

**GASTRO-TECHNICKÁ STŘEDNÍ ŠKOLA
VELKÉ MEZIŘÍČÍ**

MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

Garant:	Mgr. Petra Tomanová, ředitelka školy
Zpracování a realizace:	Mgr. Stanislav Svoboda, školní metodik prevence
Školní rok:	2025/2026

ÚVOD

Minimální preventivní program ve škole je realizován v rámci výchovného a vzdělávacího působení školy.

Typ školy, studijní zaměření naší školy, a to, že se mnozí naši žáci připravují na svou práci v hotelových a restauračních zařízeních, vytváří samo o sobě potřebu a nutnost zvýšeného preventivního a výchovného působení ze strany školy. To klade zvýšené nároky na práci pedagogů a vychovatelů.

Pedagogové spolu s rodiči a dalšími subjekty ve výchovném působení v současné době musí akceptovat existenci ve společnosti nežádoucích, tzv. sociálně patologických jevů a společně vyvíjet aktivity, které směřují k jejich prevenci.

Proto každoročně připravujeme a realizujeme komplexní, dlouhodobý program primární prevence rizikového chování, který se zaměřuje na prevenci:

- drogových závislostí, alkoholismu a kouření
- kriminality a delikvence
- virtuálních drog (počítače, televize a video)
- patologického hráčství (gambling)
- záškoláctví
- šikanování, vandalismu a jiných forem násilného chování
- xenofobie, rasismu, intolerance a antisemitismu
- nebezpečí používání internetu

1. CÍL PROGRAMU

Hlavní cíl vychází z cíle stanoveného v Minimálním preventivním programu pro školy a školská zařízení v oblasti zneužívání návykových látek „Škola bez drog“: „Cílem primární prevence je zvýšení odolnosti dětí a mládeže vůči rizikovému chování.“

Cílem našeho programu je rozvíjet ve škole dlouhodobý komplexní primární program, do kterého bude zahrnuto vše důležité, co v současné době škole k dispozici, a vše, co již bylo s úspěchem vyzkoušeno. Důraz bude položen na informovanost žáků v třídnických hodinách, v hodinách společenských a přírodních věd, ale také v rámci odborných předmětů (např. v

nauce o výživě). Dále na širokou nabídku volnočasových aktivit podle možností školy. Cílem bude motivovat učitele k aktivnímu zapojení do realizace programu ve svých hodinách a i na neformální bázi při komunikaci se žáky, ke spolupráci s kolegy a k vzájemné informovanosti o chování žáků.

Úsilí školy nesměruje pouze k dosažení vzdělávacích cílů, směřuje k formování všestranně rozvinuté osobnosti. Je také nutné, v rámci možností školy, připravit žáky na nebezpečí, situace, jež se nevyhýbají zvláště mladému člověku.

Protidrogové výchovně vzdělávací působení musí být neoddělitelnou součástí výuky všech žáků, zvláštní pozornost musí být věnována zejména mladistvým, neboť mezi 15 a 20 lety má mládež přístup k širšímu okruhu drog.

Protidrogové výchovně vzdělávací působení je neoddělitelnou součástí výuky všech žáků, budeme poskytovat mládeži základní informace o drogách, včetně informací o tabáku, alkoholu, těkavých látkách. Tyto informace musí být cíleny i na pochopení toho, jak zdravotní, psychické i materiální škody může způsobit jejich zneužívání. Vedle předávání základních informací o drogách či dalších souvisejících sociálně nežádoucích jevech je nutné mládeži napomoci při formování jejich osobnosti, případně změně jejich postojů a způsobu chování k drogám.

Výchovně vzdělávací působení je zaměřeno na zvyšování sociální kompetence mládeže, na rozvoj dovedností, které vedou k samostatnému odpovědnému rozhodování, k posilování sebedůvěry a vytváření zdravého sebevědomí, odolnosti vůči stresu a odmítání všech forem sebeustrukce. Cílem bude vést žáky ke správnému sebehodnocení, schopnosti stanovit si v životě reálné cíle, k poznávání sebe sama, k zvládání stresů, k dovednostem řešit své problémy bez pomoci léků a návykových látek. K tomuto cíli využijeme různých metod aktivního sociálního učení, individuálního přístupu k žákům, třídnických hodin apod.

V rámci našeho programu se zaměříme na tyto oblasti:

- zdravý životní styl
- zvyšování sociální kompetence
- posilování komunikačních dovedností
- odstraňování nedostatků v psychické regulaci chování
- vytváření pozitivního sociálního klimatu a napomáhání mládeži formovat postoje vztahující se k významu společensky obecně akceptovatelných hodnot

Cíle programu:

- výchova ke zdravému životnímu stylu

- zvyšování odolnosti mládeže proti negativnímu působení nabídky drog a dalších sociálně nežádoucích jevů

V souladu se zákonem budeme vystupovat proti podávání alkoholu mládeži, prodeji cigaret a vůbec proti zneužívání všech návykových látek. Škola zajišťuje nekuřákům vzduch bez tabákového kouře, proto platí zákaz požívání alkoholu a kouření v prostorách školy a na akcích, které škola organizuje, to se týká i jiných návykových látek, včet. Sankce za porušení tohoto zákazu musí být předvídatelné, ale nikoliv nepřiměřeně tvrdé. Minimální preventivní program se zaměří na tyto oblasti:

působení zaměřené na zdravý životní styl, zvyšování sociální kompetence, posilování komunikačních dovedností, odstraňování nedostatků v psychické regulaci chování, vytváření pozitivního sociálního klimatu, napomáhání mládeži formovat postoje vztahující se k významu společensky obecně akceptovatelných hodnot.

