

MASARYKOVA ZÁKLADNÍ ŠKOLA A MATEŘSKÁ ŠKOLA
SUCHOMASTY

MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

Všeobecná deklarace lidských práv OSN - čl. 19 :

" Každý má právo na svobodu přesvědčení a projevu, toto právo nepřipouští, aby někdo trpěl újmou pro přesvědčení, a zahrnuje právo vyhledávat, přijímat a rozšiřovat informace a myšlenky jakýmikoliv prostředky a bez ohledu na hranice."

Zpracovala:
Renata Kulhavá

Obsah programu:

1. Úvod
2. Základní údaje o škole
3. Program prevence
4. Způsoby začlenění PPV
5. Metody realizace prevence
6. Základní příznaky užívání návykových látek a jeho rizika
7. Co dělat, když zjistíme, že dítě bere drogy? - rodičům
8. Co dělat, když ... ? - pedagogům
9. První pomoc při užití drogy
10. Metodické doporučení postupu po zjištění kuřáctví u žáků
11. Patologické hráčství
12. Závislost na počítačích a počítačových hrách
13. Mentální anorexie a mentální bulimie
14. Šikana
15. Syndrom týraného dítěte
16. Personální zabezpečení
17. Podklady a základní dokumenty MPP

1. ÚVOD

Primární protidrogová prevence je nedílnou součástí výuky na základních školách, neboť různé formy rizikového chování ve společnosti bohužel stále narůstají. Žáci základních škol představují nejohroženější skupinu. Snažíme se jim poskytovat prostředí, ve kterém se cítí dobře a bezpečně. Též podporujeme jejich osobitý rozvoj, poskytujeme informace týkající se sociálního chování (adekvátní jejich věku) a posilujeme důležitost dodržování zdravého životního stylu.

2. ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE

Tabulka

Název školy	Masarykova základní škola a Mateřská škola Suchomasty
Adresa školy	Suchomasty 135, 267 22
IČ	75 03 30 89
Bankovní spojení	51-4867630257
DIČ	026 - 75033089
Telefon/fax	311 689 865
E-mail	zs.suchomasty@tiscali.cz
Adresa internetové stránky	
Právní forma	Příspěvková organizace
Zařazení do sítě škol	1.9.1998
Název zřizovatele	OÚ Suchomasty
Součásti školy	Základní škola IZO 002 050 803 Mateřská škola IZO 007 510 951 Školní jídelna IZO 002 674 661
IZO ředitelství	600 043 070

Vedoucí a hospodářští pracovníci	Ředitelka: Ing. Miroslava Pecková Vedoucí mateřské školy: Marcela Kartýsková Vedoucí školní jídelny: Ing. Petra Pišvejcová Ekonom: Renata Pešková Jitka Šenfluková – zpracování mezd
Přehled hlavní činnosti školy (podle zřizovací listiny)	Organizace je škola, která sdružuje základní, mateřskou školu a školní jídelnu. Její činnost je vymezena zákonem č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním a vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a vyhláškou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky č. 107/2005 Sb., o školním stravování.

§ 144 zákona č. 561/2004 Sb., školský zákon (Údaje v rejstříku škol a školských zařízení)

Součásti školy	Kapacita
Mateřská škola	28 dětí
Základní škola	100 žáků
Školní jídelna MŠ a ZŠ	100 jídel

Jsme školou s 6. až 9. postupným ročníkem. Vzděláváme žáky ze Suchomast, Tmaně a z dalších obcí v jejím okolí. Pracujeme podle Školního vzdělávacího programu pro základní vzdělávání.

V letošním roce máme 53 žáků, se kterými pracuje 7 pedagogů. Problém, který již delší dobu řešíme, je nízký stav žáků. Při vyučování je však tento nízký počet předností při uplatňování individuálního přístupu k žákům.

Též pracujeme s integrovanými žáky podle doporučení PPP, SPC a odborných pracovišť.

Součástí školy je i mateřská škola, kterou navštěvuje 28 dětí.

Obě budovy naší školy se nacházejí v krásném klidném přírodním prostředí. Vzhledem k tomu, že máme nízký počet žáků, můžeme pozorně sledovat všechny vlivy prostředí a rizikové faktory, které na děti působí. Okamžitě na případné negativní situace reagujeme, řešíme je a snažíme se, aby se děti na naší škole cítily příjemně a bezpečně. Systematickou prací chceme docílit pozitivního sociálního klimatu, atmosféry vzájemné důvěry, tolerance a respektu mezi žáky a kantory. Děti vědí, že kromě povinností mají na škole také svá práva. Vedeme je k samostatnosti, kreativitě, uvědomování si morálních hodnot, utváření svých vlastních hodnotových žebříčků, rozvíjení dobrých vzájemných vztahů v kolektivu, zdravému sebeprosazování, sebedůvěře, sociálním a komunikačním dovednostem. Pěstujeme v dětech pěstovat vědomí toho, že každé z nich je osobností, která je svým způsobem jedinečná. Snažíme se vést děti k osvojení si zdravého životního stylu.

Bohužel nemůžeme děti uchránit od všeho zlého. Naším hlavním úkolem je žákům předávat všechny potřebné informace a vést je k tomu, aby se na jejich základě dokázaly ve svém životě rozhodnout pro správnou cestu. Je velice důležité s dětmi otevřeně komunikovat a diskutovat s nimi o všech možných situacích, vyslechnout jejich názor a dát jim najevo, že si vážíme toho, jak jsou otevření a ochotní hovořit.

3. PROGRAM PREVENCE

Stanovení cílů programu prevence

Minimální preventivní program vytváří předpoklady pro primární prevenci zneužívání návykových látek a dalších rizikových forem chování.

prevence = základ předcházení problémům

- žáci znají význam harmonických mezilidských vztahů pro zdravý životní styl a zdraví
- respektují odlišné názory či zájmy a odlišné způsoby chování a myšlení, jsou tolerantní k menšinám
- znají a uplatňují vhodné způsoby řešení neshod se spolužáky, spory řeší nenásilným způsobem, potlačují projevy agresivity
- znají vhodné způsoby chování (i v dopravě) a komunikace v různých životních situacích
- umějí spolupracovat ve skupině a přebírat zodpovědnost za společné úkoly
- znají významné dokumenty upravující lidská práva a sociálně právní ochranu dětí
- znají činnost důležitých orgánů právní ochrany občanů
- uvědomují si podstatu protiprávního jednání a právní odpovědnost za případné protiprávní činy
- umějí chápat zdraví ve smyslu holistickém, ve složce fyzické, duchovní a sociální
- umějí zhodnotit vhodné a nevhodné zdravotní návyky
- umějí vysvětlit své konkrétní postoje a chování z pohledu zdraví
- znají pozitivní vliv aktivního pohybu, relaxace, duševní hygieny
- vědí, že zneužívání dítěte je trestné
- umějí diskutovat o rizicích zneužívání drog, orientují se v trestně právní problematice návykových látek
- vědí, kde hledat odbornou pomoc, v případě potřeby ji dovedou využít
- bezpečně zvládají účelné modely chování v krizových situacích (šikanování, týrání, sexuální zneužívání aj.) a správně se rozhodují v situacích vlastního nebo cizího ohrožení
- dokáží komunikovat se specializovanými službami (linky důvěry, krizová centra)
- odmítají projevy brutality a násilí zprostředkované médii a umějí o nich diskutovat
- zapojují se do různých soutěží pořádaných školou
- zapojují se do výzdoby školy vlastními pracemi
- navštěvují filmové a divadelní představení, výstavy a další pořady
- zúčastňují se exkurzí a výletů na stmelení kolektivu
- zúčastňují se poznávacích zájezdů do zahraničí

Prostředky, kterými toho dosáhneme

- důsledné dodržování ustanovení Školního řádu, Krizového plánu školy a Školního programu proti šikanování
- posílení úlohy učitelů v oblasti tvorby pozitivního sociálního klimatu, včasná diagnostika a intervence při riziku vzniku sociálně patologických jevů a kooperace s odborníky při jejich řešení - zejména spolupráce s výchovným poradcem, odborníky PPP, dětským lékařem, OHES, Policií, okresním protidrogovým koordinátorem apod.
- věnování pozornosti problematickým skupinám žáků nebo jednotlivcům, odhalování projevů asociálního chování mezi žáky - soustředit se zejména na problematiku šikany
- věnování pozornosti i žákům talentovaným
- zajištění důsledné kontroly zaměřené na prevenci kouření, užívání alkoholických a návykových látek v celém areálu školy
- předávání žákům dostatek informací o druzích a účincích návykových látek na zdraví člověka
- sledování často se opakující krátkodobé absence žáků - prevence záškoláctví, spolupráce s rodiči žáků s tendencemi vyhybat se školní docházce, v problematických případech možnost vyžadování lékařského potvrzení
- soustavné sledování vývojových a individuálních potřeb žáků
- reagování na aktuální stav rizikového chování ve škole
- začleňování méně průbojných žáků do kolektivu
- posilování sebedůvěry a sebevědomí žáků
- posilování u žáků správných stravovacích návyků
- naučení žáků využívat volný čas a jejich začleňování do volnočasových aktivit
- učení žáků nést odpovědnost za své chování
- posilování komunikačních dovedností a schopností řešit problémy a konflikty
- pěstování právního vědomí a mravní i morální hodnoty
- podněcování hrdosti žáků i pedagogů na příslušnost k naší škole
- sebevzdělávání učitelů v metodikách preventivní výchovy a ve výchově ke zdravému životnímu stylu
- shromažďování a zpřístupňování materiálů pro pedagogický sbor
- zapojení vedení školy i kolegů do tohoto programu
- nově příchozím vyučujícím nabídnout všestrannou kolegiální pomoc
- informování žáků o poradenských možnostech na škole i mimo školu – konzultační hodiny výchovného poradce, metodika prevence a poradenského pracoviště
- vytváření příjemného, klidného a bezpečného klima ve škole

4. ZPŮSOBY ZAČLENĚNÍ PROGRAMU PREVENCE DO VÝCHOVNĚ VZDĚLÁVACÍHO PROCESU

a) Začleňování aktivit prevence do jednotlivých předmětů, uplatňování mezipředmětových vztahů

b) Zařazení samostatných preventivních akcí a projektů

c) Spolupráce školy

Ad a) Začleňování aktivit prevence do jednotlivých předmětů, uplatňování mezipředmětových vztahů

Prvky protidrogové výchovy prolínají do všech předmětů (výchova ke zdraví, výchova k občanství, tělesná výchova, přírodopis, chemie, výtvarná výchova, český jazyk), jsou zařazeny do vzdělávacích oblastí průřezových témat: Osobnostní a sociální výchova, Enviromentální výchova, Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech, Multikulturní výchova, Mediální výchova a Etická výchova. Nenásilně je třeba využít každé situace, kde je možno uplatnit prvky prevence drog.

Rozpracování programu do vyučovacích hodin

6. ročník

- plakát "Volný čas bez drog" (Vv)
- nebezpečí alkoholismu, kouření a používání drog, proměny člověka v dospívání, vliv soc. skupin na dospívajícího (Ov, Rv)
- videokazety a DVD o drog. problematice
- osobní bezpečnost
- důležitá telefonní čísla
- vzdělávací seminář
- spolupráce se ZŠ Tmaň: prohlídka budoucích žáků 6. třídy naší školy, seznámení s budoucí třídní učitelkou a přátelské utkání ve vybíjené

7. ročník

- návykové látky (Ov, Rv)
- charakter člověka, parta, přátelé (Ov, Rv)
- rizika zneužívání návykových látek
- koláž „Život bez násilí, bez šikany“ (Vv)
- lilkovité: - škodlivost kouření
 - houby - halucinogenní látky

- videokazety a DVD o drog. problematice
- vzdělávací seminář

8. ročník

- koláž „Život bez násilí, bez šikany“ (Vv)
- slohová práce "Drogy a mládež" (Čj)
- člověk a dospívání
- přehled drog a jejich účinků
- videokazety a DVD o drog. problematice
- testy a kvízy na téma: "Alkohol, drogy a vaše děti" (Ov, Rv. Př)
- prevence problémů způsobených návykovými látkami
- hry o vzájemném poznání
- nácvik první pomoci na Střední zdravotnické škole v Berouně
- četba jednotlivých příběhů (výpovědi nemocných)
- dýchací ústrojí (kouření)
- laboratorní práce „Obsah škodlivin v cigaretě“ (Př)
- duševní hygiena (alkoholismus)
- vzdělávací seminář

9. ročník

- plakát „Volný čas bez drog“ (Vv)
- slohová práce na téma "Slušné chování" (Čj)
- prevence zneužívání návykových látek
- přehled drog a jejich účinků
- ostatní návykové látky a jedy (Rv, Ov, Ch)
- drogy legální, nelegální a doping
- důkaz složek cigaretového kouře
- videokazety a DVD o drog. problematice
- sekty, drogy a náboženství, manipulace a způsob ochrany
- vzdělávací seminář

Ad b) Zařazení samostatných akcí a projektů

- Semináře organizované Mgr. Jiřího Sixty
- Přírodovědná vycházka žáků 6. a 7. třídy – organizují učitel zeměpisu a přírodopisu

- Nácvik první pomoci na Střední zdravotnické škole v Berouně – žáci 9. třídy, doprovází třídní učitel, zodpovídá učitel přírodopisu
- Exkurze do Hasičského sboru v Berouně – 8. třída, doprovází třídní učitel, zodpovídá koordinátor EVVO
- Ekologická vycházka pro žáky 9. ročníku – CHKO Český kras (od 1. 9. 2016)
- Kniha
- Mikulášská nadílka
- Vánoce – posezení, koncert, zájezd (Praha, Německo)
- pobytové pobyty : Anglie – 1x za dva roky (týdenní), Německo 1x za dva roky (tří denní)
- Divadelní představení
- Hudební představení „Hudební mazec“ Obchodní akademie Beroun
- Velikonoce – tradice, soutěž o nejkrásnější vajíčko či dekoraci
- Den Země – úklid okolí školy
- Atletické závody
- Sportovní, výtvarné, přírodovědné a literární soutěže
- Pravidelné hlášení ve školním rozhlase
- Zapojení do charitativních akcí
- Vystoupení žáků pro místní organizace (Vítání občánků, pěvecké vystoupení při rozsvěcování stromečku)
- Pomoc při organizaci Výstavy drobného zvířectva
- Den dětí
- Den otevřených dveří (seznámení rodičů a veřejnosti se životem školy)
- Exkurze, třídní výlety
- Sběr papíru
- Pravidelné vydávání časopisu „Školáček“, články do novin
- Beseda o pravidlech silničního provozu „Bezpečně do školy“

- **Aktivity pro rodiče a veřejnost**
 - seznámení rodičů s MPP v rámci třídních schůzek
 - seznámení rodičů se Školním řádem, MPP, Krizovým plánem, Školním programem proti šikanování, Metodickým pokynem MŠMT ČR č.j. 22294/2013-1 k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních a postupem školy v případě řešení problémů žáků se SPJ
 - nabídka konzultačních hodin metodika prevence a výchovného poradce
 - nabídka konzultačních hodin jednotlivých vyučujících

- oznámení úředních hodin školního poradenského pracoviště
- poskytování seznamu odborných zařízení
- nabídka propagačních materiálů o drogách
- vysvětlování nesprávnosti a rizika postoje „Nás se ten problém netýká!“
- zdůrazňování, že drogami jsou i cigarety a alkohol
- přesvědčování rodičů o nutnosti organizovat a kontrolovat volný čas jejich dětí
- seznámení rodičů s 10 kroky prevence
- seznámení rodičů s postupem školy v případě problémů žáků s drogami
- soustavná spolupráce s rodiči problémových žáků
- zjištění zájmu rodičů o besedu s odborníky zabývajícími se problematikou prevence rizikových forem chování
- na třídních schůzkách hovořit o nebezpečí drog zejména u starších žáků, kterým rodiče povolují účast na diskotékách

