

# Výchovný ústav, středisko výchovné péče a střední škola Jindřichův Hradec.

## Minimální program prevence rizikového chování pro školní rok 2019/2020

### **Obsah:**

Základní ustanovení

Teoretická východiska práce

Sociální a sociálně-pedagogický přístup

Psychoterapie v rámci systemického přístupu

Praktická část programu

Vypracovala: PhDr. Alena Böhmová, preventista VÚ, SVP a SŠ Jindř. Hradec

Schválil: Mgr. Pavel Vítkovský, ředitel VÚ, SVP a SŠ Jindř. Hradec

V Jindřichově Hradce dne: 2.10.2019

## **ZÁKLADNÍ USTANOVENÍ:**

Minimální preventivní program kontinuálně navazuje na koncept teoreticky rozpracovaný a v denní praxi při práci s dívkami realizovaný v předešlém období. Tento dokument je základem pro tvorbu minimálního preventivního programu pro daný školní rok, který ho konkretizuje do aktuální podoby. Pro tvorbu MPP a celkovou úspěšnou práci v oblasti prevence rizikového chování ve školských zařízeních je k dispozici úplné znění stávajících dokumentů na webových stránkách MŠMT. Základní znalost a orientace v této legislativě je bezpodmínečně žádoucí zejména pro činnost školního metodika prevence. O podporu a metodickou pomoc se ŠMP může obrátit na metodika prevence PPP.

### Efektivní program vyžaduje spolupráci a odpovědnost na několika úrovních

- 2) **ředitel zařízení** - má odpovědnost za podporu, vytváření a realizaci programu
- 3) **školní metodik** - koordinuje přípravy a realizaci programu (vyhláška č. 72/2005 Sb., příloha č. 3 – standardní činnosti ŠMP)
- 4) **pedagogický sbor** - jednotliví pedagogové začleňují preventivní témata do své práce (přípravy)
- 5) **skupinový vychovatelé** - stěžejní úloha při naplňování MPP
- 6) **spoluspráva** - participuje na přípravě a realizaci programu
- 7) **metodik prevence PPP** - zajišťuje odbornou a metodickou pomoc pro ŠMP a je garantem kvality programu
- 8) spolupráce s jinými organizacemi v regionu**

Těžištěm preventivních opatření, uplatňovaných v našem výchovném ústavu, je s ohledem na klientelu spíše oblast **indikované prevence**. U většiny našich dívek lze zaznamenat vyšší výskyt rizikových faktorů v oblasti chování (abúzus drog a alkoholu, jiné formy závislostního chování, trestná činnost, psychiatrická onemocnění, nepodnětné rodinné prostředí nebo jeho úplná absence, navazování kontaktů s nevhodnými osobami mimo výchovný ústav nejčastěji v průběhu útěků z ústavu apod.)

## TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE

V programu je využita aktuální terminologie, kdy původní termín sociálně patologické jevy, který spadá spíše do oblasti sociologie, je nahrazen termínem rizikové chování. Lze jej konkretizovat následujícími projevy chování dívek (aplikováno na naše školské zařízení):

- agrese, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimédií, násilí, vandalismus, intolerance, extremismus, rasismus, xenofobie, homofobie
- záškoláctví
- závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling
- rizikové sporty a rizikové chování v dopravě, prevence úrazů
- spektrum poruch příjmu potravy
- negativní působení sekt
- sexuální rizikové chování.

Základním principem primární prevence rizikového chování dívek je výchova k předcházení popř. minimalizaci rizikových projevů chování. V praxi se jedná o výchovu ke zdravému životnímu stylu, osvojování pozitivního sociálního chování, rozvoj psychosociálních dovedností a zvládnání zátěžových situací osobnosti. U konkrétního školského zařízení našeho typu je vhodné aplikovat specifickou primární prevenci, která je obecně zaměřena na předcházení a omezování výskytu výše uvedených forem rizikového chování dívek. Specifická primární prevence zahrnuje následující formy:

- všeobecná prevence, která je zaměřena na širší populaci, aniž byl dříve zjišťován rozsah rizika
- selektivní prevence, která je zaměřena na mládež, u níž lze předpokládat zvýšený výskyt rizikového chování
- indikovaná prevence, která je zaměřena na jednotlivce a skupiny, u nichž byl zaznamenán vyšší výskyt rizikových faktorů v oblasti chování.

