

**Diplomová práce:** Preventivní program na vybrané základní škole, jeho analýza a možnosti konkrétního využití

**Autor:** Bc. Iveta Tomečková

## **Příloha č. 1 – Přepis rozhovoru s preventistkou 1. stupně**

**I: Jak dlouho na vaší škole používáte ŠPP?**

*M: Už od školního roku 2006/2007, to je v tuhle chvíli tuším asi patnáctým rokem.*

**I: Kdo se na tvorbě ŠPP podílí? Jak probíhá tvorba ŠPP – kdy začíná, čím, kdo se na něm podílí a jakým způsobem?**

*M: To je otázek... Začneme postupně. V roce 2006 jsem se stala preventistkou a na můj návrh byl vytvořen první minimální preventivní program. Chtěla jsem ho udělat proto, že byl už odbornými institucemi doporučován, i když ještě nebyl povinný.*

*Historicky se totiž mění celá prevence, což asi víš...*

**I: Ano, to jsem se dočetla.**

*M: Původně se teda jednalo o protidrogovou prevenci, která se vyvinula v prevenci rizikového chování, což se odrazilo právě v potřebě mít program a používal se termín Minimální preventivní program.*

*V tom roce jsem ho utvořila a dala ho zhlédnout preventistce pro 2. stupeň, která neměla výhrady.*

*M: Jak byla další otázka?*

**I: Jak tvorba ŠPP probíhá – kdy začíná a kdo se na ni jakým způsobem podílí?**

*M: No...od té doby byl program tvořen stejným způsobem do roku 2017, kdy se stala ŠMP pro 2. stupeň XY a na tvorbě (respektive aktualizaci) spolupracujeme a podílíme se obě.*

*Samotná tvorba začíná a vždy začínala v přípravném týdnu v srpnu a zahrnuje veškeré poznatky a poznámky, které si provedeme v průběhu realizace předchozího.....třeba reflexe podmínek školy, programů PP, situace ve škole...*

*celkovou evaluaci předchozího PPŠ a nové nabídky a podmínky ze strany zřizovatele, MHMP, potenciálních externích spolupracujících institucí, aktualizací ze strany MŠMT a spousta dalších věcí, které si teď hned nevybavím.*

*Týká se například i poskytnutí dotace ze strany zřizovatele, nabídky a cen programů (policie je třeba zadarmo, u MHMP je nutnost grantu, Jules a Jim – má ceník a pak je spousta dalších možností.*

*Stačí to takhle?*

**I: Určitě stačí. A teď ještě pojďme k té samotné tvorbě...**

*M: Tvorba PPŠ od r. 2017 probíhá tak, že já provedu prvotní úpravu všeobecného obsahu (změny v údajích atp.), mezitím se domluvíme s XY, jaký bude letošní cíl, úkoly a tak. Jaké bychom chtěly uskutečnit programy...hlavně kolik, kdy a pro koho. Fyzicky to já naťukám do programu a XY zkontroluje, vychytá překlepy a tak.*

*Co se týká programů, na které jsou vytvořené tabulky, vyplňujeme je povětšinou každá za svůj stupeň, vzájemně kontrolujeme zase překlepy, nějaké nesrovnalosti třeba...*

*No a pak PPŠ případně konzultujeme se školní psycholožkou (podílí se na některých programech), ale po většinu let jsme ji na škole neměli....*

*Do roku 2017 tvorba probíhala stejně, jen jsem ji dělala sama.*

*Do PPŠ píšeme, že jsme ho vytvořily já a Pavla. Míváme ho hotový většinou třetí týden v září.*

**I: Podílí se na tvorbě ŠPP někdo z mimoškolního prostředí? Jakým způsobem?**

*M: Přímo na tvorbě ne, ale nepřímo tím, jak s danou organizací spolupracujeme....Třeba organizace Jules a Jim, se kterou v posledních letech realizujeme programy, uvádí anotace a další info k programům, pro které se rozhodneme a které se do PPŠ píší a tak.*