Školní projekty

- Sportovní den a Den zdraví – sportovní soutěžení
- Den dětí
- Projekty s proměnlivým obsahem – např. Stromy, Poznej mě, Drogy, Ekologie, Den učitelů

Ad c) Spolupráce školy

1. Ředitel školy a metodik prevence
- 2. OÚ Suchomasty – respektování zákazu kouření na vyhrazených místech obce, příprava plakátů s protidrogovou tematikou (použití na vývěškách obce)
- 3. Spolupráce s rodiči a občany Suchomasty –
 - seznámení rodičů s MPP v rámci třídních schůzek
 - nabídka konzultačních hodin metodika prevence a výchovného poradce
 - nabídka úředních hodin Školního poradenského pracoviště
 - nabídka propagačních materiálů o drogách
 - seznámení rodičů s postupem školy v případě problémů žáků s drogami
 - na třídních schůzkách hovořit o nebezpečí drog zejména u starších žáků, kterým rodiče povolují účast na diskotékách
- 4. Individuální informace na třídních schůzkách
- 5. Nabídka konzultačních hodin po předběžné domluvě s MP

- 6. Oznámení úředních hodin „Školního poradenského pracoviště“
- 7. Předávání informačních letáků
- 8. Webové stránky školy
- 9. Školská rada – řešení připomínek a návrhů rodičů
- 10. Vápenka Čertovy schody – smlouva o spolupráci, úklid v okolí podniku
- 11. Oblastní metodik protidrogové prevence Mgr. Renata Bartošová a PPP v Králově Dvoře
- 12. Krajský pracovník pro prevenci Bc. Martina Šebková
- 13. Specialista na šikanování Mgr. Jiří Sixta
- 14. Preventivní informační skupiny Policie ČR Beroun
- 15. Sponte Králův Dvůr
- 16. Kurátor pro mládež Beroun
- 17. SVČ Domeček Hořovice
- 18. Obvodní dětské lékaři
- 19. CHKO Český kras
- 20. Spolupráce se ZŠ ve Tmani – koordinace činností během školního roku

5. METODY REALIZACE PREVENCE

V rámci výuky budou i nadále využívány metody, které se nám osvědčily. Výchova bude probíhat mezipředmětově.

- tradiční metody – výklad, předávání informací
- vlastní prožitek – dramatizace, hry, modelové situace, komunitní kruhy
- prezentace, výtvarné, slohové a jiné vlastní a skupinové práce
- nástěnky, výstavy prací žáků
- besedy, diskuze, exkurze
- práce s odbornou literaturou, časopisy, CD, internetem
- zážitková pedagogika – první pomoc, akce EVVO
- podchycování zájmů žáků – kroužky, soutěže apod.
- kooperativní vyučování
- projekty ve výuce
- osvětové materiály a letáky
- tvorba časopisu „Školáček“
- schránka důvěry je umístěna v prvním poschodí budovy – žáci do ní mohou vkládat své dotazy a připomínky + slouží nejen pro dotazy, ale také pro stížnosti a problémy, se kterými

potřebují žáci poradit – schránka je pravidelně vybírána a problémy jsou hned řešeny -
neustálá přítomnost vyučujících mezi žáky

Využívání organizačních forem vyučování:

frontální výuka – kolektivní vyučování, žáci plní vždy ve stejném čase stejné učební úkoly,
postupují jednotně

skupinové vyučování – výuka ve skupinách, společná práce všech členů skupiny

kooperativní vyučování – vychází se ze skupinové výuky, je založeno na principu spolupráce
při dosahování cílů, výsledky každého jedince jsou závislé na činnosti celé skupiny a celá
skupina má prospěch z činností jednotlivce

projektová výuka – práce žáků přináší konkrétní produkt

6. ZÁKLADNÍ PŘÍZNAKY UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK A JEHO RIZIKA

Jak poznáme, že dítě bere drogu?

Není to snadné – hlavně v případě, že dítě zkusí drogy poprvé nebo je bere pouze příležitostně. Mnohá znamení jsou stejná, jako normální znaky dospívání. Důvodem k zamyšlení může být, vyskytne-li se několik znaků současně. I v takovém případě však nedělat unáhlené závěry.

- změna či ztráta přátel a kamarádů, náhlé izolování se od normálních vrstevníků;
napojení se na nevhodné, často starší přátele
- ztotožňování se s drogovou kulturou; zastávání se drog, pseudofilosofická
vysvětlování jejich zneužívání
- náhlé zhoršení vzhledu a péče o zevnějšek
- náhlé zhoršení prospěchu a chování
- neomluvené hodiny
- změny v chování: náladovost, porážděnost, lhaní, neobvyklá agresivita
- podstatná ztráta zájmů, zálib a koníčků
- horší soustředění a paměť – zapomětlivost
- zvýšená ospalost až otupělost
- nechutenství, úbytek na váze
- neobvyklé skvrny na oblečení
- neobvyklý zápach celého těla

Jiné znaky drogového zneužívání:

- zvláštní pach bytu

- nález pomůcek na zneužívání drogy: dýmky, jehly, sříkačky, sežehnuté kousky plechové folie nebo lžičky
- nález zbytku: „jointu“ s lepenkovým filtrem, marihuany, různých prášků
- stopy vpichů na končetinách, hýždích, krku aj.

Návykové látky a návyková rizika

KONOPI

Vzhled: marihuana – části sušených rostlin, hašiš je tmavá hmota

Způsob užití: kouřením (smotaná cigareta – joint, dýmky), perorálně

Doba účinku: individuální, od 1 do 4 hodin, při požití i déle

Projevy intoxikace: rozšířené zornice, zarudlé oči, zrychlený puls, pach potu po spálené trávě, zhoršení paměti na nedávné události, únava, nezájem

Některá rizika: Dlouhodobější zneužívání vede ke kolísání nálad, zhoršené schopnosti soustředění, horšímu školnímu prospěchu. Dochází k prodlužování reakčního času (horší postřeh) i mimo intoxikaci. U dívek se objevuje nepravidelný menstruační cyklus. Objevují se chronické záněty spojivek, hltanu a dýchacích cest (marihuana obsahuje o polovinu více rakovinotvorných látek nežli tabák a s tabákem se často míchá), dlouhodobě se podílí na oslabení imunitního systému. Psychické problémy po drogách z konopí mají většinou přechodný charakter. U duševně labilnějších lidí může ale marihuana pronikavě zhoršit jejich stav i dlouhodobě. Drogy z konopí zvyšují tepovou frekvenci a mohou ohrozit lidi s nemocným srdcem.

LYSOHLÁVKY

Vzhled: malé, 2 – 10 cm velké houby podobné špičce, obsahují halucinogenní látky psilocybin a psilocin

Způsob užití: perorálně

Doba účinku: účinky se dostávají do 1 hodiny a trvají přibližně 4 – 5 hodin, poté začínají odeznívat, tato fáze však může být, v souvislosti s osobními dispozicemi, různě dlouhá

Projevy intoxikace: Poruchy koordinace pohybů, vnímání času. Může se objevit deprese, úzkost, strach. Vyšší dávky vedou k poruchám ve vnímání prostoru (špatný odhad vzdálenosti, směru), objevují se zrakové i sluchové iluze, halucinace. Mohou se objevit pocity pronásledování. Rovněž se může objevit přecenění svých schopností. Fáze odeznívá, pak může vést k prohlubování úzkosti, narůstání strachu a neklidu.

Některá rizika: Časté užívání vede k trvalému poškození jaterních buněk (to může nastat i při jednorázovém požití většího množství), k poruchám koncentrace pozornosti, mohou se objevit psychické problémy různého stupně (od depresivních stavů až po závažná psychická

onemocnění – toxické psychózy). Velkým rizikem je možnost předávkování (účinek je dosti nepředvídatelný; toxicita látek v houbách se liší podle lokality). Postiženy jsou také ledviny. V důsledku bouřlivého psychického prožívání v průběhu intoxikace hrozí riziko sebevraždy.

TRIP (LSD)

Vzhled: většinou savé, různými motivy potištěné papírky velikosti nehtu u malíčku, mohou se však vyskytovat i tzv. krystaly velikosti kamínku od zapalovače, či různé tablety, kapsle

Způsob užití: perorálně

Doba účinku: Účinky se dostavují asi do 45 minut po požití a trvají přibližně 8 – 12 hodin, poté začínají odeznívat. Tato fáze však může být, v souvislosti s osobními dispozicemi, různě dlouhá.

Projevy intoxikace: Rozšířené zornice, poruchy motoriky (zpomalené, rozvláčné), vnitřní chvění, nervozita. Psychické efekty se začínají projevovat po 30 až 90 minutách. Dochází k poruchám vnímání vztahu já a okolí (odosobnění), uvolňují se potlačené vzpomínky, zhoršují se vyjadřovací schopnosti. Objevují se bohaté iluze a halucinace, obrysy předmětů jsou vnímány chvíli ostře, vzápětí se jemně rozplývají a prolínají, mění se vnímání času a prostoru, perspektiva se zplošťuje a prohlubuje. Mohou se objevit svalové křeče. V prožívání se může objevovat panika, strach, úzkost, dochází k paranoidním interpretacím (např. boj s démony, pronásledování, borcení prostorů atd.) - tzv. bad trip (může se objevit sebevražedné jednání, deprese). Tyto stavy pak mohou přetrvávat i po odeznění účinků drogy (tzv. toxická psychóza).

EXTÁZE

Vzhled: nejčastěji tablety, někdy tekutina

Způsob užití: perorálně

Doba účinku: Účinky se dostavují do půl hodiny a trvají přibližně 6 – 7 hodin, poté začínají odeznívat. Tato fáze však může být, v souvislosti s osobními dispozicemi, různě dlouhá.

Projevy intoxikace: Zrychlený tep, rozšířené zornice, neklid, podrážděnost, nekoordinované pohyby, vzrušení, třes, poruchy spánku, častá je emocionální potřeba blízkosti druhých. Mohou se objevit i halucinace nebo pocity pronásledování doprovázené úzkostí. V průběhu odeznívání účinků se dostavuje vyčerpanost, psychická a fyzická únava, objevují se potíže při usínání, později se mohou objevit negativní pocity, depresivní stavy a bolesti hlavy.

Některá rizika: Toxické psychózy, předávkování (účinek drogy je nepředvídatelný, dávka, kterou někdo dobře toleruje, může u jiného vyvolat těžkou otravu), postižení nervového systému, velké ztráty tekutin a dehydratace. Postižení ledvin, srdce, jater. Prudký vzestup tlaku může způsobit mozkovou mrtvici nebo srdeční selhání. Velmi nebezpečná je kombinace s alkoholem nebo s kofeinem.

PERVITIN

Vzhled: nejčastěji světlý, krystalický prášek, popř. roztok určený k injekčnímu užití

Způsob užití: šňupání, injekčně, perorálně

Doba účinku: 5 – 10 hodin, liší se také podle způsobu aplikace

Projevy intoxikace: Zvyšuje se motorická aktivita, zrychluje se dech, srdeční činnost, stoupá krevní tlak. Při šňupání je typickým projevem „posmrkávání“ v důsledku podráždění nosní sliznice. Objevuje se nadměrná hovornost, zvýšené sebevědomí, mizí únava, potřeba jíst a spát. Prohlubuje se emoční labilita, mohou se objevit pocity pronásledování často spojené s panickým strachem. Po odeznění účinku se dostavuje psychická a fyzická únava a tzv. dojezd (vyčerpanost, pocity zmaru, deprese).

Některá rizika: Riziko smrtelných otrav – předávkování (počáteční příznaky se projevují silnou bolestí v hrudníku, dochází k poklesu krevního tlaku, zvyšuje se tělesná teplota, dostávají se poruchy srdeční činnosti, začíná selhávat krevní oběh, postižený upadá do bezvědomí). U dospívajících rychle vyvolává závislost vedoucí ke zvyšování dávek. Časté jsou pocity pronásledování, vnímání neexistující osoby, podivné chování vedoucí až k rozvoji toxické psychózy. Objevuje se zvýšená agresivita vůči druhým. I jednorázové užití může způsobit poškození srdce a jater. Příměsi, které se do drogy dostaly při výrobě (např. Fosfor nebo jód), zvyšují toxicitu drogy. Při injekčním užití se zvyšuje riziko přenosu nemocí (žloutenka, HIV), objevují se abscesy. Při častém šňupání může dojít až k poškození nosní přepážky.

HEROIN

Vzhled: podle stupně znečištění bílý až hnědý prášek nakyslého zápachu

Způsob užití: injekčně, kouřením, šňupáním, perorálně

Doba účinku: podle způsobu aplikace 6 – 8 hodin

Projevy intoxikace: Zúžené zornice, apatie, útlum, malátnost, desítky minut až hodin trvající stav tichého obluzení následovaný kocovinou

Některá rizika: Předávkování, smrt (i při jednorázovém užití – na černém trhu se objevují drogy různé koncentrace, takže je snadná možnost záměny silnější drogy za slabší), rychlý rozvoj duševní i tělesné závislosti, ztráta zájmu o cokoli (vše se soustředí pouze na drogu), ztráta vazeb na „nedrogový svět“, zvyšování dávek. Při intoxikaci hrozí šok, alergická reakce organismu, krevní sraženiny, otok plic. Zvláště nebezpečná je interakce s jinými látkami (např. s alkoholem). Při injekčním užití se zvyšuje riziko přenosu nemocí (žloutenka, HIV), objevují se abscesy.

KOKAIN, CRACK

Vzhled: bílý krystalický prášek, crack je světlá hmota nebo krystaly

Způsob užití: šňupáním, kouřením, injekčně, perorálně

Doba účinku: podle způsobu aplikace od 30 minut do 2 hodin

Projevy intoxikace: Rozšířené zornice, zvyšuje se motorická aktivita, zrychluje se dech, srdeční činnost. Objevuje se nadměrná hovornost, euforie, nadměrně zvýšené sebevědomí (často vede k přecenění vlastního výkonu), mizí únava, potřeba jíst a spát. Při vyšších dávkách působí jako anestetikum na mozková centra kontrolující dýchání: nastává třes, křeče, zmatenost, závratě a specifické dýchací potíže – rychlé střídání lapání po dechu a mělkého dýchání. Po odeznění účinků se dostavuje únava, často se objevují deprese.

Některá rizika: Záchvaty vzteku (sklon k násilí), poruchy spánku, křeče, ztráta váhy, problémy s pamětí. Může se zvyšovat tolerance (zvyšování dávek), objevují se pocity pronásledování vedoucí k rozvoji psychické závislosti. Při častém šňupání může dojít až k poškození nosní přepážky, kouření způsobuje chronické respirační potíže. Při injekčním užití se zvyšuje riziko přenosu nemocí (žloutenka, HIV).

TĚKAVÉ LÁTKY

Drogy skupiny inhalacia – těkavé látky dostaly svůj název podle způsobu, jakým se užívají. Představují značné riziko zejména pro děti a mládež a to především pro svou snadnou (nejen) finanční dostupnost. Mezi mládeží v poslední době nabývá obliby inhalace náplní do zapalovačů, které však způsobilo již četná úmrtí. Problém těkavých látek spočívá nejen v jejich snadné dostupnosti, ale i v možném úmrtí již při prvním užití.

