



Nabídka služeb metodika prevence Milana Žižky, PPP PLZEŇ JIH pro rok 2021/2022

Mgr. Milan Žižka

Oblastní metodik primární prevence Plzeň jih (Plzeňský kraj).

Pedagogicko-psychologická poradna Plzeň jih, Částkova 78, 326 00 Plzeň Mobil: 733 745 842,

E-mail: milan.zizka@pepor-plzen.cz

SMĚREM K ŽÁKŮM:

- **Adaptační programy**

Jejich smyslem je nasměrování nově vznikajících kolektivů žádoucím směrem a dobrá adaptace na nové prostředí. Programy budují psychické bezpečí, nastavují pozitivních hodnoty a normy uvnitř skupiny a usnadňují vzájemné provázání žáků i pedagogů ve společnou identitu. Adaptační program může mít různé formy (dopolední blok ve třídě, přespávání ve škole, jednodenní výlet nebo třídní kurz), vždy ale pracuje s prvky zážitkové pedagogiky, diskuzemi a osobním příkladem pedagogů (jejich empatií, autenticitou, důsledností aj.).

Konkrétní náplň, termín, forma podpory a další detaily realizace vždy po domluvě s pedagogy.

- **Preventivní programy**

*U preventivních programů a podpory třídnických hodin/třídních kolektivů nově nabízím i **elektronickou/distanční formu bloků v rámci programu Zoom nebo Microsoft Teams.** Jejich podoba je mírně upravená pro tento způsob interakce, zakládá se na zájmu, dobrovolném kontaktu žáků a technické součinnosti učitele.*

- **Dovedu se ozvat - prevence šikany**

Interaktivní blok zaměřený na rozvoj sociálních dovedností a schopností skupiny čelit posmívání, vyčleňování a ponižujícímu chování. Posiluje vnímavost žáků ke konfliktu, dovednost zastat se nebo zdravě vymezit nežádoucí chování, ale také autenticky a s empatií sdělovat druhým své potřeby v konfliktních situacích. Vyjasňuje rozdíly mezi posmíváním, šikanou, konfliktem a dává dětem postupy a kontakty pro případ ohrožení.

- **Holky, kluci, láska a milování**

Vzhledem k citlivosti, šířce tématu, rozdílnému nastavení jednotlivých tříd domlouvám vždy konkrétní zakázku s vyučujícím a hlavně se žáky dané třídy. Otevřeně, s citem, ale i důrazem na odpovědnost k sobě i druhým s žáky mluvíme o dospívání, zamilovanosti, odpovědné ochraně při milování, rizicích pohlavně přenosných nemocí, ale i nejistotách, partnerských očekávání nebo homosexualitě. Interaktivní blok je složený z diskuzí a skupinových aktivit.



– **S čistou hlavou – prevence závislostí**

Interaktivní blok o problematice látkových závislostí. Se žáky mluvíme o lákavosti i skrytých rizicích drog i alkoholu. O výhodách života bez návykových látek i vzniku závislosti a odpovědnosti k sobě samému. Usazujeme představy o míře užívání NL s realitou, rozvíjíme dovednosti „odmítnout“ a čelit vrstevnickému tlaku. V závěru se zaměřujeme na protektivní faktory, jako jsou zvládání napětí/nudy, přijetí druhými, nebo zájmy a dovednost relaxovat.

– **Nejsi na to sám - náročné životní situace**

Interaktivní blok, jehož cílem je pomoci žákům se orientovat v náročných životních situacích. Uvědomit si, že i těžkosti, smutek, nejistota patří k životu, ale také co nám v jejich zvládnutí pomáhá a že na ně nejsme sami. S cílem se tak můžeme dotknout témat jako rozvod rodičů, nešťastná láska, sebepoškozování, anorexie aj. V modelových situacích rozvíjíme vnímavost žáků k signálům druhých, sami navrhnou možnosti podpory, porovnávají je, vyhledávají kontakty na odborníky. Program je vždy přizpůsoben specifické situaci kolektivu s TU a ŠMP.

– **Konflikty bez poražených**

Cílem programu je ukázat žákům jaké cesty vedou k efektivnímu řešení sporů a co naopak dohodu blokuje. Mluvíme se žáky o tom, jak vyjít z bludného kruhu, kde „silnější bere vše, ostatní prohrávají, nebo útočí skrytě“ a trénujeme spolu způsoby autentického sebeprosazení a zároveň respektu a vnímavosti k potřebám druhých. V rámci programu pracujeme s osobní zkušeností žáků, animací, postoji a nácviky komunikačních dovedností i zážitkovou aktivitou.

Vhodnost zařazení: 2. - 9. třídy ZŠ, SŠ, SOU.

Časová dotace: 3 VH + konzultace s TU

– **Ochoč si svou sílu**

S chlapeckou částí třídy se podíváme se na agresivitu jako na přirozenou věc, se všemi jejími plusy i mínusy. Budeme sdílet svoje postoje k síle, odpovědnosti, obraně, bolesti i porážce. Formou zážitkových aktivit, diskuzí se budeme dotýkat „klukovské“ agresivity, potřeb schovaných za ní a hledat tvořivé a odpovědné způsoby jejího zvládnutí.

Program je určený pro třídní skupiny, jejímž tématem je přehnané nebo slabé sebeprosazení, soutěživost. Ambicí programu je téma otevřít a ukázat chlapcům možnosti a podpořit je v odpovědném, plodném zacházení se svou silou. Určitě ale není náhradou intervenčního programu nebo změně již chronifikovaných problémů.

