

# **Krizový plán školy**

**Ředitel školy:** Antonín Zajíc

**Školní poradenské pracoviště:** výchovný poradce: Mgr. Marie Musálková  
metodik prevence: Mgr. Monika Boušková  
kariérový poradce: Mgr. Barbora Bydžovská  
školní psycholog: Mgr. Naděžda Landová  
speciální pedagog: Mgr. Nina Zajícová

## **Důležité kontakty:**

**Policie ČR (158)**

**Místní oddělení Vysočany, Ocelářská 1360/33, 190 00 Praha 9**

npor. Bc. Štěpán Boukal, vedoucí, tel.: 974 859 700

e-mail: orp3.mop.vysocany.evidence@pcr.cz

**Orgán sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD) - Městská část Praha 9**

Sokolovská 14/324, 180 49 Praha 9

Bc. Magdalena Kahounová, DiS., pověřena vedením oddělení OSPOD,

tel.: 283 091 412, e-mail: kahounovam@praha9.cz

**Pedagogicko-psychologická poradna pro Prahu 9**

Mgr. Tereza Váchová, psycholožka

Mgr. Markéta Bínová, Bc. Matěj Koudelka, Mgr. Lenka Háse – metodici prevence

**Hasičský záchranný sbor ČR (150)**

**Zdravotnická záchranná služba (155)**

## ŠIKANA

### DEFINICE ŠIKANY

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit studentovi, ohrožit ho nebo zastrašovat studenta, případně skupinu studentů. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině studentů, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky, např. v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování studenta či studentů jednotlivcem nebo jinou skupinou spolužáků. Rovněž se může realizovat prostřednictvím elektronické komunikace, kdy se jedná se o tzv. kyberšikanu.

### PROJEVY ŠIKANY

- **Fyzická agrese**, přímá a nepřímá (patří sem i krádeže a ničení majetku oběti);
- **Verbální šikana**, přímá a nepřímá – psychická šikana (součástí je i kyberšikana, děje se pomocí informačních a komunikačních technologií);
- **Smíšená šikana**, kombinace psychické a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.).

### STÁDIA ŠIKANY

**První stádium: zrod ostrakismu** - jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se jeden ze členů skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, sprádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

**Druhé stádium: fyzická agrese a přitvrzování manipulace** - v zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity, například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese.

**Třetí stádium (klíčový moment): vytvoření jádra** - vytváří se skupina agresorů, "úderné jádro". Tito šířitelé "viru" začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejhodnější oběti.

**Čtvrté stádium: většina přijímá normy** - normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. U členů "virem" přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

**Páté stádium: totalita neboli dokonalá šikana** - násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem.

### AGRESOR

- Sociálně pružný, přizpůsobivý, dokonce neproblémový, neformální vůdce třídy;
- Toužící po moci a dominanci, trpící nedostatkem empatie;
- Nemá nebo nezná pozitivní, konstruktivně jednajících dospělých vzory;

- Má touhu ovládat druhé a bezohledně se prosazovat;
- Ublíživání druhým mu může působit radost;
- Nadprůměrně tělesně zdatný nebo starší než spolužáci;
- Temperamentní, sebevědomý, vynalézavý, často všeobecně oblíbený;
- Vznětlivý, impulzivní, s nedostatečnou nebo nevhodnou korekcí projevů agrese;
- V pozadí může být: dětská deprese, smutek, nespokojenost, chladné a odmítavé rodinné prostředí.

### **OBĚŤ**

- Něčím odlišný, nadaný, nově příchozí;
- Intelektově, emočně a hodnotově zranitelnější;
- Kolísající či snížená sebedůvěra;
- Neumí se bránit;
- Tichý, plachý, citlivý, úzkostný či pasivní;
- Tělesně slabší či neobratný;
- Programově se nepere a z principu považuje násilí za primitivní.

### **SIGNÁLY ŠIKANY**

- **Přímé signály** – strkání, brání věcí, vysmívání se, kritika, nátlak, ponižování, rvačky apod.
- **Nepřímé signály** – změny v chování, prospěchu, osamocenost, nejistota, ustrašenost, vyhledávání blízkosti pedagoga, poškození, rozházení, znečištění věcí, nepravděpodobné výmluvy, odřeniny, modřiny, škrábance, hledání důvodů vyhnutí se chození do školy apod.

### **ZNAKY ŠIKANY**

Záměrnost, cílenost, opakování (není podmínkou), nepoměr sil, bezmocnost oběti, nepříjemnost útoku, samoučelnost agrese.

### **ODPOVĚDNOST ŠKOLY**

Škola má jednoznačnou odpovědnost za studenty. Škola a školská zařízení jsou povinna zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování. Z tohoto důvodu pedagogický pracovník šikanování mezi studenty předchází, jeho projevy neprodleně řeší a každé jeho oběti poskytne okamžitou pomoc.

### **OHLAŠOVACÍ POVINNOST**

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. Trestní oznámení je možné podat také na státní zastupitelství.
- Dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak studenta, který byl útočníkem, tak studenta, který byl obětí. Tato povinnost vyplývá ze školského zákona.

- 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.

Z hlediska zákona č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů, může šikanování studentů naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění. Proviněním se rozumí trestný čin spáchaný mladistvým.

## KYBERŠIKANA

### DEFINICE

Jedna z forem psychické šikany. Jedná se o zneužití ICT (informačních a komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, nebo mu ublížit. Podobně jako u šikany se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určuje její závažnost.

**Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně:** kyberšikana obdobně jako školní šikana není sice sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu například těchto trestných činů:

- nebezpečné pronásledování (stalking) - například dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pociťuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých;
- účast na sebevraždě – například zasílání SMS oběti s úmyslem vyvolat u ní rozhodnutí k sebevraždě;
- porušení tajemství dopravovaných zpráv – např. „odposlech“ odesílaného emailu;
- porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí – například zveřejnění fotografií z telefonu oběti;
- pomluva – například vytvoření webových stránek zesměšňujících oběť.

## ŘEŠENÍ ŠIKANY

Proškolený pracovník, většinou metodik prevence, na podkladě kvalifikovaného odhadu stadia a formy šikanování rozhodne, zda řešení zvládne škola sama, nebo si povolá odborníka.

### 1) Situace, které zvládne škola sama:

- první pomoc pro obyčejnou počáteční šikanu;
- celková léčba pro řešení prvních dvou stadií šikanování.

### POMŮCKA PŘI ROZHOVORU S ÚČASTNÍKY SPORU:

- KDO** (to dělá, se přidá, se nepřidá, se zastane, je stranou, nesouhlasí...)?
- CO** (dělá, nedělá, ještě dělá, udělali ostatní žáci, udělali vyučující...)?
- KOMU** (to dělá ještě, to nedělá, se to nelíbí, se to líbí, si se svěřil...)?
- KDE** (se to děje, kde se to neděje...)?
- JAK** (dlouho, jakým způsobem, opakovaně...)?

## **2) Scénáře, kdy potřebuje škola pomoc zvenku:**

- a) první pomoc pro komplikovanou počáteční šikanu;
- b) první pomoc (krizový scénář) pro obyčejnou pokročilou šikanu;
- c) první pomoc (krizový scénář) pro komplikovanou pokročilou šikanu (patří sem např. výbuch skupinového násilí, tzv. školní lynčování);
- d) celková léčba pro třetí stadium šikanování s běžnou i komplikovanou formou.

### **A) Scénář pro obyčejnou počáteční šikanu (Kolář, 2011)**

- 1. odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany;
- 2. rozhovor s informátory a oběťmi;
- 3. nalezení vhodných svědků;
- 4. individuální rozhovory se svědky (nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků, hrubou chybou je konfrontace oběti s agresory);
- 5. ochrana oběti;
- 6. předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovoru: a. rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření); b. rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku);
- 7. realizace vhodné metody: a. metoda usmíření; b. metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);
- 8. třídnická hodina: a. efekt metody usmíření; b. oznámení potrestání agresorů;
- 9. rozhovor s rodiči oběti;
- 10. třídní schůzka;
- 11. práce s celou třídou.

### **B) Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany – poplachový plán pro tzv. školní lynčování.**

- 1. První (alarmující) kroky pomoci:
  - a) zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
  - b) bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí (oběť odvedena do bezpečného prostředí – ředitelna, kabinet zástupců školy).
- 2. Příprava podmínek pro vyšetřování:
  - a) zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy, metodika prevence a výchovného poradce;
  - b) zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
  - c) pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
  - d) oznámení na Policii ČR, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování (PPP pro Prahu 9), neprodleně poskytnout informace rodičům.

3. Vyšetřování:
  - a) rozhovor s obětí a informátory;
  - b) individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
  - c) rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi);
  - d) pro potrestání agresora využití výchovných opatření – viz školní řád.
4. Léčba:
  - a) viz A) Scénář pro obyčejnou počáteční šikanu – bod 7- metoda vnějšího nátlaku;
  - b) změna konstelace skupiny.

#### **Jednání s rodiči obětí:**

- a) uklidnit rodiče a ubezpečit je o snaze dítě ochránit;
- b) případně upravit další docházku dítěte do školy;
- c) upozornit rodiče, že se jedná o dlouhodobější proces;
- d) pravidelně je informovat o průběhu vyšetřování;
- e) z jednání vyhotovit zápis s podpisy zúčastněných.

#### **Jednání s rodiči agresora:**

- a) nutná přítomnost více zástupců školy (např. ředitel školy, třídní učitel, výchovný poradce, metodik prevence);
- b) domluva pedagogických pracovníků na společném postupu a spolupráci při vyšetřování;
- c) jednání vést věcně;
- d) snaha dospět ke vzájemné spolupráci při řešení problému;
- e) z jednání vyhotovit zápis s podpisy zúčastněných.

### **UŽÍVÁNÍ NELEGÁLNÍCH NÁVYKOVÝCH LÁTEK**

Všem osobám je v prostorách školy zakázáno užívat jakékoli návykové látky a látky ostatní ovlivňující psychiku člověka nebo jeho ovládací či rozpoznávací schopnosti nebo chování. Viz školní řád.

1. V případě, že k užívání takových látek dojde, bude skutečnost nahlášena zákonnému zástupci studenta.
2. V případě, že student požívá návykové látky, je škola povinna oznámit tuto skutečnost orgánu sociálně-právní ochrany dětí.
3. Distribuce omamných a psychotropních látek je dle zákona v ČR zakázána a takový čin je trestným činem, či proviněním. Škola má povinnost takový čin oznámit Policii ČR.
4. V případě výskytu látky v prostorách školy, u níž je podezření, že se jedná o výše uvedenou látku, škola postupuje jako v bodě 3.

## **TABÁKOVÉ VÝROBKY**

Ve vnitřních i vnějších prostorách školy je kouření zakázáno. Viz školní řád.

1. Pokud je student přistižen při kouření, je nutné zabránit dalšímu užívání a tabákový výrobek zabavit.
2. O události bude sepsán stručný záznam.
3. Třídní profesor studenta informuje zákonného zástupce o porušení školního řádu.
4. Při opakování takového chování může škola vyrozumět orgán sociálně-právní ochrany dětí.
5. Student bude adekvátně potrestán – viz školní řád.

## **ALKOHOL**

V prostorách školy, v době vyučování i na všech akcích školou pořádaných je zákaz požívání alkoholu. Viz školní řád.

1. Pokud je student přistižen, že užívá alkohol, je nutné zabránit další konzumaci a alkoholický výrobek zabavit.
2. O nálezu je bezprostředně poté informováno vedení školy.
3. Pedagogický pracovník vyhodnotí, v jakém je student stavu a zda mu nehrozí nebezpečí plynoucí z užití alkoholu.
4. V případě, že je student ohrožen na zdraví, volá pedagogický pracovník zdravotnickou záchranou službu – linka 155 a sepíše o události záznam.
5. Pokud studentovi nebezpečí nehrozí, pedagog sepíše stručný záznam.
6. Škola událost oznámí zákonnému zástupci.
7. Pokud student není schopen pokračovat ve výuce, bude vyrozuměn zákonný zástupce a dále vyzván, aby si studenta vyzvedl.
8. Pokud je zákonný zástupce takového studenta nedostupný, škola vyrozumí orgán sociálně-právní ochrany dětí.
9. Při opakovaném užívání alkoholu studentem je v zájmu dítěte doporučit zákonnému zástupci odbornou pomoc při dalším řešení takové situace.
10. Student bude adekvátně potrestán vedením školy.
11. V případě nálezů alkoholu v prostorách školy bude sepsán záznam.
12. V případě zadržení alkoholu u studenta bude taktéž proveden záznam s vyjádřením studenta (pokud se student odmítne vyjádřit, bude tato skutečnost uvedena do záznamu).
13. Třídní profesor studenta informuje zákonného zástupce.

## **JINÉ OMAMNÉ A PSYCHOTROPNÍ LÁTKY (OPL)**

Výroba, distribuce, přechovávání, šíření a propagace omamných a psychotropních látek je zakázána. Taktéž i navádění k užívání takovýchto látek. Viz školní řád. Ten, kdo se hodnověrným způsobem dozví, že jiný připravuje, nebo páchá trestný čin nedovolené výroby, držení a užívání výše uvedených látek, se sám vystavuje trestnímu stíhání, pokud vše neoznámí Policii ČR.

1. V případě konzumace OPL studentem se postupuje stejně jako při užívání alkoholu.
2. Distribuce OPL je považována za protiprávní jednání. Je zakázána a může být kvalifikována jako trestný čin, bez ohledu na množství.

3. Přechovávání OPL je taktéž protiprávní jednání.
4. Distribuce či přechovávání OPL ve škole budou oznámeny Policii ČR.
5. O jakémkoliv výše uvedeném jednání je informován zákonný zástupce žáka a orgán sociálně-právní ochrany dětí.
6. V případě nálezu OPL v prostorách školy musí být tato skutečnost nahlášena vedení školy, za přítomnosti svědka bude látka vložena do obálky s přelepem, bude sepsán záznam o nálezu (kdo, kdy, kde, látku našel), obálka bude orazítkována a podepsána a pečlivě uschována vedením školy. O nálezu bude vyrozuměna Policie ČR.

### **NÁLEZ OPL U STUDENTA**

1. Látka je okamžitě zabavena.
2. Ihned je informováno vedení školy.
3. O nálezu je sepsán stručný záznam, tzn. datum, místo a čas nálezu a jméno studenta. Záznam student podepíše. Pokud student záznam podepsat odmítne, bude tato skutečnost uvedena do záznamu. Zápisu a rozhovoru se studentem je přítomen ředitel školy, či jeho zástupce.
4. O nálezu se vyrozumí Policie ČR, která provede identifikaci a zajištění látky a informuje zákonného zástupce studenta.
5. Pokud je výše uvedený student látkou intoxikován, předá se látka přivolanému lékaři pro usnadnění léčby.
6. V případě pouhého podezření z držení OPL studentem je vyrozuměna Policie ČR, se kterou lze konzultovat další postup. Je nutné informovat zákonného zástupce, studenta izolovat do příjezdu Policie a mít ho pod dohledem. Nesmí se provádět osobní prohlídka ani prohlídka jeho věcí.

### **KRÁDEŽ**

Je jednání, při kterém se někdo zmocní věci, která není jeho, a to za účelem si ji ponechat, používat ji apod., aniž by s tím majitel věci souhlasil, nebo o tom byl informován.

### **POSTUP**

1. Studenti jsou vedeni tak, aby protiprávní jednání dokázali rozpoznat a ohlásit někomu z pedagogů.
2. Pokud některý ze studentů krádež nahlásí, o události bude pořízen záznam (kdo – kdy – kde – jak – proč – čím).
3. Dle rozsahu krádeže může být věc ohlášena Policii ČR, případně jsou student a jeho zákonný zástupce poučeni o této možnosti.
4. Pokud je znám pachatel mladší 18 let, věc je nahlášena orgánu sociálně-právní ochrany dětí.

### **VANDALISMUS**

Jedná se o svévolné poškozování a ničení veřejného i soukromého majetku či podobných statků.

### **POSTUP**

1. Každý je odpovědný za škody, které svým jednáním způsobil.



2. Pokud student způsobil škodu úmyslně či z nedbalosti, škoda bude požadovat náhradu. Viz školní řád.

### **RASISMUS**

Vzhledem k závažnosti tohoto tématu pedagog neprodleně zajistí bezpečnost případné oběti. Dále postupuje dle krizového plánu proti šikaně (viz výše).

### **PROJEVY NESNÁŠENLIVOSTI SEXUÁLNÍ ORIENTACE**

Jedná se o projevy nesnášenlivosti, předsudky a podobné názory týkající se vztahů, sexu a sexuální orientace. Pedagog postupuje dle krizového plánu proti šikaně (viz výše).

### **PSYCHICKÁ KRIZE**

Některé psychické potíže/problémy zejména, když získají na své intenzitě. Reakce studenta na náročnou životní situaci, na nějakou dramatickou změnu. Bývá provázena negativními emocemi.

#### **POSTUP**

1. Zajistit bezpečí studenta.
2. Poskytnout studentovi podpůrný rozhovor.
3. Informovat zákonného zástupce studenta, zajistit odchod studenta ze školy v jeho doprovodu a předat kontakty na další odborníky.
4. V případě dekompenzace studenta přivolat rychlou záchrannou službu a o situaci informovat zákonné zástupce studenta.
5. Zajistit bezpečí třídy a studentů, kteří byli události přítomni.
6. O nastalé situaci a předcházejících událostech sepsat zápis.

### **SEBEPOŠKOZOVÁNÍ**

Jedná se o komplexní autoagresivní chování, které na rozdíl od sebevraždy nemá fatální následky a které lze nejlépe chápat jako nezralou, maladaptivní odpověď na akutní anebo chronický stres, nezvladatelné emoce či myšlenkové pochody. Může se týkat kterékoliv části těla, nejčastějším místem poškození však bývají ruce, zápěstí a stehna.

#### **POSTUP**

V případě přímého rizika závažného ublížení či ohrožení života (přímé riziko = student drží ve škole žiletku a plánuje se řezat, mluví o sebevraždě atd.):

1. Zajistit bezpečí studenta.
2. Přivolat zdravotnickou záchrannou službu.
3. Informovat zákonného zástupce studenta.
4. Zajistit bezpečí třídy a studentů, kteří byli události přítomni.
5. Sepsat zápis.

V případě nepřímého předpokladu rizika = pedagog objeví staré jizvy na zápěstí atd.:

1. Poskytnout studentovi podpůrný rozhovor.
2. Informovat zákonného zástupce studenta a předat kontakty na další odborníky.

## SEBEVRAŽDA

### VAROVNÉ SIGNÁLY

Jedinec, který přemýšlí o sebevraždě, často zažívá nesnesitelnou psychickou bolest, ze které se snaží uniknout. Obvykle je možné si všimnout změn v chování, prožívání a v tom, co nám studenti přímo a nepřímo říkají. U jedince, který o sebevraždě přemýšlí, nemusí být vůbec přítomny všechny varovné signály, mohou se objevovat v různé kombinaci. Zásadním varovným znakem je, když se student začne projevovat významně jinak, než tomu bylo doposud.

#### **Změny v chování:**

- Samotářství, vyhýbání se kamarádům či oblíbeným činnostem;
- Potíže se soustředěním;
- Zhoršený školní prospěch;
- Rizikové chování (např. užívání návykových látek);
- Změna chuti k jídlu;
- Potíže se spánkem (např. polehávání či pospávání v hodinách);
- Potíže ve vztazích;
- Zanedbávání svého vzhledu;
- Sebepoškozování;
- Zabývání se myšlenkami na sebevraždu či ukončení života;
- Vyhledávání informací o sebevraždě, shromažďování prostředků k vykonání sebevraždy (např. lano, léky);
- Rozdávání osobních věcí.

#### **V prožívání:**

- Náhlé změny nálad;
- Dlouhodobý smutek, plačtivost;
- Zvýšená úzkostnost;
- Podrážděnost, výbuchy vzteku;
- Vyčerpanost, apatie, pasivita;
- Nízké sebehodnocení a sebedůvěra.

#### **V komunikaci:**

- Ne/ přímé vyjádření, že chce;
- Vyjádření beznaděje;
- Vyjádření toho, že je všem na obtíž;
- Psaní deníku či básní, ve kterých se objevuje téma smrti či sebevraždy;
- Loučení se s ostatními, dopisy na rozloučenou.

Zvýšená opatrnost je na místě i ve chvíli, kdy student, který projevoval známky sebevražedného chování, se náhle zdá být šťastným a sebevražedné myšlenky popírá. Většina lidí si oddechne a spustí dotyčného ze zřetele, ale může to naopak znamenat, že se jedinec rozhodl ukončit svůj život ke konkrétnímu dni, čímž došlo k paradoxní úlevě.

## **POSTUP**

### **Mírné riziko – student má myšlenky na sebevraždu**

- Student se sám svěří;
- Někdo jiný pedagogovi svěří tyto informace či podezření (např. spolužáci);
- Pedagog si všimne varovných signálů.

Brát situaci vždy vážně a nebagatelizovat ji. Je vhodné studenta s jeho myšlenkami přijmout. To znamená nesoudit, netrestat a nevyvolávat pocity viny (To bys přece svým rodičům neudělal), stejně tak se nesnažit studentovi předestřít věci, které by určitě měl nebo neměl dělat (Běž si zaběhat, přijdeš na jiné myšlenky), netlačit na něj.

Podpurný rozhovor.

Pokud se potvrdí myšlenky na sebevraždu, jsou na místě další kroky, zatímco pedagog je stále se studentem:

1. Poděkovat studentovi za důvěru.
2. Podpořit studenta.
3. Informovat zákonného zástupce studenta, zajistit odchod studenta ze školy v jeho doprovodu a předat kontakty na další odborníky.

### **Střední až vysoké riziko – student má sebevražedné tendence**

Ve chvíli, kdy má student naplánovaný způsob, místo a datum sebevraždy, je ve vysokém riziku a v dané situaci je vhodné učinit následující kroky:

1. Jeden pedagog zůstává se studentem a nenechává ho o samotě (ideální je, když je pedagog stejného pohlaví jako student, aby s ním případně mohl i na toaletu).
2. Vhodný je podpurný empatický rozhovor.
3. Vysvětlit, že budou kontaktováni jeho zákonní zástupci.
4. Zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která pomůže situaci řešit a která volá zákonným zástupcům a informuje je o situaci a domlouvá se na dalších krocích (včetně příjezdu do školy).
5. Předat zákonným zástupcům kontakty na odbornou pomoc.
6. Domluvit se se zákonnými zástupci na další schůzce, příp. aby bylo jasné, kdo koho kdy kontaktuje. Na této další schůzce je vhodné diskutovat, jestli a v jaké formě bude student zapojen nadále do vyučování a jak bude nastavena komunikace informací o jeho stavu. Společně se domluvit na postupu pro případ, kdyby se situace opakovala.

### **Akutní riziko – student se pokusil o sebevraždu na půdě školy**

Jde o situace, kdy si student ve škole ublížil (např. pořezal se, spolykal prášky), chystá se k tomu, či vyhrožuje, že si ublíží.

První dospělý, který studenta najde, by měl:

1. Snažit se jednání zabránit, pokud to jde.
2. Poskytnout první pomoc.
3. Zůstat se studentem a nenechat ho o samotě.
4. Zavolat zdravotnickou záchrannou službu.
5. Zavolat si na pomoc další dospělou osobu, která mu pomůže situaci řešit.
6. Zavolat zákonným zástupcům studenta a informovat je o situaci.
7. Zajistit bezpečí třídy a studentů, kteří byli události přítomni.
8. Vytvořit zápis o situaci. Stejně tak má škola povinnost zaznamenat situaci do knihy úrazů.

### **POZŮSTALÁ TŘÍDA/ ŠKOLA (ZEMŘEL NĚKDO ZE ŠKOLY)**

#### **Informace se do školy dostane jinak než přímo od rodiny**

1. Pedagog, který informaci zjistí, ji předává školnímu metodikovi prevence/ psychologovi a třídnímu profesorovi (ten je také pozůstalý), ti pak koordinují další postup.
2. Pokud se toto dozví pedagog od třídy, je třeba zastavit fabulace a dát zprávu o tom, že tyto informace nemáme, ale budeme se tomu věnovat a třídě sdělíme, co budeme moct. Třídě nabídnout prostor pro emoce a pracovat s nimi - sdílet, pojmenovat, normalizovat a hledat, co aktuálně potřebují.
3. Třídní profesor kontaktuje pozůstalou rodinu a domluví s nimi postup na případném sdělování dalších informací.

#### **Třídní profesor/ ŠMP/ zástupce školy komunikuje se zákonným zástupcem**

1. Nabídka okamžité pomoci – odkaz na služby (Rodičovská linka, Linka bezpečí, Krizová centra pro dospělé a děti apod.);
2. Vyjádření soustrastí;
3. Respektování osobního prožívání situace pozůstalým studentem, případná domluva na informování o situaci směrem ke spolužákům;
4. Domluvit, jaké informace je možné sdělit pedagogům a studentům školy. Informovat o tom, jak postupujeme, pokud nějaké informace přinesou studenti (pravdivé, zkreslené).
5. Téma pohřbu – bude veřejný? Účast studentů a pedagogů školy? Informovat o hledání varianty rozloučení pro třídu.
6. Potřeba případné další komunikace – nabídka.

#### **Schůzka s ostatními pedagogy**

1. Sdělit, kdo je hlavní osoba, která koordinuje postup, s kým se domluvat, ptát se, sdílet informace;
2. Sdělit faktické informace (v podobě, ve které mohou uniknout) + potřeby zákonných zástupců;

3. Informace o plánu – co se bude dít, kdo je jak zapojen, příp. pietní místo;
4. Způsob komunikace s třídami + nabídka pomoci externisty;
5. Příprava na častější práci se třídou;
6. Potřeby + dotazy + nabídka podpory.

### **Komunikace se třídou – akutně - kdo? Třídní profesor + ŠMP/ psycholog**

1. Se třídou by měl komunikovat někdo, kdo je dobře zná a má s nimi vztah;
2. Sdělit pravdivá, stručná, popisná fakta - tedy i říct, že něco nevíme;
3. Preventivní kroky v případě hrozby sebevražedných myšlenek a sebevraždy u dalších studentů (viz předchozí kapitola);
4. Domluvit plán na den – týden (zejména ve třídě, kde student zemřel);
5. Normalizace všech emocí se situací spojených;
6. Info – jak to teď řeší škola, co kdo dělá, co se bude dít;
7. Mapování potřeb studentů + směřovat k jejich aktuálnímu naplnění – mluvit, mlčet, být spolu, pracovat, kreslit...

### **Komunikace s třídou – za týden**

1. Rituál (pohřeb, vlastní třídní rituál...);
2. Vracet se do normálního režimu s povolenými výkonovými limity;
3. Případně vzkaz pro pozůstalé zákonné zástupce;
4. Případně pietní místo;
5. Místo pro sebe – co mohou žáci dělat, pokud potřebují, a kde mohou najít pomoc.

### **Komunikace s třídou – „výroční aktivity“**

Dát studentům prostor „aktivity“ uskutečnit, myslet na to, věnovat se jim (napsat vzkaz, mluvit o tom..). Periodicita podle situace (např. dle aktivit školního roku, událostí, jichž se student účastnil atd.).

### **Zdroje:**

1. BRAUN, R., Marková D a Nováčková J. *Praktikum školní psychologie*. 2014. Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0176-2.
2. KOLÁŘ, M. *Skrytý svět šikanování*. Praha: Portál, 1997.
3. KOLÁŘ, M. Vnitřní stádia šikanování. Znalost přeměny zdravé skupiny v nemocnou jako metodický předpoklad prevence. *Mládež a společnost*, 1996, č. 2, s. 3-15.
4. KOLÁŘ, M. Fenomén šikanování u dětí a mládeže. Metodický materiál PPPM UZ s.p. IPS, č.8, 1990.
5. KOLAŘ, M. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál 2011.
6. MŠMT. *MŠMT Č.j. MŠMT – 22294/2013-1 a přílohy. MŠMT - Vzdělávání*. Dostupné z: <https://sdv.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>