



# MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM DDM KOJETÍN

2019/2020

Mgr. Jana Hrušáková

Posláním DDM Kojetín je rozvíjet osobnost a dovednosti dětí, mládeže a dospělých, prostřednictvím široké nabídky volnočasových aktivit v bezpečném a příjemném prostředí, s podporou a motivací profesionálního týmu.

DDM Kojetín poskytuje účastníkům zájmové vzdělávání.

Základním principem naší činnosti je tedy dobrovolnost a osobní angažovanost účastníků, kteří navštěvují činnosti a aktivity DDM Kojetín především ve svém volném čase a z vlastního zájmu.

To je základním předpokladem pozitivního klimatu, které je cílem i podmínkou naší práce.

Cílovou skupinu nabídek naší činnosti jsou účastníci předškolního věku, žáci základních a středních škol, studenti, dospělí a široká veřejnost.

Proto je pozitivní klima, dobré mezigenerační vztahy a prevence rizikového chování důležitou součástí všech aktivit a činností, které v DDM Kojetín probíhají.

Důraz na pozitivní mezilidské vztahy, rozvoj osobnosti a podporu sociálních dovedností je v rovnováze s odborným zaměřením zájmového vzdělávání.

S projevy rizikového chování v zájmovém vzdělávání DDM Kojetín se setkáváme jen výjimečně.

Není proto nutné systematičtější mapování jejich výskytu.

Pedagogové řeší tyto projevy na základě svých pedagogických zkušeností, prostřednictvím komunikace s rodiči nezletilých klientů, ale také prostřednictvím pravidelných pedagogických porad a za pomoci svého dalšího vzdělávání.

V roce 2019 - 2020 zaměříme prevenci rizikového chování na tyto oblasti:

- agrese, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimedíí
- násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie
- závislostní chování, užívání všech návykových látek
- spektrum poruch příjmu potravy
- negativní působení sekt
- sexuální rizikové chování

### **Další cíle:**

- vytvoříme dostatečné zázemí k trávení volného času v prostorách DDM Kojetín
- budeme realizovat systematickou výuku a výchovu účastníků ke zdravému životnímu stylu
- budeme podporovat vlastní aktivity účastníků a rozvoj jejich sociálně komunikativních dovedností
- budeme začleňovat méně průbojné účastníky do kolektivu a odstraňovat nevhodné chování mezi účastníky zájmového vzdělávání
- zapojíme všechny zaměstnance do systému prevence
- budeme aktivně spolupracovat s rodiči dětí (otevřenost vůči veřejnosti)
- budeme aktivně začleňovat účastníky se speciálními vzdělávacími potřebami do činností "

Metody a formy, jakými budou dílčí cíle naplňovány:

- výukové programy pro žáky mateřských, základních a středních škol
- vytváření eticky hodnotných postojů a způsobů chování
- zaměření pozornosti na projekty prevence drogových závislostí, konzumace alkoholu
- vandalismu, rasismu, násilí, komerčního sexuálního zneužívání apod.
- prevence kouření
- dovednost volby správné životosprávy - poruchy příjmu potravy – mentální anorexie a bulimie
- akce zaměřené na práci s národnostními menšinami směřující k potlačení rasismu a xenofobie
- zvyšování příznivého klimatu ve třídních kolektivech
- osobnostní a sociální výchova
- týmová spolupráce
- zapojení dětí ze sociálně slabších rodin do letní činnosti v rámci programu Podpora Zaměstnanosti
- zapojení dětí do činnosti stávajících kolektivů i nově vzniklých kolektivů na letních táborech všech zaměření i typů
- další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti prevence rizikového chování
- vytváření příjemného a bezpečného prostředí na jednotlivých pracovištích

- aktivity zaměřené na rodiče a veřejnost

Zjišťování a zachycování stavu rizikového chování.

Ke zjištění aktuálního stavu sociálně negativních jevů v DDM Kojetín jsou využívány metody zpětné vazby, rozhovory s klienty i s rodiči dětí, připomínky účastníků.

Zjišťování je průběžné.

Opatření při zjištění rizikového chování účastníků zájmového vzdělávání:

- popis situace
- dešifrování projevů a významu situace – co se děje, kdo je tím zasažen, jaké jsou projevy, jaké jsou příčiny a následky rizikového chování
- provedení opatření k odstranění rizikového chování
- písemný záznam o dané situaci a jejím řešení
- provedení preventivních opatření proti možnému opakování dané situace
- monitorování situace

Tyto úkony provádí vždy konkrétní pedagog, při jehož činnostech k dané situaci došlo, a to s vědomím svého nadřízeného zaměstnance dle organizační struktury DDM Kojetín a ředitelky DDM Kojetín.

Účinnost minimálního preventivního programu je vyhodnocována vždy na konci konkrétního školního roku formou informace na hodnotící poradě zaměstnanců DDM Kojetín.

*„Prevence chrání naše zdraví před zásahy lékařů.“*

Milan Kenda

## INFORMACE PRO RODIČE

Jak poznám, že moje dítě alkohol nebo drogy bere

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

### Doporučení rodičům, jejichž dítě má problémy s návykovými látkami Co dělat:

- Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, **neváhejte zavolat lékaře**. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.

- Nespoléhejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je **nepodporovat a neusnadňovat pokračující braní drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu a povzbuzovat k ní**. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch, ještě neznamena, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvlášt když říká a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly, a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. **Vyslechnout dítě ale ještě neznamena přístupovat na jeho stanovisko.**
- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. **Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.**
- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. **Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla.** Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.
- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. **Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání.** Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
- **Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky. To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování.** (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně)
- Předcházejte nudě. **Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času.** Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.
- **Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti.** To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i o změně prostředí.
- **Posilujte sebevědomí dítěte.** Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho

osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu. Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.

- **Spolupracujte s dalšími dospělými.** Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojenectví s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.
- Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokážou se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
- **Buďte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy.**
- Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá. V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládnutím problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

#### **Čemu se vyhnout:**

- **Nepopírejte problém.** Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.
- **Neskrývejte problém.** Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojence.
- **Neobviňujte partnera.** Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost naštěstí často ano.

- **Nehledejte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.**
- Nezanedbávejte sourozence dítěte zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. **Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.**
- **Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti,** zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
- **Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho.** S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníz a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci – totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
- **Nedejte se vydírat.** Vyhrůžování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.
- **Nevyhrožujte něčím,** co nemůžete nebo nechcete splnit.
- **Vyhňte se fyzickému násilí.** Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- **Nejednejte chaoticky a impulzivně.**
- **Nevěřte tvrzení,** že má dospívající drogy pod kontrolou, případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- **Donekonečna neustupujte.** Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný.



- **Nedělejte** zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
- **Nezabouhňte** dveře navždy. I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- **Neztrácejte naději**. Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání. I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.