

# Intervenční programy primární prevence aplikované v rámci vzdělávání v projektu COPERISK

Jaroslav Šejvl

e-mail | jaroslav.sejvl@lf1.cuni.cz

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze

V projektu COPERISK byla použita sada intervenčních programů/nástrojů, které bychom vám v následujícím textu rádi přiblížili. Tyto nástroje se aplikují v rámci primární prevence rizikového chování v oblasti škodlivého užívání, závislostí, poruch příjmu potravy a sebepoškození a byly vytvořeny nebo převzaty pro potřeby cílové skupiny projektu COPERISK. Cílovou skupinu projektu tvořili primárně pedagogičtí pracovníci, policisté, strážníci městské a obecní policie, pracovníci orgánu sociálně-právní ochrany dětí a pediatři.

## 1 NOVĚ VYTVOŘENÉ INTERVENČNÍ PROGRAMY

### PRÁVO A RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH

Osmihodinový interaktivní/prezenční nástroj určený pro všechny pracovníky, kteří se věnují prevenci rizikového chování dětí a dospívajících. Po jeho absolvování mohou získané znalosti využít profesionálové v rámci cílové skupiny projektu.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy stratifikuje rizikové chování do 24 forem, které tvoří ucelený komplex této problematiky. Jednotlivé formy jsou: i) návykové látky, ii) rizikové chování v dopravě, iii) poruchy příjmu potravy, iv) problematika alkoholických nápojů a v) tabáku, vi) syndrom CAN, vii) šikana a viii) kyberšikana, ix) homofobie, x) extremismus (obsahující i rasismus, xenofobii a antisemitismus), xi) vandalismus, xii) záškoláctví, xiii) krádeže, xiv) netolismus, xv) krizové situace spojené s násilím, xvi) sebepoškození, xvii) nová náboženská hnutí, xviii) sexuálně rizikové chování, xix) příslušnost k subkulturám, xx) domácí násilí, xxi) hazardní hraní, xxii) syndrom PAS, xxiii) obecně duševní onemocnění a xxiv) sebevražedné chování (MŠMT, 2023).

Vzdělávací seminář se zaměřuje na všechny formy rizikového chování – kromě syndromu PAS (poruch autistického spektra), jejichž odraz nenacházíme ve správním, přestupkovém a trestním právu v případě rizikového chování dětí a dospívajících.

Cílem vzdělávacího programu je tedy seznámit účastníky s právním prostředím České republiky, které upravuje oblast problematiky rizikového chování. Seminář je dále zaměřen na rozšíření pedagogických kompetencí v oblasti právního povědomí při realizaci primární prevence ve školách a při řešení problémových situací. Pozornost je rovněž věnována závažnosti jednotlivých forem rizikového chování s jeho typickými znaky – přestupek / trestný čin. Samostatná část je věnována legislativním krokům v případech testování ovlivnění dětí návykovými látkami s podrobným vysvětlením vzájemného propojení opory v zákonech a konkrétního postupu. Jedním z cílů semináře je i pomoci ke zkvalitnění spolupráce mezi jednotlivými profesionály v prevenci tak, aby byly vytvořeny podmínky pro jednotné působení těchto profesionálů v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících, a tak napomoci prevenci vzniku a rozvoje jejich duševního onemocnění. Seminář je logicky určen zejména pro ty, kteří již absolvovali preventivní intervenční programy, neboť právo samo o sobě nemůže být jediným a spásnosným programem.

ROZVÍJÍM SE

Metodický intervenční nástroj, který ze své podstaty vychází ze švýcarské metodiky Objectif Grandir (Pellaux, 1993). Tento intervenční nástroj cílí na mladší děti na prvním stupni základní školy. Metodika rozvíjí jejich životní dovednosti a podporuje jejich osobnostní růst.

Program je zaměřen na rozvoj schopností dítěte, které bude ve svém současném i budoucím životě čelit mnohým rizikovým situacím: rizikům v dopravě, nebezpečím v kontaktu s vrstevníky i v kontaktu s cizími dospělými osobami, afektivním konfliktům, možnému riziku vzniku závislostního chování, ztrátě zaměstnání rodičů, smutku

ze ztráty blízkého člověka, rychlé adaptaci na nové životní podmínky a mnohé další.

Učitelé a rodiče nemohou dítě zbavit těchto životních rizik a obtíží. Každé dítě však může na základě těžkostí, jež prožívá, mít možnost zvolit i pozitivní přístupy pro změnu, pokud má možnost o nich důvěrně hovořit s dospělými, kteří mu dokážou naslouchat, porozumět mu a obnovit jeho důvěru v sebe sama. Prostřednictvím sebevyjádření, vyjádření pocitů, názorů a tužeb objevuje dítě své hranice, zvětšuje svoji schopnost pro změnu, posiluje své kritické myšlení i svůj smysl pro zodpovědnost. Program má také napomoci procesu komunikace, začleňování se do společnosti, otevírání různých témat pro diskusi, budování pozitivních vztahů s vrstevníky a napomáhat tak ke zdravému psychickému vývoji dítěte.

