doporučuje mlčení ve školských zařízeních na pozici učitele či vychovatele spíše neslibovat.

Mám možnosti získat informace následujícími postupy:

- **Pozorování** (sledujeme absence dítěte, proměny zájmů, prospěchu, změna přátel, party, podivné chování, změny v chování, konflikty s autoritami, spánek přes den, hubnutí, kožní defekty, krádeže, nález drog či potřeb k jejich aplikaci).
- **Rozhovor** s dětmi z pozice zvědavce – „Jak to tady vlastně chodí?“
- **Anonymní dotazníky** (důležité je však dodržet etická pravidla, slibuji-li anonymitu, jsem povinen ji dodržet a nepátrat dle typu písma po autorovi; otázkou, která by měla být formulována předem, je, co s výsledky – jak s nimi naložím, komu budou sloužit, jak naložím s faktem, který se dozvím).

V rámci mapování terénu bychom měli rozlišovat pojmy užívání a nadužívání (například u léků), užití a užívání, experimentování a závislost. Podle závažnosti pak volíme prostředky nápravy a specialisty, kteří nám mohou být nápomocni.

Užívání lze rozdělit na:

- **ojedinělé/experiment** (výjimka, 2x - 3x za život, ze zvědavosti, na zkušenou)
- **rekreační/odreagování** (při zvláštních příležitostech, méně často na vhodných akcích – taneční zábavy, koncerty, festivaly)

- **příležitostné/zvyk** (když je příležitost a možnost, víkendově, v partě, aby se něco dělo)
- **intenzivní/návyk** (aktivní vyhledávání situací, kde se látka užívá, shánění a kupování, může být zatím bez zjevných problémů, iluze kontroly nad situací, tvorba zásob, užívání o samotě)
- **nucené/závislost** (nepříjemné psychické a fyzické stavy při odnětí drogy, nezvladatelná pozice v důsledku vážných doprovodných problémů – dluhy, zdraví, krádeže, zanechávání ostatních činností, totální ztráta zájmů, postižený nemusí mít nadhled nad svou situací)

Strategie ochrany školy, minimalizace potíží s rizikovým chováním se řídí následujícími hesly: „kontakt s žáky, objektivní informace, vzdělávání personálu, kontakty na síť odborných zařízení, boj s mýty". U návykových látek pak je třeba znát skutečnou nebezpečnost, rozlišovat legální a nelegálním látky, ale nedat se rozdělením zaslepit, odlišovat užívání a nadužívání/ zneužívání, legalizaci a dekriminalizaci, posuzovat lokální dostupnost látek, mít informace o prevalenci a o základních sociálních a kulturních aspektech užívání. Na základních školách a v zařízeních pro děti školního věku počítat s výskytem a být připraven na práci s tématem: tabák, alkohol, léky a marihuana. Vědět, že dealer není cizí člověk před školou rozdávající bonbóny. Přestože se s užíváním neztotožňujete, je dobré vědět, jak droga vypadá, voní, kde se dá v dané lokalitě sehnat a kolik přibližně stojí. Dále je užitečné odolávat působení mýtů: vždy není nutná detoxikace, závislost nevzniká většinou u druhého/třetího užití, marihuana nevede přímo k tvrdým drogám apod. Je třeba držet krok v informovanosti s dětmi a děti toho ví o návykových látkách mnoho, ač jejich informace mohou být neúplné či zkreslené.

Z praxe se osvědčilo zavést na škole „funkční" pravidla, situace jasně ošetřené ve školním řádu, předem připravené krizové scénáře s konkrétními jmény v kontaktech a telefonními čísly, preventivní práce s ohroženými jedinci, udržování lidského kontaktu, zájem o děti, vedení rozhovorů. Vytvoření krizového scénáře zabrání panice, je užitečné mít ošetřeny situace intoxikace dítěte, záchytu neznámé látky, dealování a prodeje drog, pravidla komunikace s policií, popřípadě s médii. Postup, když jde „do tuhého" zahrnuje tyto informace: kdo komu konkrétně telefonuje, v jakém pořadí – záchranná zdravotnická služba, policisté, rodina, nadřízení na pracovišti, poradenská pracoviště, OSPOD a podobně, na koho konkrétně se obracet – například na policii, kdo je na útvaru prevence a věnuje se přímo práci s mládeží, pod jakou konkrétní sociální pracovnici spadáme.

Ve škole by měly být k dispozici na veřejně přístupném místě příslušné zákony, metodické pokyny, minimální preventivní program, školní řád a pravidla sankcí za porušování zákona. Pokud to je jen trochu možné, neopomínáme zahrnutí rodiny. V běžné škole je komunikace s rodinou nezbytná, odpovědnost za dítě leží prioritně na ní. Pokud je rodina problematická, alespoň učitelé pak svým jednáním a přístupem mohou nabízet dítěti možnou alternativu (tedy lze žít i bez drog, lze se chovat bezpečně).

Pomáhá, pokud je zmapována síť služeb v lokalitě. Systém péče v primární prevenci tvoří specializovaná centra, neziskové organizace, střediska výchovné péče, pedagogicko-psychologické poradny, občanská sdružení. V sekundární a terciární prevenci pak terénní programy, kontaktní centra, substituční programy, v oblasti léčby jsou to centra detoxikace

pro děti či dospělé, ambulantní centra ve zdravotnických zařízeních a neziskových organizacích, stacionární zařízení, psychiatrické léčebny, léčebné komunity, doléčovací programy (zaměřující se na prevenci relapsu, recidivy, chráněné dílny apod.).

Je výhodou, pokud je personál v oblasti prevence rizikového chování vzdělaný a informovaný. Je také vhodné, aby měl možnost sdílet náročnost své profese formou intervize, supervize či balintovských skupin. Inspirující mohou být teambuildingové aktivity a výjezdy celého kolektivu (týmové výjezdní porady apod.).

Použitá literatura

JAK VE ŠKOLE VYTVOŘIT ZDRAVĚJŠÍ PROSTŘEDÍ: PŘÍRUČKA O EFEKTIVNÍ ŠKOLNÍ DROGOVÉ PREVENCI. Praha: Úřad vlády České republiky, 2005.

JURČÍKOVÁ, R. Problematika užívání návykových látek u dětí – mladistvých – preventivní programy. Bakalářská práce, UTB ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, 2007.

KALINA, K. ET. AL. Drogy a drogové závislosti 2: mezioborový přístup. Praha: RVKPP, 2003, s. 274–329.

KOLAŘÍK, M. (ED.) Studijní texty pro metodiky prevence sociálně patologických jevů. (projekt A nebo...). Olomouc: Albert, 2007.

MIOVSKÝ, M.; SKÁCELOVÁ, L.; ZAPLETALOVÁ, J.; NOVÁK, P. (es): Primární prevence rizikového chování ve školství. Praha: SCAN, 2010.

NEŠPOR, K., CSÉMY, L., PERNICOVÁ, H. Zásady efektivní primární prevence. Praha: Sportpropag, 1999.

RADIMECKÝ, J. Stručný přehled některých nejčastějších mýtů a fakt o drogách (01. 08. 2006), [on-line]. Dostupné na: www.adiktologie.cz.

RADIMECKÝ, J. Primární fikce prevence užívání drog? (ústní sdělení). Praha, 2006.

Skripta vydaná Centrem adiktologie (Projekt A nebo.... A Scripta pro ŠMP ve spolupráci s IPPP ČR a Prev-centrem o. s.)

STANDARDY ODBORNÉ ZPŮSOBILOSTI POSKYTOVATELŮ PROGRAMŮ PRIMÁRNÍ PREVENCE UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK. Praha: MŠMT, 2005.

SYSTÉMOVÝ PŘÍSTUP V PREVENCI UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK – CO FUNGUJE A NEFUNGUJE V PRIMÁRNÍ PREVENCI. [on-line]. Zaostřeno na drogy, 2007, č. 2. Dostupné na: http://icv.vlada.cz/assets/vydavatelstvi/periodicky-tisk/zaostreno_na_drogy_200902v2_www.pdf

TYLER, A. Drogy v ulicích: mýty-fakta-rady. Praha: Železný, 2000.

VAN DER STEEL, J., VOORDEWIND, D. Příručka prevence: alkoholu, drog a tabáku. Pompidou Group Council of Europe &Jellinek Consultancy, 1998.

Užitečné internetové stránky:

www.odrogach.cz, www.podaneruce.cz, www.adiktologie.cz, www.drogovaporadna.cz, www.dropin.cz,

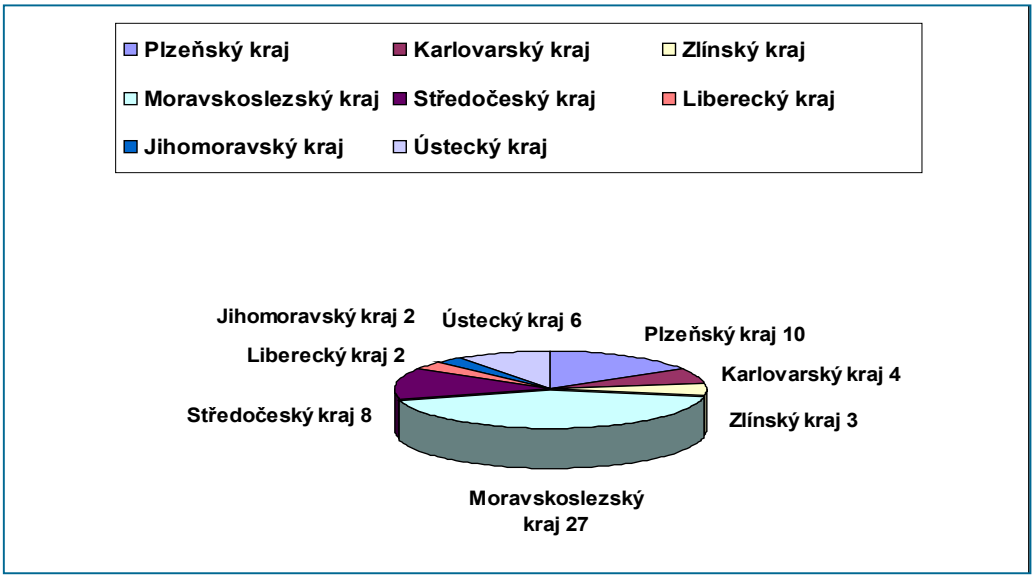
www.extc.cz, www.drogy.net, www.drogy-info.cz, www.drogy.cz, www.reknedrogam.cz, www.rect.muni.cz

2. Mapování potřeb na konkrétních školách

Jak již bylo zmíněno v úvodu, pokusili jsme se na počátku tvorby této metodiky zmapovat, jaké jsou skutečné potřeby konkrétních regionů.

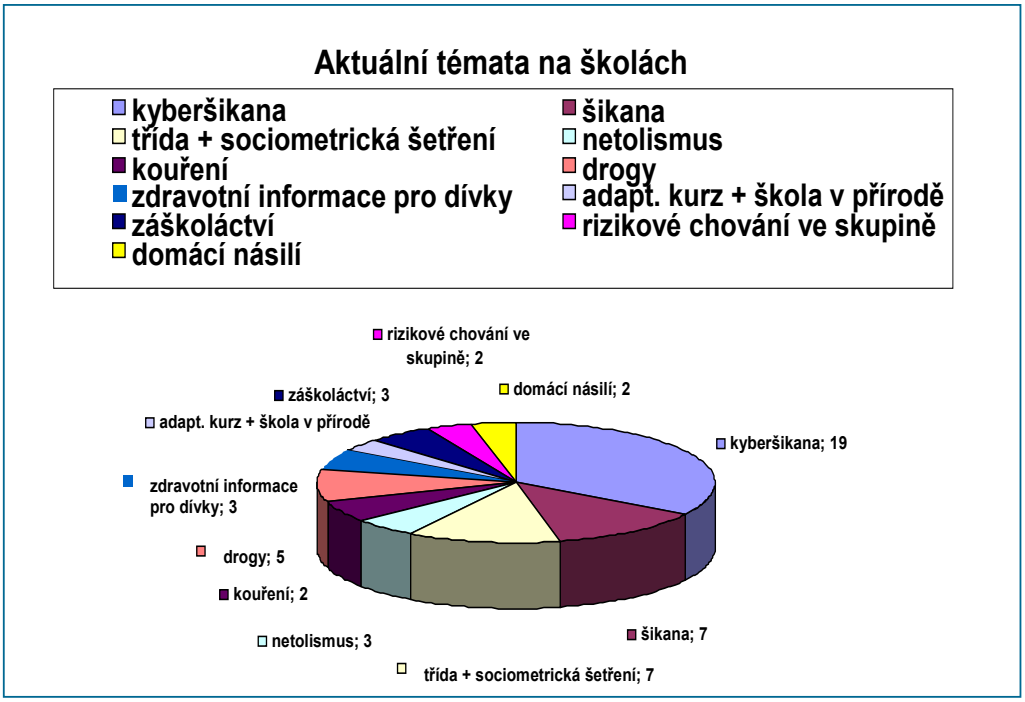
Anketu vyplnilo a zaslalo 62 základních škol z 8 krajů ČR: (Plzeňský kraj – 10 škol, Karlovarský kraj – 4 školy, Zlínský kraj – 3 školy, Moravskoslezský kraj – 27 škol, Středočeský kraj – 8 škol, Liberecký kraj – 2 školy, Jihomoravský kraj – 2 školy, Ústecký kraj – 6 škol).

Graf 1: Přehled zapojených krajů a škol



Mapovali jsme, jaká témata z oblasti rizikového chování jsou pro školy aktuální a z jakých zdrojů řeší jejich prevenci, zda si preventivní programy spíše objednávají od externích objednavatelů, či si je realizují sami.

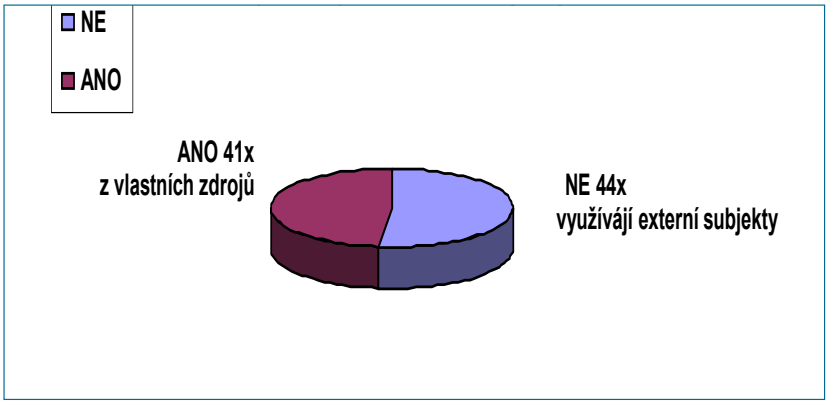
Graf 2: Aktuální témata na školách



Školy označily další aktuální témata: finanční gramotnost, respektování cizí práce, vztah k vlastnímu a cizímu majetku, posílení sociálních dovedností, poruchy příjmu potravy, alkohol, extremismus, sebepoškozování, volnočasové aktivity, závislost na PC, pití energetických nápojů.

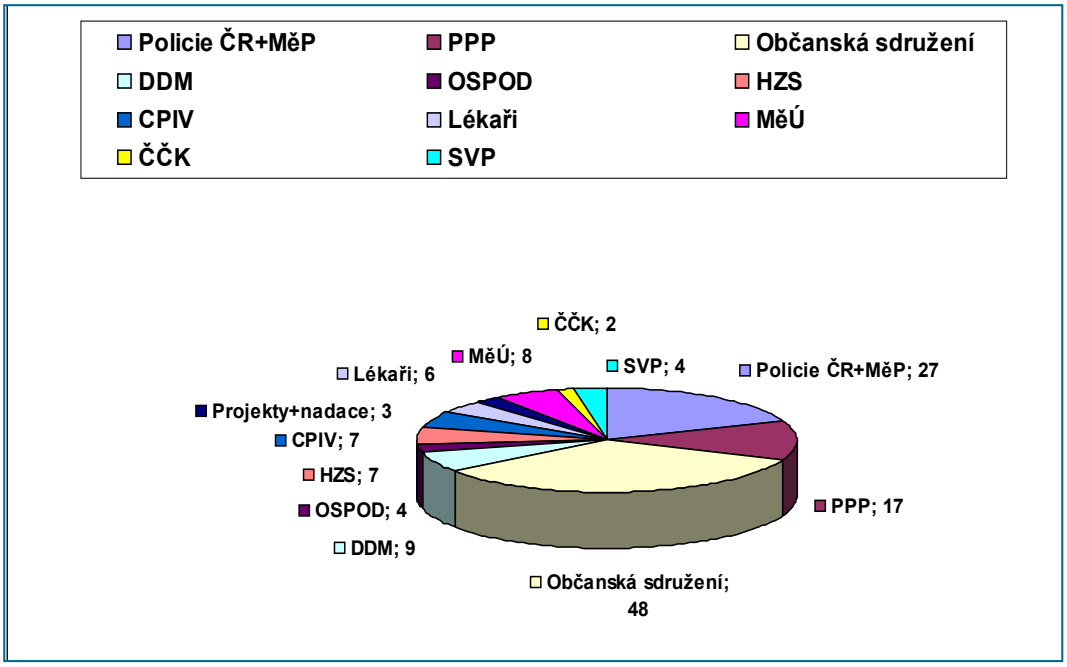
Školy realizují preventivní programy z vlastních zdrojů zhruba v polovině případů.

Graf 3: Školy realizující preventivní programy



Využití externích subjektů je rozloženo následovně:

Graf 4: Přehled využívaných externích subjektů



Naše metodika nepostihuje veškerá žádaná témata, snaží se však nabídnout inspiraci pro většinu těch nejpotřebnějších: práce se třídou na podporu zdravého klimatu a prevenci rizikového chování obecně, program prevence zneužívání alkoholu, cigaret a marihuany, několik modelů zaměřených na podporu vztahů ve třídě a prevence poškození vztahů formou adaptačních kurzů, téma kyberšikany, agrese, extremismu a záškoláctví. Seznam konkrétních organizací, které se školám osvědčily a doporučují je ke spolupráci ostatním, naleznete v závěru této publikace.

3. Záškoláctví

Autor, název organizace: Eva Franzová, ředitelka a školní metodička prevence ZŠ a ZŠP Česká Kamenice

Záškoláctví je jedním ze závažných problémů, které musí školství řešit. Záškoláctvím trpí nejen jedinec, který se ho dopouští, ale celá společnost, protože jeho důsledkem jsou špatné studijní výsledky žáků, jejich horší uplatnění v životě i možná následná kriminální činnost.[4] Dle míry záškoláctví lze indikovat správnou funkci celého vzdělávacího systému.

Pokud bychom chtěli vysvětlit pojem záškoláctví, lze říci, že jde o úmyslné zameškávání školních vyučovacích hodin, kdy žák z vlastní vůle, ve většině případů bez vědomí rodičů nebo zákonných zástupců nechodí na vyučování či odborné praxe vykonávané v rámci studijního oboru. Jde svým způsobem o útěk žáka ze školy. Proto záškoláctví, útěky, toulky řadíme do stejné kategorie poruch chování, neboť tyto jevy jsou si podobné a je těžké zjistit přesnou hranici mezi nimi. Záškoláctví se vyskytuje jak na základních školách, základních školách praktických, základních školách speciálních, tak i středních školách, kdy se s postupujícím věkem míra záškoláctví (počet zameškaných neomluvených hodin) zvyšuje. Záleží též na typech škol a na organizačních opatřeních, kterými daná škola bojuje proti tomuto závažnému problému, a hlavně jaké metody a postupy škola používá či vyvíjí, aby se tomuto jevu předcházelo a formy prevence byly účinné. Jak bylo již zmíněno záškoláctví je asociální poruchou, kdy jedinci nejsou schopni plnit si své školní povinnosti a dostávají se tím pádem do stresujících situací (např. se může jednat o strach s potrestání rodičem, zákonným zástupcem). Ve většině případů se ale jedná o děti či mládež, které škola nebaví a snaží se jí tímto způsobem vyhnout. Jde o několik kategorií záškoláctví. Například Vágnerová (2005) rozlišuje záškoláctví, které má impulsivní charakter a které je účelové, plánované. Kyriacou (2005) zase uvádí, že záškoláctví je složité na popsání a dělí ho do pěti kategorií – pravé záškoláctví, záškoláctví s vědomím rodičů, záškoláctví s klamáním rodičů, útěky ze školy, odmítání školy. Znalost typologie a příčin záškoláctví a jejich včasné rozpoznání u konkrétního dítěte může pedagogovi velmi pomoci při řešení situace, může dle různých typů a příčin volit účinnou intervenci.

Dělení dle Vágnerové (2005)

Záškoláctví impulsivního charakteru – je jednání, kdy žák předem neplánuje absenci ve škole, ale reaguje unáhleně, impulsivně, mnohdy odejde i v průběhu vyučování, bez udání důvodu odchodu. Tento typ záškoláctví může trvat i několik dnů, většinou do té doby než zákonní zástupci zjistí, že dítě nechodí řádně do školy. Složitější jsou případy u zletilých, kteří navíc nežijí spolu s rodiči a mnohdy u nich dochází k tak vysokému počtu neomluvené absence, že se přistupuje k vyloučení žáka ze školy.

Záškoláctví plánované, účelové – je chování, kdy žák plánovitě nejde do školy nebo se vzdálí ze školy pod různými výmluvami a záminkami, nejčastěji před plánovanými písemnými prácemi, zkoušením nebo v době, kdy ve škole probíhá neoblíbený předmět. Někdy i ze strachu z autoritativního či neoblíbeného učitele. U tohoto typu „záškoly“ je Vágnerová

4) KYRIACOU, CH. Řešení výchovných problémů ve škole. Praha: Portál, 2005. str. 44.

přesvědčena, že se jedná o projev odporu dítěte ke škole, kdy se tímto únikovým chováním cíleně vyhýbá nepříjemnostem, které ve škole prožívá.

Typologie záškoláctví dle Kyriacou (2005)

Pravé záškoláctví – jev, kdy žák nechodí do školy, ale rodiče myslí, že dítě ve škole je.

Záškoláctví s vědomím rodičů – v tomto případě žák zameškává školní vyučování za podpory rodičů. Často toto jednání nejenže schvalují a podporují, mnohdy na něho činí i nátlak (např. dítě využívají k pomoci při práci či starosti o sourozence na úkor školní docházky). Jindy se jedná o rodiče s liberální výchovou, kteří podpoří dítě ve všem, co si přeje, nebo může jít o typ rodičů, kteří se staví ke vzdělání nepřátelsky, tudíž nevidí nic špatného na vysoké zameškané absenci.

Záškoláctví s klamáním rodičů – zde se jedná spíše o manipulativní jednání některých žáků, kteří v touze nejít do školy umí bravurně přesvědčit rodiče o svém např. špatném zdravotním stavu či jiných komplikacích, které jim brání zúčastnit se školního vyučování, ale nejsou výjimkou ani případy, kdy žák oznámí rodičům svou nepřítomnost ve škole s několikadenním zpožděním a rodič mu dodatečně omluvenku napíše, tím dává dítěti najevo, že je s ním názorově za jedno, a není tudíž dítětem klamán, ale naopak ho v záškoláctví podporuje.

Útěky ze školy – tento druh záškoláctví řadí Kyriacou ve své knize k tzv. internímu záškoláctví, kdy se žáci na vyučování dostaví, ale během dne si z některé vyučovací hodiny odskočí a zdržují se někde v prostorách školy nebo se na pár hodin vzdálí z budovy školy a opět se vrátí.

Odmítání školy – tato kategorie se týká žáků, kterým představa školní docházky činí psychické potíže.[5] V těchto případech jde o tak závažnou poruchu, která se leckdy musí řešit ve spolupráci s psychology, pedagogy a jinými specialisty. Tyto poruchy mohou být způsobeny již prožitou negativní událostí a zkušeností, se kterou se žák neumí vhodně vypořádat, nebo se může jednat pouze o pocit, že se setká ve škole s nějakou neřešitelnou situací. Mnohdy tento pocit a strach přejde až do školní fobie a leckdy vyústí až k depresivním stavům. Velmi těžké je v těchto případech odhadnout hranici mezi skutečně psychicky narušenými jedinci a žáky, kteří do školy chodit nechtějí a vymýšlí si různé alternativy, jak se školní docházce vyhnout.

Ve zkratce lze říci, že záškoláctví přináší množství negativních důsledků, které ovlivňují nejen žáka, studenta samotného, ale taky jeho rodiče, rodinu či vrstevníky. Záškoláctví tak narušuje celkový vzdělávací proces, vzdělávání žáka, klade zvýšené nároky na opětovné získávání školních návyků, dohnání zameškané látky a vědomostí, na které navazuje učivo nové. To způsobuje, že žák pak nestíhá pojmout nové věci, tápe v kolektivu – a aby se vyhnul ztrapnění se, nezůstává mu jiné, než se škole opět vyhnout…[6]

5) Kyriacou, Chris. Řešení výchovných problémů ve škole. Praha: Portál, 200. str. 45.

6) Hanzlovský, Michal. Celostatnimedicina.cz [online]. 2009 [cit. 2010-05-15]. Záškoláctví, co s ním? Dostupné z www: <http://www.lekarna-zdravi.cz/clanky/cist-3491>.

Příčiny záškoláctví

Existuje celá škála příčin záškoláctví, které bývají často propojeny s již výše uvedenými kategoriemi. Změnou poměrů v sociální oblasti se změnily též staré příčiny záškoláctví, které byly často způsobeny samotnými rodinami, zvláště těmi méně majetnými a převážně z vesnic, které omezovaly školní docházku svých dětí z důvodu pomoci při domácích pracích a okolo hospodářství nebo z důvodu nedostatku financí. Ani v dnešní době nemůžeme vyloučit případy, kdy žák řádně neplní školní docházku z těchto důvodu, ale tyto jevy jsou spíše ojedinělé. V současnosti jsou příčiny záškoláctví odlišné. Uvést můžeme několik z nejčastěji se vyskytujících důvodů, proč se žáci záškoláctví dopouští.

Negativní vztah ke škole – odpor ke škole může být způsoben negativním postojem ke vzdělání jako takovému. Žák nejeví zájem trávit podstatnou část dne ve školním prostředí a necítí potřebu získávat nové vědomosti, zkušenosti, dovednosti a návyky, které ovlivňují rozvoj každého jedince. Pokud si žák nevytvoří kladný vztah k učebním činnostem, mívá zpravidla špatný prospěch, tím pádem dochází i k negativnímu hodnocení jeho výkonu učitelem, přičemž se může stát, že žák přestane docházet pouze na jeden konkrétní předmět či výuku podobného zaměření, kde se mu nedaří zvládat probírané učivo. Proto je velmi důležité, aby učitel hodnotil každého žáka s ohledem na jeho psychiku a individuální schopnosti, nekáral ho za neúspěch v učení anebo v horším případě, aby nedocházelo ze strany učitele k zesměšňování slabšího žáka, u kterého by se tímto nepedagogickým, nekorektním jednáním mohl u žáka vyvinout komplex méněcennosti. Zkušený pedagog by měl zjistit kladné stránky a dovednosti žáků a ty vhodně rozvíjet a poukazovat nejen na negativní výsledky v učení, ale naopak vyzdvihovat jejich úspěchy v předmětech, ve kterých se jim daří. Zde je důležitý i postoj rodičů, kdy nemají dítěti vyhrožovat tresty za špatný prospěch nebo snášet nadávky na neschopnost kantorů, ale naopak se mají pokusit dítěti zajistit doučování předmětů, které mu činí problémy.

Na druhé straně mohou být motivem negativního postoje ke škole i mimořádné znalosti, vědomosti a dovednosti žáka. Tito žáci mají mnohdy tendenci vyvyšovat se nad ostatními průměrnými a podprůměrnými žáky, což samozřejmě školní kolektiv vnímá jako něco nepřijatelného a tohoto žáka berou jako rušivý element ve třídě. Často se pak třídní kolektiv postaví proti takto nadanému jedinci, ignoruje ho, spolužáci se mu posmívají či na něj vyvíjí jiný psychický nebo fyzický nátlak. Důležitou úlohu sehrává i vyučující, kdy na nadprůměrného žáka má stejné požadavky jako na ostatní, nechává ho stagnovat a nerozvíjí dále jeho schopnosti. Talentovaní žáci s nadprůměrnými schopnostmi, znalostmi se pak ve vyučování nudí. Příčinou, proč nelze vždy věnovat mimořádnou pozornost všestrannému rozvoji a individuálnímu přístupu, je vyšší počet žáků ve třídách, i když dle nových trendů dochází ke snižování tohoto počtu. V nejednom případě je příčinou i nedostatečná teoretická příprava a pedagogická praxe vyučujících.

Nepřiměřené požadavky na žáky – další příčina záškoláctví spočívá v přílišných požadavcích a nárocích na žáky, kdy žák při nedosažení uspokojivých školních výsledků na školní docházku rezignuje.

Negativní citové zážitky – mnohdy za neúspěchem žáka ve škole stojí negativní citové prožitky, které se odráží a přenáší do vztahu mezi učitelem a žákem či mezi žáky navzájem. Trvající neúspěchy ve škole a slabý prospěch žáka vede k postupnému zhoršování sociálního postavení ve třídním kolektivu. Následek slabého prospěchu nemusí spočívat pouze v nedostatečných vědomostech, ale i ve změnách osobnosti, kdy žák má nižší intelektuální schopnosti a ačkoliv se snaží, neporozumí zadaným úkolům a neosvojí si osnovami danou učební látku. Pokud je takové dítě za své neúspěchy trestáno, káráno a ponižováno, dochází ke konfliktním situacím, které mohou vést až k neurotickým poruchám chování. V těchto případech se nelze divit, že dítě ztrácí zájem o školu a školní docházce se všemožně vyhýbá. Podobně tomu bývá i u zdravotně či jinak handicapovaných žáků, které kolektiv často nepřijme mezi sebe. Leckdy se ale tito znevýhodnění žáci uzavírají před vrstevnickou či školní skupinou sami, například z pocitu méněcennosti (ať se již jedná o různé vady řeči, poruchy učení či jinak viditelné zdravotní postižení). Pokud nedojde k vhodnému začlenění těchto žáků do školního prostředí, dochází u nich k nezájmu o školní práci a narůstá u nich nechuť a odpor ke škole a školní docházce.

Špatně zvolený studijní směr – další z příčin nechuti k učení a chození žáka za školu může spočívat ve špatně zvoleném studijním oboru, kdy výuka studenta neuspokojuje, je pro něj nezajímavá, nudná až otravná. Záškoláctví z tohoto důvodu lze předcházet kvalitním výběrem vhodného studijního směru. Důležitá je komunikace mezi rodičem, žákem a výchovným poradcem, aby nedocházelo k případům, kdy například ambiciózní rodiče mají jiné představy o budoucím povolání své ratolesti a nutí ji studovat obor, na který nemá mnohdy intelektuální schopnosti a znalosti. Pokud dítě podlehne tlaku zákonných zástupců a nastoupí na školu, o kterou nemá zájem, nelze mu později vyčítat školní neúspěchy a nechuť ke školní docházce.

Vrstevnické skupiny – velmi častou příčinou záškoláctví jsou kamarádi a party, které mají v období puberty a adolescence na jedince větší vliv než rodiče a pedagogové. Škola se stává pro žáka nepodstatná a školní prostředí se jeví méně atraktivní než vysedávání v restauraci, parku, hernách či procházení se po obchodních střediscích (převážně dívky). Při tomto typu záškoláctví leckdy dochází i k delikventnímu chování, kdy si před sebou mládež v partách dokazuje neohroženost či ve snaze upoutání pozornosti ničí cizí majetek (např. sprejeři a graffiti) nebo páchají jinou trestnou činnost.

Stres – školní stres je možné definovat jako negativní emocionální prožitek, například úzkost, zlost, deprese a frustrace, pramenící z některého aspektu výuky. Tento termín poukazuje na stres vznikající ve škole a je třeba ho odlišit od ostatních zdrojů stresu (strach o rodiče, kteří se stále hádají, stav dlouhodobé nemoci apod.). Každopádně i jiné stresové situace ovlivňují negativně náladu žáka a jeho chování při školní výuce, ale nejsou příčinou stresu školního, jež vzniká převážně z obav a starostí, které žák prožívá ve škole. Příznaky stresu mohou být fyzické (časté bolesti hlavy, svalů, průjmy, kožní projevy, zvracení, sebepoškozování, velký úbytek či nárůst váhy…) nebo behaviorální (náhlá uzavřenost, hádky, plačtivost, návaly vzteku, nesoustředěnost, zanedbávání svého vzhledu, neplnění povinností a zadávaných úkolů…).

Rodinné problémy – jsou taktéž častým spouštěčem záškoláctví, neboť jak jsme již zmínili ve výše uvedeném článku, žák je při jakýchkoliv rodinných konfliktech, problémech vystaven neustálému negativnímu tlaku a stresu, kterému se snaží nějakým způsobem vyhýbat a uniknout z takto napjaté rodinné situace (např. probíhající rozvod rodičů, dlouhodobá nezaměstnanost jednoho nebo obou rodičů, kdy vznikají doma časté hádky kvůli nedostatku financí či závislost na návykových látkách některého či obou rodičů atd.). Mezi velmi závažné stresové situace patří i úmrtí blízkého člověka, s jehož ztrátou se žák není schopen vyrovnat, je neustále smutný, depresivní a není schopen se zapojit do aktivit, které před touto událostí vykonával, straní se lidem kolem něho, vrstevníkům i školnímu kolektivu a nejeví zájem o školní docházku v důsledku posttraumatické stresové poruchy. V těchto případech je nutné uvědomit si, že za tyto příčiny stresu dítě nemůže a samo je ani nevyřeší a velmi často je nutná profesionální pomoc (psychologa, psychiatra, pedagoga…).

Strach a šikana – další příčina záškoláctví může vzniknout ze strachu ze šikany. Žák se v důsledku obavy, že bude šikanován, bojí nejen vlastního pobytu ve škole, ale i cesty do školy a velký problém je, že svou neúčast ve škole ospravedlňuje rodičům různými nepravdivými tvrzeními, jelikož má strach odhalit pravou příčinu nedocházení do školy. Většině obětí šikany je agresory vyhrožováno ublížením či likvidací jeho osoby, pokud se někomu svěří. Vzhledem k tomu, že šikana zanechává na oběti vážné následky, hlavně psychické (u velkého procenta obětí se objevují výrazné poruchy chování), je záškoláctví z tohoto důvodu velmi závažné a u odhalené šikany je nutné řádné vyšetření a podniknutí veškerých účelných opatření k jejímu vymýcení. Důvěra v autoritu dospělých se bortí, pokud je potírání šikany neúčinné.

