

STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA A VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA ZDRAVOTNICKÁ,  
OSTRAVA, PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE



---

Vnitřní směrnice

---

PREVENTIVNÍ PROGRAM  
2023/2024 S PROGRAMEM PROTI  
ŠIKANOVÁNÍ

**Číslo jednací:** SZSOs/05444/2023  
**Zpracovala:** Mgr. et Mgr. Jana Szűcs  
**Schválila:** RNDr. Jana Foltýnová, Ph.D.  
**Platnost:** pro školní rok 2023/2024

Příspěvková organizace  
Moravskoslezského kraje



## **PREVENTIVNÍ PROGRAM NA ŠKOLNÍ ROK 2023/2024**

Škola: Střední zdravotnická a Vyšší odborná škola zdravotnická, Ostrava, příspěvková organizace

Charakteristika školy: Střední zdravotnická škola sídlí v budově na ulici 1. Máje 11 v Ostravě-Mariánských Horách. Vyšší odborná škola zdravotnická má samostatnou budovu na ulici Jeremenkova 2 v Ostravě-Vítkovicích, kde probíhá také výuka oboru Asistent zubního technika. Činnost metodika prevence je zaměřena na žáky našich středoškolských oborů, ale také studenty vyšší odborné školy. V současné době studují žáci střední školy denní formy vzdělávání studijní obory Asistent zubního technika, Laboratorní asistent, Masér ve zdravotnictví, Nutriční asistent, Praktická sestra, Zdravotnické lyceum a tříletý obor Ošetřovatel. Na vyšší odborné škole se vzdělávají studenti oborů Diplomovaný zubní technik, Diplomovaná dentální hygienistka, Diplomovaná dětská sestra, Diplomovaný farmaceutický asistent, Diplomovaný laboratorní asistent, Diplomovaný nutriční terapeut a Diplomovaná všeobecná sestra. Tyto obory jsou vyučovány jak také v kombinované formě. Budova střední školy je rozložena do tří křídel, disponuje moderně zařízenými multimediálními učebnami, posluchárnami, laboratořemi i odbornými učebnami, které svým vybavením splňují náročné požadavky pro vzdělávání budoucích pracovníků v nelékařských profesích. Vyšší škola sídlí v památkově chráněné budově v Ostravě – Vítkovicích, která je rozložena do dvou křídel. Vyšší škola disponuje obdobnými učebnami a laboratořemi jako střední škola.

### Počet tříd a žáků střední školy v denní formě vzdělávání ve školním roce 2023/2024:

1. ročníky	7 tříd	192 žáků
2. ročníky	7 tříd	186 žáků
3. ročníky	7 tříd	175 žáků
4. ročníky	6 tříd	151 žáků

### Počet studijních skupin a studentů vyšší odborné školy v denní formě vzdělávání ve školním roce 2023/2024:

1. ročníky	9 studijních skupin	210 studentů
2. ročníky	7 studijních skupin	153 studentů
3. ročníky	8 studijní skupiny	118 studentů
4. ročník	1 studijní skupina	29 studentů

Ředitelka škol: RNDr. Jana Foltýnová Ph.D.

Zástupkyně ředitelky pro střední školu: Mgr. Eva Schichelová

Ing. Lada Uchařová

Zástupkyně ředitelky pro vyšší odbornou školu: PhDr. Hana Hanusková

## Školní poradenské pracoviště:

Výchovná poradkyně:	Mgr. Jana Horáková
Školní psycholog:	Mgr. Lucie Svobodová
Školní metodik prevence:	Mgr. et Mgr. Jana Szűcs
Kariérový poradce	Mgr. Kateřina Matuszová
Koordinátor pro práci s nadanými žáky	Mgr. Ivana Peterová

Kompetence výchovné poradkyně, školního metodika prevence, kariérového poradce, koordinátora pro práci s nadanými žáky a školního psychologa jsou dány předpisy. Společně tak tvoří školní poradenský tým, jehož kompletní nabídka služeb je žákům, studentům a rodičům přístupná na webových stránkách školy.

Předávání informací mezi výchovnou poradkyní, psychologem, kariérovým poradcem, koordinátorem pro práci s nadanými žáky a školním metodikem prevence probíhá kontinuálně na podkladě aktuálních úkolů i situací vyžadujících řešení. Celý poradenský tým prevence spolupracuje s vedoucími a garanty oborů, předsedy předmětových komisí, vedením školy, tj. ředitelkou školy a její zástupkyněmi, třídními učiteli, popřípadě vedoucími studijních skupin a ostatními členy pedagogického sboru i dalšími zaměstnanci školy.

### **Cíl preventivního programu**

Cílem preventivního programu je minimalizace prvků rizikového chování našich žáků a jejich zvýšení odolnosti vůči sociálně patologickým jevům a projevům netolerance nebo šikanování a konkrétními aktivitami přispívat k vytváření pozitivního klimatu ve škole.

Primární prevence rizikového chování žáků je nedílnou součástí výchovně vzdělávacího procesu všech předmětů, všichni učitelé se snaží vychovávat žáky a studenty ke zdravému životnímu stylu a vést je k tomu, aby si osvojovali prvky pozitivního sociálního chování při zachování integrity osobnosti.

V loňském školním roce byly zjištěny pomocí dotazníkového šetření a celoročnímu pozorování problémové oblasti v oblasti poruch chování.

Problémové okruhy v oblasti poruch chování:

- užívání tabákových výrobků;
- konzumace alkoholu;
- rivalita a špatné vztahy v třídním kolektivu;
- netolismus, pomluvy a kyberšikana na sociálních sítích;
- kybergrooming, kyberstalking, sexting aj.;
- záškoláctví, pozdní omlouvání;
- poruchy příjmu potravy;
- sebepoškozování;
- duševní zdraví.