Metodika Rozvíjím se je určena pedagogům, zejména třídním učitelům, školním metodikům prevence, kteří její budou se třídou realizovat (Horálek et al., 2023a).

## RODINA SPOLU

Jedná se návrh struktury pilotního preventivního metodického programu zaměřeného na práci s rodiči k posilování jejich rodičovských kompetencí. Je tedy určený

pro rodiče a je zaměřen na posilování jejich rodičovských kompetencí (Horálek et al., 2023b). Vznikl na základě potřeby oslovit právě rodiče jako důležitou cílovou skupinu v prevenci rizikového chování a začlenit je do realizace preventivních programů pro jejich děti ve školním prostředí. Jde zejména o programy pro různé cílové skupiny žáků zaměřené na rozvoj jejich sociálních dovedností ve vztahu k prevenci užívání návykových látek. Program jako celek navazuje na metodiky Rozvíjím se, Kočičí zahrada, Unplugged a nPrevence. Jde o příležitost, kdy rodiče mohou komunikovat a sdílet názory svých dětí z právě realizovaných programů a sami uplatňovat či využívat vhodné rodičovské strategie získané na vzájemných setkáních.

Role rodičů v preventivním působení na děti je neopomítnutelná. Pro vyšší efekt preventivních aktivit je vhodné zapojení zejména rodičů dětí ve věku 10 až 13 let. Adolescence je obdobím přechodu z dětství do dospělosti a je charakteristická množstvím změn v životě jedince, ať už to jsou změny v oblasti fyziologické, psychické či sociální, ať už ve smyslu negativním nebo pozitivním. Některé z těchto změn jsou předmětem vývojových úkolů tohoto období. Velkou proměnou procházejí interpersonální vztahy. Významné jsou pro adolescenty zejména vztahy s vrstevníky, a především se svými rodiči. Také proto je období adolescence zvoleno za důležité v preventivním programu pro rodiče.



Slycháváš, že trávíš na internetu nebo hraním hodně času?

Bolí Tě někdy po surfování na netu a na sociálních sítích záda, nemůžeš spát nebo cítíš úzkost?

Jsi více na sítích než se svými blízkými a kamarády?

Když nemáš signál anebo připojení na net, máš pocit, že Ti něco chybí?

Když se probudíš, myslíš hned na to, co je nového v online světě?

Trávíš kvůli telefonu, sociálním sítím nebo hrám méně času se svými blízkými?

**Trápí Tě to?  
Trápí to Tvé okolí?  
Chtěl(a) bys to změnit?**

Pomůžeme Ti my, nebo další odborníci.  
Zavolej nám **+420 224 968 253** nebo napiš **addambulance@vf.m.cz**

Zvládneme to, neboj.

VDYDNO V RÁMCU PROJEKTU:  
ZD-ZDOVA1-012 – Vývoj a pilotní ověření regionálního vzdělávacího modulu prevence duševního onemocnění dětí a dospívajících s důrazem na rizikové chování.

**Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants**



UNIVERZITA KARLOVA  
I. lékařská fakulta

Hlavním cílem tohoto preventivního programu je na pomoci rodičům zvýšit jejich povědomí o rizikových i ochranných faktorech v rodině, které mohou v raném dospívání souviset s možným nástupem rizikového chování jejich dětí. Zároveň je cílem podpořit a posílit rodiče v uplatňování takového stylu výchovy, který představuje i uplatňování větší kontroly a pozitivního povzbuzování dítěte k samostatnosti a nezávislosti. Tento přístup vyžaduje vyrovnaný a pečující postoj rodičů, spojený s přijetím a povzbuzením samostatných rozhodnutí dospívajícího.

## NELÁTKOVÉ (BEHAVIORÁLNÍ) ZÁVISLOSTI

Pro oblast nelátkových (behaviorálních) závislostí jsme vytvořili komiks a leták s názvem „Když závislost na hrách ukradne život“ (Tejklová, 2023a, 2023b) (obrázek 1). Komiks, který přehlednou a jednoduchou formou poukazuje na tuto problematiku, je určen pro cílovou skupinu profesionálů, kteří realizují primární prevenci s dětmi, ale i pro děti. Leták je naproti tomu určen pro děti a jejich rodiče – dozvědí se nejen o problému, ale i o tom, kde lze vyhledat odbornou pomoc.



## KDYŽ ANOREXIE A BULIMIE UŽÍRAJÍ TĚLO I DUŠI

Pro profesionály zejm. ve školství jsme připravili komiks a leták s názvem „Když anorexie a bulimie užírají tělo a duši“, doplňující materiál pro prevenci rizikového chování u poruch příjmu potravy (Tejklová, 2023c, 2023d). Jeho cílem je atraktivní a poutavou formou upozornit na rizikové vzorce chování, které mohou být, za určitých okolností, spouštěcím mechanismem těchto poruch. Pro cílovou skupinu dětí jsme vytvořili jednoduchý leták s kontakty na pomoc (obrázek 2).

