

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**  
Husitská teologická fakulta

**Diplomová práce**

**Primární prevence sociálně nežádoucích jevů**

**Primary prevention of social unwanted phenomena**

Vedoucí práce:  
doc. PaedDr Olga Zelinková, CSc.

Autor:  
Mircea Mihai Lechaciu

Praha 2009

## **Anotace:**

Diplomová práce „Primární prevence sociálně nežádoucích jevů“ pojednává o problematice primární prevence v současnosti v České republice. Je zde popsán výčet sociálně nežádoucích jevů, které nejvíce ohrožují výchovu a vývoj mladé generace.

Značná část práce popisuje konkrétní dvouletý primárně preventivní program Křesťansko pedagogicko-psychologické poradny, který byl realizován na jednom pražském gymnáziu. Tohoto programu jsem se účastnil osobně jako lektor. Dále ve své práci popisuji vlastní zkušenosti z primárně-preventivního projektu „Posilování pozitivních životních hodnot a postojů“. Součástí práce je dotazníkový výzkum, který byl proveden po absolvování programu mezi žáky ve škole. Cílem práce je zhodnocení kvality programu primární prevence.

## **Annotation:**

Diploma thesis „Primary prevention of social unwanted phenomena“ handles the current situation in the Czech Republic of an issue called primary prevention. It is here described a lot of social unwanted phenomena, which jeopardises the most the education and evolution of the young generation.

A significant part describes the concretely two years long primary prevention program from the Christian pedagogical psychology clinic, which was realised at a secondary school in Prague. I was part of this program personally as lecturer. Next I am describing my own experience from the primary prevention project „Enforcing positive values of life and attitude“. Part of this work is a research, which has been accomplished among children in school after I completed the program. The purpose of my thesis is an evaluation of the quality of the primary prevention program.

## **Klíčová slova:**

Prevence, primární prevence, sociálně nežádoucí jev, šikana, závislost, lektor, supervize.

## **Keywords:**

Prevention, primary prevention, social unwanted phenomena, chicane, addiction, lector, supervision.

## **Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval samostatně a použil jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby tato diplomová práce byla umístěna v Ústřední knihovně UK a používána ke studijním účelům.

V Praze, dne 13. srpna 2009

Mircea Mihai Lechaciu

## **Poděkování:**

Touto cestou bych rád poděkoval vedoucí mé diplomové práce, paní doc. PaedDr. Olze Zelinkové, CSc., za odborné vedení, konzultace a mnoho užitečných rad.

Dále bych rád poděkoval metodičce primární prevence na gymnáziu Ústavní 400, Praha, pí. Mgr. Ivaně Kašparové, za její ochotu a spolupráci nejen při praktickém výzkumu.

Také chci poděkovat své budoucí manželce Kateřině Česákové a celé rodině za velikou oporu a pomoc při vzniku mé práce.

# Obsah

Obsah .....	5
Úvod.....	7
1 Obecná charakteristika a terminologie primární prevence .....	9
1.1 Charakteristika primární prevence .....	9
1.2 Terminologie primární prevence.....	9
2 Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna (KPPP) a její činnost.....	12
2.1 Pedagogicko-psychologické poradny .....	12
2.2 Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna .....	12
2.3 Primární preventivní program KPPP – projekt Posilování pozitivních životních hodnot a postojů.....	13
2.3.1 Cíle projektu.....	14
2.3.2 Specifika projektu .....	14
2.3.3 Cílové skupiny .....	15
2.3.4 Prostředí pro fungující program primární prevence v praxi .....	15
2.4 Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) .....	15
3 Struktura dvouletého programu .....	17
3.1 Časový harmonogram .....	17
3.1.1 Lektor primární prevence.....	18
3.1.2 Supervize.....	19
3.1.3 Proces koordinace primárně preventivního programu .....	20
3.2 Věkové hranice mládeže programu .....	21
3.2.1 Období pubescence .....	21
3.2.2 Starší školní věk (12-15 let).....	22
3.3 Metody .....	22
3.3.1 Metody standardizované .....	22
3.3.2 Metody nestandardizované .....	23
4 Vlastní program .....	25
4.1 První setkání – seznamovací.....	25
4.2 Sociometrické vyšetření třídních kolektivů .....	27
4.3 Druhé setkání – techniky zaměřené na vztahy ve třídě, prevence šikany.....	27
4.3.1 Definice šikany .....	27

4.3.2	Prevence šikany .....	30
4.3.3	Popis technik programu .....	31
4.3.4	Osobní lektorská zkušenost se šikanou v rámci 2. setkání programu.....	33
4.4	Třetí setkání – prevence závislostí.....	33
4.4.1	Definice závislostí.....	35
4.4.2	Prevence závislostí.....	38
4.5	Čtvrté setkání - partnerské vztahy, hodnotový žebříček, plánování volného času .....	39
4.5.1	Plánování volného času.....	40
4.6	Shrnutí celého programu.....	41
5	Výzkum.....	43
5.1	Charakteristika dotazníkového výzkumu.....	43
5.1.1	Cíl a zaměření výzkumu .....	43
5.2	Hypotézy .....	43
5.3	Organizace a metodika výzkumu.....	43
5.4	Výsledky dotazníkového výzkumu.....	44
5.4.1	Kvantitativní rozbor .....	44
5.4.2	Kvalitativní rozbor .....	61
5.5	Shrnutí výzkumu.....	62
5.6	Vyhodnocení hypotéz .....	62
	Závěr .....	64
	Seznam tabulek a grafů.....	67
	Použitá literatura .....	68
	Seznam příloh .....	71
	Přílohy.....	72

## Úvod

Celá moje práce je věnována tématu „Primární prevence“. Je to aktuální a velmi zajímavé téma, které jsem si zvolil hned z několika důvodů. Kromě toho, že jsem osobně pracoval jako lektor pro Křesťanskou pedagogicko-psychologickou poradnu, nejvíce mě inspirovaly vlastní pocity i konkrétní poznatky a situace v běžném životě. V průběhu studia jsem se setkával, zejména v kolektivu mladých lidí, s tolika různými nežádoucími jevy, že jsem se rozhodl osobně napomoci v boji proti nim. V programu primární prevence byli zapojeni žáci základních škol ve věku 12-15 let. Je všeobecně známo, že v tomto věku je prevence velmi účinná. Činností lektora KPPP jsem se zabýval intenzivně po dobu osmnácti měsíců. V rámci celého procesu jsem absolvoval v přípravné části několik vstupních školení. Byl to především kurz sebepoznání a trénink spolupráce s kolektivem, dále zaškolení do strategie zadávání sociometrického šetření a v neposlední řadě jednotlivá školení s konkrétním zaměřením před každým setkáním s dětmi.

Zejména v dnešní hektické moderní době je kladen stále větší důraz na nejrůznější preventivní opatření, která mají chránit školní mládež před negativními nástrahami současnosti. Nejen ze svých vlastních zkušeností, postřehů svého blízkého i širokého okolí, ale i v souladu s celorepublikovými statistickými měřítky, musím bohužel konstatovat, že získání alkoholu, cigaret a drog, je pro každého mladého člověka velmi jednoduché. Tento fakt se bohužel vztahuje i na nezletilé, kteří se bez větších problémů k uvedeným látkám snadno dostanou. Proto existuje mimo jiné program primární prevence, který dětem vysvětluje závažnost problému a seznamuje je s následky užívání těchto látek.

Já osobně na primární prevenci hledím jako na působivou formu dodatečné a doplňující „výchovy“ nezletilých dětí. Právě děti jsou sice nepopíratelně při výchově nejvíce ovlivňovány svými rodiči, ale občas mají problémy s přijímáním rodičovské autority. Proto se mi jeví primární prevence jako ideální způsob navázání přátelského kontaktu s dětmi nenásilnou formou.

Jak jsem již zmínil, primární prevence v posledních letech v České republice prožívá velký rozmach. Společnost jako celek dospěla ke správnému přesvědčení, že sociálně nežádoucí jevům je lepší předcházet, než je následně řešit a sankcionovat původce těchto činností.

Ověřil jsem si vlastní praxí, že zájem o primární prevenci jeví již většina základních škol v České republice.

V úvodní části seznámím čtenáře s teorií a definicemi primární prevence. Dále se budu obšírněji věnovat Křesťansko psychologicko–pedagogické poradně. Popis rozvedu do více podkapitol, a tím napomohu čtenáři se lépe orientovat v systému této poradny. Vyzdvihnu zejména cíle projektu primární prevence. Zaměřím se na určité cílové ohrožené skupiny. Nastíním průběh celého dvouletého cyklu této poradny a neopomenu ani zmínit možná rizika těchto studentských programů.

Následuje část věnující se výzkumu, která popíše výsledky dotazníkového šetření.

Tento výzkum zjišťuje efektivitu primární prevence na konkrétním pražském gymnáziu, kde jsem působil jako lektor.



# 1 Obecná charakteristika a terminologie primární prevence

## 1.1 Charakteristika primární prevence

Primární prevenci vnímáme jako komplexní a flexibilní systém opatření. Toto téma je značně rozsáhlé a různorodé, jednotlivec ve vztahu k těmto sociálně nežádoucím jevům je podmíněn zkušenostmi, prostředím a dalšími okolnostmi, které se pro něj staly významnými. Primární prevence sociálně nežádoucích jevů je soubor specifických aktivit, které jsou součástí každodenního života společnosti.

## 1.2 Terminologie primární prevence

V této kapitole definuji pojmy, se kterými ve v teorii i praxi primární prevence setkáváme a které budu dále používat. Volím vždy citaci toho autora, který se podle mého názoru vyjadřuje nejsrozumitelněji. Porovnáním prací citovaných autorů jsem zjistil, že se jejich pojetí od sebe významně neliší.

**Prevence a represe** – formy ovlivňování sociálně nežádoucích jevů ve společnosti, kdy represe řeší důsledky sociálně patologických jevů a prevence se jim pokouší předcházet. (Pokorný, Telcová, Tomko, 2003, str. 10)

### **Prevence**

Nešpor (1998, str. 4) ve své knize popisuje prevenci takto: „Slovo prevence je z latinského původu a znamená opatření učiněné předem, včasnou obranu nebo ochranu.“ Slovo prevence (latinsky „*praevenire*“ – předcházet) znamená opatření, která mají předejít nežádoucím jevům (např. drogové závislosti, nemocem, sociálním konfliktům, násilí, šikaně).

### **Primární prevence**

Marádová ve knize *Prevence Závislostí* (2006) popisuje primární prevenci jako veškeré konkrétní aktivity realizované s cílem předejít problémům a následkům spojeným se zneužíváním návykových látek i s ostatními sociálně patologickými jevy, případně minimalizovat jejich dopad a zamezit jejich rozšíření.

„Cca od konce 50. let se prevence rozdělila na primární a sekundární. Cílem primární prevence je předcházet nemoci před tím, než vznikne.“ (Nešpor, 1998, str. 4)

**Sekundární prevenci** je označováno předcházení vzniku, rozvoji a přetrvávání problémového užívání u osob, které jsou užíváním drogy zasaženi. Jedná se o včasnou intervenci, poradenství a léčení. (Marádová, 2006, str. 23)

### **Terciární prevence**

Předcházení vážnému či trvalému zdravotnímu a sociálnímu poškození jako následku užívání drog. V tomto smyslu je terciární prevencí:

- resocializace či sociální rehabilitace u klientů, kteří prošli léčbou vedoucí k abstinenci nebo se zapojili do substituční léčby a abstinují od nelegálních drog
- intervence u klientů, kteří aktuálně drogy užívají a nejsou rozhodnutí užívání zanechat, souborně zvané Harm Reduction – zaměřují se především na snížení zdravotních rizik, zejména přenosu infekčních nemocí při nitrožilním užívání drog (www.drogy-info.cz)

„**Specifická primární prevence** – systém aktivit a služeb, které se zaměřují na práci s populací, u níž lze v případě jejich absence předpokládat další negativní vývoj. Právě u této populační skupiny je třeba pomocí specifických preventivních programů předcházet nebo omezovat výskyt společensky nežádoucího chování.

**Nespecifická primární prevence** – aktivity, které tvoří nedílnou součást primární prevence a jejímž obsahem jsou všechny metody a přístupy umožňující rozvoj harmonické osobnosti, včetně možnosti rozvíjení nadání, zájmů a pohybových a sportovních aktivit.“ (Marádová, 2006, str. 22)

Existují i jiná dělení **prevence**: „V severoamerické odborné literatuře se uvádí také následující rozdělení:

- všeobecná prevence je určena celé populaci, např. všem dospívajícím v určité oblasti
- selektivní prevence má za cílovou populaci děti a dospívající se zvýšeným rizikem, kteří ještě návykové látky neužívají (např. hyperaktivní děti s poruchami pozornosti nebo s poruchami chování, děti s chronickým bolestivým onemocněním, s duševními problémy atd.)

- indikovaná prevence je určena těm dětem a dospívajícím, u kterých není možné diagnostikovat škodlivé užívání nebo závislost na návykových látkách, ale kteří vykazují varovné známky užívání návykových látek“ (Nešpor, 1998, str. 4)

### **Deviace**

Slovo deviace je odvozeno od latinského „deviatio“ nebo-li odchylka či úchylka. V obecném pojetí je chápána jako jakákoli odchylka od normální struktury či funkce a může se vyskytovat u kteréhokoli jevu v přírodě nebo společnosti. (Hrčka, 2001, str. 11)

„**Sociální deviace** označuje porušení nebo podstatnou odchylku od některé sociální normy nebo od souboru norem, které jsou většinou členů určité sociální skupiny nebo společnosti akceptovány.“ (Dubský, 2005, str. 11)

**Sociální konformita** – tendence řídit se podle druhých.

Dělení:

- formální – např. dodržování školního řádu a mezí sestavovaných osnovami
- neformální – např. dodržování nepsaných hodnot i jistá očekávání školy i jednotlivých učitelů – tzv. „skrytá pravidla“ (Fontana, 2003, str. 284)

**Norma** – Jandourek (2001, str. 171) ve svém Sociologickém slovníku popisuje tři různá pojetí normy. Norma dle autora označuje:

- podobnost, kterou je možno pozorovat v chování většího počtu lidí
- hodnocení chování ze strany společnosti
- závažný požadavek týkající se nějakého chování

## **2 Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna (KPPP) a její činnost**

### **2.1 Pedagogicko-psychologické poradny**

Pedagogicko-psychologické poradny jsou školská poradenská zařízení. Poskytují poradenské služby ve školách a školských zařízeních. Součástí poradenských služeb je činnost přispívající k prevenci a řešení výukových a výchovných obtíží a sociálně patologických jevů a dalších problémů souvisejících se vzděláváním a s motivací k překonávání problémových situací. Dle vyhlášky Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních pedagogicko- psychologická poradna:

- poskytuje služby pedagogicko-psychologického a speciálně pedagogického poradenství a pedagogicko-psychologickou pomoc při výchově a vzdělávání žáků
- činnost poradny se uskutečňuje ambulantně a návštěvami zaměstnanců poradny vykonávající činnost ve školách a školských zařízeních
- dále zjišťuje pedagogicko-psychologickou připravenost žáků na povinnou školní docházku a vydává o ní odborný posudek
- zjišťuje speciální vzdělávací potřeby žáků ve školách, které nejsou samostatně zřízené pro žáky se zdravotním postižením, a vypracovává odborné posudky a návrhy opatření pro školy a školská zařízení na základě výsledků psychologické a speciálně pedagogické diagnostiky
- poskytuje poradenské služby žákům se zvýšeným rizikem školní neúspěšnosti nebo vzniku problému v osobnostním a sociálním vývoji
- poskytuje metodickou podporu škole
- prostřednictvím metodika prevence zajišťuje prevenci sociálně patologických jevů, realizaci ([www.msmt.cz](http://www.msmt.cz))

### **2.2 Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna**

Za všechny psychologicko pedagogické poradny, které realizují programy primární prevence, představuji KPPP, a to vzhledem k tomu, že právě zde jsem působil jako lektor.

„Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna je školská právnická osoba. Jako církevní školské zařízení byla zřízena Arcibiskupstvím pražským jako samostatný právní subjekt ve

znění zřizovací listiny č.j. 1119/94 ze dne 6.4.1994. Jako školská právnická osoba byla zřízena Arcibiskupstvím pražským zřizovací listinou č.j. 8587/2005 ze dne 29.12.2005.

Poradna je v působnosti Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Ve své činnosti se řídí předpisy zřizovatele, MŠMT a obecně platnými předpisy. Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna byla zařazena do sítě škol a školských zařízení s platností od 1.1.1995. Změna právní formy na školskou právnickou osobu byla provedena k 30.4.2006 zápisem do rejstříku školských právnických osob MŠMT.

Poradna poskytuje služby dětem, mládeži, rodičům, pedagogům včetně katechetů v oblasti výchovy a vzdělávání. Poradna spolupracuje se školami, školskými zařízeními a dalšími institucemi, které zajišťují péči o děti, mládež a rodinu.“ (www.kppp.cz)

### **2.3 Primární preventivní program KPPP – projekt Posilování pozitivních životních hodnot a postojů**

S programem primární prevence KPPP jsem se seznámil na přednášce, která proběhla v prostorách Husitské fakulty UK. Práce lektora ve dvouletém projektu mě zaujala, a proto jsem se přihlásil ke vstupnímu týdennímu školení. MŠMT vydalo k realizaci primárního preventivního programu metodický pokyn. O tomto instruktážním pokynu MŠMT se podrobněji zmiňuji na konci této druhé kapitoly mé práce.

„KPPP reaguje svým projektem Posilování pozitivních životních hodnot a postojů na požadavek MŠMT o povinnosti realizace Minimálního preventivního programu ve škole. Tento projekt je nabídkou školám spolupracovat v oblasti prevence sociálně nežádoucích jevů.

Problematika nesnižující se kriminality, šikanování, zneužívání návykových látek a ostatních sociálně negativních jevů je všeobecně známá. Zvláště tíživá je tato situace v Praze. Praxe ukázala, že jednorázové přednášky a besedy jsou málo efektivní, proto KPPP realizuje dlouhodobý vícesložkový projekt již od roku 1997. Projekt je realizován na cca 20 pražských školách. Poradna ročně vyškolí cca 25 studentů na práci lektora primární prevence, kteří z pravidla s poradnou spolupracují 2 roky.“ (www.kppp.cz)

Poradna spolupracuje většinou se studenty vyšších nebo vysokých pedagogických škol, kteří jsou vlastními realizátory projektu. Tito studenti - lektoři - přicházejí opakovaně (6x za dva roky) do tříd s vícehodinovým programem a pracují metodou psychosociálních technik.

„Problematika závislostí je v projektu zasazena do širšího kontextu prevence sociálně negativních jevů, které se mohou ve školách vyskytnout, tak jak je v současné době doporučováno např. ve Standardech poskytování primární prevence zneužívání návykových látek.

Celý obsah projektu je orientován pozitivně, tj. posiluje a upevňuje pozitivní hodnoty: zdravé vztahy v kolektivu, zdravé sebevědomí a pozitivní vztah k sobě samému, charakter a zdravý životní styl.

Projekt splňuje kritéria efektivních programů: dlouhodobost, systematičnost, kontinuální návaznost, mnohočetnost metod včetně vrstevnických programů, pozitivní orientaci, aj.

Projekt je postaven na vzájemné spolupráci KPPP - ŠKOLA - LEKTOŘI.

