

KRIZOVÝ PLÁN ŠKOLY

(podrobnější rozpracování postupů jednotlivých problematik)



*3. základní škola
Chomutov*

Základní škola Chomutov, Na Příkopech 895

Úvod

Krizový plán školy je sestaven na základě charakteristik a doporučených postupů při řešení rizikového chování → sociálně patologických jevů, které se mohou na základní škole objevit. Cílem krizového plánu je stanovit závazný postup pro všechny pracovníky školy v případech podezření či výskytu sociálně patologických jevů mezi žáky.

Krizový plán je přílohou ke Školnímu řádu.

Základem pro jeho zpracování je Metodický pokyn MŠMT k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže č. j.: 21291/2010-28 + přílohy k jednotlivým typům rizikového chování (návykové látky, rizikové chování v dopravě, poruchy příjmu potravy, 2espect, 2espect2 CAN, školní šikanování, kyberšikana, homofobie, extrémismus – rasismus – xenofobie – antisemitismus, vandalismus, záškoláctví, krádeže, tabák, krizové situace spojené s násilím) a Metodický pokyn MŠMT k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních č. j.:

22294/2013-1. Vychází z této legislativy:

1. Zákon č. 359/1999 Sb., o sociální a právní ochraně dětí
2. Zákon č. 218/2003 Sb., O odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů
3. Zákon č. 200/1990 Sb., O přestupcích
4. Zákon č. 140/1967 Sb., Trestní zákon
5. Zákon č. 167/1998 Sb., O návykových látkách

Role školy v těchto situacích je pouze preventivní a poradenská, šetření provádí Policie ČR. S krizovým plánem školy je seznámen pedagogický sbor, rodiče i žáci školy.

V rámci prevence sociálně patologických jevů je třeba věnovat zvýšenou pozornost jakýmkoli změnám v chování či prospěchu, které se u jednotlivce nebo skupiny na škole vyskytnou.

Pravidla řešení rizikových projevů:

- Při řešení problémů postupujeme podle Metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (č. j. 21291/2010-28)
- Pokud se týká jednotlivce, promluvit si s ním v bezpečném a chráněném prostředí a pokusit se zjistit příčinu změny.
- O zjištěných poznatcích informovat třídního učitele, příp. ředitele školy, metodika prevence, výchovnou poradkyni.
- Pokud se změna týká celého kolektivu, přenechat šetření na metodikovi prevence.
- Třídní učitel o zjištěném stavu informuje zákonné zástupce žáků a s ohledem na situaci buď individuálně, nebo prostřednictvím mimořádné rodičovské schůzky, zákonným zástupcům nabídne pomoc při řešení a doporučí poradenské zařízení.
- Zákonní zástupci žáků jsou pravidelně informováni o prospěchu a chování svých dětí a mají možnost kdykoliv žádat vysvětlení a objasnění hodnocení nebo postupů řešení po pedagogických pracovnících školy. Mají možnost se kdykoliv obrátit na ředitele školy a žádat přešetření situace.
- Poradenství zajišťuje školní metodik prevence a výchovná poradkyně v rámci ŠPP na základě domluvy.
- Pedagogičtí pracovníci při podezření na zanedbání povinné péče o dítě, tělesné tresty, domácí násilí informují ředitele školy, ten situaci ohlásí na oddělení sociálně právní ochrany, dle potřeby též Policii ČR.

Vstup policie do školy:

- Zaměstnanci školy se snaží o maximálně dobrou spolupráci a vzájemný respekt.
- Policista je povinen prokázat se – stejnokrojem s identifikačním číslem, služebním průkazem nebo odznakem služby kriminální policie.
- V případě pochybností o totožnosti policisty si zaměstnanec školy ověří totožnost telefonickým dotazem na pracoviště policie.
- Ředitel se seznámí s předmětem policejního úkonu a důvody, jež k němu vedou.

Předvolání a předvedení žáka, podání vysvětlení a výslech:

- Policie může vyžadovat podání vysvětlení, provádět výslech, předvolat nebo předvést žáka mimo školu. Výslech se provádí zpravidla policisty v občanském oděvu, převezení za použití civilního vozidla.
- Škola zajistí dohled dospělou osobou po celou dobu služebního zákroku i služebního úkonu, a to i v případě, že je proveden ve škole. Písemně je zaznamenáno číslo policisty, jméno převáženého dítěte a datum. Po ukončení procesu je žák předán zpět do školy nebo je předán zákonnému zástupci.
- Vyrozumění rodičů provádí policista předem (u osoby mladší 15 let informuje také orgán sociálně právní ochrany mládeže), v případě, že tak neučiní, informuje rodiče třídní učitel – o způsobu vyrozumění se domluví s policistou.
- Policista může úkon provést i v případě, že vyrozumění rodiče nelze zajistit a provedení úkonu nelze odložit. Podle zákona mohou být mladiství vyslýcháni i bez účasti osob vykonávajících dohled nad nezletilými.
- Na požádání policie ředitel školy poskytne vhodnou místnost k šetření žáka ve škole, zajistí také pedagogický dozor.
- Osoby přibrané k výslechu (dozor) mohou navrhnout odložení úkonu na pozdější dobu a v průběhu provádění takového úkonu navrhnout jeho přerušení nebo ukončení, pokud by provedení úkonu nebo pokračování mělo nepříznivý vliv na psychický stav vyslýcháného žáka.
- Pro děti a mládež platí v plné míře presumpce neviny.

Oznamování trestné činnosti:

- V případě, že je zaměstnanec školy svědkem trestné činnosti nebo se o ní dozví, ohlásí to řediteli školy. Je proveden písemný zápis a škola celou záležitost oznámí Policii ČR.
- Trestnou činností se rozumí užívání omamných látek, gamblerství, šikan, týrání, vraždy, loupeže, pohlavní zneužívání, znásilnění, majetková trestná činnost, vystavení šikaně či týrání, případně jinému nežádoucímu zacházení ve škole i mimo školu.
- Informace pro zaměstnance, zákonné zástupce žáků a žáky o poradenských zařízeních, důležitých telefonních číslech jsou k dispozici v PPŠ.

Primární prevence rizikového chování u žáků v působnosti MŠMT se zaměřuje na předcházení rizik, které směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování žáků:

1) Záškoláctví (pravé i skryté)	4
2) Šikana	7
3) Verbální agrese ve škole	12
4) Nekázeň	13
5) Adiktologie – závislostní chování	14
6) Netolismus	20
7) Rasismus, xenofobie, antisemitismus, extremismus	21
8) Homofobie	23
9) Sexuálně rizikové chování	24
10) Poruchy příjmu potravy	26
11) Krádeže a vandalismus	27
12) Syndrom CAN – týrání, zneužívání a zanedbávání dítěte	28
13) Rizikové sporty	31
14) Rizikové chování v dopravě	33
15) Hazardní hraní	35
16) Nová náboženská hnutí a jejich negativní vliv	37
17) Sebeпоškozování	39
18) Sebevražedné chování	41

1) ZÁŠKOLÁCTVÍ (aktualizováno 2024)

Záškoláctvím se rozumí taková neomluvená nepřítomnost žáka ve škole, a to i opakovaná, která je způsobena zpravidla úmyslně žákem nebo osobami odpovědnými za jeho výchovu, která trvá obvykle po celý vyučovací den (případně po určitou část vyučování, např. v odpoledních hodinách nebo jen v některých předmětech). Cílem je vyhnout se přítomnosti ve vyučování nebo pouze v některých vyučovacích hodinách. Nezřídká je spojeno s dalšími typy rizikového chování, které obvykle negativně ovlivňují osobnostní vývoj jedince.

Je chápáno jako porušení školního řádu, současně jde o porušení školského zákona, který vymezuje povinnou školní docházku.

Rozlišujeme:

- záškoláctví pravé – žák do školy nedorazí, ačkoli rodiče si myslí, že se účastnil vyučování
- záškoláctví skryté – žák do školy nedorazí, a to s vědomím rodičů. Tento jev může mít více příčin, od odmítavého postoje rodičů ke vzdělání či ke škole, přes neschopnost rodiče prosadit vůči dítěti svou vůli, potřebu výpomoci dítěte v domácnosti, až po případy, kdy děti úspěšně předstírají zdravotní komplikace. Vzhledem k tomu, že v těchto případech rodiče žákovu nepřítomnost omlouvají, vyžaduje odhalování tohoto nežádoucího jevu zvýšenou pozornost ze strany pedagogických pracovníků, které není možné omezit pouze na přijetí omluvenky.
- záškoláctví interní – žák do školy dorazí a během vyučování na určitý časový úsek (např. na některou hodinu) odejde. Tento jev bývá rovněž označován jako „útěk ze školy“.

Záškoláctví bývá často nepřiměřenou formou řešení konfliktních situací v rodině, ve škole či ve výchovných institucích, přičemž k němu mají sklon zejména děti, které se subjektivně cítí neúspěšné, nezařazené ve skupině nebo prožívají úzkost a strach v prostředí, ve kterém se pohybují. Při zkoumání příčin záškoláctví je proto třeba vzít v úvahu veškeré vlivy, které na žáka v rámci školní docházky působí, a náležitě se jimi zabývat. Jedním z hlavních úkolů pro učitele, rodiče, případně i pro školního metodika prevence je vyšetření příčin záškoláctví. Je důležité rozlišovat záškoláctví a *pozdní příchod* = neomluvená nepřítomnost žáka, a to i opakovaná, která je zpravidla způsobena nedbalostí žáka nebo osob odpovědných za výchovu, nebo jinými příčinami. Trvá zpravidla pouze po část vyučování, obvykle na jeho počátku, není cílem žáka ani osob odpovědných za jeho výchovu.

Postup zjišťování absence:

- Při každé absenci třídní učitel vyčká, zda zákonný zástupce žáka omluví a doloží důvody jeho nepřítomnosti ve vyučování do 3 kalendářních dnů od počátku nepřítomnosti (§ 50 odst. 1 a § 67 odst. 1 školského zákona) za podmínek stanovených školním řádem.
- Pokud tak zákonný zástupce žáka neučiní, třídní učitel jej prokazatelně upomíná v souladu se školním řádem.
- Není-li důvod nepřítomnosti doložen ani po upomínce, třídní učitel o tom učiní záznam (datum nepřítomnosti, datum nástupu žáka do školy, datum a text upomínky). Třídní učitel poté přímo kontaktuje (např. telefonicky) zákonného zástupce a informuje jej o absenci žáka.
- Pokud zákonný zástupce o nepřítomnosti žáka ve škole ví a šlo pouze o opomenutí z jeho strany, je nepřítomnost omluvena dodatečně a třídní učitel domluví se zákonným zástupcem taková opatření, aby se situace neopakovala.

Předcházení záškoláctví:

- Prevence: přátelské prostředí, jasná pravidla, informace zákonným zástupcům (seznámení se školním řádem, pravidly třídy), práce se třídním kolektivem, spolupráce pedagogů
- Škola v případě podezření, především v případě časté nepřítomnosti žáka nasvědčující zanedbávání povinné školní docházky, bude vyžadovat potvrzení od lékaře (nelze zpětně).

Postup v případě neomluvené absence žáka:

1. O neomluvené nepřítomnosti *do 10 vyučovacích hodin* na I. stupni a *do 12 vyučovacích hodin* na II. stupni i zvýšené omluvené nepřítomnosti informuje třídní učitel ředitele školy, školního metodika prevence a výchovného poradce. Při zvýšené omluvené nepřítomnosti ověřuje její věrohodnost. Neomluvenou nepřítomnost řeší se zákonným zástupcem žáka třídní učitel formou pohovoru. Zde popíše situaci, probere situaci žáka, rodiny, zjišťuje možné příčiny záškoláctví a způsob omlouvání jeho nepřítomnosti a upozorní na povinnost stanovenou zákonem a domluví s rodiči postup k nastolení žádoucího stavu. Pohovoru se může zúčastnit metodik prevence, výchovný poradce či člen vedení školy. Každá taková neomluvená nepřítomnost je projednávána na pedagogické radě školy a sankcionována dle školního řádu a rozhodnutí pedagogické rady.
2. Při počtu neomluvených hodin *nad 10 vyučovacích hodin* na I. stupni a *nad 12 vyučovacích hodin* svolá ředitel školy výchovnou komisi. Zákonní zástupci jsou pozváni na jednání výchovné komise doporučeným dopisem. svolává ředitel školy školní výchovnou komisi. Podle závažnosti absence žáka se výchovné komise účastní: ředitel školy, zákonný zástupce,

třídní učitel, výchovný poradce, školní metodik prevence, popř. v zájmu zjišťování příčiny záškoláctví žáka a jejího odstranění může ředitel požádat o spolupráci odborníky z oblasti pedagogicko-psychologického poradenství, popř. orgány sociálně-právní ochrany dětí. O průběhu a závěrech jednání se provede zápis, který zúčastnění podepíší. Neúčast nebo odmítnutí podpisu zákonnými zástupci se v zápise zaznamenávají. Každý účastník jednání obdrží kopii zápisu.