### SEBEPOŠKOZOVÁNÍ: LETÁK A KOMIKS

Stejně jako u komiksu a letáku na téma poruch příjmu potravy a nelátkových závislostí, i u sebepoškození cílí autoři na tři cílové skupiny – na profesionály realizující primární prevenci s dětmi, na děti a dospívající, a na jejich rodiče / zákonné zástupce. Tyto materiály jsme připravili pod názvem korespondujícím s nejčastěji užívaným odůvodněním sebepoškození, které děti uvádějí: „Když je fyzická bolest úlevou od té psychické...“ (Tejklová, 2023e, 2023f) (obrázek 3).

CÍTIŠ SE NĚKDY  
AŽ K ZBLÁZNĚNÍ  
NEPŘÍJEMNĚ PLNÁ/PLNÝ?

MYSLÍŠ SI, ŽE JSI  
TLUSTÁ/TLUSTÝ, KDYŽ  
SI OSTATNÍ MYSLÍ, ŽE JSI  
PŘÍLIŠ ŠTIHLÁ/ŠTIHLÝ?

BOJÍŠ SE ZTRÁTY  
KONTROLY NAD MNOŽSTVÍM  
SNĚDENÉHO JÍDLA?

MYSLÍŠ SI, ŽE JÍDLA  
OVLÁDÁ TVŮ J ŽIVOT?

Nikdy nejsi sama / sám



Pomůžeme Ti my, nebo další odborníci.  
Zavolej nám **+420 224 968 253** nebo napiš [addambulance@vfn.cz](mailto:addambulance@vfn.cz)  
Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze, Apolinářská 447/4, 128 00 Praha 2.

Nabízíme pomoc při prvních krocích.  
Problémy jsou řešitelné, čím dříve, tím lépe.  
**Často je však třeba říci si o pomoc.**

K pomáhajícímu bys měla / měl cítit důvěru a měl by o poruchách příjmu potravy něco vědět (odborník) a nebo si něco zjistit (blízký člověk z vašeho okolí).  
Když se nedaří v nějakém programu nebo přístupu, je třeba hledat jiný.

**VDYANO V RÁMCI PROJEKTU:**  
ZD-ZDOVA1-012 – Vývoj a pilotní ověření regionálního vzdělávacího modulu prevence duševního onemocnění dětí a dospívajících s důrazem na rizikové chování.

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants

UNIVERZITA KARLOVA  
I. lékařská fakulta

## 2 PŘEVZATÉ INTERVENČNÍ PROGRAMY

### BOYS AND GIRLS

Jedná se o preventivní program zaměřený na podporu zdravého životního stylu u dětí a dospívajících, určený pro žáky 8. a 9. tříd základních škol (Rementeria & Cunin, 2023). Jeho cílem je preventivně působit nejen v oblasti návykových látek, ale i u dalších forem rizikového chování, které jsou s problematikou návykových látek spojeny. Předpokladem této preventivní intervence je, že každý dospívající by měl mít všechny relevantní informace o problematice návykových látek a rizicích, která jsou s nimi spojena. Podstatné je, aby tyto své znalosti uměl uplatnit ve svém životě, ve svých postojích ke svému zdraví a životním hodnotám.

### INEP 8

Základní, velmi stručný on-line kurz, který obsahuje ty nejdůležitější informace z oblasti primární prevence (Gabrhelík et al., 2021a). Svým absolventům umožní bazální orientaci v oblasti primární prevence. Kurz byl připraven tak, aby odpovídal realitě preventivní praxe ve vyspělých zemích, je připraven souladu s mezinárodními standardy v prevenci a odpovídá principům evidence-based přístu-

pu. Zprostředkovává základní přehled elementárních klíčových konceptů prevence rizikového chování a aktuálních informací, které jsou podloženy vědeckými postupy.

Kurz obsahuje celkem 10 lekcí, které svým součtem dávají 8 hodin: úvod do kurzu (0,5 hodiny); návykové látky, epidemiologie a problémové populace (0,5 hodiny); věda o prevenci a na důkazech založených politikách (0,5 hodiny); intervence v rodině (1 hodina); školní prevence (1 hodina); prevence na pracovišti (1 hodina); komunitní prevence (1 hodina); environmentální prevence (1 hodina); prevence založená na médiích (1 hodina); monitoring a evaluace (0,5 hodiny).

Kurz je realizován na on-line platformě MOOC Univerzity Karlovy. Výhodnou kurzu je, že je dostupný kdykoli a odkudkoli, kde je internetové připojení. Uživatel kurzu postupuje při jeho absolvování svým vlastním tempem a 8hodinová dotace kurzu může být konzumována po libovolnou dobu. Je tedy z hlediska časového ke svým uživatelům velmi přívětivý a flexibilní.

Po úspěšném absolvování kurzu si posluchač v systému sám vygeneruje certifikát o jeho absolvování. Kurz je pro účely tohoto projektu akreditován u Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, Ministerstva práce a sociálních věcí a Ministerstva vnitra.



Cítíš osamělost, napětí,  
neklid a jsi  
nešťastná / nešťastný?

Ublížíje Ti někdo?

Trápí tě Tvé vlastní  
tělo, nedokážeš si  
sama / sám poradit se  
svými starostmi?

Máš neshody s rodinou  
a blízkými anebo  
máš pocit, že jsi na  
všechno sama / sám?