Projekt je financován: Magistrátem hl.m. Prahy, Městskou částí Praha 8.“(www.kppp.cz)

### **2.3.1 Cíle projektu**

Cíle projektů se u každé organizace, která se zabývá primární prevencí, mohou lišit. Záleží na specifickém zaměření každé poradny. Hlavní idea celého programu primární prevence zůstává stejná, ale přístup a dosahovaný cíl mohou být různé. V tomto konkrétním případě své cíle formuluje KPPP takto:

- „upevnit a posílit pozitivní hodnoty a postoje u dětí a mládeže, posílit negativní postoje vůči drogám a závislostem a dalším sociálně negativním jevům
- rozšířit kompetence a schopnosti učitelů v primární prevenci sociálně patologických jevů
- prohloubit spolupráci pedagogů a lektorů v rámci tohoto projektu, a tím zajistit větší efektivitu práce
- posílit a upevnit u rizikových osob sociální kompetence a volní dovednosti
- zvýšit informovanost rodičovské veřejnosti o sociálně negativních jevech, možnostech prevence a příp. možnosti řešení krizových situací“ (www.kppp.cz).

Cíl tohoto projektu je časově poněkud nadsazený, není však nutné projít vždy všechna naplánovaná témata a techniky, naopak je potřeba vybrat aktuálně nejvhodnější a těm věnovat potřebný čas. Je vhodné se zaměřit na přímé požadavky jednotlivých základních škol a gymnázií, které s poradnou spolupracují.

### **2.3.2 Specifika projektu**

Jak už jsem se zmínil v předešlé kapitole, určité části programu se u každé poradny mohou mírně lišit. Tato specifika závisí na zaměření celé poradny.

- „oslovuje žáky, studenty, pedagogy i rodiče
- usiluje o co největší propojení se školou
- podporuje vzdělávání pedagogů v oblasti PP
- podporuje účast pedagogů při realizaci programu“ (www.kppp.cz)

### **2.3.3 Cílové skupiny**

Cílové skupiny jsou vybrané podle KPPP způsobem maximálního efektu.

- „žáci 2. stupně základních škol a studenti nižších tříd víceletých gymnázií
- pedagogové
- rodičovská veřejnost
- studenti vysokých a vyšších odborných škol“ (www.kppp.cz)

### **2.3.4 Prostředí pro fungující program primární prevence v praxi**

Nutná je samostatná, jednoduše, ale vkusně civilně zařízená místnost bez rušivých elementů. Těmto požadavkům vyhovuje i školní třída. Měla by se však nacházet v klidnější části školní budovy, nikoliv například poblíž tělocvičny nebo učebny hudební výchovy. Ideální uspořádání místnosti je v kruhovém sezení s pohodlnými křesly nebo židlemi. Lektoři jsou vždy neformálně oblečení, aby se neodlišovali od členů skupiny. Po dohodě s pedagogy musí být zajištěno, aby do třídy stále někdo nevcházel a nerušil tak průběh setkání.

## **2.4 Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT)**

### **Postoj MŠMT k primární prevenci**

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy má stěžejní podíl v primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže v České republice. V oblasti protidrogové primární prevence bylo ministerstvo usnesením vlády č. 549/2003, o posílení národní protidrogové politiky, pověřeno koordinací primární protidrogové prevence na mezíresortní úrovni. (www.msmt.cz)

### **Metodický pokyn MŠMT**

„ Metodický pokyn k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže ve školách a školských zařízeních, č.j.: 20 006/2007-51, nabývá účinnosti dnem zveřejnění ve Věstníku MŠMT ČR sešit 11/2007 (7. listopadu 2007).“ Tento dokument je vydaný Ing. Evou Bartoňovou, I. náměstkyní ministryně školství, mládeže a tělovýchovy v roce 2007.

Z metodického pokynu MŠMT uvádím druhý bod prvního článku první hlavy, kde je uvedeno, kterým sociálně nežádoucím jevům mají programy primární prevence předcházet a rozpoznávat je:

„Primární prevence sociálně patologických jevů u žáků v působnosti MŠMT je zaměřena na:

- předcházení zejména následujícím rizikovým jevům v chování žáků:

- záškoláctví,
- šikana, rasismus, xenofobie, vandalismus,
- kriminalita, delikvence,
- užívání návykových látek (tabák, alkohol, omamné a psychotropní látky – dále jen „OPL“) a onemocnění HIV/AIDS a dalšími infekčními nemocemi souvisejícími s užíváním návykových látek,
- závislost na politickém a náboženském extremismu,
- netolismus (virtuální drogy) a patologické hráčství (gambling)

- rozpoznání a zajištění včasné intervence zejména v případech:

- domácího násilí,
- týrání a zneužívání dětí, včetně komerčního sexuálního zneužívání,
- ohrožování mravní výchovy mládeže,
- poruch příjmu potravy (mentální bulimie, mentální anorexie).“

Dokument dále obsahuje doporučené postupy v oblasti primární prevence sociálně nežádoucích jevů u žáků, systém organizace a řízení primární prevence sociálně nežádoucích jevů u žáků a minimální preventivní program jednotlivého školského zařízení. V přílohách tohoto dokumentu jsou detailně popsány postupy, jak řešit případy související s užíváním návykových látek v prostředí škol a školských zařízení. ([www.msmt.cz](http://www.msmt.cz))



## 3 Struktura dvouletého programu

### 3.1 Časový harmonogram

Již v předchozí kapitole o KPPP jsem nastínil obvyklou strukturu dvouletého programu tak, jak ji poradna nezávazně navrhuje a doporučuje. V této kapitole již konkrétně popíši strukturu a harmonogram našeho primárně preventivního programu tak, jak byl prakticky proveden.

Prvním základním předpokladem pro vlastní uskutečnění programu byla týdenní vzdělávací akce lektorů v oblasti primární prevence sociálně patologických jevů v rozsahu 40-ti hodin „Posilování pozitivních životních hodnot“.

Náš program práce se studenty byl koncipován na dva školní roky. Obsahoval 4 setkání v rozsahu 4 hodin. V bodech uvádím jeho harmonogram:

#### 1. školní rok

- **vstupní školení lektorů** – týdenní vzdělávací akce v oblasti primární prevence sociálně patologických jevů - „Posilování pozitivních životních hodnot“ - měsíc říjen
- **konzultace** vyškolených lektorů s pracovníky poradny v rozsahu 2 hodin – příprava na první setkání
- **1. setkání** - zahájení, seznámení, úvod – měsíc listopad
- **supervize** lektorů s pracovníky poradny – zhodnocení práce, rady, připomínky
- **instruktáž** pro lektory v poradně ohledně dotazníku B-3
- **zadání sociometrického dotazníku B-3** – období před vánočními prázdninami
- **konzultace** – sestavení programu 2. setkání
- **2. setkání** – práce s vyhodnoceným dotazníkem – prevence šikany - v druhém pololetí
- **supervize** – rozbor v poradně v kruhu ostatních lektorů jiných škol, i individuálně

#### 2. školní rok

- **víkendová vzdělávací akce** lektorů – téma prevence závislostí – v září po začátku školního roku.
- **konzultace** – sestavení programu závislostí
- **3. setkání** - prevence závislostí – měsíc listopad
- **supervize** – skupinová s ostatními lektory a individuální po lektorských dvojicích

- **jednodenní vzdělávací akce** – příprava na 4. setkání
- **konzultace** – sestavení programu 4. setkání
- **4. setkání** - partnerské vztahy, žebříček hodnot – druhé pololetí
- **supervize** – závěrečné zhodnocení dvouletého projektu

### 3.1.1 Lektor primární prevence

Na tomto místě musím čtenářům také představit spolupracovnici, která se spolu se mnou účastnila celého průběhu akce. Můj popis dále pokračuje v množném čísle. Oslovil jsem spolužačku Kateřinu Česákovou, dále jen Kateřina, vyzval ji ke spolupráci. Společně jsme absolvovali přípravné procesy a vytvořili spolu lektorskou dvojici.

#### Lektor primární prevence

- „zná teorii a praxi vzniku závislosti a jiných sociálně patologických jevů na úrovni jedince i na úrovni společnosti
- zná základní rizikové a protektivní faktory při vzniku závislosti i jiných sociálně patologických jevů (na úrovni jedince, rodiny, vrstevníků společnosti)
- zná systémovou teorii a její implikace pro primární prevenci (vliv sociokulturního, politického, ekonomického kontextu apod.)
- zná různé preventivní modely a přístupy a je schopen vytvořit a realizovat komplexní preventivní program
- je schopen efektivně pracovat s danou cílovou skupinou s využitím obecně uznávaných technik
- ovládá základní schopnosti efektivní komunikace v oblasti primární prevence
- je akceptován cílovou skupinou, ve které je program realizován
- má konsistentní a jednoznačné postoje vzhledem k návykovým látkám s důrazem na zdravý způsob života
- má základní vědomosti a dovednosti v oblasti sekundární a terciární prevence
- má informace o institucích zabývajících se primární, sekundární i terciární prevencí a dokáže je využít při preventivní práci
- má základní vědomosti a dovednosti v oblasti krizové intervence, je schopen v případě identifikace konkrétního problému doporučit příslušné zařízení
- pravidelně si nechává supervidovat vlastní práci a průběžně se vzdělává v oboru“  
(www.icm.cz)

Lektor primární prevence je nejčastěji student vyšší pedagogické nebo sociální školy, případně student vysoké školy, který po absolvování zaškolení v poradně je připravený na setkání s dětmi a vstupuje do třídy s programem primární prevence. Lektoři pracují ve dvojicích. Práce spočívá v absolvování výcviku, přípravě a realizaci programu primární prevence v jednotlivých třídách na škole a v supervizi.

### **3.1.2 Supervize**

Je nutné, abych zde vysvětlil pojem „supervize“. V našem programu se jednalo o pravidelný dohled a poradu s odborníky KPPP.

#### **Definice supervize**

Pojem „supervize“ pochází z latiny, „super“ znamená „výše“ nebo „přes“ a „visio“ znamená „pohled“. Původně se používal v angličtině v ekonomickém prostředí a znamenal „dohlížení“ nebo „kontrola“, později se jeho význam rozšířil a přes psychoterapii dostal až do sociální práce. ([www.sociálnípracovník.cz](http://www.sociálnípracovník.cz))

Supervize je strukturovaný proces, který dává lidem možnost otevřeně hovořit o své práci a problémech, které s ní souvisejí. Supervize vedená prostřednictvím rozhovoru pomáhá pracovníkovi v jeho sebereflexi, ve zkvalitňování jeho práce s lidmi a v jeho profesním rozvoji. Má složku podpůrnou, vzdělávací a kontrolní. ([www.diakoniecce.cz](http://www.diakoniecce.cz))

Supervize je metoda kontinuálního zvyšování profesionální kompetence poradce, vede pracovníka k samotnému vykonávání profese. (Gabura, Pružinská, 1999, str. 96)

#### **Supervizor**

Dle Ministerstva práce a sociálních věcí je supervizor vysoce specializovaný pracovník, který se zaměřuje na rozvoj profesionálních kompetencí pracovníků a podporu rozvoje organizace.

Úlehla (1999) charakterizuje supervizora jako toho, kdo pomáhá získat nadhled neboli supervizi.

#### **Přínos supervize**

Dobrá supervize znamená přínos v několika základních směrech, protože přispívá:

- k vyjasnění poslání pracoviště a celé organizace

- k prevenci syndromu vyhoření pracovníků
- k prevenci zahlcenosti a přepracovanosti
- k účinnému zvládnání pocitů bezmoci a viny
- k účinnějšímu zacházení s vlastními zdroji pracovníků (Úlehla, 1999, str. 118)

### **3.1.3 Proces koordinace primárně preventivního programu**

Proces koordinace primárně preventivního programu je výsledkem spolupráce a výměny informací mezi školou, poradnou a lektorem. Cílem této spolupráce je maximalizace efektu působení primární prevence v jednotlivých třídách s ohledem na specifické potřeby třídy a jednotlivých žáků.

Během postupných kroků přípravy programu pro třídu se zapojují:

- lektor - (viz. kapitola 3.1)
- školní metodik prevence – úkolem je realizace preventivního programu na škole dle pokynu MŠMT – kontaktní osoba pro lektory na škole. Marádová (2006) charakterizuje zapojení školního metodika do systému preventivních aktivit následovně:

- činnost zahrnuje oblast metodickou, koordinační, informační a poradenskou. Konkrétně to znamená:

- koordinace tvorby a kontrola realizace minimálního preventivního programu školy
- koordinace a participace na realizaci aktivit školy zaměřených na prevenci sociálně nežádoucích jevů
- metodické vedení činnosti učitelů školy v oblasti prevence sociálně nežádoucích jevů
- koordinace vzdělávání pedagogů školy v oblasti prevence sociálně nežádoucích jevů
- dohled na zapojování multikulturních prvků do vzdělávacího programu školy a na integraci žáků – cizinců
- koordinace spolupráce školy s orgány místní správy a samosprávy, s okresním metodikem preventivních aktivit

- třídní učitel – informuje o dění ve třídě, může se po dohodě s lektory a po zaškolení poradnou aktivně zapojit na jednotlivých setkání (v mém případě se žádný třídní učitel do programu nezapojil)
- metodik prevence v pedagogicko-psychologické poradně – dohlíží na úspěšnou realizaci projektu, např. radí lektorům v konkrétních situacích

Rovněž v souladu s osvědčenou zkušeností KPPP jsme zachovali časový harmonogram pro jednotlivá sezení.

## 3.2 Věkové hranice mládeže programu

Na základě zkušeností KPPP a jejím doporučení jsme pro svoji praktickou realizaci primární prevence oslovili prostřednictvím školního metodika žáky ve vhodném věku - 13, 14 let. Jednalo se o žáky ze sedmých a osmých tříd víceletého gymnázia.

### 3.2.1 Období pubescence

„Zahrnuje obvykle období mezi 11. – 12. a 15. – 16. rokem života. Začíná obdobím prepuberty, kterou vymezuje nástup urychleného tělesného růstu a vývoje sekundárních pohlavních znaků. Přestože nápadné známky vývojové změny jsou převážně biologické povahy, včetně nápadného hlasového projevu mutujících chlapců, velmi důležité změny se odehrávají „uvnitř“ v psychosociální oblasti.

Citový vývoj:

- snižuje se pevnost vazby na „primární“ rodinu
- upevňuje se vztah k vrstevníkům, který v průběhu adolescence přechází ve vztahy partnerské
- upevňuje se pohlavní identita
- usiluje se koitální zkušenost, což nastoluje otázku včasné sexuální výchovy
- jde o období sebepoznávání, reálného sebehodnocení, sebeoceňování
- období hledání nezávislého života

Vývoj řeči a poznání:

- vývoj řeči souvisí v tomto období více s tlakem vrstevníků než s formálními vlivy
- myšlenkové operace jsou logické a systematické, beroucí v úvahu individuální zkušenost
- rozvinutá je schopnost hledat alternativní řešení
- rozvinutá je schopnost fantazie a uvažování“ (Semiginovský, str. 16, 2005)

### **3.2.2 Starší školní věk (12-15 let)**

Cílem primární prevence ve starším školním věku je rozvoj sociálních dovedností především v navazování zdravých vztahů mimo rodinu, v schopnosti čelit sociálnímu tlaku, dovednosti rozhodovat se, efektivně řešit konflikty apod. Zásadní místo zde mají specifické programy primární prevence zaměřené na problematiku návykových látek, jejich účinky a rizika, tj. vytvořit povědomí o drogách - o nepříznivých zdravotních a sociálních důsledcích spojených s užíváním drog. (www.icm.cz)

## **3.3 Metody**

### **3.3.1 Metody standardizované**

#### **Sociometrie**

„Sociometrie pochází ze složeniny latinských slov „socius“, které znamená společenský nebo sociální a „metrum“, které znamená měření. Sociometrie slouží k měření stupňů příbuznosti mezi lidmi. Jacob Levy Moreno zavedl termín sociometrie a vedl jako první dlouhodobou sociometrickou studii mezi roky 1932 - 1938 na dívčí New York State Training School v Hudson, New York.“ (Hoffman, 2001)

Sociometrie monitoruje a zkoumá situaci a vztahy ve společenské skupině, kde se členové znají. Vyhodnocením šetření se získá mapa sociálních vztahů v kolektivu – sociogram.

Sociometrické statusy v třídních skupinách podle Geckové-Madarasové, Orosové a Madarase, 2004 :

- populární děti, hvězdy
- „šedé eminence“
- kontroverzní děti (ambivalentní status)
- opomenuté děti
- odmítnuté děti
- outsideři
- antihvězdy
- izolované děti
- děti s průměrným statutem

Na základě sociometrického dotazníku zjišťujeme vztahy mezi členy skupiny. Následně je ovlivňujeme, věnujeme větší pozornost těm členům, kteří se nějakým způsobem odlišují a mohou být riziková z hlediska sociálních konfliktů.

### **Dotazník B-3**

PhDr. Richard Braun představuje metody a vyhodnocování standardizovaného dotazníku B-3 z roku 1997 (viz příloha 1), který slouží ke zjišťování vztahů dětí ve třídě, sebepojetí dětí i jejich preferenci.

Použitelnost:

- od 4. třídy po maturanty
- zájmové kroužky
- sportovní oddíly
- výchovné skupiny v dětských domovech

Administrace trvá cca 15-20 minut, vyhodnocení cca 45minut/třída.

Zásady konstrukce dotazníků:

- porovnávají mezi sebou „kladné zisky“ a „záporné zisky“ dítěte v dětském kolektivu
- tyto zisky se porovnávají – odečteme-li od kladných ty záporné, získáme hierarchii třídy
- pokud zisky sečteme získáme přehled o tom, jak často se o dítěti hovoří ve třídě a získáme atraktivitu – neatraktivitu dítěte ([www.spp.ippp.cz](http://www.spp.ippp.cz))

Dotazníky se nevyplňují anonymně, děti se musí vždy podepsat. Při sdělování výstupů je nezbytné dodržovat etiku a zácvek lektorů před samotným zadáváním.

## **3.3.2 Metody nestandardizované**

### **Diagnostické metody**

- rozhovor – individuální i skupinová konzultace pro zájemce po skončení jednotlivých programů a diskuse k jednotlivým technikám – zpětná vazba, rozbor
- pozorování - jeden z lektorské dvojice techniku zadává, druhý celý průběh pozoruje, lektori si během setkání se třídou poznámky nedělají, pokud mají potřebu si něco poznamenat, vždy o svém záměru nejprve upozorní kolektiv

## **Pohybové aktivizace**

Slouží během sezení s dětmi k jejich rozhýbání a naladění na zdlouhavější sedavé techniky. Cílem těchto technik je pohybová aktivizace.

Např.:

- „elektrika“ – v kroužku si děti posílají stiskem ruky signál, dvojitě stisknutí změni směr signálu, při technice se nemluví
- „lidské pexeso“ – dva dobrovolníci hrají proti sobě pexeso, žáci si posedají do pravidelných řad, vytvoří se dvojice, které při vyvolání předvádějí různý pohyb tělem, velmi oblíbená technika
- „papírová bitva“ – při této technice je třída rozdělená na dvě družstva, která hrají proti sobě novinovou „vybíjenou“, místo míče se používá zmuchlaná novinová koule, žáci si municí muchlají sami
- „kuličkové ložisko“ – v těsném kruhu je jedna židle navíc, celý kruh lidí se posouvá a jeden stojí ve středu, jeho úkolem je dostat se na prázdnou židli, směr pohybu kruhu se může měnit při tlesknutí lektora

## **Kresebné techniky**

Tyto metody spočívají v neverbálním grafickém vyjádření žáků na papír.