3. Pokud se škole nepodaří problém týkající se povinné školní docházky vyřešit vlastními silami a k cíli nevede ani svolání výchovné komise, v případě, že neomluvená nepřítomnost žáka I. stupně *přesáhne 25 hodin* a žáka II. stupně *30 hodin*, ředitel školy podá podnět zahájení řízení o přestupku, tj. podnět k zahájení řízení z moci úřední ve smyslu § 42 → pošle bezodkladně oznámení o pokračujícím záškoláctví s náležitou dokumentací k příslušnému orgánu.
 - a. Podle § 10 odst. 4 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, je škola povinna bez zbytečného odkladu oznámit OSPOD zanedbávání školní docházky v případě, že trvá po takovou dobu, nebo je takové intenzity, že nepříznivě ovlivňuje nebo může ovlivnit vývoj dětí → jen závažnější případy.
 - b. Na Policii ČR nebo státní zastupitelství se škola obrací pouze v nejzávažnějších případech. Při předání jinému orgánu škola rovněž poskytne zprávu, v níž je problematické chování popsáno, a záznam o opatřeních školy k řešení výchovného problému nezletilého žáka.

Postup v případě zvýšené omluvené absence žáka:

Třídní učitel bude evidovat omluvenou absenci ke konci každého čtvrtletí školního roku. V případě, že zpozoruje podezřelý nárůst omluvené absence (přes 50 % vyučovacích hodin), bude se podrobněji zabývat věrohodností důvodů nepřítomnosti. Pokud bude důvod nepřítomnosti žáka nevěrohodný, může se třídní učitel nebo ředitel školy obrátit na zákonného zástupce nezletilého žáka a požádat jej o vysvětlení, případně sdělit, že příště bude vyžadovat potvrzení od lékaře, připouští-li to školní řád. Vyžadovat omluvení absence lékařem zpětně však není možné.

Sankce:

- Lze uložit výchovná opatření: napomenutí třídního učitele, důtka třídního učitele, důtka ředitele školy.

Pozn. Sankcionovat lze pouze zaviněné porušení povinnosti. Nelze trestat žáka za pochybení jiné osoby, např. rodiče, který neplní své rodičovské povinnosti.

2) ŠIKANA

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrožit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nedovedou bránit.

Odhalení šikany bývá obtížné. Významnou roli při jejím zjišťování hraje strach, a to nejen strach obětí, ale i pachatelů a dalších účastníků. Většina obětí šikany a jejich svědků se snaží situaci udržet co nejdéle v tajnosti, bojí se někomu svěřit. Strach vytváří obvykle prostředí „solidarity“ agresorů i postižených. Důsledkem může být podcenění závažnosti a rozsahu výskytu šikany nebo obtížné nalezení útočníků.

Formy šikany:

- a) verbální šikana: slovní útoky v podobě nadávek - pomluvy - ponižování - vyhrožování - kyberšikana (útoky pomocí SMS, e-mailů, zveřejňování urážlivých materiálů na internetu apod.)
- b) fyzická šikana: fyzické útoky v podobě bití - ničení a poškozování věcí oběti - vydírání - krádeže - sexuální obtěžování až zneužívání. Nepřímou formou šikany je demonstrativní přehlížení žáka či skupiny žáků a jejich ignorování.
- c) kombinovaná šikana: kombinace verbální a fyzické šikany (násilné a manipulativní chování a příkazy)

Přímé varovné signály šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem.
- Skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

Nepřímé varovné signály šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- Při přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.

- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit. Rodiče žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
- Nechutí jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno i pozorovat strach.
- Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad.
- Zmínky o možné sebevraždě (často zveřejněna na sociálních sítích)
- Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma.
- Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)

Rozdíly mezi šikanováním a škádlením:

Škádlení patří k rovnocenným, kamarádkým nebo partnerským vztahům. Chápáno je jako projev přátelství. Za škádlení se považuje žertování (popichování, zlobení) za účelem dobré nálady a není v něm vítěz ani poražený. Žák je schopen škádlení opřevovat, bránit se mu, zastavit ho. Ve chvíli, kdy se žák škádlení nebo agrese neumí nebo nemůže bránit, cítí se bezradný a bezmocný, a přesto škádlení nebo agrese pokračuje, pak toto chování přerůstá v šikanu. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit, dělá, co je mu nepříjemné, co ho ponižuje nebo to prostě bolí.

Podobně, jedná-li se o šikanu pedagoga žáky, pak šikana není zlobení a nerespektování ze strany žáků, které postrádá znaky šikany. Naopak přerůstá v šikanu, stává-li se vědomým, záměrným, úmyslným a cítí-li pedagog, že není v jeho moci jej zastavit, cítí se bezbranně, ztrácí autoritu a poměr sil v rolích žák/žáci x pedagog se obrací.

Primární prevence šikany

- Učitelé vedou systematicky a důsledně žáky k osvojování zásad mezilidských vztahů, učí je respektovat identitu a individualitu jedince.
- Pomáhají rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka.
- Všichni učitelé by měli vnímat vztahy mezi žáky, atmosféru v třídních kolektivech, kde působí, jako nedílnou součást své práce.
- Učitelé se svým chováním se podílí na prevenci šikanování ve třídách, monitorují sociální klima ve třídě, neprodleně reagují na nevhodné chování mezi dětmi.
- Školní metodik prevence spolupracuje s dalšími organizacemi a organizuje preventivní akce proti šikanování a rasové nesnášenlivosti.

Doporučený postup při zjištění šikany

- A. **Vyšetřování počáteční šikany:** Pracovník, který pozoruje šikanu nebo na ni byl upozorněn, je povinen:
1. Konfrontovat svá pozorování s dalšími kolegy, třídním učitelem.
 2. Oznámit své podezření vedení školy, školnímu metodikovi prevence, výchovnému poradci, konzultovat další postup, dohodnout se, kdo povede vyšetřování.
 3. Kvalifikovaně odhadnout stadium a formu šikany.
 4. Vyslechnout (mezi čtyřma očima) co nejvíce nezáujatých svědků – spolužáků, těch, co na šikanu upozornili, důležité věci si zapisovat, je zejména důležité získat odpovědi na následující otázky:
 - Kdo je obětí, popřípadě kolik obětí je?
 - Kdo je agresorem, kolik agresorů je. Kdo z nich je iniciátor, kdo aktivní účastník šikanování a kdo je obětí i agresorem?
 - Co, kdy, kde, a jak dělali agresori obětím?
 - K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo?
 - Jak dlouho šikana trvá?
 5. Spojit se s rodiči oběti a poprosit je o pomoc a spolupráci.
 6. Teprve nyní vyslechnout oběť, citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací, vše zapisovat, tento pohovor musí provádět osoba, které oběť důvěřuje, Nikdy neřešit problém před celou třídou!
 7. Zajistit ochranu oběti.
 8. Vyslechnout agresory – překvapivě, znemožnit domluvu, soustředit se na rozpory ve výpovědích agresorů, vytipovat nejslabší článek vyřešení. Nikdy nekonfrontovat oběti a agresory!
 9. Požádat vedení školy o svolání výchovné komise (vedení školy, výchovný poradce, třídní učitel, školní metodik prevence). Ta na základě shromážděných informací posoudí, zde se jedná o šikanu a jaký je stupeň její závažnosti, navrhne další postup vůči obětem i agresorům i třídě jako celku. Potrestání agresorů je individuální, závisí na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jedná o první případ či recidivu.
 10. Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření (zdůraznit možnost nápravy) a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na Policii ČR.
 11. Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních (terapie, osobnostní výcvik...)
 12. Rozebrat situaci ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečí a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků. Třidu i nadále pozorně sledovat.
- B) **Vyšetřování pokročilé šikany** (s neobvyklou formou - výbuch skupinového násilí vůči oběti)
1. Záchrana oběti.
 2. Domluva s pedagogy na spolupráci při vyšetřování.
 3. Zabránění domluvě agresorů.
 4. Podpora oběti.
 5. Nahlášení policii, případně jiným orgánům.
 6. Zprostředkování péče PPP či psychiatra pro oběť.

C) Výchovná opatření a další opatření po vyšetření šikany

- Svolání „komise“ (vedení školy, výchovný poradce, metodik prevence, třídní učitel, případně další učitelé) – ta situaci posoudí, navrhne postup vůči oběti, agresorovi i třídě
- Pozvat k jednání rodiče agresorů – seznámit se situací, sdělit navrhovaná opatření, požádat o spolupráci
- Pozvat rodiče obětí – sdělit výsledky šetření, domluvit se na opatřeních, navrhnout řešení (terapie, organizační opatření,...)
- Pracovat s agresorem, případně zprostředkování péče např. v PPP, SVP, Dyáda, u jiných odborníků – klinického psychologa, psychiatra, psychoterapeuta
- Pracovat s kolektivem třídy
- Na třídní schůzce informovat o postizích a dalších formách ošetření třídy – zvýšený dozor, další práce s třídou – programy PPP, SVP, práce s pravidly třídy, monitoring třídy
- Seznámit s výsledky učitelský sbor, zapojení ostatních učitelů do dalších forem ošetření třídy (zvýšený dohled, monitoring třídy, nadstandartní úkoly, různě vyplněné přestávky,...).

Pozn.: Při jednání s rodiči budeme dbát na taktní přístup a zejména na zachování důvěrnosti informací

KYBERŠIKANA

Kyberšikanu definujeme jako zneužití ICT, zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Zejména se jedná o útoky pomocí e-mailů, sms zpráv, vyvěšování urážlivých a nepravdivých materiálů na internetové stránky. Podobně jako u šikany se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoku pak určuje její závažnost. Mívá mnohem větší dosah, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. V prostředí internetu může být svědkem (ale i útočníkem) stejného chování i několik desítek tisíc lidí. U dětí školního věku bývá často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Pokud probíhá klasická šikana (např. nadávky, ponižování), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat apod.) a naopak. Škola by se kyberšikanou měla zabývat vždy, když se o ní dozví.

Prevence:

- Pedagogičtí pracovníci pracují na povědomí o kyberšikaně (TU, učitelé IF, prvouky, vlastivědy a VZ), podpoří pozitivní využívání technologií
- TU a další pedagogičtí pracovníci posilují empatii mezi žáky, pracují na dobrém klimatu, vedou žáky k úctě k druhým, vytvářejí v kolektivu dobré vztahy

Typické rysy:

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

Doporučený postup při zjištění kyberšikany:

1. Zajistit ochranu oběti (mj. je oběť požádána, aby neodpovídala na zprávy od šikanujícího).
2. Informovat školního metodika prevence či výchovného poradce.
3. Informovat vedení školy.
4. Zajistit důkazy s podporou IT kolegy.
5. Vyšetřit všechny souvislosti.
6. Provést zápis.
7. Informovat zákonné zástupce.
8. Spolupracovat s Policií ČR, IT expertem, OSPODem
9. Vyvodit sankce.
10. Učitelé pohovoří se žáky o kyberšikaně.

3) VERBÁLNÍ AGRESE VE ŠKOLE

Verbální agrese jsou velmi častým jevem. Je především nutné jednoznačně a jasně deklarovat nesouhlas a takové chování odmítnout. Děti budou mluvit tak hrubě, jak jim to okolí dovolí a je nutné, aby si byly vědomy toho, že se jedná o nepřijatelné chování a měly tedy potřebu vulgární mluvu na veřejnosti skrývat. Řeč je natolik spjata s myšlením, že velkorysá společenská tolerance užívání nejhrubších výrazů s sebou nutně nese i hrubé chování.

Primární prevence agrese:

- Podporou tolerance, vědomím sounáležitosti a spoluprací mezi žáky.
- Posilováním dobrých vztahů ve třídě i ve škole, podporou zdravého klima ve třídách, ve škole.

Doporučený postup při verbální agresi:

- Stanovit ve třídě obecná pravidla soužití jako vyjádření morálních hodnot. Tato pravidla tvořit společně se žáky a jasně v nich deklarovat požadavek slušného mluvení a chování.
- Mladší děti trpělivě opravovat a dávat jasně najevo, že veřejné užívání hrubých výrazů není ve škole přípustné a společensky je to nevhodné.
- Pokud žákovo chování a jednání ohrožuje bezpečnost a zdraví jeho, ostatních žáků, vyučujících, zaměstnanců školy jiných osob, je škola povinna uvědomit zákonného zástupce případně doporučit odbornou péči.
- Dle konkrétních okolností je třeba přivolat i OSPOD či orgán Policie ČR apod.

4) NEKÁZEŇ

Nekázeň je porušení kázně, což v realitě znamená nedodržení určitého pravidla či normy. Jejich nedodržení se zpravidla odehrává s určitým sociálním jednáním. Toto sociální jednání pak nazýváme kázeňský přestupek. Kázeňský přestupek je tak porušení určitých norem, pravidel či očekávaných sociálních rolí jedince. Podmínky stanovené Školním řádem pro kázeň ve škole:

Žák je povinen:

- a) docházet do školy a vzdělávat se,
- b) dodržovat školní řád, předpisy a pokyny školy k ochraně zdraví a bezpečnosti, s nimiž byl seznámen,
- c) plnit pokyny pedagogických pracovníků školy v souladu s právními předpisy a školním nebo vnitřním řádem.

Žák se ve škole chová v souladu s obecnými pravidly společenského chování k dospělým i jiným žákům, řídí se pokyny a doporučeními pedagogických i provozních pracovníků, dodržuje školní řád a řady odborných učeben. Chová se tak, aby neohrozil zdraví svoje, ani jiných osob. Udržení kázně je zpravidla v kompetenci třídního učitele, či jiného vyučujícího, který se s nekázní setkal. Míra a úroveň nekázně je různorodá a je potřeba k ní přistupovat s ohledem na žáka, okolnosti, situace, závažnost, opakovanost. Zpravidla stačí postihy v rámci školy dle Školního řádu.

Doporučené rady při zjištění nekázně ve škole:

- Kázeňským opatřením může být napomenutí třídního učitele, důtka třídního učitele a důtka ředitele školy či snížený stupeň hodnocení chování žáka.
- Na problémové chování žáka (kromě kázeňského a organizačního opatření) lze reagovat vhodnou pedagogicko-psychologickou pomocí ze strany školy doprovázenou spoluprací se zákonnými zástupci žáka, výchovným poradcem, psychologem, metodikem prevence, ale i s dalšími orgány a institucemi – PPP, SPC, OSPOD, SVP, dětské lékaři, Policie ČR.

Doporučený postup v případě opakovaného problémového chování (opakované porušování školního řádu):

1. Pohovor se žákem – mezi pedag. pracovníkem, žákem, výchovným poradcem s cílem spolupráce na bázi domluvy.
2. Jednání s žákem a zákonným zástupcem - problémové chování je řešeno v rámci školy mezi pedag. pracovníkem, žákem, jeho zákonným zástupcem, výchovným poradcem. Cílem je dohoda na společném postupu při řešení nekázně (motivovanost a kompetence zákonných zástupců žáka, zvýšení kontroly a tlaku na změnu).
3. Jednání výchovné komise - tvoří ji ředitel školy, výchovný poradce, metodik prevence, třídní učitel, žák a jeho zákonný zástupce. Tato komise je obvykle posledním pokusem školy řešit potíže s žáky, než se obrátí na další orgány, jako jsou odbor sociálně právní ochrany dětí, Policie ČR apod. Z jednání se pořizuje zápis, který všichni přítomní podepisují. Tento zápis slouží jako podklad pro další orgány, které škola informuje o svém postupu.
4. Postoupení případu další straně – po aktuálním využití dostupných způsobů řešení problémového chování žáka a možnosti podpory zákonných zástupců je případ předán do kompetence další straně – OSPOD, PPP, SVP apod.

5) ADIKTOLOGIE – ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ

Do této oblasti spadá široké spektrum chování, které vykazuje znaky závislosti – zejména pak distribuce a užívání alkoholu, tabákových výrobků a jiných návykových látek, gambling atp. Primární prevence stanovená Školním řádem: Všem osobám je v prostorách školy zakázáno užívat návykové látky, ve škole s nimi manipulovat. To neplatí pro případy, kdy osoba užívá návykové látky v rámci léčebného procesu, který jí byl stanoven zdravotnickým zařízením. Požívání omamných a psychotropních látek (dále jen „OPL“) osobami mladšími 18 let je v České republice považováno za nebezpečné chování. Každý, kdo se ho dopouští, má nárok na pomoc orgánů sociálně-právní ochrany dětí.

Primární prevence závislostního chování:

- Vytvořit podmínky pro předcházení výskytu případů užívání návykových látek v prostorách školy v době školního vyučování, včetně všech školních akcí i mimoškolní činnosti.
- Zajistit bezpečnost a ochranu zdraví žáků před škodlivými účinky návykových látek v prostorách školy v době školního vyučování, včetně veškerých školních akcí.
- Školním řádem školy a vnitřním řádem školského zařízení (dále jen „školní řád“) jasně vymezit zákaz užívání návykových látek ve škole, jejich nošení do školy.
- Poskytovat žákům a zákonným zástupcům nezbytné informace nutné k zajištění jejich ochrany před tímto jevem.
- Poskytovat žákům věcné a pravdivé informace o návykových látkách formou, která je přiměřená jejich rozumovému a osobnostnímu vývoji.
- Působit na žáky v oblasti primární prevence užívání návykových látek.
- Do veškerých poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví zakotvit informace o nebezpečnosti užívání návykových látek a zákazu jejich užívání při všech činnostech souvisejících se školními aktivitami.
- Poskytovat žákům, kteří mají s užíváním návykových látek problémy, jakož i jejich zákonným zástupcům, informace o pomáhajících institucích a možnostech řešení situace.
- Při řešení případů souvisejících s užíváním návykových látek nebo distribucí OPL je třeba spolupracovat s dalšími zainteresovanými institucemi – Policie ČR, orgány sociálně-právní ochrany dětí, školská poradenská zařízení apod.
- V případech, které stanoví zákon, plnit ohlašovací povinnost směrem k orgánům činným v trestním řízení, orgánům sociálně-právní ochrany obce s rozšířenou působností a zákonným zástupcům žáka.

Doporučené postupy školy při výskytu podezřelé látky stanovené Školním řádem:

1. V případě, kdy se škola o takovém chování dozví, bude tuto skutečnost hlásit zákonnému zástupci žáka.
2. Škola je povinna oznámit orgánu sociálně-právní ochrany dětí obecního úřadu obce s rozšířenou působností skutečnosti, které nasvědčují tomu, že žák požívá návykové látky.
3. Distribuce dle § 187 trestního zákona a šíření OPL dle § 188 trestního zákona je v ČR zakázána a takové jednání je trestným činem nebo proviněním. Škola je povinna v takovém případě takový trestný čin přikazít a učinit tak v každém případě včasným oznámením věci policejnímu orgánu.

4. V případě výskytu látky, u níž je podezření, že se jedná o omamnou a psychotropní látku v prostorách školy, nebo v případě přechovávání takové látky žákem bude škola postupovat stejně jako v bodu 3.

Pozn.: Žádná OPL nesmí být uchovávána v trezoru školy, ani na jiném místě! Proto, v případě jejího nalezení či zabavení, bude neprodleně kontaktována Policie ČR a proveden zápis o události.

Všem pracovníkům školy je opakovaně připomínána ohlašovací povinnost každého občana.

A) Alkohol

Stanoviska vyplývající ze Školního řádu: Prodej nebo podávání alkoholických nápojů osobám mladším 18 let je v ČR zakázáno. Zakázáno je rovněž osobám mladším 18 let alkohol nabízet, anebo je v konzumaci alkoholu podporovat. Školním řádem škola stanoví zákaz užívání alkoholu v prostorách školy v době školního vyučování i na všech akcích školou pořádaných. Podávání alkoholických nápojů osobám mladším 18 let může být trestným činem nebo přestupkem.

Doporučené postupy při výskytu alkoholu stanoví Školním řádem:

Konzumace alkoholu ve škole:

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

12. V případě podezření na intoxikaci žáka může pedagogický pracovník provést orientační test na přítomnost alkoholu (dechová zkouška), ale pouze na základě předem získaného souhlasu zákonného zástupce nebo zletilého žáka či studenta s orientačním testováním žáka na přítomnost alkoholu. O události sepiše pedagogický pracovník stručný záznam s vyjádřením žáka.
13. Obdobný postup zvolí pedagogický pracovník i v případě příchodu žáka do školy pod vlivem alkoholu, resp. kdy nelze prokázat, že se žák intoxikoval ve škole.

Nález alkoholu ve škole:

1. V případě, kdy pracovníci školy naleznou v prostorách školy alkohol, postupují takto:

1. Tekutinu nepodrobují žádnému testu ke zjištění jeho chemické struktury.
2. O nález ihned uvědomí vedení školy.
3. Nalezenou tekutinu uloží u vedení školy pro případ usvědčujícího důkazu.
4. Zpracují stručný záznam o události.

2. V případě, kdy pracovníci školy zadrží u některého žáka alkohol, postupují takto:

1. Zabavenou tekutinu nepodrobují žádnému testu ke zjištění její chemické struktury.
2. O nález ihned uvědomí vedení školy.
3. O nález sepiší stručný záznam, s vyjádřením žáka, u kterého byl alkohol nalezen, datum, místo a čas nálezů a jméno žáka. Zápis podepíše i žák, u kterého byl alkohol nalezen (nebo který jej odevzdal). V případě, že podepsat odmítá, uvede pracovník tuto skutečnost do zápisu. Zápisu a rozhovoru se žákem je přítomen/na ředitel/ka školy nebo její/jeho zástupce. Zápis záznamu založí školní metodik prevence do své agendy.
4. O nález vyrozumí zákonného zástupce žáka, a v případě, že se jedná o opakovaný nález u téhož žáka, i orgán sociálně-právní ochrany dítěte, kterým je obecní úřad obce s rozšířenou působností.
5. V případě podezření, že alkohol obsahuje i jiné příměsi a byl nalezen u žáka, který se jím intoxikoval, předají zajištěnou tekutinu přivolanému lékaři.

B) Další omamné a psychotropní látky:

Stanoviska vyplývající ze školního řádu (č.j.: A/846/2015):

Zakázána je výroba, distribuce, přechovávání, šíření i propagace omamných a psychotropních látek, a to bez ohledu na věk žáka a prostředí, ve kterém by k tomu docházelo. Zakázáno je rovněž navádění k užívání těchto látek.

1. Tímto školním řádem škola stanovuje zákaz užívání OPL a jejich distribuci a přechovávání. Současně stanovuje zákaz vstupu do školy pod jejich vlivem. Školním řádem stanovuje rovněž tyto sankce za porušení zákazu: napomenutí třídního učitele, důtka třídního učitele, důtka ředitele školy. Porušení zákazu bude vždy projednáváno na pedagogické radě za účelem hodnocení klasifikace chování žáka.

2. Ten, kdo se hodnověrným způsobem dozví, že jiný připravuje nebo páchá trestný čin nedovolené výroby a držení omamných a psychotropních látek a jedů podle § 187 a 188 19 a spáchání nebo dokončení takového trestného činu nepřekazí, se sám vystavuje trestnímu stíhání. Překazit takový čin lze tím, že ho včas oznámí orgánům Policie ČR nebo státnímu zástupci.

Doporučené postupy při výskytu OPL stanovené Školním řádem:

Konzumace OPL ve škole:

1. V případě, kdy je žák přistižen při konzumaci OPL v prostorách školy nebo v době školního vyučování, či v rámci akcí školou pořádaných, je primárně nutné mu v další konzumaci zabránit.
2. Návykovou látku je třeba žákovi odebrat a zajistit ji, aby nemohl v konzumaci pokračovat.
3. Podle závažnosti momentálního stavu žáka, případně dalších okolností, pedagogický pracovník posoudí, jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí.
4. V případě, kdy je žák pod vlivem OPL do té míry, že je ohrožen na zdraví a životě, zajistí škola nezbytnou pomoc a péči a volá lékařskou službu první pomoci.
5. Jestliže akutní nebezpečí nehrozí, postupuje pedagogický pracovník podle školního řádu školy. Především ihned zajistí vyjádření žáka a vyrozumí vedení školy.
6. V případě, že žák není schopen pokračovat ve vyučování, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole.
7. V případě, že žák není schopný dbát pokynů zaměstnanců školy, vyrozumí škola ihned zákonného zástupce a vyzve jej, aby si žáka vyzvedl, protože není zdravotně způsobilý k pobytu ve škole.
8. Jestliže není zákonný zástupce dostupný, vyrozumí škola orgán sociálně právní ochrany a vyčká jeho pokynů. Škola může od orgánu sociálně-právní ochrany obce vyžadovat pomoc.
9. Zákonnému zástupci ohlásí škola skutečnost, že žák konzumoval OPL ve škole i v případě, kdy je žák schopen výuky (dbát pokynů pracovníků školy).
10. Současně splní oznamovací povinnost k orgánu sociálně-právní ochrany dítěte. Oznamovacím místem je příslušný odbor obce s rozšířenou působností podle místa bydliště dítěte.
11. V případě uživatelova zájmu nebo zájmu jeho zákonných zástupců, poskytne škola informace o možnostech odborné pomoci při řešení takové situace.
12. Z konzumace OPL ve škole je třeba vyvodit sankce stanovené školním řádem. Nicméně je nutné rozlišovat distributora od uživatele. Uživatel je nebezpečný pouze sobě, distributor všem. Distribuce je trestným činem, užívání OPL je porušením školního řádu.
13. Navádění jiných žáků k užívání návykových látek je považováno rovněž za nebezpečné a protiprávní jednání.
14. O události sepíše pedagogický pracovník stručný záznam s vyjádřením žáka.
15. Obdobný postup zvolí pedagogický pracovník i v případě příchodu žáka do školy pod vlivem OPL, resp. kdy nelze prokázat, že se žák intoxikoval ve škole.

Distribuce OPL ve škole:

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

4. Jestliže se tohoto jednání dopustila osoba mladší 18 let nebo bylo namířeno proti osobě mladší 18 let, vyrozumí škola také zákonného zástupce a orgán sociálněprávní ochrany obce s rozšířenou působností.
5. Pokud v rámci tohoto podezření zajistí pracovníci školy nějakou látku, postupují způsobem popsaným níže.

Nález OPL ve škole:

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

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

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

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

V případě, kdy pracovníci školy mají podezření, že některý z žáků má nějakou OPL u sebe, postupují takto:

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

C) Kouření

Stanoviska vyplývající ze Školního řádu:

Ve vnitřních i vnějších prostorách všech typů škol je zakázáno kouřit. Kouřit zde nesmějí žádné osoby a není možné ani zřizovat kuřárny nebo místa pro kouření vyhrazená. Prostor školy je označen viditelným textem doplněným grafickou značkou zákazu kouření. Takto jsou označeny vnitřní i vnější prostory. Kouření v prostorách školy je zakázáno pod sankcemi uvedenými ve vyhlášce o základním vzdělávání.

V případě konzumace tabákových výrobků ve škole a na akcích školou pořádaných se postupuje takto:

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

6) NETOLISMUS

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

Projevy netolismu:

- Méně vykonané práce
- Pocit prázdnoty, když není člověk u počítače
- Ztráta kontroly nad časem stráveným u počítače
- Brzké vstávání k počítači nebo ponocování u počítače
- Rostoucí nervozita a neklid, když člověk delší dobu nemůže hrát
- Přemýšlení o počítači, když ho člověk zrovna nepoužívá
- Krádeže peněz na nákup her
- Stále více a více času potřebného k uspokojení ze hry
- Zkreslování, zatajování informací o své závislosti
- Hraní kvůli úniku od osobních problémů
- Narušené vztahy s rodinou
- Zanedbávání učení
- Opouštění dřívějších zájmů a přátel
- Zhoršující se školní výsledky

Prevence:

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

Postup:

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

7) RASISMUS, XENOFobie, EXTREMISMUS, ANTISEMITISMUS

Jedná se o projevy rizikového chování, které vychází z předsudků a směřují k útokům na určité skupiny osob, zpravidla menšin. Společným jmenovatelem jsou negativně zevšeobecňující postoje ke skupině osob, které vykazují určité společné znaky (obvykle zvenku pozorovatelné, např. barva kůže). Od všech osob ve skupině se pak očekávají stejné negativní charakteristiky, individuální vlastnosti jsou přehlíženy nebo pokládány za výjimku z pravidla. Negativní předsudečná stereotypizace může vést k ostrakizaci jinak smýšlejících jedinců z kolektivu, ale i verbálním či fyzickým útokům na zástupce menšin.

Rasismus vychází z přesvědčení o významnosti rasových znaků pro psychické, mentální či sociální rozdíly mezi lidmi. Rasistické chování příslušníky různých skupin nepřiměřeně nebo negativně hodnotí a případně (ve formě „tvrdeho rasismu“) je i poškozují.

Xenofobii charakterizují projevy odporu a nedůvěry ke všemu cizímu. Konkrétním projevem je nepřátelství k lidem jiné barvy pleti, jiné národnosti, jazyka, náboženského přesvědčení, kultury. Za extremistické chování lze považovat takové, které je konáno ve prospěch hnutí a ideologií, která směřují proti základům demokratického právního státu. Ideologie pravicového extremismu v různých podobách kombinuje rasismus, nacionalismus, antisemitismus, homofobii a nenávist vůči ideologickým oponentům. Pravicový extremismus mívá často rovinu politickou – vedle útoků na příslušníky daných skupin usiluje o celkovou přestavbu společnosti podle svých představ (např. omezení volebního práva a jiných demokratických svobod).

Antisemitismus je projevem nenávisti vůči konkrétnímu etniku – Židům a jejich náboženství judaismu.

Rizikové typy chování žáků:

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

Primární prevence intolerance:

- Žákům je třeba zprostředkovávat demokratické hodnoty a principy lidských práv a tolerance.
- Se žáky hovoříme o extremismu a o negativních spojeních s minulostí a současností extremismu, rasismu, xenofobie a antisemitismu a možnostech sankcí za projevy extremismu a souvisejících jevů.

Doporučené postupy v případě zjištění intolerance:

1. Je třeba zjistit hloubku extremistického přesvědčení u jednotlivců, případně vazby na extremistickou skupinu mimo školu. Zároveň je třeba zjistit rozšíření uvedených postojů v kolektivu, třídě, škole.
2. Je třeba okamžitě a razantně vystoupit proti projevům intolerance mezi žáky.
3. V případě zjištění hlouběji zakotvených postojů (opakované verbální či vizuální projevy s možným extremistickým podtextem, účast žáka v extremistické partě, užití násilí s extremistickým podtextem) informujeme rodiče a nabídneme jim spolupráci.
4. V případě závažných projevů (především násilných) informujeme Policii České republiky (podezření na promyšlenou a extremisticky, rasisticky, xenofobně nebo antisemitsky motivovanou činnost a na takto motivované vážnější formy násilí).
5. Ve výuce se zaměříme na výuku této problematiky, pozveme experty k diskuzi se žáky.
6. Vzhledem k závažnosti tohoto tématu TU neprodleně zajistí bezpečnost případné oběti, dále oznámí skutečnost zák. zástupcům agresora i oběti a postupuje dle preventivního plánu proti šikaně, popř. informuje PČR dle závažnosti situace a případnému ohrožení bezpečí oběti.
7. Pokud se jedná o propagaci bez konkrétní oběti, je potřeba informovat rodiče žáků, se žáky provést okamžitou intervencí na dané téma, pokud je situace mimo kontrolu, přizvat odpovědné a odborné instituce na pomoc s intervencí.
8. Přestupek je hodnocen různými stupni výchovných opatření (viz Školní řád).

8) HOMOFOBIE

Homofobie je obava z homosexuálních osob, která může vést k odporu až nenávisti a může se stát základem pro zesměšňující či ubližující chování vůči homosexuálním lidem nebo vůči lidem, u nichž je homosexualita (i mylně) předpokládána.

Primární prevence homofobie:

- Pedagog by měl zastávat citlivý přístup k žákům a studentům, jejichž pohlavní či sexuální identita je odlišná či diskutabilní. Je nanejvýš vhodné nesnažit se tuto odlišnost veřejně komentovat, zvláště pak negativním způsobem. Naopak je vhodné reagovat na eventuální homofobní poznámky ze strany žáků a studentů. Je vhodné připomenout, že příslušníci těchto menšin mají nejen podle zákona stejná práva.
- Především je ale třeba sledovat vztahy v třídním kolektivu a podporovat integraci těch studujících, kteří jsou v něm znevýhodněni. Vývoj homofobní šikany v mnoha směru odpovídá vývoji jiných typů šikany a platí zde, že včasné zaznamenání a řešení problémů ve vztazích ve třídě může zabránit vzniku mnohem vážnějších a obtížně řešitelných problémů spojených s již rozvinutou šikanou. V žádném případě není vhodné snažit se před třídním kolektivem analyzovat sexuální orientaci nebo genderovou identitu některého z žáků.

Doporučené postupy v případě zjištění homofobních projevů, problémů se sex. orientací žáka:

- Má-li pedagog důvody domnívat se, že některý ze žáků či studentů má problémy přímo se svou sexuální orientací či pohlavní identitou, respektive s homofobní šikanou, je jistě možné s žákem promluvit, avšak eventuální řešení intrapsychických problémů či problémů ve vztazích s rodinou je vhodné přenechat spíše na odbornících.
- Méně výrazné projevy homofobie může řešit pedagog sám za pomoci školního metodika prevence, psychologa či odborníka z některé nevládní neziskové organizace. V případech závažnějších forem homofobních projevů, zejména rozvinuté šikany je vhodné kontaktovat především pracovníky pedagogicko-psychologických poraden. Je-li podezření na spáchání trestného činu, potom je třeba kontaktovat Policii ČR v souladu s pokynem MŠMT.

9) SEXUÁLNĚ RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ

Jedná se o takový soubor projevů chování, které doprovázejí sexuální aktivity a současně vykazují pro jedince rizika v různých oblastech (zdravotní, sociální atd.). Lze sem zařadit např. předčasný začátek pohlavního života (do této skupiny řadíme také zvýšenou konzumaci pornografie před 15 rokem života), výrazně promiskuitní chování, prostituční chování, zveřejňování intimních fotografií na internetu či jejich zasílání mobilním telefonem, rizikové sexuální praktiky, vaginální, anální a orální styk bez použití kondomu mimo dlouhodobé partnerství, kde se předpokládá věrnost partner, kombinace užívání návykových látek a rizikového sexu, sexuální zneužívání ve všech jeho formách, apod.

V rámci sexuální výchovy (výchovy k reprodukčnímu zdraví) je nutné motivovat žáky k vytvoření zdravých postojů v této oblasti. Je žádoucí, aby si žáci osvojili odpovědné chování, rozhodování a komunikaci v situacích souvisejících se sexuálním zdravím. Nebezpečí hrozí z hlediska celospolečenského v souvislosti s využíváním internetu, s komercializací sexu, sexuálním zneužíváním, zvyšuje se počet výskytu pohlavně přenosných chorob, narůstá počet HIV pozitivních, rozmáhá se homofobie. K sexuální výchově přistupujeme systematicky, jelikož se jedná o dlouhodobé, záměrné, cílevědomé působení na žáka.

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

Primární prevence sexuálního chování:

- Preventivní programy přizpůsobit věku a vzdělání cílové skupiny
- Předávat informace o způsobech ochrany před nemocemi
- Informovat o tom, co je sexuální zneužívání a rizikové sexuální chování
- Upozorňovat na práva dítěte a důstojnost člověka
- Podporovat tvorbu zdravých postojů k vlastnímu tělu, vztahům a sexuálnímu chování
- Minimalizovat projevy nesnášenlivosti, předsudky apod. v oblasti vztahů, sexu a sexuální orientace
- Zabezpečit lepší spolupráci školy a rodiny
- Propojit zdravotní, sociální a výchovné intervence

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

- Pokud ho dítě neprovádí v soukromí
- Pokud vznikne podezření, že při něm nějak zraňuje sebe nebo někoho dalšího
- Pokud se ze sexuálního chování stane nutkové chování (to znamená, že tomuto chování dítě věnuje tolik prostoru, že zanedbává svoje běžné povinnosti, hygienu, přátele, učení a podobně).

Doporučené postupy při řešení sexuálně rizikového chování:

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

Situaci řešit v tomto pořadí:

1. Třídní učitel
2. Školní metodik prevence, výchovný poradce
3. Vedení školy
4. Zákonní zástupci žáka, žáci
5. OSPOD
6. Další odborník (psycholog, sexuolog, psychoterapeut).

Nevhodné postupy:

- zastrašování, multimediální akce a kampaně

V případě, že se jedná o patologii rodiny, je vhodné doporučit psychoterapeutickou pomoc. Dospělý je povinen chránit a prosazovat nejlepší zájem dítěte. Zjištěné násilí páchané na dítěti (i sexuální) je povinen ohlásit Orgánům sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD) nebo na Policii ČR. Další možnost, jak ohlásit zjištěné násilí na dětech anonymně, nabízejí internetové stránky <http://www.protikorupcni-linka.cz/cz/Obecna-temata/Nasili-na-detech>

10) PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY

Nemocem, které řadíme mezi poruchy příjmu potravy, se odborně říká mentální anorexie, bulimie a záchvatové přejídání. Tyto poruchy se nejčastěji objevují u dívek v adolescentním věku, trpí jimi i chlapci. Bulimie a mentální anorexie se mohou vyskytovat každá zvlášť nebo i obě zároveň. Cesta k uzdravení není jednoduchá, málokterá dívka (chlapec) se dokáže z bludného kruhu dostat bez pomoci odborníků.

Pro obě poruchy je příznačný nadměrný strach z tloušťky, nespokojenost s tělem a nadměrná snaha o dosažení štíhlosti a její udržení.

Základním kritériem anorexie je nízká tělesná hmotnost a aktivní snaha hubnout nebo nepřibrat (nemocní někdy popírají snahu hubnout, ale mluví o zdravé výživě a životním stylu). Postupně si zvykají na snížený příjem energie, nadměrnou sebekontrolu v jídle a často i zvýšený energetický výdej, snadno se cítí přejedeni.

Mentální bulimie je porucha charakterizovaná zejména opakujícími se záchvaty přejídání, spojenými s přehnanou kontrolou tělesné hmotnosti.

Příznaky:

- Rychlé zhubnutí
- BMI index je 17,5 a méně
- Zvracení s jakoukoliv argumentací
- Vnímá sebe sama jako příliš tlustou/tlustého
- Nespavost, nesoustředěnost
- Při vzniku onemocnění před pubertou je tato opožděna či zastavena
- Kožní problémy a zhoršená kvalita vlasů

Primární prevence poruch příjmu potravy:

- Důraz na nebezpečí jednostranných nebo extrémních postojů ve výživě, životním stylu, ve sportu
- Dobrá školní jídelna, dbající na správné stravovací návyky
- Včasná intervence u rizikových jedinců, interaktivní programy, rozvoj všeobecných aktivit, zájmů
- Zaměřit se na předcházení nevhodných redukčních diet a prostředků na zhubnutí (důraz ne na nebezpečnost, ale na neúčinnost)
- Předcházet šikaně pro vzhled, oblečení, tělesný výkon, to, co žák jí nebo pije

Doporučené rady při podezření nebo zjištění onemocnění:

- Informovat třídního učitele, výchovného poradce, metodika prevence a následně třídní učitel informuje rodiče.
- Rodiče informujeme vždy, když dítě výrazně zhubne, opakovaně bylo přistiženo, že zvrací (stačí informace od vrstevníků).
- Pokud rodiče odmítají řešit situaci, je nutné se spojit s pediatrem, popř. OSPOD (možnosti a limity pedagoga).
- Doporučit nebo zprostředkovat kontakt s lékařem nebo psychologem.

11) KRÁDEŽE A VANDALISMUS

Krádeže, zejména mobilních telefonů, a ničení školního majetku, jsou nejčastějšími formami protiprávního jednáním, se kterými se lze v prostředí škol setkat.

Primární prevence krádeží stanovena Školním řádem: Krádeže jsou protiprávním jednáním, a jakmile se škola o takovém jednání dozví, bude tuto skutečnost hlásit orgánům činným v trestním řízení, nebo doporučí poškozenému (jeho zákonnému zástupci), aby se na tyto orgány obrátil.

Nošení cenných věcí (zejména věcí malých rozměrů) do školy je rizikové chování, které může vést k jejich odcizení. Škola doporučuje zákonným zástupcům, aby žáci nenosili do budovy cenné věci, případně je mohou odkládat na místa k tomu určená. Pokud takové místo žáci nemají stanoveno, platí pro ně zákaz odkládání těchto věcí. Pedagogové vedou žáky k tomu, aby dokázali protiprávní jednání rozpoznat, byli všímaví vůči svému okolí a v případě, kdy budou svědky takového jednání, ohlásili věc pedagogickému pracovníkovi školy.

Doporučený postup při nahlášené krádeži žákem:

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

Prevence vandalismu stanovena Školním řádem: Každý žák je odpovědný za škody, které svým jednáním způsobil, a proto po něm bude škola požadovat náhradu, jestliže škodu způsobil úmyslně nebo z nedbalosti. V poučeních o bezpečnosti a ochraně zdraví je třeba se problematice vzniklých škod věnovat a žáky opakovaně upozorňovat na jednání, které k poškození majetku vede a jak se takovému jednání vyhnout.

Doporučený postup při zjištění vandalismu:

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

12) SYNDROM CAN – SYNDROM TÝRÁNÉHO, ZNEUŽÍVANÉHO A ZANEDBÁVANÉHO DÍTĚTE

Jedná se o jakoukoliv formu týrání, zneužívání a zanedbávání dětí, která je pro naši společnost nepřijatelná. Kromě fyzického týrání a sexuálního zneužívání (bod 11) sem patří i psychické týrání a zanedbávání dítěte.

Dítě nejčastěji poškozuji jeho rodiče a další členové rodiny.

Důležitá je všímavost pedagoga, zda dítě nese nějaké stopy týrání. Jde o změny chování žáka či o fyzické známky vypovídající o násilném zacházení s dítětem.

A) Fyzické týrání

Za fyzické (tělesné) týrání považujeme vědomé tělesné ublížení dítěti anebo nezabránění ublížení či utrpení dítěte, včetně úmyslného otrávení nebo udušení dítěte – pokud je jasné či existuje důvodné podezření, že zranění bylo způsobeno anebo mu vědomě nebylo zabráněno. Tělesné týrání se rozlišuje podle své povahy na aktivní a pasivní.

Příznaky a změny chování při fyzickém týrání:

- Poranění nebo popáleniny na kůži dítěte nevysvětlitelného původu, zvláště vyskytují-li se opakovaně.
- Nepravděpodobná zdůvodnění těchto poranění dítětem, či o ně pečující dospělou osobou
- Nechuť dítěte o těchto poraněních hovořit
- Lysiny, pohmožděniny.
- Otisky různých předmětů a rukou na těle
- Neochota dítěte odhalovat tělo (v teplých dnech), strach ze svlékání (před hodinou TV)
- Škrábance, vyražený nebo ulomený zub, natržený ušní boltec, opakované zlomeniny, poranění měkkých částí dutiny ústní
- Celková stísněnost a nezáměr o dění kolem
- Zvýšená opatrnost v kontaktu s dospělými
- Úzkost a vyděšené reakce v přítomnosti konkrétních dospělých osob
- Zvýšená citová dráždivost a agresivní projevy na sebemenší podněty
- Váhání s odchodem domů po vyučování
- Strach z rodičů, neochota a rozladěnost před návratem domů
- Sklon k sebetřýznění
- Agresivita vůči ostatním
- Útěky z domova, záškoláctví
- Zhoršení (náhlé) prospěchu.
- Náhlá ztráta kamarádů (sociální izolace)
- Obtíže v sociální komunikaci, vyhýbavé chování
- Snížené sebehodnocení dítěte

B) Sexuální zneužívání dětí

Za sexuální zneužívání dětí je považováno jakékoli nepatřičné vystavení dítěte sexuálnímu kontaktu, činnosti či chování. Zahrnuje jakékoli sexuální dotýkání, styk či vykořisťování kýmukoli, komu bylo dítě svěřeno do péče, anebo kýmukoli, kdo se s dítětem dostal do nějakého kontaktu. Pohlavní zneužívání se dělí na dotykové a bezdotykové.

Příznaky sexuálního zneužívání dětí:

- Poranění pohlavních orgánů
- Záněty pohlavních orgánů
- Předčasné zahájení sexuálního života
- Bolesti břicha
- Noční pomočování
- Poruchy příjmu potravy
- Lítostivost, plačtivost
- Smutek, apatie, deprese
- Vztek, hněv, agrese
- Po vyučování dítě nespěchá domů

C) Zanedbávání dětí**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

Projevy v chování dítěte:

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

Primární prevence syndromu CAN:

Primární nespecifická prevence spočívá v posilování sebevědomí dítěte, schopnosti říci „ne“, podpoře funkčních sociálních vztahů aj. V rámci prevence by se škola měla zaměřit zejména na rozvoj schopnosti řešit konfliktní situace nenásilným a bezpečným způsobem. Děti by měly mít informace o nebezpečných situacích, kdo jim a jak může pomoci v případech ohrožení.

Primární prevence specifická spočívá zejména v seznámení dětí s jejich právy a povinnostmi, a to adekvátně jejich věku. Děti by měly být seznámeny zejména s tímto:

- Domácí násilí má různé formy
- Násilné chování v rodině není omluvitelné – jsou hranice, které by ani rodič neměl překročit
- Za násilí může ten, kde jej koná, protože si sám volí, jak se bude chovat
- Existují tabu zóny na těle dítěte
- Každý má právo rozhodovat o sobě samém
- Co dělat, pokud se dítě setká s prvními projevy týrání, zneužívání či zanedbávání
- Na koho se v rámci školy mohou obrátit se svými starostmi (školní psycholog, výchovný poradce, metodik prevence, třídní učitel, ten, komu dítě důvěřuje) i mimo školu
- Jak říci NE
- Jak vypadají zdravé a nezdravé vztahy
- Proč si někdo nechá násilí líbit a nedokáže říci „Stop“
- Jak zvládat vztek

Doporučené postupy při zjištění zneužívání dětí:

- Při podezření, nebo když se dítě svěří pedagogovi a bude žádat pomoc, by měl učitel následné kroky diskutovat s výchovnou poradkyní, metodikem prevence a ředitelem školy. Vyšetření je vhodné přenechat odborníkům, kteří zjistí, zda se jedná o důvodné podezření.
- Rozhovor s dítětem nemusí vést pouze třídní učitel, ale i jakýkoliv jiný zaměstnanec školy, kterému žák důvěřuje. Vystoupení týraného dítěte z anonymity je to nejtěžší, co po něm můžeme chtít!
- ***Učitel by neměl nutit dítě mluvit o detailech, ale spíše mu naslouchat a zprostředkovat možnosti řešení situace.*** Pokud se dítě učiteli svěří nebo učiteli něco naznačí, učitel by měl dítěti naslouchat, snažit se mu porozumět, věřit mu. Po uskutečnění rozhovoru by si měl vše zapsat.
- Další informace je možné získat od spolužáků či sourozenců.
- V procesu ochrany dítěte z pohledu pedagoga by také neměl chybět rozhovor s rodiči dítěte. Účelem tohoto rozhovoru není pouze informovat rodiče o problému, ale i o doplnění dosavadních informací a potvrzení podezření, že je dítěti v rodině ubližováno. Můžeme tak i zjistit, že skutečnou příčinou žákova neobvyklého chování je něco jiného než domácí týrání.
- V kontaktu s rodiči by měl učitel postupovat maximálně opatrně, nevyslovovat žádné dohady ani obvinění. Rodičům pouze sdělí důvod obav o dítě, ale měl by se při tom vyhnout odkazům na sdělení samotného dítěte.
- V případě, že je podezření pravdivé a dítě je v rodině skutečně ohroženo, je pravděpodobné, že budou rodiče reagovat agresivně a zaujmou obrannou pozici ještě dříve, než je podezření zcela vysloveno.
- Pokud má pedagog podezření, že se násilí netýká jen dítěte, ale i jednoho z rodičů, je vhodné s ním hovořit také o samotě, bez potenciálního pachatele domácího násilí.

- V případě, že se dítě stalo obětí zneužívání mimo rodinu, budou rodiče pravděpodobně reagovat odlišně. Budou spolupracovat a uvítají jakékoli aktivity zaměřené na prokázání zneužívání, ubližování a ochranu dítěte. Zjištění, že bylo jejich dítě fyzicky týráno, sexuálně zneužito je pro rodiče obrovský šok. Mohou prožívat návaly hněvu a agresivity spolu s pocity viny a selhání. V této situaci je vhodné jim doporučit návštěvu psychologa, jehož terapeutická první pomoc a péče je pro ně stejně důležitá, jako pro jejich dítě.
- V případě zjištění syndromu CAN učitel nepostupuje sám, dle závažnosti informuje pediatra, OSPOD, místní oddělení Policie České republiky, či další odborníky.
- Pokud má učitel jistotu, že byl spáchán trestný čin, má ze zákona povinnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení.
- Pokud má podezření, zákon určuje školskému zařízení za povinnost nahlásit tuto skutečnost na OSPOD.

13) RIZIKOVÉ SPORTY

Jedná se o relativně novou formu rizikového chování z hlediska masového rozšíření. Toto rizikové chování lze definovat jako záměrné vystavování sebe nebo druhých nepřiměřeně vysokému riziku újmy na zdraví nebo dokonce přímému ohrožení života v rámci sportovní činnosti.

Patří sem např. nekvalitně připravené raftové sjezdy divokých řek bez potřebného vybavení a zkušeností, snowboarding v lavinových polích nebo extrémní sjezdy horských kol v nebezpečném terénu bez ochranných pomůcek.

Primární prevence rizikových sportů:

- Použití multimediálních pomůcek – ilustrace prostřednictvím audiozáznamu, PC her, přehrávání scének, různých ilustrovaných materiálů

Doporučený postup při zjištění rizikového sportu:

Při zachycení signálu, že se žák (žáci) věnuje extrémně nebezpečnému sportu, okamžitě informovat rodiče, intervence na téma bezpečnost a ochrana zdraví, odpovědnost za svůj život a zdraví. Vyučující, který daný fakt zjistí, informuje:

- Třídního učitele
- Metodika prevence, výchovného poradce
- Vedení školy
- Zákonného zástupce
- V odůvodněných případech je dále možné kontaktovat OSPOD či Policii České republiky.

Doporučený postup v případě drobného úrazu:

1. Úraz ošetří pedagog přítomný na výuce (dozoru, je-li přestávka).
2. Ošetřující pedagog nahlásí úraz třídnímu učiteli žáka a zapíše úraz do Knihy úrazů
3. Třídní učitel dle závažnosti úrazu informuje zákonné zástupce žáka, případně je vyzve k vyzvednutí žáka, je-li třeba následné lékařské vyšetření/ošetření.

Doporučený postup v případě vážného úrazu:

1. První pomoc při úrazu poskytne pedagog přítomný na výuce (dozoru, je-li přestávka), zavolá (je-li to nutné) záchrannou službu 155.
2. Nahlásí úraz třídnímu učiteli, řediteli školy, metodikovi prevence a výchovnému poradci a zapíše úraz do Knihy úrazů
3. Škola (třídní učitel) telefonicky informuje zákonné zástupce žáka.
4. Nasvědčují-li zjištěné skutečnosti tomu, že v souvislosti s úrazem byl spáchán trestný čin nebo přestupek, nebo jedná-li se o smrtelný úraz, podá ředitel školy hlášení místně příslušnému útvaru Policie ČR.
5. Třídní učitel žáky seznámí s událostí, provede opětovné poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví, předcházení úrazům (zapíše do ŽK a TK).

14) RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ V DOPRAVĚ

Jde o takové jednání, které vede v k dopravním kolizím a následně k úrazům nebo úmrtím.

Podle cílové skupiny:

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

Podle věku:

- I. stupeň základní školy – chodec, cyklista a cestující hromadnou dopravou
- II. stupeň základní školy – cyklista, cyklista v dopravním provozu, řidič mopedu a motocyklu
do 50 cm³, spolujezdec

Podle typu rizikového chování:

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

Rizikové faktory:

- Nedostatek kladných vzorů v rodině
- Nedostatečné vzdělání (dopravní výchova)
- Osobnostní faktory – připravenost k agresivnímu jednání
- Vyhledávání vzrušení
- Úzkostnost, depresivita, nízká sebekontrola
- Nedostatečná anticipace rizika
- Problematický vztah k autoritě

Zastřešující organizací pro bezpečnost silničního provozu je BESIP, působící při Ministerstvu dopravy ČR.

Na komunální úrovni se jedná o tyto partnery:

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

Primární prevence rizikového chování v dopravě:

Dopravní výchova

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

Práce s rodinou

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

Práce s osobností dítěte

Pozorování při dopravní výuce.

Doporučený postup v případě zjištění rizikového chování:

Při zachycení signálu, že se žák (žáci) rizikově chová v dopravě, okamžitě informovat rodiče, intervence na téma bezpečnost a ochrana zdraví, odpovědnost za svůj život a zdraví. Vyučující, který daný fakt zjistí, informuje:

- Třídního učitele
- Metodika prevence, výchovného poradce
- Vedení školy
- Zákonného zástupce
- V odůvodněných případech je dále možné kontaktovat OSPOD či Policii České republiky, a to zejména v případě, kdy jsme svědky aktivit žáků, které mohou vést k dopravním nehodám..

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

15) HAZARDNÍ HRANÍ

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

Patří sem:

- Peněžité nebo věcné loterie (losy)
- Tomboly
- Číselné loterie a okamžité loterie
- Bingo
- Dostihové a jiné sportovní sázky
- Sázkové hry v kasinu
- Výherní hrací přístroje
- Karetní hry
- Sázkové hry na internetu
- On-line hazardní hry

Možné příznaky hazardního hraní u žáka a související problémy:

- Chlubení se hrou a výhrami
- Používání hráčského slangu
- Lhaní
- Utrácení peněz
- Záškoláctví
- Změny nálad
- Výbušnost, popudlivost
- Stranění se kolektivu, samotářství, uzavřenost, nízká sebedůvěra
- Myšlenky na hru
- Problémy doma i ve vztazích a v kolektivu
- Zhoršení prospěchu
- Krádeže doma a ve škole
- Závislost na hraní počítačových her a na internetu
- Dluhy, finanční problémy, trestná činnost

Primární prevence hazardního hraní

- Zvýšení informovanosti žáků o rizicích hazardního hraní, odhalování matematických a statistických principů sázek (iluze o rychlém zbohatnutí, o zajímavosti hry, únik před osobními, rodinnými, citovými nebo pracovními problémy).
- Budování finanční gramotnosti žáků (dluhové pasti, hospodaření s domácím rozpočtem, bezpečnost při vedení účtů).

Vhodný přístup k hazardnímu hraní:

- Identifikovat problém, citlivě na něho reagovat.
- Nebagatelizovat ho.
- Zmapovat situaci ve třídě - názory, informace o problematice.
- Tvorba nástěnky nebo předání informací o rizicích, hráčských bludech, kontaktech na odbornou pomoc.
- Živé interaktivní učení - podporovat zájem a zvědavost vhodnými zábavnými metodami.
- Využívat směrodatné vzory, pokud možno z blízkého okolí.
- vést otevřenou hodnotově orientovanou diskusi se žáky.

Nevhodný přístup k hazardnímu hraní:

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

Postup:

- V případě podezření, že se nezletilý žák věnuje hazardnímu hraní, by měl pedagog v první řadě informovat rodiče žáka.
- Pokud rodiče odmítají spolupracovat s pracovníkem školy, je škola oprávněna vyrozumět obecní úřad a OSPOD.
- Pokud má pedagog důvodné podezření, že byl v souvislosti s hazardním hraním spáchán trestný čin (krádež, podvod, ublížení na zdraví atp.), měl by o této situaci informovat ředitele školy, vyhotovit písemný zápis a obrátit se na orgány činné v trestním řízení – Policie ČR

16) NOVÁ NÁBOŽENSKÁ HNUTÍ A JEJICH NEGATIVNÍ VLIV

Jedná se o určitou ohraničenou sociální skupinu, jejíž členové sdílejí ideologický koncept, jehož prostřednictvím se skupina vymezuje vůči svému okolí, a dochází při tom k postupné sociální izolaci, manipulaci a ztrátě soukromí. Převažují zde autoritářství, uzavřenost a další sektářské tendence. Rizikovým faktorem, který zvyšuje pravděpodobnost vyhledání sekty či jiné ohrožující skupiny, je u mladistvých touha po neobvyklém a zakázaném, snaha „dokázat“ svou hodnotu či odvahu nebezpečným chováním. Členství může být provázáno s vyšší pravděpodobností užívání marihuany, alkoholu či sklonem k rizikovému sexuálnímu chování.

Příznaky:

- Izolovanost, relativní uzavřenost
- Pocit výlučnosti
- Udržování nonkonformního opozičního postavení
- Změna v oblékání, chování

Primární prevence negativního působení NNH:

- Seznámit žáky s riziky a praktikami těchto skupin
- Umět zmapovat existenci (skutečnost) a základní charakteristiku konkrétních sekt v ČR
- Naučit žáky rozlišovat mezi sektou a tradičním náboženstvím a možnostmi pojetí/výkladu tradičních náboženství
- Vymezit pojem sekta, jeho významové roviny
- Seznámit žáky s možnými riziky vstupu do sekty a s procesem závislosti na sektě
- Zabývat se základními předpoklady inklinace lidí k těmto skupinám (osobní krize – potřeba bezpečí, potřeba spirituálního rozměru, sociálního kontaktu, emoční a intelektová vyzrálост)
- Umět diskutovat se žáky o dané tematice a snažit se odpovědět na případné dotazy
- Vždy naslouchat svým žákům, mít přehled o tom, jaké jsou mezi nimi aktuální informace – co čtou, poslouchají, sledují v TV.
- Nikdy striktně nekázat a neodsuzovat.
- Vyhýbat se tabuizaci některých témat – mluvit se dá i o satanismu, jde jen o to, jak.
- Poskytovat co nejobjektivnější informace za využití všech dostupných uvedených zdrojů.
- Nikdy nezesměšňovat a ne degradovat (nejen mediální) „idoly“.

Doporučené postupy při zjištění:

- V případě podezření na konkrétní problém v okolí se snažit získat co nejvíce informací.
- V případě rozhodnutí jednat snažit se konzultovat s odborníky.

U každého podezření na výskyt osob ovlivněných novými náboženskými směry ve škole by měly být informovány tyto osoby:

- Ředitel školy
- Zákonný zástupce ovlivněného žáka
- Třídní učitel

V odůvodněných případech je dále možné kontaktovat metodika prevence, výchovného poradce, OSPOD či Policii České republiky.

V případě rozhodnutí jednat je nutné vše konzultovat s odborníky. Pokud je rodina členem společenství se znaky sekty a není podezření na zanedbávání péče či jiný trestný čin vůči dítěti, není možné ze strany pedagoga ovlivnit zapojení dítěte do tohoto společenství. Pedagog si musí stanovit své cíle, kterých může ve své pomoci dosáhnout (zejména předávat informace o rizicích sekt, nerozbít s dítětem vzájemný vztah apod.).

17) SEBEPOŠKOZOVÁNÍ

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

Projevy sebepoškozování:

- Řezání (žiletkou, střepem atd.)
- Pálení kůže
- Jiné formy:
- Škrábání
- Píchání jehlou
- Rozrušování hojících se ran
- Značkování rozpáleným kovem nebo například značkovací pistolí
- Obrušování popálené kůže
- Kousání, údery, nárazy
- Dlouhání, tahání kůže a vlasů, ochlupení a další

Primární prevence:

- Posilování schopnosti dětí zvládat zátěž – např. umožnit žákům lidem v rámci školních a mimoškolních aktivit poznat a vyzkoušet různé metody zvládání stresu a negativních emocí)
- Posilování schopnosti rozeznávat existující silné stránky a rozvíjet je
- Naučit obracet se na druhé a navazovat s nimi vztahy autentickým a smysluplným způsobem a účastnit se aktivit, při kterých mohou pociťovat smysluplnou vazbu a sounáležitost

Specifická prevence:

- Vnímavost vůči projevům možného sebepoškozování:
 - Nevysvětlené popáleniny, řezné rány, jizvy a jiné shluky stop na kůži, běžným místem sebepoškození bývají paže, zápěstí a předloktí nedominantní horní končetiny, ale stopy sebepoškozování se mohou vyskytnout prakticky na kterékoliv části těla
 - Ročnímu období nepřiměřené oblečení (dlouhé rukávy a dlouhé kalhoty v létě), potítka a jiné krytí zápěstí, vyhýbání se aktivitám, které vyžadují odhalení těla (plavání, tělocvična), obvazy a náplasti
 - Netypické osobní věci (žiletky a jiné pomůcky, použitelné k řezání či úderům)
 - Nárůst známek deprese či úzkosti
 - Neuvěřitelné nebo neúplné historky jako odpověď na cílené dotazy

Doporučený postup:

Při zachycení signálu, že dochází k sebepoškozování žáka/ žákyně, okamžitě informovat rodiče, zajistit intervenci na téma bezpečnost a ochrana zdraví, odpovědnost za svůj život a zdraví.

Vyučující, který daný fakt zjistí, informuje:

- Třídního učitele
- Metodika prevence, výchovného poradce – ti návazně:

- Posoudí aktuální riziko závažného sebepoškození a v případě jeho přítomnosti odešlou dítě, event. i proti vůli rodičů, do spádového psychiatrického zařízení.
- Kontaktují rodinu, systematicky s ní budou dlouhodobě spolupracovat.
- Předají dítě školnímu psychologovi. V současné době škola nedisponuje školním psychologem – lze využít služeb pedagogicko-psychologické poradny.
- Motivují dítě a rodinu k návštěvě specialisty – pediatr, PPP, Dyáda.

Nevhodný postup:

- Snaha okamžitě odstranit sebepoškozující chování
- Sankce a ignorace

Pedagog může v některých případech být nejdůležitějším dospělým motivujícím dítě ke změně, resp. vyhledávání odborné pomoci. Na druhou stranu bez spolupráce s rodinou je jeho kompetence (ale i odpovědnost) limitovaná. Poškozující se dítě představuje velkou zátěž na toleranci odpovědného dospělého a rizikový faktor vzniku burn-out syndromu a dalších psychických potíží – učitel zainteresovaný v problému poškozujícího se žáka potřebuje účinné metody prevence vyhoření a podpory nadřízeného.

18) SEBEVRAŽEDNÉ CHOVÁNÍ

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

Sebevražda = vědomé a úmyslné ukončení života jedince vlastní rukou.

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

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

Pokus o sebevraždu = vědomý akt s úmyslem zemřít bez letálního konce (v některých případech může jít o volání o pomoc).

Pojmy:

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

Sebevražedné myšlenky = jsou definovány jako vlastní myšlenky obsahující suicidálně orientované chování, jsou intenzivní, těžko odklonitelné, nutkavé a jedinec se jimi zabývá převážnou část svého času, mohou se projevovat verbálně i neverbálně.

Sebezabití = zabití vlastní rukou, u něhož ale na rozdíl od sebevraždy chybí vědomý úmysl zemřít. Jde o chování, které bývá zapříčiněno vážným duševním onemocněním (např. jedinec má bludy, které ho děsí a před kterými se snaží zachránit, může mít např. pocit, že ho někdo pronásleduje a snaží se mu utéct, proto skočí z okna).

Bilanční sebevražda = jedná se o předem velmi podrobně naplánovaný a racionálně podložený čin, který je často promýšlen dlouhodobě, do detailu a v soukromí.

Rozšířená sebevražda = jde o méně obvyklý jev, ve kterém se na suicidálním jednání ne/dobrovolně podílí více osob (např. rodič a děti).

Postvence = intervence po sebevraždě, zaměřuje se na pozůstalé po lidech, kteří ukončili svůj život sebevraždou a působí jako sekundární prevence dalších sebevražd.

Nákaza sebevraždou = proces, při kterém přímá či nepřímá znalost jedné sebevraždy usnadňuje provedení další sebevraždy.

Rizikové faktory:

Jedná se o faktory, které zvyšují riziko sebevražedného jednání. Jejich přítomnost nemusí nutně vést k sebevražednému chování, nicméně z hlediska prevence sebevražd je důležitá jejich znalost.

Na individuální úrovni se nejčastěji jedná o:

- Předchozí pokus o sebevraždu či sebevražedné myšlenky
- Zne/užívání alkoholu či jiných návykových látek
- Duševní onemocnění (zejména deprese či schizofrenie)
- Chronická úzkost
- Nízké sebehodnocení
- Nízká schopnost regulovat emoce
- Nedůvěra v sebe samého
- Nízká schopnost zvládat zátěž
- Impulzivita
- Sebeпоškozování
- Neheterosexuální orientace (LGBTQ+)
- Dlouhodobé tělesné onemocnění
- Pocity izolace či nedostatku sociální podpory
- Nápodoba v chování
- Neúspěchy ve školním prostředí

Na úrovni rodiny, školy a vztahů:

- Sebevražda v rodině (či blízkém vztahovém okolí)
- Duševní onemocnění v rodině
- Dysfunkční rodinné zázemí
- Traumatické zkušenosti (např. zneužívání, týrání)
- Konflikty ve vztazích, disharmonické vztahy či ztráty vztahů
- Šikana

Na úrovni společnosti:

- Dostupnost prostředků k provedení sebevraždy
- Role médií (např. nevhodné reportování o sebevraždě)
- Stigma (např. lidí s duševním onemocněním)
- Diskriminace (např. menšin)
- Nedávné sebevraždy v blízkém okolí (např. v obci, ve škole)

Je potřeba pamatovat, že sebevražda má vždy několik příčin. Jeden rizikový faktor sám o sobě nemusí znamenat riziko sebevražedného chování. Ukazuje se také, že jedinci, kteří se sebeпоškozují, jsou ve větším riziku sebevražedného chování. Neznamená to ale, že by se sebevražedné chování objevilo u všech dětí a dospívajících, kteří se sebeпоškozují.

Protektivní faktory = snižují riziko sebevražedného jednání, vyvažují faktory rizikové:

Na individuální úrovni sem patří:

- Odolnost vůči stresorům
- Dobrá emoční regulace
- Schopnost pozitivního přístupu k problémům
- Zdravé sebevědomí
- Zážitky úspěchu
- Sebedůvěra
- Pozitivní aktivity (kde žák něčeho dosahuje, někde je mu dobře, dává mu to smysl...)
- Úspěch ve škole
- Ochota vyhledat pomoc
- Pocity zapojení do kolektivu, sounáležitosti

Na úrovni rodiny, školy a vztahů:

- Silné a zdravé vztahy
- Podpora rodiny a přátel
- Zdravé modely chování dospělých
- Pozitivní atmosféra ve třídě/ škole

Na úrovni společnosti:

- Zájem dospělých (např. doktorů, trenérů...)
- Dostupnost péče

Varovné signály aneb jak to může vypadat, pokud žák pomýšlí na sebevraždu:

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

Změny v chování:

- Samotářství, vyhýbání se kamarádům či oblíbeným činnostem
- Potíže se soustředěním
- Zhoršený školní prospěch
- Rizikové chování (např. užívání návykových látek)
- Změna chuti k jídlu
- Potíže se spánkem (např. polehávání či pospávání v hodinách)
- Potíže ve vztazích
- Zanedbávání svého vzhledu
- Sebeпоškozování
- Zabývání se myšlenkami na sebevraždu či ukončení života
- Vyhledávání informací o sebevraždě, shromažďování prostředků k vykonání
- Sebevraždy (např. lano, léky)
- Rozdávání osobních věcí

V prožívání:

- Náhlé změny nálad
- Dlouhodobý smutek, plačtivost
- Zvýšená úzkostnost
- Podrážděnost, výbuchy vzteku
- Vyčerpanost, apatie, pasivita
- Nízké sebehodnocení a sebedůvěra

Projevy v komunikaci:

- Ne/ přímé vyjádření, že chce zemřít
- Přál/a bych si být mrtvá. Nechci žít. Kéž bych se nikdy nenarodil/a.
- Vyjádření beznaděje
- Nic nemá smysl. Můj život nemá smysl.
- Vyjádření toho, že je všem na obtíž
- Kdybych tu nebyl/a, nikomu bych nechyběl/a.
- Psaní deníku či básní, ve kterých se objevuje téma smrti či sebevraždy
- Loučení se s ostatními, dopisy na rozloučenou

Není pravda, že kdo o sebevraždě mluví, ten ji nespáchá.

Realita: Kdo o sebevraždě mluví, pravděpodobně o ní přemýšlí, zejména když o ní mluví opakovaně a ve spojení s dalšími varovnými příznaky. Je důležité o sebevraždě otevřeně mluvit.

Zvýšená opatrnost je na místě i ve chvíli, kdy žák, který projevoval známky sebevražedného chování, se náhle zdá být šťastným a sebevražedné myšlenky popírá. Většina lidí si oddechne a spustí dotyčného ze zřetele, ale může to naopak znamenat, že se jedinec rozhodl ukončit svůj život ke konkrétnímu dni, čímž došlo k paradoxní úlevě.

Všechny varovné příznaky je potřeba brát vážně!

Role školy:

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

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

Prevence:

Na úrovni školy jde v prevenci sebevražednosti o několik principů:

- ***Téma duševního zdraví není tabu*** – mluví se o něm, ve škole jsou zařazeny programy podporující duševní pohodu žáků, besedy či dny duševního zdraví, téma se zařazuje napříč

předměty (např. před testem se žáci mohou učit hlubokému dýchání, aby se zklidnili a lépe soustředili)

- **Pozitivní klima a atmosféra** – škola má být bezpečným místem, které je přijímající a otevřené
- **Dostupnost informací** – ve škole jsou dostupné informace o možné pomoci (např. formou letáčků na nástěnkách), zároveň škola disponuje kontakty na odborníky v oblasti péče o duševní zdraví ve svém kraji (s tím může pomoci místní pedagogickopsychologická poradna)
- **Funkční školní poradenské pracoviště (ŠPP)** - poskytuje podporu nejen individuálně žákům (či pedagogům), kteří mají potíže se svým duševním zdravím či prožívají těžkou životní situaci, ale může průběžně zvyšovat duševní gramotnost žáků např. skrze zmíněné programy, besedy či dny o duševním zdraví.
- **Podpora učitelů** – jde o podporu ze strany vedení (např. laskavý přístup, zdravé vztahy na pracovišti, příjemná atmosféra a pracovní kolektiv), ale i to, že jsou učitelé podporováni v tématu duševního zdraví např. formou na míru vybraného vzdělávání či supervizí, které spolu s pravidelnou psychohygienou fungují jako dobrá prevence vyhoření
- **Přístup učitelů** – učitelé jsou všímaví ke svým žákům, zavádějí téma duševního zdraví do své výuky, znají varovné signály sebevražedného jednání, umějí identifikovat žáka v riziku sebevražedného chování a vědí, jaké jsou případné další kroky (viz část Role pedagoga)

Role pedagoga:

Žáci ve škole tráví značnou část svého dne, čímž se škola stává místem, kde je možné odhalit, pokud se u žáka začne objevovat psychická nepohoda či sebevražedné jednání. Pedagog může být nejvýznamnější dospělou osobou v životě žáka, který k němu může chovat velkou důvěru, aniž by o tom pedagog věděl. Pokud se žák svěří pedagogovi se svými sebevražednými myšlenkami, přímo si tím říká o pomoc.

Pedagog by měl:

- Být všímavý a podpůrný
- Znat varovné signály, které mu pomohou identifikovat ohroženého žáka
- Mít osvojený způsob vhodné komunikace při výskytu tématu sebevraždy
- Vědět, na koho se dále obrátit, jaké jsou možné další kroky
- Pracovat v týmu, téma sebevraždy by nikdy neměl řešit pedagog sám
- Pečovat i o své duševní zdraví a věnovat se psychohygieně

Postup, pokud má pedagog podezření či informace o tom, že žák má myšlenky na sebevraždu:

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

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

Vedení podpůrného rozhovoru

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

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

- Můžu s tebou chvíli mluvit?
- Mám pocit, že se v poslední době trápíš...

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

- Mám o tebe strach...
- Vidím, že se v poslední době straníš ostatních...
- Pozoruji na tobě změny v poslední době... neděje se něco?
- Pojd'me si popovídat...

2. Druhá část rozhovoru obsahuje **specificky zaměřené otázky**, např.:

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

Příklady dalších specificky zaměřených otázek - určené pro pracovníky ŠPP:

- Napadlo tě někdy, že by ses tady na to chtěl vykašlat/ nežít?
- Přál sis někdy být mrtvý nebo se už neprobudit?
- Přemýšlíš o sebevraždě?
- Už sis někdy nějak ublížil?
- Přemýšlel jsi nad tím, jak bys to udělal?

- Touto otázkou mapujeme míru sebevražedných tendencí (způsob sebevraždy).
- Přemýšlel jsi nad tím, kdy bys to udělal?
- Touto otázkou mapujeme míru sebevražedných tendencí (datum/ čas sebevraždy).
- Jak často tě to napadá?
- Touto otázkou mapujeme intenzitu sebevražedných myšlenek.
- Udělal jsi někdy něco, co by vedlo k ukončení tvého života?
- Touto otázkou mapujeme, zda si již žák nějak ublížil či zda má např. nashromážděné prostředky k ukončení jeho života.

Otázky, které se ptají na způsob nebo čas příp. sebevražedného jednání, stejně jako otázka na intenzitu sebevražedných myšlenek, nám ukazují, kde v sebevražedném procesu se žák zhruba pohybuje a jaká je míra rizika sebevražedného chování. Zda má jen myšlenku na to, že by už nemusel žít, nebo zda má pečlivě naplánovaný způsob, čas a místo sebevraždy. V druhém případě je žák již ve vyšším riziku sebevraždy (střední až vysoké riziko – suicidální tendence). Pokud žák neodpovídá a nechce mluvit, můžete se ho zeptat, zda není ve škole někdo jiný, s kým by mluvil radši, a můžete nabídnout, že daného člověka společně najdete. Obvykle žáci mají tendenci se svěřit pedagogům, se kterými mají dobrý vztah či je baví jejich předmět, pro některé žáky je ale nejlepší volbou naopak pedagog, kterého znají, je laskavý, ale přímo je neučí.

Do rozhovoru o sebevraždě patří i ticho, není třeba se ho bát, ač může být nepříjemné. Žáci nejvíce potřebují cítit, že jim někdo naslouchá a že nejsou v situaci sami. Zásadní je neslibovat žákovi naprostou důvěrnost informací (Slibuji, že to zůstane mezi námi), i když si pedagog musí být vědom citlivosti údajů, které mu žák sděluje. Slíbení důvěrnosti a její následné prolomení mohou žáci vnímat jako zásadní narušení důvěry. Pedagog tedy nejedná za zády žáka, ale domlouvá se společně s ním na dalším postupu tak, aby situace byla bezpečná a žák měl stále možnost nějaké kontroly.

Pokud se potvrdí myšlenky na sebevraždu, jsou na místě další kroky, zatímco pedagog je stále s žákem:

- poděkovat žákovi za důvěru
- Děkuji ti, že mi to říkáš.
- podpořit žáka
- Mohlo být těžké mi tohle říct, vážím si toho.
- Slyším, že teď prožíváš velké trápení. Přál bych ti, aby ti bylo lépe a věřím, že se nám to společně podaří.
- Společně to zkusíme zvládnout. Najdeme cestu, jak to zvládnout.
- Pojďme spolu vymyslet, co dál.
- navrhnout další kroky – žák by měl vědět, že v tom není sám, a co se bude dít dál

- setkání u školního psychologa/ metodika prevence – můžete žákovi vysvětlit, že to jsou lidé, kteří ví, jak mu pomoci a co dělat, můžete nabídnout, že za ním půjdete společně.
- kontaktování zákonných zástupců – je potřeba zde postupovat velmi citlivě tak, abychom nenarušili důvěru žáka, a zároveň netajili informace směrem k zákonným zástupcům, je vhodné se proto na každém kroku domlouvat s žákem a s pracovníkem ŠPP.
- poskytnout odpovídající kontakty a přesné informace (např. o ŠPP, co nyní společně uděláme, číslo na Linku bezpečí)
- následná zvýšená péče a sledování žáka

Při komunikaci se zákonnými zástupci:

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

Střední až vysoké riziko – suicidální tendence

Žák, u kterého se objevují sebevražedné tendence, je ve středním až vysokém riziku dle toho, jak specifické detaily o sebevraždě má naplánované, zda má přístup k prostředkům sebevraždy, zda se u něj objevují rizikové faktory, jakou má historii, zda je impulzivní atd.