Zneužívání psychoaktivních látek – negativní vztah ke škole a zanedbávání školní docházky v současnosti značně ovlivňuje drogová scéna. U žáků, kteří užívají návykové látky, lze pozorovat jejich sníženou školní výkonnost, minimální úsilí při zadané práci a absolutní nezájem o dění ve školní třídě. Právě potřeba získat drogu vede mnohdy žáka k záškoláctví, jelikož v době, kdy by se měl účastnit školní výuky, se snaží opatřit si peníze na její nákup. Vysoké procento drogově závislých žáků patří mezi iniciátory šikany a mají na svědomí i téměř veškerou trestnou činnost páchanou v budovách škol. Je prokázáno, že kriminalita dětí a mladistvých má své kořeny právě v záškoláctví. Bohužel i přes značné úsilí v oblasti potírání drog, které vyvíjí vedení škol, pedagogové, preventisté, často ve spolupráci s Policií ČR se nedaří tento nešvar zastavit a návykové látky se ve školách mezi žáky distribuují a dokonce nemalá část závislých si látky přímo v budovách škol aplikuje.

Pokud bychom měli shrnout popisované příčiny záškoláctví, dojdeme k přesvědčení, že v podstatě každý typ záškoláctví se stává pro žáka potencionálním hrozícím nebezpečím, neboť čas, který vznikne v důsledku nedocházení do školy, musí žák nějak vyplnit a často se pak nabízí možnosti trávení volného času zcela nevhodným způsobem, ať se již jedná o užívání návykových látek, gamblingu či páchání trestné činnosti. Z těchto důvodů musíme vynaložit velké úsilí k odhalení pravých příčin záškoláctví a na základě zjištění, proč se tito jedinci k záškoláctví uchylují, začít systematicky s každým individuálně pracovat.

Vliv pedagoga na míru záškoláctví

Pedagog má v míře ovlivnění záškoláctví jednu z nejdůležitějších rolí, zejména pokud je třídní učitel žáka, který se záškoláctví dopouští. Zkušený pedagog by měl poznat, že záškoláctví je reakcí žáka na určitou situaci, kterou není schopen adekvátně řešit. Záškoláctví, jak již bylo zmíněno, je asociálním jednáním a vždy odráží současný psychický stav jedince. Jestliže žák vidí v učiteli pozitivní autoritu a je ochoten se mu svěřit s problémy a s důvody k záškoláctví, může pedagog tyto příčiny zmírnit, popřípadě úplně odstranit, nejlépe ve spolupráci s rodiči, výchovnými poradci a psychology, kteří by pro tyto účely měli mít na každé škole zastoupení.

K hodnocení záškoláctví by se mělo přistupovat obezřetně a s ohledem na jedince, který se tohoto jednání dopouští. U žáků, kde se problémy s neomluvenou absencí opakují a kdy nepomohlo ani výchovné působení pedagoga či rodiče, lze navrhnout speciální psychologické vyšetření. Vysoká míra a častost záškoláctví může být dokladem nesprávného pedagogického působení, nezájmu školy o kvalitní spolupráci s rodinou, ale i bojkotem těchto snah ze strany rodiny žáků. Při klasifikaci záškoláctví má být zaměřena pozornost nejen na postih žáka, nýbrž i na výchovné působení, které má mít preventivní charakter. Velkou úlohu zde sehrává i kvalita pedagogického personálu, aby došlo k působení na celý komplex vlastností jedince, nikoli jen na ty, jež vedly ke vzniku záškoláctví.

Intervenční programy v prevenci proti záškoláctví

Řada prací se zabývala opatřeními, která může škola učinit pro minimalizaci záškoláctví - Collins (1998), Hallam (1996), Reid (1999). Pozornost se většinou soustředila na vedení lepší dokumentace o problému a na pomoc žákům, u kterých hrozí nebezpečí chození za školu a v neposlední řadě na zpracování osnov, které budou lépe vyhovovat jejich potřebám. Užitečnou úlohu může hrát také spolupráce s vnějšími organizacemi a upozornění na možnost legálních postihů.[7)]

V dnešní době většina škol v boji proti záškoláctví realizuje mnoho praktických programů. Kyriacou popisuje některé z nich, jež se osvědčily převážně v Anglii, ale které by mohly být k užitku i školním zařízením na našem území. Na jedné střední škole bylo zveřejněno varování žákům, kteří by se dopustili byť jen jednodenního záškoláctví. Znělo: Když opustím byť jen na jeden den školní vyučování, může se mi stát, že:

> budu pozadu s učením
> dosáhnu špatných výsledků při závěrečných zkouškách
> nebudu se moci zúčastňovat některých školních aktivit
> mohl bych se dostat do potíží s policií
> nedostanu možná práci, kterou bych chtěl dělat, nebo nebudu moci studovat na další škole
> nebudu moci využít své schopnosti [8)]

7) KYRIACOU, CH. Řešení výchovných problémů ve škole. Praha: Portál, 2005. str. 53.

8) KYRIACOU, CH. Řešení výchovných problémů ve škole. Praha: Portál, 2005. str. 54.

V jiných intervenčních programech zabývajících se zlepšením školní docházky a snížením záškoláctví se uplatňovaly naopak motivační prvky:

- odměnit žáky, kteří měli v určitém daném období stoprocentní docházku, například pomůckami potřebnými ke vzdělávání, ale odměnou by mohly být i vstupenky do kina, bazénu, posiloven a jiných sportovních zařízení…
- vyhlásit soutěž o nejlepší docházku mezi jednotlivými třídami s měsíčním vyhodnocením
- udělování diplomů a pochval za nejlepší docházku jednotlivci i celé školní třídě

Souhrnně mají intervenční programy za cíl vytvořit takové školní klima, kde se pravidelná docházka od žáků očekává, oceňuje se a naopak špatná docházka je posuzována negativně a je určitým způsobem sankcionována. Těmito preventivními opatřeními by se mělo zamezit vzniku subkultury, ve které by záškoláctví bujelo.

Ve výše uvedených strategiích v boji proti záškoláctví bylo poskytnuto mnoho návrhů na prevenci a na snížení tohoto negativního jevu vyskytujícího se na našich školách, ale pro vyšší efektivitu těchto opatření je nutné zapojit do spolupráce se záškoláky rodiče, kteří často v nevědomí volí nevýchovné a neadekvátní postupy, které mohou již takto problematickou situaci se záškoláctvím zhoršit. Důležité je proto rodiče obeznámit s vhodnými výchovnými přístupy k záškolákům, mezi něž patří:

- motivovat vhodně své dítě k návratu do školy, poskytnout mu maximální pomoc, být mu oporou a nespoléhat, že se situace sama vyřeší
- pokud je příčinou záškoláctví strach a úzkost, zvyšovat i za pomoci odborníků u dítěte odolnost proti zátěžovým situacím, ocenit dítě, vždy pokud se snaží překonat jakoukoliv překážku
- učit dítě asertivnímu chování
- zvážit své vlastní výchovné přístupy, zvyšovat citově stabilní atmosféru v rodinném prostředí
- přemýšlet o svém vlastním chování, vyloučit z něho takové projevy, jež dítě i nevědomě napodobuje
- provádět s dítětem analýzu jeho nevhodného a nežádoucího chování a učit ho správně reagovat na různou škálu problémových situací
- všímat si každého podezřelého signálu, které by mohlo vést k záškoláctví a včas negativu předejít
- nevyvíjet na dítě tlak ohledně volby budoucího studia, zvážit vždy intelektuální schopnosti a zájmy dítěte
- včas vyhledat pomoc odborníků, pokud máme pocit, že se dítě škole záměrně vyhýbá, zjistit příčinu a zvolit adekvátní terapeutické postupy k odstranění problémů

Legislativní rámec-školní docházka

Školní docházka je upravena v zákoně č. 561/2004 Sb., ze dne 24. 9. 2004 s platností od 1. 1. 2005, „školský zákon“ – zákon o předškolním, základním, středním, vyšším a jiném vzdělání (ve znění pozdější předpisů) – tento zákon stanovuje a upravuje podmínky, za nichž se vzdělávání a výchova uskutečňuje, vymezuje práva a povinnosti fyzických a právnických osob při vzdělávání a stanovuje působnost orgánů státní správy a samosprávy ve školství. § 22 stanovuje povinnosti žáků, studentů a zákonných zástupců dětí a nezletilých žáků.

Žáci a studenti jsou povinni:

a) řádně docházet do školy nebo školského zařízení a řádně se vzdělávat

b) dodržovat školní a vnitřní řád, předpisy a pokyny školy a školského zařízení k ochraně zdraví a bezpečnosti, s nimiž byli seznámeni

c) plnit pokyny pedagogických pracovníků škol a školských zařízení vydané v souladu s právními předpisy a školním nebo vnitřním řádem

Zletilí žáci a studenti jsou dále povinni:

a) a) informovat školu a školské zařízení o změně zdravotní způsobilosti, zdravotních obtížích nebo jiných skutečnostech, které by mohly mít vliv na průběh vzdělávání

b) b) dokládat důvody nepřítomnosti ve vyučování v souladu s podmínkami stanovenými školním řádem

c) c) oznamovat škole a školskému zařízení údaje podle § 28 odstavce 2 a 3 další údaje, které jsou podstatné pro průběh vzdělávání nebo bezpečnost žáka a studenta a změny v těchto údajích

Zákonní zástupci dětí a nezletilých žáků jsou povinni:

a) a) zajistit, aby dítě a žák docházel řádně do školy nebo školského zařízení

b) b) na vyzvání ředitele školy nebo školského zařízení se osobně zúčastnit projednání závažných otázek týkajících se nevzdělávání dítěte nebo žáka

c) c) informovat školu a školské zařízení o změně zdravotní způsobilosti, zdravotních obtížích dítěte nebo žáka nebo jiných závažných skutečnostech, které by mohly mít vliv na průběh vzdělávání

d) d) dokládat důvody nepřítomnosti žáka ve vyučování v souladu s podmínkami stanovenými školním řádem

e) e) oznamovat škole a školskému zařízení údaje podle § 28 odstavce 2 a 3 další údaje, které jsou podstatné pro průběh vzdělávání nebo bezpečnost dítěte a žáka a změny v těchto údajích

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

Tento pokyn byl stanoven na základě neustále se zvyšujícího výskytu záškoláctví, a jelikož se jedná pouze o doporučující metodický pokyn, Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy doporučilo, aby si tyto pokyny školy zařadily do školního řádu.

Postup při řešení záškoláctví na konkrétní škole:

> věrohodnost omlouvání absence ověřuje třídní učitel

> neomluvenou absenci do součtu 10 hodin řeší se zákonným zástupcem žáka třídní učitel, výchovný poradce, příp. vedení školy

> při počtu nad 10 neomluvených hodin svolává výchovný poradce jedenkrát měsíčně výchovnou komisi, na které jsou přítomni: ředitel/ka školy nebo zástupce ředitele/lky, výchovný poradce, zákonný zástupce žáka, třídní učitel, zástupce sociálního odboru městského úřadu (ve výjimečných případech sociální kurátor pro děti a mládež)

> pokud absence přesáhne 25 hodin, ředitel školy zašle oznámení o pokračujícím záškoláctví orgánu sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD) a městskému nebo obecnímu úřadu (jedná se o ohlašovací povinnost danou zákonem). Zde je rozhodnuto, zda jde o přestupek – rodina dostává pokutu, či zda se jedná o trestný čin, pak je věc řešena dle trestního řádu jako podezření ze spáchání trestného činu ohrožení mravní výchovy mládeže a umožnění zahálčivého způsobu života.

Vliv neomluvené absence na výchovné opatření

Důtka třídního učitele	1–10 neomluvených hodin
Důtka ředitele školy	11–20 neomluvených hodin
Druhý stupeň z chování	21–40 neomluvených hodin
Třetí stupeň z chování	41 a více neomluvených hodin

Při řešení záškoláctví je důležitá prevence: jasné vymezení postihů a postupů ve školním řádu, se kterým jsou žáci srozumitelně seznámeni, motivace žáků a budování kladného vztahu ke škole, motivace a informování rodičů (například dohoda před dítětem, že rodiče nebudou dítěti omlouvat zpětně hodiny, o nichž nevěděli, nebudou neomluvenou absenci krýt a tím dítě v záškoláctví podporovat) a dobrá spolupráce s místním pediatrem (dohoda, aby nepsal dětem omluvenky zpětně a u některých opakujících se absentérů byl ostražitější). Spolupráce všech jmenovaných a případné zapojení orgánu sociálně-právní ochrany dítěte by mělo vést k eliminaci problémů se záškoláctvím.

Použitá literatura

FISCHER, S., ŠKODA, J. Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů. Praha: Grada, 2009. s. 224, ISBN 978-80-247-2781-3

KYRIACOU, C. Řešení výchovných problémů ve škole. Praha: Portál, 2005. s. 152, ISBN 80-7178-945-3

LOVASOVÁ L., HANUŠOVÁ J., HELLEBRANDOVÁ K.: Sborník studií děti a jejich problémy. Praha: Sdružení Linka Bezpečí, 2005. ISBN: 80-239-4482-7.

TYŠLER J.: Školní metodik prevence. Most: Nakladatelství Hněvín, 2006. ISBN: 80-86654-17-6.

Internetové zdroje:

HANZLOVSKÝ, M. Celostatnimedicina.cz [online]. 2009 [cit. 2010-05-15]. Záškoláctví, co s ním? Dostupné z WWW: <http://www.lekarna-zdravi.cz/clanky/cist-3491>.

4. Vedení třídy jako sociální skupiny při preventivních aktivitách

Veronika Pavlas Martanová

Následující text se věnuje roli učitele ve vedení třídy jako sociální skupiny. Vychází z teoretických základů práce se skupinou a poté se snaží přinést praktickou inspiraci založenou na zkušenostech autorky s vedením skupin pro děti s poruchami chování, na mnohaleté práci se třídními kolektivy a na četných kontaktech s učiteli v rámci různých kurzů a teambuildingových výjezdů.

Článek pojmenovává nejúčinnější faktory působící ve skupině, pomáhá rozeznávat fáze skupinové dynamiky a role, které jednotliví členové ve třídě zastávají. Připomíná fáze vývoje třídy a mapuje, jaké faktory přispívají k pozici dítěte ve třídě. Soustředí se na stanovování hranic a pravidel a funkční užívání reflexe při vedení třídy při preventivních aktivitách. Text přibližuje základní principy skupinové dynamiky u dětí a doporučuje, jak vhodně zadávat aktivitu a přiměřeně ji reflektovat.

Každý člověk se přirozeně formuje v rámci sociálních skupin, v běžné populaci jsou jimi hlavně rodina a školní třída. Dítě tu může zažít významnou psychokorektivní zkušenost, pokud rodina či jiná vrstevnická skupina dobře nefungovaly. Žáci si v kontaktu s vrstevníky ověřují své chování, prožívají emoce, získávají intenzivní sociální zkušenost a nacvičují chování efektivní v kontaktu s druhými.

Způsob vedení skupiny/třídy je dán cíli, prvotním nastavením, zkušenostmi, vědomostmi a osobními vlastnostmi vedoucího. Ten může být chvíli aktivním vůdcem (např. učitel, vychovatel), autentickou osobností (účastníkem nějaké hry) nebo moderátorem (přináší techniky, hry, komentuje, strukturuje a shrnuje, zasahuje a hledá řešení nějakého problému společně se skupinou). Pro učitele je náročné v rámci hrových aktivit držet svou roli: zůstává hodnotícím učitelem, ale přitom dělá s dětmi aktivity jakoby neučitelské, hraje si, podporuje třídní dynamiku. V této chvíli je velmi užitečné mít vyjasněno, kde je má hranice: budu účastníkem her? Budu zcela otevřený v odpovědích na otázky žáků? Co když se mne zeptají na mé vlastní zkušenosti třeba s drogou? Mohu dětem slibovat mlčenlivost o informacích, které mi řeknou? (To vřele nedoporučujeme, viz dále.)

Často se nabízí otázka, který ze tří stylů vedení třídy (demokratický, autokratický, liberální) je nejvýhodnější? Správná odpověď je, že všechny. Každý výchovný styl se hodí pro jinou situaci. Demokratický je přátelský, způsobuje vysokou kohezi a nízkou tendenci k fluktuaci. Autokratický je spíše nepřátelský, ale vede k vysoké intenzitě práce a pro určité situace (například v ohrožení třídy) je nezbytný. Liberální je příjemně uvolněný, ale jeho bezhraničnost je pro děti dlouhodobě ohrožující, lze si ho užít pouze občas, například při hře.

Učitel potřebuje velkou míru autenticity, empatie a otevřenosti, je flexibilní zejména v užívání direktivního a nedirektivního přístupu. Při práci s dětmi a adolescenty potřebuje obojí, držet pravidla a hodnotit i hrát si a naslouchat, jeho umění spočívá ve funkčním střídání. Úspěšní učitelé jsou pečovatelští, podněcující, „sociální inženýři“, lidští (kteří například dokážou přiznat svou chybu), u dětí je pak nejsilnější devizou, pokud jsou chápáni jako spravedliví. Neúspěšní učitelé jsou neosobní, příliš liberální a rozkazující velitelé.

Pokud je třída vytvořena jako celek, probíhá její vývoj v několika fázích:

1. Rané, prekohezní stádium. Zhruba 1. až 3. ročník ZŠ.
2. Fáze prvotní koheze. Zhruba 4. až 6. ročník ZŠ.
3. Fáze kohezní. Zhruba 7. až 9. ročník ZŠ.

Skupinová dynamika zahrnuje vztahy a interakce mezi členy skupiny a učitelem i mezi členy navzájem. Dynamika skupiny je souhrnem skupinového dění a patří k ní cíle a normy skupiny, její koheze i tenze, otázka vůdcovství, projekce minulých zkušeností členů skupiny, vytváření podskupin a vztahů ve skupině a vývoj skupiny v čase.

Normy skupiny (žádoucí i nežádoucí) jsou psanými a nepsanými pravidly, která jsou z části daná typem zařízení (zvnějšku, v organizačním a hodnotícím řádu a dítě je s nimi seznámeno při vstupu jako s hotovými) a z části se postupně ve skupině vytváří, a skupina jimi tlačí na konformitu, přizpůsobení se jedince. Kromě pravidel daných školním řádem pak učitel může vytvářet další pravidla spolu s žáky, sepisují se včetně navržených sankcí a třída se k nim nadále vztahuje (pravidla chování, střídání služeb ve třídě apod.). Taková pravidla přinášejí dětem vědomí hranic a zároveň pocit bezpečí nezbytný pro jakoukoli skupinovou práci.

Role ve skupině včetně otázky vůdcovství by jako téma vydaly na samostatnou knihu a našim cílem není zde popisovat jednotlivé sociometrické typologie. Chceme pouze upozornit na fakt, že děti ve skupině, podobně jako dospělí, mají tendenci rigidně opakovat role, které jsou zvyklé zastávat jinde (v rodině či v kolektivu, pozitivní i negativní, např. ochránce, bavič, odpůrce, obětní beránek, kápo, sexbomba, playboy, svůdce). Například role dětí s poruchami pozornosti a poruchami chování bývají často pro školu nežádoucí, výběrově to bývají role rušiče výuky, šaška, agresora či provokatéra, „trouble makera“, či toho „nejhoršího“ ze třídy, co by se ho učitelé a dokonce někdy i ostatní děti „rádi zbavili“.

Ve skupině také hrozí **projekce minulé zkušenosti do aktuálních situací** („dříve mě spolužáci nasnášeli, vy mě taky nesnášíte“), roztočení bludného kruhu sebesplňujících proroctví (chovám se dle svých původně mylných očekávání a ona se postupně stávají pravdou, např. druzí mě nakonec opravdu začnou nesnášet za mé chování, přestože na začátku jsem jim mohl být docela sympatický). Dobře vedená a bezpečná třída nabízí možnost změny, rozšíření repertoáru rolí, korektivní zkušenost.

Zdeněk Rieger[9] užívá **metafory skupiny jako lodě**, kde vedoucí je lodivodem a jeho klienti lodníky. Každý má na lodi svou funkci, tak aby loď plula správným směrem na obtížné cestě plné sebeobjevování. Jeho kniha „Loď skupiny“ je určena především pro psychoterapeutické skupiny, ale lze z ní čerpat informace i pro práci učitele. I zde totiž platí, že pro úspěšnou plavbu je třeba jasný a srozumitelný lodní řád a techniky, hry a společné zážitky nám dávají vítr do plachet. Všichni jsme stále „na stejné lodi“.

Ze **sociometrického pohledu**[10] potřebujeme vědět, že ve skupinách se přirozeně tvoří určité typy rolí: alfa, beta, gama a omega. Dokážeme-li si vytipovat, k jaké roli žák tíhne, pak „víme, jak na něj“.

9) RIEGER, Z. Loď skupiny. Portál, Praha 2007.

10) dle Schindlera (1957)

- **Alfa** – je vedoucí, vůdce, přirozená autorita, neformální lídr třídy. Alfou nemůže být každý, ač všichni podvědomě toužíme jí být. Alfy jsou lidé přirozené autority, mají tendenci stávat se vedoucími napříč různými kolektivy, skupina je potřebuje a hýčká si je. Členové skupiny mají tendenci tuto osobu poslouchat, omlouvat před ostatními a ochraňovat ji. Pokud jako učitel napadnete alfu, třída má tendenci ji hájit. Alfa je většinou jedna (maximálně dvě) a má ve skupině největší vliv. Bohužel alfa může nabývat dvou polarit. Pokud je alfa nakloněna našemu systému a jde nám, jak se říká „na ruku", máme se skupinou polovičku práce, stačí oslovit tuto „alfu" a úkol je splněn. V opačném případě, pokud alfa škodí či dokonce šikanuje, máme vážný problém. Skupina ji může obhajovat a krýt. Šikana organizovaná alfou se nejobtížněji odhaluje a řeší. Naší možností je přemístění alfy, či její ohrožení jiným vůdcem. Role alfa je rolí členskou, učitel jí nemůže nahradit, přestože formálně vede skupinu on. Je dobré být za dobře s alfou a určitě je nutné vědět, kdo na její místo aspiruje.

- **Beta** – tato role je role expertní. Beta je expertem na určitou činnost a vedení skupiny ho moc nezajímá. Ve školní třídě je to ten, kdo poradí, pomůže, dá opsat domácí úkol. Ostatní ji respektují, pokud je jim užitečná. Je specialista na nějaký obor, činnost. Beta většinou dobře spolupracuje s vedením/vychovatelem. Beta je schopná, ale nemá na skupinu velký vliv. Bohužel pro nás máme my dospělí tendenci Betu zaměňovat za Alfu. Dáváme jí různé formální funkce (předsedové tříd, pokladníci) a úkoly, Beta je plní, ale skutečný vliv nemá a netouží po něm, je spokojená tam, kde je.

- **Gama** – pasivní masa, v této roli je většina členů skupiny. Gamy jsou dav. Každý z davu si ve skrytu duše přeje být Alfou. Dav si přeje být vyslyšen a je alergický na to, pokud se s ním nepočítá, nebo je přehlížen. Gamy jsou drobní remcalové, skupinová většina, která nám ale dokáže „zhatit plány" za zády, pokud se neptáme na její názor. V případě většiny je důležité, aby, pokud chceme něco podniknout (například jet na školní výlet, podniknout nějakou akci), vyslovil nahlas souhlas každý její člen. Tím, že se vysloví, snižujeme pravděpodobnost, že náš plán napadne, pomluví, poté, co odejdeme z místnosti. Je to proto, že se vyslovil, byl slyšen, nyní již není tak jednoduché „otočit".

- **Omega** – outsider, je role člověka na okraji skupiny. Může tam být dobrovolně i nedobrovolně. Některé dítě se tu cítí odstrčené a může být terčem šikany. Jiné je introvertní povahy a nepřeje si být ve středu pozornosti. Stačí mu jeden dva kamarádi, někdy i mimo naši třídu, víc nepotřebuje. Odpověď na to, jak to je, nám může dát jen konkrétní dítě. S dítětem na pozici omegy se snažíme pracovat vždy individuálně, ptáme se na jeho pocity a potřeby. Teprve přeje-li si to, můžeme se angažovat v jeho začlenění do kolektivu (například oslovit někoho pozitivního a vlivného, aby ho zatáhl do aktivit). Nikdy na něj nepoukazujeme veřejně (stylem: „podívejte se děti, jak je ten Honzík sám a na okraji, hrajte si s ním, vezměte ho mezi sebe…"), protože pokud doposud někdo nevěděl, kdo je na okraji, tak teď to ví, my jsme na Omegu poukázali jako na terč.

- dalšími konkrétními popsanými rolemi[11] podle chování jsou pak například „Vůdce" (nese maximum vlivu a zodpovědnosti, aktivně zastupuje skupinu), „Hvězda" (společensky atraktivní a oblíbený, veselý, bez konfliktů s druhými), „Černá ovce" (odmítaný, neatraktivní, ostatním nesympatický a lhostejný, stojí mimo skupinu), dále pak „Protivník, Monopolista, Trpitel, Moralista, Kvaziučitel, Miláček, Obětní beránek, Šašek" a další.

11) Dle sociálního psychologa J. L. Morena.

Co ovlivňuje pozici dítěte ve skupině? Jsou zde dva typy příčin.

Vnější vlivy zahrnují:

- dobu, po jakou je dítě členem skupiny,
- nastavení vychovatele k němu (ostatní děti to přebírají, reagují na to),
- jeho zdravotní stav,
- jeho předchozí zkušenost z rodiny a z předchozích kolektivů či zařízení,
- jeho vnější fyzický vzhled.

Vnitřní faktory:

- emoční inteligence (ovládání vlastních emocí, porozumění emocím druhých, empatie),
- sebedůvěra a zdravé sebevědomí,
- aktivita a angažovanost pro skupinu,
- inteligence,
- studijní úspěšnost,
- kreativita a vlastní ambice,
- adaptabilita a komunikativnost,
- extravertnost,
- sociální zralost a dovednosti a schopnost navazovat kontakty.

Dynamika skupiny je tvořena napětím mezi kohezí skupiny a její tenzí. Obojí je ve skupině třeba koheze přináší příjemné pocity, ale tenze podněcuje změnu, růst. Koheze je prvkem stabilizujícím, tenze dynamizuje vývoj.

Koheze skupiny, vědomí „my“ a pospolitosti, vzniká snahou členů zůstat „in“, podporují ji vzájemné sympatie, empatie, tolerance, přijetí, přátelská atmosféra, motivovanost, humor, autentičnost, uspokojování osobních potřeb členů, vyjadřování pozitivních emocí, prestiž skupiny, přitažlivost a užitečnost aktivit. Někdy vede k větší kohezi stmelení se skupiny proti tzv. deviantovi, někomu, kdo se vydělí. Ve třídě toto může nastávat, pokud se některé dítě rigidně drží své negativní role z minula a odmítá nabídnout ostatním členům skupiny jakoukoli svou jinou tvář/roli. Je pak na dovednosti a možnostech učitele, zda dokáže takové dítě včlenit, či zda je lepší v zájmu dítěte, aby třídu opustil a pracovalo se s ním v jiné třídě, aby se tato jeho role znovu neopakovala a nezpevňovala. Mnohdy se jedná o velmi dlouhý proces.

Když je třída stmelená, dobře funguje. Může se ale stát, že členové výborně kooperují, skupina je kohezní, ale postaví se proti vedoucímu, vychovateli, učiteli. Nadměrná koheze má svá rizika. Pokud se všechny děti ve třídě rozhodnou ve škole propadat z hlavních předmětů a dodrží to všichni, bude učitelský sbor zcela paralyzovaný. Řešením takové situace je prastaré „rozděl a panuj“. Učitelé musí dát některému z dětí čtyřku, aniž by se o to zasloužilo. Najednou je jednota narušena, vychýlena a změna je možná.

Tenze, napětí ve skupině, vzniká konfrontací s ostatními, jejím zdrojem jsou konflikty, antipatie, agrese a afektivní výbuchy, vzdor vůči autoritě ale též nejistota, pokud má skupina nejasné (bezhraniční) vedení. U dětí je často zdrojem tenze nejasnost hranic. Dlouhodobá tenze, zejména pokud není otevřená a řešená, může vést k unikání členů ze skupiny, růstu celkové agrese. Někdy je na učiteli, aby tenzi ve skupině účinně zvýšil, vyprovokoval reakci. Zvýší tak mlčením, otevřením konfliktního tématu či kritikou odstředivou sílu skupiny. Přiměřená a reflektovaná tenze (o konfliktu se následně v klidu hovoří a můžeme se z něj poučit) je, jak již bylo řečeno, motorem změny.

Koheze – prvek stabilizující	**Tenze – prvek dynamizující**
pevnost skupiny	*odstředivá síla*
vřelost	*provokace*
empatie	*mlčení a chlad*
autentičnost	*diskuze o konfliktním tématu*
humor a smích	*agresivita*
spolupráce	*nepříjemné otázky*
vyjadřování kladných emocí	*kritika*

Jak poznat vztahy ve skupině? Máme několik možností: pozorování skupiny, rozhovor s jejími členy, hry a jejich vytěžení prostřednictvím reflexe a diagnostické nástroje (sociometrie, dotazníky – některé jsou však určené pouze pro psychology či etopedy a u všech je třeba speciálního zaškolení). Zaměříme se hlavně na hry/aktivity, jejich zadávání a reflexi.

Před tím, než se pustíme do her a jejich reflexe, rádi bychom ještě jednou připomněli téma – děti a pravidla. Přestože jsou pravidla obecně dána ve školním řádu, je dobré si je čas od času připomenout s dětmi. To platí také o nepsaných interních pravidlech fungování ve třídě (zejména při nestandardních aktivitách). Děti by měly vědět, o jaká jsou pravidla a jaké výhody za jejich respektování a jaké sankce za jejich porušení. Někdy je efektivní vymýšlet výhody i sankce společně s dětmi a formulovat je pozitivně (např. naslouchám si, místo neskáčeme si do řeči). Při každé hře je pak nutné pravidla zopakovat a klást důraz na jejich srozumitelnost. Děti jsou schopny a ochotny se přizpůsobit, ale je nutné, aby jim podmínky byly srozumitelné, a dobře fungují tehdy, pokud vědí, k čemu je dané pravidlo užitečné.

Vytěžení her, význam reflexe

Každá, někdy i úplně jednoduchá technika nám může pomoci lépe poznat skupinu či ovlivnit její dynamiku, fungování a role jednotlivých členů. Důležité je postupovat podle jednoduchého principu: **E – U – R.**

- **Evokace** – zadávám hru, iniciuji aktivitu, děti pochopí pravidla a pouštějí se do ní.
- **Uvědomění** – v průběhu hry se něco děje, děti ji prožívají, zažívají nové situace, například spolupracují, vyhrávají, prohrávají, překonávají své síly. Dochází k uvědomění, něco cítí, něco si uvědomují.

> **Reflexe** – dobře připravenými otázkami zmapujeme, co se dělo, pomáháme dětem pochopit význam hry pro ně samotné. Reflexí pomocí dobrých otázek (otevřených) lze vytěžit i zdánlivě banální činnosti. Můžeme se dětí ptát například: Jaké to bylo prohrát? Co cítily? Jaké je to být členem vítězného týmu? Jaké to bylo spolupracovat? Čím bylo které dítě důležité pro fungování týmu? Překvapilo vás na hře něco? Jakou svou silnou stránku jste si uvědomily? Co pro vás bylo nejtěžší? … takto se můžeme dostat k tématům, která jsou pro třídu důležitá, dítě si může uvědomit své přednosti, můžeme podnítit mezi dětmi vzájemné sdělovaní pozitivních emocí a podporovat kohezi týmu. Chceme-li podpořit pozitivní klima ve třídě, snažím se sem přinášet hlavně pozitivní témata.[12)]

Pravidla práce se třídou: Jaké dodržovat zásady?[13)]

1. Dobrá příprava intervence. Zvažujeme své časové možnosti.
2. Vždy musíme mít jasný cíl, co chceme s dětmi zvládnout. Dobře vybíráme techniky.
3. Zvážíme specifika třídy, zda ji vůbec známe. Zvažujeme fázi vývoje třídy.
4. Zvážíme rizika programu.
5. Snažíme se vnímat skupinovou dynamiku, vnímat emoce dětí, spontaneitu.
6. Umět komunikovat s dětmi, naladit se. Nutné je symbolické pozvání třídou.
7. Nepřebírat odpovědnost za třídu.
8. Vést děti k zakázce – co chtějí, aby se ve třídě změnilo.
9. Vždy dovolíme jen pozitivní zpětné vazby (je důležité se naučit metody jejich podpory a eliminace těch záporných, kritických).
10. Nemoralizovat – Nehodnotit – Neradit.
11. Děti neotvírat, ale pracovat s důvěrou.
12. Neslibovat nemožné.
13. Neslibovat mlčenlivost.
14. Neschvalovat patologické jako normu.
15. Rámovat, dokumentovat, supervidovat.

Možná úskalí intervence:

1. Záměny s psychoterapií.
2. Neadekvátní očekávání ze strany dětí či učitelů.
3. Časová omezenost.
4. Nesystematičnost.
5. Tříštění našeho působení kolegy.
6. Ohrožení rizikových dětí a rodin.
7. Překročení vlastní kompetence.

12) E-U-R třífázový model učení – Grecmanová, Urbanovská, Aktivizační metody ve výuce, prostředek ŠVP

13) Volně dle nepublikované prezentace PhDr. Richarda Brauna, určené školním metodikům prevence intervenujícím ve třídách.

Několik poznámek závěrem:

1. Intervence do třídy je vždy pokus a omyl.
2. Nelze využívat „osvědčené kuchařky“, každý kolektiv je originál.
3. Pokud to lze, je dobré pracovat ve dvojici.
4. Je dobré vymyslet mechanismus, jak po čase zjistit efekt.
5. Opatrně sdělovat výstupy škole – vedení, kolegům.
6. Smířit se s tím, že někdy se nedá nic dělat.
7. Angažování rodičů bývá problematické.
8. Do řešení zapojovat jen vybrané pedagogy.
9. Nezapomeňte, že se děti řešit problémy teprve učí, neznají hotové mechanismy.
10. Vždy jste pod kontrolou ostatních pedagogů a ne všichni vám přejí úspěch.