V České republice mají inhalancia na žebříčku zneužívaných omamných látek své stabilní místo. Hojně bývají označovány na tzv. náhražkovou drogu (za drogy dražší a hůře dostupné). Věková hranice počátku zneužívání se pohybuje nebezpečně nízko, často pod dvanáctým rokem života zneuživatelů. Procentuální zastoupení dětí v celkovém počtu zneuživatelů je alarmující. Zdravotní rizika těchto látek jsou velice vysoká. Mimo celkové poškození organismu dochází k nereverzibilním změnám v CNS, k celkovému útlumu, ke ztrátě paměti, k poničení mozkové tkáně a k častým úmrtím vlivem předávkování.

Dělení těkavých látek:

A) látky s nepřijatelným rizikem

- rozpouštědla (toluen, lepidla, čističe a ředidla, benzin, laky na nehty a odlakovače)
- stlačené plyny (náplně do zapalovačů, aerosoly)

B) látky s přijatelným rizikem

- nitrity
- rajský plyn

ROZPOUŠTĚDLA

Obecné projevy intoxikace a účinky: Euforie, na počátku intoxikace často závrať, pocity ztráty tělesné hmotnosti. Při menších dávkách chování připomíná opilost. Lze zaznamenat obtížnou výslovnost, nekoordinovanost pohybů, prostorovou dezorientaci, bledost v obličeji, později svalovou ochablost. Vědomí je zúžené, intoxikovaný často prožívá halucinaci a stavy zvýšeného sebevědomí, častá je i agrese. V důsledku opojení se uvolňují morální zábrany, což vede k řadě trestných činů a promiskuitnímu chování.

Účinky trvají v rozmezí 15 až 45 minut. Při těžší intoxikaci můžeme pozorovat rozšíření zornic, přecitlivělosti na světlo, nauzeu až zvracení, nepravidelnost srdečního rytmu, vodnatý sekret z nosní sliznice později upadnutí do hlubokého spánku. Silné bolesti hlavy bývají častým průvodním jevem toxikomana zneužívajícího těkavé látky.

Toluen

Nejčastěji zneužívaný v naší zemi. Dostupný je v plechovkách jako ředidlo, jako součást laků na nehty (až 50 %), barev a lepidel. Je charakteristický svým zápachem, těkavý a hořlavý. Bývá častou příčinou úmrtí z předávkování. Zneuživatelé ho inhalují buď přímo z nádoby, ve které se prodává nebo prostřednictvím namočeného kusu látky, který si přikládají na obličej. Za účelem zvýšení koncentrace účinné substance ve vzduchu zneuživatelé často inhalují v uzavřených prostorách, pod pokrývkou nebo si přikládají igelitové tašky na hlavu. Všechna počínání jsou vysoce riziková a bývají příčinou těžkého poškození zdraví či úmrtí. Čichání bývá zpočátku uváděno jako opakované užití 1x – 2x týdně, později denně ve frekvencích krátkých i několik minut. Anestetický účinek toluenu může být vystupňován až do stavu narkózy.

Lepidla

Netěší se takové popularitě jako toluen, neboť dochází k pomalejšímu uvolňování účinných látek. Nejrizikovější jsou lepidla obsahující hexan (Chemopren, Styrofix, Vulkán). Za účelem zneužití bývá lepidlo nejčastěji nakapáno do igelitového sáčku, ze kterého je následně inhalováno. Odpařování lze urychlit zahříváním. K častým úmrtím dochází opět díky nasazování sáčku či igelitové tašky na hlavu.

Čistící prostředky, ředidla a jiné látky

Inhalují se přímo z distribučních obalů nebo z napuštěného kusu látky (Čikuli, Iron, Aceton, perchlorethyl, benzen, odlakovače, technický benzín).

STLAČENÉ PLYNY

Obecné projevy intoxikace a účinky: Bývají značně odlišné od účinků ředidel a lepidel. Toxikomani často uvádějí pocity zvýšené inteligence a jakoby rozjasněné vědomí. Ve skutečnosti je však vnímání značně zkresleno, dochází k četným zrakovým i pocitovým halucinacím. Vdechování plynů je velice nebezpečné. Může dojít k zadušení plynem, v

případě náhradních náplní do zapalovačů ke smrti podobné utonutí v důsledku vniknutí tekutého plynu do plic. Plyn z aerosolových přípravků též způsobuje zvýšenou citlivost srdce na adrenalin. Pokud je intoxikovaný vystaven náhlé stresové situaci, může prudce zvýšená hladina adrenalinu v krvi způsobit vážné poruchy organismu. Inhalace plynů často přináší náhlou smrt v důsledku srdeční arytmie či úplného selhání srdce.

Náplně do zapalovačů – butan

Velmi populární mezi mládeží. Náplně do zapalovačů obsahují tekutý plyn, který při styku s atmosférou mění své skupenství v plynné. Zneužívatelům, kteří si vstříkují plyn přímo z lahve do hrtanu, hrozí silné podchlazení, poškození plic tlakem či jejich nežádoucí reakce na vniklou substanci. Proto se častěji užívá metoda nastříkání plynu do igelitového sáčku a následná inhalace. Plyn je možno inhalovat i přímo ze zapalovačů. Po nastavení zapalovače na největší průtok plynu se stlačením páčky substance inhaluje do úst či nosu.

Aerosolové výrobky

Přípravky obsahují hnací plyny, které jsou zneužívanou látkou (spreje, deodoranty, hubící prostředky na hmyz, sprejové barvy, chladicí spreje na tlumení bolesti, rozmrazovače, hasicí přístroje a jiné). Nejčastěji se užívají spreje proti pocení, proti bolesti, osvěžovače vzduchu a neutralizátory pachů. Při inhalaci se společně s žádanou látkou vdechuje i mnoho jiných substancí, proto zneuživatelé často vstříkují spreje nejprve do balónek, kde se mají alespoň některé nežádoucí příměsi usazovat na stěnách. Následně pak inhalují přímo z balónku. Druhou možností je nastříkání substance na kus látky.

NITRITY

Nitráty (přezdívané poppers)

Dříve se tyto přípravky užívaly při záchvatech anginy pectoris. Dnes jsou hojně distribuovány zejména v sexshopech, ale i volně na internetu. Prodávají se jako aroma do pokojů nebo jako čističe video hlav. Bývají zneužívány především za sexuálními účely (hojně mezi homosexuální skupinou populace). Inhalace se provádí přímo z původní lahvičky střídavě do obou nosních dírek. Účinky se projeví zpravidla do 30 sekund a trvají po dobu 2 – 5 minut. Některé zdroje tvrdí, že poppers zvyšují sexuální prožitek. Způsobují také uvolnění rektálního svěrače, zvyšují citlivost kůže na dotyky. U mužů mohou naopak vést k poruše erekce. Zneužívají se také k nabuzení energie při tanci. Často se kombinují s tanečními drogami (zejména s extází), protože účinek trvá pouze pár minut. Způsobují psychickou závislost. Mohou způsobit stavy podobné vážné anémii, tj. prudké krvácení, poškození krevních vlásečnic, kóma až smrt. Ve srovnání s jinými inhalacemi je však zdravotní riziko poměrně nízké.

RAJSKÝ PLYN (N20)

Bombičky na výrobu šlehačky

Vstříkuje se z prázdných sifonových lahví přímo do úst. Hojně zneužíván mezi mládeží. Na rockových koncertech či tanečních parties se inhaluje z plněných balónek přímo do plic. Vzbuzuje pocit vzrušení a opojení podobný mírné opilosti. Efekt nastupuje 30 sekund po inhalaci a trvá 2 – 3 minuty. Během opojení se projevují kognitivní poruchy a k normálu se vracejí přibližně po 5 minutách. Při chronickém užívání může způsobit poškození periferních nervů projevující se strnulostí až paralýzou.

Éter

Éter je čirá tekutina, která se za pokojové teploty velmi rychle odpařuje. K intoxikaci dochází inhalováním nebo perorálně. Stav intoxikace se podobá opilosti. Rizika užívání éteru jsou obdobná jako při užívání alkoholu, často se také objevují nemoci zažívacího traktu, úmrtí z předávkování a těžké popáleniny (extrémně hořlavý, může vzplanout při odpařování přímo ve vzduchu).

Přítomnost drogy v moči – testování

Jak dlouho po užití je rozpoznatelná přítomnost drogy v moči?

Orientačně:	Opiáty (heroin, braun, kodein)	1 – 3 dny
	Pervitin	2 – 14 dnů
	Kokain	24 hod., zbytky až 3 dny
	Marihuana, hašiš	až 30 dnů
	Barbituráty a hypnotika	až 30 dnů

7. CO DĚLAT, KDYŽ ZJISTÍME, ŽE DÍTĚ BERE DROGY? RODIČŮM

- Nepanikařit
- Nezakazovat

Ztratíme-li hlavu a začneme zakazovat, můžeme si být jisti, že droga dětem zachutná o to víc – ze vzdoru. Nebezpečí v případě, že dítě sáhlo po droze kvůli tomu, že mělo nějaký problém, je pak ještě větší.

- Neztratit kontakt

Nenuceně, vhodnou formou dávat dítěti najevo svůj zájem, zajímat se o jeho svět, jeho kamarády, podporovat koníčky atd. Důležité je získat důvěru dítěte, umět mu naslouchat. Někdy je to těžké, zvláště, když dítě hájí názory a postoje pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout však ještě neznamená přistoupit na jeho stanovisko.

- Opatřit si co nejvíce spolehlivých informací

Ve vhodných chvílích hovoříte s dítětem otevřeně o alkoholu a drogách. Obhájíte-li dítě některou z drog, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty. Dostatečnou informovaností v dané problematice zabráníte tomu, že vás potomek „utluče“ svými argumenty.

- Jít osobním příkladem

Přestat s vlastním kouřením, pitím Rodič, který je pro dítě svým chováním ve vztahu k návykovým látkám vzorem, je ve výhodě. Některé hodnoty předávané rodiči mohou být v prevenci velmi prospěšné.

- Spolupracovat

s dalšími rodiči vrstevníků, se školou, s odborným zařízením. Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže ji dítě odmítá. Zvládnutím svých problémů zvyšuje i šanci na ovlivnění dítěte.

- Jestliže je dítě pod vlivem drogy a hrozí mu otrava, neváhejte zavolat lékařskou pomoc.
- Nehádejte se

s dítětem, které je pod vlivem drogy. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.

- Vytvořte zdravá rodinná pravidla

Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání.

- Předcházejte nudě

Měli byste mít přehled, kde vaše dítě je, co dělá, zamyslete se nad jeho denním programem a životním stylem

- Nespoléhejte se

na okamžité „záračné“ vyřešení vašeho problému. Základem nápravy je dlouhodobá výchovná strategie, jejíž princip spočívá v nepodporování a neusnadňování pokračujícího brání drog, ale naopak odměňování a povzbuzování každé změny k lepšímu. Na jedné straně dobrý vztah k dítěti a snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a důslednost na straně druhé.

Čemu se vyhnout?

- Nepopírejte problém

Ztrácíte čas, který může u dítěte vést k rozvoji závislosti.

- Neskrývejte problém

Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Abyste se dokázali v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měli byste naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měli byste najít spojence.

- Neobviňujte partnera

Pro vyřizování starých účtů není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost naštěstí často ano.

- Nehledejte

v dítěti, které bere drogy spojence proti svému partnerovi.

- Nezanedbávejte sourozence

Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a rovněž potřebují vaši péči a zájem.

- Nefinancujte užívání drog

a neusnadňujte ho. Kontrolujte dítěti kapesné, zabezpečte si cenné předměty, nenechejte se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit vaše dítě, ale jeho kamarádi.

- Nedejte se vydírat

Vyhrožování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání. Neustupujte tomuto tlaku.

- Nevyhrožujte

něčím, co nemůžete splnit – ztrácíte tím důvěryhodnost.

- Nebijte dítě,

kteřé je pod vlivem drog. Fyzické násilí většinou vyvolává u dítěte pocity ukřivdění, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.

- Nedělejte zbytečně „dusno“

Parta a nevhodní přátelé by se tím pro dítě stávali ještě přitažlivější.

- Nezapomínejte dveře navždy

Přestože dítě odejde, je dobré být připraveni mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.

- Neztrácejte naději

Deset kroků prevence

1. Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu.

Pak s vámi bude otevřeně hovořit i o případných problémech, ať už se týkají návykových látek nebo jiných záležitostí. Umět dítě vyslechnout a pochopit ho neznamená ale vždy přistupovat na jeho stanovisko.

2. Opatřete si spolehlivé informace o alkoholu a drogách.

Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, nabídněte mu protiargumenty. Můžete k tomu použít knihu „Alkohol, drogy a vaše děti“.

3. Posilujte sebevědomí dítěte.

Nešetřete pochvalou, když ji dítě zasluhuje. Pokud kritizujete, kritizujte chování (nelíbí se mi, že děláš ...) a ne osobnost (jsi hrozný ...). Dávejte dítěti najevo, že ho máte rádi. Sebevědomý člověk dokáže lépe odolávat špatné společnosti a návykovým látkám.

4. Předcházejte nudě.

Měli byste mít přehled, kde dítě je, co dělá a uvažovat o jeho denním programu a životním stylu. Můžete posílit vazbu dítěte na rodinu a kvalifikovaně trávit volný čas společně. Také můžete dítěti najít dobré záliby mimo rodinu.

5. Vytvořte zdravá rodinná pravidla.

Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání. Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně a tato pravidla dodržovat. Děti z rodin, kde žádná pravidla neexistují a kde vládne chaos, nebývají šťastné. Zdravá rodinná pravidla snižují riziko různých problémů včetně problémů s alkoholem a drogami.

6. Buďte pro dítě pozitivním modelem.

Myslete na své zdraví a na svou tělesnou a duševní kondici, rozvíjejte své kvalitní zájmy. Význam při výchově mají i určité morální a etické zásady rodičů.

7. Pomozte dítěti čelit tlaku nevhodné společnosti a najít mu společnost vhodnou.

Dítě by mělo vědět, že v určitých situacích má právo a dokonce i povinnost nesouhlasit se staršími lidmi a odmítnout. Existují různé způsoby odmítání pro různé situace. Účinnou ochranou před nevhodnou společností je dobrá vrstevnická skupina.

8. Spolupracujte v rámci rodiny.

I v případě, že jsou rodiče dítěte rozvedeni, měli by se ve vlastním i v zájmu dítěte umět dohodnout v záležitostech výchovy. Potřebná je také spolupráce v rámci širší rodiny, např. s prarodiči dítěte.

9. Spolupracujte s dalšími dospělými.

K nim patří učitelé, sousedé nebo rodiče přátel vašeho dítěte. Můžete se navzájem informovat a při výchově dětí si pomáhat.

10. Umějte rozpoznat problémy s návykovými látkami u dětí.

Čím dříve problém rozpoznáte a čím dřív ho začnete řešit, tím lépe. Informace o účincích návykových látek i o tom, co dělat v případě problémů, najdete ve 3. vydání knihy „Alkohol, drogy a vaše děti“.

8. CO DĚLAT, KDYŽ ... ?

PEDAGOGŮM

1. U žáka byly nalezeny dovolené drogy

<u>Právní a další úvaha:</u>	Pití a kouření pod povolenou věkovou hranici Směrnice k užívání povolených medikamentů u mládeže Být si vědom možnosti zneužití těkavých látek
<u>Na zvážení:</u>	Za jakých okolností lze látku odebrat? Prodiskutovat problém se žákem nebo zajistit, aby ho projednal se školeným psychologem, školním metodikem prevence, výchovným poradcem nebo jiným členem poradního týmu školy.
<u>Další možnosti:</u>	Informovat rodiče nebo právní zástupce žáka. Rozhodnout, zda informovat další členy sboru a rozhodnout, zda iniciovat obecnou rozpravu s místním protidrogovým koordinátorem.