Vhodnost zařazení: 3. - 9. třídy ZŠ, SŠ, SOU. Určeno pro chlapeckou část třídy za přítomnosti dalšího pedagoga – muže.

Časová dotace: 3 VH + konzultace s TU/přítomným pedagogem.

Pokud není uvedeno jinak, tyto preventivní programy jsou vhodné pro 3. - 9. třídy ZŠ a SŠ, vždy ale s adekvátní věkovou a tematickou variantou odpovídající dané třídě a cíli programu.

Časová dotace: 2 VH + konzultace s TU nebo ŠMP (cca 30 min). Pro školy bezplatné.



- **Mapování vztahů/kázně ve třídě** – nabídka diagnostiky „problémového“ kolektivu třídy s následnou konzultací s TU a ŠMP – nestandardizovaná/standardizovaná diagnostika

- **Intervenční programy**

- **IN**

Intervenční program určený pro skupinu již zasaženou rizikovým chování (vztahové, kázeňské problémy, podpora kolektivu po proběhlé šikaně aj.)

Začíná mapováním situace a spolu se zadavatelem definuje konkrétní oblast změny. V rámci jednotlivých setkání obnovuje psychické bezpečí, vytváří prostor pro autenticitu, empatii a přijetí, které budují zdravé skupinové vztahy. Stejně tak ale pracuje s důsledností a odpovědností všech zainteresovaných. Program rozvíjí sociální dovednosti žáků a nastavuje systémová, technická opatření pro dlouhodobé udržení změny (individuální práce se žákem/rodiči, periodická třídní setkání, podpora učitelů, spolupráce s návaznou sítí aj.).

Periodická setkání probíhá za přítomnosti, spolu-lektorování třídního učitele a mají přesah jak do třídnických hodin, tak do spolupráce školního sboru.

Objednávka na základě předchozí konzultace.

Program pro školy bezplatný, hrazen PPP.

Vhodnost zařazení: 1. - 9. třídy ZŠ, SŠ, SOU.

Společné vedení programu s TU a následná práce s kolektivem bezpodmínečná

Časová dotace: 4 až 7 setkání, ve 3hod. blocích, cca jednou za 14 dní.

Podmínky: Aktivní zapojení TU, dodržování dohodnutého plánu, souhlas ZZ.

- **Dobré vztahy 3 x 3**

Program na pomezí prevence a intervence. Zmírňuje počínající kázeňské problémy a vztahové konflikty mezi žáky (žáky a pedagogy). Pomáháme skupině s řešením konfliktu, zvládnutím napětí a kultivováním vzájemných potřeb, vztahů, rozvojem sociálních dovedností.

Stejný důraz jako na práci se skupinou, ale klademe i na souhru a podporu s třídním učitelem

Program pro školy bezplatný, hrazen PPP.

Vhodnost zařazení: 2. - 9. třídy ZŠ, SŠ, SOU.

Společné vedení programu s TU a následná práce s kolektivem žádoucí.

Časová dotace: 3 tříhodinová setkání jednou za týden-14 dní. Průběžné konzultace.

Podmínky: Aktivní zapojení a příprava TU, dodržování společného plánu.

SMĚREM K PEDAGOGŮM:

- **E-mailový informační servis pro ŠMP, vedení škol:**

- Cca 1 x za měsíc zasílám aktuality z oblasti prevence (nabídky prev. programů, metodiky a tipy na práci se třídami, rizikovým chování. Metodická doporučení MŠMT, informace ke grantovým řízením aj.).



- **Setkání školních metodiků prevence**

- pravidelná setkání 3x ročně (Podzim, zima, jaro. Různá témata, hosté, praxe.)

- **Metodická podpora/konzultace**

- poskytování individuálních konzultací, metodické podpory a provázení pedagogických pracovníků – TU/ŠMP/VP, ŘŠ
- témata: předcházení rizikovému chování žáků, technická opatření, náročné vztahové či kázeňské problémy třídy nebo projevy konkrétního žáka, záškoláctví, projevy šikany, vytváření preventivního programu školy, pomoc při zpracování grantů a dotací
- podpora při výchovných komisích, mimořádných schůzkách s rodiči, případových setkání
- podpora při šetření šikany ve škole
- metodická podpora začínajícím ŠMP

- **Poradenská činnost** – individuální poradenství jednotlivým žákům a poradenská a konzultační činnost pro rodiče

- **Semináře pro pedagogy**

- Preventivní program školy
- Vedení třídnických hodin
- Mapování vztahů a nestandardizovaná sociometrie
- Jak na adaptační program
- Práce s nekázní
- Kazuistický seminář
- Komunitní kruhy a reflexe
- IVYP: individuální práce se žákem
- Třídní pravidla
- Šetření šikany a následná opatření
- Interaktivní hry do třídy
- Nízké lanové překážky
- Týmové a zážitkové aktivity
- Koheze pedagogického sboru
- Systematický rozvoj školního klimatu
- seminář „na klíč“ dle potřeb školy

- **Tematická setkání**

- malé skupiny učitelů – většinou 4 – 10 pedagogů – cca 2 hodiny po vyučování
- různá zaměření: práce s konkrétní třídou, podpora vedení třídnických hodin, sdílení, plán individuální práce s žákem, případové setkání, Bálintovská skupina, psychohygiena/relaxace.
- Vždy po společné aktuální dohodě.