### Nikdy nejsi sama / sám

Pomůžeme Ti my, nebo další odborníci.  
Zavolej nám **+420 224 968 253** nebo napiš [addambulance@vfn.cz](mailto:addambulance@vfn.cz)

Pomoc najdeš i v **Dětském krizovém centru** na adrese Čilkova 796/7, Praha 12 – Kamýk; telefon **777 715 215**, e-mail: [problem@ditekrizce.cz](mailto:problem@ditekrizce.cz). Můžeš ale také, zcela anonymně, kdykoli volat na Linku bezpečí **116 111**. Ta je určena pro všechny děti, dospívající a studující mladé dospělé až do věku 26 let. Nebo je kontaktuj [pomoc@linkabezpeci.cz](mailto:pomoc@linkabezpeci.cz)

Máte obavu o (duševní) zdraví Vašich dětí? Trápí Vás jejich smutek, neshody a hádky s Vámi nebo s jejich kamarády? Experimentují s vlastním tělem, sebetrestají se anebo sebepoškozují? **Linka bezpečí pro rodiče ohrožených dětí** má číslo **606 021 021** nebo napište na e-mail: [pomoc@rodicovskalinka.cz](mailto:pomoc@rodicovskalinka.cz)

**VYDÁNO V RÁMCI PROJEKTU:**  
ZD-ZDOVA1-012 – Vývoj a pilotní ověření regionálního vzdělávacího modulu prevence duševního onemocnění dětí a dospívajících s důrazem na rizikové chování.

**Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants**




**UNIVERZITA KARLOVA**  
I. lékařská fakulta

Tento vzdělávací kurz je bazální „startovací“ čarou pro pracovníky, kteří se profesně věnují problematice prevence rizikového chování na všech úrovních a současně participují svojí aktivitou na zlepšování duševního zdraví dětí a dospívajících. Sekundárním cílem kurzu je „navnadit“ ty, kteří se z důvodu vlastní vytiženosti stále nemohou rozhodnout pro systematické vzdělávání v primární prevenci.

Kurz byl specificky vytvořen jako základní vzdělávací komponenta pro cílovou skupinu profesionálů v rámci tohoto projektu a je odborně garantován prof. Mgr. Romanem Gabrhelíkem, Ph.D., členem projektového týmu.

## INEP 40

I když i tento kurz – s ohledem na celkový rozsah primární prevence – nazýváme základním, přináší svým rozsahem 40 hodin hlubší a komplexnější úvod do této oblasti. Je plně dostupný ve formátu on-line na portálu MOOC UK.

Celý název kurzu je Úvod do prevence založené na důkazech (Introduction to Evidence-based Prevention) (Gabrhelík et al., 2021b). Kurz podává základní informace z oblasti primární prevence rizikového chování a významnou přidanou hodnotou jsou přesahy v jednotlivých komponentách. Kurz vychází ve svých základech z Evropského kurikula – EUPC (European Universal Prevention Curriculum) a využívá výsledků projektu UPC (The Universal Prevention Curriculum)-Adapt Project. Kurz odborně garantuje prof. Mgr. Roman Gabrhelík, Ph.D. Kurz obsahuje online prezentace, nahrané živé přednášky, krátké kvízy, povinnou četbu a doplňkové materiály pro čtení.

Kurz je rozdělen do 10 lekcí, vždy po 4 hodinách: úvod / návykové látky, epidemiologie a problémové populace / věda o prevenci a na důkazech založených politikách / intervence v rodině / školní prevence / prevence na pracovišti / komunitní prevence / environmentální prevence / prevence založená na médiích / monitoring a evaluace. Úspěšný absolvent si v systému sám vygeneruje certifikát o absolvování kurzu. Kurz je v rámci projektu akreditován u Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, Ministerstva práce a sociálních věcí a Ministerstva vnitra.

## KOČIČÍ ZAHRADA

Jedná se o interaktivní prezenční nástroj využívaný v rámci všeobecné prevence, která je nespecifická a cílí na rozvoj dovedností pro život (Barnatová et al., 2023). Cílovou skupinou jsou žáci 1. stupně základní školy, ve věkové skupině od 7 do 10 let (což odpovídá 2. až 5. třídě).

Důraz se klade na interaktivní předávání informací, zvyšování sociálních dovedností a kompetencí pomocí podrobně připravených setkání. Kurz se skládá z úvodního setkání, dvanácti tematicky zaměřených lekcí, které jsou zpracovány tak, aby se každá z nich mohla realizovat

v rámci jedné až dvou vyučovacích hodin, a závěrečného setkání. Program respektuje zásady pro poskytování programů primární prevence rizikového chování stanovené cílové skupině. V metodickém zpracování lekcí se klade důraz na rozšiřování informací, rozvoj postojů a sociálních dovedností žáků.