2. U žáka bylo zjištěno nedovolené vlastnictví zakázané drogy

<u>Právní a další úvaha:</u>	Podle novely zákona č. 112/1998 Sb., kterým se doplňují zákony č. 140/1961 a č. 200/1996 je zakázáno vlastnit větší množství drogy. Učiteli není dovoleno bez svolení žáka provádět šetření. Pouze policie je oprávněna u osob podezřelých ze zneužívání drog provádět toto šetření. Stanovena je ohlašovací povinnost.
<u>Na zvážení:</u>	Odebrat látku a (pokud nehodláte učinit další opatření) zničit ji (za přítomnosti svědka) nebo (hodláte-li učinit další opatření) uložit ji na bezpečné místo (je-li možno do školního šejfu) se záznamem o případu. Provést záznam o případu podle platných směrnic školy. Prodiskutovat případ se žákem a zajistit intervenci poradního týmu školy (ŘŠ, ŠMP, VP, příslušný TU).
<u>Další možnosti:</u>	Informovat rodiče nebo právní zástupce žáka. Rozhodnout, zda informovat ostatní členy sboru. Rozhodnout, zda je nutné postoupit případ dále (orgány sociálně právní ochrany, policie). Rozhodnout, zda iniciovat obecnou rozpravu s místním protidrogovým koordinátorem.

3. Na půdě školy je nalezen žák pod vlivem drog nebo alkoholu nebo trpí abstinenčními příznaky

<u>Právní a další úvaha:</u>	Prioritou číslo jedna je zajistit žákovi i ostatním bezpečnost. Učiteli není dovoleno bez svolení žáka provádět šetření. Pouze policie je oprávněna u osob podezřelých ze zneužívání drog provádět toto šetření.
<u>Na zvážení:</u>	Postupovat podle doporučení uvedených v MPP. Provést záznam

o případu. Prodiskutovat případ se žákem a zajistit informování poradenského týmu školy.

Další možnosti: Informovat rodiče nebo zákonné zástupce žáka. Rozhodnout, zda informovat ostatní členy sboru. Rozhodnout o postoupení případu dále a informování místního protidrogového koordinátora.

4. Žák je přistižen při prodeji drog

Právní a další úvaha: Prodej drog je nezákonný. Jde o ohrožení mravní výchovy dítěte.

Na zvážení: Neodebírat látku, zavolat policii, šetření si provede sama. Provést záznam o případu.

Další možnosti: Je-li to vhodné, informovat členy sboru. Zvážit, zda je vhodné informovat žáky.

5. Na půdě školy byly nalezeny drogy nebo vybavení k jejich užívání

Právní a další úvaha: Může existovat problém s bezpečnou likvidací používaného injekčního vybavení.

Na zvážení: Zajistit bezpečné uložení drogy nebo vybavení a předat policii. Provést záznam o případu.

Další možnosti: Je-li to vhodné, informovat členy sboru. Zvážit, zda je vhodné informovat žáky.

6. Žák se svěří s tím, že užívá drogy

Právní a další úvaha: Vzhledem k věku žáka zvážit otázky, které se týkají zachování mlčenlivosti.

Na zvážení: Nabídnout radu a pomoc. Je-li nutno, obrátit se na relevantní služby.

Další možnosti: Vhodnou formou informovat rodiče, zvážit, zda bude pro žáka prospěšné, postoupí-li se jeho případ poradenství.

7. Škola zjistí, že v místě kde sídlí, lze sehnat drogy

Právní a další úvaha: Škola nenese právní odpovědnost mimo své území, nicméně má v komunitě svou roli a morální odpovědnost.

Na zvážení: Spojení s místními organizacemi, zvláště s policií a sdělit jim odpovídající informace. Je-li to vhodné, informovat žáky.

Další možnosti: Je-li to vhodné, informovat rodiče. Zajistit, aby pracovníci školy byli dobře informováni o místních problémech ve vztahu k dro-

gám.

8. Rodiče žáka vykazují problémy se zakázanými drogami nebo alkoholem

<u>Právní a další úvaha:</u>	Na učitelích lze vyžadovat, aby podle závažnosti a možného ohrožení dítěte poskytli přiměřené informace příslušným pracovníkům nebo organizacím v oblasti sociální péče.
<u>Na zvážení:</u>	Rodičům doporučit, aby se obrátili na poradenské služby. Nabídnout žákovi příslušné informace a podporu.
<u>Další možnosti:</u>	Zvážit, zda bude pro žáka prospěšné, postoupí-li se jeho případ poradenství.

9. Rodiče hledají ve škole radu, jak řešit problémy s drogami u svého dítěte

<u>Právní a další úvaha:</u>	Respektovat specifika každého jednotlivého případu – nabídnout informace o poskytovaných službách.
<u>Na zvážení:</u>	Rodičům doporučit, aby se obrátili na poradenské služby.
<u>Další možnosti:</u>	Zvážit, zda bude pro žáka prospěšné, postoupí-li se jeho případ poradenství.

10. Pracovník školy trpí problémy se zakázanou drogou nebo alkoholem

<u>Právní a další úvaha:</u>	Zákoník práce, Pracovní řád.
<u>Na zvážení:</u>	Doporučit pracovníkovi, aby vyhledal pomoc a radu. Jasně označit nedostatky v práci této osoby a vyvodit příslušná varovná opatření.
<u>Další možnosti:</u>	Zvážit způsoby, jakými lze pracovníkovi pomoci. Identifikace osoby, které se může daný případ rovněž týkat.

Postup školy při výskytu podezřelé látky a při podezření na užití omamné látky žákem (rozpracování do jednotlivých kroků)

(zpracováno dle trestního zákona 140/1961 Sb., zákona 37/1989 Sb. o ochraně před alkoholismem a toxikomanií, Pedagogové proti drogám – dokument MŠMT)

1) Identifikace a ukládání látek

- a) Zajistí-li pedagog podezřelou látku a je podezření, že se jedná o drogu či jinou škodlivou látku, v přítomnosti dalšího člena pedagogického sboru uložit tuto látku do obálky.
- b) Na obálku napíše datum, čas a místo zjištění látky. Obálku přelepí a opatří razítkem školy a uschová do školního trezoru.
- c) Poté je nutno bezodkladně vyrozumět policii. Identifikaci provede vždy policie, nikoli zaměstnanec školy či školského zařízení.

d) Pokud je zajištěna podezřelá látka u dítěte, které jeví známky otravy, předá se látka, stejným způsobem uložená, přivolanému lékaři. Usnadní se to lékařskou intervencí dítěte.

2) Ohrožení zdraví žáka

a) V případě ohrožení zdraví žáka v důsledku podezření na požití omamné látky se postupuje tak, jako když žák přijde do školy s horečkou.

b) Dítě jevící příznaky užití omamné látky je odvedeno ze třídy do místnosti, kde je zajištěn dohled dospělé osoby a kde zůstane po dobu, než si pro něj přijdou rodiče nebo lékařská služba.

c) Škola kontaktuje bezodkladně rodiče žáka nebo jeho zákonné zástupce a uvědomí je o blíže nespecifikovaných zdravotních potížích žáka. Rodiče jsou vyzváni k tomu, aby si dítě co nejdříve vyzvedli ze školy, neboť je nutné lékařské vyšetření žáka.

Rodič si do školy pro dítě přijde

a) Je seznámen se zdravotními potížemi (např. zúžené/rozšířené zornice, návaly horka, potíže s dýcháním).

b) Škola apeluje na rodiče, aby s dítětem navštívil lékaře a nabídne možnosti, kde se může poradit o výchovných postupech.

c) Pedagog odkáže rodiče na odborníky na specializovaných pracovištích (PPP, SVP).

Rodič si do školy pro dítě nepřijde

a) Škola přehodnotí zdravotní stav žáka a je v kompetenci školy přivolat lékařskou službu (může jít o předávkování), rodič je o postupu školy předem informován.

Škola vyhotoví zápis průběhu celého případu a stanoví postup, jak zamezí případnému výskytu žáka pod vlivem omamné látky nebo výskytu podezřelé látky ve škole:

- Ve vnitřním řádu je uveden zákaz nošení, držení, distribuce a zneužívání návykových látek v areálu školy včetně sankcí, které vyplývají z porušení tohoto zákazu, s čímž jsou seznámeni rodiče prostřednictvím třídních schůzek (dostupnost MPP, vyzvání ke spolupráci, seznámení s konzultačními hodinami VP, ŠMP).
- Žák, který prokazatelně zneužíval omamnou látku v areálu školy a tím porušil řád školy, bude kázeňsky potrestán dle školního řádu.
- Škola co nejrychleji pozve rodiče tohoto žáka k jednání (doporučeným dopisem). Rodiče jsou seznámeni se všemi skutečnostmi případu, porušením vnitřního řádu školy, návrhem výchovného opatření, které schválila pedagogická rada. Škola doporučí rodičům žáka specializovanou pomoc odborníků. Škola vyhotoví dva zápisy z jednání, jeden obdrží rodiče, druhý zůstane ve škole. Škola nabídne rodičům pomoc – monitorování, pravidelné schůzky R + TU, ŠMP, VP.

- Žáci jsou obecnou formou seznámeni s případem a jsou upozorněni na závažnost držení, přechovávání a užívání návykové látky, a to nejen v areálu školy.
- Třída, v níž se problém objevil, bude monitorována. Budou v ní pracovat odborníci (dlouhodobý program) sekundární prevence.

3) Podezření, že žák zneužívá návykové látky

Školní metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel dle svých odborných znalostí a komunikativních dovedností:

a) Provede diskrétní šetření, pohovor s dítětem. Doporučí mu rozhovor s odborníkem, např. přes Linku důvěry, PPP, SVP. V případě možné nedůvěry ze strany dítěte k pracovníku školy je doporučena již při prvním setkání součinnost odborníků.

b) Kontaktujte rodiče. V případě negativní reakce rodičů na sdělení skutečnosti či v případě, že rodiče nezajistí pro žáka další péči, uvědomí sociální odbor (možné ohrožení zdraví dítěte).

c) V akutním případě, po průkazném zjištění zneužívání návykových látek ve škole nebo v případě, že je žák prokazatelně ovlivněn drogou (včetně alkoholu) v době vyučování, ředitel školy nebo pověřený pracovník školy:

- uvědomí rodiče a zároveň kontaktuje zdravotnické zařízení
- uvědomí OSPOD

Co dělat, když má dítě problém s alkoholem (pro PP a rodiče)

Alkohol a drogy jsou v České republice bohužel velmi snadno dostupné a v porovnání s jinými zeměmi i levné. Účinnou možností, jak zabránit nezletilým nakupovat alkohol nebo tabák v okolí školy nebo bydliště, je iniciativa spolupráce školy a místní policie ve smyslu kontroly činnosti prodejců a požívání alkoholu a drog na veřejných prostranstvích v průběhu dne.

Jak poznat, že dítě pije alkohol nebo užívá drogy?

Včasné rozpoznání problémů může předejít nebezpečným komplikacím jako jsou otravy, trestná činnost nebo rozvoj závislosti.

Přímé známky zneužívání alkoholu a jiných drog:

- Vyšetření moči nebo jiného biologického materiálu prokáže návykovou látku.

Prokazatelnost alkoholu záleží na dávce, může být od 2 hodin do 24 hodin i déle.

Vyšetření se provádí na doporučení praktického lékaře, také prostřednictvím pracovišť protialkoholických záchytných stanic. (k tomuto jsou oprávněni pouze rodiče)

- U dítěte se alkohol či droga najdou.

Nepřímé známky vysoké závažnosti:

- Dítě má přátele a známé, kteří berou drogy nebo nadměrně pijí alkohol.

- Dospívající opodstatňuje užívání drog, alkoholu, má pozitivní postoj, poukazuje na jejich „léčivé“ účinky, nepřiměřeně se věnuje studiu této problematiky.
- Krádeže ve třídě nebo v domácnosti u předtím bezúhonného dítěte (to bývá časté i u problémů s hazardní hrou).
- Útěky z domova bez zjevné příčiny, po kterých se dítě vrací ve špatném stavu.

Nepřímé znaky nižší závažnosti:

- Ztratí dobré přátele, uzavírá se do sebe nebo má pochybné starší známé.
- Dříve normální dítě začne být nezdravé, neduživé, častěji nemocné, objevují se známky úrazů, odmítá lékařské vyšetření.
- Narůstající potřeba peněz (opět se může jednat i o hazardní hry).
- Zanedbává péči o zevnějšek.
- Náhle se zhoršil prospěch ve škole, dříve nezvyklé problémy s chováním ve škole, neomluvené hodiny a pozdní příchody.
- Nespolehlivost.
- Nevolnost, zvracení. Náhlá změna jídelních návyků.
- Úzkost a deprese. Tajnůstkářství.
- Nadměrná aktivita nebo apatie či jejich střídání. Nespavost nebo nadměrná spavost.
- Náhlé zhoršení chování, konfliktnost, podrážděnost, náladovost, nervozita a agresivita, nesoustředěnost, poruchy paměti.
- Náhlá ztráta kvalitních zájmů.
- Změna vztahu k rodině.

Nespecifické známky pro jednotlivé drogy:

- Alkohol, kouření. Typický zápach z úst, který se může dítě snažit maskovat mentolovými bonbóny, ústními vodami apod.

Co udělat, zjistíme-li u dítěte problém s alkoholem nebo jinou drogou?

- ° Spolupracovat s rodinou, aby rodiče brali naše zjištění vážně, je to v zájmu dítěte. Při zvládnání tohoto problému je třeba, aby spolupracovali oba rodiče, ebeny, širší rodina.
- ° Přetrhat vazby na nebezpečnou společnost. „Kamarádům“, kteří podávají alkohol nezletilým, pohrozte podáním trestního oznámení nebo to rovnou udělejte.
- ° Pomoc a radu často potřebuje nejen problémové dítě, ale i jeho těžce zkoušené rodiče a další členové rodiny. Porad'te, aby pomoc hledali v poradně pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, v zařízení pro léčbu závislosti nebo ve svépomocné organizaci, krizových centrech.

- Jestliže dítě ukradne ve škole peníze, podejte trestní oznámení a stáhněte ho pouze v případech, že se dítě začne vážně a doopravdy léčit. Současně oceňte případné pokroky a vnímejte klady dítěte.
- Práce s dítětem, které překonává problém s alkoholem nebo jinými drogami, je časově náročná. Je dobré mít přehled o tom, kde dítě je a co dělá mimo vyučovací hodiny. Fyzické násilí se nedoporučuje, žít v dítěti pocit ukřivdění. Rozhodně však neustupujte.
- Spolupráce s odborníky, s léčebnými zařízeními zajistí vhodnou formu pomoci, může zahrnovat jen krátkou intervenci. Pokud je problém závažnější, doporučte soustavnou ambulantní léčbu nebo pobyt v terapeutické komunitě pro závislé.

Co udělat, když je dítě zjevně opilé nebo pod vlivem drog?

