

MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

Dům dětí a mládeže CHOCEŇ

Dům dětí a mládeže Choceň je volnočasové zařízení poskytující široké spektrum zájmového vzdělávání, příležitostných akcí, táborů pro všechny věkové skupiny obyvatel. Nachází se v klidné části města Choceň, v sousedství zástavby rodinných domků, fotbalového stadionu a blízkosti Domova mládeže se školní jídelnou Obchodní akademie Choceň. Nabídka zájmových činností oslovuje klienty ze Chocně a okolí. Skladba klientů je různorodá co do věku, sociálních vrstev, dosaženého vzdělání apod. Z toho plynou některá specifika návštěvníků, jejich chování a přizpůsobování se podmínkám a pravidlům v zařízení.

Minimální preventivní program DDM Choceň se zabývá prevencí sociálně patologických jevů, respektive rizikového chování – drobná kriminalita, kouření, konzumace alkoholu, gamblerství, šikanování a jiné druhy násilí, rasismus, xenofobie, intolerance, antisemitismus.

CÍLE:

- rozvoj a podpora klíčových kompetencí v sociální oblasti – kooperace, řešení problémů, pomoc
- rozvoj a podpora klíčových kompetencí v oblasti osobnostní – podpora zdravého sebevědomí, umění odmítnout, asertivní přístup k ostatním účastníkům
- podpora správných postojů vůči zátěžím a problémům
- podpora zdravého životního stylu
- minimalizace nežádoucích sociálně patologických jevů
- vytváření a podpora pocitu bezpečného prostředí v prostorách DDM

CÍLOVÉ SKUPINY:

- členové zájmových útvarů
- účastníci příležitostných akcí
- účastníci táborů

ŘÍZENÍ PREVENTIVNÍCH AKTIVIT:

- všichni pedagogové volného času – Veronika Zítková, Iveta Kutlvašrová, Lada Lustyková
- externí spolupracovníci

ZAMĚŘENÍ NA ÚČASTNÍKY:

- účastníci pravidelného zájmového vzdělávání – podpora zdravého životního stylu, podpora umění komunikovat, podpora zdravého sebevědomí, podpora spolupráce, umění se prosadit, rozvoj osobnosti účastníka
- účastníci příležitostných akcí – trpělivost, podpora zdravého životního stylu, ekologická výchova, nabídka nových volnočasových aktivit, nabídka smysluplného trávení volného času o prázdninách
- účastníci táborů – podpora kompetencí v řešení problémů, podpora zdravého životního stylu, všestranný rozvoj účastníka, podpora a rozvoj kompetencí komunikativních a sociálních, první pomoc

SPOLUPRÁCE S RODIČI:

- snaha o bezproblémovou spolupráci a komunikaci
- vyrozumění o případných problémech je možné telefonicky nebo písemně, u mladších věkových kategorií je možné hovořit přímo se zákonnými zástupci v době začátku nebo konce zájmového útvaru

SPOLUPRÁCE MEZI PEDAGOGY:

- nezbytná pro vytvoření bezpečného prostředí pro účastníky
- výměna zkušeností o účastnících, kteří navštěvují více zájmových útvarů
- důsledné dodržování výchovných opatření

CÍLOVÝ STAV:

- vytvoření bezpečného prostředí pro všechny příchozí skupiny účastníků
- nedopustit projevy šikanování
- nedopustit projevy rasismu

ZAMĚŘENÍ PRIMÁRNÍ PREVENCE

- předcházet rizikovým jevům
- rozpoznat a zajistit včasnou intervenci

PŘI VÝSKYTU KRIZOVÉHO CHOVÁNÍ:

1. Návykové látky

- uvědomit ředitele DDM
- podezření na zneužívání návykových látek – opatrné vyšetření případu, kontaktovat rodiče nebo zákonné zástupce, při nespolupracující reakci uvědomit oddělení sociálně právní ochrany dětí
- při průkazném zjištění návykových látek nebo alkoholu – neprodleně kontaktovat zákonné zástupce eventuelně zdravotnické zařízení
- při dealerství – uvědomit zákonné zástupce a oddělení sociálně právní ochrany dětí
- vyloučení ze zájmového vzdělávání

2. Projevy rasismu, xenofobie, antisemitismu:

- rozhovor s účastníkem (který se projevuje rasisticky, xenofobně, antisemitsky) bez přítomnosti ostatních
- uvědomění zákonných zástupců

3. Šikanování:

- jednání s agresorem
- jednání se svědky
- jednání s obětí
- vyvození důsledků, adekvátní výchovné opatření, dohody
- informování zákonných zástupců, při nespolutracující reakci uvědomit oddělení sociálně právní ochrany dětí

4. Drobná kriminalita – drobné krádeže:

- při podezření na takovouto činnost – opatrné vyšetření
- při prokazatelném zjištění osoby neprodleně uvědomit ředitele
- kontaktovat rodiče nebo zákonné zástupce, při nespolutracující reakci uvědomit oddělení sociálně právní ochrany dětí
- použít adekvátní výchovné opatření

5. Záškoláctví

- sledovat docházku v pravidelné zájmové činnosti (zápisy v Deníku ZK)
- spolupracovat rodiči – omlouvání dětí, při neomluvené absenci více než čtyři týdny zjišťujeme důvod nepřítomnosti.

EVALUACE:

- pomocí dotazníku, ankety – pocity účastníků, chuť do práce, četnost návratu do zájmových útvarů, postoje jednotlivých pedagogů a externích spolupracovníků
- evidence sociálně patologických jevů, projevy
- použitá výchovná opatření
- počet účastníků na různých aktivitách

KONTAKTY:

- Pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí,
Královéhradecká 513, 562 01 Ústí nad Orlicí
telefon: 465 521 296, 776 611 695
- PhDr. Iva Košťálová
Náměstí Tyršovo 85, 565 01 Choceň, telefon: 776 640 289
- Mgr. Petr Švecová
Choceň, telefon: 604 792 357

DDM Choceň – prevence rizikového chování

Základní strategií prevence v našem zařízení je vedení účastníků činnosti (zejména dětí a mládeže) ke zdravému aktivnímu životnímu stylu, k osvojování pozitivního sociálního chování a k rozvoji osobnosti. Cílem je tedy přispívat k tomu, aby děti navštěvující DDM byly zodpovědné za vlastní chování a způsob života v míře přiměřené jejich věku. V budově DDM chceme vytvářet příjemné, bezpečné a podnětné prostředí. Chceme vytvářet ideální podmínky pro neformální vzdělávání.

V současné době můžeme konstatovat, že problematika sociálně patologických jevů, respektive rizikového chování, stále narůstá a je již celospolečenským problémem. Nejen drogy, ale také vandalství, šikana, záškoláctví a jiné sociálně negativní jevy se začínají dotýkat již dětí základních škol.

Samotná existence našeho zařízení je jednou z forem prevence negativních jevů. Smysluplné využití volného času, nalezení kamarádů se společnými zájmy a vlastní aktivita by měly být jedním z nejlepších způsobů, jak se rizikovému chování vyhnout. Vzhledem k velkému časovému vytížení mnohých rodičů nabývá v tomto ohledu naše úloha na významu. Je velmi důležité podchytit zájem dětí již v útlém věku, kdy je snadné jejich myšlení ovlivnit. Proto naše nabídka obsahuje i aktivity pro předškolní děti a pak zejména pro děti mladšího školního věku, kdy jejich zájem bychom rádi udrželi co nejdéle.

Spolupráce a výměna informací probíhá i s rodiči a zákonnými zástupci našich klientů. Je třeba konstatovat, že problémy, které vidíme my, vidí i oni stejným či podobným pohledem. K tomu na druhou stranu je nutno dodat, že jsou však i rodiče, kteří jsou málo kritičtí a větší část výchovy přesunují na školu a případně i na DDM.

Základním principem preventivní strategie uplatňované v DDM je tedy výchova dětí a mládeže ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a rozvoji osobnosti. V tomto smyslu vedou všichni pedagogové volného času účastníky zájmového vzdělávání k osvojování norem mezilidských vztahů respektujících identitu a individualitu a rozvíjející zejména pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka, humánní a tolerantní jednání, jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince. Všichni zaměstnanci DDM jak interní, tak externí, vytváří vhodné podmínky pro smysluplné využití volného času dětí a mládeže.

**Mgr. Veronika Zítková,
ředitelka DDM**

Příloha č. 1

INFORMACE PRO RODIČE - JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ PIJE ALKOHOL NEBO BERE DROGY?

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

Příloha č. 2

DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

A. Co dělat

- Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, neváhejte zavolat lékaře. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.
- Nespoléhejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je nepodporovat a neusnadňovat pokračující braní drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch ještě neznamená, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvláště když říká a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly, a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout dítě ale ještě neznamená přistupovat na jeho stanovisko.
- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.
- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla. Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.
- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání. Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
- Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky. To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).
- Předcházejte nudě. Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času. Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.
- Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti. To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i změně prostředí.
- Posilujte sebevědomí dítěte. Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu. Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.
- Spolupracujte s dalšími dospělými. Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě

uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.

- Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
- Budte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy.
- Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá. V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládnutím problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

B. Čemu se vyhnout

- **Nepopírejte problém.** Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.
- **Neskrývejte problém.** Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojence.
- **Neobviňujte partnera.** Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost naštěstí často ano. Nehleďte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.
- **Nezanedbávejte sourozence dítěte** zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.
- **Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti,** zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
- **Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho.** S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci - totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
- **Nedejte se vydírat.** Vyhrůžování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých

na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.

- **Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.**
- **Vyhnete se fyzickému násilí.** Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivdění, vede k sabotování snah rodičů a k útěkům.
- **Nejednejte chaoticky** a impulzivně.
- **Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou**, případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- **Do nekonečna neustupujte.** Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný. Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
- **Nezabouhnete dveře navždy.** I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- **Neztrácejte naději. Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání.** I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.

Příloha č. 3

ŠIKANA

Definice pojmu

Úmyslné a opakované ubližování slabšímu (neschopnému obrany) jedincem nebo skupinou, jak fyzické, tak i psychické, ponižování lidské důstojnosti, jde spíš o postoj než o čin. Dominantní znak šikany – **bezmocnost oběti**. Neoddělitelnou součástí problému je **skupinová dynamika**.

Varovné signály šikany pro rodiče

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

Co tedy dělat?

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

Konkrétní kroky

- Zjistěte přesně – pozor – „nevyslychejte jako vyšetřovatel“ – co, kdy, kde se odehrávalo, kdo další byl přítomen.
- Společně vytipujte svědky, kterým dítě ještě důvěřuje, o kterých ví, že nestojí na straně agresora a věří, že mu mohou pomoci.
- Poskytněte dítěti veškerou ochranu (např. při cestě do školy a ze školy, i za cenu, že se budete uvolňovat z práce).
- Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům.

- Nemáte-li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte je doma, ale pozor – pečlivě zvažte, zda v jeho situaci může být samo.
- Znovu dítě ubezpečujte, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.
- Zhodnoťte a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou. Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo pravdy“. Neomlouvejte sami sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.