Program se skládá ze tří částí, a to z úvodu, metodiky pro učitele a dvanácti zpracovaných lekcí. Každá lekce má dvě části. První tvoří samotný příběh, druhou pak metodický postup pro pedagogy, jak mají s konkrétním tématem pracovat. Jednotlivé příběhy na sebe navazují. Pro snadnější orientaci a práci s textem byla použita jednotná struktura zpracování:

1. na začátku každé lekce je shrnutí předchozího děje a stručné seznámení s aktuálním tématem,
2. v každé lekci jsou uvedeny konkrétní cíle k danému tématu, přehled základních pojmů a termínů,
3. přehled pomůcek,
4. ke každé lekci jsou vytvořeny příklady konkrétních otázek, které téma dále rozvíjejí a pomáhají žákům se nad situací zamýšlet a řešit ji,
5. prezentace příběhu,
6. práce s žáky, převážně ve skupinkách dle uvedené metodiky a v neformálně uspořádaném prostředí s využitím komunitního kruhu,
7. v každé lekci je navržena i hlavní aktivita, která dokresluje příběh,
8. v závěru lekce následuje krátké shrnutí s doporučením a upozorněním pro učitele na možná rizika vzhledem k probíranému tématu,
9. krátká evaluace ze strany žáků i pedagoga-vedoucího programu.

Po úspěšném absolvování kurzu účastník obdrží certifikát. Kurz je v rámci projektu akreditován u Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstva práce a sociálních věcí.

## UNPLUGGED

Mezinárodní preventivní program Unplugged, který byl v české republice pilotně implementován ve školním roce 2007/2008, je komplexně ucelený program primární prevence. Je určen pro žáky 6. tříd (první ročník druhého stupně) a je realizován v průběhu jednoho školního roku. Tato preventivní aktivita je založena na modelu komplexního vlivu sociálního prostředí (Comprehensive social influence model). Takto modelované programy v sobě kombinují edukaci zaměřenou na životní dovednosti, které jsou korigovány normativním vzděláváním (korekcí normativních přesvědčení) v kontextu předávání znalostí a vědomostí o návykových látkách (Jurystová & Mioviský, 2010).

Význam tohoto preventivně-intervenčního nástroje spočívá zejména v tom, že jeho realizací lze dosáhnout pozitivního, měřitelného, a statisticky významného efektu. Tento přínos byl prokázán i v oblasti pravidelného uží-

vání konopí. Toto zjištění odpovídá i výsledkům evaluace efektivity tohoto nástroje v rámci celoevropské studie EU-Dap (Novák a kol., 2011).

V rámci projektu byl vydány všechny tři komponenty: Unplugged – metodika pro učitele (EU-Dap, 2023a), Unplugged – pracovní sešit (EU-Dap, 2023b) a Unplugged – pracovní karty (EU-Dap, 2023c).

## nPREVENCE

Metodika nPrevence je ryze český interaktivní prezenční program všeobecné prevence užívání návykových látek. Je určena primárně pro žáky 7. tříd a sekund víceletých gymnázií (Gabrhelík et al., 2023). Cílem tohoto preventivního programu je vybavit děti a dospívající tak, aby v životě činili zdravá a bezpečná rozhodnutí. Program nPrevence je koncipován tak, aby volně navazoval na původních 12 lekcí metodiky Unplugged. Cílem je upevnit a dále posílit preventivní efekt především u užívání tabáku, alkoholu a konopných látek.

Součástí této unikátní metodiky je manuál pro pedagogy, kteří budou se třídou program realizovat. Celkem čtyři 45minutové lekce nPrevence lze realizovat v průběhu běžného školního režimu. Metodiku realizuje se třídou pedagogický pracovník (nejčastěji školní metodik prevence) a není možné ji používat bez náležitého proškolení. V rámci školení v metodice nPrevence pedagogové rozvíjejí své dovednosti pro realizaci nPrevence a prací s doplňujícími videoprezentacemi získávají informace, které v manuálu pro učitele nejsou obsaženy. Rovněž prakticky nacvičují aktivity v bezpečném prostředí a seznámí se s dalšími kolegy, kteří nPrevenci realizují na své škole. Vytváří se tak neformální síť preventivních pracovníků, kteří si mohou být navzájem prospěšní.

Optimální kvalifikace a zkušenosti pro účast v kurzu:

1. absolvovaný kurz Metodiky prevence užívání návykových látek Unplugged, nebo
2. absolvované specializační studium pro školní metodiky prevence v rozsahu 250 hodin, nebo
3. pedagog s 5 lety praxe v roli metodika či lektora preventivních programů a souhrnně absolvent alespoň 60 hodin kurzů s tematikou z oblasti primární prevence rizikového chování či práce se skupinou, nebo
4. výchovný poradce se specializací, školní psycholog, etoped, oblastní metodik prevence v rámci pedagogicko-psychologické poradny alespoň s 1 rokem praxe.

Po úspěšné absolvování kurzu účastník obdrží certifikát. Kurz je v rámci projektu akreditován u Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstva práce a sociálních věcí.

## TECHNOLOGIE A PREVENCE (TeP)

Jedná se o on-line kurz, který byl vytvořen s cílem pomoci zejména školním metodikům prevence, případně dalším pedagogickým pracovníkům, k rychlé orientaci v problematice rizik spojených s užíváním digitálních technologií a k umění provést několik rychlých preventivních intervencí v této oblasti (Gabrhelík et al., 2021c).