- Snažte se zachovat klid. Odhadněte stupeň opilosti, míru intoxikace.
- Podle možnosti zjistěte, co a kolik dítě vypilo a zda alkohol nekombinovalo ještě s jinou látkou. Pokud je jen „rozjařen“ nebo naopak mírně utlumené, ještě komunikuje a udrží rovnováhu, nechte jej vyspat ve vhodném prostoru, ale pravidelně kontrolujte jeho stav. Neprodleně uvědomte rodiče.
- rozhovor odložte na následující den, až bude dítě střízlivé. S dítětem pod vlivem alkoholu nemá smysl konverzovat nebo diskutovat. Zeptejte se pak, za jakých okolností se opilo a proč. Jasně mu řekněte, že s jeho pitím nesouhlasíte a vysvětlete mu srozumitelně, ale krátce důvody. Pokud jste mu to říkali již dříve, zopakujte to. Zdůrazněte, že máte námitky proti jeho chování, ne proti jeho osobě. Při rozhovoru nekřičte!
- Argumenty dítěte vyslechněte, ale nenechte sebou manipulovat.
- Pokud jste tak už neučinili, stanaovte dítěti jasná pravidla týkající se alkoholu. Porušení těchto pravidel má mít jasné, přiměřené důsledky, dítě musí vědět, co se stane, když pravidla poruší.
- Buďte naprosto důslední v dodržování dohodnutých pravidel. Nehrozte ničím, co nejste schopni nebo co nechcete splnit.
- Není dobré, aby se prohřešek stále připomínal. Nevhodná parta a alkohol by se mohly stát pro dítě o to lákavějšími.

Kdy je třeba neprodleně vyhledat lékaře nebo se obrátit na lékařskou první pomoc?

- Když je dítě bezvládné, nedá se probudit, upadá do bezvědomí, případně se chová výrazně nepřiměřeně, hrozí těžká otrava.
- Jestliže došlo k úrazu hlavy, vdechnutí zvratků nebo jiným komplikacím.
- Jestliže účinek drogy odezněl, ale přetrvávají psychické problémy, dítě vyhrožuje.

° Vždy je nutné uvědomit rodiče současně se zavoláním pomoci!!

Pokud se opilost opakuje nebo při podezření, že dítě zneužívá jiné návykové látky:

- Doporučit rodičům, aby s dítětem vyhledali odbornou pomoc. Je chybou brát ohledna to, „co by tomu řekli ...“, „aby se ro nedozvěděli ...“ atd. Zastírání a popírání problému situaci neřeší, ale komplikuje.
- Vyhledat pomoc není projevem slabosti nebo toho, že se výchova nezvládá. Naopak je to důkaz pedagogické profesionality, u rodičů zralého rodičovství. Vhodné je konzultovat stejný problém na více pracovištích. Neškodí vyslechnout více názorů.
- Důležité je také získat informace od spolužáků nebo „kamarádů“, se kterými se dítě stýká.
- Vždy trvejte na konkrétních krocích, nespokojte se s mlhavými sliby. Takovým konkrétním krokem je dobrá spolupráce v léčbě, to, že se dospívající rozejde s partou, že věnuje více času studiu apod.

Co poradit rodičům, jak jednat s dítětem – slova povzbuzují, příklady táhnou!

- ° S dítětem nebo s dospívajícím je třeba trávit přiměřeně času.
- ° Naučte se dítěti naslouchat, snažte se porozumět tomu, co vám říká nejen slovy, ale i výrazem tváře nebo tónem hlasu. Povzbuzujte dítě, aby s vámi mluvil. Zkuste vždy vyjádřit to, co vám dítě řekne, vlastními slovy a zeptejte se ho, jestli to tak skutečně myslelo.
- ° Dávejte si pozor na vlastní reakce, které by si dítě mohlo vykládat jako posměch nebo odmítnutí. Pomáhá naopak vřelost a respekt.
- ° Posilujte zdravé sebevědomí dítěte, při vhodné příležitosti ho chvalte, učte ho zdravému sebevědomí.
- ° Zdůrazněte dítěti, že jste za něj právně zodpovědní. Máte právo a povinnost kontrolovat, kde dítě je, co dělá a s kým se stýká.
- ° Vřelost je třeba spojit s pevností a prosazováním rozumných pravidel, zejména co se týče nepřijatelnosti alkoholu a drog. Jestliže dítě pravidlo poruší, mělo by nést přiměřené následky, např. snížení nebo pozastavení kapesného, domácí vězení, zákaz návštěvy riskantních večírků nebo koncertů.
- ° Trvejte na plnění smysluplných povinností v domácnosti a dejte dítěti najevo, že jeho pomoc oceňujete a potřebujete.
- ° Zásadně dodržujte pravidlo „Žádný alkohol nezletilým“. Nedovolte ani netolerujte dětem pít doma, a to ani při rodinných oslavách, svátcích a jiných výjimečných příležitostech, na školních akcích. Nenechávejte doma volně přístupné alkoholické nápoje, zejména otevřené.

- ° Neposkytujte dítěti nadměrné finanční částky, aby se tak nestalo přitažlivým pro špatné „kamarády“.
- ° Buďte dítěti příkladem. Nekuřte. Pijte s rozumem, neopíjejte se, nikdy neřid'íte automobil podnapilí. Důležité je ukázat, že nad pitím máte kontrolu, že se dovedete bavit bez alkoholu. Pokud máte s dodržením těchto pravidel problémy, obraťte se na odborníky – prospějete sobě i dítěti a ukážete mu, že východisko ze závislosti existuje, že závislosti se lze zbavit.
- ° Buďte připraveni o alkoholu a ostatních drogách diskutovat, opatřete si potřebné informace (www.plbohnice.cz/nespor, www.muweb.cz/veda/nespor, www.drogy-info.cz).
- ° Při výchově spolupracujte s dalšími členy rodiny. Nejdůležitějším spojencem bývá druhý rodič dítěte. I rozvedené rodiče by při výchově měli spolupracovat, dohodnout společný postup nebo se alespoň informovat, dítě má tendenci rozporů zneužívat.
- ° Problémy se vyskytují v každém manželství a v každé rodině, ale dobře fungující rodiny umějí problémy řešit. Pokud byste na rodinné problémy nestačili sami, obraťte se na poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy – pracují ve všech větších městech.

9. PRVNÍ POMOC PŘI UŽITÍ DROGY

Než se dostaneme k zásadám první pomoci, je dobré vědět, že:

Opiáty (heroin, braun, morfium) působí tlumivě (zpomalené dýchání, motorika), v kombinaci s alkoholem nebo při předávkování pak intoxikovaný upadá do spánku, který může přejít v kóma, následně ve smrt (v důsledku zástavy dechu a krevního oběhu).

Stimulační drogy (pervitin, amfetamin, kokain, extáze) vyvolávají spíše neklid, chování po předávkování je častokrát chaotické, bezúčelové, objevují se masivní pocity strachu a úzkosti, často může docházet ke krátkodobým stavům bezvědomí.

Halucinogeny (lysohlávky, LSD, durman, hašiš) jsou ve svých účincích velmi nepředvídatelné. Při předávkování nastávají halucinace (zrakové, sluchové, čichové), které může intoxikovaný vnímat pozitivně, ale často se stává, že v důsledku ztráty kontaktu s realitou a prohloubením halucinací dochází k negativním pocitům, objevují se hlavně úzkost a panický strach.

Psychologická první pomoc při nezvládnání průběhu intoxikace po požití některého z halucinogenů či jiných drog

- Zamezit dalšímu požití drogy, pokud možno zjistit její druh (popř. zdali neužil nějakou další drogu).
- Nenechat intoxikovanou osobu prochládnout.
- Zajistit dostatek tekutin (avšak řídit se přáním intoxikovaného, do ničeho ho nenutit).

- V žádném případě nenechat intoxikovaného ani na okamžik o samotě!! Snažit se zabránit zranění či úmyslnému sebepoškození (v důsledku bouřlivého psychického prožívání může dojít až k pokusům o sebevraždu).
- Chovat se klidně, maximálně přirozeně a nenuceně.
- Co nejvíce s intoxikovaným hovořit, nenechat ho „propadnout se“ do vnitřních prožitků; neustále jej vracet zpět do reality a ujišťovat ho, že vše nepříjemné brzy pomine. Je dobré s ním chodit, můžete mu opláchnout obličej studenou vodou.
- Veškerá komunikace (verbální i neverbální) musí být jasná a jednoduchá. Měla by reagovat co nejvíce na aktuální stav a požadavky intoxikovaného.
- V přítomnosti intoxikovaného nehovořit s žádnou jinou osobou tak, aby tomu nemohl intoxikovaný porozumět (mohl by nabýt dojmu, že se něco děje „za jeho zády“, což by mohlo vést k prohloubení úzkosti).
- Snažit se stále projevovat blízkost a sounáležitost (ne lítost!), zejména při úzkostných či depresivních stavech.
- V žádném případě nepřipomínat intoxikovanému jeho minulé nebo současné osobní problémy.

První pomoc při předávkování

Příznaky předávkování:

- ztráta barvy v obličejí
- problémy s motorikou (potíže pohybovat se a stát)
- obtížná artikulace, neschopnost mluvit
- nepřekonatelná únava, usínání za chůze
- nevolnost, zvracení
- ztráta vědomí

Co dělat s předávkovaným:

- snažit se ho udržet při vědomí (mluvením, chozením ...)
- pokud ztratí vědomí, zkusit ho profackovat, štípnout, postříkat studenou vodou
- pokud se neprobral, zjistit, zda dýchá (přiložením dlaně, zrcátka či kovového lesklého předmětu před ústa; známkou zástavy dechu může být i promodráání okrajových částí těla, špičky nosu, okrajů ušních boltců), zjistit puls (nejlépe krční tepna)
- pokud postužený dýchá a má hmatný tep, uložit ho do stabilizované polohy na boku a volat 155
- pokud nedýchá, volat 155 a začít s umělým dýcháním a masáží srdce

Umělé dýchání z úst do úst:

- položit postiženého na záda na pevnou podložku
- zajistit průchodnost dýchacích cest, odstranit případné překážky
- zaklonit postiženému hlavu tak, aby ústní otvor a dýchací trubice byly pokud možno v jedné rovině
- palcem a ukazovákem levé ruky stlačit jeho nosní dírky
- pravou rukou otevřít postiženému ústa
- zhluboka se nadechnout a široce otevřenými ústy rekrýt ústa postiženého
- vydechnout do úst postiženého (lze pozorovat, jak se zvedá hrudník)
- pokud není možné provést dýchání z úst do úst, je možné použít dýchání z úst do nosu

Masáž srdce:

- pokud postižený leží na zádech na pevné podložce, najít na jeho prsní kosti místo na hranici jeho střední a dolní třetiny
- rytmicky kolmo dolů stlačovat hrudník oběma rukama (asi 5 cm)
- poměr vdechů k srdeční masáži je u jednoho zachránce 2 : 15, u dvou zachránců 1 : 5

10. METODICKÉ DOPORUČENÍ POSTUPU PO ZJIŠTĚNÍ KUŘÁCTVÍ U ŽÁKŮ **(Ústav preventivního lékařství, MUDr. Hrubá)**

I) Preambule

Kouření dětí a mladistvých je v současné době pokládáno obvykle za určitý druh přestupku proti psaným či nepsaným pravidlům (školní řád, pravidla chování v rodině). Mnoho dětí vyrůstá v kuřáckých rodinách a mívá kouřící učitele: jim nejbližší dospělé osoby, kterým důvěřují, jsou jejich vzorem a přitom trestají děti za to, že se jim chtějí podobat a že jejich chování přirozeně napodobují.

Jako přestupek lze posuzovat kouření nanejvýš u dětí, které občas s cigaretou experimentují. U pravidelných kuřáků může být příčinou tohoto jejich chování již vytvořená závislost na nikotinu a kouření. Proto nejsou na místě jen různé formy kázeňských trestů, ale je nutná i odpovídající léčba závislosti.

Adekvátní reakce na kouření dětí je vysoce aktuální z několika důvodů:

- kouření je významným rizikovým faktorem mnoha závažných onemocnění, kuřákům zkracuje život o 20 až 25 let
- riziko poškození zdraví je významně vyšší u kuřáků, kteří začali pravidelně kouřit před dosažením úplné biologické zralosti, tj. před 25. rokem života
- většina pravidelně kouřících dětí kouř inhaluje a je exponována škodlivinám z hořících tabákových výrobků
- závislost na nikotinu je heroinového a kokainového typu a u dětí se rozvíjí rychleji než v dospělosti
- mnozí mladiství kuřáci jsou již závislí na nikotinu, a proto potřebují adekvátní léčbu
- na rozdíl od dospělých jsou mladiství kuřáci obvykle výrazně méně motivováni k zanechání kouření a závislost na kouření si nepřipouštějí

II) Doporučení pro školu

Pokud pedagog zjistí, že žák kouří, měl by:

- zjistit v klidném pohovoru někde v soukromí, zda jde o náhodný pokus nebo zda je žák již pravidelným kuřákem (tj. kouří minimálně každý týden alespoň jednu cigaretu)
- sdělit pravidelnému kuřákovi, že by mohl být závislý na nikotinu a že proto bude nutno vyhledat pomoc odborníka
- informovat rodiče o podezření na kuřáckou závislost dítěte a doporučit vyhledání odborné pomoci (v poradně pro odvykání kouření, v pedagogicko-psychologické poradně, u ošetřujícího lékaře)
- požádat odborníky z poraden pro odvykání kouření o spolupráci se školou v případě, že pravidelné kuřáctví dětí není jen ojedinělým jevem
- obecně informovat rodiče o záměru školy přistupovat ke kuřáctví žáků jako ke zdravotnímu problému a požádat je o pomoc a spolupráci; upozornit, že bagatelizování tohoto problému by mohlo být hodnoceno jako zanedbání povinné péče a ohrožení mravní výchovy
- snažit se zajistit ve škole nekuřácké prostředí a vyzvat k tomu i rodiče

11. PATOLOGICKÉ HRÁČSTVÍ

Je definováno jako porucha spočívající v častých opakovaných epizodách hráčství, které dominují v životě člověka na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a

závazků. K rizikovým skupinám patří především děti a mladiství, muži, nezaměstnaní. Patologické hráčství někdy nazývané jako gambling spadá do skupiny tzv. návykových a impulsivních poruch, které jsou charakterizovány třemi základními znaky:

- 1) Neschopnost odolat impulsu, pokušení, přestože člověk ví, že jeho jednání je nežádoucí, gambler nedokáže odolat hře, není schopen přestat.
- 2) Tomuto jednání předchází postupně narůstající napětí, které nelze snížit jinak, než určitým činem – vnitřní napětí se sníží, když začne hrát.
- 3) Jednání je spojeno s pocitem uspokojení, gambler prožívá příjemné vzrušení, jehož intenzita je přímo úměrná výši hazardu, riziku ztráty.