Ve chvíli, kdy má žák naplánovaný způsob, místo a datum sebevraždy, je ve vysokém riziku a v dané situaci je vhodné učinit následující kroky:

- jeden pedagog zůstává s žákem a nenechává ho o samotě (ideální je, když je pedagog stejného pohlaví jako žák, aby s ním případně mohl i na toaletu)
- vhodný je podpůrný empatický rozhovor
- vysvětlit, že budou kontaktováni jeho zákonní zástupci
- zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která pomůže situaci řešit a která volá zákonným zástupcům a informuje je o situaci a domlouvá se na dalších krocích (včetně příjezdu do školy)

- předat zákonným zástupcům kontakty na odbornou pomoc v kraji

Rovnou se se zákonnými zástupci domluvit na další schůzce, příp. aby bylo jasné, kdo koho kdy kontaktuje. Na této další schůzce je vhodné diskutovat, jestli a v jaké formě bude žák zapojen nadále do vyučování a jak bude nastavena komunikace informací o jeho stavu. Společně je vhodné připravit krizový plán pro případ, kdyby se situace opakovala.

Akutní riziko – pokus o sebevraždu

Jde o situace, kdy si žák ve škole patrně ublížil (např. pořezal se, spolykal prášky), chystá se k tomu, chystá či vyhrožuje, že si ublíží. První dospělý, který žáka najde, by měl:

- Snažit se jednání zabránit, pokud lze, nebo poskytnout první pomoc
- Zůstat s žákem a nenechat ho o samotě
- Zavolat Rychlou záchrannou službu (155)
- Zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která mu pomůže situaci řešit
- Zavolat zákonným zástupcům žáka a informovat je o situaci

Po situaci by měl pedagog vytvořit zápis o situaci (Příloha 2) a informovat ředitele školy, příp. ředitelem dalšího pověřeného pracovníka (ideálně někdo ze ŠPP). Stejně tak má škola povinnost zaznamenat situaci do Knihy úrazů.

Obrázek 2 shrnuje různou míru rizika sebevražedného jednání, která byla výše popsáno, a ilustruje následné možné reakce pedagoga.

Postup se žákem a zákonnými zástupci po pokusu o sebevraždu:

V jakémkoliv případě je potřeba žáka průběžně sledovat a spolupracovat s rodinou. Je potřeba si všimnout, jak žák tráví čas ve škole (zda je mezi lidmi, či se kolektivu straní), jakou má náladu, jak působí, jak se zapojuje, ale i např. to, kolik času tráví na záchodě během vyučování (z důvodu rizika příp. sebepoškozování) či zda např. nechybí ve škole, když nemá nahlášenou absenci. V takovém případě je potřeba okamžitě volat zákonným zástupcům. Je také vhodné, aby pedagogové byli k žákovi shovívaví a netlačili na něj, co se týče výkonu ve škole (např. aby žák po návratu z nemocnice dopisoval první týden testy ve škole). Pokud si pedagog není jistý, jak postupovat v procesu učení daného žáka, nechť konzultuje se ŠPP.

Zákonní zástupci bývají situací zaskočení už proto, že v ní bývají poprvé. Větší zkušenost se sebevražednými úmysly dětí mají zaměstnanci školy. Zákonní zástupci mohou pociťovat bezmoc podobně jako jejich dítě a snažit se situaci zlehčit, mohou se obávat, že mluvit o sebevraždě znamená k ní dítě navádět atp. Pomoci jim může ŠPP, Linka pro rodinu a školu (116 000) anebo Rodičovská linka Linky bezpečí (606 021 021) anebo Orgán sociálně právní ochrany dětí (OSPOD). Obě zmíněné linky fungují i pro učitele.

Postvence = intervence po sebevraždě:

Není nic, co by se dalo říct, aby to odstranilo pociťovaný zármutek. Mluvení o smrti a vzájemné naslouchání je však první krok k uzdravení.

Postvence jsou kroky a postupy, které následují po dokonané sebevraždě. Každá sebevražda může zasáhnout desítky lidí, ukazuje se, že hluboce se pak dotkne 6 lidí, kteří mohou zažívat silné pocity smutku a bezmoci a u kterých se následně mohou také objevovat myšlenky na

ukončení života, a to se týká i školního prostředí. Adolescenti jsou obzvlášť náchylní k tzv. nákaze sebevraždou, protože jde o období hledání se a zvýšené zranitelnosti vůči problémům s duševním zdravím. Adolescenti ještě nemají plně rozvinutý repertoár možností, jak čelit, tak těžké situaci jako je sebevražda. Zároveň mladí lidé mají větší tendenci ztotožňovat se s činy svých vrstevníků než dospělí lidé. Škola by tak měla svým žákům nabídnout možnost vyjádřit své emoce a společně identifikovat strategie, jak situaci zvládnout.

Cílem postvence je poskytnout žákům podporu, pomoci jim pracovat s jejich emocemi, znovu nastolit zdravou atmosféru a minimalizovat riziko rozšíření sebevražedného jednání či jeho nápodoby. Postvenci může zajišťovat školní poradenské pracoviště, pedagogickopsychologická poradna či externí organizace (např. Poradna Vigvam).

Postvence obvykle zahrnuje:

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

Žáci, kteří mohou potřebovat větší péči:

- byli u sebevražedného jednání nebo krátce před ním byli v kontaktu se zemřelým
- blízcí přátelé či např. sourozenci navštěvující tutéž školu
- žáci, kteří hůře zvládají zátěžové situace, mají nedostatek sociální podpory, historii duševního onemocnění, sebevražedných představ či sebevražedného pokusu, trauma nebo ztráty, příp. zažili sebevraždu ve své rodině
- žáci ve výlučném vztahu k zemřelému (např. agresori, či ex-přítel/kyně) - tyto žáky je potřeba průběžně sledovat a věnovat jim zvýšenou pozornost, příp. jim aktivně nabídnout podpůrný rozhovor či možnost promluvit si s pracovníkem ŠPP. Stejně tak je možné v případě nejistoty promluvit s jejich zákonnými zástupci.

Komunikace s rodinou zemřelého žáka:

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

Rodina si nepřeje uvádět příčinu úmrtí:

Může se stát, že rodina nebude chtít, aby se ve škole mluvilo o sebevraždě jako o příčině úmrtí. Je důležité vyjednávat – respektovat přání rodiny a zároveň vzít v úvahu, že zatajit příčinu úmrtí v době sociálních sítí pravděpodobně nebude možné. Oznámit úmrtí lze obecně (např. Oznamujeme, že náš žák [jméno žáka] zemřel). Škola zároveň balancuje zodpovědnost i vůči dalším žákům a rodinám. Pro dobrou postvenci je důležité o tématu mluvit otevřeně,

a zachytit tím případně další žáky v riziku sebevražedného jednání. Pro takové účely je vhodné, aby pracovník školy – ideálně ten, který rodinu zná či s ní má dobré vztahy – rodinu kontaktoval a vysvětlil, proč je důležité o sebevraždě mluvit otevřeně. Je zásadní se s rodinou domluvit, jak o situaci mluvit, a pak se podle toho řídit. Může se rodině vysvětlit např. to, že je možné, že se na to nějaký žák zeptá, a škola na to musí nějak reagovat.

Sdělování informací o sebevraždě:

O smrti je potřeba informovat zaměstnance školy, žáky a jejich zákonné zástupce, a to formou přesných informací respektujících přání rodiny, ideálně sdělované v takové formě, v jaké mohou být zveřejněny.

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

Sdělení informací o sebevraždě pedagogům:

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

Sdělení informací o sebevraždě rodičům či zákonným zástupcům

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

Sdělení informací o sebevraždě žákům:

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

Když mluvíme o sebevraždě je důležité více naslouchat spíše než mluvit. Celý rozhovor by se měl odehrávat v podpůrném a laskavém duchu. Učitel může na začátku zjistit, zda již třída nějaké informace má, příp. jaké a zda se nešíří zkreslení informace. Je potřeba žákům předat základní informace a pak se ptát, co potřebují oni a dát prostor jim. Žáci mohou mít různé reakce, kromě smutku a lítosti mohou cítit pocity viny, výčitky nebo vztek. Pocity bývají silnější u bližších lidí. Žáci se mohou také ptát, proč se to stalo. Je vhodné říct, že na takové otázky nejsou žádné snadné odpovědi (Možná se teď ptáte, proč se to stalo, ale na některé otázky nenajdeme odpovědi hned). Mnoho otázek je spíše rétorických ve snaze jednotlivce porozumět situaci. Mluvit o tom, co se stalo, pomáhá snížit negativní dopady na žáky i na atmosféru školy (včetně dovednosti se učit). Je vhodné nechat žákům prostor pro sdělení jejich myšlenek a pocitů v prostoru, kde je nikdo nesoudí. Je užitečné se žáků ptát na to, co si myslí, případně se pak věnovat tématu truchlení, zármutku a strategiím, jak takovou situaci zvládnout. Žáci tím dostávají zprávu, že je v pořádku o takovém tématu mluvit nahlas a že existuje pomoc.

Někdy může být užitečné pomoci žákům pochopit spojení sebevraždy a duševního zdraví (např. Každý se někdy cítí smutný. Někdo ale může mít duševní onemocnění, například když má někdo depresi, přestane cítit radost ze všeho. Takový člověk si někdy může začít myslet, že jediné řešení je zemřít. Když někdo blízký zemře sebevraždou, můžeme být nešťastní, naštvaní, vystrašení, smutní... To všechno znamená to, že truchlíme, že se nám stýská. Někdy se nám o tom nechce mluvit, ani na to myslet. Někdy potřebujeme mluvit o tom, co prožíváme, a jaké myšlenky nás napadají. Máme někoho, komu to můžeme říct, někoho, komu důvěřujeme?). Po sdělení zprávy žákům a případné následné diskusi je vhodné nechat zbytek hodiny žáky dělat samostatnou tichou prací spíše než pokračovat ve vyučování běžným způsobem.

- Říct o tom, co se stalo – popisně, krátce, jasně
- Zeptat se třídy, jak jim teď je, co jim běží hlavou, co potřebují
- Být připraven říct, že něco učitel neví
- Normalizovat emoce, snímat vinu z žáků
- Nabídnout, co bychom teď jako třída mohli udělat, aby nám bylo lépe
- Být připraven na to, že se situace bude nadále objevovat (např. v třídnických hodinách či u jednotlivých žáků)

Vzpomínkové akce:

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

Psychohygienu učitele:

- Téma sebevražednosti představuje vysokou zátěž na pedagoga, a je proto zásadní věnovat se následně vlastní psychohygieně. V případě, že se pedagog sám necítí delší dobu dobře, je vhodné vyhledat i pro sebe odbornou pomoc (např. psychoterapii).
- Pedagog také může konzultovat svou situaci ve ŠPP či může požádat vedení školy o supervizi u certifikovaného supervizora.

Legislativní rámec:

Sebevražda není trestný čin, ale navádění k sebevraždě trestným činem je a vztahuje se na něj oznamovací povinnost.

Zákony, které jsou relevantní pro tematiku sebevraždy:

- Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník stanovuje v § 364 až 368 povinnosti, jež 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 (nestačí však podezření). Dále § 150 o neposkytnutí pomoci osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví.
- Zákon č. 372/2011 Sb., Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (§5), kdy se poskytuje neodkladná zdravotní péče za účelem zamezení či omezení vzniku náhlých stavů, které bezprostředně ohrožují život nebo by mohly vést k náhlé smrti či vážnému ohrožení zdraví člověka, která ohrožuje sebe nebo své okolí.

Na koho se obrátit:

Přehled zdravotních a sociálních služeb najdete zde: <https://psychiatrie.uzis.cz/> nebo zde: <https://www.nzip.cz/vyhledavaci-mapy>

Linka bezpečí: pro děti a mladistvé do 26 let

Tel.: 116 111

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

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

Tel.: 606 021 021

Web: www.rodicovskalinka.cz

Linka pro rodinu a školu: pro rodiče, příbuzné, pedagogy i děti.

Tel.: 116 000

Literatura k tématu:

Žaludek, M. I. A., David, M. J., & Marx, M. D. (2020). Časná identifikace sebevražedného chování u dětí a spolupráce mezi pediatrem a psychiatrem. *Pediatric pro Praxi*, 21(5).

Vybrané webové stránky věnující se tématu duševního zdraví:

- Prevence sebevražd - <https://sebevrazdy.cz/>
- Národní ústav duševního zdraví - <https://www.nudz.cz/>
- Duševní zdraví dětí a dospívajících - <https://dzda.cz/>
- Opatruj se - <https://www.opatruj.se//>
- Psychoportál - <https://psychoportal.cz/>
- Národní portál psychiatrické péče - <https://psychiatrie.uzis.cz/>
- Metodický portál MŠMT - <https://www.edu.cz/>
- Reforma psychiatrie - <https://www.reformapsychiatrie.cz/>
- Asociace dětské a dorostové psychiatrie - <https://www.addp.cz/>