*Nutno také poznamenat, že PPŠ se vždy píše s výhledem na podávání žádosti o grant z magistrátu, které se dává každý rok v říjnu. Musí v něm být přesně uvedeno to, oč v grantu budeme žádat, PPŠ se k žádosti povinně přikládá.*

**I: Mění se proces tvorby školního preventivního programu nebo máte připravenou nějakou „kostru“, kterou aktualizujete podle potřeby?**

*M: Proces tvorby se trochu výrazněji měnil v roce 2010, kdy jsem se s panem ředitelem dohodla na podávání žádosti na grant magistrátu a tam velmi doporučovali tabulkovou formu, která jim při vyhodnocování žádostí vyhovuje nejvíce.*

*Do té doby byl tehdy program jen psaný strukturovaně a členěn na kapitoly a odstavce.*

*Minimální preventivní program kromě toho, že vycházel z doporučení expertů..třeba Miovského, Mezery a odborného studia, byl shodou okolností už v samém počátku hodnocen při hloubkové inspekci velmi pozitivně, poté několikrát opakovaně je také vzorovým dokumentem pro studenty studia školních metodiků prevence na PedF UK, Takže jeho základní podobu neměníme a přizpůsobujeme dle jednotlivých školních roků aktuální obsah.*

*Jinými slovy – vyvíjí se formulace, slovní obraty... aktualizuje se obsah dle vývoje situace a všech okolností.*

*Poslední větší „změna“ byla v r. 2016, když se součástí PPŠ dle Metodického pokynu z MŠMT stal Program proti šikanování včetně krizového plánu.*

**I: V čem vidíte význam tvorby školního preventivního programu na škole?**

*M: PPŠ tvoří nedílnou součást primární prevence na škole. Umožňuje nám smysluplně a logicky naplánovat celý proces, cíl, úkoly, programy... v průběhu a na konci nám pomáhá se zpětnou vazbou, skýtá pohled do historie a vývoje prevence na škole. V neposlední řadě je i dokumentem dokladujícím, jak PP na škole probíhá, směrem ke kontrolním orgánům, ale i rodičům.*

**I: Z jakých zdrojů při tvorbě nebo úpravách ŠPP čerpáte? Používáte metodické portály?**

*M: Vycházíme z podmínek školy, analýzy situace na škole, evaluace předchozích let....to hlavně. Dále taky pak z dobré praxe a zkušeností s různými organizacemi. Bereme v potaz rovněž metodická doporučení a metodické pokyny MŠMT.*

*K tomu monitorujeme nabídky různých organizací (internet, nabídky, konference, fóra, setkání metodiků v pedagogicko psychologické poradně...). Na metodické portály také nahlížíme, např. RVP.cz, různé články... Pražské centrum primární prevence...*

**I: Jaké formy rizikového chování se ve škole vyskytují? S jakými tématy v oblasti rizikového chování pracujete nejvíce?**

*M: Především vztahy mezi dětmi, klima ve třídách, rizika v kyberprostoru, resp. bezpečný pohyb v kyberprostoru, prevence šikany a kyberšikany, netolismus, také multikultura.*

*No a na 2. stupni k tomu preventivně řešíme další závislosti a také prevence poruchy příjmu potravy, rovněž prevence homofobie.*

*V rámci pedagogů je to práce se třídou, prevence šikany, třídnické hodiny.*

*Pro rodiče kyberprostor a letos i „Dítě v papiňáku“ – tedy vztah rodičů a dítěte v pubertě.*

**I: Bylo třeba kvůli některým tématům rizikového chování upravovat ŠPP?**

*M: Hlavní témata v podstatě setrvávají, přizpůsobujeme formu, míru... jednou jsme například upravovali programy ve smyslu posílení prevence závislostí, protože na 2. stupni se množily případy požívání alkoholu.*

**I: Podle čeho se řídíte při řazení preventivních aktivit v průběhu roku? Navazují na sebe aktivity nějakým způsobem?**

*M: V potaz bereme potřeby školy a jednotlivých ročníků...cíle a úkoly PPŠ a doporučení pro prevenci dle jednotlivých forem rizikového chování a věkové skupiny dětí (třeba od Miovského). To je řazení po ročnících v průběhu celé školní docházky a týká se certifikovaných programů primární prevence.*

*No a v rámci průběhu školního roku se snažíme o logické začlenění certifikovaných programů prevence, ale to se příliš organizačně nedá, protože záleží na tom, kdy nám schválí grant a jakou částkou.*

*A schválení je až skoro v květnu. Kdysi jsme měli dotace i od městské části, tedy organizace šla lépe. Zatím si u nás žáci prevenci neplatí sami.*

*Jasně jsou adaptační programy na počátku roku (1. třídy, případně 6.), rovněž se snažíme o společné výjezdy ("školy v přírodě") ke konci školního roku, TU si plánují a organizují třídní výlety, škola pořádá komunitní aktivity typu „Pikantní den, Barevný den...“. V průběhu se dle potřeby konají sociometrie a práce se třídami popřípadě selektivní prevence.*

**I: Jakým způsobem změnila situace ohledně pandemie covid realizaci preventivních aktivit ve škole? Podařilo se zrealizovat všechny programy naplánované v ŠPP na školní rok 2020/2021?**

*M: Velmi výrazně zasála do celého systému, plánování a realizace. Loňský rok - děti od března nepobývaly ve škole a následně se spíše „dohánělo“ učení. Certifikované programy se realizovaly, ale stěží. V pohodě se uskutečnily adaptační aktivity na počátku roku, komunitní aktivity školy v podstatě žádné, výjezdy, výlety také ne.*

*Letos – no neměli jsme šanci. Děti jsou doma téměř celý rok, ve škole na počátku roku v rouškách... Uskutečnily se adaptáky 1. tříd.*

*Před Vánoci jsme měli alespoň možnost pobýt se třídami a oslavit Vánoce.*

*Stále se čekalo, kdy již budeme moci jít do školy a uskutečnit certifikované programy pro žáky i pedagogy, nakonec bylo jasné, že to nenastane, tak organizace Jules a Jim nabídla některé programy v online formě a webináře. Částečně jsme je využili, museli jsme přitom žádat o změnu projektu. Nicméně např. dotace z grantu pro pedagogy jsme museli vrátit celé.*

*Stávající situace byla našťastí i přínosem v tom, že Jules a Jim nabídl dva webináře pro rodiče, o které byl projevový zájem a škola se tak přiblížila více rodičovské veřejnosti.*

**I: Zasáhla situace ohledně pandemie covid nějakým způsobem do tvorby školního preventivního programu?**

*M: Do systému tvorby nikoliv, do obsahu ano, projevila se v evaluaci programu, tedy v podstatě popisu situace, která nastala ve škole a v prožívání dětí, pedagogů i rodičů.*

*Při plánování bylo nutné klást větší důraz na psychohygienu, vztahy mezi dětmi, učiteli i rodiči, bezpečného a zdravějšího využívání kyberprostoru.*

*Toto vše se ještě určitě bude násobit při tvorbě PPŠ na příští školní rok.*

**I: Dobře, to je za mě vše, mockrát děkuji za příjemný rozhovor a poskytnuté informace.**

## **Příloha č. 2 – Přepis rozhovoru s preventistkou 2. stupně**

**I: Jak dlouho na vaší škole používáte ŠPP?**

*P: Tohle jsem si musela dohledat a zjistila jsem, že je to skoro 15 let. V tu dobu jsem tu ještě nepracovala.*

**I: Kdo se na tvorbě ŠPP podílí? Jak probíhá tvorba ŠPP – kdy začíná, čím, kdo se na něm podílí a jakým způsobem?**

*P: Dává ho dohromady hlavně M., která ho původně i vytvořila. Začínáme většinou v září, kdy si sedneme a řekneme si, jaké budou cíle pro školní rok. Podíváme se na nabídku programů a podle evaluace z loňského roku vybereme ty, které jsou pro školu aktuálně nejpotřebnější.*

**I: Podílí se na tvorbě ŠPP někdo z mimoškolního prostředí? Jakým způsobem?**

*P: Spolupracujeme s externími organizacemi, ale tvorbu dělám pouze já s M., zjistíme si informace o třídních učitelů, žáků či dokonce rodičů a snažíme se je pak do programu zapracovat.*

**I: Mění se proces tvorby školního preventivního programu nebo máte připravenou nějakou „kostru“, kterou aktualizujete podle potřeby?**

*P: Kostru máme, vytvořila ji před lety M. Většinou do ni pouze doplňujeme, za ta léta, co ji používáme se velice osvědčila, takže ani neuvažujeme o nějaké změně.*

**I: V čem vidíte význam tvorby školního preventivního programu na škole?**

*P: Mít preventivní program považuji za hodně důležité. Zvláště teď, když je doba tak rychlá a děti se setkávají se spoustou témat, na která nejsou připravené. Program nám poskytuje jisto oporu, jak můžeme tahle témata efektivně řešit.*

**I: Z jakých zdrojů při tvorbě nebo úpravách ŠPP čerpáte? Používáte metodické portály?**

***P: Jak už jsem říkala, takhle část je spíš na M. Určitě ale sledujeme metodické portály a doporučení MŠMT případně doporučení krajského koordinátora pro primární prevenci na školách.***

**I: Jaké formy rizikového chování se ve škole vyskytují? S jakými tématy v oblasti rizikového chování pracujete nejvíce?**

*P: Ta témata jsou pořád víceméně stejná. Šikana, vztahy, návykové látky a teď hodně narůstá závislost na digitálních technologiích.*

**I: Bylo třeba kvůli některým tématům rizikového chování upravovat ŠPP?**

*P: Ano, to bylo. Na druhém stupni se nám objevilo sebepoškozování, podezření na poruchy příjmu potravy, užívání návykových látek. Z toho důvodu jsme zařazovali specifickou prevenci týkající se těchto témat.*

**I: Podle čeho se řídíte při řazení preventivních aktivit v průběhu roku? Navazují na sebe aktivity nějakým způsobem?**

*P: Snažíme se o to, třeba na program „Nekuřátka“ na 1. stupni navazuje program „Típní to“ na 2. stupni. Je jich tam takových víc, snažíme se prevenci propojovat v souvislosti s tím, jak děti dospívají.*

**I: Jakým způsobem změnila situace ohledně pandemie covid realizaci preventivních aktivit ve škole? Podařilo se zrealizovat všechny programy naplánované v ŠPP na školní rok 2020/2021?**

*P: No, zasáhlo nás to dost. Podařilo se zrealizovat jen minimum programů, některé šly udělat online, ale většina bohužel ne. Museli jsme kvůli tomu vrátet celkem dost peněz z grantu. Budeme se proto do budoucna snažit snížit závislost na externích organizacích. Momentálně je po covidu velká poptávka po programech specifické prevence a organizace to nestíhají personálně zajišťovat, což nám komplikuje situaci v návaznosti na další preventivní aktivity.*

*Hodně nám covid zasáhl i do evaluace. Nebyli jsme na to připraveni a hlavně u specifické a nespecifické prevence to pro nás bylo komplikované. V tomto ohledu bohužel momentálně nemáme správné nástroje, jak ověřit, že jsou programy nespecifické prevence nastavené správně.“*

**I: Zasáhla situace ohledně pandemie covid nějakým způsobem do tvorby školního preventivního programu?**

*P: Přímo do tvorby ne, ale protože jsme předpokládaly, že situace bude pro všechny zúčastněné náročná, vytvořily jsme v Google Classroom učebnu s názvem „Co dělat když....“. Dávaly jsme tam různé tipy, přehledové materiály a důležité kontakty pro krizové případy.*

*Výrazně se tím zvýšilo povědomí jednotlivých učitelů o konkrétních jevech rizikvého chování a velká část učitelského sboru s odkazy začala pracovat i v běžné výuce. To nás dost potěšilo.*

*Učebna jim tak posloužila jako souhrnný zdroj informací, který je pro ně jednoduše dostupný a odkazy v něm jsou použitelné v hodinách i bez dlouhé předchozí přípravy.*

**I: Mokrát děkuji za rozhovor, to je za mě vše. Přeji vám krásný den.**

*P: Také děkuji a hezký den i vám.*



## Příloha č. 3 – Dotazníkové šetření – Nekuřátka, 1. testování

### Nekuřátka

Vyplněním tohoto anonymního dotazníku souhlasíte s využitím dat pro účely zpracování výzkumné části diplomové práce.

Já, Bc. Iveta Tomečková zároveň prohlašuji, že data nebudou žádným jiným způsobem využita.

Mockrát Vám děkuji za Váš čas a zodpovězení dotazníku.

...

1. Jak moc je podle tebe kouření tabákových výrobků škodlivé pro zdraví? (jako ve škole: 1- není škodlivé, 5- je hodně škodlivé)

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Jak moc mi škodí, když jsem v zakouřeném prostředí? (jako ve škole: 1- neškodí vůbec, 5- škodí velmi)

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. E-cigarety jsou zdravější a mohou je kouřit i děti \*



souhlasím

nesouhlasím

4. Láká tě vyzkoušet cigaretu? \*

- ano
- ne
- nevím
- zkoušel/a jsem

5. Jak bych se zachoval/a, kdyby mi někdo nabídl cigaretu? \*



Text stručné odpovědi

---

6. Myslím, že zbavit se závislosti na tabákových výrobních je velmi těžké. \*

- souhlasím
- nesouhlasím
- nevím

...

7. Kouření může způsobit závažné onemocnění. (jako ve škole: 1 - určitě souhlasím, 5 - vůbec nesouhlasím)

- |                  |                       |                       |                       |                       |                       |                   |
|------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------|
|                  | 1                     | 2                     | 3                     | 4                     | 5                     |                   |
| určitě souhlasím | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | vůbec nesouhlasím |

8. Vyjmenujte onemocnění způsobená užíváním tabákových výrobků, která znáte. (Pokud si žádné nevybavíš, otázku přeskoč.)

Text stručné odpovědi

---

9. Odpověď na otázky v dotazníku pro mě bylo: \*

lehké

těžké

střední

## Příloha č. 4 – Dotazníkové šetření – Nekuřátka, 2. testování

### Nekuřátka II

Vyplněním tohoto anonymního dotazníku souhlasíte s využitím dat pro účely zpracování výzkumné části diplomové práce.

Já, Bc. Iveta Tomečková zároveň prohlašuji, že data nebudou žádným jiným způsobem využita.

Mockrát Vám děkuji za Váš čas a zodpovězení dotazníku.

...

1. Jak moc je podle tebe kouření tabákových výrobků škodlivé pro zdraví? (jako ve škole: 1- není škodlivé, 5- je hodně škodlivé)

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Jak moc mi škodí, když jsem v zakouřeném prostředí? (jako ve škole: 1- neškodí vůbec, 5- škodí velmi)

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. E-cigarety jsou zdravější a mohou je kouřit i děti \*



- souhlasím
- nesouhlasím
- nevím
- zkoušel/a jsem

5. Jak bych se zachoval/a, kdyby mi někdo nabídl cigaretu? \*



Text stručné odpovědi

---

6. Myslím, že zbavit se závislosti na tabákových výrobních je velmi těžké. \*

- souhlasím
- nesouhlasím
- nevím

...

7. Kouření může způsobit závažné onemocnění. (jako ve škole: 1 - určitě souhlasím, 5 - vůbec nesouhlasím)

- určitě souhlasím      1      2      3      4      5      vůbec nesouhlasím
- 

---

8. Vyjmenujte onemocnění způsobená užíváním tabákových výrobků, která znáte. (Pokud si žádné nevybavíš, otázku přeskoč.)

Text stručné odpovědi

---

9. Program s lektorkou se mi: \*

- líbil
- nelíbil
- nepamatuji si

10. Jaká informace z programu s lektorkou ti přišla nejdůležitější? Co sis nejvíce zapamatoval/a? \*

Vaše odpověď

---

11. Odpovědět na otázky v dotazníku pro mě bylo: \*

- lehké
- střední
- těžké

## Příloha č. 5 – Dotazníkové šetření, Digitální well-being, 1. testování

### Digitální well-being I

Vyplněním tohoto anonymního dotazníku souhlasíte s využitím dat pro účely zpracování výzkumné části diplomové práce.

Já, Bc. Iveta Tomečková zároveň prohlašuji, že data nebudou žádným jiným způsobem využita.

Mockrát Vám děkuji za Váš čas a zodpovězení dotazníku.

1) Co znamená pojem digitální well-being?

Vaše odpověď

---

2) Dokážu si sám hlídat množství času stráveného v online prostředí (jako ve škole 1=rozhodně ano, 5=rozhodně ne)

	1	2	3	4	5	
rozhodně ano	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	rozhodně ne

3) Při trávení času na internetu si dokážu pohlídat svou fyzickou a psychickou pohodu - zda mě nebolí záda, oči, hlava, jak na mě daná aktivita působí. (jako ve škole 1=rozhodně ano, 5=rozhodně ne)

	1	2	3	4	5	
rozhodně ano	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	rozhodně ne

4) Co ti internet přináší? V čem je pro tebe výhodný?

Vaše odpověď

---

5) Co ti internet bere? V čem je pro tebe nevýhodný?

Vaše odpověď

---

6) Co bych poradil člověku, který nedokáže kontrolovat množství času, které tráví v online prostředí?

Vaše odpověď

---

7) Kolik hodin denně v online prostředí je podle mě "akorát"?

- 0-1 hodina
- 1-3 hodiny
- 3-5 hodin
- 5-7 hodin
- 7 a více hodin

8) Co pro sebe mohu udělat, abych se při používání digitálních technologií cítil lépe?

Vaše odpověď

---

9) Vyplnit dotazník pro mě bylo:

- lehké
- střední
- těžké



## Příloha č. 6 – Dotazníkové šetření, Digitální well-being, 2. testování

### Digitální well-being II

Vyplněním tohoto anonymního dotazníku souhlasíte s využitím dat pro účely zpracování výzkumné části diplomové práce.

Já, Bc. Iveta Tomečková zároveň prohlašuji, že data nebudou žádným jiným způsobem využita.

Mockrát Vám děkuji za Váš čas a zodpovězení dotazníku.

1) Co znamená pojem digitální well-being?

Vaše odpověď

---

2) Dokážu si sám hlídat množství času stráveného v online prostředí (jako ve škole 1=rozhodně ano, 5=rozhodně ne)

	1	2	3	4	5	
rozhodně ano	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	rozhodně ne

3) Při trávení času na internetu si dokážu pohlídat svou fyzickou a psychickou pohodu - zda mě nebolí záda, oči, hlava, jak na mě daná aktivita působí. (jako ve škole 1=rozhodně ano, 5=rozhodně ne)

	1	2	3	4	5	
rozhodně ano	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	rozhodně ne

4) Co ti internet přináší? V čem je pro tebe výhodný?

Vaše odpověď

---

5) Co ti internet bere? V čem je pro tebe nevýhodný?

Vaše odpověď

---

6) Co bych poradil člověku, který nedokáže kontrolovat množství času, které tráví v online prostředí?

Vaše odpověď

---

7) Kolik hodin denně v online prostředí je podle mě "akorát"?

- 0-1 hodina
- 1-3 hodiny
- 3-5 hodin
- 5-7 hodin
- 7 a více hodin

8) Co pro sebe mohu udělat, abych se při používání digitálních technologií cítil lépe?

Vaše odpověď

---

9. Program s lektorkou se mi: \*

- líbil
- nelíbil
- nepamatuji si

10. Jaká informace z programu s lektorkou ti přišla nejdůležitější? Co sis nejvíce zapamatoval/a? \*

Vaše odpověď

---

11. Odpovědět na otázky v dotazníku pro mě bylo: \*

- lehké
- střední
- těžké