Např.:

- „erb“ - dětem se rozdá předtištěná šablona erbu, cíl tohoto úkolu zní: Ztvárni na něj to, co bys rád ukázal druhým, za co jsi na sebe pyšný, čím jsi výjimečný, tato technika je časově náročnější
- „kytička“ – technika na pohlazení, povzbuzení, třída se rozdělí na čtyři skupinky, kde si děti píšou a malují do předtištěné šablony kytičky pozitivní vzkazy, jedná se o vzkaz, co by si měli spolužáci ve svém životě a své povaze „podržet“ ze svých dobrých vlastností.
- „co je závislost“ – technika, kdy si žáci graficky znázorňují svoji představu závislosti, výstupem jsou obrázky ve škále barev od černé až po nejbarevnější, na tomto se dětem vysvětluje zrádnost závislosti - černá barva ukazuje temný dojem z negativ návykových látek a ještě zrádnější je zobrazení ve veselých barvách, které maskuje skryté drogy



## 4 Vlastní program

Upozorňuji, že jsme spolu s Kateřinou předem ke všem těmto tématům přistupovali s vědomím, že není nezbytné bezpodmínečně je všechna splnit, ale je přínosnější reagovat v každé skupině na konkrétní situaci a potřeby. Letitá praxe KPPP ukázala, že někdy při samotných setkáních nedošlo k probírání předem připravených témat, ale naopak se podrobně řešily aktuální problémové situace ve třídách. Jednalo se třeba o konfliktní vztah kolektivu a třídního učitele. Byl to problém, který v tom daném časovém období nejvíce třídu trápil. KPPP nám potvrdila, že se nejedná v žádném případě o negativní narušení předem připraveného programu, jen téma se aktuálně posune.

V našem případě jsme se s mimořádnými situacemi nesešli, proto jsme se drželi předem zvolených témat.

Při absolvování intenzivního kurzu v KPPP získává lektor příručku zvanou „Manuál“.

Je to předloha práce, podle níž se lektor později ve své činnosti řídí.

Tento manuál je lektorovi pomocnou rukou a pomáhá mu jako návod při sestavování a řízení programu, ztraktivnit ho a přiblížit dětem.

### 4.1 První setkání – seznamovací

Jak již bylo zmíněno úvodem, naše první seznámení se žáky proběhlo na začátku měsíce října.

Na úvod prvního setkání jsme se my - lektoři – já a Katka seznámili s žáky ve třídě a vysvětlili si, jak bude program probíhat. Důležité bylo, že jsme si v úvodním setkání jasně stanovili pravidla, kterými jsme se pak následně řídili. Demokratickou volbou si kolektiv sestavil a odhlasoval seznam pravidel. Jejich dodržování jsme pečlivě sledovali. Třída si stanovila následující pravidla:

- Neskákat si do řeči
- Časový harmonogram setkání - 2 bloky po 90min. a 30 min pauza
- Vzájemná tolerance a respekt
- Hlásit se o slovo
- Tichý režim mobilu
- Zachování tajemství skupiny (pravidlo jsme zavedli my - lektoři)

Po stanovení pravidel mohl začít vlastní preventivní program.

Pro vysvětlení pojmů bych ještě upozornil na častý výskyt některých nespisovných slov v uvozovkách v následujících odstavcích – např. „rozehříváčka“, „hladivka“. Tato slova byla běžně používána při komunikaci mezi námi lektory a účastníky projektu. Všichni jsme si je rychle osvojili a usnadnily nám rychlé pochopení okamžité situace.

- „Cedulky“ – na bílé samolepky si žáci i lektori napíší jména a nalepí si je na viditelné místo
- „Čáry podle kritéria“ – tato technika spadá do skupiny her tzv. „rozehříváčka“ – slouží k uvolnění atmosféry. Cílem hry je, aby se žáci beze slov stavěli do řady podle kritérií jako např. podle barvy vlasů, podle barvy očí od nejsvětlejší až po nejtmaší. Důležitým okamžikem je pohled z očí do očí při porovnávání barvy.
- „Empatický dotazník“ – jedná se o test, ve kterém děti tipují odpovědi cca na 10 otázek na každého z lektorů (záliby, věk, rodinné vztahy). Aktivita slouží k představení lektorů třídě a uvolnění atmosféry.
- „Ať si vymění místa ti, co..“ – pohybová hra, která slouží k poznání druhých spolužáků
- „Místo po mé pravici je volné..“ – technika, která je ve třídách velmi oblíbená. Žáci mají za úkol vybrat si vybrat libovolného (třeba oblíbeného) spolužáka, pozvat ho na volnou židli vedle sebe a svůj výběr pozitivně odůvodnit a vysvětlit.
- „Erby“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „Mám, jsem, umím.“ – jedná se o tzv. „hladivku“. Technika, která obvykle zakončuje každé setkání. Účelem je především to, aby zanechala na účastnících pozitivní dojmy. Jak z názvu aktivity vyplývá, výsledkem bývá povzbuzení, zvednutí sebevědomí, pochvala, celkový dobrý pocit sám ze sebe. Proto ještě jednou zdůrazňuji, že se nám v praxi mimořádně osvědčilo tímto typem hry setkání zakončovat. Naše osobní zkušenost tak jen potvrzuje jedno staré české úsloví „Konec dobrý, všechno dobré“. Na záda každého žáka se přilepí papír s kolonkami „mám, jsem, umím“ a spolužáci je vyplňují pozitivními vzkazy. Důležitým úkolem lektorů je důsledná kontrola, zda děti píšou opravdu pozitivně a i lektori současně píšou vzkazy zvláště těm žákům, kteří jich mají málo. Nejhezčím okamžikem je ten, kdy si každý účastník ze svého listu pročítá samé kladné vzkazy od svých kolegů. O ty zápisy, které každého nejvíc zaujaly, překvapily nebo potěšily, se mohou veřejně podělit s ostatními.

Po ukončení celého cca čtyřhodinového primárně preventivního bloku žáci lektorům ještě písemně vyplní krátký anonymní dotazník. Výstup z dotazníků pak slouží lektorům k reflexi jejich práce, jedná se o zdroj informací pro přípravu na další setkání. Dotazníky rovněž slouží k získání dat pro další vyhodnocování v KPPP i v příslušné škole.

## **4.2 Sociometrické vyšetření třídních kolektivů**

Zadání dotazníků trvalo na rozdíl od delšího prvního bloku jen dvě hodiny. Celé bylo věnováno zadání sociometrického dotazníku „B-3“ školního psychologa a pedagoga PhDr. Richarda Brauna. Vyhodnocením dotazníku jsme získali přehledné grafické znázornění vztahů ve třídě. A právě díky podrobnému zmapování vztahů v třídním kolektivu v písemné podobě jsme si shromáždili cenné podklady, které jsme pak nadále využívali během následujících setkání.

Pro názornost uvádím ukázkovou variantu programu z jedné třídy:

- „Kolektivní empatie“ – technika na úvod, která formou testu zjišťovala míru empatie u žáků. Úkolem žáků bylo vcítit se do pocitů ostatních a napsat odpověď, kterou napíše nejvíce spolužáků. Na závěr se žáci seřadili do řady dle počtu nejlepších odpovědí. Vítězila dvě hlediska. Na jedné straně ti empatičtí a na druhé ti originální.
- „Gordický uzel“ – patří do „rozehříváček“. Spolužáci se chytli za ruce se zavřenými očima. Úkolem této hry je snaha se rozplést tak, aby vznikla jednoduchá řada.
- Zadání sociometrie – po herním úvodu setkání následovalo vlastní sociometrické vyšetření, které probíhalo formou vyplnění dotazníku B-3.

Závěrem druhého setkání proběhlo zhodnocení formou diskuze. Já s Kateřinou jsme se účastníků vyptali na pocity při vyplňování, zda bylo všem jasné zadání a pečlivě jsme také zkontrolovali počet vrácených dotazníků.

## **4.3 Druhé setkání – techniky zaměřené na vztahy ve třídě, prevence šikany**

Cílem druhého setkání byla prevence šikany. S využitím výsledků sociometrie jsme mohli pozitivně působit na vztahy ve třídě a na spolupráci třídního kolektivu.

### **4.3.1 Definice šikany**

Druhé setkání bylo věnováno z převážné části prevenci šikany. V této podkapitole se pojmem šikana budu zabývat obecně.

„Výraz šikana je patrně francouzského původu (chicane) – znamená zlomyslné obtěžování, týrání, sužování, pronásledování, byrokratické lpění na liteře předpisů.“ (Pokorný, Telcová, Tomko, 2003 str.55)

Pojem šikana je uveden v Novém Akademickém slovníku cizích slov (2005, str. 771) takto: „šikanovat – pronásledovat, záměrně zbytečně obtěžovat, nespravedlivě obviňovat, trestat, týrat, šikanovat podřízené, byrokratické šikanování, šikanování mladších vojáků staršími.“

Pokorný, Telcová, Tomko (2003, str. 47) uvádějí britské pojetí pojmu šikana z hlediska pedagogů takto:

- „šikanování říkáme tomu, když jedno dítě, nebo skupina dětí říká jinému dítěti ošklivé a nepříjemné věci, bije je, kope, vyhrožuje, zamyká je v místnosti a podobně. Tyto incidenty se mohou často opakovat a pro šikanované dítě je obtížné, aby se samo ubránilo. Jako šikanování mohou být označeny také opakované posměšky, nebo ošklivé poznámky o rodině. Jako šikanování obvykle nepovažujeme občasnou rvačku, nebo hádku přibližně stejně fyzicky vybavených soupeřů “

Dr. Michal Kolář popisuje šikanu následovně:

„Jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá a zotročuje spolužáka či spolužačku a používá k tomu agresi a manipulaci“ (Kolář, 2001, str.27)

Kolář charakterizuje šikanování jako nemocné chování, zdůrazňuje fakt nepoměru sil agresora a oběti, upozorňuje na samoučelnost převahy agresora nad obětí. Dále popisuje šikanování jako poruchu vztahů ve skupině. Šikanování není nikdy pouze záležitostí agresora a oběti, ale děje se v kontextu vztahů nějaké konkrétní skupiny. V tomto smyslu je šikana infekcí vztahů ve skupině. (Kolář, 2001)

Kolář (2001) rozlišuje následující vývojové stupně šikany:

- První stupeň – mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen necítí dobře, je neoblíbený a není uznáván skupinou. Ostatní ho více či méně odmítají, pomlouvají ho a nebaví se s ním.
- Druhý stupeň – subtilní fyzická agrese, přitvrzování manipulace. Pokud v kolektivu převládá negativní postoj k násilí, šikana nemá příležitost se rozvinout. V opačném případě šikana v kolektivu postupně přejde do dalšího stupně.
- Třetí stupeň – tvoření skupinky agresorů. V této fázi, která je považována za klíčový moment, si agresori systematicky vybírají své oběti.

- Čtvrtý stupeň – šikanování se stane normou, která je přijatá celým kolektivem. Tento tlak na neformální konformitu zasáhne většinu jedinců v daném kolektivu.
- Pátý stupeň – dokonalá šikana. Dojde k totalitnímu stadiu šikanování, vykořisťování. Ve skupině zcela zvítězí zlo. Tento typ dokonalé šikany se nejčastěji objevuje ve věznicích.

Jiný popis členění etap – stádií šikany uvádí ve své knize Pokorný, Telcová, Tomko (2003, str. 55) jako proces. Selhávání imunitního systému skupiny se projevuje prvotními příznaky, následně onemocnění propuká v plnou sílu – proces se vyvíjí. Z hlediska vztahu lze popsat genezi šikany od prvotních příznaků až po vyvrcholení sociálně nežádoucích procesů takto :

- 1. fáze – ostrakizace
- 2. fáze – zvýšení intenzity manipulace, výskyt fyzické agrese
- 3. fáze – kumulace agresorů – vytvoření centra a vlastního specifického systému organizace
- 4. fáze – hostitelská skupina akceptuje parazitní systém
- 5. fáze – parazitní systém prorůstá z hostitelské skupiny do celé organizace

V poradně jsme dle praxe předpokládali, že bychom se ve třídách mohli setkat nanejvýš se třetím stupněm šikany dle Kolářova členění. Podle popisu Pokorného, Telcové, Tomka jsme předpokládali výskyt procesu šikany nanejvýš ve třetí fázi.

### **Účastníci šikany**

Tuto podkapitolu věnuji popisu účastníků šikany. (Pokorný, Telcová, Tomko, 2003, str. 51)

#### **Šikanující – tzv. agresor**

- neuvědomuje si, že způsobuje druhému utrpení
- uvědomuje si, že způsobuje druhému utrpení a zdůvodňuje své jednání – např.:
  - tradicí, normou ve skupině
  - svými minulými zážitky
  - rituály – zasvěcení, osvědčení k činnostem, podílu na moci a rozhodování, přijetí do vyššího společenství
- ztráta – zisk (šikana jako nástroj nastolení rovnováhy: ztratil jsem – mám právo získat)
- přítomné dále bývají :
  - pocit moci nad druhým jedincem, potřeba ovládat, bezohledně se prosazovat

- sklony k ponižování, trápení
  - sociální a emocionální necitlivost a nezralost
  - osobnostní nezralost a specifická osobnostní struktura z hlediska vývoje osobnosti
  - lze předpokládat narcistické tendence – zamilovanost do sebe, nekritický sebeobdiv, rovněž pocit méněcennosti
- nuda, zvědavost
- specifické vzory chování a výchova

### **Oběť šikany**

- šikanovaným se může stát kdokoli z nás
- metodologicky rozlišujeme dva typy obětí:
- provokativní
  - pasivní
- rizikovost napadení zvyšuje:
- odlišnost jedince, handicap
  - tělesná slabost při fyzickém střetnutí
  - lze uvést i sociální slabost v rodině
- profil osobnosti může disponovat plachostí, citlivostí, nižším sebehodnocením, submisivitou, nevýraznými tendencemi k sebeprosazení, nižší úrovni sebekontroly a sebeovládáním, bázlivostí, introvertní orientace
- často se oběti šikany stávají osobnosti sociálně méně přizpůsobivé, takové u nichž je přítomna tendence k samotářství, bývají jí však i lidé, kteří mají potíže s navazováním kontaktu s druhými lidmi
- u obětí šikany bývají rovněž tendence vyhýbat se soupeření, agresí, násilí, včetně sportu
- sebepopis obětí často vykazuje:
- depresivitu
  - pocit menší inteligence a schopností
  - neatraktivitu
  - pocity méněcennosti

### **4.3.2 Prevence šikany**

Lektor může svým primárně preventivním působením ve třídě šikanu odhalit např. pomocí sociometrického šetření. V takové situaci je povinen předat zprávu o zjištěném případu

šikany škole a poradně. Objeveným problémem se dále zabývají odborníci a instituce v níže uvedeném schématu prevence školních šikan.

Škola v případě podezření na šikanu ve třídě, kde probíhá program prevence, obvykle požádá poradnu, aby lektori provedli sociometrické šetření navíc - mimo plánovaný harmonogram setkávání.

### **Schéma prevence školních šikan**

Kolář představuje model ucelené pomoci prevenci šikany:

- pedagogická komunita, která posiluje imunitu školních skupin a celých škol proti onemocnění šikanováním
- specifický program proti šikanování jako dílčí součást školní komunity, který dokáže případné onemocnění brzy detektovat a účinně léčit
- odborné služby resortu školství, tvořené pedagogicko-psychologickými poradnami, středisky výchovné péče, speciálněpedagogickými centry, diagnostickými ústavami apod., jejichž úkolem je umět řešit pokročilé šikany a vůbec poskytnout servis v oblasti prevence šikanování
- spolupráce škol s odborníky s jiných resortů a nestátními organizacemi zabývajícími se prevencí šikanování, patří sem například spolupráce s kriminalisty pro mládež, sociálními kurátory, dětskými psychiatry
- pomoc podpora ministerstva a krajských úřadů školám při vytváření prevence šikanování
- kontrola škol ze strany České školní inspekce, ministerstva školství a krajských úřadů, jak jsou připraveni ochránit žáky před šikanováním
- monitorování situace a zabezpečování ochrany práv dětí nevládními organizacemi, jako je například Amnesty International v ČR, Občanské sdružení proti šikanování apod. (Kolář, 2001, str.198)

### **4.3.3 Popis technik programu**

Techniky zaměřené na vztahy ve třídě: spolupráce, komunikace, prevence šikanování, pozitivní zpětná vazba žáků ve třídě navzájem.

Naše varianta třetího setkání je níže uvedena v následujících bodech:

- úvod - náplň setkání - na rozdíl od jiných setkání jsme tentokrát zahájili rozšířeným úvodem. Zdálo se nám vhodné vzhledem k náročnosti a ke složitosti

plánovaných technik, podrobněji děti informovat. Chtěli jsme, aby měly předem jasnější představu o tom, „co je čeká“.

- „koště“ - pohybová technika, která se hraje následovně: uprostřed kruhu někdo drží koště, s vyvoláním spolužákova jména koště upustí a jde se zařadit do kruhu. vyvolaný spěchá, aby koště chytil, dřív než upadne na zem – touto technikou se nám třídu povedlo zaktivizovat a připravit pro rozebírání výsledků sociometrického šetření
- výsledky sociometrie - jak už z názvu projektu primární prevence „posilování pozitivních hodnot“ vyplývá, právě v tomto místě nad rozborem sociometrických dotazníků B-3, jsme si tuto celkovou pozitivní strategii programu mohli prokázat v praxi. I přesto, že jsme se z dotazníků dozvěděli celou řadu negativních výsledků, informovali jsme výhradně jen o těch kladných. My jako lektori už jsme věděli o tom, že ve třídě se vyskytují také názory na spolužáky typu „nespolehlivý, nevděčný, osamocený, protivný, ...“. S dětmi jsme ovšem diskutovali jen o těch opačných – pozitivních typu „spolehlivý, zábavný, se všemi zadobře, vždy v centru dění, spravedlivý,...“ (o dotazníku B-3 viz. kapitola 3.3.1).
- „společný dům, ostrov,“ - následovala technika, u které jsme účastníkům dali na vybranou, zda chtějí malovat ostrov nebo dům. Žáci již byli rozčleněni do menších skupinek po šesti. Cílem této techniky je rozvinutí schopnosti komunikace a spolupráce jednotlivců mezi sebou v kolektivu. Děti se musely samostatně domluvit na pravidlech a postupech při malování, malovaly všichni současně na jednom výkresu. Proto tato technika umožnila i slabším jedincům se začlenit mezi ostatní. To vše pod dohledem nás lektorů. Usměrnili jsme ty nejdravější jedince a naopak podporovali méně průbojně.
- „papírová bitva“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „JPP- jedna paní povídala“ - princip „JPP“ spočívá v tom, že se vyberou 4 žáci, kteří jsou posláni za dveře. Celé třídě se přečte příběh, který má složitou strukturu. Obsahuje mnoho postav, popisů a má členitý děj. Jeden dobrovolník, který čtení vyslechl, převypráví celý příběh prvnímu žákovi, který se vrátí do třídy tak, jak si ho zapamatoval. Postup se opakuje až po posledního, který vyslechnutý příběh zopakuje. Na závěr se opět přečte původní text. Naším společným úkolem s dětmi pak byla diskuse nad tím, proč se cestou při několikanásobném převyprávění děj příběhu tak výrazně změnil.



- „ruka“ - hladivka - je technika, které jsme využili pro zakončení sezení se třídou. Děti si na papír obkreslily obrys své ruky a v kruhovém sezení si papír posílaly dokola. Všichni postupně svým spolužákům vpsovaly vzkaz do jejich ruky. I my lektoři jsme se této techniky také zúčastnili a kontrolovali jsme, zda všechny vzkazy měly pozitivní charakter.

Po skončení programu jsme dodrželi stejný postup jako po prvním setkání a rozdali dětem k vyplnění krátký dotazník vztahující se k probraným technikám. Získané informace nám sloužily k sestavování programu na téma závislosti.

#### **4.3.4 Osobní lektorská zkušenost se šikanou v rámci 2. setkání programu**

V jedné ze tří tříd, ve kterých jsme provedli sociometrické šetření, bylo zjištěno podezření na možnou šikanu. Vycházelo z podnětu třídního učitele, který se domníval, že ve třídě vznikla malá skupinka agresorů. Na základě toho požádala škola KPPP o provedení nového sociometrického šetření. Učitelovy domněnky se potvrdily po provedení tohoto šetření jako pravdivé. Ze sociogramu jsme vyčetli koncentraci vzájemných záporných vztahů směrem od agresorů k jedné oběti šikany a opačně. Dalším jasným vodítkem z dotazníku B-3 byla otázka č. 4 - „Je ve třídě nějaký žák nešťastný, kdo to je a proč? ANO/NE“

Odpověď nám určila jednoho stejného žáka, kterého označila většina spolužáků.

Věděli jsme už přesně, že šikana existovala, znali jsme její formu. Obratem jsme celou záležitost předali KPPP k řešení. Postupovali jsme v souladu s etickými zásadami lektora a napomohli k odhalení problému šikany a jejímu následnému řešení. Pracovníci poradny převzali řešení případu. Postupovali dále ve spolupráci s rodiči a pedagogy. Prvotním odhalením šikany jsme přispěli k zdárnému vyřešení celého případu.

#### **4.4 Třetí setkání – prevence závislostí**

Zahájili jsme druhý školní rok našeho programu. Toto nejvýznamnější téma celého dvouletého primárně preventivního programu se zařazuje až v tomto období, tj. po navázání důvěrnějších vztahů mezi lektorem a žákem.

Bylo velmi jednoduché si stanovit cíl třetího setkání. Pomoci ujasnit dětem postoj k návykovým látkám. Vysvětlit jim pojmy droga, kouření, alkohol, hazardní hra.

A informovat je o možných rizicích, důsledcích užívání a možné prevenci.

Nyní popisují průběh zadání programu našeho setkání v jedné třídě:

- krátký úvod – proběhlo zjištění, zda už někdo ze žáků v minulosti absolvoval protidrogový program
- „postoj k droze“ - v naší třídě se neprojevil žádný zvláštní jev v postojích dětí k drogám. Dosud se zde nevyskytl ani jeden kuřák, jen někteří projevíli vážnou obavu, že v budoucnu by se kuřáky mohli snadno stát. Proto jsme později nejvíce zdůrazňovali techniku „odmítání“.
- „odmítání „ – k této technice se rozvinula široká diskuse, třída opakovala svoji obavu z návyku na cigarety, žáci si uvědomovali rizika s tím spojená. V tomto okamžiku jsme velmi vhodně použili seznam „způsobů odmítání“, který jsme měli k dispozici od KPPP. Jedná se o seznam „Jak odmítat“ Dr. Nešpora:
  1. Rozpoznání rizikových situací (nebezpečný známý, koncert, telefonát)
  2. Vyhnoutí se rizikové situaci, nevhodné společnosti, nebezpečnému prostředí.
  3. Nereagovat na nabídku a jít pryč.
  4. Gesto odmítnutí (zavrtět hlavou apod.) a odejít.
  5. Prostě říci NE!
  6. Vysvětlit odmítnutí. Např. „Nechci ze zdravotních důvodů.“.
  7. Nabídnutí lepší možnosti druhému.
  8. Odmítnutí a převedení řeči jinam.
  9. Odložit nabídku a tak odmítnout.
  10. Opakovat odmítnutí (porouchaná gramofonová deska – např. opakovat „nechci...nechci...nechci!“).
  11. Protiútok jako odmítnutí.
  12. Odmítnutí jednou provždy: „Já to nedělám.“ nebo „Už jsem s tím skončil.“
  13. Odmítnutí jako pomoc: „Nechci a ty toho nech dokud je čas.“ (Nešpor, 1995)
- „co je závislost“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „kuličkové ložisko“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „co droga bere“ – tato technika patří do skupiny nestandardizovaných metod. Každý žák napsal na papírek jednu lidskou vlastnost nebo hodnotu, které si váží. Všechny papírky od dětí jsme posbírali a přihodili na společnou hromádku. Postupně děti z hromádky losovaly papírky. Jejich úkolem bylo předvést, třeba pantomimou, co droga s vylosovanou vlastností nebo hodnotou provede.
- „papírová bitva“ – (viz. kapitola 3.3.2)

- „předvádění odmítání“ – ve dvojicích a trojicích si děti zkoušely odmítání něčeho, co by si moc přáli, čeho by se těžko vzdaly, např. dovolená zadarmo. Poté si děti ve dvojici uprostřed kroužku mohly vyzkoušet odmítání drogy, odmítání cigarety. Při této technice děti mohly používat seznam odmítacích technik.
- „kytička“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „zpětná vazba“ – následovalo krátké shrnutí programu setkání.

Překvapením pro nás bylo opakující se názor dětí, že podobná sezení názor na drogy nezmění. Velká část třídy však ale přiznala, že hravou formou si negativní postoj k závislostem utvrdila. Je důležité upozornit, že primárně preventivní program KPPP nestojí na základech přednášky. Cílem je aktivní formou třídní kolektiv navést na zamyšlení nad tématem a ujasnění postoje.

#### **4.4.1 Definice závislostí**

##### **Závislost**

„Závislost znamená celkovou ztrátu svobody, ztrátu kontroly nad vlastním životem. Závislý člověk není schopen přiznat si pravdu. Je hnán touhou navodit příjemný stav, který byl na začátku drogové kariéry.“ (Marádová, 2006)

„Je to stav, při kterém absence látky nebo jiného podnětu vyvolává v organismu fyzické a nebo duševní obtíže. Vzniká po opakovaném nebo chronickém užívání látky, ale i při určité činnosti, která přináší nadměrné uspokojení.“ (Gohlert, Kuhn, 2001)

##### **Drogově závislý jedinec**

- nutková tendence pokračovat v užívání drogy a současně snaha získat drogu jakýmkoli prostředky
- tendence zvyšovat dávku drogy
- fyzická a psychická závislost na účincích drogy

Tyto tři skutečnosti se objevují současně. (Pokorný, Telcová, Tomko, 2003)

##### **Vznik závislostí**

Závislosti vznikají v důsledku vzájemného působení mnoha vlivů. Každý jedinec je vystaven vlivu ochranných a rizikových činitelů v mnoha oblastech svého života. (Nešpor, Dvořák, 1998)

Příklady činitelů na úrovni školy:

- rizikovní činitelé

- ve škole chybí systematická prevence, škola spoléhá na nahodilé akce typu jednorázové přednášky
- škola nespolupracuje s rodiči a nespolupracuje ani s užitečnými organizacemi a institucemi v okolí
- pravidla týkající se návykových látek se neprosazují, jsou formální a nebo vůbec neexistují
- škola toleruje návykové látky ve školním prostředí
- alkohol, tabák i drogy jsou ve škole a v jejím okolí žákům snadno dostupné
- učitelé jsou vnímáni jako nepřátelští nebo lhostejní, s žáky nespolupracují a zdůrazňují pouze jejich nedostatky
- selhávající a problémoví žáci jsou zesměšňováni a ponižováni
- atmosféra na škole je odcizená, postrádá nabídku dobrých hodnot
- neexistuje návaznost na kvalitní mimoškolní aktivity a vhodné způsoby trávení volného času

- ochranní činitelé

- škola provádí prevenci problémů působených návykovými látkami soustavně a systematicky a používá účinné postupy
- škola při prevenci spolupracuje s rodiči a dobře s nimi komunikuje
- škola efektivně komunikuje a spolupracuje také s dalšími významnými organizacemi a institucemi ve svém okolí
- škola důsledně prosazuje rozumná a přiměřená pravidla
- existuje zákaz návykových látek na škole
- alkohol, tabák i drogy jsou ve škole a v jejím okolí nedostupné nebo málo dostupné
- učitelé jsou vnímáni jako pomáhající, dávající a pečující a napomáhají rozvoji žáků
- učitelé umějí s žáky dobře komunikovat a spolupracovat a dokáží rozpoznat jejich dobré možnosti
- pro selhávající a problémové žáky hledá škola cesty, jak jim pomoci a chránit při tom jejich sebevědomí
- škola vede k formování společensky žádoucího chování, pomoci druhým a k přijetí dobrých hodnot
- škola poskytuje možnosti a prostor pro rozhodování a vedení druhých

- existuje dobrá návaznost na kvalitní způsoby trávení volného času a mimoškolní aktivity (Nešpor, Dvořák, 1998)

Z výše uvedených vlivů vyplývá, že příčin vzniku závislostí je celá řada. Škola tedy svým důsledným působením na případné své negativní činitele může zajistit, aby školní prostředí bylo co nejméně rizikovým.

### **Vývojové fáze závislostí**

- „první kontakt s návykovou látkou“ – první zkušenosti s drogou dochází zpravidla již v období dospívání a to ve skupině. Pro většinu dětí a mladistvých osobní zkušenost s touto drogou po ojedinelém experimentu skončí. (Marádová, 2006, str. 6)

Ti kteří si prošli prvotním kontaktem s drogou a vrátili se do abstinčního pásma, jsou potom mnohem odolnější.

- „experimentování s návykovými látkami“ – pro určitou část dětí jsou první zkušenosti, zejména s dostupnými legálními návykovými látkami, spojeny s pozitivními prožitky, které jsou důvodem jejich ochoty vyzkoušet jinou drogu nebo tu samou při jiné příležitosti. Experimentování z různými drogami má za cíl hledání prožitků sounáležitosti s určitou skupinou či kulturou života a tím ověření výhod drogy, které určitá droga a nebo situace s ní spojená nabízí. (Marádová, 2006, str. 6)

Experimentování patří do charakteristiky mládeže. Do experimentu vstupují všichni s tím, že jim se to přece stát nemůže. Experiment končí v okamžiku, kdy to jedince buď přestane bavit, nebo si najde svoji drogu.

- „užívání“ – dospívající, který má opakované zkušenosti s drogou, většinou ve stavu emocionální krize, sáhne po určité „jistotě“, kterou pro něho momentálně droga je. Zprostředkuje mu pozitivní pocity, a proto se k ní začíná stále pravidelněji vracet. Toto období vnímá jako nejhezčí období svého života, protože má šanci také něco pozitivně prožívat. Je spokojený, cítí se lépe a tím paradoxně je stále i svým okolím vnímán jako pohodový a úspěšný. Tento stav trvá různě dlouhou dobu. U jedince, který užívá pravidelně návykovou látku se však začnou po čase projevovat somatická onemocnění. (Marádová, 2006, str. 6)

Z hlediska uživatele se jedná o nejpříjemnější fázi. Uživatel získává hodně za nic.

- „problémové užívání“ – dospívající vnímá, že začíná mít v souvislosti s užívanou drogou problémy a tuší, že se pravděpodobně někde stala chyba. Hromadí se dlouhodobě neřešené problémy, konflikty v rodině a ve škole se prohlubují. Aby se

takový člověk ujistil, že nespadol do závislostí, která je pro něho černou mýrou, rozhodne se abstinovat. Obvykle vydrží několik dní a tím se utvrdí v tom, že má všechno pod kontrolou a klidně pokračuje v užívání dál. Tento okamžik je okamžikem nepravdivé interpretace skutečnosti, protože počet abstinovaných dnů je maximum, které byl schopen vydržet. To samo o sobě svědčí o jisté závislosti a je dokladem, že bez drogy už nemůže žít. V tomto stádiu se dospívající chce svěřit, a proto vyhledává příležitost, aby někomu ve svém okolí mohl sdělit, že drogu užívá a zároveň ho ujistit, že má situaci plně v rukou. Takové svěření je potřeba považovat za volání o pomoc. (Marádová, 2006, str. 7)

Úkolem pomáhající instituce v případě, že se problémový uživatel rozhodne abstinovat, spočívá v důsledném prověřování. Když jedinec po krátké abstinenci začne opět užívat bývá mnohem chytřejší, rafinovanější a opatrnější.

#### **4.4.2 Prevence závislostí**

Lektor primární prevence v rámci primárně preventivního programu má možnost pomoci v první a druhé vývojové fázi závislostí:

- podpora zdravého sebevědomí
- posilování pozitivních postojů a hodnot
- nácvik asertivního chování
- seznámení s rizikem experimentu
- odolání tlaku kolektivu vrstevníků

Obecně se dá prevence závislostí charakterizovat jako zdravý životní styl. V dokumentu Zdraví21 v kapitole „Společné zdravotní strategie více odvětví“, je definovaná preventivní strategie pro Evropu následovně:

- navození změn společenských norem (netolerance legálních drog – alkohol, tabák)
- nová opatření musí brát v úvahu „gender“ aspekt, protože např. reklama tabákových firem je orientovaná na ženy
- zásahy proti alkoholu a tabáku mohou mít zásadní ekonomický přínos
- podpora primárně preventivních programů
- časové omezení prodeje a snížení počtu prodejních míst alkoholu a tabáku

Z dokumentu vyplývá, že je žádoucí, aby se formou interaktivních programů na školách zvýšila odolnost populace vůči stresu a zlepšily se rozhodovací schopnosti dospívajících s důrazem na rozvoj praktických dovedností. (www.who.cz)

#### **4.5 Čtvrté setkání - partnerské vztahy, hodnotový žebříček, plánování volného času**

V druhém pololetí druhého školního roku jsme se třídami sešli na posledním společném setkání na téma partnerské vztahy, hodnotový žebříček a plánování volného času. Cílem technik využitých k realizaci závěrečné spolupráce se třídou bylo vyzvat děti k zamyšlení nad plány do budoucna a nad vzájemnými vztahy chlapec - dívka.

Následuje program uskutečněný v jedné třídě:

- začátek - „úvodní runda“ – krátký úvod o tom, jak se žákům aktuálně daří. Zjišťovali jsme, co je nového ve třídě, ve škole.
- „koláč energie“ – technika o tom, jak žáci nakládají se svým volným časem, co dělají a co by dělat chtěli. Zadává se takto: Každý žák dostane papír formátu A4 a přeloží jej na polovinu. Do každé poloviny nakreslí kruh. Kruh značí 24 hodin. Děti mají za úkol jeden rozdělit podle toho, kolik času a jakým způsobem ho denně tráví, do druhé poloviny naznačí den v podobě, v jaké by si ho trávit přály. Cílem techniky je konfrontace způsobu využívání volného času a ideální představy o tom. Vyzvali jsme třídu k debatě na téma realizace snů a plánů do budoucna.
- „elektrika“ – (viz. kapitola 3.3.2)
- „lidské pexeso“ - (viz. kapitola 3.3.2)
- „silueta“ – každý žák dostal za úkol, aby ostatním představil svého ideálního partnera následujícím způsobem. Děti do předtištěného obrysu ženské a mužské siluety vpisovaly vlastnosti, které by měl jejich ideální partner mít. Mimo siluetu naopak vypisovaly ty vlastnosti, které by se jim u partnera nelíbily vůbec. Potom chlapci se mnou a dívky s Katkou debatovali v kroužku. Posledním zadáním pro všechny bylo shodnout se na ideálních vlastnostech partnera a výsledek si navzájem prezentovat.
- „místa si vymění“ – jedná se o pohybovou techniku. Děti jsou v kruhovém sezení a na pokyn lektorů si mění místa dle určitých hledisek.

Např.:

- ti, co rádi zpívají

- ti, co mají rádi divadlo
  - ti, co sportují
  - ti, co mají rádi zvířata
  - ti, co poslouchají Beatles
- „začali jsme spolu chodit“ - úkolem pro třídu bylo sestavit seznam hledisek, podle kterých se pozná, že „dva spolu chodí“. U této zajímavé techniky děti výrazně zpozorněly. Nešlo přehlédnout, že se jedná o téma mimořádně aktuální. Všichni pečlivě poslouchali názory ostatních. Technika vyústila v živou debatu o tématu partnerských vztahů.
  - „kdo začal?“ – další technika, která se třídě moc líbila. Jejím cílem bylo třídu aktivizovat. Lektoři poslali jednoho žáka do středu kroužku. Ostatní v kruhu opakují stejné pohyby, které se na nenápadný signál postupně mění. Dobrovolník obchází pomalu okolo a jeho úkolem je poznat, kdo v kruhu dává pokyn ke změně pohybu.
  - „lednice“ - pozitivní rozloučení se třídou. Cílem je zanechání příjemných pocitů po skončení programu. Děti dostanou bílý papír, který znázorňuje dvířka lednice. Každý má k dispozici několik samolepících štítků, které s kladnými vzkazy lepí na „lednice“ spolužáků kamarádů. Také lektoři píší vzkazy. Kontrolují pozitivní charakter a vyváženost počtu vzkazů na všech ledničkách.
  - „zpětná vazba“ – ohlasy žáků na celý průběh 4.setkání. Zpětná vazba proběhla v rozšířené verzi s ohledem na to, že se jednalo o setkání poslední.

Spolu s Kateřinou hodnotíme toto setkání velmi pozitivně. Byla navozena příjemná uvolněná atmosféra. Vycítili jsme, že třída se s námi nerada loučí a z toho jsme měli radost. Techniky programu primární prevence splnily svůj účel, ve zpětné vazbě bylo ze strany žáků mnohokrát zmíněno, že se jim program líbil. Nabyli jsme dojmu, že třída v průběhu našeho programu čím dál lépe funguje jako celek. Překvapila nás upřímnost a důvěra, s jakou k nám děti přistupovaly.

#### **4.5.1 Plánování volného času**

Z našeho posledního společného setkání popisují odborné definice a charakteristiku pojmu volný čas.



### **Definice volného času**

„Volný čas je činnost, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a přináší mu příjemné zážitky a uspokojení.“ (Hofbauer, 2004, str.10)

### **Volný čas z pedagogického hlediska**

Má dva úkoly:

- výchova ve volném čase – smysluplné naplňování volného času rekreačními i výchovně-vzdělávacími aktivitami
- výchova k volnému času – pomáhá jedinci orientovat se v možnostech zájmových aktivit a najít činnost, která mu dává možnost seberealizace a uspokojení (Pávková, 2002, str. 68)

### **Druhy volnočasových aktivit**

- vzdělávací aktivity - jejich smyslem je rozpoznat a rozvíjet osobnostní vlohy a nadání dítěte. Mohou být zaměřeny hudebně, dramaticky, výtvarně, jazykově apod.
- zájmové kroužky - zaměřují se na nejrůznější obory a některé z nich se do jisté míry shodují s první uvedenou kategorií. Od ní se odlišují zejména v tom, že kladou větší důraz na vyžití dětí a na jejich zájmy, než na získávání učebnicových znalostí.
- sportovní aktivity - v nich se dítě rozvíjí nejen po pohybové stránce, ale získává také znalosti správné životosprávy a tak rozvíjí ducha i tělo.
- všestranně zaměřené aktivity - spojují vždy dvě a více z výše uvedených činností a často kladou větší důraz na výchovu, soužití v kolektivu, sociální schopnosti a pobyt v přírodě. ([www.zkola.cz](http://www.zkola.cz))

## **4.6 Shrnutí celého programu**

Ve shrnutí celého našeho primárně preventivního programu bych se chtěl zaměřit na několik základních aspektů, které mě i Kateřinu nejvíce oslovily. Nejdůležitější, zásadní a hlavní je ten, že program proběhl úspěšně. Tento fakt vychází nejen z mých domněnek, ale byl potvrzen všemi zúčastněnými stranami. Kladné hodnocení jsme vyslechli především od žáků. Z jejich strany bylo pro nás nejvíce potěšitelné. Rovněž naši supervizoři z KPPP vyhodnotili náš konkrétní dvouletý cyklus jako jeden z nejvíce podařených a úspěšných. I metodik primární prevence ze strany školy byl s prací naší lektorské dvojice velmi spokojen.

Připomínám zásadní okamžiky jednotlivých setkání. Chci zdůraznit, že následující shrnutí se týká komplexně všech tří tříd, ve kterých program proběhl. Mohl bych se rozepsat o drobnějších odlišnostech v reakcích na program v každé jednotlivé třídě. Projevy různých kolektivů se lišily vlivem individuálních přístupů k zařazeným technikám. Výsledně ale konstatuji, že obecně byl program úspěšně splněn ve všech třech třídách.

Dále musím na tomto místě pro objektivní shrnutí programu uvést i méně kladné okamžiky, se kterými jsme se setkali. Mezi ně patří nervozita a tréma, se kterou jsme jako lektoři předstupovali před žáky vždy na počátku každého setkání. I ze strany dětí bylo cítit jisté napětí a nejistota. Vždy po krátkém čase jsme ale dokázali navodit přátelské prostředí, atmosféru spolupráce a důvěry.

## **5 Výzkum**

### **5.1 Charakteristika dotazníkového výzkumu**

Před samotným sestavením dotazníku a pozdějším zadáním ve třídách jsem si musel položit otázku, jakou zvolím techniku a organizaci shromáždění údajů a jakého cíle má být dosaženo.

#### **5.1.1 Cíl a zaměření výzkumu**

Stanovil jsem si cíl zjistit efektivitu programu primární prevence KPPP ve třech třídách pražského gymnázia a tím potvrdit či vyvrátit mnou zvolené hypotézy.

### **5.2 Hypotézy**

#### **I. Hypotéza**

Předpokládám, že žákům se nejvíce líbilo 2. setkání o partnerských vztazích.

#### **II. Hypotéza**

Předpokládám, že děti preferovaly akční pohybové techniky před klidnými sedavými.

#### **III. Hypotéza**

Odhaduji, že program ovlivnil vztahy ve třídě k lepšímu.

#### **IV. Hypotéza**

Předpokládám, že program měl osobní přínos alespoň pro nadpoloviční většinu dotázaných žáků.

### **5.3 Organizace a metodika výzkumu**

Dotazníkové šetření proběhlo v prosinci 2008 ve všech třech třídách Gymnázia Ústavní 400, Praha 8, kde jsem po dobu dvou let pracoval jako lektor. Jednalo se o dvě třídy osmiletého gymnázia a jednu třídu dvojjazyčného šestiletého gymnázia.

Rozhodl jsem se zvolit formu dotazníkového šetření vzhledem k rychlosti získání údajů a jednoduchosti manipulace s dotazníky. Dotazníky žáci vyplnili anonymně, tím byla zajištěna upřímnost odpovědí. Vzhledem k tomu, že jsem ve třídách působil jako lektor, nebylo těžké navodit přátelskou a uvolněnou atmosféru. Žáky jsem instruoval o systému vyplňování. Dále jsem jim vysvětlil, k jakým účelům dotazník vyplňují a jak s ním bude nadále nakládáno.

Pro úplné vyplnění dotazníku potřebovaly děti cca 15 min. času.

Nyní se chci podrobněji věnovat jednotlivým otázkám dotazníku. Jedná se o soubor osmi otázek. Otázka č. 1, 2 a 6 jsou zaměřené na hodnocení a oblíbenost jednotlivých setkání a na hodnocení a oblíbenost použitých technik. Otázky č. 3, 4 a 5 zkoumají celkový vliv programu na vzájemné vztahy ve třídě. Otázka č. 7 se ptá na osobní přínos programu pro každého jednotlivce. Poslední otázka č. 8 dává prostor pro napsání jakéhokoliv vzkazu lektorovi.

Zde jsem dotazník charakterizoval pouze v hrubých obrysech, podrobnější rozbor provedu v komentářích k jednotlivým grafům.

## **5.4 Výsledky dotazníkového výzkumu**

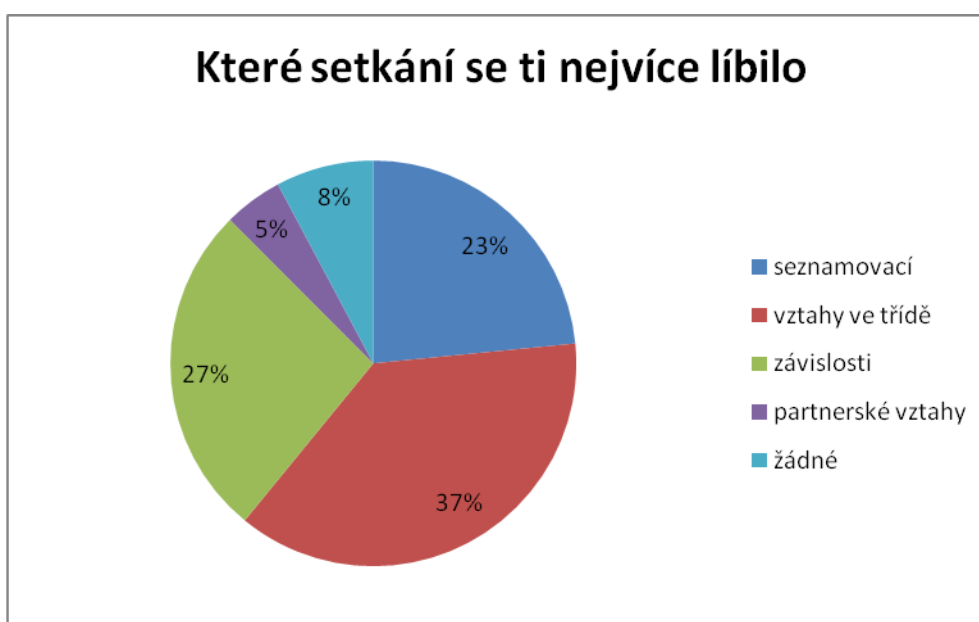
### **5.4.1 Kvantitativní rozbor**

Následující kapitola zobrazuje graficky odpovědi žáků na jednotlivé otázky výzkumu. Ke každému grafickému zobrazení připojuji krátký komentář s popisem hodnocení.

**Otázka č. 1a** Zakroužkuj setkání, které se ti **nejvíce líbilo** a podtrhni setkání, které se ti nelíbilo. Prosím, vysvětli svou volbu.

**Tabulka 1: Které setkání se ti nejvíce líbilo**

Seznamovací	15
vztahy ve třídě	24
Závislosti	17
partnerské vztahy	3
Žádné	5
<b>Odpovědělo</b>	<b>65</b>



**Graf 1: Které setkání se ti nejvíce líbilo**

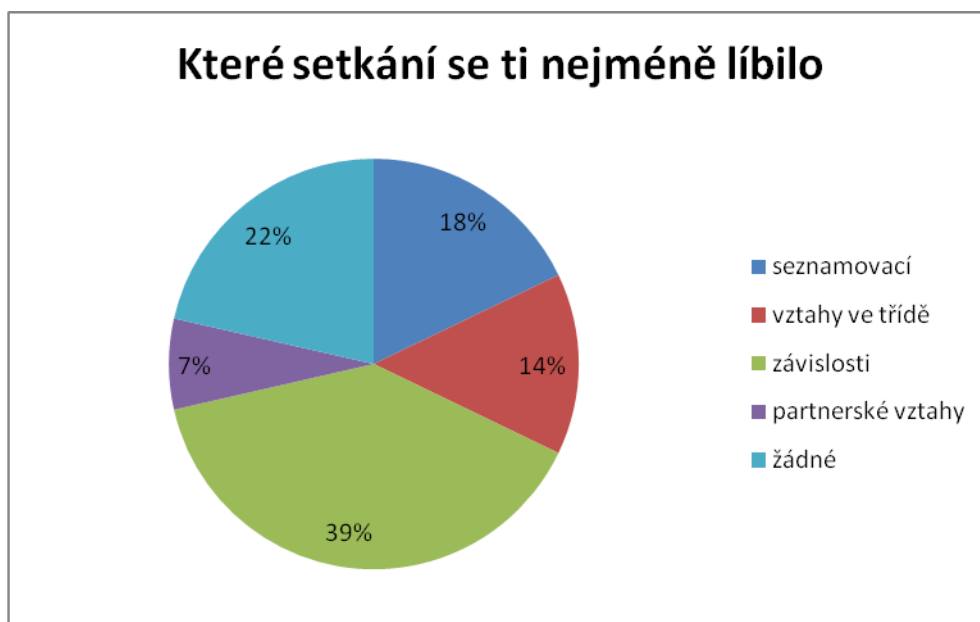
Z celkového počtu 66 dotázaných žáků na otázku č.1a odpovědělo 65. Téměř polovina dětí uváděla, že nejvíce se jim líbilo druhé setkání o vztazích ve třídě. Další dvě pořadová místa, která získala téměř stejný počet hlasů, jsou třetí setkání o závislostech a první setkání seznamovací. Z výsledků usuzuji, že oblíbenost všech setkání byla velmi vyrovnaná, každý žák si mohl v průběhu dvouletého programu nalézt téma, které mu nejvíce vyhovovalo.

Téma o partnerských vztazích se žákům líbilo nejméně. Domnívám se, že žáci nevidí toto téma jako problémové a neshledávají tedy důvod, proč o něm hovořit v rámci primární prevence.

**Otázka č. 1b** Zakroužkuj setkání, které se ti nejvíce líbilo a podtrhni setkání, které se ti **nelíbilo**. Prosím, vysvětli svou volbu

**Tabulka 2: Které setkání se ti nejméně líbilo**

seznamovací	5
vztahy ve třídě	4
závislosti	11
partnerské vztahy	2
žádné	6
<b>odpovědělo</b>	<b>28</b>



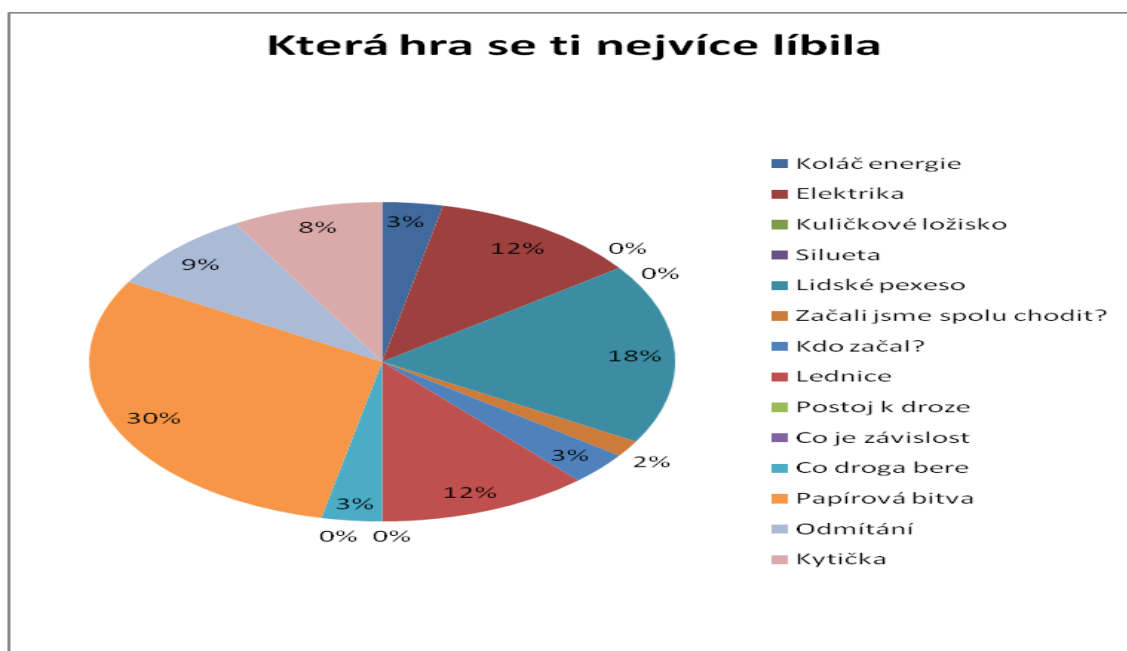
**Graf 2: Které setkání se ti nejméně líbilo**

U této otázky mě překvapilo, že pouze 28 žáků z celkového počtu 66-ti dotázaných odpovědělo. Vyvozuji z toho, že větší polovina žáků nepovažuje ani jedno ze setkání za takové, které by se jí nejméně líbilo. Z tabulky vyplývá, že 11 dětí označovalo za své nejméně oblíbené setkání č. 3 o tématu závislosti. Je to 17-ti procentní podíl z celkového počtu dotázaných a předpokládám, že k této volbě došlo vzhledem k vážnosti tohoto tématu. Cílem tohoto grafu bylo získání pouze negativního vyhodnocení.

**Otázka č. 2a** Zakroužkuj hru, která se ti **líbila nejvíce** a podtrhni hru, která se ti nelíbila vůbec.

**Tabulka 3: Která hra se ti nejvíce líbila**

Koláč energie	2
Elektrika	7
Kuličkové ložisko	0
Silueta	0
Lidské pexeso	11
Začali jsme spolu chodit?	1
Kdo začal?	2
Lednice	7
Postoj k droze	0
Co je závislost	0
Co droga bere	2
Papírová bitva	18
Odmítání	5
Kytička	5
<b>odpovědělo</b>	<b>60</b>



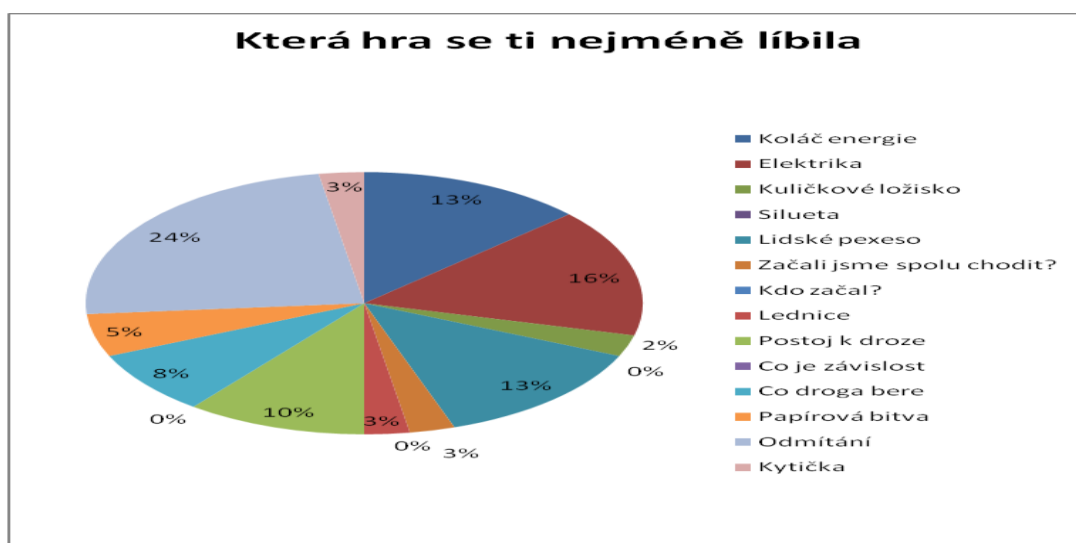
**Graf 3: Která hra se ti nejvíce líbila**

Na otázku č. 2 odpovědělo celkem 60 dětí ze 66-ti. Jako neoblíbenější technika byla vyhodnocena „papírová bitva“ – 30% hlasů. Na dalších dvou místech se umístily také pohybové techniky., a to „lidské pexeso“ – 18% a „elektrika“ – 12%. Jednoznačně konstatují, že největší úspěch měly aktivizační pohybové hry.

**Otázka č. 2b** Zakroužkuj hru, která se ti líbila nejvíce a podtrhni hru, která se ti **nelíbila** vůbec.

**Tabulka 4: Která hra se ti líbila nejméně**

Koláč energie	5
Elektrika	6
Kuličkové ložisko	1
Silueta	0
Lidské pexeso	5
Začali jsme spolu chodit?	1
Kdo začal?	0
Lednice	1
Postoj k droze	4
Co je závislost	0
Co droga bere	3
Papírová bitva	2
Odmítání	9
Kytička	1
<b>Odpovědělo</b>	<b>38</b>



**Graf 4: Která hra se ti líbila nejméně**

Na otázku 2b odpovědělo jen 38 žáků z celkového počtu 66-ti. Důvod, proč neodpověděli všichni, vidím v tom, že žádnou techniku/hru žáci nepovažovali za takovou, která se jim vůbec nelíbí, a proto raději neodpověděli vůbec.

Z grafu k této otázce je zřejmé, že technika „odmítání“ patřila mezi nejméně oblíbené. Domnívám se, že důvod této volby spočívá ve vážnosti charakteru této techniky. Dětem pravděpodobně nevyhovuje způsob předvádění scének před ostatními. U techniky „elektrika“ se oblíbenost objevuje na obou stranách škály oblíbenosti. Z toho plyne závěr, že při

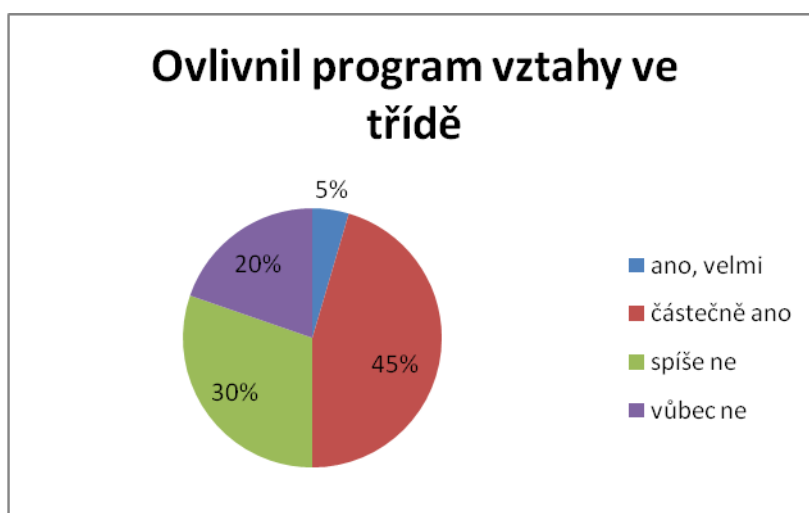


sestavování programu je potřeba různorodé druhy technik rovnoměrně vystřídat tak, aby se následně cítily příjemně jak sportovnější, tak klidnější typy dětí.

**Otázka č. 3a** Myslíš si, že program nějak ovlivnil vztahy ve třídě?

**Tabulka 5: Ovlivnil program vztahy ve třídě**

ano, velmi	3
částečně ano	30
spíše ne	20
vůbec ne	13
<b>odpovědělo</b>	<b>66</b>



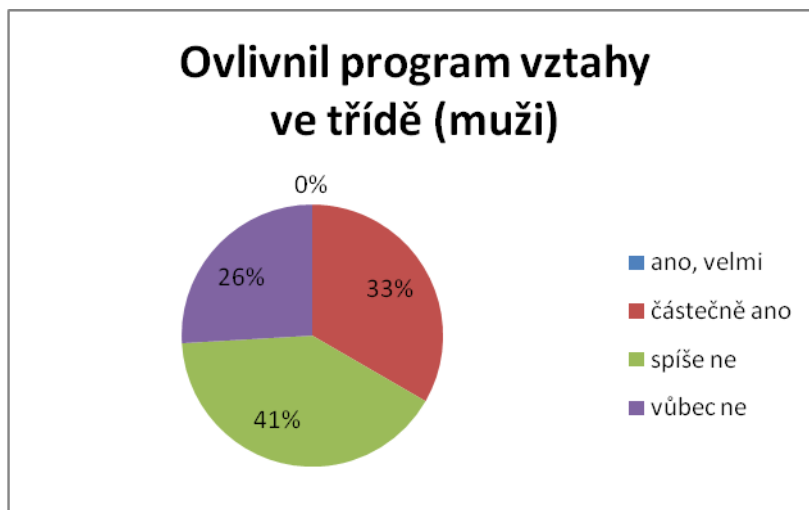
**Graf 5: Ovlivnil program vztahy ve třídě**

Na otázku č. 3 odpověděli všichni žáci. Polovina dotázaných označila, že program ovlivnil vztahy ve třídě velmi nebo částečně. Z toho vyplývá, že druhá polovina žáků odpověděla, že program vztahy ve třídě spíše neovlivnil nebo vůbec neovlivnil. Největší skupina - 45% dotázaných – uvedla, že program měl jenom částečný vliv na vztahy ve třídě.

**Otázka č. 3b** Myslíš si, že program nějak ovlivnil vztahy ve třídě? (muži)

**Tabulka 6: Ovlivnil program vztahy ve třídě (muži)**

ano, velmi	0
částečně ano	9
spíše ne	11
vůbec ne	7
<b>odpovědělo</b>	<b>27</b>



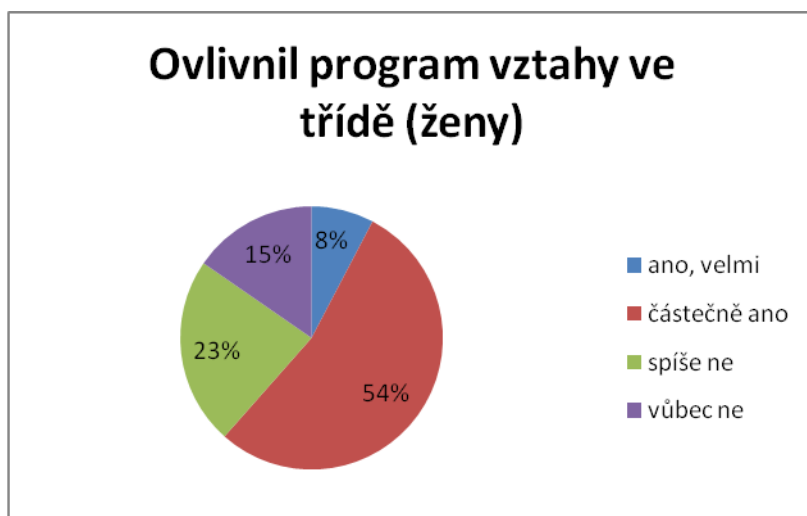
**Graf 6: Ovlivnil program vztahy ve třídě (muži)**

Tento graf zobrazuje pohled na stejnou otázku, ale pouze z pohledu mužů. Odpovídalo všech 27 chlapců z dotázaných. 41% z nich se domnívalo, že program vztahy ve třídě spíše neovlivnil. I další 26% část chlapců označila zápornou odpověď – program vůbec neovlivnil vztahy ve třídě. Z tohoto grafu jasně vyplývá, že pouhá jedna třetina chlapců považovala program za částečný přínos při upevňování třídních vztahů.

**Otázka č. 3c** Myslíš si, že program nějak ovlivnil vztahy ve třídě? (ženy)

**Tabulka 7: Ovlivnil program vztahy ve třídě (ženy)**

ano, velmi	3
částečně ano	21
spíše ne	9
vůbec ne	6
<b>odpovědělo</b>	<b>39</b>



**Graf 7: Ovlivnil program vztahy ve třídě (ženy)**

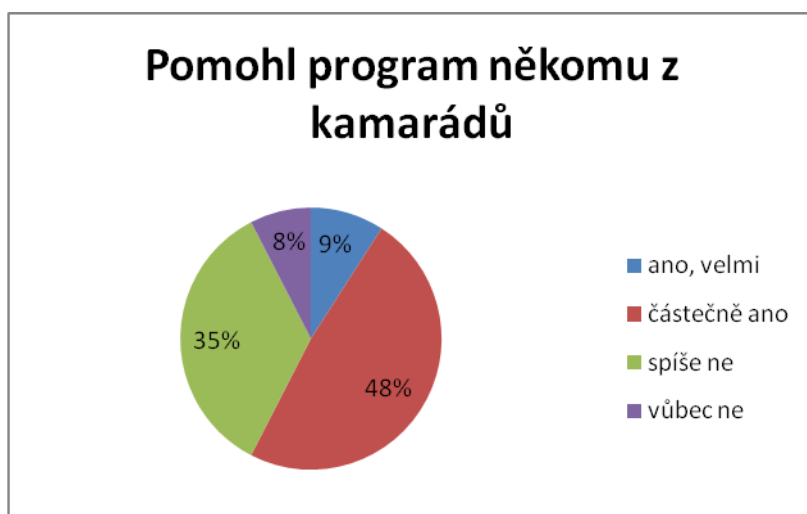
I z pohledu žen na tuto otázku můžeme posuzovat odpovědi všech dotázaných. Celkem se jedná o 39 odpovědí. Větší polovina z dívek – 54% - se vyjádřila ve smyslu, že program částečně pomohl třídním vztahům. Pouze šest dívek označilo odpověď: program neovlivnil vztahy vůbec.

Ve srovnání s grafem chlapců konstatujeme, že dívky považovaly program za více vlivný na vztahy ve třídě, než chlapci.

**Otázka č. 4a** Myslíš si, že program pomohl někomu z Tvých spolužáků?

**Tabulka 8: Pomohl program někomu z kamarádů**

ano, velmi	6
částečně ano	32
spíše ne	23
vůbec ne	5
<b>odpovědělo</b>	<b>66</b>



**Graf 8: Pomohl program někomu z kamarádů**

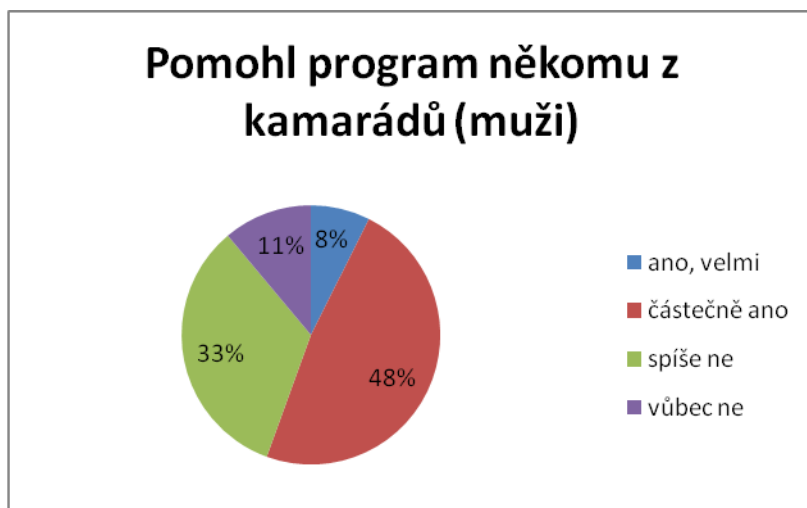
Na odpovědi na tuto otázku je pohlíženo opět ze tří úhlů pohledu. Celkově, ze strany mužů a ze strany žen.

Všichni dotázaní žáci (66) odpověděli. Téměř polovina z nich – 48% - uvedla ve svých odpovědích, že program částečně pomohl někomu z kamarádů. Další velká skupina – 35% - je názoru, že program spíše nepomohl. Obě tyto skupiny odpovědí jsou v rovnováze a v převaze nad malou skupinou 11-ti žáků (17%), kteří uvedli jednoznačné radikální, ať kladné či záporné odpovědi: ano, velmi nebo vůbec ne.

**Otázka č. 4b** Myslíš si, že program pomohl někomu z Tvých spolužáků? (muži)

**Tabulka 9: Pomohl program někomu z kamarádů (muži)**

ano, velmi	1
částečně ano	14
spíše ne	9
vůbec ne	3
<b>odpovědělo</b>	<b>27</b>



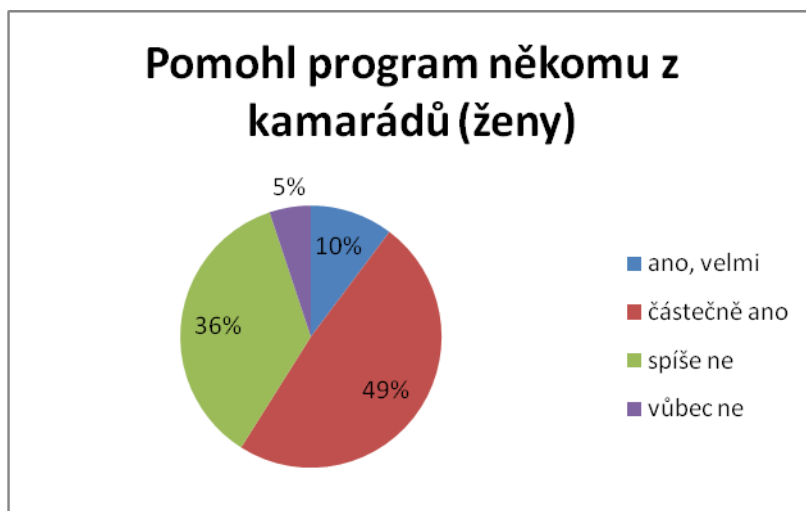
**Graf 9: Pomohl program někomu z kamarádů (muži)**

Z pohledu chlapců (odpovědělo všech 27 – 48% - dotázaných) je patrné, že téměř polovina z nich si myslí, že program částečně pomohl některému ze spolužáků.

**Otázka č. 4c** Myslíš si, že program pomohl někomu z Tvých spolužáků? (ženy)

**Tabulka 10: Pomohl program někomu z kamarádů (ženy)**

ano, velmi	4
částečně ano	19
spíše ne	14
vůbec ne	2
<b>odpovědělo</b>	<b>39</b>



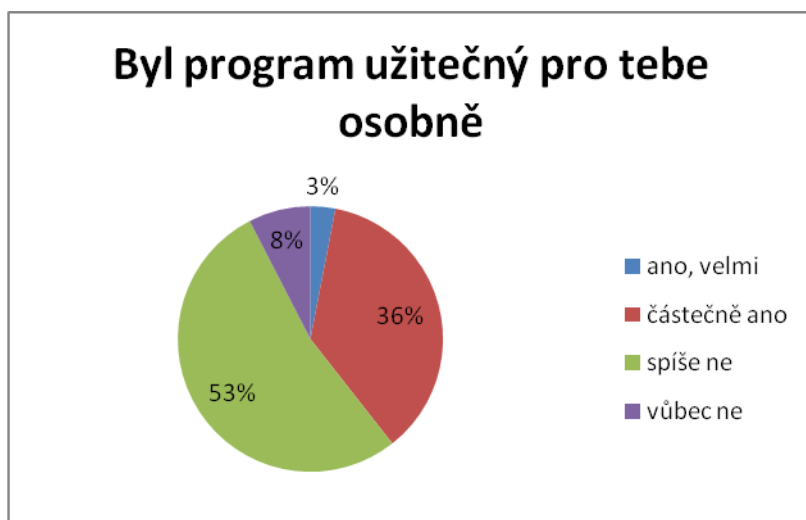
**Graf 10: Pomohl program někomu z kamarádů (ženy)**

Z pohledu dívek je tato otázka graficky zobrazena téměř stejně. Odpovědělo všech 39 oslovených děvčat. Ještě výraznější je procentní vyjádření těch (49%), které stejně jako chlapci uvedli, že program částečně ovlivnil vztahy ve třídním kolektivu. Jen dvě dívky v odpovědích uvedly, že program vůbec nepomohl nikomu z kamarádů. Je to přibližně stejné hodnocení (2 dívky) jako u grafu z pohledu chlapců (3 hoši).

**Otázka č. 5:** Byl program užitečný pro Tebe osobně?

**Tabulka 11:** Byl program užitečný pro tebe osobně

ano, velmi	2
částečně ano	24
spíše ne	35
vůbec ne	5
<b>odpovědělo</b>	<b>66</b>



**Graf 11:** Byl program užitečný pro tebe osobně

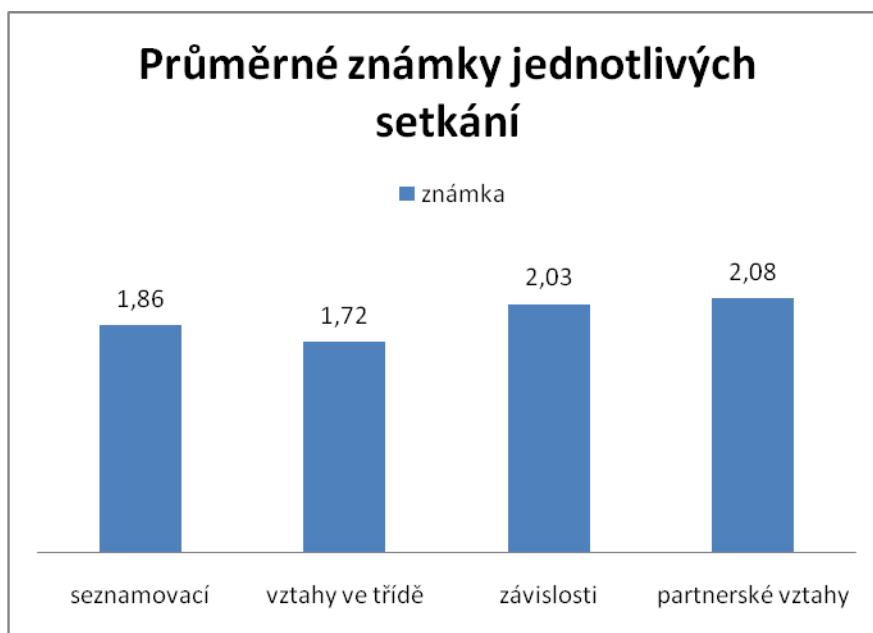
Na tuto otázku odpovědělo všech 66 zúčastněných žáků. Nadpoloviční většina (53%) uvedla, že program jim osobně spíše užitečný nebyl. Odpovědi na tuto otázku mě osobně velmi překvapily. Neočekával jsem záporná hodnocení o užitečnosti programu. Uvádím své možné vysvětlení pro tuto skutečnost. Program se zaměřuje obecně především na kolektiv. Děti byl celý primárně preventivní program takto také pochopen. Otázka č.5 je však dotazem na osobní přínos programu pro jednotlivce. Děti neshledávaly užitečnost programu v osobní rovině, proto se objevila záporná vyjádření. A proto musím ještě jednou zopakovat, že se tímto grafem potvrdil záměr programu působit na kolektiv jako celek.

**Otázka č. 6a:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechna 4 setkání.

**- průběh setkání**

**Tabulka 12: Průměrné známky jednotlivých setkání**

setkání	známka
seznamovací	1.86
vztahy ve třídě	1.72
závislosti	2.03
partnerské vztahy	2.08



**Graf 12: Průměrné známky jednotlivých setkání**

V dotazníku následuje část, ve které děti hodnotí všechna absolvovaná setkání formou známkování 1-5 stupnicí školních známek. Známkování se zúčastnili všichni žáci. Pouze v pěti případech chybělo v dotaznících oznámkované jedno setkání. Zámka „5“ se v tomto hodnocení neobjevila ani v jednom případě. Záměrem následujících tabulek bylo potvrzení výsledků předchozích grafů. Například tato otázka č. 6a konkrétně koresponduje s otázkou č. 1. Nejoblíbenější setkání o vztazích ve třídě z grafu č. 1 bylo zároveň také nejlépe oznámkované v této tabulce. Druhé nejlépe hodnocené setkání s průměrnou známkou 1,86 se velmi těsně přibližuje setkání nejlépe hodnocenému o vztazích ve třídě s průměrnou známkou 1,72. V pořadí známkování další dvě setkání o závislostech a partnerských vztazích skončily vyrovnaně s uspokojivými průměrnými známkami 2,03 a 2,08.

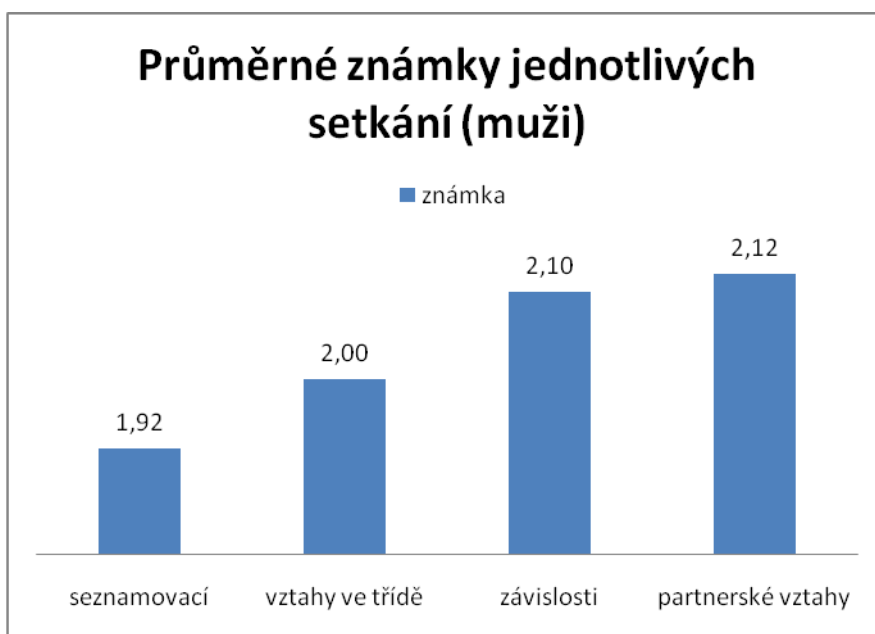
Průměrná známka všech setkání 1,92 vypovídá o velmi kladném průměrném celkovém hodnocení.



**Otázka č. 6b:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechny 4 setkání. (muži)

**Tabulka 13:** Průměrné známky jednotlivých setkání (muži)

Setkání	známka
Seznamovací	1,92
vztahy ve třídě	2,00
Závislosti	2,10
partnerské vztahy	2,12

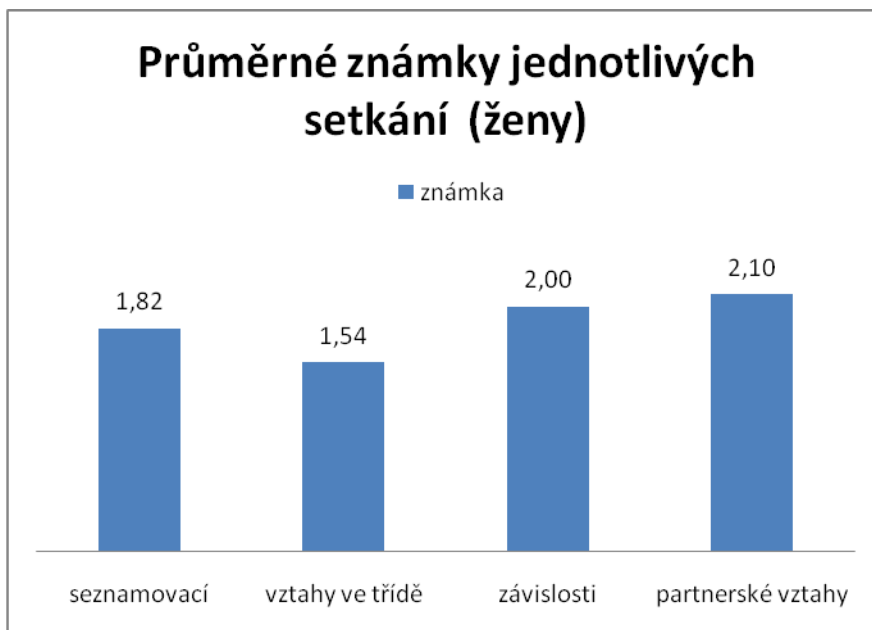


**Graf 13:** Průměrné známky jednotlivých setkání (muži)

**Otázka č. 6c:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechny 4 setkání. (ženy)

**Tabulka 14:** Průměrné známky jednotlivých setkání (ženy)

Setkání	známka
Seznamovací	1,82
vztahy ve třídě	1,54
Závislosti	2,00
partnerské vztahy	2,10



**Graf 14: Průměrné známky jednotlivých setkání (ženy)**

Tímto komentářem zhodnotím pohled na známkování této otázky očima chlapců a dívek. Z obou grafů vyčteme, že kluci nejlépe ohodnotili první seznamovací setkání průměrnou známkou 1,92. Zatímco děvčata udělila nejlepší průměrnou známku 1,54 setkání věnovanému vztahům ve třídě.

Při pohledu na tabulku s chlapeckým známkováním musím vyzdvihnout fakt, že průměrné známky se zvyšovaly, resp. jednotlivá setkání byla hůře hodnocena v pořadí, v jakém časově následovala. Usuzuji, že toto hodnocení je v souladu se zvyšující se tendencí závažnosti témat setkání. U dívčího známkování se tato tendence neprojevuje. Dívky známkovaly podle vlastních zájmů a nepřihlížely k zábavnosti či vážnosti témat.

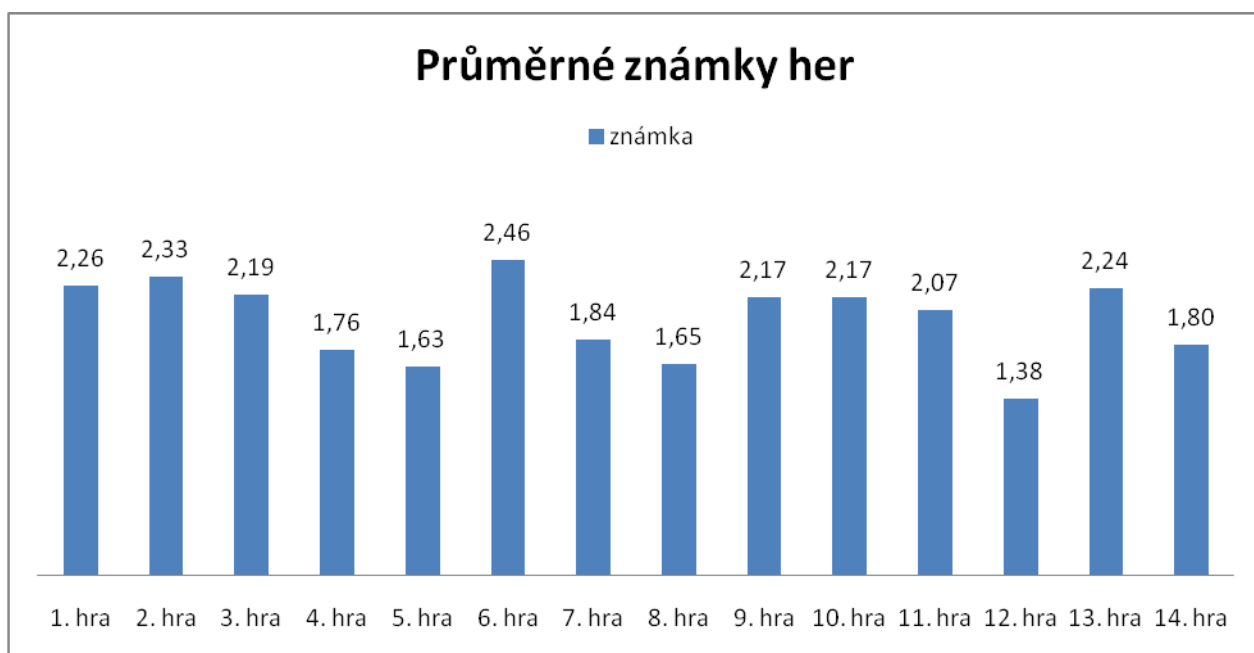
Ještě se chci zmínit o dalším jevu, který mě u této otázky zarazil. U dívek i chlapců převládalo nejhorší známkování s průměrnou známkou 2,11 u sezení o partnerských vztazích. Překvapilo mě to zejména proto, že v minulosti setkání na téma „partnerské vztahy“ u dětí mělo mimořádně velký úspěch. Předpokládal jsem proto, že bude nyní také nelépe oznámkované. Pro tento nesoulad mám následující osobní vysvětlení. S odstupem času děti přehodnotily své preference a oznámkovaly jednotlivá sezení podle současných pocitů. Nejhorší známka za partnerské vztahy u chlapců i dívek odpovídá tomu, že nepovažují téma za závažné.

**Otázka č. 6d:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechny 4 setkání.

**- hry/techniky**

**Tabulka 15: Průměrné známky her**

1. hra	2. hra	3. hra	4. hra	5. hra	6. hra	7. hra	8. hra	9. hra	10. hra	11. hra	12. hra	13. hra	14. hra
2,26	2,33	2,19	1,76	1,63	2,46	1,84	1,65	2,17	2,17	2,07	1,38	2,24	1,80



**Graf 15: Průměrné známky her**

Grafy a tabulky č. 16, 17 a 18 přímo navazují na otázku č. 2, ve které jsou všechny hry/techniky popsány.

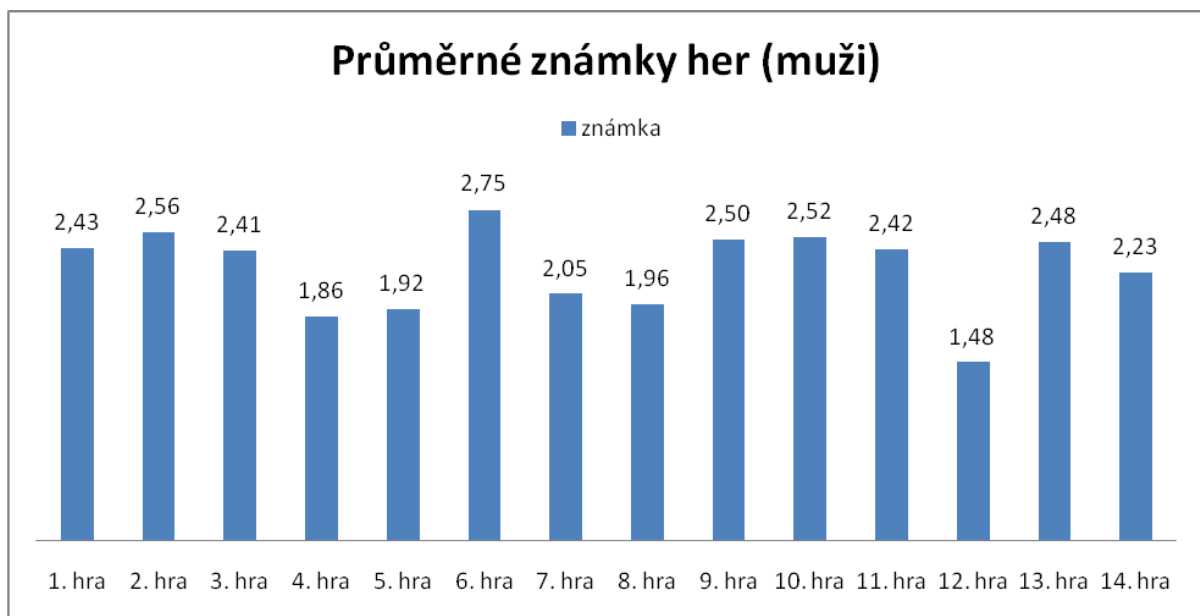
V následující tabulce č. 16 žáci známkováním 1-5 ohodnotili výběr z těchto her/technik. Známkování prováděli všichni zúčastnění (celk. 66 žáků). Někteří žáci však neoznámkovali úplně všechny hry. Vysvětlují si to tím, že s odstupem dvou let si pravděpodobně podle názvu tyto hry nezapamatovali. Známkováním se potvrdila oblíbenost her. Tabulka se známkami představuje téměř totožné výsledky jako graf č. 3 o oblíbenosti her. V obou případech se na nejlépe hodnoceném místě umístila pohybová technika „papírová bitva“. Celková průměrná známka u všech her/technik byla 2, což považují za velmi uspokojivé hodnocení. Znamky „4“ a „5“ se vyskytly jen ojediněle.

Poslední dvě tabulky a grafy k nim ukazují známkování her/technik podle rozdělení mužů a žen. V pořadí lépe oznámkovaných her se chlapci i dívky téměř shodují. Jediným rozdílem je skutečnost, že dívky volily při hodnocení mírnější známky.

**Otázka č. 6e:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechny 4 setkání. (muži)

**Tabulka 16: Průměrné známky her (muži)**

1. hra	2. hra	3. hra	4. hra	5. hra	6. hra	7. hra	8. hra	9. hra	10. hra	11. hra	12. hra	13. hra	14. hra
2,43	2,56	2,41	1,86	1,92	2,75	2,05	1,96	2,50	2,52	2,42	1,48	2,48	2,23

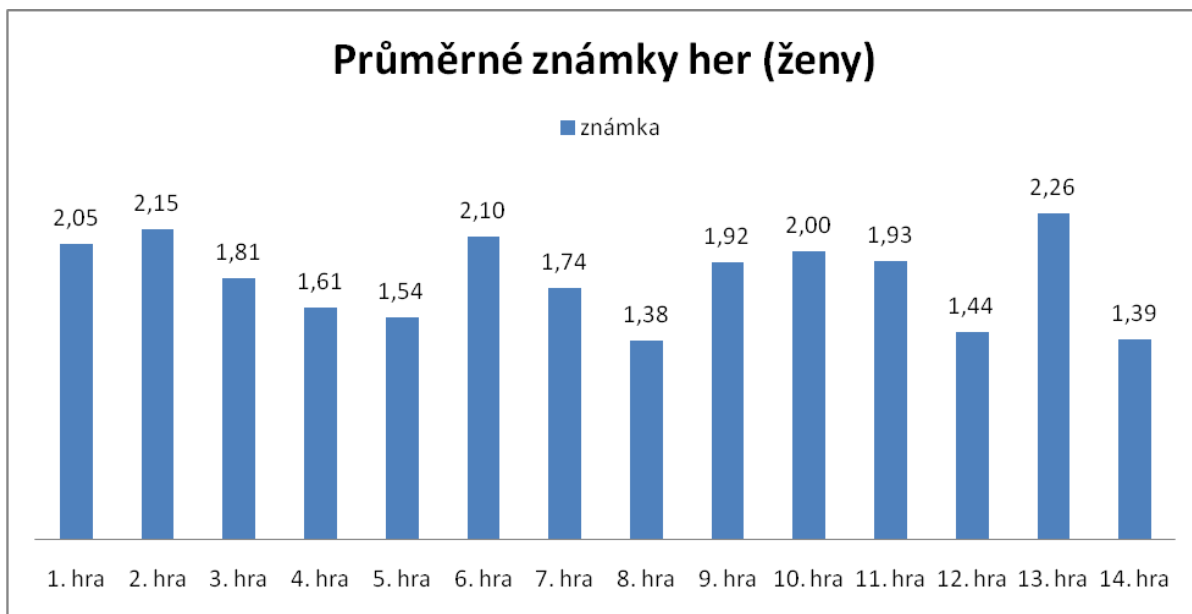


**Graf 16: Průměrné známky her (muži)**

**Otázka č. 6f:** Oznamkujte jako ve škole (známka 1-5) za všechny 4 setkání. (ženy)

**Tabulka 17: Průměrné známky her (ženy)**

1. hra	2. hra	3. hra	4. hra	5. hra	6. hra	7. hra	8. hra	9. hra	10. hra	11. hra	12. hra	13. hra	14. hra
2,05	2,15	1,81	1,61	1,54	2,10	1,74	1,38	1,92	2,00	1,93	1,44	2,26	1,39



**Graf 17: Průměrné známky her (ženy)**

#### 5.4.2 Kvalitativní rozbor

V následující podkapitole uvedu stručný rozbor vybraných otázek dotazníku, ve kterých žáci dostali prostor k vysvětlení svých hodnocení, mohli zde uvést osobní názory, připomínky a vzkazy. Ne každý žák této možnosti využil.

Jedná se o otázky č. 1, 3, 4, 5, 7 a 8. Pro příklad cituji nejčastější odpovědi.

- otázka č. 1 „Zakroužkuj setkání, které se Ti nejvíce líbilo a podtrhni setkání, které se ti nelíbilo, vysvětli svoji volbu.“

- „dozvěděl se nové věci“
- „hlubší poznání spolužáků“ - děti často uváděly, že program primární prevence jim formou hry umožnil blíže poznat spolužáky
- „ujasnění postavení ve třídě“ – výsledky sociometrického šetření napomohly žákům si uvědomit postavení v kolektivu
- „krátké setkání, program nemůže utužit vztahy ve třídě“ – tato připomínka nepatří mezi nejčastější, vyskytla se pouze ve dvou případech. Domnívám se, že takto odpovídali introvertní žáci, kteří mají obecně negativní postoj ke kolektivu. Neradi řeší veřejně jakékoli záležitosti. I pro upevnění vztahů v kolektivu upřednostňují individuální techniky.

- otázka č. 3 „Myslíš si, že program nějak ovlivnil vztahy ve třídě? Co se změnilo?“

- „třídní skupinky se začaly mezi sebou více bavit“
- „setkání – společný zážitek“

- „více důvěry, více otevřenosti, lepší komunikace ve třídě“ – tyto kladné připomínky jsou jedním z mnoha důkazů o tom, že program byl přínosný
- otázka č. 4 „Myslíš si, že program pomohl někomu u tvých spolužáků. Proč?“
- „od prevence k sobě byli více kamarádští, prolomily se ledy, více se prokoukli“
  - „nové informace o závislostech“
  - „znám někoho, komu program pomohl, více se zapojil do rozhodování ve třídě“
- otázka č. 5 „Byl program užitečný pro tebe osobně?“
- „využívám techniky i v jiném kolektivu – kroužku“
  - „uvědomila jsem si důležité věci“
- otázka č. 7 „Dozvěděl ses něco nového nebo přínosného z programu?“
- „informace o drogách“
  - „znám nové hry“
  - „co si o mně spolužáci myslí“
  - „způsoby odmítání“
- otázka č. 8 „Chceš mi ještě něco vzkázat? Pokud ano, sem s tím!“

U této otázky jsem studentům ponechal volný prostor pro vyjádření vlastního názoru.

- „bylo to bezva i díky vaší pozitivitě“
- „hodně štěstí do života“
- „další prevenci!“
- „témata klidně odvázněji“
- „ať máš úspěch s diplomovou prací“

## 5.5 Shrnutí výzkumu

Z grafického i tabulkového znázornění výsledků kvantitativního výzkumu konstatuji fakta, která následně ještě komentuji v kapitole 5.6 Vyhodnocení hypotéz. U kvalitativního výzkumu chci zdůraznit, že vyhodnocení bylo obtížnější z toho důvodu, že odpovědi na otázky byly velmi rozmanité, nebyly srovnatelné a proto ani přesně vyhodnotitelné. Provedl jsem proto jejich výčet a stručný popis.

## 5.6 Vyhodnocení hypotéz

Při vyhodnocování hypotéz jsem postupoval s ohledem na stanovený cíl zjistit efektivitu primární prevence. Těchto hypotéz jsem si stanovil celkem pět. Na základě zpracovaného

výzkumu jsem získal celou řadu informací a podkladů k potvrzení nebo vyvrácení stanovených hypotéz.

#### I. Hypotéza

„Předpokládám, že žákům se nejvíce líbilo 2. setkání o vztazích ve třídě.“

Jak vidíme v grafu č. 1, 37% dětí vybralo 2. setkání jako nejlepší. Zároveň bylo toto setkání o vztazích ve třídě oznámkováno i nejlepší průměrnou známkou 1,72 ze všech čtyř setkání (graf č. 13).

Hypotéza I. se potvrdila.

#### II. Hypotéza

„Předpokládám, že děti preferovaly akční pohybové techniky před klidnými sedavými.“

64% žáků v dotazníku označilo za nejoblíbenější hry/techniky akčního charakteru (lidské pexeso, papírová bitva, elektrika, aj.) Současně tento výsledek potvrzuje i oznámkování her průměrnou známkou 1,87. Tato známka je nižší, resp. lepší oproti celkové průměrné dvojce.

Hypotéza II. se potvrdila.

#### III. Hypotéza

„Odhaduji, že program ovlivnil vztahy ve třídě k lepšímu.“

Graf č. 8 nám znázorňuje následující výsledek. 95% dětí si myslí, že program ovlivnil vztahy ve třídě k lepšímu.

Hypotéza III. se potvrdila.

#### IV. Hypotéza

„Předpokládám, že program měl osobní přínos alespoň pro nadpoloviční většinu dotázaných žáků.“

Z grafu č. 12 překvapivě vyplývá, že děti v programu neshledaly pro sebe osobní přínos, shledaly pouze kladný přínos pro celý kolektiv. Čísla v grafu ukazují, že 53% dětí spíše nepovažuje program za osobní přínos, 8% dětí neshledalo vůbec žádný osobní přínos programu pro sebe. Konstatuji, že 61% dotázaných dětí neshledalo v programu osobní přínos, což je nadpoloviční většina.

Hypotéza IV. se nepotvrdila.

## Závěr

V závěru nebudu opakovat informace o programu primární prevence, ale zaměřím se na rozbor vlastních zkušeností a závěrů vyplývajících z šetření. Chci zdůraznit důležitost programů primární prevence a dalších programů podobného charakteru v rámci školského systému v České republice. Jsem velmi rád, že jsem získal příležitost se jako lektor aktivně zapojit do jednoho z těchto programů. Podrobné výsledky mého výzkumu absolvovaného programu, vyhodnocené hypotézy, teorie i praktická strana programu, také reakce účastníků, jsem uvedl v mé diplomové práci. Považuji na tomto místě za vhodné se zmínit o třech výrazných skutečnostech, které jsem si ověřil vlastní praxí a dle mého názoru přispěly ke kvalitní a úspěšné realizaci programu. Myslím si, že současně mohou posloužit jako návod a doporučení pro další začínající lektory.

První skutečností, o které budu hovořit, je z mého pohledu správné sestavení lektorské dvojice. V mém případě jsem spolupracoval s dívkou, smíšenou lektorskou dvojici považuji za optimální. Osvědčilo se, že při rozdělení rolí jsem jako muž využil svoji přirozenou autoritu. Na druhé straně kolegyně plnila funkci pozorovatele, a tím mě aktivně doplňovala. Moje autorita spočívala zejména v tom, že při zadávání technik jsem dokázal děti zklidnit a přesně jim předat instrukce o tom, co bude následovat. Okamžik zadávání nové techniky/hry v rámci setkání s dětmi považuji za velmi důležitý. V rámci programu KPPP bylo více než 90% lektorských dvojic v sestavě dvou dívek. U těchto dvojic se projevil nedostatek autority. Naše smíšená lektorská dvojice byla považována za velkou výhodu.

Druhým důležitým aspektem programu primární prevence je kvalitní spolupráce lektor – poradna. Osvědčilo se mi využívat praxí prověřená doporučení ze strany supervizorů z KPPP. Supervizní konzultace probíhaly skupinově, s dalšími lektory jsme si předávali navzájem informace. Supervizi lektorů přikládám vysokou důležitost.

Správné sestavení programu nejvýznamněji ovlivňuje jeho kvalitu. Z mé praxe vyplynulo, že aktuální potřeby, zájmy a aktivity žáků se s postupem času rychle mění. Je potřeba při přípravě minimálních preventivních programů pro školy vždy zjišťovat cyklickým výzkumem skutečné cíle dětí. Vyzdvihnu fakt, že je nezbytná kreativita ze strany poradny a lektorů při sestavování programů. Nesmí se zapomínat na složky související s aktuálními potřebami dětí úměrně jejich věku.

Dále jsem došel k následujícím závěrům na základě dotazníkového šetření. Do programu je třeba zařazovat více pohybových technik. Pro děti jsou akční hry/techniky atraktivnější a s větším zájmem při nich spolupracují. Proto se domnívám, že i u zadávání technik



vážnějšího a klidnějšího charakteru, je nezbytné volit pro žáky přitažlivější formu. V interaktivním přístupu při zadávání technik shledávám velký přínos pro dobrý výsledek celého primárně-preventivního programu.

Jako závěrečnou myšlenku své práce chci uvést to, že jsem velmi rád přispěl svým lektorským působením na mládež. Že jsem se v součinnosti s KPPP a školou podílel na výchově dětí. Mám dobrý pocit z odvedené práce, současně jsem i sebe obohatil o tuto zajímavou zkušenost, kterou v budoucnu ještě určitě využiji. Rád se k této aktivitě opět vrátím, už dnes vím určitě, že s pomocí nabytých zkušeností budu umět dobře vychovat i vlastní děti.

## **Shrnutí:**

Diplomová práce „Primární prevence sociálně nežádoucích jevů“ pojednává o primární prevenci. V předložené práci se zabývám primární prevencí u studentů ve věku 12-15 let, kteří navštěvují gymnázium v Praze. Popisuji strukturu dvouletého primárně-preventivního programu Křesťansko pedagogicko-psychologické poradny, na kterém jsem se osobně ve funkci lektora podílel. Stěžejní částí práce je výzkum s využitím dotazníku, který je zaměřený na efektivitu programu prevence. Odpovědi jsou zpracovány z hlediska kvalitativního i kvantitativního. Ukázalo se, že většina studentů považuje program za přínosný nejen pro ně samé ale též pro spolužáky a třídu jako kolektiv. Při hodnocení jednotlivých úkolů se ukázalo, že studenti gymnázia preferují pohybové aktivity. Není významný rozdíl mezi hodnocením programu chlapci a dívkami. Závěrem lze konstatovat, že program je přínosný pro všechny zúčastněné. Přináší nejen nové poznatky a zkušenosti studentů, ale pomáhá jim též při utváření kolektivních vztahů ve třídě. Lektorům dává nové poznatky (přípravné kurzy) a praktické zkušenosti. Vedl nás k týmové práci a vzájemnému respektování. Závěr práce nabízí souhrn mých vlastních postřehů a zkušeností s tímto programem.

## **Summary:**

Diploma thesis „Primary prevention of social unwanted phenomena“ deals with primary prevention. In the submitted work I deal with the primary prevention of children between 12-15 years old, who are attending a secondary school in Prague. I describe the structure of two years programme of Christian pedagogical psychology clinic on which I took part as a lecturer. Main part of my work is a research with use of questionnaire focused on the effectiveness of the preventive programme. Replies are evaluated from the quality and quantity point of view. It appeared that most of the students consider the program as beneficial for themselves as well as other students and whole team. During the evaluation of the individual tasks, it showed that the students prefer movement activities. There is not a significant difference in the evaluation of the programme between the girls and the boys. In conclusion we can submit that the program is beneficial for all persons concerned. It brings not only new knowledge and experience from the student point of view, but it helps in building good relationship in the class. To the lectors it gives new knowledge (preparing courses) and practical experience. It leads us to team work and mutual respect. The conclusion of the work offers summary of my own observations and experience with the programme.

## Seznam tabulek a grafů

### Tabulky

Tabulka 1: Které setkání se ti nejvíce líbilo.....	45
Tabulka 2: Které setkání se ti nejméně líbilo.....	46
Tabulka 3: Která hra se ti nejvíce líbila .....	47
Tabulka 4: Která hra se ti líbila nejméně.....	48
Tabulka 5: Ovlivnil program vztahy ve třídě.....	49
Tabulka 6: Ovlivnil program vztahy ve třídě (muži).....	50
Tabulka 7: Ovlivnil program vztahy ve třídě (ženy) .....	51
Tabulka 8: Pomohl program někomu z kamarádů.....	52
Tabulka 9: Pomohl program někomu z kamarádů (muži).....	53
Tabulka 10: Pomohl program někomu z kamarádů (ženy).....	54
Tabulka 11: Byl program užitečný pro tebe osobně.....	55
Tabulka 12: Průměrné známky jednotlivých setkání.....	56
Tabulka 13: Průměrné známky jednotlivých setkání (muži).....	57
Tabulka 14: Průměrné známky jednotlivých setkání (ženy).....	57
Tabulka 15: Průměrné známky her .....	59
Tabulka 16: Průměrné známky her (muži) .....	60
Tabulka 17: Průměrné známky her (ženy).....	60

### Grafy

Graf 1: Které setkání se ti nejvíce líbilo .....	45
Graf 2: Které setkání se ti nejméně líbilo .....	46
Graf 3: Která hra se ti nejvíce líbila.....	47
Graf 4: Která hra se ti líbila nejméně.....	48
Graf 5: Ovlivnil program vztahy ve třídě .....	49
Graf 6: Ovlivnil program vztahy ve třídě (muži).....	50
Graf 7: Ovlivnil program vztahy ve třídě (ženy) .....	51
Graf 8: Pomohl program někomu z kamarádů.....	52
Graf 9: Pomohl program někomu z kamarádů (muži).....	53
Graf 10: Pomohl program někomu z kamarádů (ženy) .....	54
Graf 11: Byl program užitečný pro tebe osobně.....	55
Graf 12: Průměrné známky jednotlivých setkání.....	56
Graf 13: Průměrné známky jednotlivých setkání (muži).....	57
Graf 14: Průměrné známky jednotlivých setkání (ženy) .....	58
Graf 15: Průměrné známky her .....	59
Graf 16: Průměrné známky her (muži) .....	60
Graf 17: Průměrné známky her (ženy).....	61

## Použitá literatura

Prameny:

1. NEŠPOR Karel, CSÉMY Ladislav, SOVINCOVÁ Hana. *Programy prevence závislostí a možnosti jejich hodnocení*. Praha: SZÚ, 1998. ISBN 80-7071-110-8
2. POKORNÝ, Vratislav, TELCOVÁ, Jana, TOMKO, Anton. *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s., 2003. ISBN 80-86568-04-0
3. KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7367-014
4. MARÁDOVÁ, Eva. *Prevence závislostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 80-86991-70-9
5. HRČKA, Michal. *Sociální deviace*. Praha: Slon, 2001. ISBN 80-85850-68-0.
6. DUBSKÝ, Josef, URBAN, Lukáš. *Sociální deviace*. Praha: Policejní akademie České republiky, 2005. ISBN 80-7251-202-1
7. FONTANA, David. *Psychologie ve školní praxi*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-626-8
8. JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-535-0
9. SEMIGINOVSKÝ, Bohdan a spoluautoři. *Abeceda bariéry proti sociálně patologickým jevům u žáků základních škol*. Liberec: Fórum pro zdraví, Edice prevence v roce 2005. ISBN 80-239-6998-6
10. NEŠPOR Karel, *Středoškoláci o drogách, alkoholu, kouření a lepších věcech*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-086-3

11. NEŠPOR Karel, DVOŘÁK, Václav. *Prevence trestné činnosti související s návykovými látkami*. Praha: Armex Praha ve spolupráci s TRIVIS, 1998. ISBN 80-902283-9-9
12. GOHLERT, Christoph, KUHN, Frank. *Od návyku k závislosti*. Praha: Ikar, 2001. ISBN 80-7202-950-9
13. ÚLEHLA, Ivan. *Umění pomáhat*. Praha: Slon, 1999. ISBN 80-85850-69-9
14. GABURA, Ján, PRUŽINSKÁ, Jana. *Poradenský proces*. Praha: Slon, 1995. ISBN 80-85850-10-9
15. HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5
16. PÁVKOVÁ, Jiřina a kolektiv. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6
17. Manuál k projektu Primární prevence sociálně patologických jevů, Křesťanská pedagogicko-psychologická poradna, Praha, 2005

Slovníky:

1. Kolektiv autorů pod vedením KRAUSE, Jiřího. *Nový Akademický slovník cizích slov*. Praha: Academia, 2005. ISBN 80-200-1351-2

Web. Článek:

1. HOFFMAN, Chris. *Introduction to Sociometry*. [online]. 2001, [cit. 2009-08-04]  
URL: <<http://www.hoopandtree.org/sociometry.htm#top>>
2. HAJDUCHOVÁ, Jana. *Typy volnočasových aktivit*. [online]. 2004, [cit. 2009-08-08]  
URL: <<http://www.zkola.cz/zkedu/rodiceaverejnost/volnycas/1903.aspx>>

Internet. Zdroj:

1. MŠMT

URL: <<http://www.msmt.cz/socialni-programy/strategie-prevence-socialne-patologickych-jevu-u-deti-a>> [cit. 2009-07-25]

2. *Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti*, Úřad vlády České republiky

URL: <[http://www.drogy-info.cz/index.php/info/glosar\\_pojmu/t](http://www.drogy-info.cz/index.php/info/glosar_pojmu/t)> [cit. 2009-08-04]

3. ŽÁKOVÁ, Markéta, *Národní informační centrum pro mládež MŠMT*, září 2006

URL: <<http://icm.cz/primarni-prevence-charakteristika>> [cit. 2009-08-04]

4. BRAUN, Richard, *Dotazníky B-3 a B-4*

URL: <<http://spp.ippp.cz/download/studijni-materialy/dotazniky-B3-B4.pdf>> [cit. 2009-08-05]

5. *ZDRAVÍ21, Světová zdravotnická organizace*, Praha 2000

URL: <<http://www.who.cz/PDF/Zdravi21.pdf>> [cit. 2009-08-06]

6. OTAVA, Ladislav, *Supervize sociálních pracovníků v sociálních službách*

URL: <[http://www.socialnipracovnik.cz/storage/file/supervize\\_sp\\_v\\_soc\\_sluzbach.pdf](http://www.socialnipracovnik.cz/storage/file/supervize_sp_v_soc_sluzbach.pdf)> [cit. 2009-08-08]

7. Diakonie ČCE, *Supervize pracovníků*

URL: <[http://www.diakoniecce.cz/index.php?option=com\\_content&task=category&sectionid=4&id=170&Itemid=391](http://www.diakoniecce.cz/index.php?option=com_content&task=category&sectionid=4&id=170&Itemid=391)> [cit. 2009-08-08]

8. MŠMT, *Metodický pokyn k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže ve školách a školských zařízeních*, 2007

URL: <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/metodicky-pokyn-k-primarni-prevenci-socialne-patologickych-jevu-u-deti-a-mladeze-ve-skolach-a-skolskych-zarizenich-nabyva-ucinnosti-dnem-zverejneni-ve-vestniku-msmt-cr-sesit-11-2007>> [cit. 2009-08-06]

9. MŠMT

URL: <[http://www.msmt.cz/uploads/soubory/sb020\\_05.pdf](http://www.msmt.cz/uploads/soubory/sb020_05.pdf)> [cit. 2009-08-10]

## **Seznam příloh**

1. Dotazník – k diplomové práci
2. Dotazník B-3
3. Osvědčení z KPPP

## **Přílohy**

### **Příloha 1. Dotazník – k diplomové práci**

Dobrý den,

rád bych Vás požádal o vyplnění následujícího dotazníku. Výsledky výzkumu budou použity v mé magisterské práci. Jejím cílem je zjistit efektivitu primární prevence.

**Veškeré informace jsou anonymní!**

## **Dotazník k výzkumu k magisterské práci na téma: „Primární prevence sociálně nežádoucích jevů“**

VĚK: ...

JSI CHLAPEC NEBO DĚVČE? ...



## PRIMÁRNÍ PREVENCE (2 - LETÝ CYKLUS)

**1. ZAKROUŽKUJ SETKÁNÍ, KTERÉ SE TI NEJVÍCE LÍBILO A PODTRHNI SETKÁNÍ, KTERÉ SE TI NELÍBILO? PROSÍM, VYSVĚTLI SVOU VOLBU.**

- a) první (seznamovací)      proč:.....
- b) druhé (vztahy ve třídě)      proč:.....
- c) třetí (závislosti)      proč:.....
- d) čtvrté (partnerské vztahy, VZTAHY holky a kluci) proč:.....
- e) žádné..... proč

**2. ZAKROUŽKUJ HRU, KTERÁ SE TI LÍBILA NEJVÍCE A PODTRHNI HRU, KTERÁ SE TI NELÍBILA VŮBEC.**

- a) Koláč energie
- b) Električka
- c) Kuličkové ložisko
- d) Silueta
- e) Lidské pexeso
- f) Začali jsem se spolu chodit?!
- g) Kdo začal?
- h) Lednice
- i) Postoj k droze
- j) Co je závislost
- k) Co droga bere
- l) Papírová bitva
- m) Odmítání

n) Kytička

### 3. MYSLÍŠ SI, ŽE PROGRAM NĚJAK OVLIVNIL VZTAHY VE TŘÍDĚ?

- a) ano, velmi
- b) částečně ano
- c) spíše ne
- d) vůbec ne

POKUD ANO, JAKÝM SMĚREM?

- a) k lepšímu
- b) k horšímu

Proč si to myslíš? Vzpomeneš si na něco konkrétního, co se po setkáních ve třídě změnilo? .....

### 4. MYSLÍŠ SI, ŽE PROGRAM POMOHL NĚKOMU Z TVÝCH SPOLUŽÁKŮ?

- a) ano, velmi
- b) částečně ano
- c) spíše ne
- d) vůbec ne

PROČ SI TO MYSLÍŠ?

.....  
.....

### 5. BYL PROGRAM UŽITEČNÝ PRO TEBE OSOBNĚ?

- a) ano, velmi
- b) částečně ano
- c) spíše ne
- d) vůbec ne

V ČEM? .....

.....

**6. OZNÁMKUJTE JAKO VE ŠKOLE (ZNÁMKA 1-5) ZA VŠECHNY 4 SETKÁNÍ.**

- a) Průběh setkání: 1) první (seznamovací) \_\_\_\_\_  
2) druhé (vztahy ve třídě) \_\_\_\_\_  
3) třetí (závislosti)  
4) čtvrté (partnerské vztahy, vztahy holky a kluci)

- b) Hry/techniky: 1) Koláč energie  
2) Električka  
3) Kuličkové ložisko  
4) Silueta  
5) Lidské pexeso  
6) Začali jsem se spolu chodit?!  
7) Kdo začal?  
8) Lednice  
9) Postoj k droze  
10) Co je závislost  
11) Co droga bere  
12) Papírová bitva  
13) Odmítání  
14) Kytička

**7. DOZVĚDĚL/A SES NĚCO NOVÉHO NEBO PŘÍNOSNÉHO? POKUD ANO, CO TO BYLO?**

.....  
.....  
.....

**8. CHCEŠ MI JEŠTĚ NĚCO VZKÁZAT? POKUD ANO, SEM S TÍM!**

.....  
.....  
.....

DĚKUJI ZA TVÉ ODPOVĚDI

## Příloha 2. Dotazník B-3 přední strana

Jméno a příjmení:

Třída:

1. Mezi mé přátele v naší třídě patří:

1. ....

2. ....

3. ....

2. Jako přítele ( přítelkyni ) bych si nevybral:

1. ....

2. ....

3. ....

3. Sám sebe hodnotím:

a) jsem vždy v centru dění ve třídě

b) občas se účastním a jsem obvykle o akcích ve třídě informován

c) párkrát jsem se akcí ve třídě účastnil, ale nebyvám informován

d) zdá se, že o mou účast třída příliš nestojí

e) o dění ve třídě nejevím zájem

4. Odpověz na následující otázky: ano – ne

Ve třídě je nejméně jeden žák, který je nešťastný

ano - ne

Kdo to je?

Proč je nešťastný?

Ve třídě je někdo, komu ostatní občas ubližují

ano - ne

Kdo to je?

Proč se mu ubližuje?

Stává se, že se do školy těším

ano - ne

Většinou se najde někdo, kdo mi pomůže s problémy

ano - ne

Společné problémy řešíme většinou v klidu

ano - ne

## Příloha 2. Dotazník B-3 zadní strana

5. Fyzické násilí se v naší třídě vyskytuje: a) nikdy

b) výjimečně

c) občas

d) pravidelně (každý týden)

e) stále (každý den)

6. Psychické násilí se v naší třídě vyskytuje: a) nikdy

b) výjimečně

c) občas

d) pravidelně (každý týden)

e) stále (každý den)

7. Zakroužkuj číslici, která vyjadřuje míru tvých pocitů ve třídě:

pocit bezpečí	1	2	3	4	5	6	7	pocit ohrožení
pocit přátelství	1	2	3	4	5	6	7	pocit nepřátelství
atmosféra spolupráce	1	2	3	4	5	6	7	atmosféra lhostejnosti
pocit důvěry	1	2	3	4	5	6	7	pocit nedůvěry
tolerance	1	2	3	4	5	6	7	netolerance

8. Najdi jednoho ze spolužáků, který je:

spravedlivý:

protivný:

spolehlivý:

nespravedlivý:

zábavný:

nevděčný:

vždy v centru dění:

nespolehlivý:

se všemi zadobře:

osamocený:

Díky za spolupráci!



KŘESŤANSKÁ PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÁ PORADNA

Praha 8, Pernerova 8, tel.: 222 322 624

# OSVĚDČENÍ

*Mircea – Mihai Lechaciu*

*nar. 21. 3. 1981*

*absolvoval v týdnu od 17. do 21. října 2005*

*vzdělávací akce v oblasti*

*primární prevence sociálně patologických jevů*

**„POSILOVÁNÍ POZITIVNÍCH ŽIVOTNÍCH HODNOT A POSTOJŮ“**

*v rozsahu 40 hodin.*

*Tato akce je akreditována MŠMT ČR*

*pod číslem 450/2004-25-224*

*V Praze dne 21. října 2005*

*Radka Fraňková*

*Radka Fraňková, DiS*

*Bernardová*

*PhDr. Ivana Bernardová*

KŘESŤANSKÁ  
PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÁ  
PORADNA  
Pernerova 8  
166 00 Praha 8 tel.: 222 322 624