Podstatné rysy patologického hráčství:

- člověk hraje častěji a hazardní hra mu zabírá čas, který by mohl trávit mnohem užitečněji a příjemněji
- zanedbává školu, práci, rodinu, přítele a dobré zájmy
- začne lhát, podvádět, někdy i krást, kdyby však nebylo hry, něco podobného by neudělal
- ve vztahu ke hře se špatně ovládá
- pokračuje ve hraní i tehdy, když je v jasném rozporu s jeho zájmy

Příčiny vzniku patologického hráčství:

- stresová situace, která vyvolává únikovou aktivitu (hraní)
- nabídka hry jako spouštěcí podnět
- osobní vlastnosti

Závislost na hře vzniká ve třech fázích:

- 1) Fáze výher občasné hraní s fantazií o veliké výhře, přehnaný optimismus, zvyšování sázek, zvyšování frekvence hraní, přechod k osamělé hře, chlubení se neskutečnými výhrami
- 2) Fáze proháravní zde již jde o patologické hráčství, projevuje se neschopností přestat s hrou, ztrátou kontroly nad svým chováním, skrýváním hry před rodinou, půjčováním peněz, odklady splátek dluhů, neklidem, podrážděností, uzavřeností, zanedbáváním zdraví, problémy v rodině, zaměstnání
- 3) Fáze zoufalství odcizení rodiny, přátel, popírání vlastní zodpovědnosti, obviňování druhých, trestná činnost, rozpad rodiny, úvahy o sebevraždě, suicidální pokusy

12. ZÁVISLOST NA POČÍTAČÍCH A POČÍTAČOVÝCH HRÁCH

Protože se jedná o poměrně nový fenomén, neexistují ještě spolehlivé studie, které by prokázaly, že počítače a počítačové hry mají skutečně negativní vliv na lidskou psychiku. V současné době se nejvíce diskutuje především o škodlivosti počítačových her, které obsahují prvek násilí. Největší riziko spočívá v jevech, které probíhají při hraní her.

Jedná se o:

Observační učení

Jde o imitaci agresivního chování, které se může stát součástí kognitivní výbavy dítěte a stát se určitým modelem. Dítě, které se pak ocitne v podobné situaci, může použít způsob chování shodný s dříve utvořeným modelem.

Snížení sebekontroly

Sledování násilného chování může vést k postupnému odstraňování „filtru“ kontroly a chápání násilí jako adekvátního způsobu řešení problémové situace. Agresivní chování pak dítě chápe jako morálně oprávnitelné, protože oběť si toto jednání zaslouží.

Identifikace s agresorem

Dítě se chová tak, aby se pokud možno co nejvíce přiblížilo svému vzoru – hrdinovi hry. Za zvlášť nebezpečné hry lze považovat takové, které představují svět s odlišnými pravidly a vzorci jednání, než jaké jsou běžné v reálném životě. Postava může pro dítě představovat ideál nadaný neuvěřitelnými schopnostmi či velkou mocí a prostřednictvím identifikace s tímto ideálem dítě alespoň symbolicky dosahuje toho, co je pro něj ve skutečnosti nedostupné a uspokojuje tak své vnitřní potřeby po uznání, síle a moci.

Desenzitizace

Pokud dítě pozoruje násilí příliš často, může to vést k znecitlivění vůči agresivitě a k přijetí agresivního chování jako normy. Příčinou závislosti bývá často nedostatek pozornosti rodičů. Počítačová hra je vysoce interaktivní, může tedy do jisté míry suplovat komunikaci s rodiči. Kromě toho lze počítačovou hru označit i za socializační prostředek. Hra dítěti na svých postavách předvádí, jak řešit určité situace. Počítačové hry tedy prezentují modely chování a nezanedbatelná část z nich svým obsahem nabízí symbolické agresivní vzory, které vybízejí k napodobení. Je ale možné, že závislost či nadměrné užívání počítače se objeví i u dítěte, které žádným nedostatkem pozornosti ze strany rodičů netrpí, má ale z nějakého důvodu problémy v komunikaci s vrstevníky.

Počítačové hry obsahující násilí nejvíce ohrožují děti školního věku, asi do 12 let a to z toho důvodu, že ještě dobře nedovedou odlišit reálnou a symbolickou rovinu zobrazovaného

obsahu. Odborníci podtrhují rozdíl mezi reálným a „hravým“ světem tzv. kyberprostorem. Ten se stává pro člověka něčím, co nahrazuje snění a člověk, který je na něj zvyklý, po delší době může pociťovat něco jako spánkovou deprivaci. Rozlišit hranici mezi koníčkem, zvýšeným užíváním a závislostí je velmi obtížné, už i proto, že na počítači nevzniká závislost fyzická, ale „jen“ psychická. Za hlavní příznaky závislosti jsou u dětí uvedeny stav transu při hraní hry, vzpírání se rodičovským zákazům hraní, neschopnost dodržvat časový limit určený rodiči pro tuto činnost.

K dalším příznakům patří:

- méně vykonané práce
- pocit prázdnoty, když člověk není u počítače
- ztráta kontroly nad časem stráveným u počítače
- rostoucí nervozita a neklid, když delší dobu nemůže hrát
- brzké vstávání k počítači nebo ponocování u počítače
- přemýšlení o počítači, když ho zrovna nepoužívá
- kradení peněz na nákup her
- stále více a více času potřebného k uspokojení ze hry
- lhaní o své závislosti
- hraní kvůli úniku od osobních problémů
- rozhádanost s rodinou
- zanedbávání učení
- dítě si hraje venku méně rádo než dříve
- zanedbávání přátel
- nedívá se na oblíbené pořady v televizi
- zhoršují se školní výsledky

Jak předcházet závislosti na počítačových hrách:

- sledovat, jaké hry děti hrají
- hrát hry spolu s dětmi a potom si o nich povídat
- stanovit striktní limity, kdy dítě může hrát a kdy ne
- dávat pozor, aby dítě nehrálo hry u kamarádů
- zjistit, zda dítě hraním her neutíká od nějakých problémů
- při hraní nutit dítě, aby si po určité době udělalo přestávku, během ní mluvit o hře
- podporovat dítě v jiných zájmech

- předcházet tomu, aby se dítě nudilo
- posilovat zdravé sebevědomí dítěte

Je však nutné si uvědomit, že hry mají i **kladné stránky**, některé hry umožňují tříbit logiku, postřeh, schopnost orientace ve složité situaci, mohou rozvíjet koordinaci rukou a očí, koncentraci, plánování a další schopnosti. Důležitý je výběr her a především podporování schopnosti dobře odlišit hru od skutečnosti.

13. MENTÁLNÍ ANOREXIE A MENTÁLNÍ BULIMIE

Jsou onemocnění, která bývají souhrnně označována jako psychogenní poruchy příjmu potravy. Tto onemocnění mají mnohé společné rysy, především poruchy myšlení a jednání ve vztahu k jídlu a k proporcím vlastního těla. Dívky trpí těmito onemocněními výrazně častěji než chlapci.

Pro nemocné **mentální anorexií** je typický chorobný strach z tloustnutí, omezování až odmítání jídla (chybí však pocit uspokojení z hmotnostního úbytku), které vede ke ztrátě chuti k jídlu a pocitu hladu, používání různých podpůrných prostředků ke snížení váhy (projímadla, zvýšená fyzická zátěž apod.), narušené je vnímání vlastního tělesného schématu (myslí si, že jsou tlustší, než objektivně jsou).

Pro nemocné **mentální bulimií** je charakteristická rychlá konzumace velkého množství potravy v malých časových intervalech, která je ukončena úmyslně vyvolávaným zvracením. Časté jsou hmotnostní výkyvy větší než 5 kg, způsobené střídáním stavů přejídání a hladovění. Objevuje se také depresivní nálada a sebeodsuzování. Neustálé zabývání se jídlem (jeho nakupováním, konzumací a zvracením) vede v důsledku k narušení dosavadních sociálních kontaktů.

Příčiny těchto onemocnění jsou jak individuální (typické rysy osobnosti – např. přehnaná touha po dokonalosti, zvýšená sebekontrola, snaha přizpůsobit se očekávání druhých, chudší vyjadřování emocí, obava z přijetí sekundárních pohlavních znaků a vlastní sexuality), tak rodinné a sociokulturní. Ze sociokulturních vlivů vystupuje do popředí touha po štíhlosti determinovaná módními trendy (prostými výpočty lze zjistit, že modelka v současné době váží asi o 23 % méně než průměrná žena). V prototypu úspěšného a zdravého člověka, který je prezentován médií, je téměř vždy obsažen aspekt štíhlého těla. Velice snadno potom vzniká dojem, že štíhlý = krásný, zdravý, mladý, oblíbený, úspěšný. Mezi rodinné faktory ovlivňující vznik onemocnění patří především výchova orientovaná na výkon nebo výchova nadměrně ochraňující, kontrolující, problematický vztah mezi rodiči, nedostatečná schopnost členů

rodiny vyjadřovat přímo emoce, přehnaná zaměřenost jednoho nebo obou rodičů na tělesnou hmotnost (jídlo a jeho omezování je doma častým tématem). Navenek působí tyto rodiny jako stabilní, obtíže se objevují až v období, kdy dítě dospívá a začne se od rodiny osamostatňovat.

Léčba nemocných s poruchami příjmu potravy je obtížná a zdlouhavá, výjimkou není chronický průběh onemocnění a asi 10 % onemocnění končí smrtelně. Nejčastější formou léčby je hospitalizace, obvykle na psychiatrickém oddělení. Cílem léčby by však neměl být pouze váhový přírůstek, ale změna prožívání. Nezbytná je také terapeutická práce s celou rodinou.

Jak předcházet vzniku poruch příjmu potravy u dětí?

- Neodměňujte dítě pomocí jídla, místo sladkostí můžete nabídnout za odměnu jiné věci nebo činnosti.
- Nenuťte dítě vždy dojídat vše, co je na talíři. Učte ho, že množství jídla, které sní, závisí především na jeho potřebách a pocitech hladu či sytosti a ne na úsudku někoho jiného.
- Zamyslete se nad tím, jak tělesná hmotnost ovlivňuje vaše sebevědomí a vztah k vlastnímu tělu. Poučte děti o základních sexuálních rozdílech, fyzickém vývoji a různých tělesných typech a také o tom, jak škodlivé může být vytváření předsudků vůči určitému typu.
- Zkoumejte do hloubky své sny, cíle a požadavky, které kladete na své blízké. Dáváte velký důraz na fyzickou krásu? Vyvarujte se výroků typu: „Když zhubneš, budeme tě mít víc rádi“. „Nejez moc, budeš se víc podobat modelkám z časopisů“. „Snaž se vejít do užších šatů ...“ apod.
- Naučte se povídat si s dětmi o následujícím:
 - jak je nebezpečné držet diety
 - jak je důležité jíst pestrou a vyváženou stravu v pravidelných denních dávkách
 - Vyhýbejte se rozdělování jídel na dobrá a bezpečná – tzn. netučná a nízkokalorická a špatná a nebezpečná – tzn. tučná nebo vysokokalorická. Snažte se být dobrým vzorem pro své dítě v oblasti stravování, cvičení a přijímání sebe sama.
 - Dbejte na to, aby oblečení dítěte bylo pohodlné a nezdůrazňovalo nedostatky jeho postavy.
 - Pomozte dětem bránit se vlivu médií propagujících tělesnou krásu spojenou s vyhublostí. Nejen štíhlé tělo může být přitažlivé a krásné.

- Poučte chlapce o tom, jak důležité a mocné jsou jejich názory na ženskou krásu a jaký mohou mít jejich výroky vliv na dívčí sebevědomí.
- Povzbudte děti k tomu, aby byly aktivní pro radost a nezapomínaly se zbytečně počtem přijatých a vydaných kalorií (samozřejmě pokud to není doporučeno lékařem ze zdravotních důvodů).
- Snažte se zvýšit sebedůvěru dětí i v jiných oblastech než je fyzický vzhled (škola, sport, kultura, koníčky). Dávejte stejnou šanci, možnosti a povzbuzení dětem obou pohlaví. Kladné přijímání sebe sama je nejlepším lékem proti nesmyslným dietám a špatným stravovacím návykům.

14. ŠIKANANA

Docent PhDr. Pavel Říčan používá definici předních britských badatelů. „**Šikanování říkáme tomu, když jedno dítě nebo skupina dětí říká jinému dítěti ošklivé a nepříjemné věci, bije je, kope, vyhrožuje mu, zamyká je v místnosti a podobně. Jako šikanování mohou být označeny také opakované posměšky nebo ošklivé poznámky o rodině**“. Jiná definice chápe šikanování jako **agresivní jednání uskutečňované s cílem získat pocit převahy a určité výhody prostřednictvím fyzického a psychického týrání druhých lidí**. Šikanování tedy není běžným projevem, jde o určité vychýlení z přijatých norem společenského typu.

Šikana – to je nemoc, nemoc toho, kdo šikanuje. Je to nemocné – tedy **patologické chování**. Většina projevů šikany naplňuje skutkovou podstatu trestných činů. Při posuzování toho, co je a není šikana, musíme mít na zřeteli především to, jak uvedené projevy působí na toho, komu jsou určeny, tedy na oběť šikany. Důležitým znakem šikany je **nepoměr sil** mezi agresorem a obětí. U šikany je typickým znakem samoučelnost převahy agresora nad obětí. To odlišuje šikanu od běžných „šarvátek“ mezi spolužáky. **K tomu, abychom mohli hovořit o šikaně, musí existovat agresor, oběť a prostředí, ve kterém se šikana uskutečňuje. Šikanování je velice závažný, společensky nebezpečný jev, ohrožující oběť fyzicky, ale zejména psychicky. To jsou důvody, proč nesmíme šikanu přehlížet nebo zlehčovat**. Šikanování je nutno chápat jako poruchu vztahů a to nejen mezi agresorem a obětí. Šikana se nikdy neděje ve „vzduchoprázdnu“. Vzniká tam, kde existují ve skupině nezdravé vztahy, kde je silná diferenciace na silné a slabé. Problém šikany tedy nelze léčit jako problém vztahu mezi agresorem a obětí, aniž bychom léčili celou skupinu. To je jedna z nejčastějších chyb, ke které při řešení problému šikany dochází.

Dr. Kolář člení **vývoj šikany** ve skupině do možných **5 stádií**:

1. stádium

Jedná se o etapu vzniku počátků šikany. Stačí, aby se ve třídě objevily méně oblíbené děti, obětní beránci, černé ovce, outsideri. Takové děti se mohou dostat na chvost skupiny a mohou začít zakoušet první, sice mírné, převážně psychické formy násilí. Jsou to různé legrácky, intriky, pomluvy. Ostatní se s ním nebaví, odstrkují jej, povyšují se nad ním, baví se na jeho účet. Takové dítě začíná přijímat roli utlačovaného, odstrkovaného a nedokáže se účinně bránit. První stupeň je velice těžko pozorovatelný. Učitel by měl mít pro tyto projevy vytríbený cit a měl by umět rozlišit vtip od zlého úmyslu. Rodiče se většinou o těchto projevech nedozví, mohou však vyzorovat, že se mění chování dítěte.

2. stádium

Je charakteristické tím, že psychický nátlak přerůstá ve fyzickou agresi, přitvrzuje se manipulace s obětí. Agresor v této etapě vstřebává zážitek, jak chutná moc, jaké uspokojení mu přináší to, když bije, týrá, ponižuje. Nereaguje-li v tomto stádiu pozitivní jádro skupiny, neexistují-li kamarádské vztahy, záporný vztah k násilí, pozitivní morální vlastnosti, pak dochází k prolomení posledních morálních zábran a šikana se rozjíždí ve větším rozsahu.

3. stádium

Je prakticky rozhodující. Existuje stále možnost vzniku silné pozitivní skupiny, která by oslabila vliv tvořícího se „úderného jádra“. Pokud tato silná pozitivní skupina nezasáhne, pak tažení tranů přechází do dalších fází. K agresorům se přidávají další jednotlivci. Snadným cílem tohoto „úderného jádra“ budou stále ti nejslabší, nejnižší postavení.

4. stádium

Šikana se rozjíždí v plném rozsahu. Působení agresorů je tak silné, že jejich normy přejímá celá skupina. Klást odpor v této fázi se již nedá. I mírní a ukáznění žáci se začínají chovat krutě, aktivně se zúčastňují týrání spolužáka. Také oni prožívají pocit uspokojení z ponížení, bolesti a útrap toho druhého, slabšího. Dělají to proto, aby oni sami se nestali tím týraným. Vliv pedagogů na chování takové skupiny je minimální, případně zprostředkovaný přes „vůdce-kinga“.