Kurz absolventům poskytuje základní orientaci ve spektru problémů souvisejících s užíváním technologií, v projevech nadměrného užívání technologií či v možnostech rodičů a pečujících osob při pomoci s udržením kontroly nad technologiemi. Dále upozorňuje na oblasti, které by měly být zohledněny při používání jednotlivých technologií. Poskytuje rovněž kontakty, na něž se lze obrátit při podezření, že některý z žáků je ohrožen nadměrným užíváním technologií.

Kurz je realizován na on-line platformě MOOC Univerzity Karlovy. Výhodnou kurzu je, že je dostupný kdykoli a odkudkoli, kde je internetové připojení. Uživatel kurzu postupuje při jeho absolvování svým vlastním tempem a 4hodinová dotace kurzu může být konzumována po libovolnou dobu. Je tedy z hlediska časového ke svým uživatelům velmi přívětivý a flexibilní. Dá se kdykoli přerušit a kdykoli v něm pokračovat tam, kde účastník skončil. Tedy, každý má možnost pracovat svým tempem a přizpůsobit si kurz svým časovým možnostem. Po úspěšném absolvování kurzu si posluchač v systému sám vygeneruje certifikát o jeho absolvování. Kurz odborně garantuje prof. Mgr. Roman Gabrhelík, Ph.D. Kurz je pro účely tohoto projektu akreditován u Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstva práce a sociálních věcí.

## PROBLEMATIKA PORUCH PŘÍJMU POTRAVY – příručka pro pomáhající profese a pedagogické pracovníky

Poruchy příjmu potravy jsou jednou z forem rizikového chování, která je významným způsobem zatížena stereotypy a mýty. Mezi hlavní patří, že toto onemocnění je výhradně doménou dívek, nikoli chlapců; že jej lze snadno rozpoznat či že je snadno léčitelné a postačí, když pacient začne normálně jíst. Mnoho dětí a dospívajících může vypadat relativně zdravě, i přesto, že jsou vážně nemocní. Člověk s poruchami příjmu potravy cítí zmatek, rozporuplné pocity, psychický nátlak svých blízkých, aby normálně jedl/jedla. Publikace přináší ucelené a komplexní informace usnadňující zorientovat se v problematice a pochopit podstatu. Cílovou skupinu seznamuje s faktory, které mohou predikovat vznik a rozvoj poruch příjmu potravy, naučí rozpoznat první známky onemocnění a napoví, jaké kroky podniknout k řešení (Papežová & Gricová, 2023).

## PROBLEMATIKA SEBEPOŠKOZOVÁNÍ

Sebeпоškozování v našem národním prostředí definujeme jako sebeubližování, které si jedinec způsobuje úmyslně, ale bez úmyslu fatálního následku, tedy bez cíle spáchat sebevraždu. Může se tak dít formou řezání, pálení, opaření, předávkování (volně dostupná nebo preskribovaná léčiva; ostatní chemické substance určené zpravidla pro průmyslové využití), otravy a dalšími formami jednání. Sebeпоškozující mohou aplikovat jednu nebo více souběžných či následných forem sebedestrukčního jednání. Stupeň poškození zdraví (případně i ohrožení života) se vždy liší podle intenzity použitého mechanismu a poškození těla: od povrchových, drobných poranění až po zranění ohrožující zdraví, případně i život. Sebeпоškozování z hlediska lékařské diagnostiky posuzujeme komplexně napříč psychiatrickým spektrem; specificky pak ve smyslu X 60 až X 84 podle MKN 10.

Informační materiály, které jsme v rámci projektu vydali v oblasti sebeпоškozování a o kterých píšeme dále, původně vznikly v Dětském krizovém centru Praha za podpory Nadace Sirius.

### Sebeпоškozování není rozmar

Informační materiál pro širokou cílovou skupinu (děti a dospívající, pedagogičtí pracovníci, zákonní zástupci, pracovníci nestátních neziskových organizací a další), která se může sebeпоškozováním dětí a dospívajících setkat. Materiál je zpracován stručnou a přehlednou formou a věnuje se tomu, co je sebeпоškozování, v jaké věkové skupině se s ním nejčastěji setkáváme, kde k němu nejčastěji dochází a jakou informaci sebeпоškozování přináší ostatním. Autoři se věnují problematice sebeпоškozování v rodině, mezi vrstevníky, vycházejí z vlastních pocitů sebeпоškozovaného a jeho nepříjemných zážitků a věnují se i možným souvisejícím okolnostem. Materiál poskytuje doporučení pro děti, jak preventivně (v situaci nutkavých myšlenek začít sebeпоškozovat), tak pomocná (pokud k němu již dochází). Předkládá tipy, kam se obrátit o pomoc, a to i za situace, kdy se sebeпоškozuje někdo z blízkých osob nebo kamarádů. Přináší rovněž stručná doporučení pro pedagogické pracovníky a kontakty na profesionální organizace, které se touto problematikou zabývají (Dušková, 2023).