Preventivní program se stěžejně zaměří na tyto problémová témata. Jednotlivá témata jsou zahrnuta ve Školních vzdělávacích programech vyučovaných oborů na SZŠ Ostrava. Témata nalezneme především v předmětech Výchova ke zdraví, Ochrana a podpora veřejného zdraví a Zdravověda. Následně pak v předmětech Psychologie a komunikace, Občanská výchova, Informační a komunikační technologie a v odborných předmětech jednotlivých oborů. Vzdělávání na VOŠZ Ostrava probíhá na základě vzdělávacích programů jednotlivých oborů. Problémová témata jsou v těchto vzdělávacích programech čteně obsažena. Výše zmíněná témata jsou zahrnuta také ve vzdělávacích programech vyšší školy.

V rámci preventivního programu chceme upozornit na nebezpečí výskytu dalších patologických jevů ve společnosti, jako jsou: agresivita v chování, závislosti na návykových látkách, patologické hráčství a jiné závislostní jednání, rasismus, xenofobie, homofobie, delikvence, kriminalita mládeže, sexuální deviace, náboženský extremismus a sekty, domácí násilí, týrání, zneužívání a zanedbávání dětí, konzumní způsob života a shopaholismus, rizikové sporty a rizikové chování v dopravě.

Trvalou snahou je formování žádoucích postojů a pozitivní změna chování žáků a také studentů.

Dílní aktivity našeho programu mají za cíl:

- vytvoření funkčního preventivního programu pro školu, se zapojením všech pedagogických pracovníků do jeho realizace;
- průběžné vzdělávání učitelů v oblasti prevence rizikových projevů chování;
- zlepšování školního prostředí a budování pozitivního klimatu ve škole, zajistit žákům i pracovníkům příjemné a pozitivní prostředí;
- podpora výchovy ke zdravému životnímu stylu.

Součástí Preventivního programu je školní program proti šikanování.

### **Spolupráce s třídními učiteli, vedoucími studijních skupin a pedagogickým sborem**

Vedení školy a všichni učitelé jsou podrobně seznámeni s Preventivním programem na nový školní rok a s Programem proti šikanování, který vyplývá z Metodického pokynu MŠMT 21149/2016 k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních.

Třídní učitel je klíčovou osobností v oblasti zkvalitňování vnitřního sociálního klimatu ve třídě, při předcházení vzniku šikany a jiných patologických jevů. Účastní se všech akcí třídy pořádaných školou, formuje pozitivní vztahy ve třídě již na motivačním workshopu, během školního roku a dále na školních výletech, popřípadě na lyžařském nebo turistickém kurzu. Svolává třídnické hodiny pro organizační záležitosti třídy, zaměřuje se na sledování a rozbor chování žáků ve škole a sleduje náznaky negativního chování žáků k sobě navzájem. Při zjištění výskytu negativních vztahů ve třídě řeší situaci nejprve vlastními silami, poradí se s výchovnou poradkyní, školním psychologem, školní metodičkou prevence a poté informuje vedení školy.

Třídní učitelé aktivně podporují žáky k pozitivnímu přijetí a vnímání preventivních programů a aktivit, nové zážitky s nimi sdílí a zabezpečují následný rozbor a diskusi.

Při distanční formě výuky třídní učitel svolává třídnické hodiny online a je svým žákům nápomocen při řešení všech úskalí z výuky na dálku, přičemž monitoruje možný vznik psychosociálních problémů žáků souvisejících s delší absencí jejich osobních sociálních kontaktů se spolužáky a učiteli.

Vedoucí studijních skupin na vyšší odborné škole mají v rámci školního života obdobné postavení jako třídní učitele na střední škole. Studenti vzdělávající se na vyšší škole jsou již všichni dospělí. Jejich postoje a hodnoty by měli být již formovány. Prostřednictvím přímé výuky, souvislých praxí, seminářů, exkurzí, workshopů aj. je možné stále jejich osobnosti ovlivňovat k pozitivním postojům a hodnotám.

Pro potřeby sebevzdělávání i pro potřeby získávání poznatků do výuky je přístupná všem učitelům a žákům literatura a DVD ve školní knihovně a internetové odkazy v online sborovně školy v dlaždici Školní poradenské pracoviště.

V online sborovně – Školní poradenské pracoviště je dostupné *Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních* včetně jednotlivých příloh, podle nichž je nutné postupovat v řešení vzniklých situacích.

U školního metodika prevence jsou žákům, pedagogům a rodičům k dispozici informační materiály ve formě odborných publikací, brožur, letáků, videoprogramů s tematikou primární prevence drogových závislostí, sexuální výchovy, zdravého životního stylu a dále telefonní čísla, organizace, kontaktní osoby protidrogové prevence i prevence sociálně patologických jevů.

Aktuální informace a osvětové materiály jsou na nástěnce určené k prevenci - její umístění je v 1. patře budovy A.

V rámci plnění projekt OP JAK zvyšujeme kompetence učitelů v oblasti osobnostního psychosociálního rozvoje a zkvalitňování vnitřního sociálního klimatu ve třídách.