5. stádium

Zpravidla se na ZŠ nestačí vytvořit, je to spíše záležitost SŠ, výchovných ústavů a věznic. Jeho charakteristickým znakem je to, že agresori jsou chápáni a uznáváni jako vůdci, nadlidi, otrokáři apod. Oběti jsou vnímány jako poddaní, otroci. Vůdce tyranů zaujímá vedoucí místo, rozhoduje o všem, co se ve skupině děje. Oběť v tomto stádiu utíká do nemoci, má mnoho absencí, často i neomluvených, vyhýbá se škole a v nejhorším případě končí psychickým zhroucením nebo pokusem o sebevraždu.

Typy iniciátorů šikanování:

1. typ Hrubý, primitivní, impulsivní

se silným energetickým přetlakem, kázeňskými problémy, narušeným vztahem k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností.

Vnější forma šikanování:

šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanování cíleně k zastrašování ostatních

Specifika rodinné výchovy:

častý výskyt agrese a brutality rodičů; jako by agresori násilí vraceli nebo napodobovali

2. typ Velmi slušný, kultivovaný

narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuálním smyslu

Vnější forma šikanování:

násilí a mučení je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků

Specifika rodinné výchovy:

časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky

3. typ Srandista

optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný

Vnější forma šikanování:

šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, patrná snaha vypíchnout „humorné“ a „zábavné“ stránky

Specifika rodinné výchovy:

nezaznamenána žádná specifika; pouze v obecnější rovině je přítomna citová subdeprivace a absence duchovních a mravních hodnot v rodině

Minitesty

Neplatí, že obětí se stávají jen některé děti. Naopak, obětí se může stát každé dítě, normálně vyvinuté, klidné, přemýšlivé, snaživé, fyzicky přiměřeně vyspělé. Stejně tak neomlouváme a nepřehlídíme projevy, které mohou vést k tomu, že se z dítěte stane agresor. Uvedené znaky nechápejme tak, že se jejich nositel stane automaticky agresorem nebo obětí. Jsou však významným signálem, který při vhodných podmínkách a odpovídající situaci, může dostat dítě do role agresora či oběti.

A) Agresor – dítě (ano – ne)

- je zlomyslné
- je impulsivní, nepřiměřeně podrážděné
- často je náladové
- bývá nevraživé, sprosté
- časté jsou u něho projevy zuřivosti, vzteku
- vyžaduje obdiv, chce být středem pozornosti
- má velikáčské tendence
- doma i ve škole má časté kázeňské problémy
- je závistivé
- těžko se přizpůsobuje
- nerado řídí společenské normy
- je hrubé, surové
- má sklony bezdůvodně ničit věci
- je u něj narušen vztah k autoritě
- dává často najevo svou sílu, fyzickou i psychickou převahu
- mezi dětmi se bezohledně prosazuje
- rád zdůrazňuje své přednosti
- touží být mocné
- rádo ovládá druhé
- je kruté ke zvířatům
- je kruté k jiným dětem
- často vyvolává rvačky
- má sklony okrádat mladší a slabší
- vyhledává činnosti spojené s rizikem
- zapojuje se do skupin, kde vládne násilí a jsou sklony k trestné činnosti
- dělá rádo věci, které druhým vadí
- rádo vyhledává v televizi a filmu násilí
- toto násilí prožívá se zaujetím
- má pocit uspokojení v situaci, kdy vidí utrpení druhého
- těžko vyjadřuje své city
- těžko se vžívá do pocitů druhých
- na kritiku reaguje nepřiměřeně
- má sklony násilně řešit konflikty

- fyzicky napadá druhé, i když nejde o sebeobranu
- omezuje druhé v jejich projevech a jednání
- využívá druhých pro své cíle

Pokud v odpovědích převažuje ano, pak byste neměli otálet a pokusit se změnit vše, co se změnit dá. Pomoci mohou Střediska výchovné péče či Pedagogicko-psychologické poradny. Dokážeme-li zastavit agresi v dětském věku, máme naději, že snížíme nebo zastavíme riziko kriminalizace v dospělosti. Bude-li tomu naopak, dítě zjistí, že krutost se vyplácí, je-li nepotrestána, jeho brutalita a agresivita poroste.

B) Oběť – týrané dítě (ano – ne)

- dítě dává najevo své přednosti výrazně, často i nevhodně
- viditelně zvýrazňuje svůj vřelý vztah k některému učiteli
- odlišuje se výrazně od třídy svou inteligencí (kladně i záporně)
- výrazně se odlišuje svými projevy
- snaží se vetřít do přízně silnějších
- obléká se jinak než ostatní
- je výrazně obézní
- je tělesně slabé, má malou fyzickou sílu
- je tělesně neobratné
- má tělesný handicap nebo vzhledovou vadu
- těžko snáší fyzický střet
- není schopno se ubránit před případným napadením
- má obavy z měření sil
- vyhýbá se tvrdším sportům (hokej, kopaná apod.)
- podceňuje své schopnosti, výkony
- je nešikovné
- nedokáže se vzepřít ústrkům
- nedokáže přijmout běžné škádlení či postrkování
- je viditelně bojácné
- je plaché
- je výrazně citlivé
- mezi vrstevníky se projevuje nevýrazně
- těžko se prosazuje

- těžko navazuje kontakt s vrstevníky
- nemá kamarády, je osamělé
- má nízké sebevědomí
- je zamlklé, neprůbojné
- nesnáší posměch
- často pociťuje zahanbení
- není schopné vzbudit sympatie dětí či dospělých
- nedokáže poskytnout citovou odezvu
- je příliš sebekritické
- snadno propadne panice a malomyslnosti
- se svými pocity se těžko svěřuje i svým rodičům

V případě, že převažuje ano, je potřeba jednat, dokud je čas. Šikana v prvních stádiích se většinou těžko pozná, ale stopy, které zanechá na dítěti, bývají hluboké a často i trvalé. Pro dítě, které je šikanováno, je ještě těžší přiznat se. Svěřit se, že mě někdo týrá, ubližuje mi, ponižuje mě. Přiznat se, že jsem tak slabý a nedokážu se ubránit, nemít pocit, že žaluji ... to opravdu každý nedokáže překonat a raději trpí. A bohužel i v této, pro dítě velmi těžké situaci, se najdou rodiče, kteří problém bagatelizují, dítě zesměšní a odradí slovy „Něco musíš vydržet, tak se braň, mně taky nikdo nepomůže“ apod. Ztráta jediné naděje dítěte často bývá tím posledním, co může dítě před úplným zhroucením potkat. Důležité v této situaci bude i to, na jaké úrovni v rodině či škole probíhá vzájemná komunikace, zda dítě někomu důvěřuje a ví, že jej dotyčný vyslechne a pomůže mu.

Linie agresor

Postihy agresorů: - individuální domluva
 - jednání s rodiči

Struktura pohovoru:

- seznámení rodičů s problémem, který jsme zjistili a projevy chování u jednotlivého konkrétního dítěte (agresora)
- jaký postoj zaujímá škola k těmto nevhodným a nežádoucím projevům chování
- vyjádření rodičů
- možná navrhovaná řešení ze strany rodičů, možnosti řešení pro nápravu chování u svého dítěte (agresora), aby se situace zlepšila, možnost spolupráce se školou
- seznámení rodičů s konkrétními možnými řešeními, které navrhuje škola

- domluvit se na časovém horizontu (z hlediska nápravy chování u agresora)
- zpětná kontrola (zda se situace zlepšila)
- nezapomenout upozornit rodiče na další výchovná opatření, pokud tato přijatá opatření nepomohou

Rodiče jednotlivých agresorů by měli být zváni na jednání ve škole písemnou formou (nejlépe ředitelem školy) a mezi jednotlivými jednáními s rodiči by měla být časová proluka. Z tohoto jednání by měl být proveden zápis, který bude obsahovat datum, strukturu jednání, závěr (na čem jsme se dohodli), podpisy všech zúčastněných a hlavně souhlas rodiče, že byl o celé záležitosti obeznámen a s navrhovanými řešeními souhlasí.

Linie obět'

V počátečním stadiu dokáží poměrně otevřeně hovořit o tom, co se jim stalo a kdo je šikanoval. Svědkové vyjadřují svůj nesouhlas se šikanováním a bez většího strachu vypovídají.

V pokročilém stadiu je zřejmá ustrašenost, nechtějí za žádnou cenu prozradit, kdo jim ublížil. Někdy zdůvodňují své zranění bizarním způsobem. Svědkové odmítají vypovídat, tvrdí, že nic neviděli, neslyšeli. Občas přiznávají, že nesmějí nic říci, protože by měli peklo. Případné výpovědi působí podezřele. Násilí bagatelizují a popírají. Ve třídě či skupině je těžká atmosféra strachu, napětí a nesvobody. Oběť je kritizována a znevažována. Často obviňována (i pedagogy), že si to vlastně způsobila sama.

Zde je důležité vycházet z toho, že:

- oběť hovoří o bolesti
- nedokáže přesně vyličit, co se stalo a jak se to vlastně stalo (při vyšetřování velmi důležité)
- nechce vypovídat, má velký strach z pomsty a někdy i z různých výhrůzek (zabití apod.)
- nedokáže podrobněji vypovídat a může i odmítat svědčit
- podřizuje se tlaku skupiny, který velí, aby mlčela
- při rozhovoru oběti hrůzné zážitky potlačují a snaží se zapomenout (dochází k jejich vytěsnění z vědomí)
- jindy závažnost násilí vůči sobě popírají a nechtějí přiznat, že by mohlo jít o šikanování (např. „není to tak hrozný, mohlo by to být horší ...“)

Rozhovor s obětí:

- vše vyslechnout (nevstupovat - nechat hovořit)

- ujistit, že vše už víme, bereme to velmi vážně a budeme se snažit pomoci
- důležité je opravdu naslouchat dítěti – oběti
- pochopit tuto výpověď (utrpení) „srdcem“
- snažit se maximálně ho podpořit a povzbudit
- seznámit a vysvětlit oběti, jak budeme dále provádět nápravu
- k výpovědi můžeme použít pomocné techniky: kresbu, nějakou písemnou formu apod.

Rozhovor s rodiči oběti:

- nikoli přehnaný soucit
- je-li vyšetřování započato, je možné oběť na několik dní zbavit školní docházky, zajistit doprovod
- vše vyslechnout, nevstupovat do hovoru, nepřerušovat
- ujistit, že již o všem víme, situace je velmi vážná
- možnosti nabídky odborných pracovišť
- seznámit rodiče s jednoznačným postojem školy (škola nesouhlasí s těmito nevhodnými projevy)
- zklidnit rodiče a obeznámit s tím, jak bude škola postupovat v rámci řešení tohoto závažného problému, aby se již neopakoval
- určení časového horizontu – pro možnost zklidnění situace (formou zpětné vazby přes rodiče či samotné dítě, jak se případ dále vyvíjí)
- pokud by se situace nezklidnila, zajistit, aby nás rodiče ihned kontaktovali (jsme to právě my, kdo o všem ví), měl by být určen okruh lidí, který bude se situací obeznámen – nejlépe poradní tým školy (ŘŠ, VP, ŠMP, příslušný TU)
- rodiče po rozhovoru s námi musí získat pocit důvěry, že mu rozumíme a chceme opravdu pomoci

Šikana není nic nového, byla zde, je zde a bude zde. Dnes však nabývá stále nebezpečnějších způsobů, jimiž je realizována. Při šikaně vždy silnější vědomě, cíleně a záměrně ubližuje slabšímu. A to jak fyzicky, tak zejména psychicky. Následky šikany u oběti jsou dlouhodobé, často poznamenají šikanovaného jedince na celý život. Šikana je tedy velice nebezpečný protispolečenský jev. Ochránit před ním děti je povinností jak učitelů, vychovatelů, ředitelů škol, tak i rodičů. Jedině společným postupem pedagogů a rodičů může dojít k nápravě. Dětsí agresori nesmí mít mezi ostatními dětmi volný prostor, nesmí se cítit beztrestně, za svoje činy musí být postihováni oni i jejich rodiče a všichni ti, kteří takové jednání umožnili.

Nepodceňujme projevy šikany. Žádné dítě není proti šikaně předem zajištěno. Udělejme všechno proto, aby děti byly před tímto nebezpečným jevem co nejvíce ochráněni.

Šikana a pragrafy

Podle JUDr. PhDr. Oldřicha Choděry je pojem šikana v právní praxi používán jako synonymum pro „úmyslné jednání, které je namířeno proti jinému subjektu a které útočí na jeho důstojnost“. Není důležité, zda k němu dochází slovními útoky, fyzickou formou nebo hrozbou násilí. Rozhodující je, že se tak děje úmyslně. Dále musí být splněny tyto podmínky:

- pachatel se dopustil jednání, které splňuje znaky konkrétního trestného činu
- musí být prokázán úmysl pachatele dopustit se takového jednání a míra společenské nebezpečnosti jeho jednání dosahuje intenzity uvedené v zákoně.

U trestných činů, jejichž podstatou byla šikana, lze proto předpokládat, že právě s ohledem na rozšiřující se případy podobných jednání bude skutek za trestný čin považován. Šikana bývá nejčastěji postihována podle ustanovení trestního zákona a to jako:

- trestný čin omezování osobní svobody
- trestný čin vydírání
- trestný čin vzbuzení důvodné obavy
- trestný čin loupeže
- trestný čin ublížení na zdraví
- trestný čin poškozování cizí věci
- trestný čin znásilnění či pohlavního zneužívání

K tomu, aby byl pachatel postižen, musí být starší 15 let (15 – 18 mladiství). K trestní odpovědnosti mladších 15 let zatím nedochází, neznamená to však, že nemohou být postiženi jinak, případně mohou být postiženi rodiče. Nezletilý pachatel může být postižen nařízením ústavní výchovy, může nad ním být stanoven dohled. Pokud jde o trestní sazby, je v případě šikany možný i jednočinný skutek, tzn. že jedno jednání může být kvalifikováno jako více trestných činů. Pokud k šikanování došlo v průběhu vyučování, nese plnou odpovědnost škola.

Prokáže-li se zanedbání ředitele školy či některého pedagoga, může být právně či pracovněprávně potrestán. Na školském zařízení lze v oprávněných případech požadovat i náhradu škody vzniklé v důsledku šikany. A to jak náhradu na věcech, tak na zdraví, včetně způsobené psychické újmy, pokud dítě v důsledku šikany nemohlo například docházet do školy (vyšší stupeň šikany), nese školské zařízení odpovědnost i za škody vzniklé rodičům

dítěte v důsledku např. uvolnění ze zaměstnání, zajištění hlídání dítěte, zajištění doprovodu do a ze školy apod.

15. SYNDROM TÝRANÉHO DÍTĚTE

Syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte (**CAN – Child Abuse and Neglect**). Jde o jakoukoliv formu týrání, zneužívání a zanedbávání dětí, která je pro naši společnost nepřijatelná. Statistiky uvádějí, že CAN v ČR trpí v současné době 1 – 2 % dětské populace, což představuje 20 – 40 tisíc dětí. Dítě nejčastěji poškozují jeho rodiče a další členové rodiny, pokud jsou k dítěti necitliví a bezohlední a pokud je podřizují nebo využívají k uspokojení vlastních potřeb. Takové chování můžeme chápat jako zneužití fyzické síly nebo psychické nadřazenosti a moci dospělého nad podřízeným a závislým dítětem.