**Vzhledem k charakteru a poslání našeho školského zařízení lze konstatovat, že se zde jedná zejména o uplatňování indikované prevence.**

## SOCIÁLNÍ A SOCIÁLNĚ-PEDAGOGICKÝ PŘÍSTUP

Sociálně-pedagogický přístup je využíván u všech výše uvedených forem rizikového chování, kde se též zaměřuje na vnější faktory: nepříznivé sociální prostředí, nevhodnou výchovu, chybění či ztrátu sociálních dovedností, schopnosti a možnosti integrovat se do komunity.

Používanými metodami jsou zejména:

- 2 sociální a výchovné poradenství, vedení, intervence a asistence
- 3 resocializace, reedukace a rekvalifikace
- 4 nácvik soběstačnosti, sebeobsluhy, sociální komunikace a pracovních dovedností, často využívající chráněného prostředí (ústav, chráněné bydlení)

## **Psychoterapie v rámci systemického přístupu**

Zejména v individuální psychoterapeutické práci je využívám systemický přístup k psychoterapii, který lze definovat slovy Vratislava Strnada: Systemická terapie představuje výrazně kognitivní krátkodobou terapii, která počítá se základní kooperabilitou pacienta. Její zaměření je výrazně antiregresivní: Počítá s kognitivním zpracováním intervence pacientem do té míry, že mobilizuje vlastní autosanační potence pacienta.

Vzhledem ke skutečnosti, že samotné posláním výchovného ústavu v sobě zahrnuje působení do značné míry formou sociální kontroly, je využití i formy sociální pomoci v rámci psychoterapie žádoucí a je jednou z možností preventivního působení na dívky, které mají takto možnost převzít odpovědnost za své rozhodování.

Využití tohoto přístupu je zejména vhodné v situaci, kdy dívka si sama vyhodnotí své chování jako rizikové a má zájem s ohledem na svůj budoucí život své chování změnit. Zde se zplnomocnění dívky řešit vlastní život a rámci možností činit odpovědná rozhodnutí velmi osvědčuje.

## **PRAKTICKÁ ČÁST PROGRAMU**

Minimální preventivní program kontinuálně navazuje na koncept teoreticky rozpracovaný a v denní praxi při práci s dívkami realizovaný v dosavadním období.

Výkonem funkce preventisty rizikového chování je v našem zařízení pověřen vychovatel pracující s prvky psychoterapie (dále jen psychoterapeut). Jeho úkolem je ve spolupráci s ostatními pedagogickými pracovníky dbát na:

- osobnostní rozvoj dívek: zvyšováním odolnosti vůči sociálně patologickým jevům, upevňováním zásad zdravého životního stylu (program proti kouření), podporou přiměřeného sebevědomí a sebehodnocení dětí, pěstováním seberegulačních vlastností, zdokonalováním schopností vyrovnávat se se zátěžovými situacemi.
- osvětovou a informační činnost: na výchovných skupinách i ve škole tematické nástěnky, besedy s odborníky pro děti i výchovné pracovníky (viz plán vzdělávání)

pro tento rok), doplňováním a aktualizací ústavní odborné knihovny pro výchovné pracovníky.

- motivování k odvykací léčbě (u dívek zvýšenou měrou ohrožených rozvojem drogové závislosti – mají za sebou fázi experimentování a někdy i různě dlouhou dobu „braní“), formou spolupráce s protidrogovou poradnou Metha Jindřichův Hradec využitím ambulantní formy intervence, v případě dané indikace a motivace ze strany dívky je možno zprostředkovat léčení v PL Červený Dvůr, PL Jemnice a TK Karlov včetně detoxu v Nemocnici Pod Petřínem, Praha 5

**I. U širšího okruhu dívek vychovatelé a učitelé působí zejména prostřednictvím preventivních opatření v těchto oblastech:**

- výchova k odpovědnosti za zdraví své i ostatních – vytváření eticky hodnotných postojů a způsobů chování
- akce zaměřené na zvýšení právního vědomí – spolupráce s Policií ČR, Okresním státním zastupitelstvím, beseda zaměřená na trestně právní aspekty jednání dívek v rámci trestního zákoníku, trestního řádu a zákona o soudnictví ve věcech mládeže preventistou pro dívky i VP
- zaměření pozornosti na projekty prevence drogových závislostí, konzumace alkoholu, vandalismu, rasismu, násilí, sexuálního zneužívání apod.
- celoustavně velmi aktuální oblast prevence kouření – na výchovných skupinách i při práci ve škole (viz příloha)
- dovednost volby správné životosprávy – poruchy příjmu potravy – mentální anorexie, bulimie – opět jak školní, tak mimoškolní oblast práce včetně spolupráce s místní adiktologickou poradnou
- akce zaměřené na práci s národnostními menšinami směřující k potlačení rasismu a xenofobie
- zvyšování příznivého klimatu ve třídách i ve výchovných skupinách formou organizování výletů, exkurzí, školy v přírodě, akcí prezentující činnost ústavu (jarmark)
- široká nabídka volnočasových aktivit
- účast v literárních, výtvarných, sportovních soutěžích a vědomostních olympiádách
- ústavní spoluspráva – je prostorem pro zapojení dívek do organizace dění v ústavu i ve škole, rozvíjí zodpovědnost za vzájemné soužití a prevenci problémů v kolektivu, rovněž tento program byl na zasedání spolusprávy projednán a podněty dívek vzaty v úvahu (jedná se zejména o náměty k vzdělávání dívek v oblasti komunikace s lidmi,