### **Spolupráce se zákonnými zástupci žáků**

Školní metodik prevence, školní psycholog, výchovný poradce, kariérový poradce i koordinátor pro práci s nadanými žáky nabízí osobní konzultace, žáci se mohou kdykoliv osobně nebo mailem domluvit na termínu. Rodiče žáků se setkávají s celým týmem na schůzkách, organizovaných před nástupem žáků do 1. ročníku a na prvních třídních schůzkách. V případě potřeby vstupují rodiče do kontaktu kdykoliv po domluvě. Výchovný poradce i školní metodik prevence na třídní schůzce prvních ročníků seznamují rodiče s rozsahem svých činností v oblasti výchovných problémů a výskytu sociálně patologických jevů, informují o projevech rizikového chování, nabízí konzultace a podporu při řešení problémů žáků v průběhu celého studia, podporují spolupráci třídních učitelů s rodiči při řešení individuálních problémů.

V případě vyhlášení mimořádných protiepidemických opatření lze tým školního poradenského pracoviště kontaktovat písemně popřípadě online setkáním.

## Rozpracování preventivních aktivit střední školy pro školní rok

Veškeré aktivity budou realizovány:

- dle aktuální nabídky programů od poskytovatelů preventivních služeb;
- dle aktuální potřeby prevence anebo řešení výskytu konkrétního problému v některé třídě;
- dle aktuální epidemiologické situace umožňující realizaci programu v kolektivu, popř. návštěvu jiného zařízení.

### 1. ročníky:

- *Motivační workshop* – září, organizuje kariérní poradce s kolektivem vyučujících tělesné výchovy, třídními učiteli a poradenským pracovištěm.
- *Sociální integrace žáků formou pasování v rámci oslav Dne studentstva*- zajišťují žáci 4. ročníků s třídními učiteli.
- *Efektivní učení* – realizuje školní psycholog.
- *Program na téma Prevence rizikového sexuálního chování* – realizuje Zdravotní ústav v Ostravě – zajišťuje školní metodik prevence a zástupkyně ředitele školy.
- *Tvoje cesta na čisto* – pro začínající řidiče, realizuje Policie ČR – oddělení prevence – zajišťuje metodik prevence.
- *Preventivní program v rámci projektu E-bezpečí* – zajišťuje školní metodik ve spolupráci se zástupkyněmi ředitele školy.
- Preventivní programy, besedy a jiné akce dle aktuální nabídky vzdělávacích institucí, aktuální potřeby školy a časových možností lektorů v průběhu školního roku – zajištění ve spolupráci školní metodik prevence - zástupkyněmi ředitele školy - třídní učitelé.

Výstup: zápis o aktivitě, zpětná vazba od žáků při závěrečné evaluaci programu, zpětná vazba od třídních učitelů.

### 2. ročníky:

- *Protidrogový vlak*
- *Kámo, braň se!* – realizuje Městská policie města Ostravy, zajišťuje metodik prevence.
- Preventivní programy, besedy a jiné akce dle aktuální nabídky vzdělávacích institucí, potřeb školy a možností lektorů v průběhu školního roku – zajišťuje školní metodik prevence - zástupkyně ředitelky školy - třídní učitelé.
- *Den studentstva* – zajišťují Mgr. Petra Havlásková, Ph.D., Mgr. Markéta Schingler.

Výstup: zápis o aktivitě, zpětná vazba od žáků při závěrečné evaluaci programu, zpětná vazba od třídních učitelů.

### 3. ročníky

- *Workshop na téma poruchy příjmu potravy* – realizuje centrum Anabell, zajišťuje metodik prevence.
- *Právní vědomí pro středoškoláky* – realizuje Městská policie Ostrava, zajišťují vyučující sekce Občanské nauky.
- *Mediální gramotnost* – realizuje OSU, zajišťují vyučující OBN.
- *Den studentstva* – zajišťují Mgr. Petra Havlásková, Ph.D., Mgr. Markéta Schingler.
- Preventivní programy, besedy a jiné akce dle aktuální potřeby při výskytu rizikového jevu ve společnosti anebo v jednotlivých třídách a dle nabídky vzdělávacích institucí,

potřeb školy a možností lektorů v průběhu školního roku – zajištění ve spolupráci školní metodik prevence - vedení školy - třídní učitelé.

- Odborné exkurze ve zdravotně-sociálních zařízeních v rámci výuky odborných předmětů - zajišťují učitelé odborných předmětů.

Výstup: zápis o aktivitě, zpětná vazba od žáků při závěrečné evaluaci programu, zpětná vazba od třídních učitelů a učitelů odborných předmětů

#### 4. ročníky

- *Třináct cest* – pro začínající řidiče, realizuje Policie ČR – oddělení prevence – zajišťuje metodik prevence.
- *Programy kariérového poradenství* zaměřené zejména na prevenci nezaměstnanosti u žáků po ukončení studia a na prevenci výskytu prvků sociálního vyloučení při neúspěchu při přijímacím řízení na vyšší odborné a vysoké školy – zajistí kariérová poradkyně školy.
- *Návštěva Úřadu práce* – zajistí kariérová poradkyně školy.
- *Den studentstva* – zajišťují Mgr. Petra Havlásková, Ph.D., Mgr. Markéta Schingler.
- Odborné exkurze ve zdravotně-sociálních zařízeních v rámci výuky odborných předmětů – zajišťují učitelé odborných předmětů.

#### **Rozpracování preventivních aktivit vyšší školy pro školní rok**

V červnu provede školní metodik prevence detailní vyhodnocení preventivních aktivit s učiteli, kteří konají preventivní aktivity v rámci výuky, písemně zpracuje v on-line systému zprávu o konkrétních programech a formě jejich realizace, a zároveň zprávu podá na pedagogicko-psychologickou poradnu okresním metodikům prevence Mgr. Jakubu Macoškovi, Mgr. Petře Chudé a Mgr. Kateřině Puterové.

#### **Akce pro rodiče**

Školní ples, Dny otevřených dveří, třídní schůzky a konzultace s učiteli (veškeré aktivity budou realizovány dle aktuální epidemiologické situace umožňující realizaci programu).

Možnost zapojení se do činnosti výboru Spolku při SZŠ a VOŠZ Ostrava.

**Další aktivity pro žáky - nespecifická prevence** (veškeré aktivity budou realizovány dle aktuální epidemiologické situace umožňující realizaci programu)

---

- Lyžařský kurz pro žáky 1. ročníků;
- Sportovně turistický kurz pro žáky 2. ročníků;
- Charitativní sbírky;
- Program dobrovolnictví ve spolupráci s organizací Adra;
- Projekt Edison;
- Volnočasové aktivity - kroužek První pomoci, kroužek Nutriční gramotnosti;
- Realizace mikulášských a vánočních besídek pro pacienty v nemocnicích;
- Sportovní turnaje;
- Taneční soutěž;
- Den zdraví;
- Návštěva koncentračního tábora v Osvětimi;

- Den studentstva spojený s pasováním žáků prvních ročníků;
- Školní tematické projekty;
- Předmětové soutěže a olympiády;
- Návštěva divadla, kina a jiné kulturní akce;
- Filmový festival Jeden svět na školách;
- Maturitní ples;
- Školní akademie;
- Školní výlety;
- Školní projekt „Zdravé děti, šťastní rodiče“;
- Školní projekt „Zdravý úsměv nebolí“;
- Odborné exkurze ve zdravotně-sociálních zařízeních;
- Prezentace studijních oborů na prezentacích škol a Dne otevřených dveří;
- Přednášky studentů VOŠZ pro žáky SZŠ.

### **Prevence zaměřena na vybrané problémové žáky**

- Záchyt problémových žáků s rizikovým chováním;
- Individuální práce a konzultace;
- Výchovné komise.

### **Spolupráce s jinými institucemi**

- PPP Ostrava, úzká spolupráce s okresními metodiky prevence;
- Renarkon o.p.s.;
- PPPP Ostrava;
- Městská policie, Policie ČR;
- OSPOD;
- ANABELL;
- Psychiatrická nemocnice Opava;
- Protialkoholní záchytná stanice;
- Dětské oddělení VN a.s.;
- Zdravotní ústav v Ostravě;
- E-bezpečí.

### **Hlavní východiska pro zpracování preventivního programu školy**

- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 – 2027 a Akční plán realizace Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 – 2021
- Národní strategie prevence a snižování škod spojených se závislostním chováním 2019–2027.
- Strategie prevence kriminality v ČR na období 2022–2027.
- Krajský plán primární prevence rizikového chování v Moravskoslezském kraji na období 2019– 2027

### **Legislativní východiska**

- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů;



- Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů;
- Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí;
- Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník;
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník;
- Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek;
- Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních;
- Zákon č. 106/2011, kterým se mění zákon č.167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů;
- Zákon č. 135/2006 Sb., na ochranu před domácím násilím;
- Zákon č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky;
- Zákon č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů;
- Vyhláška č. 317/2005 Sb., o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditační komisi a kariérním systému pedagogických pracovníků;
- Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních;
- Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných;
- Vyhláška č. 15/2005 Sb., kterou se stanoví náležitosti dlouhodobých záměrů a výročních zpráv;
- Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j. MSMT-21149/2016);
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (č.j. MSMT-21291/2010-28) + přílohy pro jednotlivé typy rizikového chování:
  1. návykové látky
  2. rizikové chování v dopravě
  3. poruchy příjmu potravy
  4. alkohol
  5. syndrom CAN
  6. školní šikanování
  7. kyberšikana
  8. homofonie
  9. extremismus, rasismus, xenofobie, antisemitismus
  10. vandalismus
  11. záškoláctví
  12. krádeže
  13. tabák
  14. krizové situace spojené s násilím
  15. netolismus
  16. sebepoškozování
  17. nová náboženská hnutí
  18. rizikové sexuální chování
  19. příslušnost k subkulturám
  20. domácí násilí
  21. hazardní hraní
  22. dodržování pravidel prevence vzniku problémových situací týkajících se žáků s PAS
  23. psychická krize/dušení nemocnění žáka
- Metodický pokyn k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví (č.j.: 10 194/2002-14);

- Shrnutí všech opatření ministerstva při řešení šikany ve školách a školských zařízeních <http://www.msmt.cz/ministerstvo/novinar/msmt-rozsirilo-opatreni-k-reseni-sikany-a-kybersikany>;
- Metodické doporučení pro práci s Individuálním výchovným programem (IVÝP) v rámci řešení rizikového chování žáků čj. MSMT – 43301/2013 platnost/12/2013;
- Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí a žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT (Čj.: 37 014/2005-25);
- Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané (č.j. 25 884/2003-24);
- Metodický pokyn MŠMT ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance (Čj.: 14 423/99-22).

## PROGRAM PROTI ŠIKANOVÁNÍ

(jako součást Minimálního preventivního programu SZŠ a VOŠZ Ostrava, příspěvkové organizace)

**Program je zpracován v souladu s metodickým pokynem MŠMT k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních č.j. 21149/2016 a se školním řádem SZŠ.**

**Cílem programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí.**

Pocit bezpečí každého jedince a jeho začlenění do třídního kolektivu je základní podmínkou vytváření produktivního prostředí a dobrého sociálního klimatu třídy a celé školy. Škola má povinnost předcházet všem náznakům násilí a šikanování. Šikanování v jakékoli formě a podobě nesmí být pracovníky školy akceptováno. Samotní pedagogičtí pracovníci nesmí svým jednáním s některými žáky a chováním vůči nim podněcovat zhoršování vztahů ve třídě.

Realizační tým školního programu proti šikaně:

- ředitelka školy, zástupkyně ŘŠ, školní metodik prevence, výchovná poradkyně, školní psycholog, poradce pro kariérové poradenství, třídní učitelé, všichni další učitelé.

**Šikanou** rozumíme jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, zastrašit či ohrožit žáka nebo skupinu žáků. Jedná se o cílené, opakované, fyzické a psychické útoky jedince (či skupiny) vůči jedinci (či skupině), který se neumí či z nejrůznějších důvodů nemůže účinně bránit.

Šikanování má ve svých projevech velice různou podobu. Mezi základní formy šikany patří:

- verbální šikana, přímá a nepřímá – psychická šikana;
- kyberšikana pomocí informačních a komunikačních technologií;
- fyzická šikana, přímá a nepřímá (patří sem i krádeže osobních věcí a ničení majetku oběti);
- smíšená šikana, kombinace verbální a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.);
- sexuální obtěžování.

Za šikanování se nepovažuje:

- běžné škádlení;
- jednorázové napadení;
- nevhodné vtipkování;
- názorový konflikt;
- vyčlenění žáka z kolektivu - pokud není motivováno snahou ublížit.

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např., když žák:

- je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády;
- při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními;
- o přestávkách vyhledává blízkost učitelů;
- má-li promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený;
- působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči;
- stává se uzavřeným, nezapojuje se do žádné třídní akce;
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje;

- jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené;
- stále postrádá nějaké své věci;
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy;
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole, projevuje znaky záškoláctví.

#### **Přímé znaky šikanování mohou být např.:**

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo "legrací" zranitelný;
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávistným, nebo pohrdavým tónem;
- nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil;
- příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje;
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich;
- honění, strkání, štouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí, anebo rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout;
- slovní narážky na žáka se sexuálním podtextem, sexuální obtěžování.

#### **Stádia šikanování**

Jednotlivá stádia jsou velice důležité od sebe rozlišovat, jelikož každé z nich vyžaduje jiný přístup k řešení vzniklého problému. Vývoj šikanování ve skupině prochází pěti stádii.

#### **Ostrakismus**

Zrod ostrakismu je prvním stádiem šikanování. Ostrakismus je původním slovem používaným v starém Řecku. Jeho význam je vyloučení, vypovězení jedince ze skupiny.

V každé dětské skupině se najde vždy aspoň jeden neoblíbený jedinec, který nějakým způsobem nezapadá do kolektivu. V odborných publikacích se tento jedinec označuje jako obětní beránek, outsider, černá ovce. Všichni takto vylučovaní členové jsou vhodnými kandidáty pro vyzkoušení šikany na vlastní kůži. Mistryněmi v ostrakismu jsou převážně dívky.

Toto stádium je velmi těžko rozpoznatelné. Ostrakismus probíhá formou posměchu, nadávek, přezdívek, zesměšňování, pomluv, ničení osobních věcí a dalších slovních či jiných devastujících útoků.

Pro rodiče by měl být alarmující zhoršený prospěch dítěte, nechuť docházet do školy anebo do mimoškolních aktivit. Mnohdy se mohou vyskytnout i psychosomatické poruchy (bolest hlavy, bolest břicha).

#### **Období fyzické agrese a manipulace**

Druhé stádium šikanování je označeno za přitvrzování manipulace a výskyt fyzické agrese. Důvodem přechodu ostrakismu do dalšího stupně šikany bývá nejčastěji uvolnění napětí ve třídě, které vzniká v důsledku stresové situace. Ve školním prostředí jsou nejčastějšími

situacemi: konec pololetí, očekávání písemné práce, konflikt s učitelem či docházení do školy, které je pro agresory obtěžující.

Další velmi častou příčinou vzniku druhého stádia může být spousta volného času o volných hodinách, nenaplněný čas na školních výletech, lyžařských, adaptačních, či turistických kurzech, jenž jsou součástí vyučování. Pro překonání těchto nudných chvil jsou ostrakizovaní žáci využíváni k zábavě ostatních.

Třída se v tomto stádiu začíná členit na menší skupiny. Neutrální jádro se většinou rozpadne. Jedna část se přidá k agresorům a z té druhé se stanou zastánci oběti. Pokud je skupina sympatizující s obětí dosti silná, může zastavit začínající agresivní chování. Avšak k těmto situacím dochází velmi zřídka.

### **Zrod jádra**

Třetím stádiem je bod zlomu, kdy se ve skupině náhodná šikana převede na cílenou. Nejčastější obětí jsou žáci, kteří byli ostrakizováni, čili ti nejslabší. Ve třídě se vytvoří skupina agresorů a další podskupiny, tzv. pyramida šikanování. Jsou zde žáci, kteří s agresory přímo spolupracují, žáci „hlídači“, kteří hlídají o přestávkách, aby nedošlo k vyrušení ze strany učitele nebo žáků, kteří pouze přihlížejí a nic nedělají. Toto stádium je klíčovým momentem, zda se skupina posune do stádia pokročilého.

### **Vytvoření norem**

Ve čtvrtém stádiu dochází k přijetí norem agresorů, které se stanou nepsaným pravidlem pro skupinu. V tomto okamžiku se málokdo dokáže postavit šikanérům. Ti, kteří stáli v počátku proti tyranům, se s nimi ztotožní a budou jim bezvýhradně sloužit. Navenek fungující skupina se zevnitř pomalu, ale jistě rozkládá. Ze strany oběti dochází k paradoxnímu chování, jelikož ztotožní se svým údělem a začne agresory bezmezně poslouchat a plnit jejich příkazy.

### **Totalita neboli dokonalá šikana**

Pokud se skupině nedostane patřičné pomoci, bude směr její cesty směřován k poslednímu – pátému stádiu šikanování. Dle Koláře se jedná o tzv. stádium vykořisťování. Jedinci ve skupině jsou rozděleni na otroky a otrokáře. Otroci bezvýhradně slouží svým pánům, nechávají se znásilňovat všemi možnými způsoby. Otrokáři ztrácejí veškeré zábrany. Postupem času dochází k nárůstu a zdokonalování násilí.

Odborní autoři se o tomto jevu zmiňují jako o tzv. Stokholmském syndromu. Což je stav, kdy si oběť nedokáže představit svůj život bez agresorů, vzhlížejí k nim, nechá si dobrovolně ubližovat. V této fázi se stává i oběť závislá na agresivním chování. Tak jak byla čtyři předchozí stádia léčitelná, tak toto páté stádium je neřešitelné jakoukoli vnější pomocí. Jediná možná náprava, která zbývá, je rozpuštění celého kolektivu.

## **Zákonná opatření:**

### **Odpovědnost školy**

Škola má jednoznačnou odpovědnost za žáky. V souladu s ustanovením §29 zákona č. 561/2004 Sb. (školský zákon) ve znění pozdějších předpisů jsou školy povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví žáků a v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit, a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu musí každý učitel šikanování mezi žáky předcházet, jeho projevy neprodleně řešit a každé jeho oběti poskytnout okamžitou pomoc.

### **Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech:**

- dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu, obrací se škola na Policii ČR;
- dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který byl útočníkem, tak žáka, který byl obětí;
- škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo.

### **Odpovědnost žáka (agresora)**

Z hlediska trestního zákoníku a Zákona č.40/2009 Sb. ve znění pozdějších předpisů může šikanování žáků naplňovat skutkovou podstatu protiprávního jednání. Vzhledem k trestní odpovědnosti našich žáků je možné je upozornit na nebezpečí naplnění skutkové podstaty trestných činů proti svobodě a lidské důstojnosti.

### **Trestné činy, které se často váží k šikanování:**

- trestný čin omezování osobní svobody;
- trestný čin vydírání;
- trestný čin vzbuzení důvodné obavy;
- trestný čin loupeže;
- trestný čin ublížení na zdraví;
- trestný čin poškozování cizí věci;
- trestný čin znásilnění či pohlavního zneužívání.

### **Odpovědnost pedagogického pracovníka**

Každý učitel je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy. Učitel, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu podle Zákona č.40/2009Sb. pro neoznámení, případně nepřekažení trestného činu.

### **Prevence šikanování na škole**

Základem prevence šikanování a násilí je podpora pozitivních vzájemných vztahů mezi žáky, mezi žáky a učiteli, mezi zaměstnanci školy. Škola při efektivní realizaci prevence šikanování usiluje o vytváření bezpečného prostředí a za tím účelem podporuje solidaritu a toleranci, podporuje u žáků a zaměstnanců vědomí sounáležitosti, posiluje a vytváří podmínky pro

zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy, uplatňuje spolupráci mezi žáky a rozvíjí jejich vzájemný respekt, rozvíjí jejich jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince. Důraz klademe na pozitivní mezilidské vztahy a úctu k druhým, respekt k individualitě každého jedince a etické jednání.

#### **Organizační opatření školy:**

- školní řád - ve školním řádu jsou jasně stanovena pravidla chování včetně sankcí za jejich porušení;
- začlenění primární prevence do výuky- zakotvení prevence sociálně nežádoucího a rizikového chování včetně agrese a šikany do školního vzdělávacího programu;
- vedení školy zajišťuje vzdělávání pracovníků v oblasti šikanování;
- spolupráce s rodiči- úzká spolupráce se zákonnými zástupci žáků, jasné vymezení možnosti oznamování i zárodků šikanování každému pedagogickému pracovníkovi i vedení školy (při zachování důvěrnosti sdělení);
- ochranný režim ve škole – v zájmu ochrany žáků je stanoven rozvrh dohledů pedagogických pracovníků v prostorách školy před vyučováním a o přestávkách, aktivní zapojení nepedagogických pracovníků do prevence šikanování;
- učitelé -
  - třídní učitelé realizují třídnické hodiny, zaměřují se na klima ve třídě, sledování a rozbor chování žáků k sobě navzájem;
  - zapojují žáky do aktivit třídy a školy a posilují jejich pozitivní vazby na školu;
  - vedení hodiny pedagog staví na silných stránkách žáků, žáci zažívají ocenění;
  - učitelé dbají na dodržování dohodnutých pravidel;
  - výuka je přibližována běžnému životu žáků a pedagog hledá cesty pro zaujetí výukou;
  - pedagog používá vhodně humor při výuce, vyhýbá se sarkasmu a ironii vůči žákům;
  - učitel se chová spravedlivě a s respektem k individuální situaci každého žáka;
  - učitel se stará o to, aby se v základní míře žáci ve škole cítili dobře;
  - učitel pohotově reaguje na agresivní narážky nebo výpady žáků či studentů;
  - chrání si své hranice a nepřekračují ani hranice ve vztahu k žákům;
  - všichni učitelé mají vypsané konzultační hodiny;
- schránka důvěry- možnost využití schránky k důvěrnému sdělení;
- výchovná poradkyně, psycholog, školní metodik prevence – společně tvoří školní poradenské pracoviště, zvyšují informovanost pedagogů, doplňují školní knihovnu o literaturu z oblasti problematiky agresivního chování a šikanování, navštěvují semináře s odborníky zabývajícími se danou problematikou, poskytují konzultace v čase dle předchozí domluvy;
- školní psycholog – preventivně zjišťuje třídní klima a vztahy mezi žáky zejména v prvních ročnících pomocí dotazníkového šetření a rozhovorů s třídními učiteli;
- spolupráce s jinými orgány a organizacemi - spolupracující organizace jsou- Policie ČR, Městská policie, Renarkon, Pedagogicko- psychologická poradna, okresní metodik prevence, lékaři z dětského oddělení Vítkovické nemocnice Ostrava.

## **Krizový plán – metodické kroky při řešení šikany**

Učitelé jsou seznámeni se systémem školy pro oznamování a vyšetřování šikanování a povinností vést pečlivou evidenci všech případů agresivního chování a šikanování mezi žáky (spolupráce: třídní učitel - školní psycholog - školní metodik prevence- výchovná poradkyně).

### **Doporučená strategie pro vyšetřování šikany:**

- 1) rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili;
- 2) konfrontovat svá pozorování a oznámení s kolegy;
- 3) kontaktovat třídního učitele, výchovnou poradkyni, školní metodičku prevence, školního psychologa;
- 4) vzájemná domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování;
- 5) vyslechnout oběť – citlivě, zcela diskrétně, zaručit bezpečnost a důvěrnost informací;
- 6) nalezení vhodných svědků, individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
- 7) rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi;
- 8) oznámit situaci vedení školy, svolat výchovnou komisi, navrhnout další postup;
- 9) spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany, požádat je o spolupráci;
- 10) zajištění ochrany obětem;
- 11) pozvat individuálně k jednání rodiče agresorů – (škola nezve rodiče protagonistů šikany do školy, když ještě šikana není vyšetřena!), seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a požádat je o spolupráci;
- 12) rozebrat situaci se třídou, prodiskutovat, vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků (v souladu se školním řádem);
- 13) ve všech případech je potřeba informovat rodiče, že ve třídě byla šikana a škola ji řešila; u počáteční šikany zpravidla stačí podat informaci na pravidelné schůzce, u pokročilé šikany je na místě svolat schůzku mimořádnou;
- 14) třídu i nadále pozorně sledovat.

### **Při řešení pokročilé šikany nebo skupinového násilí vůči oběti, tzv. „školního lynčování“ je nutný následující postup:**

- 1) překonání šoku pedagoga a bezprostřední záchrana oběti;
- 2) zastavení skupinové agrese;
- 3) domluva pedagogů na spolupráci a postupu vyšetřování;
- 4) izolace agresorů, neustálý dohled, zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi;
- 5) pokračující pomoc a podpora oběti;
- 6) nahlášení situace policii;
- 7) vlastní vyšetřování.

Účastní-li se šikanování většina problémové skupiny, nebo jsou-li normy agresorů skupinou akceptovány, doporučuje se, aby šetření vedl odborník-specialista na problematiku šikanování (z pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, diagnostického ústavu, krizového centra apod.)



**Při rozhovoru s obětí (případně svědkem, který na šikanování upozorní) lze doporučit následující (pro učitele i zákonné zástupce):**

- jednání by mělo být rychlé, avšak uvážlivé, zbrklé pokusy o nápravu mohou situaci oběti značně zhoršit;
- během rozhovoru je vhodné odložit jinou činnost a maximálně se koncentrovat na výpověď žáka. Je důležité vytvořit bezpečné, klidné prostředí, navodit atmosféru důvěry a aktivně empaticky naslouchat;
- žákovi musí být poskytována podpora a ujištění, že jím sdělované informace bereme zcela vážně a chceme mu pomoci. Vždy je potřeba zcela se vyvarovat zlehčování, kritiky na adresu dítěte, bagatelizace či zpochybňování jeho výpovědi;
- dále se v průběhu zaměřujeme na citlivé zjišťování základních informací, povzbuzujeme a oceňujeme oběť za to, že našel/la odvahu celou situaci ohlásit (klademe důraz na to, že žák nežaluje, nýbrž hledá pomoc).

**V průběhu výše uvedeného rozhovoru je důležité zaměřit se na citlivé zjištění základních informací, tj. zejména na:**

- co, kdy, kde, jak dlouho to trvá;
- jaké formy a způsoby šikanování má;
- jakým způsobem se situace odehrála a pod jakou záminkou;
- do jaké míry je oběť aktuálně ohrožena;
- kdo je původcem šikany, kdo všechno bývá přítomen, tj. kolik žáků o šikaně ví a je do ní aktivně zapojeno;
- vytipování vhodných svědků;
- všechny zjištěné údaje je doporučeno zapsat si, vést si záznamy.

**Rozhovor s agresorem:**

- v průběhu rozhovoru je potřeba zcela jasně a zřetelně odsoudit jeho nežádoucí jednání (nikoliv samotnou osobnost agresora);
- nekompromisní postoj k šikanování bychom měli podpořit přiměřeným postihem, sankcí, opatřením;
- zjišťujeme maximum možných informací o motivaci k agresivnímu jednání (např. dysfunkce rodinného zázemí, bývalá oběť šikany, snaha upoutat pozornost apod.);
- záměrným a systematickým působením se zaměřujeme na odstranění nežádoucích vzorců chování u agresora, zprostředkováváme mu náhled na vlastní chování a pracujeme s jeho motivací;
- u agresora je vhodné prohlubovat schopnost vcítění se do pocitů druhých;
- jednat klidně, slušně, nikoliv v afektu.

**Čeho se vyvarovat:**

- konfrontace s agresorem bez dostatku ověřených a ucelených informací;
- přímé konfrontace obětí a agresorů v průběhu celého vyšetřování šikany;
- vyhýbat se rychlým, zbrklým rozhodnutím, zkratkovitému jednání (např. rodič oběti se pokouší vyřešit šikanu tím, že si „pohovoří“ s agresorem);
- přenášení odpovědnosti za šikanování na oběti;
- ustoupení agresorům na úkor obětí a ostatních členů kolektivu;

- odsouzení osobnosti agresora, odsuzujeme pouze nežádoucí chování agresora;
- podcenění následků šikanování pro oběti, přihlížející i samotné agresory;
- ignorování a bagatelizace projevů šikanování v kolektivu.

### **Kyberšikana**

Kyberšikanu definujeme jako zneužití informačních komunikačních technologií, zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočnicí. Povaha a provedení útoků pak určují její závažnost. Předpona kyber – značí prostředí, ve kterém se šikana odehrává, tedy kybernetický svět počítačů, internetu a mobilních telefonů.

### **Projevy kyberšikany**

- pomlouvání, zastrašování, urážení, zesměšňování nebo jiné ztrapňování (prostřednictvím e-mailu, SMS zpráv, v chatu nebo diskuzích);
- pořizování zvukových záznamů, videí či fotografií, jejich upravování a následné zveřejňování s cílem poškodit zachycenou osobu;
- vytváření internetových stránek, které urážejí, pomlouvají či ponižují konkrétní osobu;
- zneužívání cizího účtu;
- vydírání pomocí mobilu nebo internetu;
- obtěžování a pronásledování voláním, psaním zpráv nebo prozváněním;
- zveřejňování cizích tajemství s cílem poškodit oběť.

### **Znaky kyberšikany**

- anonymita útočnicků – přezdívka, neznámá e-mailová adresa;
- agresor je ve virtuálním světě schovaný a může se chovat jinak, než by se choval v reálném světě – udává jiný věk, pohlaví, bydliště...;
- oběti kyberšikany jsou často uzavřené do sebe, nekomunikují s okolím;
- rozpoznává se velmi těžce!

### **Postup školy v případě podezření na kyberšikanu**

- oznámit své podezření třídnímu učiteli, výchovné poradkyni, školnímu psychologovi, školní metodičce prevence, popř. přímo vedení školy, konzultovat další postup;
- dohodnout se, kdo povede vyšetřování, případně přizvat učitele informačních a komunikačních technologií;
- zajistit ochranu oběti kontaktováním operátora mobilní sítě nebo zřizovatele www stránek, profilu atd., doporučit zcela ukončit jakoukoliv komunikaci s útočníkem, blokaci;
- zajistit dostupné důkazy s podporou IT kolegy, vést písemný záznam;
- vyslechnout oběť, vyšetřit všechny souvislosti incidentu;
- rozhovor s případnými dalšími svědky (členy stejné diskuzní skupiny, chatovací místnosti apod.);
- zajistit pomoc externího pracovníka (IT expert, PPP, policie...);
- uchovat veškeré důkazy kyberšikany, na základě těchto důkazů může být zahájeno proti útočnickovi či útočnicím vyšetřování;

- ukončit komunikaci z pozice oběti, nekomunikovat s útočníkem, nevyhrožovat mu, nemstít se;
- vyslechnout agresory s cílem jednání s okamžitou platností zastavit;
- nekonfrontovat oběť a agresora!;
- informovat rodiče individuálně oběti i agresora o zjištěních a závěrech školy;
- poučit rodiče o tom, koho mohou kontaktovat (Policie ČR, OSPOD, PPP, právní zástupce atd.); některé případy kyberšikany nespádají do kompetence školy;
- postihnout agresora v souladu se školním řádem.

### **Šikana zaměřená na učitele**

Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků musí být chápána jako institucionální problém, který se týká všech zaměstnanců školy.

Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k narušení jasně definovaných rolí (učitel × žák) a žák/student se dostane do pozice větší moci než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele.

Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve škole – ve třídách a na chodbách, nicméně může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorech, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.

### **Krizový plán při opakovaném výskytu nežádoucího jednání ze strany žáka/žáků na učitele**

- ohrožený učitel ve třídě vysloví jednoznačný nesouhlas s nežádoucím chováním žáka/žáků;
- ohrožený učitel kontaktuje třídního učitele, který svolá setkání všech vyučujících v dané třídě, a provedou konfrontaci svých pozorování s kolegy;
- v rámci podpory ohroženého učitele všichni společně zpřísní pravidla dohledu nad žáky, požadavky na slušné chování žáků;
- v případě bezprostředního ohrožení učitele žákem/žáky si učitel zajistí pro sebe bezpečí (odejde ze třídy, přivolá si pomoc apod.), požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace;
- učitel informuje a získává pomoc ze strany poradenského týmu ve škole (výchovná poradkyně, školní metodik prevence, školní psycholog);
- vyšetření záležitosti, rozhovor se svědky;
- informování vedení školy, svolání výchovné komise s agresorem;
- stanovení výchovných trestů;
- informování zákonných zástupců agresora o celé situaci a postihu;
- rozbor situace se třídou, nutno prodiskutovat, vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků.

Je zapotřebí, aby učitel sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že učitel byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je nutné dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu, které se mohou

objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkosti, zvýšená citlivost, nechut'  
k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.

Vypracovala: Mgr. et Mgr. Jana Szűcs, školní metodik prevence

RNDr. Jana Foltýnová Ph.D.

ředitelka školy