### Vy a my nenecháme dětství zhojknout

Tetralogie informačních materiálů, které jsou primárně určeny pro jednotlivé specifické cílové skupiny. Průvodce (nejen sebeпоškozováním) je určen pro: i) pro orgány sociálně-právní ochrany dětí; ii) spolupracující organizace; iii) rodiče dětí v ohrožení a iv) školy a školská zařízení.

Každý díl je zaměřen jak z hlediska právního, tak zejména obsahového na význam profesionála, podle toho, jakou roli má v životě dítěte. Obsahově materiály směřují na týrané, sexuálně zneužívané, zanedbávané a jinak ohrožené děti, a to včetně těch ohrožených sebeпоškozováním.

Ad i) **Orgány sociálně-právní ochrany dětí.** Cílem materiálu je usnadnit pracovníkům orgánu sociálně-právní ochrany dětí identifikaci – zpravidla latentních – signálů, které mohou indikovat sebeпоškozování či jiné ohrožení dítěte. Je rozdělen do šesti kapitol. První kapitola seznamuje čtenáře s nejčastějšími formami ohrožení dětí a jejich negativním dopadem na zdravý a správný vývoj dítěte. Druhá kapitola obsahuje souhrn jednotlivých projevů, díky kterým lze rozpoznat indicie naznačující ohrožení dítěte. Třetí kapitola popisuje základní principy, jak vést s takovým dítětem rozhovor. Čtvrtá kapitola přináší stručný přehled legislativních předpisů, které lze v této oblasti aplikovat. Pátá kapitola nabízí seznam kontaktů dalších profesionálů v oboru. V poslední, 6. kapitole je uveden seznam dalších odborných materiálů k tomuto tématu, které Dětské krizové centrum nabízí (Dušková & Andrtová, 2023a).

Ad ii) **Spolupracující organizace.** Cílem publikace, která je určena zejména nestátním neziskovým organizacím, subjektům pověřeným sociálně-právní ochranou dětí, zařízením pro děti vyžadující okamžitou pomoc a doprovázejícím organizacím pro pěstouny, je naučit se rozpoznávat a zachytávat signály ukazující na možné ohrožení dítěte, které je v jejich péči, ale i signály o případné dysfunkčnosti konkrétní rodiny. Je rozdělena do pěti kapitol. V první kapitole jsou uvedeny nejčastější formy ohrožení dětí, které mají na jejich vývoj negativní dopad. Druhá kapitola se věnuje popisu projevů a tzv. „klíčových“ signálů, které mohou napomoci rozpoznat ohrožení dítěte. Ve třetí kapitole jsou uvedeny legislativní předpisy, které mají souvislost s různými formami ohrožení dětí. Čtvrtá kapitola přináší přehled kontaktů na státní instituce a organizace, které participují na pomoci ohroženým dětem. Poslední, pátá kapitola nabízí seznam dalších příbuzných odborných materiálů Dětského krizového centra (Dušková & Andrtová, 2023b).

Ad iii) **Rodiče dětí v ohrožení.** Publikace je určena především rodičům a dalším osobám pečujícím o dítě. Cílem textu je, aby se rodiče / blízké osoby naučili rozpoznávat a zachytávat signály možného ohrožení jejich dítěte. Rovněž jim má pomoci najít cestu ke změně a/nebo odborné pomoci tak, aby se dítě mohlo v budoucnu zdravě a plnohodnotně rozvíjet. Publikace je rozdělena na čtyři kapitoly. V první kapitole jsou uvedeny nejčastější formy ohrožení dětí a jejich dopad na vývoj dítěte. Zaměřuje se jak na fyzické, tak i na psychické týrání, sexuální zneužívání a násilí, dopad vyhrocených rozvodových sporů a na to navazující rizikové chování (sebeпоškozování a další). Druhá kapitola přináší popis projevů dítěte a klíčových signálů, které cílové skupině pomohou rozpoznat existující rizika, chránit dítě a nastavit změny ve fungování rodiny. Třetí kapitola se věnuje existujícím právním normám v této oblasti. Čtvrtá kapitola přináší přehled kontaktů na orgány státní správy a další organizace v této oblasti (Dušková & Andrtová, 2023c).

Ad iv) **Školy a školská zařízení.** Publikace určená zejména pro pedagogické pracovníky (pedagogy, výchov-

né poradce, školní psychology, školní metodiky prevence a další profesionály). Je rozdělena na pět kapitol, které přináší čtenářům ucelený orientační náhled na danou problematiku. První kapitola se věnuje nejčastějším formám ohrožení dětí a jejich devastujícím dopadům na vývoj dítěte. Zaměřuje se zejména na fyzické a psychické týrání, sexuální násilí na dětech, vyhrocené rozvodové spory, rizikové chování dětí a faktory ohrožující prostředí v rodině. Druhá kapitola přináší popis projevů dítěte a klíčových signálů, které mohou pomoci rozpoznat možné ohrožení dítěte a uvědomit si, že takové dítě potřebuje ochránit před dalším násilím a navodit změnu situace. Třetí kapitola seznamuje čtenáře s legislativními předpisy, které jsou v příčinné souvislosti s různými formami ohrožených dětí. Čtvrtá kapitola přináší přehled kontaktů na státní instituce a organizace zabývající se pomocí a ochranou ohrožených dětí. V páté kapitole čtenář najde přehled preventivně-edukativních materiálů Dětského krizového centra (Dušková & Andrtová, 2023d).