šikana, program „Blázníš, no a co“, informace o fungování domu na půl cesty, informace z trestně právní problematiky, finanční gramotnost apod.)

Vychovatelé ve spolupráci s odbornými pracovníky (etoped, psychoterapeut, AP se zaměřením na zdravotní problematiku) konkrétními edukačními postupy vedou dívky k:

- osvojování a upevňování zásad zdravého životního stylu (péče o zdraví, správná výživa, hygiena, potřeba spánku,...)
- pravidelná organizace dne, týdne - splnění povinností - blok odpočinku, zábavy
- nutnosti naučit se aktivně trávit volný čas (sport, koníčky,...)
- zvládnutí negativních duševních stavů (hněv, smutek, strach, úzkost) pomocí relaxačních technik, tělesného cvičení, autogenního tréninku apod.
- pěstování tzv. mediální gramotnosti (uvědomělý výběr kvalitních televizních, video a filmových pořadů)

Při problémech přesahujících rámec výchovné skupiny mohou dívky využívat schránku důvěry, volně přístupnou a přímo navázanou na psychoterapeuta zařízení. Souhrnně lze tedy říci, že **základními kompetencemi prevence v rámci podpory zdraví a zdravého životního stylu jsou:**

- zvyšování sociální kompetence – rozvíjení sociálních dovedností, které napomáhají efektivní orientaci v sociálních vztazích, odpovědnosti za chování a uvědomění si důsledků jednání
- posilování komunikačních dovedností – zvyšování schopnosti řešit problémy, konflikty, adekvátní reakce na stres, neúspěch, kritiku
- vytváření pozitivního sociálního klimatu – pocitu důvěry, bez nadměrného tlaku na výkon, zařazení do skupiny, práce ve skupině vrstevníků, vytvoření atmosféry pohody a klidu, bez strachu a nejistoty, využití komunit dívek, které jsou organizovány ve dvou formách, buď celoústavní komunita, nebo komunita dívek s psychiatrickými problémy a komunita dívek ohrožených závislostním chováním s ohledem na zajištění spojovacího prvku při řešení aktuálních problémů
- formování postojů ke společensky akceptovaným hodnotám – pěstování právního vědomí, mravních a morálních hodnot, humanistické postoje apod.

Hlavní důraz při práci se všemi dívkami v ústavu je zejména v programu protidrogové prevence kladen na rozšiřování a zkvalitnění volnočasových aktivit dívek nabídkou sportovních akcí (sportovní kroužky, účast na olympiádách, outdoorové aktivity

ve spolupráci s armádou), pěstování turistiky (programy na poznávání blízkého i vzdálenějšího okolí ústavu), podporu umělecké – hudební a výtvarné – činnosti (ruční práce, pořádání kulturních akcí jako jarmark, hudební zahradní slavnost apod., účastí na festivalu zájmové umělecké činnosti, účast na výuce oborů ZUŠ), podporu dobrovolnické činnosti – venčení psů z místního útulku apod.

**II.** *U dívek již zvýšenou měrou ohrožených drogovou závislostí (závislost v různé fázi vývoje) pracují vychovatelé a učitelé ve spolupráci s protidrogovým preventistou s dívkou individuálně v těchto směrech:*

1. Posilování, eventuálně obnovování narušených sociálních vazeb (s rodinou, blízkými)
2. Práce s emocemi, výchova k zdravému sebehodnocení, sebevědomí (nepodceňovat se ani neprosazovat na úkor druhých)
3. Podle stadia závislosti motivovat ke vhodné formě odvykací léčby
4. Zavedení projektu Selektivní prevence rizikového chování zejména s ohledem na zneužívání drog – jde o pět skupinových programů vedených externími lektory s adiktologickou kvalifikací pod gescí adiktologické poradny Metha Jindřichův Hradec, kdy by se jednalo o jednu skupinu dívek, které jsou motivovány svou závislost nebo ohrožení závislostí řešit a druhou skupinu dívek s abúzem drog, avšak bez potřebné motivace tento stav změnit