Budeme se soustředit na předávání a utváření:

- a) znalostí (kulturní kontext užívání a zneužívání drog...)
- b) dovedností (zvýšit vlastní odolnost vůči sebedestruktivnímu chování...)
- c) postojů (optim. životní orientace ...)

Protidrogové výchovně vzdělávací působení na mládež budeme uplatňovat v celé šíři výchovné a vzdělávací činnosti, podstatná bude zejména spolupráce s třídními učiteli, s vychovateli DM, působit lze vždy, zejména ve vyučovacích předmětech – oblastech:

- oblast přírodovědná, zdravého životního stylu (odborné předměty aj.)
- oblast společenskovední
- oblast sociálně právní, sociální patologie (PRN aj.)

Problematiku zneužívání drog lze zařadit, byť s jistými potížemi, do většiny předmětů.

Často preferovaný důraz na zdravý životní styl při působení na mládež ve školách bývá nezřídka negován absencí spolupráce s rodiči. Proto školy musí věnovat pozornost spolupráci s rodiči žáků. Budeme je informovat o nebezpečí zneužívání drog, o tom, jak mohou pomoci svým dětem v případech zjištění drogových experimentů.

2. CHARAKTERISTIKA CÍLOVÝCH SKUPIN

2.1 ŽÁCI ŠKOLY

Program je zaměřen na věkovou skupinu 15 – 19 let. Jde o velmi náročný věk, kdy dochází k tělesnému a psychickému dozrávání. Dotvářejí se a specifikují jednotlivé složky identity.

Na rozdíl od období puberty adolescent se již cítí dostatečně separován od rodičů a nepocítuje potřebu tuto separaci demonstrativně prezentovat. Přetrvává kritické hodnocení názorů a jednání rodičů, ale nejedná se již o úplné odmítnutí hodnot, které rodiče vyznávají, adolescent jen potřebuje najít jejich subjektivní smysl. V tomto období se dokonce mohou objevit obavy z úplné separace, mnozí jedinci najednou pocítují nechuť stát se dospělými. V jejich pocitech pak převažují úzkost, nejistota...

Ke konci tohoto období je dosahováno takové identity, která potvrzuje jedinečnost osobnosti, V tomto procesu tvorby vlastní identity hrají často nezastupitelnou roli vzory, které jsou adolescenty akceptovatelné, a pak jsou napodobovány. To je nesmírně cenný prvek pro primární prevenci.

Pro vlastní sebeuvědomování je pro jedince v této fázi vývoje důležité subjektivní vědomí příslušnosti k určité skupině či k určitému prostředí. Je to rodina, ale častěji to mohou být vrstevnické skupiny. Jde o to, aby se jedinec ztotožnil s takovou skupinou, která neproklamuje ohrožující hodnoty a vzory chování.

V období adolescence se jedinec stává vnímavějším k problémům lidské existence. Konfrontuje skutečnost se svými hodnotami a představami, a to často silně emocionálně. Řeší otázky smyslu života, hledá absolutně platné hodnoty.

Celé toto období má své mezníky, které zásadně ovlivňují socializaci adolescenta:

- ukončuje povinnou školní docházku
- dovršuje přípravné profesní období
- dosahuje plnoletosti nejen z právního hlediska, toto období je završeno dosažením dospělosti

Mnoho charakteristik období adolescence zvyšuje riziko ohrožujícího chování, a proto umocňuje potřebu akceptovatelné prevence:

- preference intenzivních prožitků
- snaha o absolutní řešení, která často vedou k přehnaným podnětům, neúměrným aktivitám
- potřeba neodkladného uspokojení a z toho vyplývající jistá netrpělivost při dosahování cílů (může se snadno vytvořit pocit životní neúspěšnosti).

Závěrem je třeba připomenout skutečnost, že procento těch, kdo se již rizikově chovají, je v této věkové kategorii značně vysoké. Ovšem už sám kontakt, a ten bývá v tomto období věku více než častý, s osobou, která ohrožuje vlastní zdraví díky užívání návykových látek apod., může mít preventivní dopad. Častější ale může být obrácený efekt – vtažení do rizikového jednání. A to je také důvod pro neustálou prevenci.

2.2 UČITELÉ

Ne všichni učitelé školy absolvovali ve své praxi vzdělávání v tomto směru a také ne všichni budou při realizaci programu sehrávat stejnou úlohu.

Hlavní roli budou zaujímat vyučující společenskovedních předmětů, zejména občanské nauky (výchovy), právní nauky, dějepisu, přírodních věd, tělesné výchovy, odborných předmětů.

Přesto však i na další pedagogy budou kladeny nároky, a to zejména v takovém přístupu ke studentům, který zajistí respektování osobnosti studenta, postaveném především na partnerském vztahu. Vždyť posilování sebevědomí, pomoc při zvládání stresových situací, zdravá náročnost není výsadou jen několika učitelů. Všichni kolegové budou seznámeni s tímto programem a s hlavními pravidly primární prevence.

Největší tíha realizace programu však připadne školnímu metodikovi prevence a výchovnému poradci školy.

2.3 RODIČE

Úloha rodiny a rodinného zázemí je v rámci vzdělávacího procesu často odsouvána do pozadí. Opak je ovšem pravdou.

Rodiče nemohou být pominuti ani v preventivním působení na děti. Mnohým však chybí základní informace, mnozí při vyslovení problému, jakým jsou drogy, podléhají „vnitřní panice“, jiní naopak před těmito otázkami „zavírají oči“.

Naším úkolem v rámci Minimálního preventivního programu je pokračovat především v informování o dané problematice na schůzkách s rodiči, vytvořit prostor pro vzájemnou komunikaci, nastolit atmosféru součinnosti při řešení nastalých problémů. Budeme pracovat nejen s rodiči problémových žáků, ale samozřejmě i s ostatními.

3. VLASTNÍ PROGRAM

3.1 ANALÝZA SOUČASNÉHO STAVU A PREVENTIVNÍ AKTIVITY

Aktivity pro žáky

Preventivní působení probíhá na několika úrovních, Jedná se o osvědčené aktivity a v rámci možností školy v nich budeme i nadále pokračovat.

3.1.1 Výuka

Především v hodinách společenských a přírodních věd, českého jazyka a literatury, tělesné výchovy, cizích jazyků, odborných předmětů aj. Prostor k preventivnímu působení se nabízí v rámci témat věnovaných zdravému životnímu stylu, etice a společenskému chování, právnímu vědomí apod. Cíleně mohou být zaměřeny i volné hodiny.

Vyučující budou volit takové metody a formy práce, které povedou k vytváření atmosféry spolupráce, k sebepoznávání žáků, zdravému sebehodnocení, přispějí k zdokonalování schopnosti komunikace atd.

V rámci vhodných témat budeme využívat odborníků k besedám, např. právní problematika dealerství a užívání drog, zdravotní rizika návykových látek, zdravý životní styl apod.

3.1.2 Volnočasové aktivity

Kulturní akce školy – plán kulturních akcí koordinují vyučující českého jazyka, literatury, společenských věd (Mgr. Zuzana Titzová). Týká se to hlavně filmových a divadelních představení. Úplný přehled je vždy uveden ve Výroční zprávě o činnosti školy.

Sportovní akce školy – plán sportovních akcí koordinuje vyučující tělesné výchovy Mgr. Jitka Trojánková. Jedná se zejména o účast studentů na sportovních soutěžích v rámci města a Kraje Vysočina. Úplný přehled je vždy uveden ve Výroční zprávě o činnosti školy.

Odborné akce školy – odborné gastronomické akce koordinuje vedoucí předmětové komise odborných gastronomických předmětů Mgr. Gabriela Bibrová, ostatní odborné akce (učební obory) koordinuje vedoucí odborného výcviku Ing. Jaroslav Mošner. Jde především o účast žáků na různých odborných soutěžích a akcích (gastronomické kurzy, kurzy svařování, řidičské aj.), a to nejen v rámci města či kraje, ale po celé republice. Úplný přehled je vždy uveden ve Výroční zprávě o činnosti školy.

Charitativní akce, dobročinné sbírky – plán charitativních akcí – dobročinných akcí zajišťují vychovatelé domova mládeže pod vedením vedoucí vychovatelky Mgr. Jarmily Kučírkové. Jedná se během roku o řadu charitativních akcí a dobročinných sbírek (např. „Světluška, Bílá pastelka“), na nichž se naši žáci podílejí. Úplný přehled je vždy uveden ve Výroční zprávě o činnosti školy.

Preventivní přednášky a besedy – jsou organizovány pod vedením školního metodika prevence a výchovného poradce

Výpočetní technika – žákům je v dopoledních i v odpoledních hodinách přístupná výpočetní technika včetně internetu v rámci výuky. Škola má v současné době čtyři učebny.

Knihovna – nabízí žákům možnost smysluplně se poučit a zabavit.

Seznamovací akce pro studenty 1. ročníku: „adaptační kurzy“ – tento druh akcí zajišťujeme ve spolupráci s Centrem prevence z OCH Žďár nad Sázavou (jednodenní adaptační kurzy v areálu školy). Dále připravujeme ve spolupráci s OCH, K – Noe aj. v rámci programu „Prevence kriminality“ řadu interaktivních besed (1. – 4. ročník).

Další údaje a přehledy jsou součástí Výroční zprávy o činnosti školy.

3.1.3 Poradenská činnost

Výchovný poradce (VP) – v jeho náplni práce je také pomoc v krizových situacích jak žáků, tak i jejich rodičům. Zároveň konzultuje jednotlivé případy i s ostatními vyučujícími, s vedením školy nebo s pracovníky PPP. Aktualizuje pravidelně svoji nástěnku.

Školní metodik prevence (ŠMP) – hlavní náplní je posilování osobnosti žáků pomocí nejrozličnějších technik a metod práce. Dále zodpovídá za realizaci tohoto programu. Rovněž má k dispozici svoji nástěnku.

Schránka důvěry – ta je formou pomoci těm, kteří chtějí zůstat v anonymitě nebo se ostýchají svěřit se s problémem přímo. Je v kompetenci výchovného poradce a školního metodika prevence.

Okresní pedagogicko-psychologická poradna ve Žďáru nad Sázavou – aktuální problémy jsou konzultovány s pracovníci PPP.

3.1.4 Další aktivity ve škole

Písemné materiály pro studenty a zaměstnance školy – jedná se o různé informační materiály, letáky, brožury, plakáty, jiné písemné texty a zpracované přehledy k nejrůznějším problémům.

Nástěnky – přinášejí informace k aktuálním tématům dané problematiky.

K preventivním účelům mohou být dále využívány různé další aktivity, dle aktuální nabídky (kulturní pořady, divadelní a filmová představení apod.).

3.2 VZDĚLÁVÁNÍ UČITELŮ

a) na úrovni vlastní školy:

- v rámci odborně zaměřených pracovních porad pedagogů školy
- formou metodických písemných materiálů

b) na úrovni mimo školu:

- využívá se nabídek nejrůznějších mimoškolních subjektů
- dále se postupuje podle plánu personálního rozvoje pedagogických pracovníků školy

3.3 RODIČE

Jednou za školní rok jsou rodiče žáků zejména prvního ročníku seznámeni s danou problematikou, je jim vysvětleno, jak případné problémy škola řeší a jak jim může pomoci. Dostávají také pomocné materiály. Dále mají rodiče možnost dané vzniklé problémy řešit v rámci individuálních konzultací s učiteli.

Škola vystupuje jako poradenská instituce pro rodiče (výchovný poradce, školní metodik prevence).

3.4 METODICKÉ, UČEBNÍ MATERIÁLY A DALŠÍ POMŮCKY

Ve škole jsou k dispozici:

1. videoprogramy: jsou využívány v rámci výuky, zejména pak v třídnických hodinách, a při aktivitách mimo vyučování.
2. časopisy: Prevence

3.5 ŘEŠENÍ PŘESTUPKŮ

Postup a hlavní zásady jsou uvedeny ve směrnici „Postup škol při řešení rizikového chování žáků“.

3.6 SPOLUPRÁCE S DALŠÍMI ORGANIZACEMI

a) Spolupráce se sdělovacími prostředky

Spolupráce zejména s místními sdělovacími prostředky (Velkomeziříčsko, NovinyVM) a s regionálním tiskem bude dále pokračovat. Veřejnost je tak informována o aktivitách školy a tím se vytváří pozitivní vědomí u veřejnosti.

b) Oblast zdravotnictví

Budeme dále využívat nabídek Okresní hygienické stanice a Českého červeného kříže. Podle možností lékařů budou organizovány besedy a přednášky.

c) Oblast sociálních věcí

Nadále budeme pokračovat ve spolupráci s okresním metodikem prevence, zejména v koordinaci aktivit, a při předkládání projektů v rámci grantů s žádostí o poskytnutí finančních prostředků.

d) Policie

Ve spolupráci s policií připravíme besedy věnované dané tematice.

3.7 HODNOCENÍ AKTIVIT

Veškerou evidenci preventivních aktivit povede školní metodik prevence a ve spolupráci s dalšími zúčastněnými pedagogy a provede jejich vyhodnocení („Evaluace“), aby bylo možno určit jejich efektivitu. Zároveň bude zpracovávat zprávy pro vedení školy či nadřízené orgány.

Po vyhodnocení dílčích aktivit stanoví, zda budou ve stejné podobě realizovány i v budoucnu, nebo budou modifikovány, či se vůbec neosvědčily.

Základním informačním materiálem je i nadále publikace MŠMT „Evaluace a diagnostika preventivních programů“.

4. BEZPEČNOST ŽÁKŮ VE ŠKOLE

Zabezpečení bezpečnosti žáků ve škole vyžaduje přijmout opatření, která směřují především k zajištění fyzické bezpečnosti žáků, škola má na zřeteli rovněž psychické bezpečí žáků, a proto opatření k zajištění fyzické bezpečnosti ve škole nesmí snížit psychické bezpečí a komfort žáků.

Problematiku zajištění minimálního standardu bezpečnosti je třeba vnímat v těchto rovinách:

1. **Prevenčí předcházet mimořádným událostem** (technická opatření, poučení zaměstnanců a žáků, nácvik řešení mimořádných událostí dle specifických podmínek škol, přehled o cizích osobách v objektu, spolupráce se složkami Integrovaného záchranného systému,...).
2. **Účinně a efektivně reagovat na mimořádnou událost**, která nastala a snažit se o omezení škod na životech a zdraví zaměstnanců i žáků.
3. **Vyhodnotit mimořádnou událost a přijmout opatření**, aby se nemohla opakovat ze stejných příčin i v budoucnu.

4.1 PROSTOROVÁ A ORGANIZAČNĚ-TECHNICKÁ OPATŘENÍ

- Škola určí a využívá pro vstup žáků, zaměstnanců a cizích osob (návštěv, kontrol aj.) zpravidla pouze jeden vchod, který je zabezpečen proti vniknutí cizích osob a vstup do něj

je kontrolován (monitorován); ostatní možné vstupy do budov jsou zabezpečeny (nesmí však bránit bezpečnému úniku osob v případě požáru) a užívají se případně jako vstupy pro zaměstnance nebo pro cizí osoby, které se účastní dalšího vzdělávání v jiných prostorách školy (např. odborný výcvik, kurzy, školení aj.), přičemž i v tomto případě má škola zajištěnu kontrolu vstupu.

- Škola vpouští cizí osoby do prostor školy až po ověření účelu jejich vstupu do budovy (doprovod žáka, návštěva pedagoga či ředitele školy aj.), to platí též v případě vjezdu dopravním prostředkem do areálu školy. Vstupy a vjezdy do areálu školy jsou kontrolovány (monitorovány).
- Škola má uzamykatelné vstupy do budov i dalších prostor v areálu školy (např. školní zahrady, školního dvora, parkoviště aj.), má zabezpečená okna a dveře proti volnému vniknutí osob. Na začátku, v průběhu dne i na jeho konci škola vstupy zabezpečí.
- Škola zamezuje nepovolaným osobám přístup do dalších prostor, budov i areálu školy, které nejsou určeny pro poskytování vzdělávání (např. sklepy, půdy, sklady, kotelny aj.), s výjimkou specifických, zvláště provozních případů (revize, kontroly, prohlídky, stavební úpravy aj.).
- Škola má provedenu úpravu zeleně pro zvýšení přehlednosti prostor v okolí přístupových cest i další okolní terénní úpravy.
- Škola má ve svém areálu funkční venkovní osvětlení (nejlépe ovládané pohybovým čidlem) přístupových cest, a to i v době mimo provoz školy.

Ke splnění těchto požadavků se předpokládá zajištění a provedení například:

- bezpečnostních zámků,
- závor,
- oplocení,
- osvětlení,
- drobných stavebních a terénních úprav.

4.2 PERSONÁLNÍ OPATŘENÍ

- Škola zajišťuje průběžný dohled nad žáky ve všech prostorách, a to od okamžiku vstupu do prostor školy po celý průběh výchovně-vzdělávacího procesu i po jeho ukončení až po dobu opuštění budovy či areálu školy. O zajištění náležitého dohledu rozhoduje ředitel školy. Vychází přitom z konkrétních podmínek a přihlíží zejména k charakteru vykonávané činnosti, věku žáků a jejich rozumovému rozvoji (vyspělosti), dopravním a

jiným rizikům. Ředitel školy zpravidla pověřuje dohledem pedagogického pracovníka, stanoví rozvrh dohledu nad žáky a vyvěsí ho na takovém místě, aby bylo možné při kontrolní činnosti snadno rozpoznat, který pedagogický pracovník dohled vykonává.

- Škola má zajištěnu vzájemnou zastupitelnost pedagogických či nepedagogických pracovníků vykonávajících dohled nad žáky.
- Škola zajišťuje dohled nad žáky i při akcích souvisejících se vzděláváním, které jsou realizovány mimo školu. Při pravidelném využívání budov či místností, které nejsou v majetku školy, je nutné vyžadovat od pronajímatele ujištění o bezpečném stavu budovy či místnosti (např. doložením revizních zpráv se závěrem „schopno bezpečného provozu“).
- Škola v případě avizovaného nebezpečí využívá možnosti posílení ostrahy budovy městskou či státní policií, případně hlídkami bezpečnostních agentur (dle místních zvyklostí).

4.3 VNITŘNÍ PŘEDPISY, DOKUMENTACE ŠKOLY

- Škola, ve spolupráci s osobami odborně způsobilými v prevenci rizik a osobami odborně způsobilými v oblasti požární ochrany, analyzuje rizika podle podmínek a charakteru své činnosti a má zpracovány dokumenty pro mimořádné události (např. neoprávněné vniknutí do objektu, přítomnost neznámého nebo nebezpečného předmětu nebo látky ve škole, útok vedený zvenčí či zevnitř, braní rukojmí, vandalismus, šikana,...).
- Škola má zajištěny mechanismy ověřování účinnosti výše uvedené dokumentace, včetně periodických zkoušek technických prostředků a zařízení a spolupracuje se složkami integrovaného záchranného systému a s orgány místní správy.
- Škola má ve školním řádu a v dokumentaci podle jiných právních předpisů, upraveny i další zvláštní povinnosti zaměstnanců, např. povinnosti a postupy při zajišťování dohledu, povinnost informovat zaměstnavatele o vzniku mimořádných událostí, povinnost důsledně dbát na účinnost technických a jiných prostředků chránících bezpečnost budov, povinnost seznamovat zaměstnance a žáky školy s opatřeními zajišťujícími bezpečnost a ochranu zdraví (na začátku školního roku, průběžné opakování dle vyhodnocených rizik, povinnost provedení záznamu o poučení).
- Škola má vymezen formální rámec bezpečnosti a ochrany zdraví, včetně pojmenování nebezpečí, rizik možného ohrožení života a zdraví žáků, spolu s přijetím adekvátních opatření. Škola seznamuje žáky a zaměstnance s ustanoveními předpisů a pokynů

k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví, včetně pojmenování nebezpečí, rizik možného ohrožení života a zdraví, pokud se vztahují k příslušné činnosti, akci nebo pracovišti a průběžně také s ustanoveními školního nebo vnitřního řádu, řádů dílen, laboratoří, odborných pracoven, sportovních zařízení, tělocvičen, hřišť a jiných pracovišť a s dalšími opatřeními, jež mohou mít bezpečnostně preventivní význam při uplatňování základních pravidel bezpečného chování (např. cizí osoby ve školách, technické zabezpečení vstupu do budov, dohled pedagogických pracovníků, způsob příchodu a odchodu, zabezpečovací prvky ve škole). Škola má popsány a uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví, má stanovena zvláštní pravidla při některých činnostech – tělesné výchově, plavání, koupání, lyžařském výcviku, sportovně-turistickém kurzu, soutěžích, přehlídkách, výletech, škole v přírodě, zahraničních výjezdech AJ.

- Škola informuje zákonné zástupce žáků o vydání a obsahu školního řádu.

Od výše uvedeného minimálního standardu se bude škola odchylovat jen v nezbytně nutných a odůvodněných případech. V případě jakýchkoli odchylek budou přijata taková opatření, aby byla bezpečnost a ochrana zdraví žáků i zaměstnanců zajištěna jinými konkrétními způsoby, aniž by byly v rozporu s výše uvedenými principy. Současně musí škola plnit povinnosti, které jí vyplývají z právních předpisů.

Škola využívá k zabezpečení vstupu do školy elektronický systém (čipy), tyto technické prostředky však nemohou plně nahradit dohled prováděný fyzickou osobou, a jde-li o kamerový systém, bere škola před jeho zavedením v úvahu i ochranu soukromí žáků i zaměstnanců školy.

Školy při eliminaci bezpečnostních rizik spolupracují se zřizovatelem, se zákonnými zástupci žáků, zletilými žáky, policií, složkami integrovaného záchranného systému a se školskou radou.

5. 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 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 sebevraždy, kde není ani tak cíl zemřít, jakožto spíše volání o pomoc. Ani takové chování nelze brát na lehkou váhu, protože stále ukazuje na skrytou bolest či trápení, které daný jedinec v onen moment neumí vyjádřit jiným způsobem. Obecně mají mladiství častěji sebevražedné myšlenky než dospělí, jsou impulzivnější a snadněji ovlivnitelní médii (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.

5.1 TEORETICKÝ MODEL SEBEVRAŽEDNÉHO JEDNÁNÍ

Jedinec se pohybuje od „nemotivační“ fáze, ve které jsou na pozadí patrné rizikové faktory a spouštěcí události, jedná se o určité vnitřní předpoklady, kvalitu prostředí a životní události (např. psychické onemocnění, ztráta důležitého vztahu), přes „*motivační fázi*“, kde vznikají sebevražedné myšlenky nebo tendence. V této chvíli je největší možnost intervenovat, neboť na dané osobě je možné pozorovat varovné signály na úrovni chování, nálady, řeči či myšlenek. V této fázi ovlivňují situaci tzv. moderující faktory (např. schopnost řešit problémy, zvládat stres, kvalita vztahů, hodnoty a postoje). Poslední fází je samotné *sebevražedné jednání* (pokus o sebevraždu či dokonaná sebevražda), kde mezi moderující faktory patří např. impulzivita, dostupnost prostředků k sebevraždě nebo naopak dostupnost pomoci či odborné péče. Z pohledu školy je možné při znalosti rodinného zázemí či mimoškolního života žáka zasáhnout již v motivační fázi (např. mohu věnovat zvýšenou pozornost žákovi, který je vystaven náročným životním situacím, třeba rozvodu rodičů). V motivační fázi má však učitel největší možnosti intervence, protože se obvykle dají pozorovat konkrétní změny v chování a prožívání.

5.2 VAROVNÉ SIGNÁLY

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

Změny v chování:

- samotářství, vyhýbání se kamarádům či oblíbeným činnostem
- potíže se soustředěním
- zhoršený školní prospěch
- rizikové chování (např. užívání návykových látek)
- změna chuti k jídlu
- potíže se spánkem (např. polehávání či pospávání v hodinách)
- potíže ve vztazích
- zanedbávání svého vzhledu
- sebepoškozování
- zabývání se myšlenkami na sebevraždu či ukončení života
- vyhledávání informací o sebevraždě, shromažďování prostředků k vykonání sebevraždy (např. lano, léky)
- rozdávání osobních věcí

V prožívání:

- náhlé změny nálad
- dlouhodobý smutek, plačtivost
- zvýšená úzkostnost
- podrážděnost, výbuchy vzteku
- vyčerpanost, apatie, pasivita
- nízké sebehodnocení a sebedůvěra

V komunikaci:

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

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!

5.3 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.

5.4 PREVENCE

Prevence sebevražednosti se odehrává na úrovni komunity, zdravotního systému a školy. Jedná se o procesy, které ovlivňují duševní pohodu žáků i učitelů dávno předtím, než nastane jakékoli sebevražedné jednání.

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 pedagogicko-psychologická 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. Pracoviště funguje týmově a skládá se z:
 - metodika prevence
 - výchovného poradce
- **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.

5.5 INTERVENCE A ROLE PEDAGOGA

Intervence v oblasti sebevražedného jednání znamenají zavedené postupy, co dělat, když se sebevražedné jednání objeví. Takové postupy umožní pedagogům jednat vhodně a efektivně. 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
- znát varovné signály, které mu pomohou identifikovat ohroženého žáka

- mít osvojený způsob vhodné komunikace při výskytu tématu sebevraždy
- vědět, na koho se dále obrátit, jaké jsou možné další kroky
- pracovat v týmu, téma sebevraždy by nikdy neměl řešit pedagog sám
- pečovat i o své duševní zdraví a věnovat se psychohygieně

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

- mírné riziko – žák má myšlenky na sebevraždu
- střední až vysoké riziko – žák má sebevražedné tendence
- akutní riziko – žák se pokusil o sebevraždu na půdě školy

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

Následuje **podpůrný rozhovor**. 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 rozhovoru¹

Podpůrný rozhovor vedený pedagogem si můžeme představit jako dvě na sebe navazující části, kde pedagog naslouchá, klade citlivě otázky, poskytuje podporu a vyjadřuje empatii. V první části jde o **navázání kontaktu**, tzn. běžný začátek rozhovoru, kde vyjadřujeme zájem o žáka:

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

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

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

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

5.6 POSTVENCE

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, pedagogicko-psychologická 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 sebevražděného 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.

5.7 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, prevence pro akutní podporu. Zákonní zástupci jsou smazáni z e-mailových listů, aby rodina nedostávala emaily či telefonáty ohledně školních akcí apod.

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

poté nechce zveřejnit příčinu smrti, ale mezi žáky se o ní šíří různé informace, může škola edukovat o sebevraždě obecně, nikoli ve spojení s daným žákem.

5.8 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.

5.9 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 mluvte 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.

5.10 SDĚLENÍ INFORMACÍ O SEBEVRAŽDĚ RODIČŮM A 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. Ředitel by měl pamatovat

na to, že zákonní zástupci by zprávu měli dostávat zhruba ve stejný čas jako je informace sdělována ve třídách.

5.11 SDĚLOVÁNÍ 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.

5.12 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 míjet, 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.

5.13 PSYCHOHYGIENA UČITELŮ

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.

ZÁVĚR

Minimální preventivní program směřuje k ochraně mládeže před sociálně nežádoucími jevy, včetně vzniku závislosti na návykových látkách, hracích automatech a počítačích. V jeho rámci je preferován pozitivní přístup – vychází z poznání, že spíše než poskytovat informace o nežádoucích jevech je lepší vytvářet podmínky pro využití volného času, spolupodílet se na vzájemně přínosné nestresující komunikaci, upřednostňovat aktivity, které přinášejí pozitivní prožitky jinak než užitím drogy. Důraz je kladen na posilování zdravého sebevědomí, samostatného rozhodování a řešení problémů, rozvoj zdravého životního stylu.

Příloha 1

Výchovný program preventivních aktivit na školní rok 2025/2026

Školní rozhlasové relace

- | | | |
|-----|-----------------------|--|
| 1. | 21. 8. | Okupace Československa |
| 2. | 11. 9. | Terorismus – teror. útok na USA (další teror. akce) |
| 3. | 14. 9. | T. G. Masaryk |
| 4. | 28. 9. | Den české státnosti - sv. Václav |
| 5. | 30. 9. | “Mnichovská dohoda“ |
| 6. | 28. 10. | Založení ČSR |
| 7. | 17. 11. | Den boje za svobodu a demokracii |
| 8. | 10. 12. | Všeobecná deklarace lidských práv |
| 9. | 16. 1. | Upálení Jana Palacha |
| 10. | 27. 1. | Den památky obětí holocaustu a prevence zločinů proti lidskosti |
| 11. | 25. 2. | Komunistický převrat |
| 12. | 10. 3., 12. 3. | Jan Masaryk, vstup ČR do NATO |
| 13. | 15. 3. | Protektorát Čechy a Morava |
| 14. | 28. 3. | Den učitelů – J. A. Komenský |
| 15. | 8. 5. | Den vítězství - osvobození od fašismu - „Velkomeziříčská tragédie“ |
| 16. | 27. 5., 10. 6. | Atentát na Heydricha, vyhlazení Lidic |
| 17. | 27. 6. | Den památky obětí komunismu - JUDr. Milada Horáková |

Poznámka:

témata školních rozhlasových relací mohou být aktuálně upravena, upřesněna.

Osobnostní a sociální výchova jako nástroj práce ŠMP v naší škole

FORMY PRÁCE SE ŽÁKY

1. Kolektiv třídy:

a) přímá – preventivní práce:

- realizace témat v rámci vyučovacích předmětů – koordinace
- upevňování kolektivu v jednotlivých třídách pomocí různých společenských akcí během školního roku – preventivní besedy, praktická zaměstnání, osobní prožitky
- účast kolektivu třídy na lyžařském výcvikovém kurzu (1. ročník) – preventivní besedy
- účast kolektivu třídy na humanitárních a veřejných sbírkách – osobní prožitky

b) přímá – poradenská práce:

- pomoc při řešení problémů v kolektivu tříd (spolupráce s třídními učiteli a VP)
- pomoc při analýze příčin špatného klimatu ve třídě (spolupráce s třídními učiteli a VP)

c) nepřímá – preventivní i poradenská:

- nástěnky – prezentace preventivních písemných materiálů
- schránka důvěry – dotazy, přání, připomínky a návrhy žáků, zákonných zástupců a pracovníků školy (vyhodnocování a řešení)
- vitríny s materiály pro žáky a zákonné zástupce (doplňování a obměna materiálů)
- spolupráce s vedením školy a s výchovným poradcem

2. Individuální konzultace:

a) preventivní:

- žáci s výchovnými problémy (nepravidelná docházka do školy)
- žáci riziková (kuřáci, s rodinnými problémy, se zdravotními problémy)

b) poradenská:

- žáci, kteří pocítují výchovný problém a mají zájem o konzultaci nebo pomoc
- žáci, kteří jsou doporučeni vyučujícími, výchovným poradcem nebo PPP

2. Skupinová konzultace – preventivní:

- žáci, kteří chtějí zlepšit svůj životní styl – zájmové skupiny, nepovinné předměty, kroužky

Příloha č. 3

System vzájemné informovanosti školy a zákonných zástupců (rodičů)

1. Společná schůzka vedení školy s rodiči a budoucími žáky prvního ročníku:

třídy 1. ročníku – červen (2026)

účast: vedení školy, třídní učitelé, pedagogický sbor, vychovatelé, správní zaměstnanci
(vedoucí stravování), budoucí žáci a jejich rodiče

cíl schůzky: sdělení základních informací o studiu, o zahájení školního roku, o preventivních aktivitách školy (adaptační kurz)

2. Konzultace vedení školy s rodiči v případě akutních problémů:

průběžně

3. Třídní schůzky rodičů s třídními učiteli a následné individuální konzultace rodičů s jednotlivými pedagogy:

listopad 2025

leden 2026

duben 2026

program schůzek – připomínky a závěry (zápisy z jednání třídní schůzky, poznámky jednotlivých pedagogů a třídních důvěrníků)

3. Raut třetího ročníku oboru Hotelnictví

raut třídy 3. A proběhnou dle možností v únoru 2025 (neformální setkání žáků, rodičů a pedagogů)

4. Den otevřených dveří a podávání informací o možnostech studia na naší škole:

7. 11 2025 – Den otevřených dveří

26. 11 2025 – Den otevřených dveří

10. 1 2026 – Den otevřených dveří

28. 1 2026 – Den otevřených dveří

5. Účast naší školy na „festivalech vzdělávání středních škol“

V průběhu října, listopadu 2025 se zúčastníme těchto akcí ve městech: Třebíč, Žďár nad Sázavou, Jihlava, Havlíčkův Brod, Pelhřimov, Brno, Velké Meziříčí – návštěvy žáků a rodičů; prezentace na ZŠ.

6. Dopisy rodičům o výsledcích studia jejich dětí

Pochvaly, kárná opatření, sdělení o prospěchu apod.

7. Poskytování metodických materiálů rodičům žáků školy

- metodické pokyny a rady k prevenci rizikového chování mládeže (drogy, kouření, alkohol, patologické hráčství apod.) – 1. – 4. ročník
- metodické pokyny k adaptaci studentů na studium střední školy – 1. ročník
- základní informace k dalšímu vzdělávání absolventů naší školy – 3., 4. ročník
- informace o zásadách zdravého životního stylu mladých lidí – 1. – 4. ročník

8. Spolupráce s PPP, SPC a dalšími sociálními partnery – viz příloha 4

- nejvíce využívají sami žáci
- při problémech je doporučováno i rodičům

9. Ples školy

leden 2026 – účast žáků, rodičů.

V této chvíli není rozhodnuto o konání této akce.

10. Základní informace o škole v písemné podobě

- informační leták pro rodiče žáků ZŠ
- www stránky školy na internetu
- pravidelné informace v regionálním tisku

Při spolupráci s rodiči žáků vedení školy plně dodržuje zákon o ochraně osobních údajů a zákon o informacích.

Subjekty participující na realizaci MPP ve škole (sociální partneři)

- Městský úřad ve Velkém Meziříčí: Odbor sociálních věcí a zdravotnictví (OSPOD)
- Dům dětí a mládeže ve Velkém Meziříčí
- Městská knihovna ve Velkém Meziříčí
- Městská policie ve Velkém Meziříčí
- Regionální tisk, média (Velkomeziříčsko, NovinyVM)
- Jupiter Club Velké Meziříčí
- Muzeum Velké Meziříčí
- Základní školy ve Velkém Meziříčí a okolí
- „Ostrůvek“ Velké Meziříčí
- Úřad práce ve Velkém Meziříčí a ve Žďáru nad Sázavou
- Pedagogicko-psychologická poradna ve Žďáru nad Sázavou, pobočka ve Velkém Meziříčí
- Policie České republiky, oddělení Velké Meziříčí
- Oblastní charita Žďár nad Sázavou – centrum prevence
- Centrum prevence Ponorka ze Žďáru nad Sázavou
- Centrum prevence K – Noe Třebíč
- Centrum prevence Vrakbar z Jihlavy
- ACET
- Wellmez – nízkoprahové centrum
- Středisko výchovné péče Velké Meziříčí