V následujících textech naleznete celou řadu skvělých inspirací na práci se třídou v oblasti primární prevence. Přejeme vám, aby se vám tato práce dobře dařila a její výsledky byly k užitku vám i vašim třídám

Použitá literatura

HERMOCHOVÁ, S. Metody aplikované sociální psychologie IV. Praha: UK, 1991.

HERMOCHOVÁ, S. Metody aplikované sociální psychologie I. Praha: SPN, 1989.

KOMÁRKOVÁ, R., SLAMĚNÍK, I. Aplikovaná sociální psychologie III. Praha: Grada, 2001.

KOMÁRKOVÁ, R. a kol. Aplikovaná sociální psychologie III. Praha: Grada, 2001.

KRATOCHVÍL, S. Skupinová psychoterapie v praxi. Praha: Galén, 1995.

KŘIVOHLAVÝ, J. Jak si navzájem lépe porozumíme. Praha: Svoboda, 1998.

LABATH, V. Riziková mládež. Praha: Slon, 2001.

PILKINGTONOVÁ, J. M. Poznej sám sebe I. a II. Brno: Jotta, 1996.

RIEGER, Z. Loď skupiny. Praha: Portál, 2007.

SMREK, J.-LABÁTH,V. Expoprogram. Bratislava: Psychodiagnostika, 1991.

ŠIMANOVSKÝ, Z., MERTIN, V. Hry pomáhají s problémy. Praha: Portál, 1997.

VALENTA, J. Metody a techniky dramatické výchovy. Praha: Strom, 1997.

VALENTA, J. Dramatická výchova a sociálně psychologický výcvik. Praha: ISV, 1999.

VALIŠOVÁ, A. Komunikace a vzájemné porozumění. Praha: ISV, 2005.

YALOM, I. D. Teorie a praxe skupinové psychoterapie. Praha: Portál, 2007.

ŽÁČKOVÁ, H., JUCOVIČOVÁ, D. Relaxace nejen pro děti s LMD. Praha: DaH, 2000.

5. Adaptační program OSTROV

Autor, název organizace: Petra Stonišová, CPIV Opava

Cíle:

> předcházení vztahovým problémům ve třídě
> nastavení optimálního klimatu ve třídě
> seznámení s multikulturní tématikou
> předcházení sociálně patologickým jevům
> popř. odhalení psychických obtíží žáků

Klíčové kompetence:

> kompetence komunitní (aktivity ve skupinách)
> kompetence k řešení problémů (modelové situace)
> kompetence sociální a personální (spolupráce, respekt, dobré vztahy)

Průřezová témata:

> Osobnostní a sociální výchova (sociální rozvoj)
> Multikulturní výchova (lidské vztahy)

Cílová skupina: žáci 5.–9. ročníku ZŠ

Personální nároky: proškolený pedagog

Požadavky na supervizi/intervizi:

Pokud to personální podmínky dovolí, bylo by vhodné, aby jeden z proškolených pedagogů program vedl a druhý byl v roli „pozorovatele“, čímž může „aktérovi“ poskytnou okamžitou zpětnou vazbu a podporu. Nebo se mohou během adaptačního pobytu v těchto rolích vystřídat, a může tak dojít k vzájemné výměně zkušeností a obohacování.

Časová struktura programu: viz popis

Doporučení pro realizaci:

a) **Tematická struktura lekcí**

Celý adaptační pobyt je motivován tím, že se z nás stali trosečníci a našim úkolem je přežít a dostat se z ostrova.

b) **Metody**

Interaktivní práce s třídním kolektivem s využitím sociálně – psychologických aktivit.

c) **Organizační formy – skupinová práce**

Materiálové požadavky a pomůcky: jmenovky, samolepky, fixy, pastelky, tužky, flipchartové papíry nebo archy balicího papíru, papír velikosti A2, měkké a tvrdé papíry velikost A4, kámen, prázdná láhev, klubíčko, šátky.

Prostorové požadavky:

Adaptační pobyt je vhodné realizovat mimo prostory školy. Ideální je nějaká chata či chalupa v blízkosti lesa. Stravování dle možností (i příprava jídla může působit jako „stmelovací prvek“).

Rizika programu / překážky v realizaci:

Na spoustu aktivit potřebujeme hráče rozdělit do skupin. Způsob rozdělení je velmi důležitý. Na adaptačním kurzu potřebujeme, aby se blíže poznávali navzájem všichni, a proto musíme vytvářet co nejrůznorodější skupiny. Pokud bychom nechali rozdělení na samotných účastnících, tak se budou většinou seskupovat do stejných skupinek. Při některých činnostech je potřeba, aby byly skupinky vyrovnané. Metod rozdělení je celá řada. Každé rozdělení je vhodné k jinému typu aktivity. Tam kde potřebujeme vyrovnané skupiny, volíme rozdělení připravené instruktorem nebo rozdělení pomocí kapitánů. Tam kde potřebujeme měnit členy častěji a nezáleží na složení skupinky, použijeme náhodné rozdělení – losem, rozpočítáním, rozdělení hrou, apod. Výhodné je vyrobit si kartičky se symboly, které si žáci losují. Je vhodné nechat žáky, ať se rozdělí do skupin i podle svého uvážení. Zde se potom spíše pozoruje, kdo s kým chce být ve skupině, kdo s kým opravdu nakonec je a jakým způsobem rozdělování probíhalo.

V průběhu adaptačního pobytu se mohou otevřít některé problémy žáků, proto je vhodné mít při realizaci tohoto preventivního programu „k ruce“ školního speciálního pedagoga, školního psychologa, popř. jiného odborníka, který by dokázal v tuto situaci zaintervenovat nebo v případě nutnosti s problémem dále pracovat.

Výstupy z programu:

Po celou dobu adaptačního pobytu jsou u žáků posilovány nejrůznější sociální schopnosti a dovednosti, dochází k postupnému poznávání a stmelování kolektivu, který je tímto lépe připraven na každodenní soužití ve školní třídě.

Formativní evaluace:

Probíhá během celého pobytu formou zpětných vazeb po realizaci jednotlivých aktivit a technik a následně souhrnně v závěru, kdy má každý žák sám za sebe možnost vyslovit se k celému průběhu adaptačního kurzu.

Ověřený program:

Tento adaptační kurz byl pracovníky CPIV několikrát realizován jak na základní škole běžného typu, tak i ve škole speciální. Po samotné realizaci se vždy setkal s dobrým ohlasem, jak ze strany žáků, tak i pedagogů a vedení.

Návaznosti / vhodné kombinace:

Po absolvování adaptačního pobytu doporučujeme dále pracovat s třídním kolektivem formou interaktivních skupinových technik s cílem podpořit a ukotvit vzájemné vztahy v kolektivu, otevřít komunikaci o negativních jevech a začlenit žáky, kteří stojí mimo kolektiv.

Doporučená spolupráce:

Navrhujeme spolupracovat se školním speciálním pedagogem či psychologem pro podporu změn v kolektivu. Pokud škola tohoto specialistu nemá, doporučujeme navázání spolupráce s odborníky v dané lokalitě zabývající se problematikou „práce s třídními kolektivy". Z důvodu možné návaznosti na adaptační kurz i možnosti spolupráce při řešení aktuálních problémů třídy nebo jednotlivých žáků.

Zdroje financování:

Adaptační kurz si mohou financovat samotní žáci, popř. škola, ale je zde i možnost podání žádosti na příspěvek od zřizovatele nebo napsáním projektu. Není výjimkou, že některý z rodičů adaptační kurz zafinancuje formou sponzorského daru.

Popis:

Třídenní adaptační pobyt je realizován formou sociálně psychologických aktivit, v rámci kterých jsou rozvíjeny sociální dovednosti žáků a řešeny nastolené problémy.

1. den

(10.45–12.15)

Seznámení – říct své jméno a co bych si sebou vzal na pustý ostrov, vytvoření jmenovek.

Komunitní kruh, komunita?

Seznámení s pravidly komunitního kruhu (naslouchat, právo mluvit, právo nemluvit, nevynášet z kruhu – vysvětlení). Společně vymyslet pravidla adaptačního kurzu (sepsat na papír a vylepit).

Aktivita „Jak se dnes cítím…"

Na zem se rozhodí obrázky s různými symboly (slunce, kříž, kytka, měsíc, čtyřlístek, blesk, smuteční věnec, srdíčko) a žáci mají za úkol se postavit k takovému symbolu, který co možná nejvíce vystihuje jejich dnešní náladu. Pak postupně každý sám řekne, proč se k tomuto obrázku postavil a jak se dnes cítí (*uvědomění si sebe sama, empatie*).

Očekávání od adaptačního kurzu? (každý sám za sebe, kolečko, kámen – kdo má kámen, ten může mluvit a ostatní naslouchají)

Vyprávění příběhu, jak jsme ztroskotali a stali se „trosečníky". Heslovité vymýšlení „krizového scénáře", společné vytvoření a sepsání vzkazu, který po obědě půjdeme poslat po vodě.

(13.30–17.45)

Odchod z budovy – pozorování a prozkoumání okolí „ostrova", poslání vzkazu po vodě.

Vytvořených 10 otázek na věci a předměty z okolí, které mohli žáci cestou vidět nebo pozorovat. Po návratu si na ně zkusí odpovědět a sepsat, po té vyhodnocení nejlepšího pozorovatele (*pozornost, paměť, pozorovací schopnost*).

Aktivita „Rozplétačka“

Motivace: jste právě v pralese a už se začíná stmívat, dostali jste se mezi lijány, a tak se musíte rozmotat, ale nesmíte se pustit, jinak by se vám někteří členové mohli ztratit.

Žáci jsou v kruhu, každý natáhne do středu kruhu pravou ruku a poslepu uchopí jednu cizí a stejně tak levou ruku. Když se už všichni drží oběma rukama, otevřou oči. Společně mají zamotané ruce rozplést a vytvořit kruh, který se však stále drží za ruce. Nesmějí se v žádném případě pustit (*trpělivost, soustředění, spolupráce*).

„Naše třída“

Motivace: Zjištění kladů pro přežití na ostrově. Rozdání malých papírků, na které každý sám za sebe napíše – v čem je jejich třída (skupina) silná, proč je v ní rád/a, co jej/ji naučila, co by se dalo ještě zlepšit apod. (*zamyšlení se nad svou třídou, uvědomění si vztahu já a třída*).

Aktivita „Vedení slepého“

Motivace: některým členům posádky při ztroskotání zůstalo v očích hodně soli a tím špatně vidí, ale vy se potřebujete dostat na jiné místo na ostrově, a proto vás čeká úkol pomoci těm, kteří nevidí a převést je bezpečně na dané místo.

Vytvoření překážek v místnosti, děti sami se rozdělí do dvojic a šátkem jednomu z dvojice zaváží oči, pomocí hlasu a slovní navigace se snaží druhého převést přes danou vytyčenou trasu, a potom se dvojice vymění (*posílení důvěry, naslouchání*).

„Zvolení rolí na cestu zpět“

Žáci se sami zkusí zamyslet, na jakou roli by na lodi byli vhodní kandidáti. Potom to zkusí navrhnout ostatním, a když je role schválena, tak pokračuje další žák, až má každý svou pozici. Následuje rozdání papírů, na které žáci kreslí svá „trička“ – aby podle nich každý poznal, jakou funkci na lodi zastupuje (*mohou napsat i jaký je, jaké má vlastnosti, co jej vystihuje atd.*)

„Sedni si vedle mě do lodi, protože…“

Do kruhu přidáme jednu židli navíc. Ten, kdo ji bude mít po své pravé ruce, tak si vybere někoho z kruhu a řekne mu „Sedni si vedle mě, protože…“ a doplní nějakou společnou věc nebo důvod proč si vybral právě jeho (*zjištění vztahů ve třídě, kdo s kým přátelí a kdo naopak zůstává stranou třídního kolektivu*).

> Zadání vymýšlení aktivit, soutěží, her, vystoupení aj. na druhý večer. Po večeři dostanou děti hodinu prostor k přemýšlení, co by mohli připravit a druhý den v době odpoledního klidu si tento program mohou nachystat a dodělat.

(19.00–21.00)

„Živé pexeso“

Rozdělení do dvojic podle pohádkových bytostí na lístečcích. Pak jdou jedna dvojice za dveře a žáci si mezitím jako pexeso zvolí zvuk, grimasu, ukázku něčeho, aby hadači poznali, že k sobě patří. Potom se usadí jako pexeso do řad a zavolají dva žáky, kteří byli za dveřmi, zpět. Ti postupně vyvolávají dvojice, aby se ukázali, a hádají, kteří dva k sobě patří, když uhádnou, tak se postaví stranou / za ně. Vyhrává ten, kdo má více uhádnutých dvojic. Hra se může opakovat.

„Pantomima“

Každý žák, buď sám, nebo ve dvojici, si připraví předvedení pantomimou nějaké činnosti, povolání apod. Ostatní hádají a mohou i soutěžit ve skupinách, dle dané situace.

„Kufr“

Hráči budou rozděleni do dvojic a budou si navzájem radit a zkoušet hádat ukázané slovo bez toho, aniž by jej řekli nebo napověděli část slova. Na jedno kolo bude vždy vymezený čas, který se bude odměřovat stopkami. Vyhlášení nejlepší dvojice – odměna.

Závěrečné kolečko – zhodnocení celého dne, co se dětem líbilo, nelíbilo, jaký to v nich nechalo pocit nebo zážitek, co si myslí, že je čeká zítra atd.

2. den

(9.30–10.30)

Venkovní lanové aktivity:

Motivace: Prodírání se pralesem, vše záleží na tom, jak dobrý jsou tým a jak si dokáží pomáhat.

„Hola–hej!“ – každý žák vystoupí před ostatní a zvolá „Hola – hej!“ takovým způsobem, který bude vyjadřovat to, jak se dnes cítí.

„**Pavučina**“ – zde je úkolem účastníků proplést se mezi nataženými lany (pavučinou) bez toho, aby se jich dotkli. Obtížnost této aktivity záleží na tom, jak hustě a důmyslně jsou lana natáhnutá (přizpůsobíme věku účastníků). Zvládnutí této pavučiny záleží na obratnosti a soustředěnosti žáků.

„Držíme spolu“ – žáci se drží za ruce a musí spolu překonat lano mezi dvěma stromy, aniž by se ho dotkli, podlezli ho nebo se pustili.

„Musíme si pomáhat“ – zde spolupracuje celý tým dohromady. Jeho úkolem je přepravit účastníka (popřípadě postupně všechny, záleží na vedoucím) přes nataženou pavučinu, bez toho, aby se jí dotkl. Vzhledem k tomu, že pavučina je natažená min. 1,2 m nad zemí, musí ho účastníci na jedné straně zvednout a opatrně podat účastníkům na druhé straně pavučiny vzniklými různě velkými oky. Není dovoleno pavučinu podlézt, obejít, popřípadě proskakovat.

„Bažina“ – družstva, žáci, dostanou každý jeden papír + jeden navíc do družstva. Po daném území se mohou pohybovat jen po papírech a to tím způsobem, že si jej posílají v řadě odzadu dopředu.

„Boj o potravu“ – motivace: ukořistili jsme potravu a teď ji musíme dostat do jeskyně, abychom ji zpracovali, ale musíme ji uchránit před divou zvěří a to tak, že kolem ní uděláme kruh a budeme ji posouvat až na dané místo. Míč představuje potravu. Zde hraje důležitou roli spolupráce a souhra všech účastníků.

(10.45–12.15)

„Sociální percepce“

Motivace: Jak dobře bychom dokázali odhadnout někoho druhého při prvním setkání – např. když potkáme někoho cizího na ostrově. Pedagog dává otázky sám na sebe a žáci si zapisují své tipy. Potom pedagog řekne, jaké jsou pravdivé odpovědi a zhodnotí výsledky žáků. Kolikrát se správně trefili, tak dobře dokáží odhadnout člověka na první dojem. (Příklady otázek: 1) Jsem z města nebo vesnice? 2) Mám nebo nemám sourozence? 3) Jsem společenská nebo samotářská? 4) Raději si zasportuji nebo přečtu knihu? 5) Navštívím raději koncert nebo divadlo? 6) Moje oblíbená pohádková postava je čert nebo anděl? 7) Oblékla bych si raději modrou nebo červenou halenku? 8) Po ránu si uvařím kávu nebo čaj? 9) Raději doma vařím nebo uklízím? 10) Více si vážím pravdomluvnosti nebo tolerance?)

„Nejlepší způsob komunikace s domorodci – naslouchání“

Libovolné dvojice se postaví k sobě zády a řeknou si, co si přejí k Vánocům, potom jsou k sobě bokem a položí si otázku, proč se těší na prázdniny, pak se jeden postaví na židli a navzájem se zeptají, co by si dnes dali na oběd a nakonec se postaví naproti sobě a poví si, co by chtěli dělat večer. Rozbor (vytěžení z aktivity) – kolečko, jak se cítili nejlépe a proč, které postavení při komunikaci se jim nelíbilo nebo jim bylo dokonce nepříjemné, jak to většině nejvíce vyhovovalo apod.

„Jaký jsem?“

Motivace: Na ostrově, i pak na lodi, může mezi nimi propuknout tzv. „ponorková nemoc“, která se projevuje i změnou nálad, různých pocitů a podobně. Proto si teď zkusíme, jestli dokážeme na druhých poznat, jakou mají náladu a co právě prožívají.

Dětem jsou rozdány papírky s různými pocity, náladami, vlastnostmi a jejich úkolem je ostatním předvést toto pantomimicky tak, aby se to ostatním povedlo uhádnout.

„Kruh důvěry“

Motivace: Na lodi, když bude bouře, tak to s námi bude pěkně házet, proto si teď vyzkoušíme, jak to může vypadat, a jak nám mohou kamarádi v takové situaci pomoci.

Žáci se postaví do kruhu a jeden zvolený žák je uprostřed. Ostatní si jej přehazují ze strany na stranu a nesmí jej za žádnou cenu pustit (důvěra, spolupráce).

(14.00–17.30)

Multikulturní výchova

Vzdělávací část:

Žáci budou rozděleni do skupin po čtyřech a budou vyzváni, aby ve skupinách sepsali vše, co se podle nich skrývá pod termínem kultura. Co vše patří do kultury, které složky tvoří kulturu. Poté zástupce každé skupiny prezentuje návrhy své skupiny, které budeme sepisovat na tabuli. Následně vyzveme žáky, zda by ještě něco doplnili. V případě, že již nebudou vědět, budou žáci podněcování otázkami na další složky. Případně jim budou další složky prozrazeny, avšak žáci budou vyzváni, aby vysvětlili, proč daný prvek patří do kultury.

Prožitková aktivita „Přenos informací“

Žáci se rozdělí do dvou skupin a seřadí se do zástupu. Jejich úkolem bude přenést pomocí kreslení na záda symbol/informaci, který bude pedagogy předán jedincům stojícím na konci obou řad. V průběhu aktivity spolu nesmějí žáci komunikovat. Po ukončení aktivity budou žáci vyzváni, aby sdělili, co jim při hře činilo problémy. Následně budou seznámeni s cíli aktivity.

Prožitková část:

Bude následovat aktivita „Spolucestující ve vlaku“. Žáci budou rozděleni do skupin a budou seznámeni se zadáním hry. Úkolem každé skupiny bude, aby z předloženého seznamu osob různého společenského postavení a různých národností vybrala ty, se kterými by chtěli sdílet kupé na své cestě a ty, se kterými nikoliv (vždy tři a tři osoby). Na předloženém návrhu se musí dohodnout celá skupina. Následuje prezentace výsledků práce a diskuze nad nimi. Proč si žáci vybrali právě tyto jedince a jiné ne. Aktivita je zaměřena na práci s předsudky a stereotypy.

Závěr:

Proběhne krátká reflexe. Žáci budou vyzváni, aby svými slovy sdělili, co je kultura, a zda se změnilo jejich chápání kultury, které informace pro ně byly zcela nové, které pro ně byly překvapující.

Aktivita „Létající balón“

Zábavná názorná pomůcka, která slouží k analýze problému (ve třídě, pracovním kolektivu, studijní skupině apod.) a k nacházení východiska pro efektivní řešení.

Cíle:

- účastníci jsou schopni analyzovat problém a navrhovat jednotlivé kroky řešení, umějí spolupracovat ve skupinách,
- vyjadřovat a argumentovat své postoje, učitel/vedoucí má zmapovánu situaci v kolektivu, zná postoje k danému problému

Motivace: Kdyby se nám nepodařilo dostat z ostrova lodí, můžeme využít jiný způsob? Jaký? Žáci jmenují a u létajícího balónu se pozdržíme, popíšeme si jej a nakreslíme…

Popis aktivity:

1. Rozdělte účastníky do skupin po 4–5.

2. Nyní nakreslí na své papíry balón tak, aby obsahoval:

- samotný balón na horký vzduch
- koš pro posádku
- velkou řadu pytlů se závažím

Všechny tyto části by měly zabírat tak velkou plochu, aby se do nich mohlo vpisovat.

Přes okraj koše mohou „vykukovat“ členové posádky – obličeje samotných žáků.

3. Jednotlivé skupiny po zvážení a diskuzi vepíší do obrázku do balónu: to, co je povznáší, co je pozitivní, co je drží ve vzduchu, jaké jsou silné stránky třídního kolektivu. Do koše: co jsou dané věci, se kterými nejde hnout, které nelze ovlivnit ani změnit. Do pytlů: to, co je táhne k zemi, co je tíží, co je negativní, co brání v rozletu.

4. Nechte skupiny vypracovat zadání (10-15 min.).

5. Skupiny prezentují své balóny. Po každé prezentaci mají zbylé skupiny možnost klást doplňující dotazy nebo stručně okomentovat prezentovaný balón.

6. Po té se účastníci vrátí do skupin s následujícím úkolem:

a) každá skupina vybere alespoň dvě nejpalčivější negativa (zátěže) a navrhne způsob, jak se jich zbavit,

b) dvě pozitiva, u kterých po domluvě navrhne způsob, jak zvýšit jejich dopad, jak je posílit, lépe využít, maximalizovat.

7. Skupiny opět prezentují své výsledky.

Reflexe:

Otázky na proces: Jak se vám pracovalo? Vznikl v nějaké skupině konflikt? Čeho se týkal? Jak obtížná byla domluva v rámci skupiny? Který bod nejvíce podněcoval k diskuzi? …

Otázky na obsah a možné závěry:

Která negativa/pozitiva se objevila u všech skupin? Na čem se shodl celý kolektiv? Jaké problémy považujete za nejpalčivější? Padly zde návrhy na možná řešení? Pokud ne, jak by možné řešení vypadalo? Co proto můžeme udělat jako celek? Co každý sám za sebe? Atd.

(19.00–21.00)

Vlastní připravený program žáky.

3. den

(8.30–10.00)

„Dušíci“

Děti vybarví takového dušíka na obrázku, jak se dnes cítí a ostatním pak dovysvětlí.

„JÁ“

Žákům je na záda přilepen papír a ostatní spolužáci (každý každému) na něj napíší nějaký pozitivní vzkaz nebo co si o něm pěkného myslí. Rozbor: co nejvíc potěšilo nebo překvapilo? (Pro potěšení si mohou tyto vzkazy vzít domů na památku).

„Klubíčko“

Na závěr si žáci v kruhu posílají klubíčko, které postupně rozmotávají, ale stále svůj kousek drží. Ten ke komu klubíčko dojde, řekne svou zpětnou vazbu na třídenní adaptační kurz. Až se všichni vysloví, uvědomí si, jak jsou spolu vzájemně propojeni, i když dnes se již musí

rozloučit, aby jim to však nebylo líto, tak si každý ten svůj kousek odstřihne a vezme si jej.

„Ulička slávy“

Aktivita s využitím dramatické konvence. Žáci vytvoří dvě řady („uličku“) a pak po jednom procházejí uličkou. Ostatní adresují procházejícímu spolužákovi věty s pozitivním obsahem.

Závěr:

Následuje reflexe, zhodnocení adaptačního pobytu všemi zúčastněnými a rozloučení.

Přílohy – pracovní listy **„Létající balón“**, **„Spolucestující ve vlaku“** a **„Dušíci“**

LÉTAJÍCÍ BALÓN

1. **právo na samostatný pokoj**
2. **právo dýchat čerstvý vzduch**
3. **právo na kapesné**
4. **právo na lásku a péči**
5. **právo nebýt šikanován**
6. **právo být originální (odlišovat se)**
7. **právo mít prázdniny každý rok**
8. **právo na jídlo a pití**
9. **právo na hraní**
10. **právo být poslouchán (vyslyšen)**

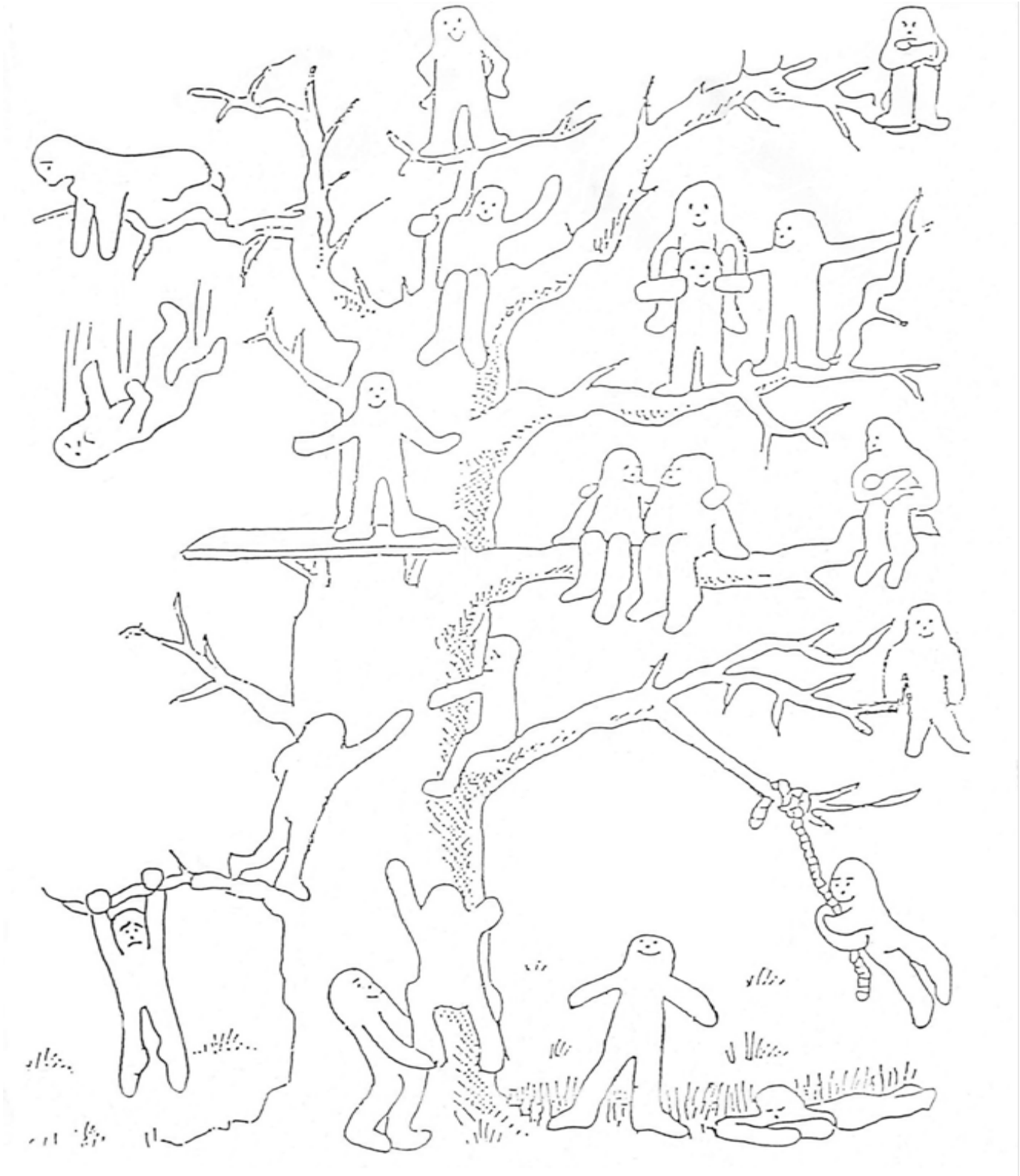
SPOLUCESTUJÍCÍ VE VLAKU

Nasedli jste do rychlíku a vydali se na týdenní cestu z Lisabonu do Znojma. Kupé, ve kterém cestujete, musíte sdílet spolu se třemi dalšími cestujícími. Kterým z uvedených byste dali přednost a se kterými třemi byste nechtěli cestovat vůbec a proč?

1. srbský voják z Bosny
2. obézní švýcarský makléř
3. italský DJ, který má zřejmě spoustu dolarů
4. Afričanka prodávající kožené zboží
5. HIV pozitivní mladý umělec
6. Rom cestující na Slovensko
7. baskický nacionalista, který pravidelně jezdí do Ruska
8. německý rapper, který vede nezávislý způsob života
9. slepý muzikant z Rakouska, který neustále hraje na tahací harmoniku
10. ukrajinský dělník, který se nechce vrátit domů
11. Rumunka ve středních letech, bez víza, s ročním dítětem v náručí
12. holandská svérázná feministka
13. skinhead ze Švédska, který je zřejmě pod vlivem alkoholu

14. fotbalový fanoušek z Belfastu, očividně jedoucí na fotbalové utkání
15. polská prostitutka z Berlína
16. francouzský farmář jedoucí s košíkem pořádně uleželého páchnoucího sýra
17. kurdský uprchlík žijící v Německu, který je na cestě do Libye
18. český emigrant, právě propuštěný z portugalského vězení

Obrázek 1: Dušíci



6. Adaptační kurz pro žáky 6. třídy - HÁDEJ, KDO JSEM

Autor, název organizace: Karina Friedlová, Monika Goldmannová, CPIV Karviná

Východiska:

Adaptační kurz je určen pro žáky a studenty, vstupující do nového kolektivu, a to jak na základních školách při přestupu na II. stupeň (pokud se mění složení třídy), tak především pro první ročníky všech typů středních škol a učilišť.

Popíšeme základy adaptačního kurzu, seznámíme vás s metodikou a připojíme varování, na co si dát při realizaci adaptačního kurzu pozor.

Sedm předpokladů:

Nedovolíme si vás poučovat, ani si nechceme hrát na to, že víme všechno, protože sami víme, že všechny programy se dají stále vylepšovat. Následující text jsme pojali velmi lidsky a neformálně:

1. Prostředí

Adaptační kurz není vhodné realizovat ve škole nebo v prostředí škole podobném. Žáci se musí projevit v úplně jiném prostředí než je škola. Adaptační kurz má zcela cíleně nechat vyniknout těm, kteří jsou ve školním světě nevýrazní. Běžně se stává, že v novém prostředí žáci zjistí, že od začátku roku „uťápnutý chlapec či dívka", je vlastně super kamarád, který má spoustu jiných předností a žáci mohou objevovat na svých spolužácích nové věci.

Dalo by se říci, že v novém prostředí jsou karty nově rozdány. Vnímání spolužáka bude mimo prostor školy daleko komplexnější a nechá vyniknout mnoha vlastnostem, které se ani po letech ve školní lavici neprojeví. A to vše je právě dáno změnou prostředí, ve kterém se řeší nové situace. Adaptační kurz má ukázat i jiné stránky osobnosti, než ty, které se projevují ve třídě. Pokud vám tedy někdo bude tvrdit, že úspěšný adaptační kurz lze realizovat i ve školní budově, budeme mu oponovat.

2. Lektoři a instruktoři

Ověřili jsme, že u instruktora nestačí, když „to má nastudováno". Instruktor musí být osobnost. Pokud to načetl v knížkách, ano, může se ohánět i vysokoškolským titulem, pak se adaptační kurz stává buď vražednou nudou, nebo stupňovaným trapasem, třída se baví a „smaží instruktora ve vlastní šťávě" (tato druhá situace sice některé škodolibé žáky a studenty baví, leč nelze předpokládat, že adaptační kurz splní očekávání do něj vkládaná).

Souhlasíme s tvrzením, že instruktor, který nemá odborné vysokoškolské vzdělání, ale je dobře vyškolen a umí to s mládeží, má praxi a charisma, je pro realizaci adaptačního kurzu nadšený, má předpoklady být úspěšným instruktorem.

3. Dynamika programu

Není lhostejné, v jakém pořadí jsou řazeny jednotlivé aktivity. Dynamika programu je něco, co není na první pohled vidět, ale musí být přítomna a fungovat. Pojednání o této klíčové vlastnosti úspěšného programu by bylo na samostatnou knihu. (např. Pelánek, R. *Příručka*

instruktora zážitkových akcí. Praha: Portál, 2008).

4. Prevence

Preventivní program patří do adaptačního kurzu. Měl by to být program prevence nenucený, přátelský, neautoritativní, který žáci či studenti apriori neodmítnou. Prevence podaná někým, kdo má charisma a přehled, prevence, při které se studenti nezablokují a neuzavřou, ale naopak otevřou a rozpovídají. Preventivní program je založený na důvěře, anonymitě a kvalitních hodnotitelných výstupech.

Pedagog se dozví, aniž by byl kdokoliv jmenován, jaká je situace ve třídě z objektivního hlediska nebo hlediska vícestranného subjektivního – jak z pohledu instruktora, tak z pohledu žáků. Mnohdy se při slově prevence vybaví pouze drogy, alkohol, tabák, návykové látky, ale můžeme realizovat prevenci v daleko širším spektru, např. kooperace a komunikace ve skupině či podpora skupinové koheze.

5. Výchova prožitkem

Nechystáme odborné pojednání o fenoménu zážitkové pedagogiky. Ale musíme zmínit, že trocha adrenalinu, napětí, dobrodružství, překonání sebe sama, to je to, co dává adaptačnímu kurzu náboj, akci, dynamiku, zážitky a vzpomínky.

Význam prožitku se neomezuje na to, že je takovým pomyslným kořením adaptačního kurzu. Zážitek si absolvent kurzu pamatuje i několik let, možná i celý život. Pracujeme tedy s „**cíleným, záměrným otiskem**“, se kterým bude navždy spjato, že tento zážitek prožil dotyčný s nějakým kolektivem, pedagogem či lektorem, lidmi, spolužáky, které blíže poznal.

6. Bezpečnost

Práce s vybavením jako je zorbing, paintball, lana, lezecké stěny… to vše vyžaduje mimořádně zodpovědné instruktory s profesionálním přístupem a dostatečným respektem k těmto aktivitám a kvalitnímu materiálu, aby se eliminovala rizika.

7. Nenápadnost a nenucenost

Adaptační kurz je realizován formou hry, preventivní bloky pak formou přátelského popovídání o věcech závažných. Nenápadná forma hry a herní atmosféra kurzu má smysl a je z pedagogického hlediska a z pohledu vštěpování hodnot nejefektivnější metodou. S žáky pracujeme v přátelské atmosféře, vzájemné důvěře, férovosti a s upřímnou otevřeností.

8. Závěr, reflexe

Jeden z pilířů zážitkové pedagogiky je učení prostřednictvím zážitku. Abychom se něčemu naučili, nestačí pouhý zážitek, ale musíme ho zpracovat a poučit se z něj. K tomu slouží právě reflexe – ohlédnutí se zpět, rozbor, poučení. To, co zde nazýváme reflexe, se označuje též termíny: cílená zpětná vazba, review, servis, facilitace. (Více inspirací na toto téma naleznete v publikaci: Reitmayerová E., Broumová V. Cílená zpětná vazba. Praha: Portál, 2007.)

Cíle: Podpora zdravého sebepojetí a sebeprezentace žáků se zaměřením na aspirační hodnoty. Rozvoj komunikativních dovedností žáků. Prohloubení vzájemného poznání spolužáků v rámci třídního kolektivu. Nastartování vzájemné spolupráce mezi žáky.

Cílová skupina: žáci 6. třídy (nově utvořené kolektivy 5.–8. třídy ZŠ).

Personální nároky: 2–3 lektoři, proškolený pedagog

Časová struktura programu:

8.00–10.00 Úvodní část programu (seznámení, pravidla kurzu, ledolamky + hra Běží ti čas)

10.00–10.30 Přestávka

10.30–12.00 Hlavní program (Dílny – Osobnostní erb)

12.00–12.30 Vyhodnocení aktivit + reflexe

12.30–13.00 Ukončení programu, rozloučení

Realizace scénáře a popis jednotlivých aktivit:

Úvodní kruh: seznámení se s účastníky a programem kurzu. Zavedení pravidla STOP – žák se nemůže z vážných důvodů aktivity účastnit. Stanovení pravidel pro bezproblémový průběh kurzu - oslovení jménem či žádanou přezdívkou, neskáčeme do řeči druhým, chodíme včas apod.

Aktivita „***Mlsná Mařena***" – úkolem účastníků kruhu je představit své jméno a spojit jej s přídavným jménem – vyjadřujícím osobnostní vlastnost a začínajícím na stejné počáteční písmeno jako je jeho křestní jméno, následující účastník opakuje předchozí představené účastníky a přidává své jméno, aktivita pokračuje, pokud se kruh neuzavře. (Další možná aktivita ***„Místa si vymění... nebo Ruce a nohy...", viz doporučená literatura***.)

Součástí programu adaptačních kurzů jsou obecně aktivity:

Icebreakers – tzv. „ledolamky", hry na překonání ostychu, **hry na rozvoj důvěry** – tzv. „důvěrovky", hry, které rozvíjí důvěru ve své kamarády a spolužáky, **týmové hry** – „týmovky", oblíbené hry, které jsou zaměřeny na rozvoj týmovosti, spolupráce v týmu, pomoc slabším, určení pozic v týmu, **pohybové a crazzy hry** – hry na vydovádění a uvolnění, **zpětná vazba** – zklidnění, zhodnocení dne a týmu, uvědomění si, co jsme dělali a jak jsme se více poznali, v čem jsme teď jiní, **blok prevence** – rozikové chování.

Rozehřívací hra: „***Odchyt divočáků***" – tato hra je úkolového charakteru. Hráče rozdělíme na dva týmy – 1/3 LOVCI (ty označíme šerpou) a zbytek (vícepočetní) DIVOČÁCI. Vytyčíme hrací plochu a uprostřed hracího prostoru lanem ohraničíme místo ve tvaru čtverce – jako pomyslnou klec na odchycené divočáky. Na smluvený signál, kdy skupina lovců zavolá „jsou tady nějaká divoká prasata?" začíná hra a lovci se snaží pochytat „prasata", která si odnáší do pomyslné klece... Lovci volí různé strategie pro odchyt, spolupracují – domlouvají si způsoby lovení. Po konečném odchytu se role prasat a lovců vymění, při zachování poměru hráčů 1/3 lovců x divočáků. (měříme počet odchycených prasat za předem stanovený časový limit).

Motivační hra: „**Běží ti čas...**" Žáci jsou vybaveni tužkou a papírem, ve vymezeném prostoru je rozmístěno 8 otázek napsaných na kartónech (ty jsou rozmístěny v libovolném pořadí). Žáci v časovém limitu zapisují své odpovědi. (otázky jsou zaměřeny na informace z oblasti: hodnotové orientace, osobnostního a aspiračního charakteru nebo ke zjišťování klimatu

třídy…atd.). Odpovědi žáků jsou sesbírány lektorem. Je vyhodnocen žák s nejrychlejšími a úplnými informacemi. (Modifikace hry, ta pokračuje v části reflexe aktivity, lektor losuje náhodné odpovědi a prezentuje napsané informace – třída hádá jméno spolužáka, který je jejich autorem. Zde záleží na volbě otázek, aby veřejná prezentace nepoškodila pisatele).

Hlavní program: „Můj znak, můj erb…“

Cíl: Rozvoj sebeprezentace, sebevyjádření žáka

Charakteristika: Dílna. Žáci si vytvoří svůj vlastní erb, který vyjadřuje – toto jsem já, to jsou mé hodnoty.

Realizace dílny:

Žáci obdrží papír vystřižený ve tvaru erbu. Rozdělí jej na 4 kvadranty.

Pustíme klidnou relaxační hudbu a dětem předáváme zadání: do prvního kvadrantu nakreslete, co děláte nejraději. Po skončení úkolu pokračujeme dál: do druhého kvadrantu nakreslete toho, koho máte nejraději, do třetího kvadrantu nakreslete, čím byste chtěli v životě být, do čtvrtého kvadrantu to, o co byste v životě nechtěli přijít.

Po skončení aktivity požádáme žáky, aby soustředili své erby do kruhu na zem tak, aby také ostatní si mohli prohlédnout erby a pak prezentovat na jednotlivých erbech své postřehy, podněty, jak na ně erb působí.

Poté erby seskládáme na jednu hromadu a vytahujeme jednotlivé erby. Žáci se snaží uhádnout, čí erb pedagog prezentuje.

Metodické poznámky:

Je vhodné, aby pedagog rozptýlit svou pozornost mezi žáky a individuálně pomáhal radou či motivací ke zdárnému dokončení programu. Tuto techniku je vhodné zařadit na začátku práce s třídním kolektivem.

Reflexe:

Reflexe probíhá v kruhu všech účastníků i s učitelem/vedoucím. Měla by být zaměřena jednak na proces, který proběhl, dále pak na obsah a možné závěry.

Materiálové požadavky a pomůcky: kancelářské potřeby a sportovní pomůcky.

Prostorové požadavky: nejsou, realizaci programu je možno přizpůsobit vnitřním i venkovním prostorům.

Výstupy z programu:

Žák je schopen provést sebereflexi (zamyšlení se nad sebou při plnění úkolů), sebeprezentaci – sebevyjádření (formuluje otevřenou otázku, názor, nápad, výsledek úkolu), komunikativní dovednosti (využívá pravidla slušné a asertivní komunikace), empatii (je nastaven pro spolupráci v náročných situacích), prožije si se svými spolužáky několik aktivit zaměřených na spolupráci při plnění zábavných úkolů.

Formativní evaluace: probíhá formou ankety pro žáky + týmová intervize.

Návaznosti/vhodné kombinace:

Vhodnou návazností se nám jeví intenzivní práce s třídním kolektivem, která je rozdělena do několika strukturovaných modelů Osobnostně-sociální výchovy (dále OSV) – první část mapuje vztahy a postavení jednotlivých žáků ve třídě (využití artefiletických technik „Osobnostní erb" a „Můj autoportrét"), druhá část vydefinuje problematické oblasti třídního kolektivu. (K definování problémů třídního kolektivu volíme techniku „Balón třídy"+ „Dobrá třída"), třetí část OSV se věnuje aktivitám k posílení třídní koheze a komunikativních dovedností žáků. Hlavní témata jednotlivých programů OSV jsou podpořena aktivitami z oblasti zážitkové pedagogiky a úkolových her.

Doporučená spolupráce:

S ostatními organizacemi poskytujícími prožitkové programy (viz příloha kontaktů v Moravskoslezském kraji v závěru publikace).

Zdroje financování: ESF, financování z projektu, možná je finanční spoluúčast žáků, příspěvek zřizovatele.

Zdroje internetu:

www.odyssea.cz

www.hra.cz

www.hranostaj.cz

Použitá literatura

HERMOCHOVÁ, S. Metody aplikované sociální psychologie IV. Praha: UK, 1991.

HERMOCHOVÁ, S. Metody aplikované sociální psychologie I. Praha: SPN, 1989.

KOMÁRKOVÁ, R., SLAMĚNÍK, I. Aplikovaná sociální psychologie III. Praha: Grada, 2001.

KOMÁRKOVÁ, R. a kol. Aplikovaná sociální psychologie III. Praha: Grada, 2001.

KRATOCHVÍL, S. Skupinová psychoterapie v praxi. Praha: Galén, 1995.

KŘIVOHLAVÝ, J. Jak si navzájem lépe porozumíme. Praha: Svoboda, 1998.

LABATH, V. Riziková mládež. Praha: Slon, 2001.

PILKINGTONOVÁ, J. M. Poznej sám sebe I. a II. Brno: Jotta, 1996.

RIEGER, Z. Loď skupiny. Praha: Portál, 2007.

SMREK, J.-LABÁTH,V. Expoprogram. Bratislava: Psychodiagnostika, 1991.

ŠIMANOVSKÝ, Z., MERTIN, V. Hry pomáhají s problémy. Praha: Portál, 1997.

VALENTA, J. Metody a techniky dramatické výchovy. Praha: Strom, 1997.

VALENTA, J. Dramatická výchova a sociálně psychologický výcvik. Praha: ISV, 1999.

Foto 1: Ukázka z dílny „Osobnostní erby“

Foto 2: Aktivita „Ruce a nohy“

Foto 3: Hra „Lovci a divočáci“

Foto 4: Návrhy otázek ke hře „Běží Ti čas“

7. Adaptační kurz pro žáky 6. třídy - SPOKOJENÁ TŘÍDA

Autor, název organizace: Karin Friedlová, Monika Goldmannová, CPIV Karviná

Cíle: Posílení třídní koheze. Společné nastavení pravidel bezpečné a pohodové třídy.

Cílová skupina: žáci 6. třídy (nově utvořené kolektivy 5.–8. tříd ZŠ)

Personální nároky: 2–3 lektoři, proškolený pedagog

Časová struktura programu:

8.00–10.30 Úvodní část programu (seznámení, pravidla kurzu, ledolamky + Dílny- Dobrá třída)

10.30–11.00 Přestávka

11.00–12.30 Hlavní program (hra: Cesta k zázračnému lektvaru)

12.30–13.00 Vyhodnocení aktivit + reflexe

13.00 Ukončení programu, rozloučení

Součástí programu adaptačních kurzů jsou obecně aktivity:

Icebreakers, tzv. „ledolamky"- hry na překonání ostychu, **hry na rozvoj důvěry** – tzv. „důvěrovky" – hry které rozvíjí důvěru ve své kamarády a spolužáky, **týmové hry** – „týmovky", oblíbené hry, které jsou zaměřeny na rozvoj týmovosti, spolupráce v týmu, pomoc slabším, určení pozic v týmu, **pohybové a crazzy hry** – hry na vydovádění a uvolnění, **zpětná vazba** – zklidnění, zhodnocení dne a týmu, uvědomění si, co jsme dělali a jak jsme se více poznali, v čem jsme teď jiní, **blok prevence** – sociálně rozikové chování.

Den před realizací kurzu předáme dotazníky: **Dotazníkové šetření** všech účastníků adaptačního kurzu. Cílem je získání informací zdravotních, motivačních, informací o dovednostech, o kreativitě…

Realizace scénáře a rozbor jednotlivých aktivit:

Úvodní kruh: seznámení se s účastníky a programem kurzu. Zavedení pravidla STOP – žák se nemůže z vážných důvodů aktivity účastnit. Stanovení pravidel pro bezproblémový průběh kurzu - oslovení jménem či žádanou přezdívkou, neskáčeme do řeči druhým, chodíme včas apod. Seznámení: žáci své jméno napíší na papír a po vyřčení vhodí složenou vizitku doprostřed kruhu…(návaznost na aktivitu ***Tajný přítel***)

Aktivita na uvolnění a pobavení: „***Kdybych byl zvíře, tak jsem…***" Žáci se pokusí vyjádřit, jaké zvíře by byli, pokud by měli žít ve zvířecím světě…

Provázanost programu: aktivita „***Tajný přítel…***" Na začátku akce si každý účastník vylosuje papírek se jménem jiného účastníka. Úkolem je tomuto vylosovanému spolužákovi rozličně pomáhat, být na něj příjemný a to pokud možno tak, aby dotyčný nepřišel na to, kdo je jeho tajný přítel.

Motivační, skupinová aktivita: ***„Dobrá třída"*** – žáci se rozdělí do skupin a společně

vytvářejí pravidla, která by měla platit v tzv. dobré třídě. Skupiny si následně zvolí mluvčího, který prezentuje návrhy pravidel. Do této části programu je zapojen třídní učitel, který v pozici „ředitele" diskutuje se žáky o navrhovaných a prezentovaných pravidlech dobré třídy. Odhlasovaná pravidla jsou zapsána na balicí papír, který poslouží např. k vyvěšení ve třídě. Žáci svůj souhlas s vytvořenými pravidly potvrdí podpisem. (Ze zkušenosti volíme maximálně 5 pravidel – dle aktuální potřeby třídy.)

Návazná aktivita: „***Cesta trifidů***" – žáci si zavážou oči šátkem a lektor je propojí do hada, kde se chytnou pevně za ruce. Očima hada je učitel, který provede žáky vymezeným prostorem. Tato aktivita je zaměřena na důvěru a společný prožitek s vyřazením zrakového smyslu.

Doplňkové hry:

Kooperativní a lanová aktivita: „***Uvaž uzel uprostřed lana***" – rozdělíme žáky do dvou skupin, každá se chytí oběma rukama jedné strany lana, úkolem obou skupin je vytvořit společně uprostřed lana uzel, aniž by se lana kdokoliv ze zúčastněných rukama pustil, přehmátl atd. Obě skupiny mohou lano přelézat, podlézat, domlouvat se.

„***Poznávání spolužáků smysly***" – vybraným žákům se zavážou oči šátkem a s vyřazeným zrakovým smyslem se snaží poznat své přicházející spolužáky, využijí hmatové, čichové a chuťové možnosti.

Název hlavního programu: „***Cesta k zázračnému lektvaru***"

Hlavním tématem programu je tato týmová hra, která nastavuje od samotného počátku překážky a to v podobě nasimulovaných tělesných omezení (postižení) hráčů a plnění speciálních úkolů. Tato hra je nejen zajímavou zkušeností, ale otvírá i důležitá témata. Nerovnoměrné rozdělení postižení v týmech (losováním) vedou k nutnosti vzájemné pomoci hráčů při plnění jednotlivých úkolů. Hráči zažívají, jaké je to být na někom závislý či někomu pomáhat. Hra může vést též k zamyšlení nad reálným životem lidí s postižením. K naplnění těchto cílů je nezbytná dobře provedená reflexe. Tato hra se simulovanými postiženími skýtá potenciál k úvahám, ale také zábavu a nezapomenutelné zážitky (např. dorozumívání a komunikaci mezi hluchým a slepým atd.). Bedlivou pozornost věnujeme uvedení hry – hra nesmí vyznít jako dělání si legrace z postižených.

Hráče rozdělíme do přiměřeně stejně početných týmů (dobrovolná volba, losování, rozpočítání…, je vhodné 5–6 žáků ve skupině).

Každý žák si vylosuje na papírku své postižení hned na začátku hry. K inspiraci nám napomůže přehled jak jednoduše „nasimulovat" postižení i v terénních podmínkách.

Tělesná postižení a jejich možné realizace:

Oslepnutí – zavázané oči šátkem, **Oněmění**, **vypadlý jazyk** – zalepená pusa páskou, **Hluchý** – vata a špunty do uší, traktoristická sluchátka, **Bezruký** – ruce pevně přivázané šátkem za záda k tělu, Beznohý – jedna noha ohnutá v koleni a přivázána ke stehnu (lýtko na stehno), nebo obě nohy svázané u kotníků k sobě, **Infekce**, **mokvavé ruce** – prsty a dlaně namočené v krému a oleji, poté zabalené do sáčků, které jsou připevněny gumičkou či páskou, **Nepohyblivé prsty** – prsty slepené k sobě izolepou, **Obezita** – těžký batoh, **Nádorové**

onemocnění – povinnost stále nosit u sebe velký kámen, **Zimnice** – výrazně více oblečení než je za aktuálních klimatických podmínek normální, **Zapařené nohy** – chůze naboso bez bot, **Pomočování** – polití vodou na příslušných místech, nošení pleny.

Tělesná postižení dodávají nový rozměr mnoha známým zdánlivě jednoduchým úkolům, které žáci při své pouti za „zázračným lektvarem" plní. Úkol plní celý tým či zvolení jednotlivci. Za každé splnění získají jednu z přísad kouzelného lektvaru (do PET lahve s vodou se sypou různorodé směsi koření a kuchyňských ingrediencí např. sůl, cukr, pepř, kmín, potravinářské barvivo…). Úkoly se nachází na jednotlivých stanovištích, které týmy obcházejí a společně plní.

ÚKOLY:

1. Složit báseň na téma kamarádství – přátelství

2. Navlékání těstovin na špejli jednou rukou

3. Hod víčkem z plastové lahve na určený cíl

4. Kelímková pyramida

5. Prolézt „pavoučí sítí" z lana – bez dotyku

Úkoly neplníme na čas. Za splnění úkolu celým týmem odevzdáme hráčům do PET lahve s vodou příslušné „léčivé koření" a jeden postižený z týmu – který úkol splnil, se po domluvě zbavuje svého postižení – je „vyléčen."

Hra končí po zdolání dráhy a splněním úkolů účastníky (dle možností). Úplný konec hry nastává však vypitím „kouzelného lektvaru", který zázračným způsobem vyléčí všechny zbylé účastníky z postižení.

Kruh a reflexe programu:

Reflexe probíhá v kruhu všech žáků s vedoucím (pedagog, lektor). Měla by být zaměřena jednak na proces, který proběhl, dále pak na obsah a možné závěry.

Inspirativní otázky na proces: Jak se vám pracovalo? Vznikl v nějaké skupině konflikt? Čeho se týkal? Jak obtížná byla domluva v rámci skupiny? Jaký byl nejvíce diskutovaný bod?

Otázky na obsah a možné závěry: Která negativa/pozitiva se objevila u všech skupin? Na čem se shodl celý kolektiv? Jaké problémy tedy považujete za nejpalčivější? Padly zde návrhy na možná řešení? Pokud ne, jak by možné řešení vypadalo? Co pro to můžeme udělat jako celek? Co každý zvlášť?

Materiální požadavky a pomůcky: kancelářské a sportovní pomůcky, lana, šátky, špejle, těstoviny, víčka, kelímky.

Prostorové požadavky:

Prostorově náročnější je hra „Cesta za kouzelným lektvarem…", vhodné je využít volný venkovní prostor – hřiště, park…

Výstupy z programu:

Žák je schopen přemýšlet o svých pocitech a adekvátně vyjádřit svůj názor, nápad či nesouhlas při plnění jednotlivých úkolů ve skupině. V komunikaci s okolím používá pravidla slušné a asertivní komunikace (řešení konfliktů při skupinové práci). Žák prožije se svými spolužáky situaci vzájemné důvěry. Žák zažije spolupráci v náročných herních situacích. Žák přebírá část odpovědnosti při aktivitě zaměřené na zformulování pravidel třídy.

Formativní evaluace: anketa pro žáky + intervize v týmu.

Návaznosti/vhodné kombinace:

Realizace přímé práce s třídním kolektivem formou OSV (viz adaptační kurz č. 1), definování problematických oblastí a témat třídního kolektivu s využitím artefiletických technik.

Doporučená spolupráce: ostatní neziskové organizace v regionu.

Foto 5: Ukázka z dílny „Osobnostní erby“

Foto 6: Ukázka z dílny „Osobnostní erby“

Foto 7: „Cesta za kouzelným lektvarem“

Foto 8: „Cesta za kouzelným lektvarem“

8. Vím, co smím, co chci, co cítím. A umím si za tím stát.

Autor, název organizace: Blanka Kissová, CPIV Karviná

Popis:

Mladý člověk si musí na své cestě k dospělosti osvojit řadu sociálních skutečností, norem a hodnot, které jsou pro jeho společnost typické a podstatné a také značně důležité pro život se vším, co k němu patří. Tato cesta není v žádném případě jednoduchá a málokdy se obejde bez nějakých těch přešlapů a omylů. Ostatně dospívání bez „šlápnutí vedle", tedy „dospívání v bavlnce", v ochranné atmosféře bez možnosti konfrontace se skutečným světem a možnosti omylů ani není žádoucí, životní zkušenost říká, že chybami se člověk učí. Avšak naší snahou je dotyčného jedince na cestu životem dostatečně připravit. Tedy seznámit jej se všemi potřebnými (většinou teoretickými) informacemi, a tím mu poskytnout přehled možných cest a (jejich) rizik. Tím můžeme zabránit tomu, aby ony pády v cestě k plné socializaci byly velmi bolestivé a bez možnosti „celkového uzdravení".

Preventivní intervenci tedy můžeme vnímat jako proces předávání faktů a rad, které my, jako dospělí jedinci již známe. Mocným nástrojem v našich rukách přitom nejsou jen teoretické znalosti dané problematiky, ale také fakt, že jsme si dospíváním již prošli. A pokud jsme schopni retrospekce, můžeme se s mladými v mnohém ztotožnit, pochopit jejich (často přehnané) obavy a odpovědět jim na otázky, které je trápí. Nebo je opravit, pokud mají o čemkoliv poněkud zkreslené představy. Rovněž je potřeba mladé lidi obeznámit s možnými nástrahami, které na ně mohou čekat. Preventivní intervencí tedy je „proces zaměřený na zvyšování sociální kompetence dětí a mládeže, na rozvoj dovedností, které vedou k odmítání všech forem sebedestrukce, projevů agresivity a porušování zákona".[14] Primární prevence má za cíl zabránit tomu, aby vůbec došlo k závažnějšímu rizikovému chování.

Mezi jedním z možných rizik jsou tzv. rizika skupinového chování. Patří mezi ně především experimentování s legálními i nelegálními drogami, kriminální jednání (krádeže, šikana apod.) a rizikové sexuální chování (ranné sexuální zkušenosti, promiskuita, prostituce apod.). V tomto tématu se zaměříme na třetí oblast, ovšem je potřeba si uvědomit, že (téměř) žádné rizikové chování se nevyskytuje samostatně, vždy se spíše jedná o propojený řetězec (např. požití alkoholu a jiných drog mívá často za následek opadnutí zábran v sexuálním jednání, závislost na drogách vede ke kriminálnímu jednání a často k prostituci apod.). Kromě „sexuální osvěty" a podání základních informací, co se sexuálního života jedince týče, je tedy nutné zároveň zajistit preventivní programy týkající se dalších možných rizikových jednání.

Východiska:

Mladý člověk si většinou přeje (krom jiného) jednu věc: být dospělým. Dospělost většinou vnímá jen jako něco veskrze pozitivního. A také si ji spojuje s celou škálou jednání, které i jeho zařadí mezi dospělé. Kromě kouření a pití alkoholu sem patří i sexuální život. Tyto činnosti ho na jednu stranu staví i mezi vrstevníky do pozice někoho dospělého, na druhou stranu se tím (dle svého mínění) vymaňuje z vlivu dospělých, osamostatňuje a osvojuje si některé

14) MŠMT [online]. 28. 6. 2002 [cit. 2011-10-10]. Evaluace a diagnostika preventivních programů. Dostupné z www: <http://www.msmt.cz/socialni-programy/evaluace-a-diagnostika-preventivnich-programu>

z jejich návyků (často zkresleně pojatých). Na druhou stranu ještě stále není zcela obeznámen se vším, s čím se může ve světě setkat, na řadu situací není schopen reagovat. Často také může mít pocit, že si za danou situaci může jen on sám, není pro něj složité dostat se pod vliv druhé osoby. Jelikož je pro něj řada věcí skutečně nových, není schopen se v některých situacích zcela správně orientovat – může se tak například bát mluvit o svém nepříjemném zážitku, může se bát trestu či odsouzení (i přesto, že sám nemusí být viníkem). Je proto potřeba jej alespoň teoreticky obeznámit se situacemi, které mohou nastat a vyjasnit mu jeho pozici v těchto situacích a jeho práva.

Na socializaci jedince se podílí především tři činitelé: rodina (a také škola), vrstevnická skupina a v dnešní době rovněž média. Rodina má tu nejzákladnější funkci především v raném věku dítěte, ale do značné míry i později. Utváří základní představy, udává etický a normativní rámec a odpovídá na první otázky. Jejím hlavním cílem by mělo být „určit dítěti hranice“, ale také ho naučit říkat „ne“, být samostatnou jednotkou, která si (ne však paličatě) stojí za svým názorem, a stát se tak morálně kompetentním a zdravě sebevědomým jedincem. Tuto roli má do značné míry také škola, která napomáhá zařazení jedince do širšího kolektivu a také ho (většinou) jako první instituce staví do situace, kdy se v rámci vrstevnické skupiny může dostat třeba i do hodnotového střetu. A právě pedagog by měl být tím, kdo jako další podává mladému člověku nápomocnou ruku, ale zároveň také dokáže jasně vysvětlit, jaké chování není společensky žádoucí a jaké vede k sebedestrukci. Jednání jednotlivce je rovněž do značné míry ovlivněno očekáváním skupiny, ve které se pohybuje nebo chce pohybovat. Jedinec se často dopouští rizikového chování, protože si myslí, že takto dosáhne kýženého cíle. Vždy je však potřeba vyvarovat se jednoduchých vysvětlení a pokusit se najít skutečné příčiny (popřípadě komplex příčin). Například prostituce mladistvých nemusí vždy souviset s „pouhou“ touhou vydělat si peníze, ale může být i důsledkem nízkého sebevědomí, kdy si dotyčná/ý takto ve svých očích (uměle) zvyšuje prestiž. Nestačí tedy pouze konstatovat, že dané chování je nevhodné, ale je třeba nabídnout vhodnou alternativu a nabídnout jiný možný model chování a cestu k dosažení kýženého výsledku.

Program staví na tom, že základní představy o pojmech týkajících se sexuality člověka (rozmnožování, pohlavní orgány, menstruace apod.) již žáci mají, a jejich vysvětlení tudíž není do programu zahrnuto.

Cíle:

Cílem preventivních aktivit by mělo být:

- podpoření zdravého sebevědomí jedince a vytvoření kvalitního hodnotového žebříčku;
- schopnost snášet kritiku za své názory, schopnost obhájit si své názory a hodnoty, ale také schopnost jejich konfrontace s žebříčky odlišnými;
- zdravé sebeuvědomění a pojetí své tělesnosti;
- osvojení si vztahu k druhému pohlaví;
- schopnost odmítnout, říci NE!, schopnost rozlišovat mezi „falešnou“ a skutečnou láskou (tedy mezi zneužíváním a láskou);
- získání základní orientace v otázkách sexuálního života jedince.

Cílová skupina:

Preventivní programy musí být vytvářeny vždy vzhledem k věku cílové skupiny. Zde předložený program je vhodný pro 8. a 9. třídu ZŠ a odpovídající ročníky víceletých gymnázií. Jedná se o primární prevenci, která sice počítá také s tím, že je možné, že se již někteří jedinci s konkrétními rizikovými jevy setkali (ať už prostřednictvím vlastní zkušenosti či zprostředkovaně od známých či z médií), avšak není určená pro jedince, kteří by již potřebovali spíše prevenci sekundární. Jednotlivá témata jsou rovněž navržena tak, že je v nich ponechán značný prostor pro případnou úpravu učitelem. Je totiž vždy potřeba pracovat s životní realitou skupiny. Proto ostatně celý program začíná ověřením si toho, co již členové skupiny sami vědí, popřípadě s čím se setkali. V programu je tedy rovněž důležitá osoba pedagoga, který skupinu programem povede, zároveň však bude bedlivě sledovat reakce jednotlivců a vhodně na ně reagovat.

Kontraindikace/omezení:

Jistým omezením může být skupina skládající se z jednoho či více jednotlivců, jež jsou členy náboženské či etnické skupiny, která o částech dané tematiky zakazuje či nepovoluje hovořit, a nebo na ně má zcela odlišný názor. Pak je potřeba vzhledem ke konkrétnímu složení třídy témata obměnit a podat alespoň základní informace o právech, popřípadě (vždy dle možností!) vysvětlit jedinci, že se jedná o hodnoty platné pro české/evropské/ateistické společenství. Popřípadě celou záležitost prodiskutovat s rodiči.

Personální nároky:

Personální nároky v podstatě nejsou nijak zvlášť určeny odbornými či akademickými znalostmi. Samozřejmě by neměla chybět základní orientace v problematice sexuálního života a znalost odpovědí na základní otázky. To, co by však nemělo pedagogovi, který bude tento program nabízet, chybět v žádném případě, je schopnost naslouchání a empatie. A také umění o daných věcech hovořit bez odsuzovaní a bez zbytečného moralizování. Pro pedagoga může být část témat a především dotazů žáků „stydlivých“, ale co teprve pro žáky samotné, kteří se ještě ke všemu nacházejí ve věku, kdy je pro ně všechno trapné a vtipné, čímž je často zastřen jen zmatek a „strach z neznámého“. Je tedy potřeba, aby si pedagog uměl u skupiny vytvořit pocit důvěry, kdy bude každý ve skupině vědět, že i jeho otázky budou zodpovězeny a že nikdo nebude terčem posměchu. Často se jedná o citlivá témata a jen vstřícným přístupem si můžeme mladé lidi naklonit natolik, aby nám byli ochotni povědět o věcech, které by si jinak nechali pro sebe, a které by ve finále mohly vést ke skutečně rizikovému chování.

Časová struktura programu:

První lekce by neměla přesáhnout rozsah 90 minut.

Druhá lekce trvá maximálně 100 minut.

Třetí lekce trvá dvě 125 minut + délka filmu.

Doporučení pro realizaci:

a) Obecné principy

Téma prevence rizikového sexuálního chování je spojeno s podáním dostatečných informací k tématu, podporou zdravého sebevědomí jedince a také s etickými normami společnosti. Zároveň je nutné respektovat mravní hodnoty rodiny jedince (např. s ohledem na jeho náboženské zaměření či etnickou příslušnost). Je rovněž vhodné si uvědomit, že v tomto tématu není možné na některé věci jednoduše odpovědět, že se o nich nemluví. Je potřeba zajistit, aby neexistovala „tabu". Avšak už jen existence (nepsaného) pravidla, že se o tomto tématu nehovoří, potvrzuje fakt, že se jev ve společnosti vyskytuje, avšak je pro ni nějakým způsobem palčivý. Častým důvodem, proč opakovaně dochází k porušení tabu, a tedy ke konkrétnímu „zamlčovanému" jednání, je nedostatek informací, které jsou o něm podávány. Především mladí lidé pak mívají zkreslené informace, které si mezi sebou různě předávají, až nezřídka získají „mytickou" podobu. Je proto mnohem lepší jedinci vysvětlit, proč se daný jev považuje za neslučitelný s jeho věkem, či sociálním systémem jako takovým. Jako příklad může posloužit pornografie. Nevznikla náhodně, ale je reakcí na poptávku a v různých podobách je zde odjakživa. Jednoduché vyjádření, že je to špatně a nemorální mladým lidem (až na výjimky) nezabrání v tom, aby ji alespoň jednou neviděli. Mnohem vhodnější je otevřeně sdělit, že něco takového skutečně existuje, ale že si mají uvědomit, že se nejedná o odraz ničeho reálného, ale o značně nadnesené zobrazení sexuálního aktu. Je mnohem lepší, když si mladý člověk uvědomí, že se jedná o do značné míry naddimenzování skutečného aktu, a bude tak lépe připraven na skutečně reálný akt, než ho jen napomenout, že se nejedná o něco, na co se slušný jedinec (jeho věku) dívá.

Při realizování programu je také potřeba mít na paměti, že ne všichni jsou připraveni a ochotni o daném tématu hovořit a ne vždy to musí znamenat, že jedinec „něco skrývá". Většinou se jedná o přirozený ostych (před kolektivem či před pedagogem), nebo je prostě jedinec z domova naučen, že se o takovýchto věcech nemluví. Ze strany žáka by tedy mělo vždy platit, že pokud nechce, nemusí na zadanou otázku odpovídat a to i bez udání důvodu. Také by měl pedagog zajistit, aby kvůli tomu nedocházelo k posměškům ze strany ostatních ze skupiny.

Pedagog by měl být také připraven na téma sexuálního zneužívání či prostituce. I přesto, že by se obavy z prostituce dětí mladších patnácti let mohli zdát přehnané, je potřeba brát v úvahu fakt, že se vyskytuje (i když jen v ojedinělém množství). Jedná se například o zasílání erotických SMS za dobytí kreditu či o poskytnutí nekoitálního styku za zakoupení něčeho hmotného (nejčastěji oděv či mobilní telefony apod.). Je tedy potřeba, aby se pedagog v těchto „trendech" alespoň z části orientoval a byl schopen citlivě reagovat při náznaku, že by k něčemu takovému mohlo docházet také v jeho skupině.

b) Tematická struktura lekcí

Lekce na sebe volně navazují a postupně zvyšují kompetence mladého člověka orientovat se ve společnosti a v základních tématech sexuálního života. První lekce je zaměřená na otestování skupiny, kdy pedagog zjistí, co všechno už žáci vědí, či jaké mají představy a názor na danou problematiku. Dále by měly být osvětleny základní pojmy (vzhledem k věku jednotlivců ve skupině) a možné rozdílnosti v uchopení tématu (konkrétního jedince/

rodiny, náboženské, etnické apod.). Tématem jsou také vlastnosti „ideálního" kamaráda/kamarádky, přítele/přítelkyně a vyjasnění pozic vůči druhému jedinci, se kterým máme „bližší vztah".

Druhá lekce se věnuje prevenci předčasného zahájení sexuálního života, metodám ochrany a možným rizikům spojeným se sexuálním životem. První část se zaměřuje na upevnění hodnotového žebříčku jedince, a to především v interakci se skupinou, která může mít hodnoty jiné. Jedinec si za pomoci hry vyzkouší, jaké by měl pocity, kdyby se musel nějakých hodnot vzdát a také by se měl naučit říci sobě i ostatním, že některé hodnoty jsou pro něj natolik důležité, že je ochoten stát i v opozici proti mínění konkrétní skupiny. Jedinec by měl dojít k přesvědčení, že především záleží na tom, „jak to cítí on". Nemusí tedy začít sexuálně žít jen proto, že je to požadovaná norma a už vůbec ne to dělat pro získání statusu ve skupině. Žák se rovněž seznámí se základními pojmy v oblasti ochrany před nechtěným těhotenstvím a pohlavně přenosnými chorobami.

Třetí lekce se věnuje prevenci sexuálního zneužívání a rizikovému sexuálnímu chování jako důsledku ovlivnění vrstevnickou skupinou či médii. Vyplněním dotazníků si jedinec ověří, zda ví, na co má právo vzhledem ke svému okolí. Dále by měl pochopit, že jeho „ne" má váhu i ve chvíli, kdy změní názor a že není tajemství, jako „tajemství". Měl by se také naučit rozlišovat mezi láskou a zneužíváním. Součástí lekce by také mělo být puštění filmu, dokumentů či ukázek z filmů s tématikou sexuálního zneužívání. V příloze jsou uvedeny některé, které můžeme z praxe doporučit, avšak vždy záleží na konkrétních možnostech školy. Je však třeba, aby se jednalo o aktuální film, s jehož prostředím i hrdiny se budou jednotlivci schopni identifikovat. Nad obsahem a jednáním filmu se pak diskutuje. Jedinec měl možnost vidět konkrétní situace, jednání a jejich následky. Hra na „Představ si, že…." dává zúčastněným možnost hovořit a probírat konkrétní situace, které nastíní pedagog. Lekce by v podstatě měla shrnout všechny získané poznatky ze všech lekcí předešlých.

c) Metody

Pedagog by měl mít roli informátora a průvodce. Žákům má být umožněno vyjadřovat se k jednotlivým tématům a diskutovat o nich (a to i s pedagogem). To dává pedagogovi možnost nahlédnout do světa členů skupiny a věnovat se tak konkrétním tématům více či méně dle aktuální potřeby. Pedagog by však měl také mít na paměti, že když se jedinec vyjadřuje ve skupině ostatních, mívá sklony k tomu, udělat dobrý dojem, což v konkrétním podání může znamenat také „přihlouplé" poznámky či vulgarity. Není na ně potřeba přehnaně reagovat, protože to je přesně to, co jedinec očekává – chce na sebe upoutat pozornost.

Lekce se skládají z velké části ze samostatné činnosti a z vytváření modelových situací, které jedinci umožňují vyzkoušet si určitou roli „nanečisto". Zároveň je nucen se konfrontovat s postupy ostatních členů skupiny a s jejich názory.

d) Organizační formy

Je vhodné, aby všechny lekce byly vedeny stejným člověkem. Ideální je malá skupina čítající max. 16 jednotlivců (vzhledem k dělení do dvojic je velkou výhodou sudý počet žáků), kterým by se mohli plně věnovat nanejvýš dva pedagogové. Ve větší skupině je mnohem těžší navodit pohodovou, důvěrnou atmosféru a zároveň dodržet pravidla, která jsou pro práci se skupinou

nutná (nemluví všichni najednou, posloucháme se navzájem, věnujeme se všem co nejvíce individuálně). Naprosto nevhodné je, aby každou lekci vedl někdo jiný. Je nutné stavět již na získaných faktech a rozšiřovat je. Střídání lidí neumožní ani navázání důvěry učitel – žák.

Materiální požadavky a pomůcky:

K realizaci programu jsou nutné papíry a psací potřeby. Dále tabule a v případě pouštění filmu také projektor.

Prostorové požadavky:

Program je možné realizovat ve třídě, ale po případných úpravách také venku (kromě pouštění filmu). Prostor by měl být dostatečně prostorný, avšak ne příliš, aby se v něm žáci stále cítili příjemně a dobře.

Rizika programu/překážky v realizaci:

Překážkou může být již zmíněná příslušnost k náboženské či etnické skupině, ve které se o částech tématu nesmí hovořit. Jistou překážkou může být také nedostatečně připravený pedagog, kterému dělá problém o některých tématech hovořit, nebo o nich není dostatečně informován. Překážkou můžou být také určité mýty v prevenci, jako je například představa, že přílišná obeznámenost v dané problematice vede k většímu experimentování. Určitou překážkou je tak například i snaha o zrušení či nezavádění sexuální výchovy na školách.

Výstupy z programu:

Předpokládané dovednosti, které by měli žáci získat během programu jsou schopnost říci „ne“ a schopnost vytvoření si kvalitního hodnotového žebříčku. Program by měl napomoci k vytvoření si zdravých představ o svém těle a zacházení s ním. Program má za cíl omezit rizikové sexuální chování jako je promiskuita, prostituce, ale také předčasné zahájení sexuálního života jako reakci na „nátlak vrstevníků“, zvyšování si sebevědomí a prestiže, či získání hmotného majetku a financí.

Formativní evaluace:

Evaluaci je možné sledovat díky rozdělení lekcí, které (sic volně) navazují na sebe. Pedagog má tak možnost ověřit, co si žáci již pamatují a jak s těmito informaci dále pracují. Na začátku každé lekce a na konci navíc dochází k opakování pojmů a poznatků.

Ověřený program:

Jednotlivé části programu byly ve většině použity při mé práci v nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež (15–26 let). Nejednalo se však o předem nahlášený program, jednotlivé metody vzešly jako reakce na chování či dotazy uživatelů. Jedinou cíleně použitou metodou byla diskuze nad filmy s určitým tématem (nejen tedy tématem rizikového sexuálního chování a sexuálního zneužívání).

Návaznosti/vhodné kombinace:

Program je vhodné kombinovat především s preventivním programem věnujícím se užívání legálních a nelegálních drog a s programem zaměřeným na prevenci šikany a kriminálního

chování. Dále je možno realizovat intenzívní práci s třídním kolektivem formou osobnostně sociální či multikulturní výchovy.

Doporučená spolupráce:

Spolupráce je možná především s lékaři a organizacemi, které se věnují např. ženám a mužům, kteří se stali oběťmi obchodu s lidmi, nebo se věnují sekundární prevenci (např. Rozkoš bez rizika).

Zdroje financování: ESF, financování z projektu.

Formy podpory:

Značná část vhodných informací se dá najít na internetu, v podstatě stačí do vyhledávače jen zadat požadované téma.

Použitá literatura

BELZ, Horst. Klíčové kompetence a jejich rozvíjení: východiska, metody, cvičení a hry. 1. Praha: Portál, 2001. 375 s. ISBN 80-7178-479-6

HELUS, Zdeněk. Sociální psychologie pro pedagogy: sociální souvislosti života, socializace osobnosti, sociální psychologie rodiny, výuka jako řízená socializace, komunikace ve výuce, škola a společnost. 1. Praha: Grada, 2007. 280 s. ISBN 978-80-247-1168-3

HEWSTONE, Miles; STROEBE, Wolfgang. Sociální psychologie: moderní učebnice sociální psychologie. 1. Praha: Portál, 2006. 769 s. ISBN 80-7367-092-5

ed. JEDLIČKA, Richard. Děti a mládež v obtížných životních situacích: nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí. 1. Praha: Themis, 2004. 478 s. ISBN 80-7312-038-0

MŠMT [online]. 28. 6. 2002 [cit. 2011-10-10]. Evaluace a diagnostika preventivních programů. Dostupné z WWW: http://www.msmt.cz/socialni-programy/evaluace-a-diagnostika-preventivnich-programu

MŠMT [online]. 11. 5. 2010 [cit. 2011-10-10]. Rizikové chování v dospívání. Dostupné z WWW: http://www.msmt.cz/socialni-programy/rizikove-chovani-v-dospivani

MŠMT [online]. 12. 10. 2007 [cit. 2011-10-10]. Vybrané termíny primární prevence. Dostupné z WWW: http://www.msmt.cz/socialni-programy/vybrane-terminy-primarni-prevence

Popis:

LEKCE 1.

A) PŘEDSTAVENÍ

Nejprve žáky požádáme, ať se představí, řeknou něco o sobě a o tom, co od programu očekávají. Poté se představí i pedagog a vysvětlí žákům strukturu programu – jak dlouho, kdy se budou setkávat, jaká budou pravidla setkávání a jaká bude náplň celého programu.

Délka: 10 min.

B) CO UŽ VÍM…

Cíle: ověření si znalosti základních pojmů a jejich případné vysvětlení; získání představ o vazbách mezi jednotlivými pojmy.

Rozdělíme děti do skupin a rozdáme jim kartičky s pojmy (příklad – viz kartičky I). K pojmům je možné dle vlastního uvážení nějaké přidat. Necháme děti, ať ve skupinách napíší, co si pod danými pojmy představují. Následně, ať se zamyslí nad tím, zda spolu některé pojmy nějak souvisí a jak (např. láska – partnerství). Může se jednat o skupiny po dvou a více pojmech, ale pojmy mohou zůstat rovněž osamoceny. Poté vše prodiskutujme.

Délka: 20 min.

C) U NÁS TO CHODÍ TAKHLE…

Cíle: pochopení odlišností a právo na ně (nemusím být jako všichni ostatní)

Děti sami za sebe napíší, kolik let bylo jejich mamince a tatínkovi, když se narodily, kolik mají sourozenců, kolik tet a strýců, kolik bratranců se sestřenicemi. Poté každý přečte své odpovědi. Zjistíme, že i v rámci jedné země existují odlišnosti. Sdělíme žákům, že existuje něco jako průměr, ale neexistuje nic jako přesná norma. Není tedy „povinné“ mít jedno ani pět dětí, ani mít děti ve dvaceti či ve třiceti. Vždy záleží na jedinci. Můžeme potom žákům také říci o tom, že jsou země, kde mají děti dvě maminky a jednoho tatínka a že to je vždy o zvyklostech v dané zemi. Taky ale zdůrazníme, že všude by mělo platit, že se k sobě partneři chovají s úctou a respektem, přičemž to samé platí ve vztahu rodičů k dětem a naopak.

Délka: 15 min.

D) IDEÁLNÍ KAMARÁD/KAMARÁDKA, IDEÁLNÍ PARTNER/PARTNERKA

Cíle: osvojit si normy partnerského soužití; uvědomit si svá práva, ale také povinnosti vzhledem k partnerovi či příteli; pochopení, že pro každého vypadá ideál jinak; uspořádání si více a méně podstatných vlastností „ideálu“.

Žáci pracují samostatně. Na papír (viz příloha I na konci kapitoly) napíší, jakých šest vlastností by měl a jaké naopak neměl mít jejich kamarád/kamarádka (mělo by být na něj/ni spolehnutí apod.). Pod to napíši, jaký by měl/neměl být jejich partner/partnerka (opět šest vlastností). Odpovědi poté přečtou, píšeme je na tabuli a diskutujeme o nich se žáky.

Poté žákům řekneme, ať si papíry navzájem vymění. Na papírech, které nyní mají u sebe, škrtnou z každého bloku po třech vlastnostech a papír poté vrátí původnímu majiteli. Situace je takováto: vlastnosti, které jsou škrtnuty v bloku „měl by být" se zamění za tři neškrtnuté vlastnosti z bloku „neměl by být". Takovýto soupis vlastností bude odpovídat nabízenému kamarádovi/partnerovi. Žák se má rozhodnout, zda by ho takového ne/přijal a proč. Diskutujeme. Vyplněné papíry si necháme pro potřeby následující lekce.

Příklad:

Měl by být	*Neměl by být*
Milující	*Alkoholik*
Věrný	~~*Násilník*~~
~~*Vtipný*~~	*Žárlivý*
Pěkný	~~*Hádavý*~~
~~*ochoten vždy pomoci*~~	*Líný*
~~*Spolehlivý*~~	~~*Gambler*~~

Nabízený partner je: milující, věrný, pěkný, alkoholik, žárlivý, líný

Délka: 35 min.

D) ZÁVĚR

Shrnutí toho, co se žáci dozvěděli a zjistili. Zopakování pojmů.

Délka: 10 min.

LEKCE 2:

A) OPAKOVÁNÍ

Cíle: zopakování si již naučených pojmů, navázaní na program z minula.

Uděláme kolečko. Každý žák vysvětlí jeden pojem, který si z minula zapamatoval. Pro zjednodušení můžeme pojmy vypsat na tabuli. Pokračujeme v kolečku tak dlouho, než jsou osvěženy všechny pojmy.

Necháme žáky, ať si rozeberou papíry z minulé lekce (Ideální kamarád/ka, ideální partner/ka) a zeptáme se jich, zda by nějakou vlastnost změnili a pokud ano, tak proč.

Délka: 15 min.

B) TOHLE UŽ VÍM?

Cíle: osvojení si základních pojmů z oblasti ochrany před nechtěným těhotenstvím a získání povědomí o rizicích spojených se sexuálním životem.

Rozdáme žákům do dvojic kartičky s pojmy (viz např. kartičky II, na konci kapitoly). Spolu se pokusí pojem definovat. Následně „definici" přečtou. Diskutujeme o její správnosti.

Jednotlivé pojmy se poté žáci pokusí sjednotit do skupin, které se tematicky shodují.

Délka: 15 min.

C) JÁ CHCI TOHLE!

Cíle: naučit se jasně definovat svůj postoj.

Děti rozdělíme do dvojic. Nejprve se jeden z nich snaží druhého přemluvit, ať s ním jde za školu. Druhý se má bránit a stát si pevně za rozhodnutím, že ne. Pak si role přehodíme. Poté diskutujeme nad tím, jaké argumenty („přemlouvací" i odmítací) žáci používali.

Délka: 15 min.

C) MOJE HODNOTY

Cíle: ustavení schématu hodnot; vyzkoušení pocitu ztráty několika z nich; vyzkoušení skupinového chování; získání schopnosti říci ne. I přesto že se na první pohled může zdát, že to má málo společného ze sexuálním chováním, je potřeba mít na paměti, že například prostitucí sice něco získáváme, ale také dost ztrácíme. A je tedy potřeba si vytvořit pevný hodnotový systém, abychom si ujasnili, co je pro nás podstatnější. Zároveň by měli žáci díky závěru hry zjistit, že v kolektivu neztratí svou cenu (většinou) ani v situaci, kdy odmítnou „jít s proudem", protože se to příčí jejich hodnotovému žebříčku (doslova zisk nepřevyšuje náklady).

1. Každý žák napíše na A4 papír jaké je jeho největší životní přání, čeho by chtěl dosáhnout. Papír přeloží a položí stranou, nikomu neříká, co je tam napsané. Rozdáme žákům deset malých papírků, na které mají napsat, co je pro ně v životě nejcennější (může jít jak o osoby a hmotné statky, tak o abstrakce jako je láska apod.). Tyto papírky si položí před sebe. Pak se postupně vydávají ke svým spolužákům a některému z nich dva různé papírky obrátí lícem na zem. Počkáme, až se vystřídají všichni a každému žákovi zůstane lícem navrch 8 papírků. Tyto věci, osoby či hodnoty jednotliví žáci právě ztratili. Zeptáme se jich postupně, jak by se cítili, kdyby o ně skutečně přišli.

2. Žáci si rozeberou zpět své papírky. Poté jim dáme možnost, aby postupně vyměnili čtyři své papírky za určité množství cizích papírků. Ale pozor – mohou a nemusí nic vyměnit, anebo dokonce mohou jeden papírek vyměnit za více papírků. Během výměny sledujeme strategie, kterých využívá jak ten, který chce nějaký papírek získat, tak ten, který jej ne/chce dát. Na konci musí každému žákovi zbýt minimálně šest papírků (ale může mu jich zůstat i deset). Po skončení výměny se postupně ptáme, zda něco chtěli vyměnit a proč a zda se jim to povedlo a zda něco vyměnili někomu jinému či nikoliv a proč. Diskutujeme také o ceně toho kterého papírku a o použitých strategiích. Reagujeme vždy dle konkrétní situace. Na tabuli vypíšeme obsah těch papírků, které by žáci za žádnou cenu nevyměnili.

3. Žáci si rozeberou zpět své papírky a vyberou si z nich celkem 6 pro ně nejdůležitějších. Ty si ponechají u sebe, zbytek odloží. Vytvoříme skupiny. Skupina má za úkol shodnout se na jednom velkém společném cíli (například – založíme firmu, pojedeme na cestu kolem světa apod.). Na velký papír napíšeme vybraný cíl. Cesta k cíli vede přes tři etapy. Aby společně dosáhli první etapy, musí se každý člen skupiny vzdát jedné své hodnoty Pokud se jedinec nechce žádné vzdát, zůstane na startu, avšak ostatní se ho snaží přemluvit povídáním

o společném cíli apod. Ti, kteří nakonec jeden papírek odloží, se posunou. Aby dosáhli druhé etapy, musí se vzdát dvou ze zbylých papírků. Pokud jedinec/jedinci i přes přemlouvání ostatních nechce/nechtějí žádný papírek odložit, zůstane/zůstanou na první etapě, zbytek skupiny se posune. K dosažení třetí etapy, tedy cíle, je nutné odložit rovněž dva papírky. Situace se opakuje, někdo může zůstat na druhé etapě a někdo jde dál. Poté se ptáme, proč se jednotlivci svých papírků vzdali a proč je naopak za vytyčený cíl nechtěli vyměnit. Vysvětlíme, že vždy záleží na konkrétním jednotlivci. Také žákům vysvětlíme, že společné cíle jsou dobré a kolektivní chování a soudržnost je důležitá, ale vždy jen do té doby, než nás nutí zahodit něco, na čem nám velmi záleží. V té chvíli leží konečné rozhodnutí jen na nás. Špatný tedy není ani ten, kdo dosáhl cíle, ani ten, kdo si radši ponechal to, na čem mu záleží.

4. Na konec žákům řekneme, aby si přečetli, jaký životní sen si napsali na začátku hodiny na složený papír a zamysleli se nad tím, zda se jim to povede s těmi papírky, které jim zůstaly. Mohou si tak uvědomit, že je někdy dobré se ptát, zda chci získat to či ono, anebo dosáhnout „společného“ cíle třeba za cenu ztráty možnosti dosažení svého osobního velkého cíle.

5. Diskutujeme.

Délka: 45 min.

E) ZÁVĚR

Zopakování si toho, co žáci v této lekci zjistili.

Délka: 10 min.

LEKCE 3:

A) A TOHLE VŠECHNO UŽ UMÍME

Na tabuli napíšeme pojmy z minulých dvou lekcí a postupně je opakujeme.

Délka: 15 min.

B) A TOHLE BYCH MĚL TAKY VĚDĚT.

Cíle: osvojení si dalších pojmů.

Žákům do dvojic rozdáme kartičky s pojmy, vytvoří definici. Tu potom probíráme a upřesňujeme se zbytkem třídy.

Délka: 10 min.

C) A TOHLE TAKY SMÍM?

Cíle: pochopit, na co mám právo a co smím s ohledem na konkrétní situace (příklad – lhát se nemá, ale někomu cizímu na ulici mohu říct, že nechci svézt, protože pro mě za chvilku přijede táta apod.)

Rozdáme žákům dotazník (viz příloha II na konci kapitoly). Žáci zaškrtnou, co si myslí. Jednotlivé odpovědi poté prodiskutujeme.

Délka: 30 min.

D) PŘEDSTAV SI…

Cíle: modelové nastínění některých situací a orientace v tom, jak je možné se zachovat.

Učitel klade otázky začínající „Představ si, že…“ a navodí tak nějakou situaci. Žáci o ní poté diskutují. (Soupis viz příloha III na konci kapitoly.)

Délka: 30 min.

D) ZAMYŠLENÍ

Cíle: při sledování konkrétních situací se zamyslet nad jednáním aktérů, nad tím, co mohli udělat jinak apod.

Pustíme žákům film a/nebo dokument týkající se tématu sexuálního zneužívání či prostituce či sekvenci krátkých záběrů z několika filmů. Diskutujeme nad nimi.

Doporučené filmy: Galerianki (rež. Katarzyna Roslaniec, polský film, dají se sehnat české titulky, téma prostituce mladých dívek v nákupních centrech); Christiane F. – My děti ze stanice Zoo (rež. Uli Edel; propojení dvojí tématiky – užívání narkotik a prostituce); Juno (rež. Uli Edel, odlehčené podání těhotenství v nízkém věku); Pevné pouto (rež. Peter Jackson, film s tématikou sexuálního zneužívání). Samozřejmě, že lze vybrat i film dle svého, jen je potřeba, aby jej pedagog vždy předem viděl a připravil si dotazy.

Po skončení filmu následuje diskuze.

Délka: dle filmu + diskuze (cca 20 min.)

E) ZÁVĚR – CO VŠECHNO UŽ VÍM

Zopakujeme se žáky, co vše se během lekcí dozvěděli.

Délka: 20 min.

Tabulka 2: Kartičky I.

LÁSKA	MANŽELSTVÍ	ANTIKONCEPCE
SVATBA	PARTNERSTVÍ	PREZERVATIV
LESBA	TĚHOTENSTVÍ	PROMISKUITA
CELIBÁT	HOMOSEXUALITA	PROSTITUCE
SEX	MNOHOŽENSTVÍ	PŘÁTELSTVÍ
GAY	NEVĚRA	SEXUÁLNÍ ZNEUŽÍVÁNÍ
POHLAVÍ	ZNÁSILNĚNÍ	POHLAVNÍ CHOROBY

Tabulka 3: Kartičky II.

AIDS	PŘERUŠOVANÁ SOULOŽ	MASTURBACE
KAPAVKA	HORMONÁLNÍ ANTIKONCEPCE	PORNOGRAFIE
SYFILIS	EJAKULACE	EROTIKA
OPAR	ADOPCE	POSTINOR
INTERRUPCE	MATEŘSTVÍ	GYNEKOLOGIE
TABLETKA	PREZERVATIV	HIV

Tabulka 4: Kartičky III.

PEDOFILIE	FETIŠISMUS	STALKING
SADISMUS	EXHIBICIONISMUS	INCEST
MASOCHISMUS	VOYEURSTVÍ	

Tabulka 5: KAMARÁD, KAMARÁDKA:

MĚL/A BY BÝT	**NEMĚL/A BY BÝT**

Tabulka 6: PARTNER/PARTNERKA:

MĚL/A BY BÝT	NEMĚL/A BY BÝT

Tabulka 7: Příloha III.

Tajemství je nutné za každou cenu dodržet.	*A*	*N*	*A/N*
Mám právo změnit svůj názor.	*A*	*N*	*A/N*
Dospělé je nutné vždy poslouchat.	*A*	*N*	*A/N*
Nikdy nesmím lhát.	*A*	*N*	*A/N*
Seriózně vypadající lidé s dobrým zaměstnáním jsou vždy hodní.	*A*	*N*	*A/N*
Pokud chodí dívka vyzývavě oblečená, může si za znásilnění sama.	*A*	*N*	*A/N*
Pravá láska se pozná podle množství dárků.	*A*	*N*	*A/N*
Měl/a bych tomu, kdo mě miluje a koho miluji já, poskytnout i to, co se mi nelíbí.	*A*	*N*	*A/N*
Člověk, který mě má skutečně rád, by mi nikdy neublížil.	*A*	*N*	*A/N*
Pokud jednou něco slíbím, musím to za každou cenu dodržet.	*A*	*N*	*A/N*
Když slečna řekne „ano“, znamená to „ne“.	*A*	*N*	*A/N*
Kluci chtějí sex vždycky.	*A*	*N*	*A/N*
Ten, kdo nežárlí, nemiluje.	*A*	*N*	*A/N*
Těhotenství je záležitostí ženy i muže, který je otcem dítěte.	*A*	*N*	*A/N*
Jen muži jsou schopni někoho sexuálně zneužít.	*A*	*N*	*A/N*
Být znásilněná/ý znamená „pošpinění“ dotyčné/ho.	*A*	*N*	*A/N*
Homosexualita je nemoc.	*A*	*N*	*A/N*
Homosexuální jedince je možné poznat „na první pohled“.	*A*	*N*	*A/N*
Homosexualita je nakažlivá, a proto by tyto páry neměly vychovávat děti.	*A*	*N*	*A/N*
Pedofilové jsou jen muži.	*A*	*N*	*A/N*
První sex bych měl/a zažít co nejdříve.	*A*	*N*	*A/N*

Čím více sexuálních partnerů/partnerek poznám, tím lépe.	*A*	*N*	*A/N*
První láska může být láskou na celý život.	*A*	*N*	*A/N*
Sex je nedílnou součástí lásky.	*A*	*N*	*A/N*
Zaslání fotky, na které jsem nahá/ý přes internet či přes mobilní telefon, člověku, kterého znám, je zcela bezpečné.	*A*	*N*	*A/N*
Mé tělo patří jenom mě.	*A*	*N*	*A/N*
S partnerem/partnerkou musím mít pohlavní styk, jinak jej/ji nemiluji.	*A*	*N*	*A/N*

Tabulka 8: PŘEDSTAV SI, ŽE...

1. *po cestě domů zjistíš, že tě někdo sleduje.*
2. *by u tebe zastavilo auto a řidič/ka se tě zeptal/a, zda nechceš svézt domů.*
3. *potkáš exhibicionistu.*
4. *ti chodí neslušné či urážející sms.*
5. *ti přítel/přítelkyně řekne, že se s tebou rozejde, pokud se s ní/ním „nevyspíš".*
6. *ti tvoje kamarádka / tvůj kamarád tvrdí, že největší frajer/ka, je ten/ta, který/é se vyspí s nejvíce lidmi.*
7. *ti tvůj přítel řekne, že prezervativ nepotřebujete, protože se přeci znáte a protože on si „umí dát pozor".*
8. *po tobě kamarád/přítel kamarádka/přítelkyně chce, aby si mu/jí poslal/a erotickou fotografii.*
9. *ti někdo nabídne, že ti za poslání erotické sms, e-mailové zprávy koupí něco, po čem moc toužíš.*
10. *ti někdo nabídne lákavou práci v zahraničí, o které však nic bližšího nevíš, krom příslibu vysokého výdělku.*
11. *potkáš na diskotéce milého člověka, který tě pozve k sobě domů na kávu/čaj/drink.*

9. Program proti šikaně

Autor, název organizace: Radomír Juřička, CPIV Olomouc

Cíle:

- prevence šikany
- seznámení žáků s problematikou šikany
- seznámení žáků s nebezpečím šikany, se závažností, s možnými následky
- osvojování kompetence k účinné obraně před šikanou, k jejímu odmítnutí
- podpora žáků v utváření přesvědčení o nepřijatelnosti šikany

Cílová skupina: žáci 2. stupně základní školy

Kontraindikace/omezení:

Počet žáků – program lze realizovat maximálně pro jednu třídu, nutná je práce ve skupinách a dostatek prostoru pro individuální přístup.

Personální nároky:

Program řídí dvě osoby – odborný lektor a vyškolený pedagog.

Požadavky na supervizi/intervizi:

Účast pedagoga v programu, společné hodnocení lektora a pedagoga, diskuze v pedagogickém sboru.

Časová struktura programu:

Tento blokový program trvá 4x45 minut, nejlépe s frekvencí 2x týdně.

Doporučení pro realizaci:

Využití powerpointové prezentace, interaktivní formy (diskuze s žáky, hry, skupinová práce), využití příběhů ze života (příklady školní šikany).

Materiálové požadavky a pomůcky:

Kancelářské potřeby (papíry, tužky, fixy), dataprojektor, notebook.

Prostorové požadavky:

Klubovna, herna (program je vhodnější realizovat mimo třídu, kde probíhá běžná výuka), možnost zatemnění místnosti, přesunů nábytku (židle, stoly).

Rizika programu / překážky v realizaci:

Prostředí třídy – tam, kde se žáci učí, může být pro program kontraproduktivní. Nevhodné zasahování pedagogů (vyžadování ticha, okřikování žáků). Nerespektování předem nastavených pravidel – při zapojení žáků.

Výstupy z programu: znalosti, dovednosti, kompetence žáků:

- orientace v problematice šikany
- odmítání šikany
- osvojení nepřijatelnosti šikany
- osvojení kompetencí k účinné obraně před šikanou

Formativní evaluace (jak probíhá evaluace procesu):

Navazuje na akreditované vzdělávání Minimální preventivní program (jeho součástí je program proti šikaně). Hodnocení programu probíhá v týmu realizátorů a pedagogů.

Návaznosti / vhodné kombinace:

Akreditované další vzdělávání pedagogických pracovníků (DVPP) – Minimální preventivní program, poruchy chování.

Návaznost na průřezové téma Multikulturní výchova (rasismus a xenofobie).

Spolupráce s policií (doplňkové programy – právní aspekty, následky).

Návaznost na vyučování (osobnostní výchova, základy společenských věd).

Doporučená spolupráce:

Odborní lektoři NUV, využití spolupráce se specificky zaměřenými organizacemi.

Vymezení pojmu:

Šikanování – (z fr. *chicane* = týrání)

Způsob chování umožňující většinou v bezprostřední komunikaci fyzickým a psychickým týráním druhých získat nad nimi pocit převahy, moci či určité výhody. Jde o jednání agresivní, často nezákonné, ale trpěné a mnohdy podporované určitou skupinou. Lze je charakterizovat jako chování asociální. Podhoubí šikany je v osobnostních rysech týrajícího i jeho oběti a v lhostejnosti okolí, v sociální atmosféře, v některých ideologiích. (*Velký sociologický slovník, Univerzita Karlova, Vydavatelství Karolinum, 1996 Praha*)

KRIZOVÉ POSTUPY

Přejato z textu Petera Porubského: Co dělat, když se ve třídě vyskytne šikana. Materiál pro jednání Porady vedení MŠMT č. j. 21291/2010 – 28, Metodická doporučení v oblasti prevence rizikového chování, zkráceno, přejato z www.msmt.cz.

Čeho je třeba si všímat / možné průvodní jevy:

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- Při přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.

- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Pozdní příchody do školy či výuky.
- Odcházení na WC vždy v hodině.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede důvěryhodně vysvětlit.

Důležité: je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností.

Rodiče žáků by si měli všímat především těchto možných příznaků šikanování:

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

- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku.

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet.
- 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 jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních (až trestných činů) či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

Jak postupovat:

Devět kroků při řešení počáteční šikany (s níž se ve své praxi setkáte nejpravděpodobněji, ve všech fázích je třeba dobře dokumentovat svůj postup, mít podepsané zápisy, nahrávky).

Schéma první pomoci:

1. Odhad závažnosti a rozpoznání zda nejde o neobvyklou formu šikanování.

- Úkol naplňujeme především prostřednictvím rozhovoru s informátory a oběťmi.
- Nesmí docházet k přímé konfrontaci pachatele a oběti.

2. Rozhovor s informátory a oběťmi

- Po rozhovoru s informátorem následuje rozhovor s oběťmi (ne s podezřelými pachateli).
- Při rozhovoru s obětí je důležité, aby o tom nevěděli ostatní žáci (je potřeba ochránit ji před možnou pomstou agresorů).

3. Nalezení vhodných svědků

- Vytipovat členy skupiny, kteří budou pravdivě vypovídat (vybrat žáky, kteří s obětí sympatizují, kamarádí s ní, nebo ji alespoň neodmítají, žáky nezávislé na agresorech, kteří nepřijímají normy šikanování).

4. Individuální, případně i konfrontační rozhovory se svědky

- Rozhovory zorganizovat tak, aby o nich druzí nevěděli.
- Vyskytnou-li se těžkosti, lze uskutečnit doplňující a zpřesňující rozhovory nebo konfrontaci dvou svědků.
- Vážnou chybou je společné vyšetřování svědků a agresorů. Za zásadní chybu považujeme konfrontaci obětí a agresorů.

6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi

> Je to poslední krok ve vyšetřování.

> Dokud nemáme shromážděné důkazy, nemá smysl vést tento rozhovor.

> Cílem je agresory okamžitě zastavit a ochránit oběti, ale i je samé před následky jejich činů.

7. Výchovná komise

> V rámci společného setkání pedagogů a žáka-agresora i jeho rodičů se rozhoduje o výchovných opatřeních.

8. Rozhovor s rodiči oběti

> Rodiče je třeba informovat o zjištěních a závěrech školy a domluvit se na dalších opatřeních.

9. Práce s celou třídou, „léčba nemocných vztahů".

Nejčastější chyby:

> učitelé nepracují s faktem zásadní odlišnosti řešení u počátečních a u pokročilých šikan,

> při vyšetřování se nebere zřetel na trauma, stud a mlčenlivost znásilněné oběti,

> berou se vážně falešní svědci, kterým poroučí „šéf" agresorů,

> bezprostředně se konfrontuje výpověď týraného žáka s výpověďmi jeho mučitelů,

> pedagog vyšetřuje šikanu přímo ve třídě,

> ředitel si pozve najednou údajné oběti, údajné agresory a jejich rodiče, některé pedagogy a vyšetřuje to „z jedné vody" načisto,

> po vyšetření šikany se naráz pozvou všichni – rodiče agresorů, oběti i s jejich ratolestmi,

> nezřídka se oběť nechá odejít ze školy, případně se převede do vedlejší třídy, přičemž šikanování se dále prohlubuje a zdokonaluje, má-li někdo opustit třídu, měl by to být agresor a ne oběť.

Postup vyšetřující osoby, má-li podezření na šikanu:

> Konfrontovat svá pozorování s dalšími kolegy.

> Co nejdříve oznámit své podezření vedení školy, výchovnému poradci, konzultovat další postup.

> Mezi čtyřma očima vyslechnout více nezaujatých svědků, popřípadě konfrontovat svědky mezi sebou.

Je zejména důležité získat odpovědi na následující otázky:

Kdo je obětí, popřípadě kolik obětí je?

Kdo je agresorem, kolik agresorů je?

Kdo z nich je iniciátor, kdo aktivní účastník šikanování a kdo je obětí i agresorem?

Co, kdy, kde, a jak dělali agresoři obětem?

K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo?

Jak dlouho šikana trvá?

- > Spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Poprosit je o pomoc.
- > Vyslechnout oběť – citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací.
- > Důležité: problém neřešit před třídou, jednat s žákem individuálně, v klidném prostředí.
- > Zajistit ochranu oběti šikany.
- > Teprve nyní vyslechnout agresory, případně konfrontovat agresory mezi sebou. Důležité: nekonfrontovat oběti a agresory. Vytipovat nejslabší článek, dovést je k přiznání či vzájemnému obviňování.
- > Požádat vedení školy o svolání výchovné komise (vedení školy, výchovný poradce, třídní, školní metodik prevence rizikového chování, případně psycholog). Komise posoudí, zde se jedná o šikanu a jaký je stupeň její závažnosti (stupně 1–3 počáteční šikana, 4–5 šikana v pokročilém stádiu), navrhne další postup vůči obětem i agresorům i třídě jako celku. Potrestání agresorů je individuální, závisí na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jedná o první případ či recidivu.
- > Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření, (zdůraznit možnost nápravy) a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na Policii ČR.
- > Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních (terapie, osobnostní výcvik…).
- > Rozebrat situace ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečí a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků. Třídu i nadále pozorně sledovat.

Brutální šikana

Případy brutální šikany nejsou na našich školách tak řídkým jevem, jak by se mohlo zdát.

V případě brutální šikany se doporučuje postupovat následujícím způsobem:

1. Zvládnout šok a postarat se o oběť

Pedagog musí zvládnout svůj vlastní šok, zastavit násilí a postarat se o oběť, poskytnout jí nejnutnější pomoc a ochranu. Žák, který se stal obětí, je v zoufalé situaci, bojí se o život, může být případně je zraněný. Může být ale nebezpečné snažit se zastavit agresi sám, mohla by se obrátit proti pedagogovi. Pedagog musí rychle vyhodnotit situaci a v případě potřeby přivolat pomoc.

2. Přivolat pomoc

Učitel by měl zalarmovat své kolegy, ale neměl by nechat třídu bez dozoru. Vyslat pro ostatní učitele třeba žáka, který nebyl do šikanování zapojený. Situace je natolik závažná, že je třeba přerušit vyučování a řešit ji ihned.

3. Zabránit domluvě

Pedagog musí zabránit tomu, aby se třída mezi sebou domluvila, vyloučí tím nepravdivé svědectví. Někdo proto musí s žáky zůstat a hlídat je.

4. Poskytnout oběti pomoc a bezpečí

Někdy dochází k tomu, že postižený žák je zraněný, v tom případě je třeba bezprostředně zavolat lékaře a informovat rodiče. I když není šikanovaný žák zraněný, je třeba ho chránit, pomoci mu překonat prožité trauma, uklidnit, dodat mu pocit bezpečí.

5. Přivolat policii

Škola je povinna nahlásit celou věc policii, ale měla by jednat nezávisle na rychlosti postupu policie.

Kdy vyrozumět Polici ČR/OSPOD:

Pokud má učitel jistotu, že byl spáchán trestný čin, má ze zákona povinnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení, pokud má podezření, zákon určuje školskému zařízení za povinnost nahlásit tuto skutečnost obecnímu úřadu, tedy sociálnímu pracovníkovi z orgánu sociálně právní ochrany dětí (OSPOD). V případě, že rodiče odmítají spolupracovat se školou a odmítají se zúčastňovat výchovných komisí, je škola opět oprávněna vyrozumět OSPOD.

Kontakty:

Poradna webu Minimalizace šikany

Domácí webové stránky s tématikou 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

Zahraniční webové stránky s tématikou šikany:

Evropská observatoř pro násilí ve školách: www.obsviolence.com/english/members/

www.bullying.co.uk

www.bullying.org/public/frameset.cfm

www.schoolsecurity.org/trends/bullying.html

www.nldontheweb.org/Banks_1.htm

PROGRAM PROTI ŠIKANĚ

1. SETKÁNÍ	**Čas**	**Pomůcky**
Úvod *přivítání, představení lektora, zdůvodnění programu, co bude následovat, očekávání*	*5 min*	*- hrací kostka* *- karty s otázkami* *- tabule s papírem*
√ **Hra na odstranění rozpaků, uvolnění**	*5 min*	*- listy papíru* *- fixy, tužky*
√ **Informace o tom, co je to šikana**, *společné definování – uvést příklady chování, hledat, které incidenty jsou jen nadávkou, hádkou, co už je násilím, šikanou…*	*5 min*	
Otázky a odpovědi – lektor hází hrací kostkou, podle čísla si žáci vyberou otázku a zkusí odpovědět. Úkolem lektora je otázky doplňovat a předávat formou hry informace žákům, zapisuje se vše, lektor nehodnotí (brainstorming = bouře mozků, volně přeloženo – burza nápadů).		
Technika, při které může každý člen skupiny volně říkat všechna slova, která jej napadnou na dané téma, nápady se zapisují na velký papír. Smyslem je získat co nejvíce informací o tématu. Důležité je zdůraznit, že žádný nápad není špatný. V této fázi nehodnotíme.	*10 min*	
Projevy šikany podle závažnosti *ve skupinách, stejný postup, seřadit uvedené příklady podle závažnosti, zdůvodnit*	*5 min*	
Hra		
Závěr *krátké shrnutí, prostor pro otázky, poděkování za účast, plánování další schůzky*	*5 min*	

Tip pro další práci:

- √ *připravte pro ostatní nástěnku se základními informacemi o násilí, šikaně*
- √ *napište článek o šikaně do školního časopisu*
- √ *navrhněte zvláštní přílohu školního časopisu o problematice šikany*
- √ *udělejte mezi žáky anketu na téma, které se týká šikany*

2. SETKÁNÍ	Čas	Pomůcky
Úvod *přivítání, opakování – co jste si zapamatovali z minulého setkání?* √ **Hra na odstranění rozpaků, uvolnění** √ **Brainstorming** *Témata pro brainstorming:* *Vymyslete co nejvíce dobrých způsobů, jak lidé mohou řešit neshody mezi sebou bez násilí.* **Jak můžeme řešit problém s šikanou?** *Každý žák dostane volný list papíru, vymyslí a napíše problém, který může mít jeho kamarád v souvislosti s násilím, s šikanou. Pak všichni chodí po místnosti, navzájem se potkávají a navzájem navrhují možnosti, jak tento problém řešit, jak můžeme kamarádovi s problémem poradit. Každý tak získá seznam různých možností, jak pomoci svému kamarádovi. Následuje diskuse ve skupině.* *Otázky při diskusi ve skupině:* √ *Kdo by chtěl přečíst problém svého kamaráda a seznámit s možností, jak mu v problému můžeme pomoci? (může být anonymní – neuvádí se jméno)* √ *Kterou možnost byste použili v případě, že by se jednalo o váš problém?* √ *Obrátil se na vás někdo s problémem osobní zkušenosti s násilím, šikanou?* √ *Dokázali jste mu poradit?* **Hra** **Závěr** *krátké shrnutí, prostor pro otázky, poděkování za účast, plánování další schůzky*	*5 min* *5 min* *5 min* *10 min* *10 min* *5 min* *5 min*	*- tabule s papírem* *- listy papíru* *- fixy, tužky*

Tip pro další práci:

- √ *uspořádejte besedu se školním metodikem prevence či výchovným poradcem a navrhněte možnosti prevence šikany ve vaší škole*
- √ *ve spolupráci s učitelem založte schránku důvěry, která bude zaměřena na problémy šikany a násilí ve škole*
- √ *zamyslete se nad otázkou násilí v celosvětovém měřítku*
- √ *téma xenofobie, rasismus a násilí*
- √ *vzpomenete si na nějaký příklad násilí na lidech?*

3. SETKÁNÍ	**Čas**	**Pomůcky**
Úvod		*- tabule s papírem*
Přivítání, těšili jsme se na dnešní setkání?	*5 min*	*- fixy, tužky*
Co si pamatujeme z minulého setkání?		
Hra na odstranění rozpaků, uvolnění		
Na koho se můžeme v případě problémů s násilím a šikanou obrátit?	*10 min*	
Na koho se můžeme obrátit ve svém okolí?		
Nebezpečí kyberšikany		
√ *lektor vysvětlí pojem, žáci ve skupinách zapisují příklady ze života, potom je skupiny postupně napíší na velký papír*	*10 min*	*- dataprojektor, notebook, powerpointová prezentace*
√ *mluvčí skupin okomentují zapsané příklady*		
√ *v čem je nebezpečí kyberšikany – stejný postup, nejprve ve skupinách, potom na tabuli, komentář*		
Hra	*5 min*	
Závěr		
krátké shrnutí (3 věty), prostor na otázky, poděkování za účast, plánování další schůzky	*5 min*	

Tip pro další práci:

- √ *nazkoušejte dramatickou scénku s různými způsoby šikany a obranou před ní*
- √ *namalujte komiks, jehož vyústěním bude kritika a odmítnutí šikan*

4. SETKÁNÍ	Čas	Pomůcky
Úvod *přivítání, opakovaní – co jste si zapamatovali z minulého setkání, vzpomenete si na některý způsob odmítání?* **Hra na odstranění rozpaků, uvolnění** **Brainstorming** *Témata pro brainstorming:* √ *V čem je třída, kde spolu většina žáků kamarádí, neubližují si, není tam šikana, lepší?* √ *Co hrozí třídě, kde se objeví šikana?* √ *Co mohou udělat pro to, aby problému s násilím a šikanou bylo u nás ve třídě co nejméně?* *(Pokud je více účastníků, je možné pracovat ve skupinách, popř. v časové tísni zadat skupinám různá témata a posléze je probrat společně.)* **Jak působí filmy zobrazující násilí na lidech?** **Jak působí na děti filmy a počítačové hry s násilím (boj se zbraněmi)?** *Žáci si ve skupinkách vyberou nějakou hru nebo film, rozeberou ji/ho, zhodnotí její/jeho obsah, nepravdy, co působí na lidi návodně. Vše zapisují na papír, potom své řešení přednesou ostatním.* **Reklama na dobré mezilidské vztahy:** √ *žáci pracují ve skupinách, každá skupina dostane arch balicího papíru, barvy, fixy, pastelky* √ *úkolem je vytvořit „reklamu“ na dané téma – dobré mezilidské vztahy,* √ *téma pro jednotlivé skupiny může určit lektor* √ *po dohotovení reklamy skupiny předvedou a představí své dílo ostatním* √ *následuje diskuse ve skupině* √ reklamy je možné vyvěsit na nástěnku	*5 min* *5 min* *5 min* *10 min* *10 min*	*- tabule s papírem* *- listy velkého balicího papíru* *- fixy, tužky, barvy* *- reklamy z časopisů, plakátky – film, počítačové hry*

Hra	*5 min*	
Závěr *shrnutí celého programu, jak program použijeme v praktickém životě? Co nám program přinesl? Krátké hodnocení (dotazník – žáci)*	*5 min*	

Tip pro další práci:

- √ *vytvořte „televizní" reklamu na dobré mezilidské vztahy, na obranu před šikanou, použijte videokameru (jako vzor použijte reklamu na film, počítačovou hru)*
- √ *zamyslete se nad tím, zda existují celonárodní kampaně proti násilí, zkuste je najít, seznamte se s kampaní ostatní*
- √ *uspořádejte výtvarnou soutěž na témata související s dobrými vztahy mezi lidmi*

10. Kyberšikana – nebezpečné prostředí internetu

Autor, název organizace: Petra Stonišová, Hana Tichá, CPIV Opava

Cíle: Seznámení s pojmem kyberšikana a vysvětlení jejích možných důsledků, projevů, bezpečný internet.

Cílová skupina: žáci 5.–9. ročníku ZŠ

Personální nároky: proškolený pedagog

Požadavky na supervizi/intervizi:

Pokud to personální podmínky dovolí, bylo by vhodné, aby jeden z proškolených pedagogů program vedl a druhý byl v roli „pozorovatele“, čímž může „aktérovi“ poskytnou okamžitou zpětnou vazbu a podporu.

Časová struktura programu:

- Úvod, seznámení (samolepky) – 5 min.
- Terorizující sms – 10 min.
- Brainstorming – myšlenková mapa – 20 min.
- Prezentace – 20 min.
- Aktivní zapojení – 20 min.
- Evaluační dotazníky – 5 min.
- Závěrečná zpětná vazba, ukončení a rozloučení – 10 min.

Doporučení pro realizaci:

Vytvořit jednotlivé kroky a dodržet tematickou strukturu lekcí.

a) **Tematická struktura lekcí**

1) Úvod, seznámení (samolepky)

2) Terorizující sms

3) Brainstorming – myšlenková mapa

4) Prezentace

5) Aktivní zapojení

6) Evaluační dotazníky

7) Závěrečná zpětná vazba, ukončení a rozloučení

b) **Metody**

Interaktivní práce s třídním kolektivem s využitím videí a praktických cvičení, brainstorming – myšlenková mapa, dramatizace, diskuse

c) **Organizační formy – skupinová a individuální práce**

Materiálové požadavky a pomůcky:

samolepky, arch velkého papíru, fixy, dataprojektor + počítač s připojením na internet

Prostorové požadavky:

školní třída, popř. multimediální učebna

Rizika programu / překážky v realizaci:

V průběhu programu se mohou otevřít některé aktuální problémy žáků, proto je vhodné mít při realizaci tohoto preventivního programu „k ruce" školního metodika prevence, školního speciálního pedagoga, školního psychologa, popř. jiného odborníka, který by dokázal v dané situaci zaintervenovat nebo v případě nutnosti s problémem dále pracoval.

Překážkou při realizaci by mohla být nevybavenost školy dataprojektorem a počítačem s připojením na internet.

Výstupy z programu: žáci po skončení programu umí vysvětlit pojem „kyberšikana", dovedou vyspecifikovat možná rizika a nástrahy internetu, znají možnosti, jak tomuto nebezpečí předejít a umí se účinně bránit ohrožujícím faktorům internetového prostředí.

Formativní evaluace: formou dotazníků

Ověřený program: tento program byl pracovníky CPIV několikrát realizován v různých třídách na ZŠ a vždy se setkal s dobrým ohlasem jak ze strany žáků tak i pedagogů a vedení.

Návaznosti / vhodné kombinace:

Na tento program by bylo vhodné navázat vzdělávacím kurzem „Bezpečné internetové prostředí – sociální sítě", který je určen pedagogům základních a středních škol. Slouží k rozvoji digitální gramotnosti pedagogů při využití internetu, nabízí základní pohled do problematiky hrozeb ve virtuálních sítích a možnosti, jak těmto hrozbám předejít nebo zabránit pomocí využití praktických ukázek, postupů a doporučení. Kurz seznámí frekventanty s možnostmi omezení přístupu na stránky s nevhodným obsahem a nastíní možnou spolupráci a osvětu rodičů.

Doporučená spolupráce:

Doporučujeme navázání spolupráce s odborníky v dané lokalitě zabývající se problematikou kyberšikany. Z důvodu možné návaznosti na preventivní program i možnosti spolupráce při řešení aktuálních problémů spojených s kyberšikanou.

Formy podpory:

http://www.e-bezpeci.cz/

http://www.minimalizacesikany.cz/

http://www.seznamsebezpecne.cz/ (Film určený dětem, jejich rodičům a pedagogům o nástrahách internetu a nebezpečí, která jsou skryta za nejrůznějšími identitami. Cca 30 min).

http://www.youtube.com/watch?v=22gUYhzG3iI (facebook versus realita)

http://www.youtube.com/watch?v=_QJE-tFB4BQ&feature=player_embedded

(Odpovědi pro návštěvníky blogu Natalia Sadness)

http://edu-partners.wz.cz/index1.htm

Popis:

Preventivní program je zaměřen na prevenci kyberšikany a dalších rizik, které mohou žáky ohrozit při využívání informačních technologií a internetu. Má žáky před těmito riziky varovat, naučit je používat vhodné postupy při setkání s tímto fenoménem a informovat je o možnostech vyhledání pomoci.

Na samolepící štítek si žáci napíší svou přezdívku nebo heslo, pod kterým jsou vedeni na facebooku (FB). Většina nějakou přezdívku či zkomoleninu jména má, pokud ne, mohou si vymyslet, jakou přezdívku by na facebooku mohli používat. V průběhu programu oslovujeme žáky tímto způsobem.

Terorizující SMS

„Pavle, jsi nejhloupější z celé třídy a strašně smrdíš. Ani David už s tebou nechce sedět. Ani zítra nechoď, jdi pryč!!!“

Do sms je vhodné volit taková jména, která ve třídě nejsou. Text napíšeme na tabuli, pak jej přečteme a s žáky diskutujeme o možnostech, jak mohou reagovat, pokud jim podobná SMS přijde. Ptáme se, zda se někdo s takovou SMS již setkal apod.

Otázky: *Jak by se žáci poté, co by dostali tuto SMS zachovali? Přečetli by ji někomu? Pokud ano, tak komu? Smáli by se tomu nebo by začali brečet? Šly by zítra do školy? atd.*

Důležité je, abychom se v závěru programu k této SMS vrátili a znovu se ptali, jak by se žáci zachovali, pokud by jim byla podobná zpráva doručena. Měl by být vidět posun v řešení, děti by měly zvládnout popsat správný postup na základě informací získaných v průběhu programu.

Brainstorming – vytvoření myšlenkové mapy na pojem kyberšikana.

Zpracování myšlenkové mapy: ve skupinách na arch papíru formátu A2. Každé skupině, kterou tvoří 4–5 žáků, zadáme jeden pojem z oblasti informačních technologií. Tento pojem vepíší do středu papíru a tvoří myšlenkovou mapu (píší, co si s tímto pojmem spojují). Následuje prezentace všech skupin – 1 mluvčí za skupinu.

Pojmy pro skupiny:

- šikana
- kyberšikana
- internet
- facebook
- potencionální nebezpečí
- emaily všeho druhu

Prezentace

Pomocí powerpointové prezentace seznámíme žáky přístupnou formou s druhy kyberšikany, s výše uvedenými pojmy a s nebezpečnými fenomény typu FB a jiných sociálních sítí, kam se obrátit, co dělat a uvedeme důležitá telefonní čísla.

Součástí prezentace je také promítnutí videí, proto je nutné připojení na internet, popřípadě si je můžeme předem okopírovat.

Videa:

- facebook versus realita
- odpovědi pro návštěvníky blogu Natalia Sadness
- některé epizody z dokumentu Seznam se bezpečně, který je určen dětem, jejich rodičům a pedagogům a zabývá se nástrahami internetu a nebezpečí, která jsou skryta za nejrůznějšími identitami. Délka celého dokumentu je 30 minut.

Komunikace za použití pouze klíčových hesel z facebooku, aktivní zapojení žáků

- líbí se mi
- nelíbí se mi
- přidat komentář

Žákům zadáme úkol: **Popište svůj včerejšek!** Ostatní reagují pouze těmito třemi hesly a pouze ten, kdo by „chtěl přidat komentář“ může začít mluvit. Nejprve vyzkoušíme na příkladu s jedním žákem. Na závěr aktivity prodiskutujeme pocity, které při této komunikaci měli, zda jim komunikace tímto způsobem vyhovuje, zda preferují komunikaci „face to face“.

Terorizující SMS

Vrátíme se zpět k textu zprávy na tabuli a znovu se ptáme, jak by se žáci zachovali, pokud by jim byla podobná zpráva doručena.

Vyplnění evaluačních dotazníků s těmito otázkami:

1) Jak jste byli spokojeni s dnešním programem?

2) Setkali jste se někdy s nějakou formou kyberšikany (pokud ano, tak jakou)?

3) Víte, jak se ubránit kyberšikaně?

Závěrečná zpětná vazba se všemi žáky. Ukončení a rozloučení.

11. Internetové prostředí

(inspirace pro powerpointovou prezentaci k programu Kyberšikana)

Lucius Annaeus Seneca

„*Dlouhý styk se zlem stejně jako s dobrem vede k tomu, že v něm člověk nalezne zalíbení.*“

Kyberšikana

> Využívá možností, které poskytují moderní technologie, jako jsou mobilní telefony, fotoaparáty, kamery a internet.

> Příkladem může být nahrávání ponižující situace na mobilní telefon a její rozesílání ve formě SMS či přes internet.

> Jde pak o „dovršení“ klasické šikany.

> Jiným odvětvím kyberšikany je terorizování jiných pomocí e-mailových zpráv, blogů atd.

Co je to kyberšikana?

> Cílem kyberšikany je někomu ublížit nebo ho zesměšnit za použití elektronických prostředků.

> Je to úmyslné, nepřátelské chování, které se obvykle opakuje.

> Jednotlivec nebo skupina útočníků ubližují takovým způsobem, že se oběť nemůže účinně bránit.

Kyberšikana například není:

> Oprávněná kritika na internetu, bez zlého úmyslu, bez nadávek a ponižování.

Formy kyberšikany

> prostřednictvím mobilního telefonu (lživá, hanlivá SMS zpráva) – 68 % chaty (ICQ, AOL…) – 30 %

> e-maily – 29 %

> komunitní (sociální) sítě (Facebook, Libimseti) – 14 %

Vzhledem k prudkému rozvoji sociálních sítí se dá předpokládat, že se bude zvyšovat

Anonymita internetu = Příležitost pro zločince

KYBERGROOMING

> ! Nejvíce NEBEZPEČNÝ!

> Označuje jednání osoby, která se snaží zmanipulovat vyhlédnutou oběť (nejčastěji pomocí chatu, SMS zpráv, ICQ a Skypu) a donutit ji k osobní schůzce.

> Výsledkem schůzky může být sexuální zneužití oběti, fyzické mučení, nucení k terorismu apod.

Etapy kybergroomingu:

1. Vzbuzení důvěry a snaha izolovat oběť od okolí (osoba mění svoji identitu, je velmi trpělivá)

2. Podplácení dárky či různými službami, budování kamarádského vztahu

3. Vyvolání emoční závislosti oběti na osobě útočníka

4. Osobní setkání

5. Sexuální obtěžování, zneužití dítěte

http://www.seznamsebezpecne.cz/

Stalking

> Kyberstalking

> Kyberstalking = zneužívání internetu, mobilních telefonů či jiných informačních a komunikačních technologií k pronásledování.

> STALKING = nebezpečné pronásledování, opakované stupňované obtěžování, které může mít různou podobu a intenzitu.

Nejčastější projevy:

a) Opakované dlouhodobé pokusy kontaktování oběti (dopisy, e-maily, telefonáty, SMS zprávy, vzkazy na ICQ, zasíláním různých zásilek s dárky apod.)

b) Demonstrování moci a síly stalkera (výhrůžky)

c) Ničení majetku oběti (patří sem i zasílání počítačových virů)

d) Stalker označuje sám sebe za oběť

e) Snaha poškodit reputaci oběti (stalker rozšiřuje o oběti nepravdivé informace v jejím okolí)

Co můžeme udělat?

> Naučit se pohybovat na bezpečných stránkách.

> Pochopit, že ve virtuálním světě čekají i rizika

> Naučit se chránit svou identitu!!!

> Buďte skeptičtí nebo alespoň opatrní.

> Pokud zjistíte, že agresor je ze školy, svěřte se rodičům nebo učiteli ze školy.

> Nahlaste administrátorům podezřelé chování.

> Uložit nebo vytisknout maily, SMS… – může posloužit jako důkazní materiál.

> http://www.e-bezpeci.cz/

DESATERO BEZPEČNÉHO INTERNETU

1. Nedávej nikomu adresu ani telefon. Nevíš, kdo se skrývá za monitorem.

2. Neposílej nikomu, koho opravdu neznáš, svou fotografii a už vůbec ne intimní.

3. Udržuj hesla k e-mailu i jinam v tajnosti, nesděluj je ani blízkému kamarádovi.

4. Nikdy neodpovídej na neslušné, hrubé nebo vulgární e-maily a vzkazy.

5. Nedomlouvej si schůzku na internetu, aniž bys o tom řekl někomu jinému.

6. Pokud narazíš na obrázek, video nebo e-mail, který tě šokuje, opusť webovou stránku.

7. Svěř se dospělému, pokud tě stránky uvedou do rozpaků nebo vyděsí. Oznam také, pokud se tě někdo snaží zastrašit nebo vydírat.

8. Nedej šanci virům. Neotvírej přílohu zprávy, která přišla z neznámé adresy. Buď opatrný,

viry nebo škodlivé programy mohou přijít i ze známé adresy!

9. Nevěř každé informaci, kterou na internetu získáš. A sám nerozesílej neověřené poplašné

zprávy.

10. Když se s někým nechceš bavit, nebav se.

Některé zajímavé odkazy:

• http://www.e-bezpeci.cz/

• http://www.minimalizacesikany.cz/

• http://www.seznamsebezpecne.cz/ (Film určený dětem, jejich rodičům a pedagogům o nástrahách internetu a nebezpečí skryta za nejrůznějšími identitami. Cca 30 min).

• http://www.youtube.com/watch?v=22gUYhzG3iI (facebook versus realita)

• http://www.youtube.com/watch?v=_QJE-tFB4BQ&feature=player_embedded (Odpovědi pro návštěvníky blogu Natalia Sadness)

• http://edu-partners.wz.cz/index1.htm (Michal Míček)

12. Agrese není hra, agrese nemá pravidla

Autor, název organizace: Kateřina Bartošová, školní metodička prevence, ZŠ na Jižním Městě, Praha

Vymezení pojmu:

Jedná se o jakékoli extrémní formy agresivního chování namířené proti druhé osobě, proti sobě nebo proti věcem. Šikana je pouze jedním z mnoha podob extrémně agresivního chování. Hranicí pro jeho označení je chápáno to, že takové chování má za následek prokazatelnou psychologickou, fyzickou nebo materiální škodu či újmu, jsou to takové projevy chování, které mají za následek dopad na zdraví či majetek.

Pokud se šikany týká, právní řád České republiky definici neuvádí. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vymezilo šikanu takto: ***„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 a zneužívání. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako nápadné přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků.“***

V posledních letech začalo stoupat procento dětí, které mají problémy s chováním. V klasických třídách a ve vyučovacích hodinách jsou nezvladatelné, narušují chod celé třídy, do jisté míry znamenají i ohrožení ostatních spolužáků. Učitelé jsou při jejich vedení bezbranní a bezradní a mnohdy se i jejich rodiče dostávají do pozice bezmocných a nešťastných lidí.

Co je to vůbec šikanující chování? Tady se pedagogičtí pracovníci často mýlí a za šikanu považují to, co vůbec šikanou není a to, co šikanou je, zůstane přehlédnuto.

Rozlišujme tedy dva základní termíny: šikanu a teasing. Za teasing můžeme označit chování, které zdánlivě šikanu připomíná. Jde o nevinné škádlení mezi dětmi – např. na druhém stupni ZŠ chlapci provokují děvčata proto, že se jim líbí. Dívky křičí, chichotají se, někdy i chodí žalovat, dospělý však vidí, že jim toto škádlení chlapců vůbec není nepříjemné, a jejich stěžování je pouze formální.

V zásadě se dá říci, že škádlení je zábavou pro obě zúčastněné strany. Šikanou se však baví jen agresor, šikanovaný se cítí zraněný a ponížený. Šikana bývá záměrná, často se stává, že se opakuje, většinou probíhá dlouhodobě, bývá často samoúčelná, útoky bývají pro oběť nepříjemné a projevuje se zde nepoměr sil.

Šikanou tedy rozumíme úmyslné a opakované fyzické i psychické ubližování slabšímu jedinci (skupině) silnějším jedincem (skupinou).

Agresoři (ti, kteří šikanují) mívají několik typických charakterových znaků:

> Snaží se dominovat a ovládat okolí.
> Mají kladný vztah k projevům agrese (většinou jsou tělesně zdatní).
> Mají sklony k sadismu, sobectví a sebestřednosti.
> Nemají dostatek morálního cítění, neznají pocity viny, lítosti.
> Mají nedostatek sebereflexe (zasloužený trest vždy vnímají jako křivdu).

Agresory lze rozdělit na několik typů:

1. typ – hrubý, primitivní, impulsivní: s kázeňskými problémy a narušeným vztahem k autoritě, šikanuje tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, cíleně zastrašuje ostatní, vnější forma šikanování, většinou pochází z rodiny, kde se často vyskytuje agrese a brutalita.

2. typ – velmi slušný, kultivovaný: jeho násilí je rafinované, většinou bez přítomnosti svědků, často pochází z rodiny, kde byla uplatňována výchova bez lásky, až vojenský dril.

3. typ – „Srandista“: optimistický, se značnou sebedůvěrou, bývá oblíbený i vlivný, šikanuje pro pobavení sebe i ostatních.

Oběť šikany se většinou vyznačuje určitými rysy, které agresor velmi rychle vycítí a umí je snadno využít pro své cíle. Je to především fyzická odlišnost (děti tělesně slabé, handicapované, obézní, děti s jinou barvou pleti…), socio-ekonomická odlišnost (děti ze sociálně slabých rodin, které si nemohou dovolit koupit věci, které mají ostatní, nemohou trávit volný čas jako vrstevníci, nemohou se značkově oblékat…) a psychická odlišnost (viditelná bojácnost, nízká sebedůvěra, sebekritičnost, přecitlivělost, ale také různá míra inteligence – jak výrazně snížená, tak i vysoce nadprůměrná).

Naším prvním úkolem je šikanu rozpoznat, být vnímaví k jejím nenápadným signálům. Většina obětí šikany se snaží svou situaci co nejdéle udržet v tajnosti, bojí se někomu svěřit. Důvody proto mohou být různé (strach z odplaty agresorů, strach z reakce rodičů, stud dítěte za své postavení, ponížení, pocit, že mu nikdo nebude věřit, že ztratí své poslední kamarády, když bude žalovat apod.). Pokud tedy chceme zjistit, zda se dítě nestalo obětí šikany, musíme se na ně aktivně zaměřit.

K podezření mohou vést jakékoli odlišnosti, změny v jeho dosavadním chování či v chování jeho blízkého okolí. Nejčastějšími nepřímými ukazateli bývají chování nebo vzhled dítěte, strach jít do školy – záškoláctví, opakované bolesti hlavy či břicha, zhoršení prospěchu ve škole, ztráta zájmu o učení, porucha soustředění, pobývání v blízkosti učitelů, ustrašené vystupování, pozdní návraty ze školy či s poškozeným a ušpiněným oděvem, dítě se vrací ze školy vyhladovělé, má modřiny, odřeniny, které neumí vysvětlit, žádá o peníze pod různými záminkami, je apatické či nezvykle agresivní atd.

Mezi přímé ukazatele patří nejčastěji chování okolí vůči dítěti, úmyslné ponižování, hrubé žertování a zesměšňování, nadávky, neustálé kritizování a zpochybňování, poškozování a krádeže

osobních věcí, výsměch a pohrdání, omezování svobody, bití, kopání, jiné tělesné napadání.

Pokud chceme šikanu správně vyšetřit, je nutné zjistit, v jakém stádiu šikany se skupina (třída) nachází. První dvě stádia může řešit škola sama, v pokročilejších stádiích je nutné obrátit se na odborníky.

Stádia šikanování (podle Michala Koláře)

1. stádium: zrod ostrakismu

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

2. stádium: fyzická agrese a přitvrzování manipulace

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

3. stádium (klíčový moment): vytvoření jádra

Vytváří se skupina agresorů, „úderné jádro". Tito šiřitelé „viru" začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejníže, tedy ti „slabí".

4. stádium: většina přijímá patologické normy

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

5. stádium: totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování". Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které pro přehlednost označme jako „otrokáře" a „otroky". Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Jakákoli šikana zanechává na oběti své následky. Mohou být psychické (snížená schopnost navazovat a udržovat vztahy, nízké sebehodnocení, špatný vztah ke světu kolem sebe, napětí, smutek atd.), zdravotní (úrazy způsobené vzájemným násilím, jako jsou zlomeniny,

pohmožděniny, otřesy mozku, totální vyčerpání organismu, pokud je šikana dlouhodobá, rozvoj psychosomatických onemocnění, např. astma, alergie, poruchy trávení, poruchy spánku, bolesti hlavy, zvýšený krevní tlak v důsledku vysoké hladiny stresových hormonů v krvi atd.) či sociální (zhoršení prospěchu jak u oběti, tak u agresora, členství v rizikových partách, kriminální jednání, ztráta iluzí o společnosti, která by měla každému člověku zajistit ochranu proti jakékoli formě násilí, narušení mravních a morálních postojů).

Abychom co nejúčinněji snižovali možná rizika vzniku a výskytu všech forem rizikového chování na školách, je bezpodmínečné nutné se důsledně a dlouhodobě zabývat jejich prevencí.

12.1 Agrese není hra I.

Popis: Jedná se o čtyřhodinový blok vedoucí k minimalizaci agrese, agresivity a k prevenci šikany žáků ZŠ. Program pro 6. a 7. ročník.

1. hodina

1. aktivita

Stanovit si pravidla, podle kterých budeme celé 4 hodiny postupovat, správně přiřadit a nalepit, co k sobě patří:

Třída je rozdělena na 2 skupiny, učitelé mají na pevných kartičkách napsáno pět hesel a společně s dětmi přiřazují, co k čemu patří, vysvětlují si důležitost jednotlivých bodů, správnou odpověď připevňují ke kartičce.

Bezpečný prostor

Otevřená a přátelská atmosféra ve skupině, kde se přítomní cítí dobře, nikdo nikoho neponižuje a nikdo se nepovyšuje, nikdo není jízlivý.

Dialog – rozhovor

Umění naslouchat, vnímat, co nám druhý říká nejen slovy, ale i mimoslovně (*Co je to? Vysvětlit dětem neverbální komunikaci, vyzkoušet si ji nyní i později např. u pocitů, vyjádřit smutek, radost, vztek… – krátké pantomimické scénky*).

Otevřenost

Schopnost pojmenovat své pocity (*Proč? Vysvětlit dětem, že kdo je otevřený, dostává více informací o tom, jak ho druzí chápou, více zpětné vazby…*).

Diskrétnost

Všechna sdělení, na kterých se dohodneme, zůstanou pouze v naší skupině. Za sebe slíbíme diskrétnost, ale nemůžeme slibovat mlčenlivost ve věcech, na které máme ohlašovací povinnost a v případě, že bychom cítili, že je dítě ohroženo. Stále zůstáváme v roli učitele. Takto to dětem můžeme sdělit. Pokud bychom něco chtěli dále řešit, vždy to bude ve spolupráci s tím konkrétním jedincem, nebudeme to dělat za jeho zády.

Nenucenost

Každý dialog, každá aktivita je nabídka, kdokoli má právo jej/ji bez udání důvodu odmítnout.

2. aktivita

Společně s dětmi definovat základní pocity, přemýšlet o situacích, kdy jsme se naposledy obdobně cítili, poté se děti rozdělí na skupinky po 3, 4:

Rozčlenit nastříhané lístečky do 4 základních skupin našich pocitů: štěstí, smutek, hněv, strach

radostný nadšený potěšený veselý klidný vyrovnaný bezstarostný rozveselený

zasmušilý ponurý sklíčený zaražený nešťastný mrzutý otrávený neveselý

rozzlobený naštvaný podrážděný vzteklý vytočený hněvivý namíchnutý nerudný

úzkostný znepokojený vyděšený zmatený nervózní ochromený stísněný napjatý

Přečteme si, jestli jsme vše přiřadili správně, můžeme doplnit namalovanými smajlíky a na to navážeme již konkrétním: Jakými třemi způsoby můžeme vyjadřovat svou moc?

1) PASIVITA (ztráta moci)

2) AGRESIVITA (zneužívání moci)

3) ASERTIVITA (uplatnění moci)

Vysvětlit dětem všechny 3 pojmy, tak aby jim rozuměly, např.:

ad 1) nikdo neví, co se mi ve škole či doma děje, „Nic se neděje, všechno je v pohodě…“, pocity v sobě dusíte, čekáte, že je ostatní uhodnou, ale třeba se i vnitřně trápíte

ad 2) dáváte své pocity „bouřlivě“ najevo, vše přehráváte, křičíte, kopete do věcí, vybuchujete

ad 3) dokážete přesně určit, co cítíte, jste-li v bezpečí či ohrožení, dokážete vnímat, jaké máte pocity (smutek, radost, vztek…), jste konstruktivní, vážíte si sami sebe, dokážete požádat o pomoc či např. o to, aby Vás ostatní nechali chvíli v klidu

Co je nejlepší a proč?

K jakému výroku patří které chování? *Děti pracují ve skupinkách*

Je mi to fuk.	Sklopené oči, svěšená hlava
Jsem v pohodě.	Nic nedělat a pak vybuchnout
Mně to neva.	Nahrbená chůze, sklíčenost
Nesahej na mě.	Hlasitý křik, útočnost

Seš debil.	Žalování, zlomyslné poznámky
Proč nesklapneš?	Provokace, napjaté držení těla
Nelíbí se mi, když tohle děláš.	Vzpřímený postoj
Potřebuji pomoc.	Klidné a příjemné vystupování
Už se mi nelíbí být tvou kamarádkou.	Pevný oční kontakt, jasný hlas

Dáme každému dítěti papír a ony si anonymně zapíší své pocity:

Zapiš si některé své pocity:

Jsem opravdu rád, že…….

Připadá mi smutné, že…….

Vážně se bojím……..

Mám vztek, když…….

Ve zbytku času hra

Kamínek v botě

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 20.

2. hodina (multimediální učebna, počítače)

Nejprve dětem přečteme krátký příběh:

Janu v její staré škole šikanovali několik let. Nakonec odešla do jiné školy s přívětivější atmosférou. Všichni se k ní chovali hezky. Jedna z dívek chtěla, aby se Jana stala její nejlepší kamarádkou. Jana si přišla pro radu. „Co mám dělat?“, zeptala se. Dostala tuto odpověď: „Nikdo se neživí jenom rýží. Jíš taky brambory, těstoviny, čokoládu, jablka, zmrzlinu. Stejně tak potřebuješ spíše skupinku dobrých přátel než jednu nerozlučnou kamarádku. Když ztratíš z jakéhokoli důvodu jednoho kamaráda, budeš mít pořád ty ostatní…“

Zeptáme se dětí na názor, vysvětlíme pojem šikana, co je to, jaký je základní rozdíl mezi pošťuchováním, škádlením a šikanou, jaké jsou její okamžité i dlouhodobé následky a pak jim postupně pustíme dvě videoukázky:

http://www.minimalizacesikany.cz/videogalerie

Vyslechneme příběh Ondřeje i Heleny, snažíme se s dětmi rozebrat nejdůležitější body, dospět k závěru, co bylo špatně, proč došly oba případy tak daleko.

Zkusíme dát s dětmi na velký papír dohromady různé sociální dovednosti, které vedou k navozování a udržování přátelských vztahů, vysvětlíme jim, o co nám půjde. Výsledkem bude např.:

Být přátelský = *dívat se zpříma do očí, usmívat se, nebýt namyšlený*

Projevovat skutečný zájem o ostatní = *nebýt sebestředný*

Umět se vcítit do pocitů druhých = *vysvětlit na příkladech pojem empatie*

Být sami sebou – *nikdo nejsme dokonalý*

Využívat zpětnou vazbu = *naslouchat jiným, diskutovat!!!*

Umět vyřešit neshody – *příprava na 3. hodinu*

Hra – důvěra v ostatní

Kouzelný kruh

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 80.

3. hodina

V mezilidských vztazích, ve vztazích ve třídě, v prevenci před vznikem agrese je nutné učit se řešit konflikty. Dáme každé skupině dětí rozstřihané papírky a ony opět na papíry lepí do dvou sloupečků, co pomáhá či naopak nepomáhá při řešení konfliktů.

Co pomáhá při řešení konfliktů?

> Naslouchat partnerovi, nepřerušovat ho, neskákat mu do řeči.

> Vyjadřovat zájem, přijetí a pochopení. (Pokyvovat hlavou, udržovat oční kontakt, přitakávat, „hm, hm…“).

> Snažit se správně porozumět tomu, co partner sděluje. (Svými slovy opakovat to, co partner říká, jak on vidí problém.)

> Mluvit věcně, být otevřený/á.

> Srozumitelně a klidně vyjadřovat své kladné i záporné pocity a požadavky (např. „Mám zlost, když ty děláš/neděláš…“ místo: „ty jsi ale….“).

> Vzpřímeně sedět, být obrácený směrem k tomu, kdo mluví.

> Nekřičet a jasně artikulovat.

Co nepomáhá při řešení konfliktů?

> Skákat druhému do řeči.

> Nevěřícně kroutit hlavou, ironicky se pošklebovat.

> Ignorantsky se dívat jinam či naopak upřeně hledět druhému do očí.

> Obviňovat („Můžeš za to, že…“, „Je to všechno kvůli tobě…“).

> Připisovat úmysly („Děláš mi to naschvál…“).

> Nadávat („Jsi neschopný hlupák…“).

> Zesměšňovat a poučovat („Jsi moc nezkušený, abys to pochopil.“).

- Zobecňovat („Děláš mi to vždycky…“, „Nikdy neposloucháš, co ti říkám…“).
- Vytahovat staré historky („Už před třemi lety…“).
- Vyhrožovat („Jestli to ještě jednou uděláš, tak…“).
- Utíkat od tématu.

Poté rozdělit děti na jiné skupiny a sehrát s nimi několik modelových situací řešení problémů (např. hádka s kamarádem, nedorozumění s učitelem, umění přiznat chybu…, rozebrat jednotlivé situace, co by bylo lepší, co se jim naopak povedlo).

Navazující hry:

Sladký problém

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 114.

Nadřazený – podřazený

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 118.

Vtipný dopis

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 124.

4. hodina

Ve skupinách po 2–4 děti vymyslí co nejzajímavější plakát s tématem stop agresi, agresivitě, šikaně, či k úspěšnému řešení problémů, vedeme je k nápadům celé 4 hodiny, mohou využívat i nalepených ústřižků, her.

12.2 Agrese není hra II.

Popis: Jedná se o pětihodinový blok vedoucí k minimalizaci agrese, agresivity a k prevenci šikany a kyberšikany žáků ZŠ.

1. hodina

1. aktivita

Stanovit si pravidla, podle kterých budeme celých 5 hodin postupovat, správně přiřadit a nalepit, co k sobě patří:

Třída je rozdělena na 2 skupiny, učitelé mají na pevných kartičkách napsaných pět hesel a společně s dětmi přiřazují, co k čemu patří, vysvětlují si důležitost jednotlivých bodů, správnou odpověď připevňují ke kartičce.

Bezpečný prostor

Otevřená a přátelská atmosféra ve skupině, kde se přítomní cítí dobře, nikdo nikoho neponižuje a nikdo se nepovyšuje, nikdo není jízlivý.

Dialog – rozhovor

Umění naslouchat, vnímat, co nám druhý říká nejen slovy, ale i mimoslovně (*Co je to? Vysvětlit dětem neverbální komunikaci, vyzkoušet si ji nyní i později, např. u pocitů, vyjádřit smutek, radost, vztek… – krátké pantomimické scénky*)

Otevřenost

Schopnost pojmenovat své pocity (*Proč? Vysvětlit dětem, že kdo je otevřený, dostává více informací o tom, jak ho druzí chápou, více zpětné vazby…*)

Diskrétnost

Všechna sdělení, na kterých se dohodneme, zůstanou pouze v naší skupině.

Nenucenost

Každý dialog, každá aktivita je nabídka, kdokoli má právo jej, ji bez udání důvodu odmítnout.

2. aktivita

Společně definovat základní pocity, přemýšlet o situacích, kdy jsme se naposledy obdobně cítili, poté žáky rozdělat na skupinky po 3, 4:

Pod 4 základní skupiny našich pocitů – **štěstí, smutek, hněv, strach** – napsat co nejvíce vhodných adjektiv a pokusit se na nich vysvětlit, jak se cítí člověk

1) **Agresivní** (ten, který zneužívá moc)

2) **Pasivní** (ten, který ztratil moc)

3) **Asertivní** (ten, který uplatňuje moc)

Je dobré zkusit si zahrát nějaké scénky – setkání člověka agresivního – asertivního, pasivního – agresivního… na půdě třídního kolektivu.

Ve zbytku času si každý zapíše své pocity, popř. je možné (pokud už jsou nato děti připravené) povídat si o svých kamínčích v botě.

Zapiš si některé své pocity:

Jsem opravdu rád, že……

Připadá mi smutné, že……

Vážně se bojím……

Mám vztek, když……

Ve zbytku času hra

Kamínek v botě

VOPEL, K. V. *Skupinové hry pro život 4*, Praha: Portál, 2009, s. 20.

2. hodina

Cílem celé hodiny je vysvětlit dětem pojem „šikana", její formy, jak vzniká, proč se děje, jak se proti ní můžeme bránit.

1. aktivita

Co je šikanování?

Položíme otázku a necháme děti chvíli přemýšlet, poté ve skupinách po 3, 4 na připravený papír napíšou všechno, co si pod tímto pojmem představují, vzájemně si papíry přečteme, budeme mluvit o tom, jaká forma je pro koho nejhorší a proč.

(Měli bychom dospět k závěru –laicky psáno, pro děti – že pojem šikana znamená, když jeden nebo více žáků úmyslně a většinou opakovaně ubližuje druhým, kteří se jen obtížně mohou bránit, že dělá něco, co je druhým nepříjemné, ponižuje je to, bolí je to – strkání, nadávky, schovávání či ničení věcí, bití, vyhrožování, rozšiřování pomluv – často po chatu, e-mailu, SMS – to bude programem 4. hodiny, kyberšikanu není třeba nyní více zmiňovat, ale často mohou počátky šikany představovat znepříjemňování života, intriky, navádění spolužáků, aby s druhými nemluvili atd. Zároveň bychom měli děti dovést k tomu, že z obyčejného projevování nezájmu, ignorace některých, nekamarádění se s některými, se může v určitém časovém horizontu vyvinout šikana).

Hra **Kdo je kdo?**

Cílem této hry je, jak si kdo z nás představuje toho, kdo šikanuje a jak si představuje toho, kdo je obětí šikany = převést do reálné podoby svou představu agresora a oběti.

Děti se rozdělí na 2 poloviny a každá dostane tak velký arch papíru, aby odpovídal lidské postavě. Každá skupina vybere jednoho žáka, ostatní se vystřídají při jeho obkreslování na papír a poté 1. skupina vpisuje do postavy své názory na to, jak vypadá ten, který šikanuje a 2. skupina popisuje toho, kdo je šikanovaný. Po dokončení se všichni sejdeme nad oběma papíry, diskutujeme o tom, zda to odpovídá představě všech, co by se ještě dalo doplnit a na závěr se soustředíme na 2 velmi důležité otázky:

Proč se to někomu děje?

Výsledkem je, že by si děti měly uvědomit, že se nejedná o chyby oběti, popř. že si oběť podobné chování zaslouží, ale že chyby jsou ve špatných vztazích mezi žáky, např. v převládání násilí či bezohlednosti.

Jak se můžeme bránit?

Dojít k tomu, že se nic nevyřeší samo a že se situace může spíše zhoršovat – obrátit se na kohokoli ve škole, komu důvěřuji, nejlépe na jakoukoli dospělou osobu, svěřit se rodičům, popřípadě pokud k takovému jednání chybí odvaha, zavolat na Linku bezpečí (800 155 555- je bezplatná a odborníci jsou schopní poradit kdykoliv).

Ve *zbytku času možná hra* **Samotář**

Učitel odejde se třemi nejlépe dobrovolníky za dveře a tam jim sdělí pouze to, že je bude jednoho po druhém volat do třídy. Ve třídě se pak tyto děti setkají se skupinkami dětí zabranými do vlastních rozhovorů a úkolem toho, kdo přijde, bude zkusit se začlenit do rozhovoru. Děti ho však do svých diskusí nebudou chtít pustit. Postupně si obdobnou situaci vyzkouší všichni tři. Pak se posadíme do kruhu a zkoušíme odpovídat na otázky (reflexe aktivity).

Jaký byl smysl hry?

Jak jste se cítili ve skupině, jak v roli samotáře?

Co vás napadalo?

Myslíte, že i v naší skupině jsou opravdoví samotáři?

Jak se k nim třída chová?

Co můžeme změnit a jak? Jak třeba pomoci? Jde to vůbec?

3. hodina (multimediální učebna, počítače)

Nejprve dětem přečteme krátký příběh:

Janu v její staré škole šikanovali několik let. Nakonec odešla do jiné školy s přívětivější atmosférou. Všichni se k ní chovali hezky. Jedna z dívek chtěla, aby se Jana stala její nejlepší kamarádkou. Jana si přišla pro radu. „Co mám dělat? Zeptala se." Dostala tuto odpověď: „Nikdo se neživí jenom rýží. Jíš taky brambory, těstoviny, čokoládu, jablka, zmrzlinu. Stejně tak potřebuješ spíše skupinku dobrých přátel než jednu nerozlučnou kamarádku. Když ztratíš z jakéhokoli důvodu jednoho kamaráda, budeš mít pořád ty ostatní…"

Poté si můžeme vybrat jakýkoli pravdivý příběh z tohoto odkazu, můžeme je namnožit, rozdat jednotlivcům, dvojicím, nechat je přečíst, s komentářem převyprávět…

http://www.minimalizacesikany.cz/pribehy-ostatnich-zaku

Následují 2 videoukázky

http://www.minimalizacesikany.cz/videogalerie

Vyslechneme příběh Ondřeje i Heleny, snažíme se s dětmi rozebrat nejdůležitější body, dospět k závěru, co bylo špatně, proč došly oba případy tak daleko.

Zkusíme dát s dětmi na velký papír dohromady různé sociální dovednosti, které vedou k navozování a udržování přátelských vztahů, vysvětlíme jim, o co nám půjde. Výsledkem bude např.:

Být přátelský, projevovat skutečný zájem o ostatní. Umět se vcítit do pocitů druhých, být sami sebou – nikdo nejsme dokonalý, využívat zpětnou vazbu, umět vyřešit neshody

4. hodina

Kyberšikana – nová podoba šikany

Vysvětlit dětem, že pojem kyberšikana úzce souvisí s pojmem šikana – tj. kyberšikana je šikanování jiné osoby s využitím internetu, mobilních telefonů či jiných informačních technologií, poté rozdat do dvojic, trojic papíry, chvíli nechat děti pracovat samostatně a poté společně se všemi vydefinovat nejčastější projevy:

1) Zasílání urážlivých, zastrašujících, zesměšňujících nebo jinak ztrapňujících zpráv (e-mail, SMS, chat, ICQ, Skype)

2) Pořizování zvukových záznamů, videí či fotografií, jejich upravování, následné zveřejňování s cílem zesměšnit

3) Vytváření internetových stránek, které urážejí, ponižují… konkrétní osoby (blogy atd.)

4) Zneužívání cizího účtu

5) Vydírání pomocí mobilního telefonu

6) Obtěžování a pronásledování voláním, psaním, prozváněním

Poté si s dětmi vysvětlit, čím je kyberšikana nebezpečnější:

Původcem kyberšikany může být každý, kdo má potřebné znalosti informačních a komunikačních technologií, tedy i FYZICKY SLABÝ jedinec

> Jsem ve virtuálním světě, mohu udat jakýkoli věk, pohlaví, povolání = snadná manipulace
> Jsem ANONYMNÍ (přezdívka, neznámá e-mailová adresa) = pocit nepolapitelnosti, posílení odvahy pokračovat
> Jsem nezatížený tím, kdo jsem, jak vypadám, mám-li problémy s přirozenou komunikací
> Mohu zaútočit kdykoli, téměř odkudkoli (mobilní telefon) a rozeslat komukoli = početné publikum

Jak vypadá kyberšikana – příklady:

„Moji rodiče jsou rozvedeni a žiji s matkou a sourozenci a otce nezajímám, tak se mi každý směje a rozebírají to na internetu a přes SMS. Řekla mi to sestra jednoho z deváťáků, má spolužačka. Trvá to občas i dnes a nikdo to neřeší."

„Někdy kluci i holky mi píšou urážlivý SMS a taky mě natočili na telefon. A dali to na internet - jak se svlékám, anebo jsem na WC."

„Na internetovém portálu byla založena skupina „Nesnášíme Annu V.", kam ostatní přidávají posměšné komentáře"

„Spolužáci asi tak před dvěma lety mi psali hanlivé SMS a maily, jako že jsem „špína, zavšivená atp.", ve škole do mne strkali, plivali na mne, až se to dověděla učitelka a řešila to."

„Pořád mě pronásledovali na chatu, když jsem si povídala s ostatními uživateli internetu a ztrapňovali mě a nadávali na moji rodinu, a když jsem se odhlásila a přihlásila na jiný chat, tak mě našli a zase nadávali."

„Do třídy přišla nová spolužačka, občas jsme se spolu hádaly a kvůli jedné z hádek napsala na svůj blog dlouhý článek se všemi možnými nadávkami."

Když s dětmi rozebereme tyto pojmy, opět se pokusíme nejlépe společnými silami vymyslet kroky, jak se proti kyberšikaně bránit, měli bychom dospět k následujícímu…

1) Respektovat ostatní uživatele (Konfucius – Nikdy nečiň to,…)

2) Dobře si rozmyslet co a komu odeslat

3) Chránit si své heslo

4) Nikdy nikomu neznámému nesdělovat si své údaje

5) Seznámit se s pravidly chatu či diskuse a s riziky elektronické komunikace

Doposud je jen velmi málo medializovaných případů, mnohdy je velmi malá zainteresovanost, o to je kyberšikana nebezpečnější.

5. hodina – záleží na třídním učiteli, uzavírání + výstupy

13. Program ZDRAVÁ MLÁDEŽ, téma alkohol a kouření

Autor, organizace: Michal Malina, Občanské sdružení ZIP Havířov

Popis programu:

Celá beseda je vedena nejrůznějšími metodami. Hlavní klíčovou oblastí je „průvodcovství" besedou skrze powerpointovou prezentaci (dále PPP) i s obrázky blízkými teenagerům. V úvodu besedy se krátce představíme – lektoři, organizace, činnost. Žáci dostanou čisté papíry formátu A5 (které přeloží na půl) a fix (tím napíší své jméno, nebo přezdívku) a postaví si tyto vizitky před své nohy na zem. Dle vizitek jsou oslovováni. Úvodním slajdem „ALKOHOL A KOUŘENÍ" jen uvádíme žáky do problematiky v naší zemi. Následuje aktivita „KDO z KOHO", kde rozdělíme třídu na 2 skupiny – jedna zastává tabákovou firmu na výrobu cigaret, druhá zastává nadaci bojující proti rakovině. Žáci musí vytvořit názvy k firmě i nadaci a napsat co nejvíce důvodů proč lidem kouření může pomoci a naopak. Potom následuje diskuse. Dále následuje otázka, na čem všem mohou být lidé závislí? A zvlášť mladí lidé – znovu následuje diskuse, kde pomalu přecházíme k měkkým a tvrdým drogám. Hovoříme o statistikách ročně umírajících lidí na tvrdé drogy v ČR, na cestách při automobilových nehodách a o rakovině způsobené také díky kouření. Tvrdé drogy společnost zamítá, ale kouření je normální. Hovoříme o největší pasti kouření a ptáme se na to žáků, v čem spočívá: Odpověď zní: „NIC SE S VÁMI NEDĚJE", kdežto když berete jiné drogy, má to často účinky, které se projeví. Nevidíte, co dělá nikotin ve vašem nitru – dehet. Hovoříme o kopání si vlastního hrobu, když kouříme. Následně se ptáme, co znamená „PASIVNÍ KOUŘENÍ", většinou to žáci neví. Ptáme se, kolik rodičů doma kouří a kde. Dále hovoříme o tom, jak je silný „ŽÁR NA KONCI ZAPÁLENÉ CIGARETY" a na co má vliv v těle kuřáka – vlasy, suchá kůže, pleť, žluté prsty. Pouštíme slajd se skladbou všeho, z čeho je vyrobena cigareta a povídáme si o tom. V dnešní době je velmi moderní „VODNÍ DÝMKA", ptáme se a diskutujeme o tom, zda si žáci myslí, že je to bezpečné kouření, nezávadné, či nikoliv (v některých rodinách vodní dýmku kouří děti s rodiči). Následně přečteme pár vět z jednoho článku paní doktorky **MUDr. M. Ježkové** (www.bezcigaret.cz), kde se popisuje, jak funguje vodní dýmka, a dáme do třídy na nástěnku tento článek. NIKOTIN obsahuje jakýkoliv tabákový výrobek a hovoříme o tom, jak působí v těle. Pustíme několik VIDEOSPOTŮ, jak a co mohou udělat cigarety s průduškami, s okem, s mozkem, s cévami – artérie. Videa jsou velice populární, ale také velmi jasně mohou žáci vidět dopad kouření. Následně rozdáváme malé papírky a tužky. Žáci píší, zda už někdy kouřili, co je k tomu vedlo a zda byli sami nebo v partě. Anonymně to napíší, poté sebereme odpovědi a přečteme nahlas všechny lístky. Následuje diskuse o začátcích kouření v partách, experimentování. Ptáme se, PROČ MLADÍ LIDÉ KOUŘÍ? Na konci první vyučovací hodiny pokládáme otázku, JAKÉ JSOU VÝHODY TOHO, KDO NEKOUŘÍ? Píšeme na tabuli odpovědi a žáci jsou povzbuzeni, aby byli sami sebou, aby investovali peníze do toho, co je posunuje dál – pozitivní motivace. Vyzdvihujeme lidi, kteří nekouří.

Druhá hodina je o ALKOHOLU. Na úvod proběhne osobní kolečko, kde se ptáme, zda už někdy a s kým zkoušeli alkohol a jaké to bylo? Následuje diskuse, PROČ LIDÉ OBECNĚ

PIJÍ ALKOHOL a ukazujeme statistiku naší země, kolik litrů alkoholu na osobu se u nás ročně vypije. Zaměřujeme se také na to, proč děti a mládež pijí alkohol a píšeme to na tabuli a následně rozebíráme důvody a probíhá trénink ODMÍTNUTÍ, KDYŽ JIM NĚKDO NABÍZÍ ALKOHOL – odpovědi, postoje atd. Dále hovoříme o LIDECH A JEJICH PŘÍSTUPU K ALKOHOLU, kde rozebíráme a popisujeme 4 úrovně vztahu k alkoholu – abstinent, konzument, piják a alkoholik. Dále hovoříme o NÁSLEDCÍCH alkoholu – a samy děti mají hodně zkušeností ze svých rodin, part.

Mezi mladými lidmi je velmi populární tzv. **binge dribling** neboli nadměrné pití alkoholu – 20 % šestnáctiletých školáků zažije minimálně třikrát do měsíce zátah, při kterém vypije s kamarády více než šest piv… Další slajd se ptá žáků: Jaké je největší riziko, když mladí lidé pijí alkohol? Nejčastější riziko, jemuž se vystavují mladí lidé, když popíjí alkohol je nehoda nebo ostuda. Vyprávíme skutečné příběhy, které se staly dívkám a chlapcům (viz také slajd v příloze). Nyní následuje velmi dramatický příběh dívky jménem Jacgueline Saburido. Ve fotkách vyprávíme její příběh, kdy jela autem a naboural do ní jeden mladík, který pil, než sedl za volant.

Je to velmi silný příběh, který najdete na internetu. Hovoříme o alkoholu a řízení auta, což je velmi časté u mladých lidí a znovu povzbuzujeme žáky, aby nesedali někomu do auta, pokud pil alkohol. Dále hovoříme o tom, CO TO S NÁMI UDĚLÁ, KDYŽ TO PŘEŽENEME S ALKOHOLEM. Probíhá diskuse, kde si mohou žáci uvědomit, jak velmi významně může alkohol změnit jejich život a že rozhodnutí nepít jim pomůže mít kontrolu nad svým životem. JAKÉ JSOU VÝHODY TOHO, KDO NADMĚRNĚ NEPIJE je další slajd, kde ve skupinách píší žáci seznam všech výhod a společně o tom diskutují. Následuje další aktivita, kde představíme fiktivní příběh ze života se zadáním, a žáci musí spočítat, kolik se ušetří za 10 let tím, že člověk nekouří a nadměrně nepije. Za denní spotřebu můžete vzít např. krabičku cigaret za 60,- Kč a 3 piva, kdy jedno stojí 20,- Kč (je dobré vést je k tomu, aby si spočítali 1 měsíc, řekli výsledek a dál) – výsledek za měsíc, rok, 10 let píšeme velkým písmem na tabuli a ptáme se, co by si za to mohli koupit. Na závěr přejeme žákům, aby se dokázali rozhodovat správně, užívali života co nejvíce, cestovali, sportovali, poznávali nové lidi a vybírali si správné přátele.

Východiska:

Většina mladých lidí dnes experimentuje již ve velmi mladém věku s cigaretami a alkoholem, mohli bychom říct, že jsou to spíše děti. V prostředí part jsou tyto návykové látky velmi časté. Možnost „snadného“ přístupu k cigaretám a alkoholu pro děti a mládež je velmi dostupná i v rodinách, kde se tyto předměty neschovávají. Vysoká dostupnost v obchodech jen zvyšuje rizika závislostí u mladistvých.

Cíle:

- možnost zamyslet se každý jednotlivě nad experimentováním v této oblasti
- společné „odhalení“ nebezpečí, následků, závislostí
- získání pravdivých informací o vlivu těchto návykových látek na naše tělo, psychiku, pochopit, jak působí nikotin

- vytváříme vnitřní bariéry vůči nadměrnému pití a kouření skrze příběhy
- rozvinutí schopnosti odmítnout nabízený alkohol
- pozitivní motivace v životě
- osobně zjistí, jak se dotkne životní styl kuřáků a alkoholiků jejich finanční oblasti

Cílová skupina:

Naší cílovou skupinou jsou žáci 7. tříd. Myslíme si, že je to optimální věk, kdy můžeme mluvit o tomto tématu do hloubky.

Kontraindikace/omezení:

Naše besedy pořádáme maximálně pro 1. třídu. V dnešní době, kdy je žáků ve třídě někdy i 30 je i toto již hodně, protože hodně diskutujeme a ztrácí se možnost, aby byli všichni zapojeni. V našich besedách používáme dataprojektor a někdy třídy mají velmi slabé zatemnění, což je pro nás důležité. Klíčové je pro nás, abychom mohli ve třídě vytvořit půlkruh ze židlí uprostřed – tzn., že lavice se musí dát posunovat (ne na pevno). Velmi se nám osvědčil dálkový ovládač powerpointu (můžete stát kdekoliv ve třídě a nemusíte se dívat na klávesnici).

Personální nároky:

V současné době besedy vedou dva lektoři – muž, žena. Naše zkušenost je, že žáci velmi dobře reagují na změny vedení dvěma lektory. Můžeme tak lépe zajišťovat techniku – pouštění videí, pomoc při hrách, aktivitách.

Požadavky na supervizi/intervizi:

Naše hodnocení programu probíhá uvnitř týmu. Po besedě hovoříme o tom, jak třída reagovala, co se podařilo a co je nutné změnit. Často diskutujeme s pedagogy o tom, co jsme viděli a ptáme se na jejich názor.

Časová struktura programu: tento blokový program trvá 2x45 minut po sobě s přestávkou.

Doporučení pro realizaci:

Celý program provází powerpointová prezentace (49 slajdů). Beseda je založená na otázkách a diskusi se žáky. Používáme hry, skupinovou práci, videa. Velice silným prvkem jsou příběhy ze života (využíváme příběhy mladých lidí, se kterými jsme se osobně setkali – samozřejmě bez jmen). První hodina je zaměřená na kouření, druhá na alkohol.

Žáci sedí v půlkruhu. V úvodu besedy nastavujeme pravidla pro bezproblémový průběh besedy a ta jsou: když kdokoliv mluví, ostatní jsou potichu – respekt, úcta / když kdokoliv říká svou zkušenost, neříká jména osob, neukazuje na nikoho ve třídě / při diskusi respektujeme názor každého – nesnižujeme ho, nehodnotíme ho.

Materiálové požadavky a pomůcky: kancelářské potřeby (papíry, fixy…), dataprojektor, notebook, elektronické ukazovátko a ovladač.

Prostorové požadavky:

Třída, kde je možno přesouvat lavice ke stěnám třídy a židle dovnitř (vytvoření půlkruhu) a možnost zatemnění místnosti.

Rizika programu / překážky v realizaci:

Nevyhovující třída (viz dříve). Necitlivé vstupy některých pedagogů, sjednávající si během besedy absolutní ticho (my využíváme metodu nastavení pravidel se žáky). Nerespektování nastavených pravidel žáky – aktivní žáky zapojujeme do diskusí. Technické a organizační překážky (např. pozdě otevřena třída – příprava třídy, techniky atd.) – zbytečný stres pro lektory.

Výstupy z programu:

- orientace v problematice alkoholu a kouření
- rozumí vlivu těchto návykových látek na naše tělo, psychiku, chápou, jak působí nikotin
- rozvinutí schopnosti odmítnout nabízený alkohol
- uvědomují si následky nebezpečí, závislostí
- pozitivní motivace v životě pro zdravý životní styl (výhody když nepiješ, nekouříš)
- vytvoření vnitřních bariér vůči nadměrnému pití a kouření skrze příběhy
- osobně zjistí, jak se dotkne životní styl kuřáků a alkoholiků jejich financí

Formativní evaluace:

Program není akreditován. Hodnocení programu probíhá v rámci týmu – intervize.

Ověřený program:

Program byl realizován na několika školách i opakovaně a na vyžádání školních metodiků prevence či vedení škol.

Návaznosti / vhodné kombinace:

Projekt ZDRAVÁ MLÁDEŽ nabízí pro druhý stupeň ZŠ (hlavně v Havířově a jeho blízkém okolí) celoroční, ucelený, systematický program (8 typů besed). V každé třídě jsme 2x ročně.

Klíčovou věcí však je návaznost naší preventivní činnosti na další aktivity pro mládež ZŠ, které jim jako sdružení nabízíme. Jsou to v současnosti 2 nízkoprahové kluby pro děti a mládež, dále streetwork (práce s mládeží v jejich přirozeném prostředí, kde tráví volný čas), poradenství. Tato provázanost, spolupráce je klíčová, zvyšuje důvěru mladých lidí, jejich otevřenost, protože se potkáváme na různých úrovních (ve škole, v klubech, na ulicích). Vhodnou doplňkovou aktivitou jsou adaptační víkendy, které realizujeme a nabízíme školám.

Doporučená spolupráce:

V naší organizaci máme odborně vyškolené lektory v oblasti poradenství mladým lidem a tuto službu nabízíme. Jsme v kontaktu s dalšími specificky zaměřenými organizace, které nabízí odbornou pomoc a poradenství.

Zdroje financování:

Školy mohou čerpat finance z projektů, sponzorský dar, dotace zřizovatele. Naše zkušenost je, že žáci přispívají na besedu.

Formy podpory: www.bezcigaret.cz, www.youtube.cz

Obrázek 9: Slajd k tématu ALKOHOL

Opilá dívka se svleče na veřejnosti…

Opilá dívká čůrá v parku…

Opilá dívka chtěla skočit z mostu…

Silně opilou dívku zachraňovali před utonutím

- Opilí mladíci svlékli a zbili muže. Potom ho fotili …
- Opilí mladíci demolovali okolí gymnázia …
- Tragédie: Opilý mladík (†17) se utopil v lomu …

Obrázek 10: Příspěvek k tématu KOUŘENÍ

Vodní dýmka *(šíša, vodnice) foto*

Vodní dýmka je nyní velmi oblíbená, zejména mezi mladými lidmi. Část z nich bývají nekuřáci, kteří by si cigaretu z přesvědčení nezapálili. Přitom podle nejnovějších studií **jedno vykouření vodní dýmky (cca 45 minut) odpovídá vykouření celé krabičky cigaret.**

Škodlivost vodní dýmky

Srovnání kouření cigaret a vodní dýmky:

Je potřeba si uvědomit, že škodliviny vznikají během hoření směsi. Složení, které je uváděno na krabičce nebo obalu směsi, uvádí pouze povinné údaje. *Je-li na obalu uvedeno 0 % dehtu, znamená to pouze, že do směsi nebyl žádný cíleně přidám, při hoření směsi na uhlíku, ale dehet vzniká!*

- √ *Kouř vodní dýmky je chladnější než cigaretový a kuřákovi nečiní velký problém vdechnout ho velké množství. Při vykouření jedné vodní dýmky tak vdechne kuřák až* **100x více kouře než při vykouření jedné cigarety**.
- √ **Voda nefunguje jako dostatečný filtr** *pro odstranění škodlivin, pouze sníží množství nikotinu v kouři.*
- √ *Mnoho uživatelů v. dýmek se domnívá, že kouř neobsahuje žádný dehet, protože není uváděn na obalu směsi. Dehet ale vzniká při hoření směsi a při vykouření vodní dýmky kuřák vdechne až* **100x více dehtu než při kouření cigaret**. *V tomto dehtu se nachází polycyklické aromatické uhlovodíky, které mají potenciál vyvolat nádorové onemocnění.*
- √ *Kouř vodní dýmky obsahuje několikanásobně* **více oxidu uhelnatého**, *který brání správnému transportu kyslíku v těle.*
- √ *Oproti cigaretám je v kouři vodní dýmky* **více těžkých kovů**, *zejména arzenu, olova, chromu, niklu a kobaltu, některé z nich jsou prokazatelně karcinogenní.*
- √ *Protože se vodní dýmka zpravidla kouří ve skupině, je zde oproti cigaretě* **riziko přenosu infekce**, *například žloutenky nebo tuberkulózy.*
- √ *Při použití malého rychlozápalného uhlíku je u vodní dýmky evropský* **limit pro dehet v cigaretách překročen 32x a pro oxid uhelnatý 17x**.
- √ **Zdravotní dopad kouření vodní dýmky je tedy stejný nebo horší než při kouření cigaret**, *záleží na způsobu kouření a směsi v dýmce.*

Vodní dýmka a závislost:

Mezi uživateli vodních dýmek panuje přesvědčení, že z v. dýmky nemůže vzniknout závislost. Pokud kouř v dýmce pochází z tabákové směsi, tak je v tomto kouři vždy obsažen nikotin. Přestože je množství nikotinu částečně sníženo průchodem kouře přes vodu, **jedná se o dostatečné množství na to, aby vyvolalo závislost na tabáku**. *Zvláště u mladistvých, kterým stačí pro vznik závislosti menší množství nikotinu, byl pozorován vznik této závislosti. V počátku závislosti nutí kuřáka vdechovat z dýmky více kouře, aby obdržel dostatečnou dávku nikotinu, takže vdechuje ještě více škodlivin.* **Zpravidla tato situace končí přechodem na kouření cigaret**.

Tabákové a beztabákové směsi:

Dnes je možné zakoupit tabákové směsi nejrůznějších příchutí (jablko, meloun, citrusy, kola, karamel...), což dělá vodní dýmku u mladých lidí ještě atraktivnější. Je však třeba vzít v úvahu, že pro dosažení dané příchutě jsou do směsi přidány další **chemické látky**, které k nezávadnosti kouře rozhodně nepřispějí.

Beztabákové směsi jsou většinou tvořeny **ochucenou melasou**. Na rozdíl od tabákové směsi, **beztabáková nemusí uvádět přesné složení ani obsah vybraných škodlivin, a není tedy snadné porovnat jejich škodlivost**. Předpoklad odborníků je však takový, že obsah škodlivin u těchto směsí nebude nižší.

Více o vodní dýmce v článku MUDr. M. Ježkové (www.bezcigaret.cz).

14. Marihuana, program pro žáky 7.–9. třídy ZŠ

Autor, název organizace: David Bezdomnikov, NZDM Prostějov

Popis aktivit konkrétního programu:

V programu používáme stěžejní aktivitu s názvem „**parlament**“. Žáky rozdělíme na dvě poloviny. Jedna polovina má za úkol vymyslet co nejvíce argumentů (pozitiv) pro legalizaci marihuany (dále THC) a druhá polovina žáků zase naopak hledá všechna negativa marihuany. Lektor zde vystupuje jen v roli moderátora a všechny argumenty píše na tabuli. Výsledkem většinou bývá, že pozitiv je mnohem méně, protože díky soutěživosti mezi skupinami jsou žáci schopni vymýšlet více argumentů. Následně lektor komentuje jednotlivé argumenty a doptává se, jak byly myšleny. Tímto způsobem můžeme zpochybnit mnohé mýty, které kolují o THC a také máme jistotu, že jen nenabalujeme informace na to, co už žáci vědí o THC. Obecně tedy platí, že základ je nechat mluvit spíše žáky, doptávat se jich atd. Dlouhé monology a přednášky nemají žáci příliš v oblibě. Celý program prokládáme zážitkovými aktivitami, v úvodu setkání nastavíme žákům pravidla vzájemného chování během besedy. Program v úvodu odlehčíme seznamovacími hrami – icebreakery.

http://www.dvojka.cz/zirafamentaurov05/dokumenty/HRY-icebreakery_a_kontaktni.pdf,

Náš program doplňujeme obrázky a videem.

U pervitinu, halucinogenů a dalších používáme spíše informativní způsob besedy proložené zážitky z praxe či reprodukované anonymní zpovědi klientů.

U témat alkoholu a THC jde o navození co největší míry „prožitkovosti“. Jinými slovy - nezávazně si o tomto tématu popovídat, ukázat žákům, že jsme na jejich straně a nezajímají nás až tak drogy, ale názory každého z žáků ve třídě. Také si uvědomujeme, že nejde jen o to zamezit jakémukoli experimentu, který stejně většinou přijde, ale bavíme se i o této možnosti. „Ano, experiment může být, ale bezpečně a v takovém věku a chvíli, kdy jste na to připraveni a zvládnete případné obtíže.“

Cíle programu:

Podpora a zvýšení informovanosti žáků ohledně OPL – speciálně THC.

Podpora odmítavých postojů a asertivních způsobů odmítání THC.

Dílčí cíl: Zkvalitnění vztahů a důvěry ve třídě.

Cílová skupina:

Prevenci obecně rozdělujeme do dvou velkých bloků:

a) Legální látky (alkohol, cigarety) + THC tzn. ty nejčastější

b) Nelegální (extáze, simulanty, heroin, halucinogeny apod.)

K první kategorii (legální látky) přistupujeme na základě věku dětí.

U žáků (cca do 10 let) můžeme uplatňovat i tzv. odstrašující příklady, případně „bububu" strategii (předáme informace o nebezpečnosti, jak nám to poškodí zdraví atd. – moc nezmiňujeme pozitivní účinky). Nicméně u takto mladých žáků jsme většinou realizovali prevenci na alkohol a cigarety a o THC hovořili pouze okrajově.

V kategorii 5.–6. třída se opět věnujeme nejvíce alkoholu a cigaretám, ale nebráníme se i delší debatě o THC. Děti už o THC něco vědí a uvědomují si jeho přítomnost. Zde je tedy možnost podpořit odmítavý postoj vůči této látce, ubíráme už „bububu" strategii. Ze zkušeností víme, že v tomto věku žáci o THC chtějí mluvit, ale v drtivé většině se debatou s námi chtějí ujistit o nebezpečnosti této látky. Opět vyzdvihujeme především negativa, není však problémem připustit, že lidé tuto látku užívají za účelem nějakého pozitivního prožitku.

Nejčastěji se o THC bavíme v 7–9 třídách. To jsou žáci, kteří už o THC ví, případně už s ním experimentují nebo THC pravidelně užívají. Je třeba si uvědomit, že žáci v tomto věku oceňují především otevřenost v komunikaci a pravdivost předávaných informací. Tzn., nepoužíváme pouze odstrašující příklady, ale bavíme se i o pozitivech.

Personální nároky:

Tyto besedy jsou nicméně možné většinou jen s neutrální osobou, s pedagogy školy mají žáci zábrany a strach o soukromí případně se bojí nějaké následné odezvy či stigmatizace. Lektor by měl mít praktické znalosti, schopnosti vést kolektiv a zároveň zůstávat v pozici nestranného při komunikaci mezi žáky.

Časová struktura programu:

Neosvědčilo se nám provádět jednorázové setkání se třídou, ale celý program rozložit do několika „sezení" (bloků). Ideální jsou 2–4 bloky za jeden školní rok s týdenní či dvoutýdenní pauzou mezi jednotlivými tématickými bloky.

Materiální požadavky a pomůcky:

Kancelářské potřeby, flipchartová či jiná tabule, audiovizuální technika. Program doplňujeme obrázky, videem a reprodukovanými autentickými – anonymními příběhy lidí.

Prostorové požadavky:

Program realizujeme ve třídě (podporujeme přirozené prostředí žáků). Třída by měla mít možnost odsunutí lavic a vytvoření posezení v kruhu. Nedoporučujeme klasické rozestavení lavic, nechceme, aby besedu žáci vnímali jako vyučování. Vítáme také možnost zatemnění místnosti u promítání videa. Program je možno přizpůsobit aktuálním podmínkám školy a prostředí: např. škola v přírodě, adaptační kurz, výlet apod.

Výstupy z programu:

Předání ucelených informací žákům o látce THC – jejím vlivu a účincích na lidský život. Podpora odmítavých postojů žáků a nácvik asertivních způsobů odmítání látky THC. Rozvoj komunikačních dovedností žáka a jeho sebeprezentace. Zkvalitnění vztahů a důvěry žáků ve třídě.

Doporučená spolupráce:

Kontaktní centra, NZDM, pedagogicko-psychologická poradna, centra prevence apod.

Zdroje financování: projekty MŠMT, ESF, zřizovatel, kraje.

Formy podpory: doporučujeme i e-poradnu www.ext.cz

Literatura:

www.grada.cz/konopi-a-konopne-drogy_3423/kniha/katalog

Anotace ke knize Konopí a konopné drogy

Tato kniha je v českém a slovenském prostředí unikátním publikačním projektem, který trval pět let, je ukázkou aplikace tzv. mezioborového přístupu k návykovým látkám. Přáním celého autorského kolektivu bylo nabídnout materiál pro kultivovanou odbornou i veřejnou diskuzi o celospolečensky náročném tématu konopných drog, tedy diskuzi založenou na poznatcích z výzkumu a klinické praxe, nikoli na dojmech, mýtech nebo účelových a populistických desinterpretacích či nepřesnostech. Snahou celého autorského kolektivu bylo představit výhody tohoto přístupu právě na tak obtížném tématu, jakým konopné drogy jsou. O této skupině látek toho bylo v porovnání s jinými skupinami látek publikováno z kvantitativního hlediska ve světové literatuře snad nejvíce. Cílem publikace je seznámit širší odbornou veřejnost se současným stavem znalostí z této oblasti. Kniha přináší průřez tématem od historie a kulturní antropologie přes klinickou perspektivu až po hospodářské a léčebné využití a drogovou politiku a právo. Výzkum jde v případě konopí kupředu tak ostrým tempem, že od doby redakční uzávěrky některých kapitol již byly publikovány další významné práce. Leč časové zpoždění je nutnou daní monografických děl tohoto rozsahu. Autoři současně vypracovali k většině témat historický přehled vývoje vědeckého poznání. Čtenář tak dostává informace, které jsou zasazené do historických souvislostí, může sledovat vývoj výzkumu a proměny stanovisek odborné veřejnosti až do současnosti. Kniha je zpracována s kritickým náhledem na rozpornost některých vědeckých nálezů. Jsou tedy diskutovány zdroje různých zkreslení a vysvětlovány některé důležité souvislosti nebo omezení některých studií, které byly v minulosti nejednou desinterpretovány. Každý čtenář má možnost detailně sledovat původ jednotlivých informací a ověřovat si dílčí závěry. Hodnocení těchto závěrů je již ponecháno na něm samotném.

15. Hrozby extremismu

Autor, název organizace: Lucie Stanjurová, CPIV Opava

Popis:

Preventivní program je zaměřen na téma extremismus, nacismus a neonacismus se zaměřením na pravicová extremistická hnutí v České republice. Definuje základní termíny spojené s danou problematikou, seznamuje s různorodými ideologiemi a věnuje se také subkulturní otázce neonacistického hnutí a jeho paradoxům. Žákům bude dané téma přiblíženo interaktivní formou.

Cíle:

Prostřednictvím předání informací a upozornění na nesmyslnost argumentů neonacistů předejít podpoře ideologií hlásajících rasistické, homofobní či jinak xenofobní myšlenky. Cílem programu je předat žákům nejen informace týkající se dané problematicky, ale pomocí interaktivních her u nich utvářet postoje založené na vzájemném porozumění a toleranci.

Cílová skupina: žáci 9. ročníku ZŠ (eventuálně 8. ročníku)

Personální nároky: 1–2 lektoři, proškolený pedagog

Časová struktura programu: 2 x 45 minut (2 vyučovací hodiny)

Metody: práce ve skupině, brainstorming, vyhledávání a prezentace získaných informací, rozbor textu, diskuze

Materiální požadavky a pomůcky: audio/video technika, připojení na internet, výkresy, fixy, pojmy spojené s problematikou extremismu, text písně „Bílá liga“

Prostorové požadavky:

Běžná třída s možností manipulovat s lavicemi (práce v kruhu, práce ve skupinách), možnost připojení k audiovizuální technice a zatemnění místnosti.

Rizika programu /překážky v realizaci:

Určitým rizikem při realizaci programu může být přítomnost sympatizantů s extremistickými hnutími ve třídě. Lektor/pedagog by si měl situaci zmapovat před vstupem do třídy a dobře připravit argumenty pro případnou debatu.

V žádném případě by lektor/pedagog neměl vyvracet žákům jejich negativní zkušenosti například s příslušníky romského etnika či imigranty. Je však důležité zaměřit se na věcnou argumentaci, upozorňovat žáky na sílu stereotypů a předsudků, hájit základní demokratické hodnoty apod. V rámci debaty je důležité poukazovat na důsledky, ke kterým v historii i současnosti vedly projevy diskriminace, rasismu.

Výstupy z programu:

V průběhu programu si žáci osvojí základní znalosti z oblasti extremismu, budou seznámeni se základními pojmy spojenými s extremismem (nacismus, neonacismus, skinheads, hooligans, populismus apod.) a seznámí se s historickým vývojem pravicového extremistického hnutí v ČR.

Během programu budou u žáků rozvíjeny osobnostní, sociální a komunikační kompetence, k čemuž přispějí zvolené metody výuky.

Ověření programu:

Tento program byl realizován v několika základních školách v rámci spolupráce s CPIV Opava a CPIV Karviná. Program byl zařazen do výuky v rámci ukázkových hodin Multikulturní výchovy pro pedagogy v základních školách.

Návaznosti / vhodné kombinace:

Vhodnou kombinací je zpracování dalších témat v oblasti Multikulturní výchovy a následná intenzivní práce s třídními kolektivy.

Doporučená spolupráce:

S ostatními NNO a poradenskými zařízeními v rámci regionu školy.

Použitá literatura

HROZBY NEONACISMU – PŘÍLEŽITOSTI DEMOKRACIE. Praha: Člověk v tísni, 2009. (Ke stažení na www.varianty.cz)

GELLNER, A.: Národy a nacionalismus. Praha: Nakladatelství Josef Hříbal, 1993. ISBN 80-901381-1-X

CHARVÁT, J.: Současný politický extremismus a radikalismus. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-098-6

MAREŠ, M.: Pravicový extremismus a radikalismus v ČR. Blansko: Barrister & Principál, 2003. ISBN 80-86598-45-4

ŠIŠKOVÁ, T. (ed): Výchova k toleranci a proti rasismu. Praha: Portál, 2008.

Popis:

Preventivní program „Hrozby extremismu“

Úvod:

Posadíme se s žáky do kruhu a představíme jim téma programu, kterému se budeme věnovat. Požádáme žáky, aby se představili a rovněž sdělili svá očekávání od programu (nebo jen sdělí, jak se dnes cítí). Rovněž je požádáme, ať své jméno napíší na jmenovku a tu si nalepí na viditelné místo na oděvu. Seznámíme žáky s naší rolí v programu a s jeho stručným průběhem. Společně se žáky vymezíme pravidla spolupráce, které eventuálně zapíšeme na tabuli. (10 minut)

Aktivita č. 1.:

Studentům sdělíme, že si na úvod pustíme krátké video, které nám otevře téma, jemuž se budeme v průběhu programu věnovat. Video lze stáhnout na:

http://www.youtube.com/watch?v=7nmm9aaIhL4 (5 minut)

Aktivita č. 2.: myšlenková mapa

V průběhu aktivity si žáci vyjasní základní pojmy vztahující se k tématu neonacismu a vazeb mezi nimi. Rozdělíme žáky do čtyř skupin. Každá skupina dostane velký výkres a fixy. Zadání zní: doprostřed výkresu napište pojem neo/nacismus a na něj pak napojujte další pojmy, které se k tomuto tématu vztahují. Na uvedené pojmy mohou navazovat další. Je dobré dát žákům příklad, ať lépe pochopí zadání. Po 10 minutách si jednotlivé skupiny své papíry vymění a asociace svých spolužáků mohou dále rozvíjet. Zároveň si studenti poznačí pojmy, kterým nerozumí. Požádáme skupiny, aby si zvolili svého mluvčího, který bude prezentovat výsledky práce skupiny ostatním. Plakáty si můžeme vylepit na stěny třídy. (20–25 minut)

Aktivita č. 3.: extremistická hnutí

Žáci dostanou do každé skupiny texty vztahující se k neonacismu, skinheads, anarchismus a hooligans. Jejich úkolem bude vyhledat stěžejní informace týkající se dané ideologie, myšlenkového proudu, na základě předložených otázek. Vyhledané informace zapisují na velký výkres a následně výsledky své práce prezentují ostatním skupinám. Žáky rovněž seznámíme se symbolikou používanou jednotlivými hnutími apod. (20 minut)

Aktivita č. 4.: „Bílá liga“

Pokračuje práce ve skupinách. Společně se žáky si pustíme píseň kapely Orlík „Bílá liga“ a vyzveme je, aby důkladně poslouchali text písně. Po skončení nahrávky dostane každá skupina text v tištěné podobě a pokusí se zamyslet nad skrytým významem textu. Společně danou aktivitu vyhodnotíme a shrneme, proti kterým (etnickým, sociálním) skupinám se členové neonacistických hnutí vymezují. (10 minut)

Aktivita č. 5.: Proč nechci být extremistou?[15)]

Cíl: Žáci dovedou shrnout důvody, které mohou mladé lidi vést k sympatizování s extremistickým hnutím a dovedou vysvětlit, proč by s takovým hnutím nesympatizovali.

Popis aktivity:

1.) Zadáme žákům (pracujícím ve skupinách), aby nakreslili na papír 10 kruhů. Do každého z nich mají zapsat nějaký důvod, který podle nich může vést mladé lidi k tomu, aby začali sympatizovat s extremistickým hnutím.

2.) Poté vyzveme skupiny, aby představily své výsledky ostatním. Důvody, které se opakovaly, zapisujte na flipchart.

3.) Posléze pusťte studentům ukázku – Proč sympatizují a sledujte, jestli se odpovědi studentů a důvody uváděné odborníky v ukázce shodují.

4.) Reflexe aktivity. (20 minut)

Závěr:

Na závěr požádáme žáky o krátkou reflexi programu. Zeptáme se, které z aktivit je zaujaly nejvíce, zdali se dozvěděli nějaké nové informace, které pro ně byly překvapující, zdali se domnívají, že následkem nově získaných informací změní jejich postoje vůči představitelům neonacistických hnutí nebo jiných extremistických hnutí apod.

Poděkujeme žákům za jejich aktivitu a rozloučíme se. (5 minut)

15) Aktivita převzata z metodické příručky „Hrozby neonacismus“ (možno nalézt na http://www.varianty.cz/download/pdf/pdfs_71.pdf).

16. Programy z oblasti rizikového chování, které se školám osvědčily

V následujícím seznamu jsou zařízení a programy, se kterými byly školy spokojeny a doporučily by je ostatním. Nabídka zahrnuje programy specifické i nespecifické primární prevence.

- Policie ČR – (preventivní programy: „AJAX“ „Jablko nebo citrón“, osobní bezpečí, dopravní výchova, šikana, „Policista je kamarád, který pomáhá a chrání“, „Tvoje správná volba“, závislosti, zážitkové dílny, víkendové pobyty, přestupky, tresty, práce, kriminalita, drogy, domácí násilí, pyrotechnika, „Kyberšikana“, „Bezpečně do školy“)
- Městská Policie (bezpečnost, tématické besedy)
- Hasičský záchranný sbor (preventivní výchovné programy „Hasík“)
- Renarkon o. s. (certifikované preventivní programy: „Buď OK“, netolismus, komunikace a vztahy ve třídě, drogy, šikana, hrou proti AIDS, zdravý životní styl, PC a média)
- Multikulturní škola (projekt Zlínského kraje)
- Projekt Větrník (pro romské žáky)
- Madio o. s. (preventivní program)
- Poradna pro ženy a dívky („Nechej mne, ne – to nechci“, „Táta, máma a já“, „Jak jsme přišli na svět“)
- Projekt CPIV (monitoring, klima třídy, OSV, MKV, kyberšikana, zážitkové programy)
- PPP Rokycany, Plzeň, Žatec, Opava, Orlová („Třída plná pohody“, komunikace, vztahy, sebepojetí, syndrom CAN, „Honzík sám ve městě“, rasismus, xenofobie, zdravý životní styl, SPUCH, diagnostika tříd, „Stop AIDS“, „Láska je láska“, závislosti)
- Preventan CUP (sportovní utkání, nespecifická prevence)
- IZS Bruntál (besedy)
- Sdružení Tesalonika („Jak si nenechat ublížit“, „Nebezpečí kouření“, „O lásce a přátelství“)
- Centrum nové naděje F-M (prožitkové programy)
- Pavučina o. s. (Etické dílny)
- AVE o. s. Český Těšín (Projekt „Rosteme spolu“, problematika drog, vztahy ve třídě)
- SZÚ Plzeň (zdravý přístup k životu, minimalizace úrazů)
- PIS Louny (šikana, právní vědomí)
- Filia (certifikovaná protidrogová prevence pro 1.–3. ročník)
- KPPP (posilování životních hodnot a postojů)
- Manželé Kašparovi Praha (právní a psychologické poradenství, návykové látky)
- Putování s beruškou Miluškou (chování, postoje, názory)
- Městská knihovna (bezpečný internet)
- OHS Plzeň (kazety – volný čas, rodina, zdravý životní styl, čím chci být)
- JLM Praha (zdravá výživa)
- Zdravotní ústav (zdravá výživa)
- Harmonia Universalis („Sezname otevři se“)

- Divadlo VETŘI (kyberšikana, stalking)
- BESIP (doprava)
- Člověk v tísni („Jeden svět na školách“, „Příběhy bezpráví“, „Čas proměn“)
- Celní správa (tabák, drogy)
- Maják o. s. (certifikované programy, zdravé tělo, šikana, partnerské vztahy)
- RUBICON (gamblerství, právní vědomí dětí)
- ZIP o. s. Havířov („Zdravá mládež“)
- MM Ostrava (profesní příprava k povolání)
- MUDr. Petr Kovář (přednášky pohlavní nemoci, antikoncepce, sex)
- Slezské gymnázium Opava (poruchy příjmu potravy)
- Prostor o. s. (projekt certifikované prevence)
- KOTEC o. s. (sociální vztahy, hrou o drogách, certifikované programy)
- Spirála o. s. (Dítě, škola, společnost – certifikované programy)
- OSPOD (záškoláctví, výchovné problémy, kriminalita mládeže)
- Krajský úřad Plzeň (preventivní aktivity výchovy k toleranci, pobytové akce)
- Pyramida ČB (monitoring a vyhodnocení rizikového chování)
- MPPROMO („Čas proměn“)
- Triangl (třídní kolektivy)
- KPPP (protidrogová prevence, třídní kolektivy)
- DDM (program právní odpovědnosti dětí u spáchání trestního činu)
- CPPT Plzeň (drogy, gambling, náboženství, sekty, předsudky, tolerance, certifikované programy)
- SZÚ Plzeň (bezpečnost silničního provozu, zdravá výživa, rizika kouření, konzumace alkoholu)
- Česká koalice proti kouření („Zkusíme to bez kouření“, drogy, sex, alkohol)
- MěÚ Bruntál („Vstupte, prosím!“)
- Resociace Přerov (workshop – šikana, kouření)
- K-centrum Orlová (drogy)
- Centrum vzdělání a dialogu o antisemitismu a holocaustu
- STONOŽKA (humanitární a mírová organizace – děti pomáhají dětem)
- Infocentrum Toužim (pořad primární prevence – drogy)
- Z. Pospíšil (bezpečný sex, láska, vztahy mezi partnery)
- Školní besedy (drogy, mezilidské vztahy, prevence AIDS a pohlavních chorob)
- Filmový klub „Mezinárodní den památky obětí holocaustu“
- Filmové představení PIKO (drogová problematika, nutná následná diskuse ve skupinkách)
- Divadelní hra Memento (protidrogová tématika, nutná následná diskuse ve skupinkách)

> Projektové dny školy (zážitkové programy, Řešení vrstevnických vztahů, Sám sebou, Umění říct ne, Český den proti rakovině, Šance, Život dětem, Barevný den, Všichni jsme kamarádi, Zdravé dny, Šance, Bezpečně do školy, Sám sebou, Zdravé zuby, Řešení vrstevnických vztahů)

Jsou-li jakékoli programy specifické primární prevence certifikované MŠMT – je tedy doloženo, že jsou efektivní a splňují náročná kritéria certifikačního řízení. Certifikát je garancí kvality a vhodnosti pro danou cílovou skupinu žáků. Seznam certifikovaných zařízení z celé republiky je dostupný na http://www.msmt.cz/file/11703.

17. Poskytovatelé preventivních aktivit pro děti a mládež v Moravskoslezském kraji

Oblast působení - Moravskoslezský kraj

Občanské sdružení ACET ČR

Táborská 1047, 539 01 Hlinsko

Kontaktní osoba: Tomáš Řehák – vedoucí

tel.: 603 262 295, 469 314 845

e-mail: acet@quick.cz

Nabízí přednášky na téma SEX, AIDS a VZTAHY.

Renarkon, o. p. s - Centrum primární prevence

Mariánskohorská 1329/31, 702 00 Ostrava – Moravská Ostrava a Přívoz

Kontaktní osoba: Jan Hlaváč

tel./fax: 596 638 807

e-mail: cpp.renarkon@tiscali.cz

Centrum nabízí besedy pro děti a mládež zaměřené na oblast prevence společensky nežádoucích jevů – zneužívání návykových látek, komunikační a vztahové problémy, problematika sekt a šikany.

Okres Bruntál

Pedagogicko-psychologická poradna Bruntál

Krnovská 9, 792 01, Bruntál

Kontaktní osoba: Mgr. Standa Toman – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 554 717 737

e-mail: toman@pppbruntal.cz

CITADELA, o. s.

Krnovská 9, 792 01 Bruntál

Kontaktní osoba: Mgr. Miroslav Piňos

tel./fax: 554 717 737

Sdružení pro podporu prevence drogových závislostí a rizikového chování realizuje od července 1997 Projekt „Dlouhodobé primární prevence drogových závislostí a sociálně patologických jevů v okrese Bruntál“. Cílem projektu je vybírat a ve specializačním kurzu připravovat studenty VŠ, VOŠ a SŠ pro práci v oblasti primární prevence na základních a speciálních školách, nižších ročníků víceletých gymnázií a 1. a 2. ročníků OU, SOU a SŠ.

Okres Frýdek-Místek

Pedagogicko-psychologická poradna Frýdek-Místek

Palackého 130, 738 02, Frýdek-Místek

Kontaktní osoba: Mgr. Zdeňka Neničková – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 558 644 750

e-mail: ompa.pppfm@gmail.cz

Renarkon, o. p. s. – Kontaktní street centrum

Na Příkopě 1328, 738 01 Frýdek-Místek

Kontaktní osoba: Aneta Kalusová

tel./fax: 558 628 444

e-mail: kc.fm@tiscali.cz

Nabízí besedy pro děti a mládež zaměřené na oblast prevence užívání návykových látek.

Centrum nové naděje

Oddělení prevence a vzdělávání

Farní 6, 738 01 Frýdek-Místek

Kontaktní osoba: Daniela Kowalczyková

tel./fax: 558 629 223

e-mail: cnnfm@cnnfm.cz

Konkrétní oblast preventivního působení:

- Preventivní prožitkové programy pro třídní kolektivy se zaměřením na aktuální vztahy v kolektivu, mapování sociálního klimatu ve třídě
- Intervenční programy k nápravě vztahů ve třídě pro třídy se šikanou
- Adaptační programy pro nové třídní kolektivy
- Tématické programy prevence SPJ (domácí násilí, šikana, xenofobie, rasismus, závislosti), dále pak témata zpracovaná pracovníky občanské poradny a vycházející přímo z praxe: hledám si práci (jak uspět při hledání zaměstnání a co čeká absolventy na úřadě práce), finanční gramotnost (jak si půjčit finance a nepodcenit své možnosti ani věřitele), úskalí rodinného života (rozdíly v manželském a partnerském soužití s dětmi), bezstarostně bydlíme (jak si zvolit správný druh bydlení), práva a povinnosti dítěte (na co vše mají děti právo a jaké z toho pro ně vyplývají povinnosti)
- Vzdělávání učitelů v rámci DVPP

Okres Karviná

Pedagogicko-psychologická poradna Karviná

Nejedlého 591, 734 01 Karviná - Ráj

Kontaktní osoba: Mgr. Marcela Witová – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 597 582 370

e-mail: metodik@pppkarvina.cz

Centrum prevence pro děti a mládež Havířov

Na Nábřeží č. 41, 736 01 Havířov-Město

tel.: 596 818 488, 596 810 342

Centrum nabízí preventivní aktivity vedoucí ke zdravému způsobu života, formování odmítavých postojů k nežádoucím jevům, zaměření na učení správné komunikace, konstruktivní řešení konfliktů, sebepoznání, budování sebevědomí, zvyšování psychické odolnosti dětí a mládeže, nácvik a osvojení si psychosociálních dovedností, zvýšená pozornost rizikovým skupinám dětí a mládeže (užívání návykových látek v rodině, špatné sociální klima, chronická onemocnění nebo postižení rodičů, domácí násilí….):

- Preventivní program pro MŠ a ZŠ
- Prožitková práce s třídním kolektivem na CP (6.–9. tř. ZŠ, I.–III. ročník SŠ, SOU)

ZIP, o. s.

Selská 29, Havířov

Kontaktní osoba: Ing. David Říman

tel./fax: 777 816 376

e-mail: dave@zdrhovadlo.cz

Občanské sdružení ZIP nabízí besedy pro děti a mládež zaměřené na téma rasismus a tolerance, sebeobrana, šikana.

Okres Nový Jičín

Pedagogicko-psychologická poradna Nová Jičín

Žižkova 3, 741 01 Nový Jičín

Kontaktní osoba: PhDr. Pavel Letý – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 556 771 140

e-mail: ompa@pppnj.cz

Pedagogicko-psychologická poradna nabízí intervenční programy zaměřené na nápravu vztahů ve třídách s výskytem šikany a jiného násilí.

Okres Opava

Pedagogicko-psychologická poradna Opava

Rybí trh 7–8, 746 01 Opava

Kontaktní osoba: Mgr. Lucie Šimečková – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 553 622 768

e-mail: simeckova@ppp.opava.cz

Centrum Werichovců

Werichova 402, Markvartovice, 747 14

tel.: 595 052 252, 604 835 464,

e-mail: soloperpedes@seznam.cz

WERICHOVCI – představení pro děti Hra na nudu.

Nespecifická prevence.

Okres Ostrava

Pedagogicko-psychologická poradna Ostrava

Kpt. Vajdy 1, 700 30 Ostrava - Zábřeh,

17. listopadu 1123, 708 00 Ostrava - Poruba

Kontaktní osoba: Bc. Kateřina Ciklová – okresní (oblastní) metodik preventivních aktivit

tel.: 596 944 418

e-mail: katerina.ciklova@ppp-ostrava.cz

Pedagogicko–psychologická poradna nabízí intervenční programy zaměřené na nápravu vztahů ve třídách s výskytem šikany a jiného násilí, prevence drogových závislostí, sexuální výchovy. Vzdělávání pedagogů a rodičů v problematice sociální patologie.

Renarkon, o. p. s – Centrum primární prevence

Mariánskohorská 1329/31, 702 00 Ostrava – Moravská Ostrava a Přívoz

kontaktní osoba: David Kondělka

tel./fax: 596 638 807

e-mail: cpp.renarkon@tiscali.cz

Nabízí besedy pro děti a mládež zaměřené na oblast prevence společensky nežádoucích jevů zneužívání návykových látek, komunikační a vztahové problémy, problematika sekt a šikany.

FAUST

Průkopnická 20, Ostrava

Kontaktní osoba: Jana Hajderova

tel.: 602 967 468

e-mail: faust.ostrava@post.cz

Občanské sdružení Faust nabízí Kontinuální dlouhodobý program primární prevence negativních jevů pro děti 1. stupně ZŠ, kde se zaměřuje na témata prevence negativních jevů – závislosti, šikany, orientace v globálním světě – zejména v přemíře informací, prevence infekčních chorob, poruch příjmu potravy – ovlivnění postojů, kontakt na osoby z bezpečného prostředí mimo školu a rodinu. Centrum dále nabízí:

> Poradenství a terapie pro rodiče a blízké uživatelů návykových látek
> Telefonická krizová intervence (602 967 468)
> Objednávky k osobním konzultacím (602 967 468)

ELPIS – Slezská diakonie

Slezská diakonie, Poradna ELPIS

28. října 86, 702 00 Moravská Ostrava

Kontaktní osoba: Martina Vilimová, DiS.

tel.: 596 615 935

e-mail: elpis.os@slezskadiakonie.cz

Poradna ELPIS nabízí semináře pro žáky a studenty zabývající se tématy šikany, domácího násilí, tolerance, rasismu:

> Jak si nenechat ublížit – aneb „šikana“ (5., 6. třída)
> Domácí násilí? (5.–9. třída)
> Tolerance versus rasismus (8., 9. třída)

ZAVÁDĚNÍ PREVENTIVNÍCH OPATŘENÍ PROTI RIZOKOVÉMU CHOVÁNÍ VE ŠKOLE

Autorský kolektiv: Mgr. Petra Stonišová, Mgr. Alexandra Hergotová, Mgr. Zuzana Boušková, Mgr. Monika Goldmannová, Mgr. Vladimíra Kopřivová, PhDr. Radomír Juřička

Odborný garant: PhDr. Veronika Pavlas Martanová

Jazyková úprava: Mgr. Lukáš Adámek

Vydal: Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, Praha 2012

ISBN 978-80-87652-69-5

Národní ústav pro vzdělávání,
školské poradenské zařízení
a zařízení pro další vzdělávání
pedagogických pracovníků