Změny v chování dítěte

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

Známky na těle dítěte

- opakovaná zranění včetně zlomenin
- modřiny
- řezné rány
- otoky částí těla, například rtů, tváří, zápěstí
- stopy po svazování

- otisky různých předmětů na těle
- natrhnutí ucha
- otisky dlaně a prstů
- stopy po opatření nebo popálení cigaretou

Fyzické (tělesné) týrání a jeho rozpoznání:

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

Některé známky zanedbávání:

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

Některé projevy zanedbávaného dítěte:

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

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

Kdo řeší a s kým spolupracuje

- školní metodik prevence s výchovným poradcem, (školním psychologem), třídním učitelem, se školským poradenským zařízením, pediatrem, orgánem sociálně právní ochrany dítěte

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

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

Tento zákon navíc výslovně určuje jako povinnost různým institucím, mimo jiné i škole a školskému zařízení, nahlásit případ ohrožení zdraví nebo života dítěte, a to i tehdy, když se objeví pouze podezření na trestný čin. (U fyzických osob je tento postup formulován jako právo, nikoliv jako povinnost). Zatímco tedy u trestního zákona je potřeba vycházet z hodnověrného, tedy doloženého předpokladu, v případě zákona 359 stačí mít jen podezření.

Mám to oznámit rodičům, když je zneužívatelem někdo z rodiny?

Je třeba postupovat v souladu s pokyny orgánů činných v trestním řízení a těmito pokyny se řídit.

Jak postupovat?

Učitel může žákovi zachránit i život

Školy a školská zařízení jsou spolu se zdravotnickými zařízeními těmi subjekty, které případy týrání, zneužívání či zanedbávání dítěte oznamují příslušným úřadům nejčastěji. Pedagogové jsou navíc od lékařů ještě v užším průběžném kontaktu s dětmi.

Učitelé jsou hned po rodičích dítěti nejbliže. A pokud pedagog vyučuje dítě, které je pravděpodobně týráno, může sehrát klíčovou roli při zamezení dalšímu týrání – může mu pomoci zbavit ho dalšího fyzického nebo psychického týrání a může mu dokonce někdy zachránit i život.

Náhlé změny jako alarm

Prvním, co musí učitel udělat, aby mohl týranému dítěti pomoci, je vůbec všimnout si a odhalit to, že dítě nese nějaké stopy týrání. Jde jednak o změny chování žáka, jednak o fyzické známky vypovídající o násilném zacházení s dítětem.

Jedním z nejčastějších signálů ukazujících na možné týrání doma je náhlé podstatné zhoršení prospěchu žáka. Dítěti začne být úplně jedno, zda dostane dobrou nebo špatnou známku. Z veselého dítěte se často stane úzkostný žák, který je neprůbojný. Může mít zároveň nejrůznější problémy ve vztazích se spolužáky – dítě, které bylo dříve kamarádké, se začne najednou ostatních stranit, nebo se může naopak začít chovat vůči nim agresivně. U žáka se mohou projevit také nejrůznější poruchy v pravidelných návycích – spaní (do školy chodí pozdě) nebo stravování (při obědě opakovaně nedojídá).

Pokud jde o tělesné známky, zvláště učitel tělesné výchovy má jedinečnou možnost všimnout si různých modřin, odřenin či nezvyklé únavy či apatie žáka.

Zvláštní kategorií jsou méně viditelné, a zároveň o to citlivější signály, které nicméně učitel může zaregistrovat. Jejich skutečná diagnostika je však již věcí odborníka. Jde například o potíže při sezení v lavici, které mohou ukazovat na poruchy zažívání nebo třeba krev v moči.

Rozhovor s žákem je klíčový

Když učitel po zpozorování neklamných známek vzbuzujících podezření na CAN dojde k závěru, že dítěti je potřeba pomoci, měl by se vždy nejdříve pokusit navázat s žákem osobní kontakt. Nejlepší je, když se ho někde v soukromí dotáže na to, proč má například na těle modřiny nebo třeba proč v poslední době odchází ze školy jako poslední, zatímco dříve byl naopak mezi prvními, kdo spíchlali domů.

Situaci prvního kontaktu mezi učitelem a žákem samozřejmě vždy zjednodušuje to, pokud vztahy mezi nimi nejsou jen striktně formální. Takovouto atmosféru lze ještě umocnit tím, že učitel nabídne žákovi nějaké pohoštění, uvaří čaj a rozhovor vede nejdříve ze široka – nedoporučuje se při takovémto osobním rozhovoru věnovat se problému okamžitě.

Předpokládá se, že rozhovor povede většinou třídní učitel. Nic by však nemělo bránit tomu, aby ho vedl i jiný učitel, který má z nějakých důvodů s dětmi méně formální vazby, třeba tělocvikář nebo učitel předmětu, jenž má žák obzvlášť rád a je tedy pravděpodobné, že dobře vychází i s tím, kdo ho vyučuje.

Když je dítě nedůvěřivé

Je prakticky nemožné stanovit přesnou hranici toho, kdy by měl učitel již ustoupit z role prvního kontaktu ve věci týraného dítěte a o problému informovat další instituce. Každý případ je individuální.

Především v situaci, kdy se učitel nedaří navázat komunikaci s žákem, je dobré obrátit se na PPP.

Jednou z možností je, že učitel žákovi, který se nechce se svým problémem svěřit, doporučí, aby se obrátil na Linku bezpečí. Dítě si může o svém problému po telefonu popovídat anonymně a záleží jen na něm, zda se během rozhovoru stane důvěřivějším a sdělí na sebe kontakt. A pokud se ani odborníkovi na pomyslném druhém konci telefonního drátu nepodaří dítě přimět k identifikaci, snaží se ho ještě přesvědčit, aby se obrátilo na kohokoliv, komu důvěřuje.

Neměli bychom také zapomínat na ostatní žáky, mezi nimiž se týrané dítě ve škole pohybuje. Učitel by se proto měl také obrátit na jeho spolužáky nebo sourozence a zeptat se jich, zda o příčině jeho problémů nevědí něco bližšího.

Vystoupení týraného dítěte z anonymity je to nejtěžší, co po něm můžeme chtít. Nepochybně to souvisí s faktem, že má totiž mluvit o tom, jak mu ubližují jeho nejbližší.

Rodič může situaci ujasnit

Přestože je to právě rodič, nebo jiný zákonný zástupce, kdo je pravděpodobným původcem týrání, neznamená to, že by ho měla škola z celého procesu pomoci žákovi automaticky vyřadit. Pokud si učitel pozve do školy zákonného zástupce žáka, neočekává se, že by na ně měl hned udeřit s tím, aby mu vysvětlili, kdo u nich doma týrá jejich dítě. Učitel by měl v první fázi po rodiči chtít, aby pouze okomentoval to, jak si vysvětluje problémy, které učitel u dítěte vyzoroval. Může tak i zjistit, že skutečnou příčinou žákova neobvyklého chování je něco jiného než domácí týrání. Anebo může být zájem školy o osud žáka pro zákonného zástupce dostatečnou výstrahou k tomu, aby si uvědomil, že další ubližování dítěti bude mít pro něj vážné následky. Navíc učitel může z chování rodiče nepřímo poznat, zda v rodině k týrání nedochází.

Rozumný rodič nebo zákonný zástupce, který svěřenému dítěti nijak neubližuje, by měl naopak uvítat zájem školy, která se ho snaží upozornit na to, že jejich dítě má nějaký problém a je i ochotna mu při jeho řešení pomoci.

Pokud učitel od rodičů nic nezjistí, a dítě se chová i nadále nezvykle, jde o další důvod k zapojení odborníka.

Učitel se podle prvotních známek ukazujících na týrání může někdy nejdříve jen dohadovat, zda jde o situaci, kdy mu ubližují jeho blízcí, anebo se jedná o školní šikanu. Proto i rozhovor s rodiči může pedagogovi pomoci vyloučit jednu z těchto dvou možností.

Nakonec přímý kontakt učitele se zákonnými zástupci dítěte je také určitým, ale samozřejmě jen nepřímým indikátorem možného týrání – pedagog se na vlastní oči může přesvědčit, z jakého sociálního prostředí dítě pochází. Může pro něj jít o překvapení tím spíše, když rodiče jinak se školou nekomunikují, nechodí na třídní schůzky.

Pomoc odborníka

Je právem každého pedagoga, aby sám zvolil postup, který považuje v daném případě za nejlepší. Tehdy, když dítě samo přizná, že je týráno, nebo když si učitel jinak potvrdí, že bylo nějak fyzicky nebo psychicky poškozeno, měl by kontaktovat odborníky. Při zjištění nějaké zdravotní újmy se však nedoporučuje kontaktovat jen lékaře. Pediatr si totiž přeje, aby dítě přišlo v doprovodu rodiče. Také do PPP by mělo dítě jít spolu se zákonným zástupcem. Pokud se však škole podaří domluvit se s poradnou na kontaktu bez účasti rodičů, je považováno toto porušení pravidel za nepřijatelné. Prioritou je pomoci dítěti za každou cenu.

V případě, že má učitel podezření na týrání žáka, situace se nezlepšuje a komunikace s rodiči také k ničemu nevede, je nezbytné kontaktovat především OSPOD, a to podle spádové oblasti, kam škola v dané obci přináleží, tedy podle obcí s rozšířenou působností. Na těchto úřadech je veden registr problémových rodin a je tedy možné, že po avízu školy budou sociální pracovníci hned vědět, jaké problémy jsou s danou rodinou spojeny.

Pozor na skutečnost o neoznámení trestného činu a nepřečazení trestného činu – týrání svěřené osoby dle ustanovení § 198 trestního zákoníku spadá mezi trestné činy vyjmenované jak v nepřečazení trestného činu (§ 367 TZ), tak v neoznámení trestného činu (§ 368 TZ). Tím, že nekontaktujeme-li orgány činné v trestním řízení, v případě, že už jsme se hodnověrným způsobem dozvěděli o týrání svěřené osoby, můžeme být sami pachatelé trestných činů nepřečazení trestného činu a neoznámení trestného činu.

Základní informace – tabu zóny

Záleží opět na dané škole a učiteli, jakým způsobem zařadí do výuky problematiku nebezpečí týrání dítěte. Informace o tom, že nikdo nesmí dítěti ubližovat, jsou součástí dětských práv, se kterými by školy měly žáky seznámit. Téma týrání dítěte, zvláště pohlavního zneužívání, může škola zařadit i do sexuální výchovy a pozvat si příslušného odborníka. V každém

případě by se nějakou formou děti měly v průběhu školní docházky dozvídat, kde jsou hranice, za které by neměl ani rodič vkročit, a co dělat, pokud se dítě setká s prvními projevy týrání, zneužívání či zanedbávání. Každé dítě by se mělo co nejdříve seznámit jednak s tím, co představují tzv. tabu zóny na jeho těle, jednak by mělo vědět, na koho se obrátit a kam zavolat, pokud mu někdo začne ubližovat nebo i když má jen pochybnosti o právnosti chování svých blízkých k vlastní osobě.

Jak řešit sexuální zneužívání

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

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

Dítě se mi svěřilo osobně

1. uvědomit si, že jde o velmi citlivou záležitost
2. seznámit s tím co nejúžší okruh dalších osob
3. pokud se zneužívání dopouští rodič, není žádoucí informovat ho o tom, že se mi dítě svěřilo
4. komunikovat s dítětem – podrobnější vyšetřování nechat na psychologovi a policii
5. vhodně dítěti sdělit, že skutečnost musím ohlásit na policii
6. ohlásit na policii
7. ocenit dítě, že za mnou přišlo a ujistit ho, že pro něho uděláte všechno, co je v mých silách
8. jestliže dítě nechce, abych věc ohlásil/a, situaci budu konzultovat s odborníkem, ale od oznámení události mě to nesmí odradit

Dozvíím se - oznámím řediteli - kontaktujeme policii a orgán sociálně-právní ochrany dětí.

Zjistím to z nějaké školní ankety nebo dotazníku

Dítě se vyjadřuje někdy v náznacích a nejasně, proto je velmi důležité porozumět tomu, co vám vlastně říká. V každém případě s ním navážu o přestávce nebo po vyučování rozhovor, ale tak, abych nebudil/a nežádoucí pozornost. Jestliže mi dítě potvrdí moji domněnku, postupuji jako výše. Nebudu žáka vyslýchat a podsouvat mu své názory. Nechám ho volně vyprávět.

Dozvíím se to od spolužáků nebo z jiných zdrojů

Nejprve se zamyslím, zda tomu nasvědčuje i moje pozorování. Pokusím se s dítětem navázat rozhovor, ale do ničeho ho nenutím. Prostředníkovi řeknu, že je důležité, aby za mnou přišlo zneužívané dítě samo. Nevyšetřuji a nijak nepátrám. Jestliže si nejsem jist/á, oznámím věc orgánu sociálně-právní ochrany, který ji prošetří.

Dítě je obětí sexuálního napadení

Jestliže se stalo dítě obětí napadení cestou do školy a útočníkem je neznámá osoba, potom urychleně vše oznámím policii, rodičům a orgánu sociálně-právní ochrany dítěte. Chovám se pevně a jednoznačně a dítě neopouštím až do příchodu rodičů.

Pokud mám jistotu, že byl spáchán trestný čin, mám ze zákona povinnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení. Pokud mám podezření, zákon určuje školskému zařízení za povinnost nahlásit tuto skutečnost obecnímu úřadu, tedy sociálnímu pracovníkovi z orgánu sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD).

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

Doporučené odkazy pomoci:

- Dětské krizové centrum, tel.: 241 484 149
- Internetová poradna: problem@дитеkrize.cz
- Linka bezpečí, tel.: 800 155 555
- Linka důvěry RIAPS: 222 580 697, linka@mcssp.cz
- www.capl.d.cz/linky.php (adresář linek důvěry v celé ČR)

16. Personální zabezpečení

Všichni pracovníci školy se aktivně zapojují do všech akcí, podporují zdravý životní styl, vytvářejí pro žáky příjemné vztahy v třídních kolektivech a prostředí, které je učí odolávat sociálně patologickým jevům, jež se ve společnosti objevují.

Minimálního preventivního programu se v naší škole zúčastňují zaměstnanci v tomto pořadí:

- Protidrogový koordinátor,

- ředitelka školy,
- třídní učitelé,
- ostatní učitelé.

Další činnosti ŠMP:

- ° soustavné vzdělávání se v oblasti prevence SPJ a předávání poznatků pedagogickému sboru
- ° spolupráce s ředitelkou školy, třídními učiteli a ostatními pracovníky školy
- ° spolupráce s okresním MP a dalšími institucemi a organizacemi, které působí v oblasti prevence SPJ
- ° sledování a vyhodnocování aktuální situace ve škole
- ° při výskytu SPJ ve škole informování ŘŠ, zřizovatele, rodičů, okresní MP, PČR
- ° podávání informací o SPJ na třídních schůzkách
- ° předávání osvětových materiálů

17. PODKLADY A ZÁKLADNÍ DOKUMENTY MPP

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů (MŠMT č.j. 21291/2010-28)

Metodický pokyn MŠMT ČR č.j. 22294/2013-1 a 21291/2010-28 k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních

Metodické doporučení „Co dělat, když – intervence pedagoga“ č.j. MŠMT-1999/2015

Školský zákon 561/2004 Sb.

Vyhláška č. 174/2011 Sb., kterou se mění vyhláška č. 73/2005 Sb. o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných

Vyhláška 116/2011 Sb., kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních