



## ROČNÍ PLÁN VÝCHOVNÉ ČINNOSTI NA ŠKOLNÍ ROK 2023-2024





## Obsah

Organizace školního roku 2023-2024 .....	3
Hlavní cíle výchovy ve školním roce 2023-24 .....	4
Organizace výchovné činnosti a provozu pracoviště .....	5
PROGRAM VÝCHOVNÉ ČINNOSTI .....	8
Metody a formy výchovné práce, výchovné postupy .....	11
Výchovné postupy .....	11
Formy výchovné práce – individuální práce, skupinová práce .....	12
Příprava na vyučování .....	13
Hlavní činnosti a zájmové aktivity .....	14
Sebeobslužné, organizační činnosti a péče o zdraví .....	16
Reedukační činnosti, psychoterapeutické aktivity.....	16
Personální obsazení.....	19
Rozdělení výchovných a výchovně provozních kompetencí a zodpovědností .....	20
Vzdělávání a seberozvoj pracovníků.....	24
Roční plán psychoterapeutické skupiny ve školním roce 2023/2024 .....	25
Plán – Pracovně výchovná skupina Dílna – školní rok 2023/2024 .....	25
Minimální preventivní program na školní rok 2023/2024 .....	27
Příloha č.1 Minimálního preventivního programu na školní rok 2023/2024 .....	42
Příloha č.2 Minimálního preventivního programu .....	46
Příloha č. 3 Minimálního preventivního programu.....	47



## Organizace školního roku 2023-2024

Výchovná činnost je dána strukturou školního roku ve všech třech realizovaných výchovných programech.

Školní rok je organizován podle pokynů MŠMT:

Vyučování ve školním roce 2023/2024 začne ve všech základních školách, středních školách, základních uměleckých školách a konzervatořích v **pondělí 4. září 2023**.

**Podzimní prázdniny stanovuje MŠMT na čtvrtek 26. října a pátek 27. října 2023.**

**Vánoční prázdniny začínají v sobotu 23. prosince 2023 a končí v úterý 2. ledna 2024.**

Vyučování začne ve středu 3. ledna 2024.

Vysvědčení s hodnocením za první pololetí bude žákům předáno ve středu **31. ledna 2024**.

Jednodenní pololetní prázdniny připadnou na pátek **2. února 2024**.

**Jarní prázdniny** v délce jednoho týdne jsou pro okres Ústí nad Orlicí **11.3-17.3.2024**

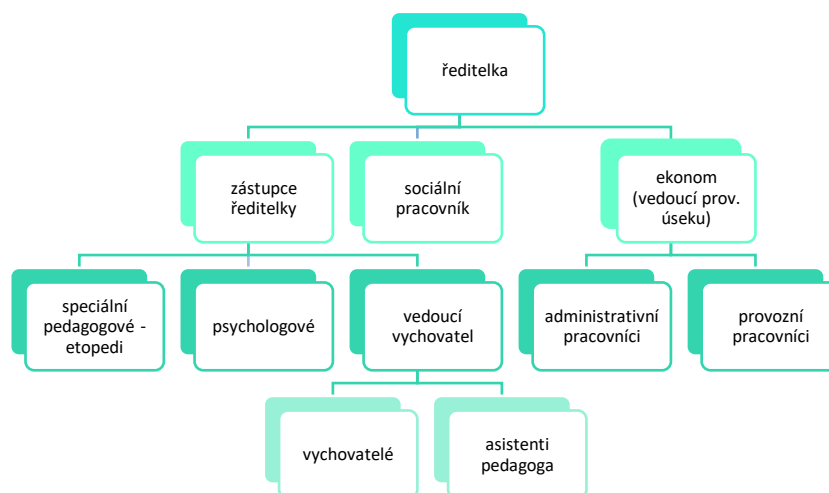
**Velikonoční prázdniny** připadnou na **čtvrtek 28. března 2024**.

Vyučování ve druhém pololetí bude ukončeno v **pátek 28. června 2024**.

**Hlavní prázdniny** trvají od 29. června **2024 do 1. září 2024**.

**Vyučování** ve školním roce 2024/2025 začne v **pondělí 2. září 2024**.

## Organizační struktura



## Hlavní cíle výchovy ve školním roce 2023-24

- **Harmonický** rozvoj osobnosti dítěte podle individuálního vybavení osobnosti, práce s individuálními zvláštnostmi podle Programu rozvoje osobnosti dítěte.
- **Posilování** integrace dětí do civilního života v rámci všech programů, využívat možností zapojení do civilních akcí, kroužků, sportovních aktivit, kulturních a náboženských aktivit podle volby dětí.
- **Studium** a podpora při studiu na civilních školách v okolí výchovného zařízení – včetně samostatného dojíždění; zprostředkování rekvalifikačních kurzů nebo pracovních aktivit dětem, které nemají zájem o institucionální vzdělávání nebo které by z časových důvodů nestihly vystudovat střední školu. Větší spolupráce se školami formou poradenské a konzultační činnosti.
- **Vedení** dětí ke zdravému životnímu stylu, aktivnímu trávení volného času, zprostředkování zážitkových programů, výjezdů, kulturních aktivit. Vedení dětí ke sportovní činnosti, prevence onemocnění covid-19
- **Zaměření** na hlubší poradenskou práci s rodinami dívek, se sociálními pracovníky OSPOD, napomoci rehabilitaci výchovných sil rodin, zvyšovat frekvenci kontaktů dětí s rodinou alespoň formou odjezdů dítěte k rodině, spolupracovat na kvalitě času, které dítě tráví v rodině. Pokračovat ve společných konzultacích všech zúčastněných na OSPOD, vedení případových konferencí se všemi zainteresovanými odbornými pracovníky, dítětem a rodiči. Volby vhodných metod a forem práce s rodinou dítěte a OSPOD.
- **Posilování** samostatnosti dívek, samostatného rozhodování, podpora při nesení důsledků svého rozhodnutí, zvládnání problémů běžného života, posilování samostatného hospodaření s finančními prostředky. Pomoc při plánování cílů v budoucím životě, podpora orientace ve společnosti (úřady, instituce; povinnosti – práva). Racionalizace postupů v jednání s dospělými.
- **Práce na osobnostním rozvoji** dívek ohrožených různými typy závislostí /především:
  - práce s emocionalitou dítěte
  - posilovat emoční sebejistotu/rozpoznání emocí a jejich vlivu na jednání, postihnout rozdíl mezi pocity a jednáním
  - učit se regulovat vlastní emoce, zvyšovat frustrační toleranci
  - neútočné vyjadřování negativních emocí
  - naučit se oddálit momentální potřebu, počkat si na odměnu
  - práce se stresem
  - umění relaxace
  - využívání podpůrných psychoterapeutických aktivit při výchovné práci
  - zkvalitnění výchovné práce pracovníků vzděláváním v psychoterapii
  - pokračovat ve skupinové psychoterapii, integrovat ji do činnosti zařízení



- minimalizace dopadů negativních vlivů ústavní výchovy v kolektivním prostředí ústavu na osobnostní vývoj děvčat pomocí výše uvedených momentů, podpora pozitivního osobnostního rozvoje dětí individuálním zvládním jejich problémů
- více využívat hry a herních momentů ve výchovné práci s dospívajícími dívkami
- zapracovávat do činnosti zařízení standardy péče o klientky tak, aby se v práci všech pedagogických pracovníků změny výchovných a organizačně – pracovních postupů daných standardy postupně projevovaly
- zintenzivnit spolupráci s podpůrnými organizacemi typu SVP Mimóza, Amalthea o.s., LAXUS o.s., salesiánským sdružením mládeže Pardubice, Pestalozziho nadací o. p. s. a využívat jejich služeb při individuálním řešení specifických problémů jednotlivých klientek
- Zintenzivnění přípravy na odchod ze zařízení formou individuální přípravy; řešení právních problémů, sociálního zabezpečení, bytové problematiky, péče o zdraví, informace o podpůrných aktivitách neziskových organizací ad., vydání brožury a CD s animovanými filmy pro odcházející děti

### Organizace výchovné činnosti a provozu pracoviště

Výchovný program je strukturován do tří programů pro děvčata podle doporučení diagnostického ústavu nebo vlastní diagnostiky:

#### 1. studijní program ŠKOLA

= integrace do civilních škol v dojezdové vzdálenosti ústavu nebo na internátě vzdálenější školy

- Obchodní akademie a Střední odborná škola cestovního ruchu Choceň
- ISŠT Vysoké Mýto
- Střední průmyslová škola chemická Pardubice
- Střední zdravotnická škola Pardubice
- Odborné učiliště a Praktická škola Chroustovice
- Střední škola zahradnická Litomyšl
- Základní školy ve Vysokém Mýtě

Za organizaci studijního programu zodpovídá: **Mgr. Ivana Nováková**

Za kontakty s třídními učiteli (třídní schůzky, exkurze, výlety, praxe), vychovateli na internátech a za studijní přípravu zodpovídají klíčoví pracovníci v tomto rozdělení:

- |                |  |
|----------------|--|
| 1. Skupina S1: | Mgr. Stodolová Šoupalová Věra,<br>Jureček Miroslav |
| 2. Skupina S2: | Šutorková Lenka,<br>Matoušková Ilona, Dis.         |
| 3. Skupina S3: | Bc. Surma Pavel,<br>Bc. Mikóczyová Lucie           |



V ústavu probíhá **studijní příprava** po návratu ze škol v časovém rozmezí **16:30 - 17:15 hodin**. Vychovatelé při přípravě pomáhají se studiem, poskytují možnosti k získání podkladů pro referáty, úkoly; v případě potřeby doučují nebo vysvětlují školní látku.

**2. pracovní program** – profesní příprava formou práce ve spolupráci s pracovními úřady podle místa bydliště děvčat. V tomto programu děvčata získávají sociální dovednosti při jednání na úřadu práce, se zaměstnavateli.

Za organizaci pracovního programu zodpovídá: **Mgr. Šárka Labová a klíčoví pracovníci**

**3. pracovní výchovný program DÍLNA (diagnostický a adaptační pobyt + nezařazené děti)** – pracovní výchovná skupina (Dílna), pro dočasně nezařazená děvčata čekající na nástup do práce nebo do školy – probíhá zde ergoterapie (ruční řemeslná výroba, šperkařství, košíkářství, výtvarné techniky, výroba hraček, keramika, práce na zahradě, úklid společných prostor, sociální skupina, exkurze, praxe). Dále je program určen pro děti na diagnostickém pobytu nebo pro děti v adaptačním režimu. Diagnostický pobyt je osmitýdenní, ukončený kompletní psychologickou a etopedickou diagnostikou dítěte pro děti přijaté přímo z ulice či domova, případně pro děti s nutností rediagnostiky, přičemž je možné během diagnostiky po krátké adaptaci navštěvovat např. školu. **Diagnostická zpráva** – etoped, psycholog a vedoucí vychovatel zařízení vypracují v případě diagnostického pobytu do osmi týdnů po příchodu dítěte diagnostickou zprávu, která bude obsahovat kompletní psychologickou a etopedickou diagnostiku. U ostatních dětí se zhodnotí případné maladaptivní procesy, zapojení do skupiny, komunikační dovednosti dítěte, roli dítěte ve skupině (případné náznaky šikany ze strany ostatních dětí) zvládnutí režimových pravidel, kontakt se zákonnými zástupci. U diagnostikovaných dětí přijatých z jiných zařízení má tato zpráva podobu zápisu v PROD.

Za organizaci pracovní výchovné skupiny a za organizaci diagnostického pobytu a vypracování diagnostické zprávy zodpovídá: **Mgr. Ivana Nováková**

**Tři výchovné skupiny** jsou tvořeny podle délky a typu pobytu a také podle schopností a dovedností dítěte. Dvě výchovné skupiny jsou umístěny v budově areálu Generála Závady 118, kdy jedna je pro dívky v adaptačním a diagnostickém pobytu, druhá je pro dívky po adaptaci a s potřebou dohledu. Poslední výchovná skupina je umístěna v pronajatém bytě V Peklovcích 453, kde jsou dívky samostatné, které vyžadují pouze mírný dohled. Každá výchovná skupina je vedena dvěma klíčovými pracovníky, s výchovnou prací pomáhá podle potřeby asistent pedagoga. Noční služby vykonávají zpravidla 2 asistenti pedagoga.

**Pracovní výchovná skupina:** pracuje v časovém rozmezí **8:00 – 13:00 hodin** pod vedením odborných vychovatelů. V případě nutnosti (např. vysokého počtu dětí) je k dispozici asistent pedagoga nebo jiný pedagogický pracovník.

**Ubytování dětí** na pokojích po příchodu do zařízení konzultují odborní vychovatelé s etopedem zařízení při pedagogické poradě ještě před příchodem dítěte. Při ubytování se zohledňuje aktuální stav dítěte, etopedická a psychologická zpráva z diagnostického ústavu, dynamika skupiny i jednotlivých pokojů, požadavky na studium (studentka střední školy apod.).



**PROD** – za tvorbu individuálního plánu rozvoje osobnosti zodpovídá klíčový pracovník. Dítě při vstupu do zařízení vyplňuje za pomoci vychovatele sebehodnotící dotazník, kde si stanovuje vlastní cíle při pobytu v zařízení, dále jsou na základě diagnostiky zpracovány cíle práce s dítětem i odborníky. S cíli a způsoby práce je seznámeno nejen dítě, ale také soc. kurátor, případně rodič. Cíle se mohou v průběhu pobytu měnit dle aktuální situace a potřeb dítěte, změna je vždy zaznamenána do PROD. Plnění PROD se pravidelně vyhodnocuje na týdenních poradách týdenním hodnocením, dále písemným měsíčním hodnocením kmenovým vychovatelem a půlročním vyhodnocováním klíčovým pracovníkem a případně odbornými pracovníky. Dítě také v průběhu a v závěru pobytu vyhodnocuje formou dotazníku plnění svých cílů.

**Výchovná práce je organizována** průběžně poradami každý týden ve středu, kde jsou vytvářeny **týdenní plány práce**, za jejich řádné zveřejnění zodpovídá **Petra Bukáčková**, dále komunitním systémem a spolusprávou dětí, dále pokyny vedoucího pracovníka. Každý den ve školním roce probíhá minimálně jedna zájmová aktivita, relaxační a sportovní aktivita, příprava na vyučování.

Prázdninový a víkendový program tvoří sportovní, výjezdové, kulturní a relaxační aktivity.

**Terapeuticko-výchovnou činnost** provádí **etopedi** – skupinovými a individuálními aktivitami, **psycholog** – individuálními terapeutickými aktivitami a **vedoucí vychovatelka**. Všichni mají psychoterapeutické vzdělání. Pracoviště dále spolupracuje s psychoterapeuty ve výcvikovém programu systemického výcviku pod vedením Mgr. Ivana Úlehly (GI) a realizuje psychoterapeutická setkání s reflektujícím týmem odborníků přímo v zařízení.

Práci psychoterapeutickou ve skupině (každé pondělí) zajišťují etoped a zástupce ředitele s psychoterapeutickým výcvikem (**Jirout, Nováková**). Zápisy z psychoterapeutické skupiny má na starost: **Mgr. Jirout Milan**. Práci sociálněterapeutickou ve skupině (každý čtvrtek) zajišťuje Etoped s psychoterapeutickým výcvikem, pořizuje zároveň zápisy (**Mgr. Ing. Jiří Martinec, Ph.D. et Ph.D.**).

Individuální psychoterapeutickou, psychologickou nebo speciálně pedagogickou péči zapisují výše uvedení do etopedické sekce programu Evix. Výsledky psychologických vyšetření jsou uvedeny v zápisech psychologa v psychologické sekci programu Evix, dále je součástí diagnostické zprávy, která je ve spise dítěte u sociální pracovnice.

**Minimální preventivní program** pracoviště vytváří a realizuje metodik prevence ve spolupráci s etopedem: **Mgr. Věra Stodolová Šoupalová**

**Vedení pracoviště:** vykonává ředitelka **Mgr. et Mgr. et Mgr. Soňa Křížová, Ph.D.** Průběžně kontroluje práci týmu. Práci řídí na každotýdenních poradách – velká porada (pro všechny zaměstnance) ve středu ve 11:30 hodin nebo na malé poradě – středa 13:30 hodin, informacemi v žurnále/Evixu/, písemnými pokyny a dále každodenním kontaktem s dětmi a vychovateli. Střídání velkých a malých porad je v intervalu 1x14dnů;





**Velká komunita** – integruje činnost výchovnou s prací pedagogického týmu – koná se každou středu zpravidla v 16:30 za účasti všech dětí a výchovného týmu.

**Malá komunita** – probíhá každý den ve 20:00 hodin s odbornými vychovateli ve službě. Na této komunitě se probírají běžné záležitosti dne, sdělují se zážitky, řeší drobné rozmíšky způsobené společným soužitím. Z výchovné činnosti se sdělují zpětné vazby k aktuálním situacím, a to jak pozitivní, tak negativní.

## **PROGRAM VÝCHOVNÉ ČINNOSTI**

**Výstupy ze získání jednotlivých dovedností jsou zaznamenávány do individualizované podoby ŠVP**

Získávání a zdokonalování klíčových kompetencí

Výchovný program odloučeného pracoviště prolíná průřezově všemi třemi programy, metodami a typy výchovy, působí na vytváření a posilování především těchto osobnostních kompetencí dítěte:

- 1. Kompetence k učení, k práci**
- 2. Kompetence k řešení problémů**
- 3. Kompetence komunikativní**
- 4. Kompetence sociální**
- 5. Kompetence občanské**
- 6. Kompetence pracovní**





### 1. Kompetence k učení:

- Výuka v ústavu neprobíhá, učební kompetence pomáháme rozvíjet kmenovým školám dětí podporou přípravy na vyučování.
- Rozvoj postojů, dovedností a způsobů rozhodování dětí metodami a formami práce, které umožňují přímou zkušenost a propojenost s civilním životem.
- Vyhledávání informací, chápání jejich smyslu a využití v praxi, ověřování znalostí (řízení vlastního učení).
- Uvádění znalostí do vzájemných souvislostí v rámci denního programu
- Podpora přípravy na vyučování ve studijním programu posilující samostatnost a schopnost zorganizování činnosti.
- Podpora vlastního úsudku, tvořivosti, umění diskutovat, zodpovědnosti, respektu k postoji druhého
- Poznávání vlastních možností, vedení dětí k sebehodnocení v učení i v životní orientaci – sebereflexe.
- Rozvoj kognitivních dovedností – vedení vnitřního dialogu jako způsobu podpory vlastního chování, reflektování vlastního chování z pozice okolí, podniknutí kroků k řešení vlastního chování – zvládnutí impulsů, stanovení cílů, promyšlení důsledků chování, porozumění normám chování – pozitivní názor na život, projevení sebejistoty – realistická očekávání od sebe sama.
- Učení se důvěře ve vlastní schopnosti v reálné rovině.
- Podpora sebehodnocení – reálného, adekvátní sebedůvěry na základě reálných kognitivních procesů.
- Osvojení si předpokladů k celoživotnímu učení.
- Rozvoj vztahu k práci, posílení pracovních návyků.
- Posilování potřeby pracovat, mít radost z výsledků práce.
- Práce jako pomoc druhému.
- Práce jako zdroj obživy.

### 2. Kompetence k řešení problémů

- Rozumová výchova, podpora k logickému myšlení, k řešení problémů – zvolené formy práce prolínají všemi metodami a typy výchovy.
- Práce s informacemi z různých zdrojů.
- Posilování odolnosti a motivace uvažovat, srovnávat, hodnotit, nevzdávat se.
- Schopnost problém postihnout, definovat.
- Samostatné rozhodování, zvažování důsledků svého rozhodnutí, nesení zodpovědnosti za své rozhodnutí.

### 3. Kompetence komunikativní

- výstižné, souvislé a kultivované formulování svých myšlenek
- naslouchání názoru druhého, ohleduplné vedení diskuze
- ovládnutí problematiky emocí, rozpoznání jejich vlivu na komunikaci, zvládnutí vlastních emocí – komunikovat nad věcí, eliminování kritiky druhého





- zvládání dovednosti vést diskuzi
- slušnost ve vyjadřování názorů a postojů
- využívání informačních technologií
- porozumění potřebným textům a informacím

#### 4. **Kompetence sociální**

- orientace v mezilidských vztazích, uvědomění si zpětné vazby svého chování a jednání v okolí
- rozpoznání nevhodného a rizikového chování, uvědomění si jeho důsledků
- zvládání vztahů – větší schopnost analyzovat a chápat vztahy
- řešení konfliktů, názorová různost – tolerance
- posilování asertivního jednání
- nácvik a posilování empatie.
- zainteresování na vyšší spolupráci s ostatními a pomoci druhým
- pozitivní komunikace s druhými
- podpora zodpovědnosti za vztahy
- učení se spolupracovat
- budování pozitivního hodnotového systému jednotlivých dětí.
- zvládnutí náhledu na svoji rodinu, vztahy k členům rodiny, na situaci nařízení ústavní výchovy
- zvládání péče o domácnost
- příprava jídel, nákup potravin, rozpočet na vaření
- rozpočet domácnosti, péče o oblečení.

#### 5. **Kompetence občanské**

- orientace v právních a zákonných normách
- orientace v multikulturním světě
- zvládání komunikace s úřady
- zvládnutí poskytnutí pomoci druhému v krizové situaci
- pozitivní postoje k ochraně životního prostředí.



## Metody a formy výchovné práce, výchovné postupy

Jsou využívány k harmonizaci osobnostního rozvoje a získávání uvedených kompetencí

**Spontánní** – v průběhu běžného dne – neřízené rozhovory, pochvaly, nápodoba, sociální učení v reálu, vzory, ideály, ukázky, příběhy.

Verbální regulace chování: instrukce, pokyn, doporučení, rada, podněcování, různé formy zpětných vazeb.

**Řízené** – řízené sociální učení, hraní rolí, inscenační techniky, situační úkolové hry, nácvik konkrétních sociálních dovedností

Besedy, diskuze, exkurze, návštěvy knihovny, divadla, kina

- hry, projektové hry
- kvízy, soutěže
- zájmová činnost
- volnočasové aktivity, ruční práce, vaření
- sportovní aktivity
- zátěžové aktivity
- relaxace
- výroba a prodej výrobků

## Výchovné postupy

Emoční podpora dítěte, poskytování zájmu a prostoru pro sebeotevření se.

- poskytování vztahové podpory /s přiměřenou reflexí pedagoga/
- posilování samostatnosti, nepoužívání direktivních metod, zažívání kooperace
- posilování kompetencí vlastními silami zvládat svůj život
- podpora schopnosti se rozhodovat, nevinít za svá rozhodnutí okolí, nést zodpovědnost za své rozhodnutí
- podpora aktivity a samostatnosti dívky
- vedení k opouštění dětských strategií
- posilování autokorektivních jednání
- pomoc při vytváření sebnáhledu na své chování – od verbálního přes produktivní až po efektivní/ chovat se sociálně přijatelně bez vnější regulace/



Formy výchovné práce – individuální práce, skupinová práce

### Výchovné zásady

- jasná a srozumitelná pravidla
- jasné a srozumitelné a časté pozitivně konotované zpětné vazby
- podpora vzájemné důvěry
- práce na principu dohody/krátkodobé kontrakty/
- převaha pozitivně stimulujících prvků
- odlišení emoce a chování jedince a jeho jednání/nejsi špatná, ale to, co děláš je špatné;  
*nemám tě rád X nelíbí se mi, co děláš*
- pedagog je modelem chování – dělej, jak dělám, ne jak říkám
- průběžná motivace dítěte
- podpora sebereflexe
- individualizace

Výchovné činnosti

### Rekreační činnosti a volnočasové aktivity

#### Výchovné cíle:

- uplatnění kompenzační funkce rekreace, relaxace
- odstranění únavy z jednostranného zatížení organismu,
- smysluplné využívání aktivního odpočinku.

#### Hlavní činnosti:

- individuální a kolektivní tělovýchovné činnosti
- pohybově řízení a spontánní hry v přírodě, vycházky do přírody
- sběr lesních bylin a jiných plodin
- účast na zábavných akcích rekreačního charakteru
- návštěvy kina, divadla, sportovních akcí apod.
- výlety rekreačního charakteru, a to i s cíleným programem
- společenské hry
- poslech hudby, tanec, výtvarné techniky

#### Očekávané kompetence:

- pochopení podstaty aktivního odpočinku
- poznání vhodných relaxačních technik a umění jejich využití
- přirozená redukce stresu, úzkosti, napětí



## Příprava na vyučování

### Výchovné cíle:

- doplnění vzdělávací činnosti školy
- rozvoj vědomostí, dovedností a návyků získaných při vyučování
- pěstování smyslu pro povinnost a zodpovědnost
- odpovědnost k ostatním a pomoc slabším

### Hlavní činnosti:

- pravidelné vypracovávání písemných a ústních domácích úkolů
- osvojování základních technik učení se
- práce s odbornou knihou, internetem, se sociálními sítěmi
- osvojování návyků samostatné práce
- upevňování vědomostí a návyků zábavnou formou
- kontrola úrovně vědomostí a dovedností
- prohlubování poznatků získaných ve škole při vycházkách, exkurzích, zájmové činnosti
- spolupráce se školou, kontrola výukových výsledků

### Očekávané kompetence:

- znalost a práce podle základních technik učení
- umění si zorganizovat práci tak, aby byla efektivní
- zvládání práce samostatně, pravidelně
- schopnost pracovat v kolektivu a pomáhat druhým

## Zájmové činnosti

### Výchovné cíle:

- vzbuzení zájmu o rukodělné činnosti
- zařazování aktivit na ochranu přírody,
- pěstitelství, chovatelství
- rozvíjení čtenářských a literárních dovedností, kultury slovního projevu, estetického projevu, výtvarných a hudebních dovedností
- budování vztahu k okolí
- kultivování společenského chování
- upevňování tělesné zdatnosti, rozvíjení sportovních dovedností, aktivního pohybu
- upevňování komunikačních dovedností, zvládání práce na internetu

Těmto činnostem se mohou děvčata věnovat v rámci skupinové činnosti nebo zájmových kroužků – denně mají možnost výběru z několika aktivit.





## Hlavní činnosti a zájmové aktivity

### 1. pracovní technické

- zhotovování výrobků z různých materiálů včetně přírodních
- drobné opravy v domácnosti
- základy šití, šití povlečení
- drobné úpravy oděvů
- základy vaření, rozpočet pro domácnost, vaření pro celou skupinu
- pravidelný kroužek vaření nebo pečení
- vaření každý víkend pro celý ústav – normování, nákup potravin, vaření
- pravidelný úklid celého ústavu – pondělí odpoledne

### 2. přírodovědné

- pozorování přírody
- práce na zahradě, pěstování zeleniny, květin
- vycházky, výlety do přírody, návštěva ZOO, botanické zahrady
- ochrana přírody, chování v přírodě
- chování zvířat podle možností ústavu, péče o zvířata

### 3. společenskovední

- neformální rozhovory o knize, TV pořadu, filmu, internetové informaci
- četba knih a časopisů
- beseda s významnou osobností
- sledování tisku a ostatních dostupných masmédií
- oslavy tradičních lidových svátků s uplatněním regionálních prvků besedy/neformální/o politické situaci
- společenskoprávní diskuze

### 4. komunikační technologie

- práce s internetem, sociální sítí

### 5. estetické činnosti

- malba, kresba
- práce s hlinou, práce s hlinou na hrnčířském kruhu
- koláže
- moderní výtvarné techniky
- poslech hudby
- jednoduchá hra na hudební nástroje
- zpěv s doprovodem i bez doprovodu
- tanec





- hudební hry
- návštěv y různých druhů koncertů
- společná i individuální četba
- návštěvy divadelních a filmových představení
- recitace, dramatizace
- kultivace slovního projevu
- aktivní dramatizace

## **6. sportovní činnosti**

- kondiční, zdravotní a relaxační cvičení
- posilování, jumping na trampolínách
- pohybové hry
- míčové hry
- běh, běh na lyžích
- cykloturistika
- turistika
- plavání
- jízda na koni
- kulečnick
- stolní tenis, stolní fotbal
- zimní sporty
- plavení po řece – rafty
- tanec
- lyžování, snowboarding

## **7. dopravní a bezpečnostní**

- poučení o protipožární ochraně
- aktivní znalost zásad první pomoci
- táboření, orientace v přírodě
- ochrana při přírodních katastrofách
- seznámení s dopravní tematikou
- zásady bezpečnosti chování v objektu, na silnici, při cestování

### **Očekávané kompetence:**

schopnost smysluplného využívání volného času

- aktivní přístup k sebeuspokojení na základě vlastní pozitivní aktivity
- prožívání pocitu vlastní úspěšnosti
- schopnost rozlišit aktivní jednání od pasivity



## **Sebeobslužné, organizační činnosti a péče o zdraví**

### **Výchovné cíle:**

Zvládání samostatného života s výhledem na osamostatnění se s následným zařazením do společenského, kulturního a pracovního života.

### **Hlavní činnosti:**

- péče o oblečení, drobné opravy
- praní prádla, péče o povlečení
- udržování pořádku v osobních věcech
- příprava jídel
- péče o čistotu a estetický vzhled
- péče o malé děti a pomoc slabým
- péče o nemocné
- ochrana zdraví a předcházení úrazů
- hospodaření s finančními obnosy – kapesné, výživné
- aktivní účast při nákupu potravin, oblečení
- příprava oslav – narozenin, svátků, výzdoba
- aktivní účast při plánování života v zařízení
- vyřizování jednoduchých úředních záležitostí
- péče o zdravý životní styl
- péče o život bez abúzu návykových látek, předcházení závislostem
- péče o osobní hygienu
- předcházení nechtěnému otěhotnění, antikoncepce, gynekologická zdravotní péče
- kultivování života ženy, příprava na zdravý partnerský život

### **Očekávané kompetence:**

Sociální kompetence k praktickému životu, zvládání rodinného a partnerského života

## **Reedukační činnosti, psychoterapeutické aktivity**

### **Cíle:**

- poznání sebe sama, náhled na sebe a své rizikové chování
- práce se svojí emocionalitou
- oddálení nezdrženlivé potřeby momentálního uspokojení
- sebeovládání
- postupné přebírání odpovědnosti za své chování
- zvládání konfliktů a agresivity
- překódování stávající hodnotové orientace







### Hlavní činnosti:

- nácvik dovedností potřebných pro efektivní chování
- stimulace, přesvědčování, organizace chování
- modelové vytváření vhodných podnětů
- aktivní sociální učení
- vytváření přiměřených vzorců jednání
- harmonizace osobnosti
- podpůrné psychoterapeutické aktivity – individuální rozhovory, skupinové terapeuticky zaměřené aktivity
- výpomocné práce v ÚSP zaměřené na problematiku jiného druhu postižení

### Očekávané kompetence:

- sebepoznání
- autoregulace svého chování
- schopnost zvládnání životních situací, agresivního chování, sebenáhled, přiměřené
- sebehodnocení, navazování kladných sociálních vztahů, plné uplatnění v civilním životě, zodpovědnost za své rozhodování a chování

### Zájmové a reedukční aktivity v rámci týdenního rozvrhu Gen. Závady 118

**Pondělí:** psychoterapeutická skupina  
úklidy pokojů  
malá komunita  
samostatná vycházka do 60 min

**Úterý:** zájmové aktivity: pečení, vaření  
volné vycházky v rozsahu 1-4 hod  
malá komunita

**Středa:** velká komunita  
samostatná vycházka do 60 min

**Čtvrtek:** sportovní aktivity (posilovna, bazén, bruslení atd.)  
Sociálněterapeutická skupina  
volné vycházky v rozsahu 1-4 hod  
malá komunita

**Pátek:** knihovna  
relaxační aktivity  
volné vycházky v rozsahu 1-4 hod  
malá komunita





**Sobota:** celodenní výjezdové, sportovní, kulturní aktivity, řízené zátěžové a diagnostické aktivity, samostatná vycházka do 60 min

**Neděle:** relaxace, volné vycházky v rozsahu 1-4 hod

Konkrétní výjezdové a jiné významnější aktivity jsou rozepsány v MPP – příloha plánu. Děti v bytě V Peklovcích mají volné vycházky v rozsahu 1-4 hod každý den, možnost jezdit každý víkend domů krom jednoho víkendu v měsíci. Účastní se ale střeďeční velké komunity, každý den si zajišťují s vychovateli stravování a nákupy potravin. V případě, že nejsou o víkendu doma, účastní se programu ostatních dětí v areálu Gen. Závady.



## Personální obsazení

### Ředitelka:

Mgr. et Mgr. et Mgr. Soňa Křížová, Ph.D. (1,0 úv.)

### Zástupce ředitele:

Mgr. Ivana Nováková (1,0 úv.)

### Pedagogové:

**Vedoucí vychovatel:** Miroslav Jureček (1,0 úv.)

### Skupina S1

kmenoví vychovatelé: Mgr. Věra Stodolová Šoupalová (1,0 úv.), Miroslav Jureček (1,0 úv.)

### Skupina S2

kmenoví vychovatelé: Lenka Šutorková (1,0 úv.), Ilona Matoušková, Dis. (1,0 úv.)

### Skupina S3

kmenoví vychovatelé: Bc. Pavel Surma (1,0 úv.), Bc. Lucie Mikócziová (1,0 úv.)

**asistenti pedagoga:** Bc. Eliška Karalová (1,0 úv.), Helena Soukupová (1,0), Lenka Štorková (1,0 úv.), Petra Bukáčková (1,0 úv.), Jana Doležalová (1,0 úv.), Mgr. Kristýna Doubravská (1,0 úv.)

**etopedi:** Mgr. Milan Jirout (0,25 úv.), Mgr. et Mgr. et Mgr. Soňa Křížová, Ph.D., Mgr. Ing. Jiří Martinec, Ph.D. et Ph.D. (do 12/23 0,25 úv., dále 1,0 úv.)

**psycholog:** Mgr. Petra Švecová (0,5 úv.)

### Nepedagogičtí pracovníci:

**Sociální pracovníce:** Mgr. Šárka Labová (1,0 úv.)

**Účetní:** Ilona Bartheldiová (1,0 úv.)

**Administrativa:** Iva Doskočilová (0,5 úv.)

Mgr. Marie Effenberková (0,25 úv.)

**Provozní práce:** Lucie Synková (0,5 úv.)



## Rozdělení výchovných a výchovně provozních kompetencí a zodpovědností

Každý pedagogický pracovník tímto rozdělením za svěřené úkoly plně zodpovídá:

### Mgr. et Mgr. et Mgr. Soňa Křížová, Ph.D.: ředitelka

- koncepce a koordinace činnosti ústavu – vedení pracoviště
- koordinace spolupráce s OSPOD, DÚ, rodiči a ostatními institucemi vč. neziskových
- kontrolní činnost
- péče o počítačovou síť, správce EVIXu, webové stránky
- péče o stážisty a studentské praxe (odborné stáže asistentů pedagoga NIDV Pardubice, studentů MU Brno, UP Olomouc, Univerzity Pardubice, Univerzity Hradec Králové a dalších)
- realizace psychoterapeutické péče o děti vč. účasti odborníků zvenčí (psychoterapeutická sezení s reflektujícím týmem – systemický přístup pod vedením Mgr. Ivana Úlehly)
- BOZP a další vzdělávání zaměstnanců
- projektová a grantová činnost
- péče o přístroje a nákladnější pomůcky
- výchovná činnost individuální a skupinová
- speciálně pedagogická činnost (práce individuální, skupinová, terapeutická, vstupní pohovory, etopedické zprávy, práce s rodinou, příprava na život po zletilosti, profesní příprava)
- zodpovědnost za místnost č. 201
- organizace vzdělávacích aktivit, besed, školení pro pedagogy

### Mgr. Ivana Nováková: zástupce ředitele

- kontrolní činnost výchovného úseku
- koordinace spolupráce s externími školami
- výchovná činnost individuální a skupinová
- práce terapeutická, PROD, vstupní pohovory, diagnostické zprávy, práce s rodinou, profesní příprava
- koordinace spolupráce s OSPOD, DÚM, rodiči a ostatními institucemi vč. neziskových
- koncepce výchovných skupin včetně zpracování metodiky pro děti v bytě
- koordinace PVS Dílna, kontroly zápisů činnosti
- koordinace týmu odborníků etopedů a psychologů a předávání informací pedagogům, organizace týmové supervize
- vedení psychoterapeutické skupiny
- organizace zátěžových výjezdů a sobotních zátěžových programů
- zodpovědnost za místnost č. 202
- správa



**Miroslav Jureček:**

- vedoucí vychovatel, kmenový vychovatel, klíčový pracovník, výchovná činnost individuální a skupinová
- sportovní a zátěžová výchovná činnost
- arteterapeutická činnost, keramická dílna m. 106, hrnčířský kruh
- péče o výtvarné a sportovní pomůcky, rafty
- zodpovědnost za interní pokladní knihu a kasu
- zátěžové sportovní aktivity – rafty
- organizace služeb vychovatelů, metodická a kontrolní činnost vychovatelů a asistentů

**Mgr. Věra Stodolová, Šoupalová:**

- kmenový vychovatel, klíčový pracovník, výchovná činnost individuální a skupinová
- Školní metodik prevence sociálně patologických jevů (zpracování, realizace a hodnocení MPP)
- společenská výchova, rodinná výchova, vaření, zdravotní výchova, pracovní výchova
- vyplácení kapesného ve spolupráci s Lenkou Šutorkovou
- zátěžové sportovní aktivity – rafty
- péče o místnost horní kuchyňka + m. 204

**Bc. Pavel Surma:**

- kmenový vychovatel, klíčový pracovník, výchovná činnost individuální a skupinová
- společenská výchova, rodinná výchova, vaření, zdravotní výchova, pracovní výchova
- zátěžové sportovní aktivity – rafty
- péče o sportovní pomůcky, jízdní kola, vozový park
- péče o klíčky ke skříním a jejich rozdělování
- péče o vybavení bytu

**Ilona Matoušková, DiS.:**

- kmenový vychovatel, klíčový pracovník, výchovná činnost individuální a skupinová
- společenská výchova, rodinná výchova, vaření, zdravotní výchova, pracovní výchova
- vede odbornou knihovnu ústavu
- péče o šicí stroje
- péče o místnost – horní chodba a hala, 207

**Lenka Šutorková:**

- kmenový vychovatel, výchovná činnost individuální a skupinová
- rodinná výchova, vaření, společenská výchova, turistika
- vaření
- vyplácení kapesného ve spolupráci s Věrou Stodolovou Šoupalovou





- aktualizace obsazení výchovných skupin (písemný zápis)
- hospodaření a příprava stanov FKSP
- evidence a obstarávání darů k výročí zaměstnanců
- zodpovědnost za byt

**Helena Soukupová:**

- odpovědnost za sklad oděvů 208, 206, organizace výměny ložního prádla
- asistent pedagoga

**Bc. Eliška Karalová:**

- asistent pedagoga, zdravotník
- knihovna dětí
- odpovědnost za místnost č. 209

**Petra Bukáčková:**

- odpovědnost za místnost č. 210 - PC místnost
- tisk týdenních plánů a vedení nástěnky

**Lenka Štorková:**

- asistent pedagoga
- odpovědnost za místnost č. 210P – společenská místnost a 203L
- péče o květiny

**Lucie Mikóciiová:**

- odpovědnost za místnost č. 102L

**Helena Soukupová, Markéta Krčková, Petra Bukáčková, Eliška Karalová, Lenka Štorková, Kristýna Doubravská:**

- vedení knihy léků
- vedení evidence přítomných děvčat v žurnále
- péče o společenské hry
- úklid vychovatelny a společných prostor
- úklid kuchyňky
- příprava nápojů do barelů, mytí termoportu
- aktualizace jízdnicích řádů
- fasování potřebného materiálu
- organizace stravovacího systému děvčat (svačiny, večere – dovoz a výdej, snídaně – dohled) a ranní hlášení stravy ve školní jídelně

**Mgr. Milan Jirout:**

- etoped





- zátěžové programy, výjezdové aktivity
- psychoterapeutická skupina
- spolupráce se školním metodikem prevence a realizace Minimálního preventivního programu

**Mgr. Ing., Jiří Martinec, Ph.D. et Ph.D.:**

- etoped
- intervizní setkávání asistentů pedagoga
- spolupráce se školním metodikem prevence a realizace Minimálního preventivního programu
- zátěžové programy, výjezdové aktivity
- sociálně terapeutická skupina

**Mgr. Petra Švecová:**

- psycholog
- organizace zátěžových programů
- spoluspráva

**Mgr. Šárka Labová**

- agenda soc. pracovníka
- zápisy porad
- péče o kávový fond zaměstnanců
- agenda rekvalifikací, ÚP a zaměstnavatelů dětí
- doprovázení dětí k lékařům a na úřady
- zodpovědnost za místnost č. 103 P

**Iva Doskočilová**

- administrativní pracovník
- inventarizace, evidence majetku, zásobování
- vedení pomocného skladu mezipatro
- administrativa zdravotní + spisová (vč. vedení knihy úrazů)
- autoprovaz: hlídání technické kontroly, kniha jízd ap.
- zodpovědnost za místnost č. 102 P

**Ilona Bartheldiová**

- ekonom, hlavní účetní
- zodpovědnost za pokladnu
- zodpovědnost za místnost č. 103 L
- kávový fond zaměstnanců



## Vzdělávání a seberozvoj pracovníků

**Supervizní práce skupinová** – bude probíhat ve šestitýdenních intervalech 8x za rok, supervizor – Gaudia Praha

### Psychoterapeutické vzdělávání

- Jirout, Nováková, Švecová, Křížová - jednodenní terapeutické semináře
- Mgr. Milan Jirout – individuální supervize
- Mgr. Ivana Nováková – individuální supervize
- Mgr. Ing. Jiří Martinec, Ph.D. et Ph.D. – výcvik v supervizi Hermes group
- Mgr. Soňa Křížová, Ph.D. – supervize individuální a vedení, výcvik v rodinné terapii

### Studium VŠ a specializační:

- Bc. Lucie Mikócziová: Mgr. studium aplikované psychoterapie UP Olomouc
- Jana Doležalová: Bc. studium vychovatelství a speciální pedagogiky UP Olomouc

### Další vzdělávání:

Účast pedagogických pracovníků na exkurzích v ústavech odlišných režimů, v DÚM, v zařízeních sociální péče, OSPODech, konference, semináře, workshopy, přednášky odborníků přímo v zařízení

zodpovídá: Mgr. et Mgr. et Mgr. Soňa Křížová, Ph.D.

Každý pracovník vypracovává svůj osobní plán profesního růstu na školní rok, nejpozději v říjnu jej předkládá vedoucímu pracovníkovi a na konci školního roku jej společně vyhodnotí. Tyto plány jsou součástí osobních spisů zaměstnanců.

### Spoluspráva dětí:

Spoluspráva dětí se schází s vedoucím pracovníkem nebo jeho zástupcem zpravidla 1-2 x do měsíce, v případě potřeby ale může být schůzka kdykoliv je to nutné.

Za každou výchovnou skupinu si děti zvolí svého zástupce na první velké komunitě na začátku školního roku. Spoluspráva se schází po velké komunitě, nabízí program na víkend, dává podněty, vznáší dotazy.

Záznam o setkání je proveden písemně do záznamového sešitu vč. řešení problémových záležitostí a svým podpisem stvrdí záznam všichni zúčastnění.

### Přílohy:

Plán činnosti psychoterapeutické skupiny: Mgr. Milan Jirout, Mgr. Ivana Nováková

Minimální preventivní program: Mgr. Věra Stodolová Šoupalová, zodpovídá za realizaci





## **Roční plán psychoterapeutické skupiny ve školním roce 2023/2024**

**Terapeuti:** Mgr. Ivana Nováková, Mgr. Milan Jirout

**Časová dotace:** říjen 2023–červen 2024, každé pondělí od 17,00 – 18,00 hod

**Typ skupiny:** otevřená, maximální počet 8 – 10 dětí.

Cílem terapeutické skupiny je nabídka prostoru pro možnou intenzivní práci v rámci rozvoje osobnosti, posilování motivačně-volní složky osobnosti, pomoc a podpora při řešení krizových situací; rozvoj a podpora individuálních schopností a kompetencí dětí, rozvoj spolupráce a využití skupinové dynamiky pro posilování sociálních a interpersonálních kompetencí.

Současně se otevírá možnost využít intimnější prostor skupiny pro otevření osobních problémů, traumat z dětství a dospívání, patologických rodinných vztahů, problémů s identitou apod. Ve skupině je zajištěn bezpečný prostor pro sdílení, kritiku a „bolest“.

### **Pracovní okruhy:**

1. Pozvání do skupiny, motivační rozhovory, smysl účasti, zisky.
2. Nastartování skupinové dynamiky – představení, pravidla, mlčenlivost jako nutná podmínka bezpečí ve skupině, plán skupiny do konce kalendářního roku.
3. Seznamovací a motivační hry, hry zaměřené na soudržnost skupiny.
4. Nabídka pracovních témat – komunikace, rodina, osobní rozvoj, zvládání krizových situací, sociální kompetence, komunikační dovednosti, mezilidské vztahy v ústavní výchově, studium, pracovní aktivity, vztahy s dospělou autoritou, osobní identita, zdravá sexualita, etické aspekty života, smysl života.
5. Zážitkové aktivity – začátek a konec života (dušičky); svátky (rituál adventní spirály); spirituální rozměr Vánoc a Velikonoc; péče o sebe sama (osobní dopisy).
6. Práce se skupinovou dynamikou (reaktivní situace, zpracovávání a usměřování agresivity, jak pracovat s emocemi – pláč před druhými, komunikace v zátěži ad.).
7. Osobní témata.
8. Podpora v těžkých životních situacích, pochopení, odpuštění, přijetí.
9. Různé.

### **Plán – Pracovně výchovná skupina Dílna – školní rok 2023/2024**

Pracovně výchovná skupina je určena pro dočasně nezařazená děvčata po příchodu do zařízení, po opakovaném selhání ve škole, při čekání na rekvalifikační kurz nebo do doby zletilosti. Smyslem je v počáteční adaptační fázi pomoci překonat maladaptivní problémy, pomoci klientce zvyknout si na pravidelný režim ústavu, příprava na profesní život a příprava na běžný život po dosažení zletilosti. Dále je určena pro děti na diagnostickém pobytu.

### **Teoretická výuka**

základy rodinné výchovy

základy zdravotní výchovy





základy práva a občanské výchovy

základy vaření a hospodaření s penězi

základy šití a dalších rukodělných technik

základy výtvarných technik

**Praktická výuka:**

základy vaření a hospodaření s penězi (zodp. sloužící vychovatelé)

základy výtvarných technik a dalších rukodělných technik

**Exkurze a další akce:**

exkurze Úřad práce – přednáška

exkurze Městský úřad – odbor sociální – přednáška exkurze Městská knihovna – práce s informacemi – přednáška

pravidelné návštěvy a pomoc v zařízeních sociální péče

**Terapeutické aktivity:**

Ergoterapie, arteterapie, muzikoterapie, biblioterapie



## Minimální preventivní program na školní rok 2023/2024

### Úvod

Charakteristika zařízení – cílová skupina: Výchovný ústav Brandýs nad Orlicí, t.č. ve Vysokém Mýtě je školské zařízení vykonávající obligatorní výchovu pro dívky ve věku 15 – 18 let s poruchami chování. Ústav sídlí v pronajaté budově internátu (přízemí a I. patro) a další 2. patra jsou obsazena středoškoláky v rámci týdenního internátu. V rámci tohoto uspořádání je možné zvýšené riziko jen obtížně kontrolovatelných kontaktů mezi dětmi z ústavu a dětmi z internátu, přestože jsme zatím nezaznamenali vážnější problémy. O prázdninách a víkendech je také jedno patro pronajímáno jako ubytovna pro sportovce, hudebníky a další zájemce o ubytování. Kromě popsaného rizika, zde ale dochází k přirozené integraci dívek do běžného prostředí. Budova se nachází poblíž centra města a u průtahu hlavní silnice R35 městem. Dalším možným rizikovým faktorem je několik sociálně vyloučených lokalit ve městě.

1 výchovná skupina je umístěna v pronajatém bytě v běžné zástavbě na sídlišti ve Vysokém Mýtě. Byt využívá skupina dívek, které úspěšněji zvládají plnění běžných denních povinností, školní přípravu a celkové zodpovědné chování. Mají zde podmínky pro intenzivnější přípravu pro odchod z ústavní výchovy. To je pro dívky silným motivačním faktorem. Byt je plně obsazen vždy od září do června, než dívky odjedou na prázdniny domů. Rizikem zde může být problém začlenění dětí z Výchovného ústavu do běžného bytu, konkrétně přímé sousedské vztahy.

Kapacita zařízení je 24 dívek. Zařízení je tzv. otevřeného typu, tzn., že dívky nedochází do školy v zařízení, ale využívají běžné nabídky základního a středoškolského vzdělávání v blízkém okolí, ale i v rámci Pardubického a Královéhradeckého kraje. Do škol docházejí, nebo dojíždějí hromadnou městskou dopravou.

Metodik prevence: Mgr. Věra Stodolová Šoupalová, DiS.

### Cíle MPP

#### Prevence rizikového chování dětí

Primární prevence rizikového chování je zaměřena na všechny dívky v ústavu. Především zjišťuje předpoklady a příčiny jevů a se zaměřuje prioritně na předcházení rozvoje rizik, které směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování dívek:

- a) agrese, násilí, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimedii
- b) záškoláctví
- c) závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling
- d) rizikové sporty a rizikové chování v dopravě, prevence úrazů
- e) spektrum poruch příjmu potravy



f) intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie

g) sexuální rizikové chování, týrání a zneužívání dětí v rodině, domácí násilí

h) sebepoškozování

ch) Ostatní rizikové chování – vandalismus, kriminalita, krádeže, příslušnost k subkulturám, negativní působení kultů, nová náboženská hnutí, neplánované brzké těhotenství, prevence přenosných chorob

Sekundární prevence má za úkol tyto jevy včas zachytit a v co nejvyšší míře zabránit jejich prohlubování a šíření. Je zaměřena přímo na konkrétní ohrožené dívky, např u závislosti, agresivity, dívky ohrožené domácím násilím a podobně.

Terciální prevence usiluje o to, aby se nežádoucí jevy znovu neopakovaly. Zaměřuje se na dívky, které si problémem v minulosti prošly.

### **na rok 2023/2024**

V preventivních aktivitách se v letošním roce budeme intenzivně zabývat problematikou návykových látek.

Celý loňský rok jsme se ve větší či menší míře potýkali s drogovou závislostí u dívek a s častými experimenty s návykovými látkami. Budeme zvát odborníky na tuto oblast, mladé lidi se zkušenostmi, spolupracovat s organizacemi které se zabývají léčbou závislosti a pořádat další aktivity vedoucí k životu bez drog.

Další důležitou oblastí, které se budeme intenzivně věnovat, bude problematika šikany a kyberšikany mezi dívkami, agrese, násilí a krádeží. Během letošního jara a léta mnoho stávajících dívek zletilo, nebo odešlo do jiných zařízení a přišla větší skupina dívek nových. Je třeba aby se nové dívky dobře zařadily mezi ostatní, ohlídat případné nežádoucí chování spojené se začleňováním a předejít výše uvedeným negativním jevům.

Stále se budeme soustředit na podporu zdravého životního stylu, posilování duševního i fyzického zdraví, na zvyšování kompetencí sociálních a posilování dovedností v komunikaci.

Do programu jsme zařadili oblast týrání a zneužívání dětí a násilí v rodinách, vzhledem k narůstajícímu počtu dívek, které mají z rodin s těmito jevy zkušenosti. Do péče nám jsou svěřeny dívky, které si nesou velké trauma a jsou buď sami oběťmi, nebo svědky události.

Ústav celoročně provozuje aktivity, které podporující zdravý životní styl a osvojování pozitivního sociálního chování prostřednictvím smysluplného využívání a organizace volného času, například zájmové, sportovní a volnočasové aktivity a jiné programy, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zdravého rozvoje osobnosti, k odpovědnosti za sebe a své jednání. Tento typ prevence je významný v kontextu aplikace různých efektivních a vyhodnitelných specifických programů.

Pravidelně budou probíhat terapeutické skupiny od října do května (pro rozvoj sociálních a emočních dovedností a kompetencí, zvládání konfliktů a zátěžových situací, rozvoj





zdravého sebevědomí a sebehodnocení, zvládání úzkosti ad. Ve skupině je vždy max. 8 – 10 dětí z důvodu individuální práce s dětmi.

V rámci další možnosti práce s patologickými jevy ve vrstevnické skupině dětí, pracuje pod vedením etopeda a terapeuta psychosociální skupina, zahrnující všechny děti v zařízení, zaměřující se na vztahovou a skupinovou dynamiku, na prevenci šikany, rasismu, xenofobie, zneužívání sociálních sítí, zneužívání návykových látek a další patologické jevy vyskytující se ve vrstevnické skupině dětí. Otevřením této skupiny reagujeme na čtenější výskyt náznaků šikany a zneužívání rolí ve skupině.

### **Efektivní primární prevence v zařízení ústavní výchovy:**

interaktivní programy v menších skupinách

vytváření dobrého klimatu v zařízení

pomoc dětem odolávat sociálnímu tlaku zaměřená na zkvalitnění komunikace

osvojování a rozvoj sociálně emočních dovedností a kompetencí, konstruktivní zvládání konfliktů a zátěžových situací

odmítání legálních a nelegálních návykových látek-postoj patrný od všech dospělých zaměstnanců)

zvyšování zdravého sebevědomí a sebehodnocení, posilování odvahy, stanovování realistických cílů, zvládání úzkosti a stresu ad.



## **Konkrétní aktivity zaměřené na prevenci rizikového chování dětí:**

### Ad a). Agrese a násilí, šikana a kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimedií

Rozvoj znalostí a dovedností je zakomponován do celoročního výchovného vedení. Šikanu lze rozdělit na vnitřní (v ústavu) a vnější (ve škole, na ulici). U dětí budou rozvíjeny tyto znalosti a dovednosti:

Zná zásady asertivního jednání.

Ví, proč má význam hledat společná řešení konfliktů.

Rozpozná situace, které jej vyvedou z míry.

Ví, jak se v nich orientovat a zachovat odstup.

Zná možnosti, jak řešit mezilidské spory a konfliktní situace.

Zná techniky, jak zvládat svůj stres a impulzivní jednání.

Ví, co mu pomáhá ve zvládnutí afektů a náhlých změn nálad.

Uplatňuje alternativy a kompromisy v řešení konfliktů.

Umí racionálně zhodnotit své kladné a záporné vlastnosti.

Umí odhadnout, jak by se mohl/a chovat v krizových situacích.

Je přirozeně sebevědomý.

Má kladné sebepojetí.

Používá způsoby, jak zmírnit projevy svého sobectví a egoismu.

Umí pracovat s technikami ke zmírnění stresu a úzkosti.

Realizuje jednoduché relaxační techniky.

Je schopno uplatnit znalosti, schopnost asertivity a sociální dovednosti v jednání a mezilidských interakcích (např. dohodnout se na vzájemném kompromisu, hledat společná řešení, udržet si vlastní identitu v komunikaci se silnějším spolužákem, nechovat se destruktivně k sobě ani k ostatním atd.).

Dokáže se vyrovnat se svou negativní náladou.

Zvládá své afektivní stavy.

Ovládá bezpečnost pohybu na internetu a sociálních sítích

Konkrétní aktivity:

Jednodenní zátěžové programy v průběhu celého roku – rafty, turistika (zaměřené na spolupráci, kooperaci, zodpovědnost, vedení skupiny ad.)



Promítání filmu s vhodnou tematikou, následná debata.

Pokračování ve spolupráci se členy para hokejového týmu Mustang Pardubice, návštěvy hokejových zápasů.

Podzimní seznamovací a jarní preventivně výchovný pobyt na chatě v přírodě – Krkonoše, případně Budislav (3-denní) zaměřený na soudržnost, spolupráci, komunikaci. Práce ve skupině, terapeutické činnosti, zážitkové skupinové prvky, program v přírodě.

Zimní víkendový pobyt se zátěžovým programem na chatě v Janovičkách u Broumova. Pobyt v přírodě, turistika, zimní sporty, kulturně vzdělávací program – návštěva a prohlídka kulturní památky. Zaměřeno na samostatnost, sebeobsluhu, pomoc druhému, empatii, vztahy k druhým, psychohygienu.

Pravidelné terapeutické skupiny od října do května (pro rozvoj sociálních a emočních dovedností a kompetencí, zvládání konfliktů a zátěžových situací, rozvoj zdravého sebevědomí a sebehodnocení, zvládání úzkosti ad.

Občasná sobotní odpoledne s psychologem a etopedem (interval 1x za 2 měsíce), kdy jde o řízenou činnost konkrétně zaměřenou na danou oblast MPP. Součástí programu jsou hry, edukační část, fyzická zátěž, komunitní sdílení času, komunitní zpětné vazby, posilování resilience v zátěžových situacích ad. Ve skupině bude vždy max. 8 – 10 dětí z důvodu individuální práce s dětmi.

Pravidelná čtvrtetní psychoterapeutická skupina

#### Ad. b) Záškoláctví

Vedoucí vychovatelka a klíčoví vychovatelé kontaktují na začátku školního roku příslušnou střední školu do kterých docházejí dívky a domluví si jasná pravidla komunikace mezi školou a výchovným ústavem.

Pokud dítě nedojede do školy bude škola výchovné zařízení neprodleně kontaktovat.

V případě vážnějších problémů přijede do školy zástupce ústavu a bude nastalou situaci řešit.

Úzká spolupráce mezi ústavem a školním metodikem prevence a výchovným poradcem.

Důležité jsou osobní vztahy a důvěra mezi institucemi.

Absenci omlouvá pouze výchovný ústav, nikoliv dívky samy, nebo jejich rodiny.

Konkrétní aktivity:

Pravidelný kontakt s vyučujícími ve školách, metodiky prevence a výchovnými poradci – telefonicky, osobně nebo online

Pravidelné návštěvy třídních schůzek, případně on-line

Průběžná kontrola docházky, práce v hodinách a přípravy do školy



Motivační rozhovory zaměřené na důležitost vzdělávání a rozvoj představ o budoucnosti

Nabídka pomoci při vzdělávání a plánech na pracovní uplatnění v budoucnosti

### Ad. c) Závislostní chování, užívání všech návykových látek

Návykové látky můžeme rozdělit takto:

Tabák: Závislost na tabáku je nejčastější ve formě cigaret, v poslední době vodních dýmek. Méně časté jsou u nás dýmky a doutníky či jiné exotické formy. Návykovou drogou je nikotin.

Jedná se o samostatnou nemoc, poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním tabáku. Jedinou návykovou látkou v tabáku je nikotin, je to droga dokonce návykovější než například heroin. To je jeden z důvodů, proč si naprostá většina nedospělých kuřáků myslí, že až bude chtít, prostě kouřit přestane a proč to bohužel u většiny z nich nebude pravda: 7 z 10 dospělých kuřáků by raději nekouřilo, kdyby si ovšem ještě mohli vybrat. Ačkoli se výrobci cigaret snaží vzbudit dojem, že kouření je dospělá aktivita, pravý opak je pravdou: je to dětská nemoc, průměrný věk první cigarety je u nás kolem 10 let a kolem 90 % kuřáků si zapálí první cigaretu dříve, než jim je 18 let.

Mezi dětmi a mladistvými je v současné době velmi rozšířeno užívání nikotinu ve formě tzv. lyftů, což jsou nikotinové sáčky bez tabáku. Sáček je bílé barvy a vkládá se mezi horní ret a zuby. Nikotin se nechá působením slin vyplavit do dutiny ústní.

Hodně užívané jsou v současné době také elektronické cigarety, tzv. vapky. A to buď jednorázové, nebo doplňovací.

Je důležité dětem vysvětlit, že dospělí s kouřením prakticky nezačínají, výrobci cigaret si musejí své zákazníky zajistit dříve, než oni dostanou rozum, dospělé už by do závislosti tak snadno nedostali.

Rizikovým faktorem u dívek je, že do zařízení přicházejí z rodin kuřáků a samy mnohdy začínají kouřit v útlém věku. Při příchodu jsou některé tedy již silně závislé kuřačky.

### **Konkrétní aktivity:**

Každodenní rozporování smyslu kouření s důrazem na jeho škodlivost

Snaha o „omezení“ kouření u všech dětí ze zařízení (zamezování možnosti kouřit v prostorách ústavu i na společných akcích) - se zvláštním důrazem na těhotné (zdůraznění škodlivosti zejména pro plod a vyžadování tvrdé abstinence)

Nabízení volnočasových aktivit – společenské hry, zpěv, výtvarné činnosti

Podpora sportovních aktivit – míčové hry, plavání, bruslení a další zimní sporty, jízda na kole, turistika, běh, posilovna

Alkohol: V Evropě je nejrozšířenější návykovou látkou. Rozšířenost pití alkoholu má hluboké společenské a kulturní kořeny. Alkohol je legální drogou, přičemž její dostupnost je v různých





zemích upravena odlišně. V České republice je podle zákona možné podávat a prodávat alkohol zletilým osobám, tj. od 18 let věku.

**Konkrétní aktivity:**

Důrazná kontrola a nulová tolerance

Promítání filmu s vhodnou tematikou (Rok ďábla, úsměvy smutných mužů, Zrodila se hvězda, Edith Piaf, Mallory – následná diskuze)

Identifikace dominujících problémů u dívek a hledání možností řešení, vycházející z rozpoznání životního příběhu – rozhovory, cílená terapie

Spolupráce se specializovanými zařízeními, komunitními centry a pobytovými zařízeními, specializovanými na řešení závislostí, s psychiatrickými lékaři

Výtvarné činnosti – malba, kresba, abstrakce

Možnost docházení na biblický kroužek

Drogy (THC, pervitin a ostatní):

Experimentální užití drog – jednorázová zkušenost, nejvýše 2-3 zkušenosti v životě.

Rekreační – příležitostné/pravidelné užívání drog je zakomponované do životního stylu zejména mladých lidí, nepůsobí vážné zdravotní, sociální a ekonomické problémy.

Problémové užívání drog je dlouhodobé perorální, intravenózní a jiné užívání návykových látek. Problémové užívání většinou způsobuje zdravotní a sociální i ekonomické problémy.

K novým látkám, které se mezi mládeží nyní objevují, patří Kratom, HHC, CBD.

Kratom je tropická rostlina, ze které se suší listy a následně se melou na prášek. Ten se užívá ve formě nápojů, čajů a tablet. Kratom obsahuje psychoaktivní látku, která má narkotické vlastnosti a účinky podobné opiátům ve velkých dávkách, v malých dávkách má účinky podobné kokainu či pervitinu.

CBD – Jeden z kanabinoidů, které obsahuje konopí. Ve srovnání s THC a HHC není psychoaktivní a jeho užívání nedoprovázejí vedlejší účinky. Užívá se k potlačení úzkostí.

HHC – Je přirozeně se vyskytujícím kanabinoidem, který lze vyrobit i synteticky hydrogenací. Chemicky je látka velmi podobná THC a podobné mohou být i účinky při užívání. Účinky tedy na rozdíl od CBD jsou psychotropní.

**Konkrétní aktivity:**

Podpora zdravého životního stylu (posilovna, plavání, sauna, chůze, jízda na kole)

Environmentální výchova - programy zaměřené na ekologii a ochranu životního prostředí (Čistíme Česko, edukace zaměřená na třídění odpadu, exkurze v elektrárně Dukovany)

Diskuze na skupině i na komunitách



Účast na kulturním životě města Vysoké Mýto (koncerty, slavnosti, advent, velikonoce atd).

Zpracovaný postup při indikaci návykových látek v zařízení ve vnitřním řádu

Zpěv s kytarou, relaxace s prvky muzikoterapie, poslech hudby

Pracovní činnosti – výroba keramiky, floristika, ruční práce

### **Nácvik sebereflexe u dívek:**

Spolupráce se specializovanými zařízeními, komunitními centry a pobytovými zařízeními, specializovanými na řešení závislostí, psychiatrickými lékaři

### Ad d) netolimus, gambling

Netolismus: Termínem netolismus označujeme závislost (závislostní chování či závislost na procesu) na tzv. virtuálních drogách. Mezi ně patří zejména:

počítačové hry,

sociální sítě

internetové služby (různé formy chatu),

virální videa

mobilní telefony

televize aj.

Konkrétní aktivity:

Sobotní společné programy – výlety, turistika, rafty, cyklistika

Hry, programy a zaměstnání off-line – nácvik trávení času bez telefonů a připojení na síť

Diskuze ve skupinách, na komunitách, úzce spolupracujeme s Policií ČR.

### Ad. e) Rizikové sporty a rizikové chování v dopravě

Zabezpečení bezpečnosti v prostorách internátu, bytu, při vycházkách a aktivitách zařízení.

### **Konkrétní aktivity:**

Proškolení bezpečnosti všech dívek výchovného ústavu s ohledem na bezpečnost pohybu po balkonech. A to jak bydlících v prostorách internátu, tak na bytě.

Proškolení všech dívek o pravidlech pohybu cizích osob v prostorách internátu, kde je umístěn výchovný ústav, a to ve společných prostorách pro všechny zúčastněné instituce a v prostorách výchovného ústavu.



Proškolení dívek o chování v dopravních prostředcích, při jízdě autem jako spolujezdec (používání bezpečnostních pásů, nevyklánět se z okének, nevyhazovat odpadky, nerozptylovat řidiče...)

Striktní zákaz autostopu

Sdělení informace o přísném zákazu vniknutí cizích osob přes prostory balkonů, a to včetně důsledků z toho plynoucích – přivolání PČR, trestní oznámení, zaplacení případné škody vzniklé poškozením budovy nebo vybavením.

Proškolení o bezpečnosti pohybu přes státní silnici, která se nachází v těsné blízkosti výchovného ústavu, včetně upozornění na nutnost používat přechod pro chodce.

Bezpečnostní školení o pravidlech pobytů mimo budovu ústavu např. na horských chatách, v campu, pod stanem apod.

Proškolení bezpečnosti při vodáckých aktivitách.

Proškolení bezpečnosti při turistice, sportu a výletech do přírody

Školení první pomoci.

#### Ad. f) Poruchy příjmu potravy

Mentální anorexie a bulimie představují ve svých projevech mezní polohy jídelního chování od život ohrožujícího omezování příjmu potravy až po přejídání spojené se zvracením nebo jinou nevhodnou kompenzací energetického příjmu. Pro obě poruchy je příznačný nadměrný strach z tloušťky, nespokojenost s tělem a nadměrná snaha o dosažení štíhlosti a její udržení. Další psychické a zdravotní problémy většinou souvisí s mírou podvýživy a s intenzitou užívaných „metod“ na zhubnutí.

Rizikové faktory: Specifické: nevhodné jídelní a stravovací zvyklosti v rodině, diety, obezita v rodině, PPP v rodině, některé sporty a zájmy

Obecné: Nedostatek rodič. kontroly, duševní poruchy, alkohol v rodině, přílišné zaměření na sebekontrolu a výkon (nebo naopak absence sebekontroly), přílišný důraz na vzhled. Rodiče jako vzor řešení problémů.

Prezentování nevhodných módních vzorů, diet, jednostranných řešení, nekritické zdůrazňování hédonistických hodnot (užít si“) na jedné straně a sebekontroly na druhé

Užívání diet, nevhodné stravovací a pohybové zvyklosti, skandalizace nadváhy, šikana kvůli nadváze a vzhledu

Úzkostnost, pedanterie u anorexie;

Impulzivita a nezdrženlivost u bulimie.

Nadváha, obezita, nadměrná sebekontrola, černobílý pohled na sebe a svět.



Nízké sebevědomí, důraz na vnější hodnoty, orientace na jednoduché řešení, neschopnost akceptovat zpětnou vazbu, následky.

Konkrétní aktivity:

Podpora správné životosprávy

Podpora vhodných stravovacích návyků dodržováním časů na stravu a stolováním.

Sportovní aktivity v průběhu celého školního roku.

Spoluúčast na plánování stravování o víkendech a svátcích

Účast při nákupu a výběru nutričně vyvážených potravin

Stravování v restauraci jako zážitková aktivita

Vlastní vaření a vzájemná inspirace

Zvyšování zdravého sebevědomí, sebeoceňování a sebehodnoty

Motivační a individuální pohovory

#### Ad. g) Intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie

Za extremistické chování lze považovat takové, které je vědomě konáno ve prospěch politických, náboženských a etnických hnutí a ideologií, která směřují proti základům demokratického ústavního státu. U studentů/žáků se zpravidla jedná pouze o dílčí postoje a formy podpory, které mají často pouze slabý ideologický základ.

Rasistické chování je takové, které na základě přisouzení psychických a mentálních schopností a dovedností skupinám definovaným podle biologického, rasového či národnostního původu tyto příslušníky těchto skupin hodnotí a případně (ve formě „tvrdého rasismu“) je i poškozují.

Xenofobní chování je takové, které na základě subjektivně stanovených prvků cizosti (jinakosti) vyvolává obavy ze subjektů, které jsou jako cizí pojímány a v krajních případech může vést k jejich poškozování, což vyvolává protireakci.

Antisemitské jednání je takové, které poškozují objekt židovského charakteru kvůli tomu, že tomuto objektu přisuzuje určité negativní vlastnosti či symbolický význam na základě subjektivní percepce židovství.

Homofobní jednání je takové, které se vyznačuje odporem nebo obavou z homosexuality, nebo osob které jsou homosexuálně zaměřeny. Může se vyznačovat pohrdáním, předsudky, averzí, antipatií až nenávisí, fyzickou i psychickou agresí, nenávisťnými výroky, které mohou vybízet k diskriminaci a pronásledování.

Vzhledem k tomu, že do ústavu jsou umísťovány dívky různých národností, stává se, že mají potřebu řešit rasovou otázku, příslušnost k určité kultuře a podobně. Stále budeme důrazně dbát na prevenci projevů rasismu a xenofobie, aktivity budou směřovány tak, aby se dívky formou přirozené integrace co nejvíce zapojovaly do běžného života, bude u nich





podporována sounáležitost, empatie a projevy ochoty pomoci druhým. Některé dívky řeší záležitosti ohledně přijetí identity a sexuality a cítí se být v tomto ohledu diskriminovány. Budeme dávat prostor k debatám a individuálním pohovorům v této oblasti.

**Prevence projevů rasismu, xenofobie a homofobie:**

Má dostatek informací o různých etnických skupinách žijících v české a evropské společnosti.

Chápe v obecných souvislostech zdroje odlišnosti projevů, chování a jednání lidí z různých etnických skupin či minorit.

Zná principy civilizované a demokratické společnosti.

Zná Listinu základních práv a svobod a Úmluvu o právech dítěte.

Rozumí významu globalizace v moderní společnosti.

Chápe příčiny a důsledky diskriminace, xenofobie, rasismu, homofobie a antisemitismu.

Umí racionálně zhodnotit a kriticky posoudit kladné a záporné vlastnosti příslušníků určité národnostní menšiny.

Používá kritické myšlení.

Umí si vytvořit objektivní názor a nezávislý postoj.

Komunikaci se svými vrstevníky a mladými lidmi na bázi vzájemného porozumění, tolerance a otevřeného jednání.

Umí vytvářet přátelské, rovnocenné a důvěrné vztahy.

Respektuje fyzické a psychické odlišnosti lidí z jiných etnik.

Konkrétní aktivity:

Podpora soužití všech dětí v zařízení bez rozdílů rasy, náboženství, názorů, sociálního postavení.

Komunitní způsob práce

Skupinová psychoterapie (v týdenním časovém cyklu)

Návštěva sociálně vyloučené lokality v okolí, případně Muzea romské kultury v Brně

Návštěva židovské památky

Shlédnutí filmu s vhodnou tematikou

Spolupráce s organizací Don Bosco – účast na akci Den pro dětské domovy

Možnost návštěvy dívek u sexuologa

Pravidelná čtvrtěční psychoterapeutická skupina



### Ad. h) Sexuální rizikové chování, týrání a zneužívání dětí v rodině, domácí násilí

Dítě může být buď aktivním konatelem rizikového sexuálního chování, nebo jeho obětí.

Děti se často stávají o oběti domácího násilí, kdy jsou týrány nebo zneužívány, nebo bývají svědky násilí páchaného na osobách žijících ve společné domácnosti, nebo v širších rodinách.

U dětí a dospívajících mohou na rizikovost upozornit jednak nevhodné sexuální projevy, jakými jsou například nutková masturbace nebo atypický sexuální vývoj (je potřeba je odlišit od projevů normální sexuální zvědavosti, experimentace s vlastním tělem i tělem druhých dětí), jednak projevy nesexuální, které se následně mohou rozvinout až do sexuální deviace. U chlapců může docházet k nárůstu fyzické agrese, u dívek spíše k sebepoškozování.

Na riziko sexuálního rizikového chování nás může upozornit tzv. „triáda symptomů“: noční pomočování i po dvanáctém roce života, krutost ke zvířatům a žhářství.

Týrání či zneužívání se projevuje u dětí různými způsoby: často jsou vidět fyzické stopy na těle, skleslost, zádumčivost, dítě trpí úzkostí, může se sebepoškozovat, obviňovat, je agresivní...

Okruhy témat pro rozhovory:

Zná rozdíl mezi průběhem dospívání u dívek a u chlapců.

Identifikuje primární a sekundární pohlavní znaky.

Chápe tělesné a duševní charakteristiky/rozdíly příslušníků stejného a opačného pohlaví.

Ví, jak probíhá zdravý menstruační cyklus.

Pozná u sebe problémy s menstruací a pohlavními orgány.

Ví, že existuje a jak se projevuje u žen premenstruační syndrom.

Rozumí svým emocím a prudkým změnám nálad.

Chápe, jak probíhá vývoj dítěte uvnitř matky.

Identifikuje, které věci mohou poškodit plod.

Uvědomuje si rizika spojená s interrupcí.

Ví, kdy je člověk zralý pro sexuální styk.

Chápe, že masturbace není škodlivá a zdraví nebezpečná.

Ví, jak se má chovat k osobám opačného pohlaví.

Ví, že je zakázáno (a proč) navštěvovat erotické stránky na internetu a sledovat filmy označené jako nevhodné pro děti a mladší 18 let.

Rozumí tomu, proč je dětem zakázáno číst pornografické časopisy a sledovat porno na PC nebo v televizi.



Chápe, že homosexualita je přirozená a přijatelná alternativa sex. chování.

Zná rozdíl mezi heterosexuální, homosexuální a bisexuální orientací.

Ví, že i heterosexuálně orientovaní lidé mohou za určitých okolností mít homosexuální či bisexuální fantazie a projevy.

Má k dispozici kontakty, kam se obrátit a kde hledat pomoc v případě nejasností se svou sex. orientací a může požádat o radu v oblasti sexuálního chování

Zná základní sexuální pojmy, umí rozpoznat nebezpečí, zná svá práva

Umí říci ne i dospělému a ví, že některé projevy chování a dotyky jsou nevhodné

Zná svoji hodnotu a umí si říct o pomoc

### **Konkrétní aktivity:**

VZTAH (mezi dospělými a dětmi)

Základní strategií zůstává, že je potřeba brát každé sdělení dítěte vážně.

Přednáška od gynekoložky, následná diskuze, beseda

Promítání filmu s vhodnou tematikou, beseda

Podpora zdravého klimatu v zařízení

Skupinové aktivity (výjezdy na hory, zážitková pedagogika, rafty)

Čas na individuální rozhovory (v průběhu roku)

Podpora SEBEVĚDOMÍ A VLASTNÍ HODNOTY

Účast na projekcích dokumentárních filmů o sexuálním násilí (Projekt 100, festival Jeden svět)

Diskuze nad problematikou tenderu v rámci komunity, skupiny.

### Ad. ch) Sebepoškozování

Sebepoškozování je 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.

Za patologické sebepoškození se obecně nepovažuje poranění, které je v dané kultuře tolerované a jehož primárním cílem je dekorace těla (v naší kultuře typicky piercing a tetováž), sexuální uspokojení, spirituální zážitek v rámci rituálních praktik či začlenění se do skupiny vrstevníků nebo demonstrace vlastní hodnoty mezi nimi (snaha být „cool“ a „in“).

Z psychologického hlediska lidé, kteří se poškozují, často

trpí chronickou úzkostí

mají sklon k podrážděnosti





sami sebe nemají rádi/sami sebe znehodnocují

jsou přecitlivělí na odmítnutí

mívají chronický vztek, obyčejně na sebe

mají sklon potlačovat zlost

mívají intenzivní agresivní pocity, které výrazně odsuzují a často potlačují nebo obražejí proti sobě

bývají impulzivnější a mívají oslabenou schopnost kontrolovat impulzy

mívají sklon jednat v souladu se svou momentální náladou

mají sklon neplánovat do budoucna

bývají depresivní a mívají sebevražedné/sebedestruktivní sklony

nemají flexibilní repertoár dovedností pro zvládnání zátěže

mají sklon k vyhýbavosti

cítí se slabí, bezmocní.

**Konkrétní aktivity:**

Odborná psychologická a terapeutická podpora

Individuální přístup a znalost dominujících problémů

Spolupráce s pedopsychiatrem

Ve skupinové práci trénink uvolňování napětí//relaxace, pohyb, psychoterapie/.

V případě masivního sebepoškozování je nutné volat RZS

Omezení stigmatizace – rozhovory a diskuze ve skupině

Možnost docházení na biblický kroužek

Ad. i) Ostatní rizikové chování – vandalismus, kriminalita, krádeže, příslušnost k subkulturám, negativní působení kultů, nová náboženská hnutí, neplánované brzké těhotenství, prevence přenosných chorob (viz aktuální epidemiologická situace – Covid 19.

Pokud se tato problematika objeví, je řešena individuálně s psychologem, etopedem nebo vychovatelem; ve spolupráci s rodiči nebo kurátorem podle potřebnosti návaznosti řešení.

V letošním roce plánujeme další besedy s vrstevníky, kteří mohou dívkám odvyprávět svůj životní příběh – Peer programy

**Konkrétní aktivity:**

Individuální rozhovory s etopedem a psychologem







Úzký kontakt mezi dítětem a vychovatelem celoročně, důvěra a vztah

Komunitní způsob práce

Beseda s hostem na vybrané téma – vrstevník – peer program

Motivační rozhovory zaměřené na důležitost vzdělávání a rozvoj představ o budoucnosti

Debaty na téma zralého rodičovství, plánování rodičovství

Zátěžové programy (3-denní) i jednodenní

Sportovní a volnočasové aktivity

Sobotní řízené programy s psychologem a etopedem

Pravidelná čtvrtetní psychoterapeutická skupina

Pravidelné informování o aktualitách s výskytem infekčních chorob (Covid 19) připomínání bezpečného a ohleduplného chování, informace o prevenci a možném očkování.

Metodická doporučení a metodické pokyny v oblasti primární prevence rizikového chování schválená vedením MŠMT:

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>



## **Příloha č.1 Minimálního preventivního programu na školní rok 2023/2024**

Pravidelně probíhají terapeutické skupiny od října do května (pro rozvoj sociálních a emočních dovedností a kompetencí, zvládnání konfliktů a zátěžových situací, rozvoj zdravého sebevědomí a sebehodnocení, zvládnání úzkosti ad. Ve skupině je vždy max. 8–10 dětí z důvodu individuální práce s dětmi.

V rámci další možnosti práce s patologickými jevy ve vrstevnické skupině dětí, pracuje pod vedením etopeda a terapeuta psychosociální skupina, zahrnující všechny děti v zařízení, zaměřující se na vztahovou a skupinovou dynamiku, na prevenci šikany, rasismu, xenofobie, zneužívání sociálních sítí, zneužívání návykových látek a další patologické jevy vyskytující se ve vrstevnické skupině dětí. Otevřením této skupiny jsme reagovali na čtenější výskyt náznaků šikany a zneužívání rolí ve skupině.

Do programu jsou zařazeny pravidelné sobotní odpoledne s psychologem a etopedem (interval 1x za 2 měsíce), kdy jde o řízenou činnost konkrétně zaměřenou na danou oblast MPP. Součástí programu jsou hry, edukační část, fyzická zátěž, komunitní sdílení času. Ve skupině bude vždy max. 8–10 dětí z důvodu individuální práce s dětmi.

Frekvence 1x za 2 měsíce v sobotu odpoledne od 13,00 do 19,00 hodin (maximálně do 20,00 hodin).

### **Konkrétní data v měsíčních plánech práce.**

#### **Září–listopad:**

3denní úvodní adaptační a zátěžový pobyt na chatě v přírodě

Pravidelný úklid místní lokality od odpadků

Exkurze v azylovém domě pro matky s dětmi

Exkurze v DPP, v azylovém bydlení – výběr v regionu

Návštěva hřbitova/smysl dušiček/

Návštěva pracovníka s Pestalozzi centra

Rafty

Pracovní a výtvarné činnosti – výroba keramiky, floristika, podzimní výzdoba

Návštěva plaveckého bazénu

Možnost docházení na biblický kroužek

Účast na akci Den pro dětské domovy – Don Bosco

Pravidelné terapeutické skupiny od října

Občasná sobotní odpoledne s psychologem a etopedem

Pravidelná čtvrtetní psychosociální skupina





### **Prosinec:**

Adventní zamyšlení – (advent, smysl, poselství, sebeuvědomění, prožitek)

Vánoční besídka, předávání dárků

Bruslení na stadionu

Návštěva plaveckého bazénu

Návštěva výstavy betlémů, muzeí, vánočních výstav

Výtvarné a pracovní činnosti – výroba adventní a vánoční výzdoby

Výroba a pečení tradičního vánočního cukroví

Připomínání a prožívání vánočních tradic – zpěv koled, rozsvícení vánočního stromu, tradice, návštěva betlému

Možnost docházení na biblický kroužek

Pravidelné terapeutické skupiny od října

Pravidelná čtvrtetní psychosociální skupina

Občasná sobotní odpoledne s psychologem a etopedem

### **Leden – březen:**

Zátěžový víkendový pobyt na horské chatě – zimní sporty, turistika

Účast na para hokejových zápasech

Kino – festival Jeden svět – se skupinou)

Beseda s odborníkem na problematiku závislostí

Beseda s účastníky Peer programu na vybrané téma

Pravidelná čtvrtetní psychosociální skupina

Pravidelné terapeutické skupiny od října

Návštěva významné kulturní památky, regionální muzeum...

Pracovní činnosti – výroba velikonoční a jarní výzdoby – floristika, práce s papírem

Návštěva plaveckého bazénu

Bruslení na zimním stadionu

Exkurze v DPP, v azylovém bydlení – výběr v regionu

Beseda s pracovníkem Charity ČR – Nabídka služeb

Návštěva Muzea romské kultury v Brně





Rafty

Možnost docházení na biblický kroužek

**Duben – červen:**

Jarní vícedenní preventivně výchovný pobyt v Krkonoších, zaměřený na soudržnost, spolupráci, komunikaci formou skupinové činnosti, s použitím terapeutických a zážitkových prvků v programu.

Beseda s účastníky Peer programu na vybrané téma

Pravidelná čtvrtetní psychosociální skupina

Pravidelné terapeutické skupiny od října

Rafty

Návštěva plaveckého bazénu

Cyklovýlety

Účast na akci Den pro dětské domovy – Don Bosco

Návštěva Židovského muzea v Praze – synagoga, Galerie Roberta Guttmanna

Možnost docházení na biblický kroužek

**Červenec - srpen:**

Sjíždění řeky na více dnů /Sázava, Orlice, Vltava apod./

Turistické celodenní výlety

Vícedenní zátěžový pobyt v přírodě

Koupání

Cyklovýlety

Školení první pomoci

Poznávání kulturních památek





### **Spolupracující organizace:**

CEDR – společné aktivity

Šance pro Tebe Chrudim – aktivity pro děti z místní romské komunity

Don Bosco – programy přípravy na zletilost, doprovázení, víkendové pobyty

SKP Centrum – spolupráce v projektu přípravy na přechod z ústavního zařízení do Domu na půl cesty

Nadace J.J. Pestalozzi – programy přípravy na zletilost, doprovázení, víkendové pobyty

NPI Pardubice, UHK, DSV Polsko – praxe studentů s preventivními aktivitami pro děti

Nadace Terezy Maxové – financování pomůcek na rafting a outdoorové aktivity

LAXUS Pardubice – adiktologická poradna





## **Příloha č.2 Minimálního preventivního programu**

Zabezpečení bezpečnosti v prostorách internátu

Proškolení bezpečnosti všech dívek výchovného ústavu s ohledem na bezpečnost pohybu po balkonech, bezpečnost práce s elektrickými spotřebiči

Proškolení všech dívek o pravidlech pohybu cizích osob v prostorách internátu, kde je umístěn výchovný ústav, a to ve společných prostorách pro všechny zúčastněné instituce a v prostorách výchovného ústavu.

Sdělení informace o přísném zákazu vniknutí cizích osob přes prostory balkonů, a to včetně důsledků z toho plynoucích – přivolání PČR, trestní oznámení, zaplacení případné škody vzniklé poškozením budovy nebo vybavením.

Proškolení o bezpečnosti pohybu přes státní silnici, jejíž těleso je nedaleko výchovného ústavu, včetně upozornění na nutnost používat přechod pro chodce.

Bezpečnostní školení o pravidlech pobytů mimo budovu ústavu např. na horských chatách, v campu, pod stanem apod.

Proškolení bezpečnosti při vodáckých aktivitách.

Školení o šikaně.

Školení k první pomoci



## **Příloha č. 3 Minimálního preventivního programu**

### **Řešení šikany**

První pomoc při počáteční šikaně – počáteční šikanu nepovažujeme za mimořádnou událost, proto nepodléhá hlášení

vychovatelé, etoped nebo psycholog odhadnou závažnost a formu šikany v zařízení

odborný pracovník provede rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili a s obětí (oběťmi)

najde vhodné svědky

odborný pracovník provede individuální rozhovory se svědky; v žádném případě není možné společné vyšetřování oběti a agresorů nebo konfrontace oběti s agresorem

odborný pracovník zajistí bezpodmínečnou ochranu oběti šikany

odborný pracovník předběžně vyhodnotí situaci a zvolí vhodnou formu rozhovoru:

- a) rozhovor s obětí a rozhovor s agresorem (metoda usmíření)
- b) rozhovor s agresory (metoda vnějšího nátlaku)

### **Realizace vhodné metody**

komunita – a) efekt metody usmíření; b) oznámení potrestání agresorů (ředitelka zařízení)

práce s celou komunitou

práce s menší skupinou

Krizový scénář při skupinovém násilí či pokročilé šikaně – tento druh šikany považujeme za mimořádnou událost, proto podléhá hlášení MŠMT, státní zástupkyni, případně Policii ČR – vždy zodpovídá vedoucí pracovník

### **A: První kroky pomoci**

zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad situace, závažnost, forma šikany

bezprostřední záchrana oběti; okamžité zastavení skupinového násilí (intenzivní pomoc z odborného týmu a týmu vychovatelů).

### **B: Příprava podmínek pro vyšetřování**

zalarmování vychovatelů ve službě a informování vedení ústavu

zabránění domluvě mezi dětmi na křivé skupinové výpovědi

pokračující pomoc oběti (např. přivolání lékaře, přivolání policie ČR)





oznámení na policii, informování rodičů, informování odboru speciálního školství na MŠMT  
přivolání ředitele zařízení, etopeda, psychologa a vedoucího vychovatele

### **C: Vyšetřování**

rozhovor s obětí a informátory

nalezení nejslabších článků; nespolupracujících svědků

individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky

rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory; nikdy nekontaktovat agresora s obětí.

### **D: Náprava**

12. metoda vnějšího nátlaku ze strany odborných pracovníků a vedení ústavu a změna konstelace skupiny.