## POUŽITÁ LITERATURA

- Barnatová, Tereza, Horálek, Helena & Lenka Skácelová. (2023). *Rozvoj sociálních dovedností dětí v rámci prevence rizikového chování. Metodika pro učitele. Druhé vydání.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK. ISBN 978-80-909084-1-3.
- Dušková, Zora & Veronika Andrtová. (2023a). *Vy a my nenecháme dětství zhořknout. Průvodce pro Orgány sociálně-právní ochrany dětí.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Dušková, Zora & Veronika Andrtová. (2023c). *Vy a my nenecháme dětství zhořknout. Průvodce pro rodiče dětí v ohrožení.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Dušková, Zora & Veronika Andrtová. (2023d). *Vy a my nenecháme dětství zhořknout. Průvodce pro školy a školská zařízení.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Dušková, Zora. & Veronika Andrtová. (2023b). *Vy a my nenecháme dětství zhořknout. Průvodce pro spolupracující organizace.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Dušková, Zora. (2023). *Sebepoškozování není rozmar. Průvodce pro děti, rodiče a učitele.* Praha: Dětské krizové centrum. Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- EU-Dap. (2023a). *Unplugged. Metodika pro učitele. Prevence užívání návykových látek.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- EU-Dap. (2023b). *Unplugged. Pracovní sešit. Prevence na škole.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- EU-Dap. (2023c). *Unplugged. Pracovní karty. Prevence na škole.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Gabrhelík, Roman, Fialová, Helena & Michal Miovský. (2021b). *Úvod do prevence založené na důkazech. INEP 40.* E-learning. Praha: 1. LF UK.
- Gabrhelík, Roman, Fialová, Helena, Miovský, Michal & Kateřina Lukavská. (2021a). *Rychlý úvod do prevence založené na důkazech. INEP 8.* E-learning. Praha: 1. LF UK.
- Gabrhelík, Roman, Lukavská, Kateřina & Michaela Slussareff. (2021c). *Technologie a prevence (TeP).* E-learning. Praha: 1. LF UK.
- Gabrhelík, Roman, Skácelová, Lenka, Miovský, Michal & Peer van der Kreeft (2023). *nPrevence. Prevence zneužívání návykových látek pro žáky sedmých tříd základních škol a studenty sekund víceletých gymnázií. Metodika pro učitele.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK. ISBN 978-80-909084-3-7.
- Horálek, Helena, Skácelová, Lenka, Nováková, Elizabeth, Habiňáková, Renáta, Šedivý, Filip & Jaroslav Šejvl (2023a). *Rozvíjím se. Návrh preventivního programu zaměřeného na rozvoj sociálních dovedností dětí pro pilotní ověření v rámci projektu Coperisk.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK. ISBN 978-80-909084-0-6.
- Horálek, Helena, Skácelová, Lenka, Šedivý, Filip & Jaroslav Šejvl. (2023b). *Návrh struktury pilotního preventivního metodického programu zaměřeného na práci s rodiči k posilování jejich rodičovských kompetencí – Rodina spolu. Adiktologie v preventivní a léčebné praxi (5)3, v tisku.*
- Jurystová, Lucie & Michal Miovský. (2010). *Vybrané aspekty organizační a odborné podpory pedagogů při realizaci metody Unplugged ve školách: výsledky evaluace implementace projektu EUDAP.* *Adiktologie*, (10)3, 146–153.
- MŠMT. *Metodické dokumenty (doporučení a pokyny). MŠMT [online]. 2023. [cit. 2023-11-21]. Dostupné na: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>.*
- Novák, Petr, Miovský, Michal, Vopravil, Jiří, Šťastná, Lenka, Gabrhelík, Roman & Lucie Jurystová. (2011). *Efektivita školního primárněpreventivního programu Unplugged zaměřeného proti užívání konopí.* *Adiktologie*, (11) Suppl., 10–16.
- Papežová, Hana & Jana Gricová. (2023). *Poruchy příjmu potravy. Příručka pro pomáhající profese a pedagogické pracovníky.* Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK. ISBN 978-80-909084-2-0.
- Pellaux, Daniel (1993). *Objectif grandir.* Clarens: Mandat Plus Prévention.
- Rementeria, Ohana & Nathalie Cunin (2023). *Boys and Girls.* Druhé vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK. ISBN 978-80-909084-4-4.
- Tejtklová, Anna (2023a). *Když závislost na hrách ukradne život.* Komiks. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Tejtklová, Anna (2023b). *Když závislost na hrách ukradne život.* Leták. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Tejtklová, Anna (2023c). *Když anorexie a bulimie užírají tělo i duši.* Komiks. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Tejtklová, Anna (2023d). *Když anorexie a bulimie užírají tělo i duši.* Leták. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Tejtklová, Anna (2023e). *Když závislost na hrách ukradne život.* Leták. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.
- Tejtklová, Anna (2023f). *Když závislost na hrách ukradne život.* Leták. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK.