

Mozaika integračních snah



JSOU MEZI NÁMI „PREVENCE VE ŠKOLE“

Mgr. Barbora Neklapilová



esf evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost



Jihomoravský kraj

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Obsah:

1. Úvod.....	3
2. Základní termíny.....	4
3. Vybrané postupy řešení krizových situací.....	10
4. Návrhy na semináře – prevence a řešení šikany	21
5. Preventivní program –syndrom CAN.....	26
6. Příloha – seznam linek důvěry v ČR.....	32

Úvod

Pojem sociálně patologické jevy je pojmem sociologickým a postihuje fatální jevy ve společnosti (alkoholismus, krádeže, užívání návykových látek, kouření, šikana apod.), k nimž mimo jiné také musí směřovat opatření primární prevence. Ve školním prostředí pedagogové pracují s rizikovým chováním, které zahrnuje širší spektrum jevů a vůči němuž zaujímají účinná primárně preventivní opatření s cílem minimalizace projevů i rizik takového chování a případně je diagnostikují a následně přijímají efektivní opatření. Jedná se o práci s jedincem, nikoliv s fenoménem.

2. Základní termíny

Prevence

V nejjednodušším smyslu slova znamená prevence předcházení něčemu, ochranu před něčím. V našem případě jde o předcházení vzniku patologických jevů.

Prevenci můžeme dělit na primární, sekundární a terciární. Ta primární bývá zaměřena na celou společnost, občany, instituce. Usiluje o podporu psychického i sociálního zdraví, socializaci člověka. Jedná se o osvětově informační akce. Pozornost je věnována dětem a mládeži, kteří nejsou dosud zasaženi negativními sociálně-patologickými jevy.

Sekundární prevence je pak zaměřena na rizikové skupiny a jedince, u nichž je riziko vzniku nepříznivé životní situace, sociálně patologických jevů v důsledku zdravotního postižení, sociokulturních, komunikačních bariér apod. Jedná se o širokou cílovou skupinu – lidé s postižením, nízkou sociokulturní úrovní, experimentátoři s drogami, bezdomovci, jedinci opouštějící ústavní zařízení. V rámci sekundární prevence je na prvním místě důležité rozpoznat rizika, poruchy, odchylky, onemocnění, nejlépe již ve fázi vzniku problému. Cílem je zabránit dalšímu rozvoji nepříznivé situace jedince.

Terciární prevence je zaměřena přímo na postiženou populaci s cílem zabránit zhoršování a opakování problému. Zaměřuje se také na diskriminaci vůči ohroženým skupinám. Je nezbytnou nadstavbou sekundární prevence. Snaží se o to, aby se nepříznivé jevy, onemocnění nestaly chronickými a nepřerostly v trvalý handicap. (Novosad, 2009)

Sociálně patologické jevy

Patologické jevy jsou nežádoucí jevy projevující se ve společnosti. Jedná se o velice rozsáhlé téma zahrnující například chudobu a nezaměstnanost, alkoholismus, šikanu, kriminalitu, rasismus, prostituci, gamblerství aj. (<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/socialne-patologicke-jevy>)

Ve vztahu k sociálně patologickým jevům je velmi důležitým činitelem vzniku mnohých těchto fenoménů rodina. V rodině jsou uspokojovány potřeby člověka. Jde o blízké lidi, kteří ovlivňují jedincovy hodnoty, preference a tím ovlivňují chování členů rodiny v interakci se společenským okolím. Rodina formuje jedince v průběhu jeho vývoje, ale v některých případech se může stát zátěží a vést ke vzniku psychických obtíží a později dokonce sociálně patologických jevů. (Fischer, S., Škoda, J., 2009)

Vedle rodiny však může být i školní prostředí a vrstevnická skupiny rizikovým činitelem. Nemluvě o možnosti nazírat na problematiku s pohledu společenského, historického či politického kontextu. Neméně důležité mohou být také dispozice dědičné a osobnostní. (Matoušek, 2003)

Lze tedy vidět, že se jedná o velmi rozsáhlou problematiku, kterou lze jen těžko postihnout několika slovy. Pro náš účel však postačí alespoň výše zmíněné vymezení.

Užívání návykových látek

Lze považovat za rizikové chování, na kterém se podílí mnoho faktorů. Vydefinování rizikových faktorů pomáhá najít vhodné a účinné intervence a předcházet hlubším negativním dopadům, které ovlivňují rozvoj osobnosti a uplatnění mladého člověka v životě.

Rozlišujeme

- **Experimentální** užití drog
- **Rekreační** – příležitostné užívání drog
- **Problémové** užívání drog
- **Závislé** užívání drog

V ČR je zakázána výroba, distribuce, přechovávání, šíření i propagace omamných a psychotropních látek, a to bez ohledu na věk žáka a prostředí, ve kterém by k tomu docházelo. Zakázáno je rovněž navádění k užívání těchto látek.

Alkohol

je v Evropě 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.

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.

Rasistické chování

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

Za záškoláctví

(„chození za školu“) je považována neomluvená absence žáka základní či střední školy ve škole. Jedná se o přešůpek, kterým žák úmyslně zanedbává školní docházku. Je chápáno jako porušení školního řádu (pravidel stanovených školou), současně jde o porušení školského zákona, který vymezuje povinnou školní docházku.

Agrese

(z lat. ad-gredior, přistoupit blízko, napadnout) je v psychologicko-sociologickém pojetí chování, které vědomě a se záměrem ubližuje, násilně omezuje svobodu a poškozují jiné osoby nebo věci.

Agrese, ať již fyzická či verbální, může -

1. vzniknout v afektu nebo
2. se může jednat o agresi instrumentální (úmyslný faul při sportu).

Rozeznáváme *více typů agrese*:

- myšlenková, verbální, fyzická
- afektivní, instrumentální
- zaměřená proti osobám, věcem, na jiný objekt, než podnětový
- přesunutá, zadržovaná

Sklon k útočnému jednání, které se transformuje do různých podob, se nazývá **agresivita**.

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.

Kyberšikana

je šikanování jiné osoby (např. ubližování, ztrapňování, obtěžování, ohrožování, zastrašování apod.) s využitím Internetu, mobilních telefonů či jiných informačních a komunikačních technologií.

Nejčastější projevy kyberšikany:

1. Zasílání urážlivých a zastrašujících zpráv či pomluv (e-mail, SMS, chat, ICQ, Skype).
2. Pořizování zvukových záznamů, videí či fotografií, jejich upravování a následné zveřejňování s cílem poškodit zachycenou osobu (fyz. útok, natáčení učitele).
3. Vytváření internetových stránek, které urážejí, pomlouvají či ponižují konkrétní osobu (blogy a jiné www stránky).
4. Zneužívání cizího účtu – krádež identity (e-mailového, diskusního apod.).
5. Provokování a napadání uživatelů v diskusních fórech, tapetování.
6. Odhalování cizích tajemství.
7. Vydírání pomocí mobilního telefonu nebo Internetu.
8. Obtěžování a pronásledování voláním, psaním zpráv nebo prozváněním.

Drobné krádeže

Trestné je odcizení věci nad 5000 Kč. V případě recidivy (tedy opakovaných krádeží) tato hranice výše škody není rozhodná. Za **drobné krádeže** považujeme v souladu s trestním zákoníkem krádeže pod tuto stanovenou hranici.

Kdo opakovaně krade do 5000,- Kč je stíhán jen v případě, že už byl někdy odsouzen za vloupání, po činu se pokusil věc uchovat násilím, někomu vzal něco z kapsy či z batohu, kradl za povodní aj.

Intolerance

je nesnášenlivost, nedostatek úcty k jiným způsobům chování a jednání, nedostatek respektu k jinému přesvědčení či víře než je naše.

Projevuje se zákazem odlišných způsobů chování či názorů než jsou naše vlastní. Může také znamenat, že se s některými lidmi nezachází odpovídajícím způsobem (např. kvůli sexuální orientaci).

Poruchy příjmu potravy

se často rozvíjejí pomalu a nenápadně, ztracené v nevhodných jídelních návycích vrstevníků a rodiny.

Mentální anorexie začíná nejčastěji ve věku třinácti až osmnácti let, mentální bulimie obvykle mezi patnáctým až pětadvacátým rokem věku.

Poruchy příjmu potravy patří mezi nejčastější problémy dospívajících dívek a mladých žen (*poměr ženy:muži bývá uváděn 8-15:1*).

K rozvoji **poruch příjmu potravy** dochází v případě, že více či méně disponovaný jedinec je vystaven vlivu faktorů, které mohou vést k držení diet a současně některým dalším vlivům, které jsou nebezpečné z hlediska rozvoje jiných duševních poruch.

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.

Vandalismus

ve školním prostředí se projevuje ničením školního majetku nebo jeho poškozováním a ničením majetku ostatních žáků a žákyň, případně dalších členů školní komunity. Jedná se buď o významné útoky na věci, které mají za následek **jejich úplné zničení** (ulomené části nábytku, prokopnuté dveře, utržené vodovodní kohoutky, utrhané hadice od hasicích přístrojů, zničené školní pomůcky, učebnice části oblečení) **nebo významné poškození** (čmáranice a nápisy na zdech nebo školním nábytku, popsané a polité učebnice, oloupané nejrůznější rohy, nalepený toaletní papír na stropě apod.)

Násilí

je „záměrné použití nebo hrozba použití fyzické síly

1. proti sobě samému,
2. jiné osobě
3. nebo skupině či společnosti osob,

které působí nebo má vysokou pravděpodobnost způsobit zranění, smrt, psychické poškození, strádání nebo újmu“ (*definice Světové zdravotnické organizace WHO*).

3. Vybrané postupy řešení krizových situací

VANDALISMUS

Typ rizikového chování

Vandalismus ve školním prostředí se projevuje ničením školního majetku nebo jeho

poškozováním a ničením majetku ostatních žáků a žákyň, případně dalších členů školní komunity. Jedná se buď o významné útoky na věci, které mají za následek **jejich úplné zničení** (ulomené části nábytku, prokopnuté dveře, utržené vodovodní kohoutky, utrhané hadice od hasicích přístrojů, zničené školní pomůcky, učebnice části oblečení) **nebo významné poškození** (čmáranice a nápisy na zdech nebo školním nábytku, popsané a polité učebnice, oloupané nejrůznější rohy, nalepený toaletní papír na stropě apod.)

Důvody pro takové chování jsou nejrůznější a pro vypořádání se s jevem je třeba se jimi zabývat v každém konkrétním případě. Jestliže se jedná o záměr a cíl, pak je třeba použít vůči žákyni/žákovi jiné opatření, než když se jedná o snahu na sebe upozornit, vyrovnat se spolužákům a spolužačkám nebo o následek šikany, či její doprovodný projev.

V různé míře se jev vyskytuje ve všech školách a všech stupních vzdělávací soustavy. Prostory, na jejichž konečné podobě se nějak podíleli i žáci a žákyně jsou terčem útoků méně často, než prostory ostatní a jsou také školní komunitou více střežené.

Rizikové situace (místo, terč, čas)

Nejrizikovější čas co do četnosti případů vandalismu je rozhodně **přestávka** mezi vyučovacími hodinami nebo přestávka mezi dopoledním a odpoledním vyučováním. Eliminace jevu v této době pomocí situačních opatření je možná.

Fyzický dohled nad žáky a žákyněmi – jedním ze způsobů kontroly jevu je vykonávání přímého fyzického dohledu (tedy tzv. „dozor“). Přítomnost dospělé osoby na rizikovém místě komplikuje provedení útoku proti věci a řadu vandalů odradí. Dospělá osoba svou přítomností, zejména pohybuje –li se v určeném prostoru, vytváří ve svém „dohledovém okolí“ poměrně bezpečný prostor. Vandalismus tímto opatřením nevytlačíte ze školy, ale ve střeženém prostoru probíhat nebude. Přítomnost dospělé osoby má v těchto případech stejný efekt jako sledování prostoru technickým prostředkem.

Vnitřní kamerové systémy - umístování kamerových systémů do škol není vítanou aktivitou pro Úřad pro ochranu osobních údajů, pro některé rodiče a zástupce pedagogické veřejnosti. Učitelky, učitelé a školští manažeři a manažerky se na tento technický prostředek obvykle dívají jinak. Prostor střežený kamerou je z hlediska vandalismu zcela bezpečný prostor.

Organizované přestávkové aktivity – někteří žáci a žákyně, kteří nevědí, co by měli o přestávce dělat, vyplňují tuto prázdnotu násilím vůči věcem. Nabídka konkrétní činnosti je může nasměrovat k jiným aktivitám. Jedná se např. o možnost trávit přestávky venku, v tělocvičně apod.

Místa k sezení - nejrůznější sedací kouty, lavičky, židle v rozích apod. umožňují vykonávání další přirozené činnosti, tedy posezení s přáteli a nezávazné rokování. Tato místa přitahují zejména žáky a žákyně vyšších ročníků, tedy ty, jejichž případný vandalismus způsobuje největší hmotné škody.

Specifickým rizikovým časem je **vyučovací hodina ve spojení s žákem nebo žákyní, kteří se touto dobou nezdržují ve třídě**. Jedná se o děti, které se z nejrůznějších příčin z vyučovací hodiny uvolňují (někam něco nesou, jdou na toaletu apod.) nebo o žáky a žákyně, kteří přicházejí do školy v průběhu vyučování a jsou vpuštěni bzučákem. Touto dobou se po chodbách pohybuje minimum dospělých a přímý dozor není na chodbách, toaletách a dalších rizikových místech téměř vůbec vykonáván.

Užitečné je proto tento časový úsek velmi pečlivě monitorovat, žáky a žákyně do budovy uprostřed vyučování vpouštět minimálně nebo s asistencí a každého, kdo se pod nejrůznější záminkou ze třídy vprostřed hodiny uvolní, zaznamenat, včetně času, kdy nebyl ve třídě přítomen.

Doporučený postup

1. Podmínky zacházení se školním majetkem zakotvit do školního řádu a to včetně sankcí, které škola použije v případě, že se někdo dopustí úmyslného ničení majetku. Náhrada škody není sankce, ale samozřejmost.
2. Náhradu úmyslně způsobené škody důsledně vymáhejte po tom, kdo ji způsobil.
3. Opakovaně s žáky a žákyněmi komunikujte na téma ochrana majetku a zacházení s cizím majetkem.
4. Jestli žák nebo žákyně, kteří škodu způsobili, nejeví ochotu k její nápravě, případně je škoda takového rozsahu, že věc nelze svépomocně opravit, vyrozumívejte o tomto chování zákonné zástupce žáků a žákyň a dohodněte s nimi způsob náhrady škody.
5. Jestliže se jedná o škodu většího rozsahu a ten, kdo ji způsobil není ochotný škodu nahradit, vyrozumívejte Policii ČR a oznamte podezření na spáchání přestupku proti majetku, případně trestného činu majetkové povahy.
6. U škod, které se dají nahradit tak, že je opraví sám žák nebo žákyně, preferujte tento způsob náhrady škody.
7. O způsobené škodě proveďte záznam, ze kterého budou jasně vyplývat všechny důležité skutečnosti: kdo – kdy – kde – jak – proč – čím.....
8. Snažte se vždy dobrat příčiny takového jednání a s ní následně pracovat. V případě, že se práce s příčinou vymyká vašim možnostem nebo pro ní nemáte zákonné opodstatnění,

hledejte na vás navazující instituci nebo organizaci, která s příčinou pracovat může a umí a zprostředkujte kontakt mezi ní a žákem nebo žákyní, kteří se vandalismu dopustili.

Kdy hlásit rodičům?

V případě, kdy způsobená škoda je nepatrná nebo malá, je třeba věco oznámit rodičům tehdy, jestliže dítě věc poškodilo úmyslně a nejeví žádnou snahu o nápravu. V případě škod většího rozsahu nebo škod na majetku někoho třetího (spolužák, cizí osoby v průběhu školní exkurze atd.) oznamujte rodičům vždy.

Kdy hlásit policii?

V případě, kdy je škoda nikoliv nepatrná, nikdo nejeví snahu o nápravu a škola není vlastními silami schopná domoci se takové nápravy. Musí se jednat o úmyslné poškození nebo zničení věci. Hlásíte také tehdy, jestliže o to žádá poškozený nebo poškozená nebo jejich zákonní zástupci.

Kdy hlásit OSPOD?

V případech, kdy se jedná o opakované jednání a výchovná a další opatření, která zvolila škola, neměla žádný účinek.

KRÁDEŽE

Typ rizikového chování

Krádež je takové 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. Drobné krádeže se vyskytují ve všech školách a všech stupních vzdělávací soustavy. Stejně jako v předchozím případě, jsou důvody tohoto chování různé a pro vypořádání se s daným jevem je nutné se jimi vždy v konkrétním případě zabývat.

Rizikové situace (místo, terč, čas)

Předmětem krádeže bývá de facto cokoli, co někdo může potřebovat. Hmotná škoda není vždy rozhodující, protože pro majitele mají některé předměty osobní a emocionální hodnotu. V případě krádeží není rozhodujícím situačním faktorem čas, jako v případě vandalismu, ale příležitost. Většinou se kradou věci volně položené a nezabezpečené. Čím menší předmět je a cennější nebo zajímavější, tím je pro zloděje lákavější.

Doporučený postup

1. Informaci, že krádež je hanebný čin a současně protiprávní jednání sdělujte žákyním a žákům od počátku jejich docházky do vaší školy. Užitečné formy vštěpování bývají nejrůznější příběhy, při kterých děti buď dojmeme, anebo rozčílí následek takového jednání.
2. Do školního řádu zapracujte sankce, které škola použije v případě, že se někdo dopustí krádeže při poskytování školských služeb nebo při s nimi přímo souvisejících činnostech.

3. Každý, kdo se dopustí krádeže na školní půdě by měl mít možnost pohovořit si o svém jednání s ředitelem nebo ředitelkou školy.
4. Pečlivě se zabývejte příčinami. Některé jsou významně polehčující (dítě je ke krádeži donuceno někým jiným, z koho má strach).
5. S náhradou způsobené škody postupujte jako u vandalismu. Preferujte nápravu vztahu mezi poškozeným a zlodějem – trvejte na tom, aby zloděj věc vrátil přímo poškozenému, omluvil se a nabídnul za své chování nějakou kompenzaci.
6. Zákonné zástupce zloděje vyrozumívejte vždy až poté, kdy budete přesně znát příčiny, které dítě k takovému chování vedly a to zejména v případě menších dětí
6. Jestliže se jedná o škodu většího rozsahu, vyrozumívejte Policii ČR a oznamte podezření na spáchání přestupku proti majetku, případně trestného činu majetkové povahy.
7. Každou nahlášenou krádeží se zabývejte, vyšetřujte ji. Je to důležité poselství jak pro poškozeného, tak pro zloděje. Jakmile budete k dětem mít proslovy o krádežích, **nezačínejte je tím, že si všichni mají na své věci dávat dobrý pozor** a vy jste jim říkali, že si to či ono nemají do školy nosit nebo to mají zamykat. Tyto informace často vyznívají, **jako by za krádež mohl poškozený, nikoliv zloděj**. Jakoby normální bylo všechno zamykat a ne nekrást. Rozhovory s poškozeným po nahlášení krádeže rovněž nezačínejte tímto způsobem.
8. O krádeži a jejím šetření proveďte záznam, ze kterého budou jasně vyplývat všechny důležité skutečnosti: kdo – kdy – kde – jak – proč – čím.....

Kdy hlásit rodičům?

Rodičům poškozeného vždy ihned, rodičům zloděje rovněž vždy, nicméně mělo by tomu předcházet precizní zjištění příčin. Celá řada dětí krade proto, že je někdo krást poslal a oni z něj mají strach. Není to sice o nic menší krádež, ale je to informace, kterou by rodič měl vědět také.

Kdy hlásit policii?

V případě, kdy je škoda nikoliv nepatrná, nikdo nejeví snahu o nápravu a škola není vlastními silami schopná domoci se takové nápravy. Musí se jednat o úmyslné poškození nebo zničení věci. Hlásíte také tehdy, jestliže o to žádá poškozený nebo poškozená nebo jejich zákonní zástupci.

Kdy hlásit OSPOD?

V případech, kdy se jedná o opakované jednání a výchovná a další opatření, která zvolila škola, neměla žádný účinek.

ŠKOLNÍ NÁSILÍ

Mezi nejrizikovější faktory v každodenním školním životě patří zejména agresivní chování. Rizikových faktorů na straně dětí je mnoho, s většinou se dá pracovat jen pozvolna, s některými téměř vůbec. Rizikové faktory na straně škol jsou: žalostná úroveň diagnostiky,

neznalost příčin agresivity a absence dovedností nutných k zacházení s dětmi s poruchami chování, absence přesných vnitřních postupů řešení - nikdo neví, co přesně má kdy dělat, nikdo nedělá nic nebo všichni všechno, nikdo nikomu nic neřekne a hrůza z reakcí rodičů, inspekce, zřizovatele a medializace.

Projevy školního násilí

- rvačky, používání zbraní
- vydírání, loupeže
- veřejné zostouzení marginálních skupin (homosexuálové, cizinci, Romové, dívky)
- vandalismus (ničení škol. majetku, věcí spolužáků)
- zneužívání moci učitelem
- násilí žáků vůči pedagogům, útoky na učitele
- násilí mezi dospělými pracovníky školy
- násilí rodičů vůči pedagogům nebo pedagogů vůči rodičům
- skupinová agrese (šikana)

Co musíte

- Ve školním řádu explicitně stanovte příslušné zákazy a v části věnované užití výchovných opatření deklarujte, co bude následovat v případě porušení takového zákazu. Zákazy se týkají zejména přinášení nebezpečných předmětů, zbraní a pyrotechniky do školy.
- V případě porušení zákona je třeba vyrozumět Policii ČR a orgán sociálně-právní ochrany obce s rozšířenou působností.
- Součástí Minimálního preventivního programu budou konkrétní a přesné postupy v jednotlivých situacích, které budou závazné pro všechny pracovníky školy. Odkaz na tyto postupy bude součástí školního řádu.
- Školním řádem vymeďte základní zásady vzájemných vztahů mezi žáky a učiteli a rozvoji korektní vztahů se intenzivně věnujte.

Co nesmím

- Svým chováním a jednáním konflikty potencovat, vyvolávat a zhoršovat.
- Zneužívat své moci nad žáky tím, že s nimi budu zacházet manipulativně a násilnický.
- Ukládat výchovná opatření za jakékoliv jednání, které se neodehrálo ve školní jurisdikci a současně jakékoliv chování, které by ve škole bylo nepřijatelné, ale při poskytování školských služeb se neodehrálo, zahrnovat do klasifikace.

Střelné zbraně ve škole – nošení revolverů a všelijakých pistolí do škol není obvyklé nikde ve světě a **nikdy to obvyklé nebylo a nikdy ani nebude**. Kdykoliv se v nějaké střílí, souvisí to zejména s tím, že dítě mělo možnost si střelnou zbraň opatřit. Nejčastěji je součástí otcovy sbírky. V Česku děti střelné zbraně do školy příliš často nenosí, protože se s nimi příliš často neseškávají.

Ostatní zbraně ve škole – nože, nejrůznější obušky, hvězdice, tyče, struny apod. Nejčastěji s nimi děti na základní škole zraní samy sebe. Zraní-li někoho druhého, je to spíš nešikovností obou, než úmyslem. Na střední škole je to něco jiného a řada chlapců se zbraněmi zacházet umí nebo mají alespoň dost síly a odhodlání, aby mohli způsobit slušný malér.

Doporučený postup:

- Zaveďte občas řeč na podobné předměty, kdo už viděl zbraň, kde, či rodiče mají zbraně doma a proč – zjistíte **zájem o problematiku, dostupnost a zmapujete terén**
- Na schůzkách s rodiči jasně deklarujte, že děti mívají podivné nápady a jestliže má někdo doma zbraně, bylo by moudré, kdyby dodržoval bezpečnostní předpisy
- Jestliže někdo něco podobného do školy přinesl, obvykle se s tím někomu pochlubí – je nutné **budovat síť „informátorů“**, kterou k vám tato zpráva svižně doputuje
- Kdykoliv se někde ve světě nějaká střelba ve škole odehraje, mluvte o tom s dětmi (hlavně o tom jenom nemluvte vy dětem!)
- Nošení zbraní do školy zakažte školním řádem a **často informujte žáky**, co se všechno stane, když je někdo bude u sebe mít.
- Všechny viditelné zbraně **okamžitě zabavujte** a vracejte až rodičům a po velkých obstrukcích, na základě zápisů, záznamů a všelijakých hlášení a to i na střední škole. Každý přestupek proti školnímu řádu z této kategorie oceňte výchovným opatřením.
- Jakmile si děti začnou vzájemně líčit včerejší film, ve kterém někdo nesmrtelný kolem sebe mával nožem, zaveďte na to hovor. Zvláště **malým dětem donekonečna opakujte, že zásah zbraní bolí** a může člověka i zabít.
- Jakékoliv zranění jednoho žáka jiným za použití zbraně netutlejte, ale okamžitě to řešte. Do řešení zapojte rodiče, poškozeného i útočníka a nebojte se volat policii. Útočník nesmí z vyšetřování vyjít jako hrdina!
- Na střední škole a vyšším stupni základky **nikdy žádné dítě netlačte do kouta a neprovokujte zbytečným tlakem!** Obvykle zaútočí proto, že jste se dotkli jeho důstojnosti.
- Jestliže se chystáte někoho ze školy vyhodit, bavte se s ním o tom a snažte se co nejvíc přijít na to, co se v něm děje a jak velká rána to pro něj je. Totéž při propadání nebo dlouhodobém špatném prospěchu.

Útoky na učitele – skutečné fyzické útoky jsou u nás velmi řídkým jevem, občas se vyskytuje vyhrožování, celkem často pak verbální útoky. Při normálním důstojném průběhu komunikace mezi pedagogy a žáky by se to nemělo stávat. Výjimky mohou představovat děti s poruchami chování, které se v afektu mohou verbálního útoku dopustit.

Doporučený postup

- Jakmile se žák začne chovat agresivně, začne vyskakovat nebo je zřejmé, že je rozrušený, okamžitě se s ním přestaňte dohadovat. Snižte hlas do klidnější polohy, mluvte spisovně, jasně a snažte se hovor ukončit nějak neutrálně. „Nechme to být, možná jsem to přesně nepochopil.“ „Snad jsem tolik neřekl...“ „Dobře, máme toho asi dneska všichni dost...“ „Jestli jsem tě naštvál, tak promiň.“
- Je úplně jedno kdo je v právu, kde je pravda a tak podobně, nejdůležitější je, aby se dítě uklidnilo a pominula aktuální hrozba.
- Důležitá je podpora zbytku třídy, kdyby útočník vytáhnul nějakou zbraň, budete jejich pomoc potřebovat. Alespoň jeden z nich musí najít chuť a odvalu doběhnout pro někoho dospělého.

Za „normálních“ okolností se útoky pohybují pouze ve **verbální rovině**. Což neznamená, že nedokážou pěkně vyděsit. Jestliže se dítě zvedne a začne vám sprostě nadávat uprostřed hodiny, je to ošemetná situace. Důležité je, aby nestrhnulo celou třídu. Jakmile začnou bučet, hučet, nadávat a pokřikovat všichni, zvládá se to dost těžko.

- Jde-li o osamělého útočníka, který je rozčilený, platí to stejné, co při hrozbě fyzickým útokem.
- Některé děti svými vulgarismy nic nemyslí, prostě takhle doma mluví, nechtějí se vás nijak dotknout. Neberte hned všechno smrtelně vážně a nedržte nudná kázání.
- Jestliže je útočník chronicky drzý nebo se potřebuje jen nějak vyjádřit, pomáhají dlouhé vážné pohledy, pohledy zraněné laně nebo zvolání :“Ale Pepo, už tě to zase bere?“ Humor zchladí překvapivě dost horkých chviliek. **Rozhodně nepomáhá hádání se s útočníkem.** Za každou cenu musíte udržet třídu na své straně! Jakmile se zapojí do agrese víc dětí, začíná to být nebezpečné.
- Když cítíte, že třída je na vážkách, budete je muset buď dojmout, anebo zastrašit. Je nutné vnést do jejich řad nejednotnost . Mezi dětmi jsou vždy takové, které lze buď sojmout nebo zastrašit. Máte-li čím vyhrožovat, zkuste to. Nemáte-li, budete muset dojímat nebo

apelovat na čest, slušnost, spravedlnost atp. Je jednodušší, když agresora umravní samy děti.

- Některé děti prostě nemají rády, když se někomu ubližuje. Svou etudu věnujte především jim. Můžete zkusit vyprávění o tom, jak jste si vždycky přáli učit děti, něco jim dávat, jak tu práci máte rádi, ale vždycky vás tolik zamrzí, když.....
- Ještě vždycky můžete z rozbouřené třídy odejít, ale berte to jako poslední možnost. Zbabělost vám totiž děti nikdy neodpustí a jako zbabělost to v každém případě vyzní.

Doporučený postup

- Pokuste se takové počinání někdy natočit videokamerou a pak pustit rodičům na třídních schůzkách. Použijte to jako doklad toho, proč není vhodné, aby se malé děti dívaly na podobné filmy.
- Také funguje nějaké náhradní zaměstnání, ale ne na každého.
- Stále dokolečka to zakazujte, pranýřujte a potírejte – úspěch bude malý, ale snad alespoň někdo přestane....
- Tak, jako to vadí vám, vadí to i mnohým dětem! Soustředte se proto na jejich ochranu, aby je „kopálisti“ neotravovali a neohrožovali.

Rvačky – z rvaček mívají učitelky dost hrůzu a mylně je považují za šikanu. Bitka není šikana a to ani tehdy ne, když se jí zúčastní víc dětí. Bývá to záležitost kluků a rázných děvčat. Vzhledem k tomu, že na základce učí většinou ženy, které řeší obvykle problémy tím, že je nekonečným žvaněním rozmělní do vytracena, nemají pro pranice pochopení. Jenomže některé děti si prostě nechtějí o svém problému promluvit, chtějí ho vyřešit ručně. Normální rvačka vyčistí vzduch a případná zranění, způsobená opět především celkovou neobratností aktérů, nebývají nijak strašná. Když ano, tak je alespoň neprovází ponižování a nejsou proto zdrojem nenávisti a dlouhodobého nepřátelství.

Doporučený postup

- Když se k rvačce nachomýtnete, zasahujte rozumně až ve chvíli, kdy se účastníci trochu unaví. Jinak můžete přijít také k úhoně a zranění učitele je přeci jen zbytečná komplikace.
- Když už je po bouři a aktéři na sebe jen něco pokřikují a nadávají si, moc se do toho nepleťte, to patří k věci.
- Během následného vyšetřování buďte věcní. Bývají-li odpovědi na otázku PROČ ve smyslu: „Já mu řekl a on mi na to řekl...., Řekl o mojí mámě...., Von si začal....“ apod.,

a nezdá se, že by šlo o následky dlouhodobé systematické agrese, nechte to být. Omezte se na stručné vysvětlení, že problémy se dají řešit i jinak. O události proveďte zápis.

- Soustředte se hlavně na případná zranění a jejich ošetření.
- Rvačkám žádnou prevencí nezabráníte.

Útoky na příslušníky marginálních skupin – jsou jedním z největších současných problémů. Útočí se na děti cizinců, na děti chudé, na ty, které nenosí značkové oblečení, na Romy v převážně neromských třídách, na Neromy v převážně romských třídách, na děti příliš chytré, málo chytré... Útoky nabývají nejrůznějších podob od vysmívání a pošklebování přes vyčleňování z kolektivu až po fyzické útoky. Vzhledem k tomu, že zostouzení marginálních skupin je veřejností běžně tolerované, vtipy o přistěhovalcích, Romech, homosexuálech nebo blondýnách jsou často vyprávěny nejen doma u večeře, ale i ve sdělovacích prostředcích, je obtížné postavit tomu hráz. V každém případě je to ale nutné.

Doporučený postup

- Na základní škole plní děti povinnou školní docházku a nemohou se tomu vyhnout, proto je naprosto nezbytné, aby se zde cítily bezpečně = neustále prosazujte zásady rovnosti
- Jakmile se objeví první verbální a zdánlivě nevinný útok (u nejmladších školních dětí) ihned reagujte velice pohoršeně a problém (nikoliv zdroj pohoršení, tedy útočnicka) pečlivě rozeberte
- Rozbory trpělivě opakujte při jakémkoliv podobném náznaku.
- Nezapojujte se do vyprávění vtipů o jakékoliv marginální skupině a nic takového veřejně netrpte a nepodporujte takové stereotypy.
- Snažte se přiblížit ostatním dětem kulturu jejich spolužáků třeba prostřednictvím projektů nebo týdnů zaměřených na danou problematiku. U mladších dětí se vám podaří zapojit i rodiče, což bude ze všeho nejúčinnější, neboť děti si všechny předsudky přinášejí obvykle z domova.
- Při jakémkoliv použití názvu nějaké skupiny jako nadávky reagujte u malých dětí vysvětlováním a rozborem, u velkých podrážděně a jasným a hlasitým odmítnutím takových způsobů.

Verbální agrese + hrubé a vulgární výrazy – jsou obdobně jako útoky na marginální skupiny velmi častým jevem. A rovněž jako v předchozím případě, je především nutné jednoznačně a jasně deklarovat nesouhlas a takové chování odmítnout. Děti budou mluvit tak hrubě, jak jim to okolí dovolí a je nutné, aby si byly vědomy toho, že to není normální chování a měly tedy potřebu vulgární mluvu na veřejnosti skrývat. Řeč je natolik spjata s myšlením, že velkorysá společenská tolerance užívání nejhrubších výrazů s sebou nutně nese i hrubé chování.

Doporučený postup

- Kromě školního řádu, jako nezbytného základního kodexu, mějte ve škole stanovena i obecná pravidla soužití, jako vyjádření morálních hodnot. Tato pravidla tvořte společně se žáky a jasně v nich deklarujte požadavek slušného mluvení a chování. Nezaručí to, že se tak všichni budou chovat, ale vulgární mluvu to jasně odkáže do roviny nepřijatelnosti.
- Mladší děti trpělivě opravujte a dávejte jasně najevo, že veřejné užívání hrubých výrazů není ve škole přípustné a společensky je to nevhodné.

KYBERŠIKANÁ

Jak se bránit? Aneb bezpečné chování

- 1) Zvážit, komu dávám kontakt (telefonní číslo, NIC, ICQ číslo, skype jméno apod.)
- 2) Zvážit, koho si přidávám do kontaktu, využít blokování hovorů kontaktů, využívat anti spam e-mail, popřípadě požádat operátora)
- 3) U telefonu možnost změny SIM karty, u komunikačních služeb změna hesla nebo vytvoření nového profilu
- 4) Chránit a měnit hesla, udávat kombinaci čísel, písmen, velkých znaků
- 5) Pozor na to, komu údaje prozradíte nebo se při zadání „někdo nedívá“ – fyzicky, softwarově
- 6) Podezřelou komunikaci ukončit a nestandardní chování přístroje nahlásit (řešit)
- 7) Filtrovat, blokovat, informovat správce služby
- 8) Zvažovat, co vše o sobě chci prozradit, pozor na nebezpečí a zneužití, v případě problémů ohlásit
- 9) Nebát se požádat o pomoc, zmínit informaci – rodičům, učitelům, policii, poskytovateli služby, kamarádům > nejlépe využít více CEST

Typy kyberútoků

- Provozkování, zápal pro on-line „vytočení“ (flaming)
- Přeposílání obtěžujících zpráv (harrassment)
- Očerňování (denigration)
- Napodobování, používání cizí identity (impersonation)
- Odhalování tajemství a podvádění (outing and trickery)
- Vyloučení z on-line skupiny (exclusion)
- Pronásledování na internetu (cyberstalking)
- Fackování pro zábavu, které je zaznamenáno na mobilní telefon a následně zveřejněno na internetu (happy slapping)

Dopad kyberšikany na lidskou psychiku:

- TENZE, STRACH, STRES
- ZMĚNA SEBEHODNOCENÍ, SEBEDŮVĚRY
- VÝSKYT DEPRESIVNÍ A NEUROTICKÉ SYMPTOMATIKY
- ČASTÉ PORUCHY SPÁNKU
- SNÍŽENÍ FRUSTRAČNÍ TOLERANCE
- POCIT NEŘEŠITELNOSTI SITUACE, ZTRÁTA ŽIVOTNÍ POHODY

- VÝSKYT ZKRATKOVITÉHO JEDNÁNÍ, RIZIKO SUICIDIA
- ZVYŠUJÍCÍ SE BEZDŮVODNÁ AGRESE
- CELKOVÁ PSYCHICKÁ NESTABILITA
- TRAUMA A POSTTRAUMATICKÁ STRESOVÁ PORUCHA....

Nejčastěji uváděné typy agresorů:

Jednotlivé typy v sobě zahrnují specifické styly chování, formu kyberšikanování a nejrůznější motivy.

„Pomstichtivý adílek“

Většinou (kyber) šikanu zažil. Nevnímá se jako agresor. Taktéž to může být snaha pomoci šikanovanému kamarádovi. Pracovat na úrovni uvědomění si závažnosti svého chování.

Bažící po moci

Chtějí ukázat svoji moc. Potřebují publikum. Většinou se tím chlubí. A své útoky stupňují dokud nedosáhnout uznání. Většinou také často šikanováni.

Sprostý holky Impulsem je většinou zahrnutí nudy. Potřeba zážitku. Ukázat moc. Většinou skupina holek. Je většinou plánována skupinově a také vyžadují publikum.

„Neúmyslný kyberagresor“ Nejsou si vědomi, že jsou agresoři. Ve virtuálním prostředí přebírají většinou jinou roli. Hrají si na „tvrďáky“. Jejich odvaha se schovává za anonymitu internetu. Mají heslo: Můžu a je to legrace.

4. Návrhy na semináře – prevence a řešení šikany

1. seminář: film Ben X (drama)

Belgie / Nizozemsko, 2007, 93 min

Ben byl vždycky jiný. Je to autista. A nyní, v čase dospívání, je jeho jinakost vidět lépe než kdy dřív. Jeho život se dělí na dvě poloviny. V té první, která přináší existenci ve virtuální realitě online počítačové hry ArchLord, je nebojácným hrdinským rytířem, který si vždy ví rady a nikdy neselhává v boji s bezprávím. A druhou polovinou je pak jeho reálné bolestné bytí věčně utlačovaného tichého outsidera, pro nějž je každý nový den dalším strašlivým peklem. Když ale začne školní šikana přesahovat únosnou mez, rozhodne se Ben, kterého ve vynikajícím belgicko – nizozemském koprodukčním dramatu ztělesnil Greg Timmermans, k protiútoky. Pak mu však nečekaně zkříží cestu Scarlite, jeho věrná družka ze hry, kterou nikdy dříve doopravdy nepotkal. Možná by však i ona mohla zapadnout do jeho plánu. Posledních dvacet minut snímku pak dokazuje, že nominace na Evropskou filmovou cenu a tři

trofeje z mezinárodního filmového festivalu v Montrealu nebyly v případě debutového snímku režiséra Nica Balthazara uděleny vůbec náhodně.

2. Seminář: Jak se projevuje šikana?

Přednáška lektora na téma Jak se projevuje šikana.

Obsahem přednášky budou:

- formy šikany:
 - ignorování oběti,
 - izolace,
 - pomlouvání a zesměšňování (snižování pozice v kolektivu),
 - vyhrožování,
 - udílení násilných a manipulativních příkazů,
 - vydírání,
 - krádeže věcí, jejich poškozování a nedovolená manipulace s nimi,
 - fyzické násilí i za použitím zbraní,
 - šikana se sexuálním podtextem (verbální obtěžování až k pohlavnímu zneužívání a znásilnění),
 - kyberšikana (šikana za využití moderních technologií: mobilní telefony, fotoaparáty, kamery a internet),
- co je/není šikana,
- typy dítěte-agresora:
 - "Hrubcián" - primitivní, impulsivní, hrubý, s kázeňskými problémy, má narušený vztah k autoritě, mnohdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností, forma - šikanuje tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, šikanování používá cíleně k zastrašování ostatních, rodinné prostředí - častý výskyt agrese a brutality rodičů, agresori násilí napodobují a vracejí.
 - "Elegán" - velmi slušný, kultivovaný, zvýšeně úzkostný, forma - násilí a mučení je cílené a rafinované, skryté, bez přítomnosti svědků, rodinné prostředí - časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky.
 - "Vtipálek" - optimistický, dobrodružný, "srandista", se značnou sebedůvěrou, výmluvný, většinou oblíbený a vlivný, forma - šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, má snahu vypíchnout "humorné a zábavné" stránky oběti, rodinné

prostředí - obecně - citová deprivace, nepřítomnost duchovních a mravních hodnot.

- dopady šikany:
 - zhoršení pracovních výsledků oběti,
 - záškoláctví,
 - pokles sebevědomí a sebehodnocení,
 - problémy s navazováním vztahů,
 - pocity viny u oběti, že si šikanování zaslouží,
- kam se obrátit v případě, že jsem šikanován nebo vím o šikaně.

3. Seminář: Policie ČR: Trestní postihy šikany

Seminář na téma jak postupuje Policie ČR a jaké postihy z toho má agresor.

Státem ratifikovaná Úmluva o právech dítěte zaručuje všem dětem v pedagogických zařízeních bezpečný pobyt bez poškozování zdraví a ohrožení života. Šikanování je v řadě případů trestnou činností.

1. Šikana může naplňovat skutkovou podstatu trestných činů (omezování osobní svobody, krádeže, ublížení na zdraví, poškozování cizí věci, vydírání, loupeže, rasově motivované skutky, znásilnění, pohlavní zneužívání).
2. Osoba mladší 15 let není trestně odpovědná, ale soud pro mládež jí může uložit podle zákona č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže, některá z následujících doporučení: dohled probačního úředníka, zařazení do terapeutického, psychologického nebo jiného vhodného výchovného programu ve střediscích výchovné péče, ochrannou výchovu.
3. Trestní odpovědnost mladistvých (15-18 let) je posuzována soudy pro mládež podle zákona č. 218/2003 Sb., s ohledem na rozumovou a mravní vyspělost osoby, proti níž se vede trestní řízení.
4. Po dovršení 18 let věku jsou osoby plně trestně odpovědné a projednávají se běžným způsobem v trestním řízení.

Stane-li se vaše dítě obětí nebo svědkem šikany, mívá kromě strachu pocit studu a spoluviny, přestože se jí nezúčastnilo. Vždy svým dětem naslouchejte a nezlehčujte, co vám vyprávějí. Snažte se přesně zjistit, co se dělo. Pamatujte, že dítě bude hledat pomoc nejprve u vás!

4. Seminář: Beseda s vrstevníkem, který byl dříve šikanován

Seminář bude probíhat formou:

- přednášky- vypovězení svého příběhu (jak šikana započala, jak se stupňovala, jak se šikanovaný cítil, jak se choval třídní kolektiv, jak došlo k odhalení šikany, jak probíhalo řešení, jaké závěry a opatření byly přijaty),
- besedy, kdy se studenti mohou ptát na to, co je zajímavá,
- odpovídání na anonymní dotazy (které studenti před seminářem mohou anonymně napsat).

5. Seminář: Pro rodiče dětí: Jak poznat, že je Vaše dítě šikanováno?

Přednášku bude vést lektor, který rodičům bude ukazovat znaky šikany. Dále je bude učit, jak poznat, jestli je jejich dítě šikanováno. Radit, čeho si všimnout, na co se ptát, jak dítěti pomoci a na co si dát pozor. Školit postupy, jak nejlépe postupovat při podezření na šikanu dítěte.

Varovné signály pro rodiče:

- Za dítětem domů nedochází žádný spolužák ani kamarád.
- Dítě je zaražené, smutné a nemluví o tom, co se děje ve škole.
- Špatně usíná, zdají se mu hrůzostrašné sny, křičí ze spaní.
- Dochází ke zhoršení prospěchu, je nesoustředěné a často bez zájmu.
- Před odchodem do školy nebo při příchodu ze školy si dítě stěžuje na zdravotní problémy.
- Dítě často navštěvuje lékaře - má zvýšenou absenci, někdy i neomluvené hodiny.
- Do školy a ze školy chodí oklikami, může chodit i za školu.
- Domů přichází s roztrhaným oblečením, poškozenými školními pomůckami nebo bez nich.

- Často potřebuje peníze, ztrácí kapesné, kupuje fiktivní školní pomůcky a neplatí obědy.
- Dítě může chodit domů hladové, přestože dostává svačiny a má zajištěné obědy ve škole.
- Nedokáže přesvědčivě vysvětlit svoje zranění.
- Nechce chodit na tělesnou výchovu, má odřeniny, škrábance nebo řezné rány, které se nedají uspokojivě vysvětlit.
- Je osamocené, s nikým se nebaví, nemá kamaráda, má často smutnou náladu, působí nešťastně a ustrašeně, stává se uzavřeným.
- Dítě trpí poruchami soustředění, je smutné natolik, že se u něj může vyvinout patologický smutek - deprese.
- Vyhrožuje sebevraždou nebo se o ni dokonce pokusí.

6. Seminář: Pro učitele: Jak postupovat při trestání šikany- jak celou situaci řešit

Seminář povede lektor, který bude učitele učit, jak poznat, co je šikana a jak problém s šikanou řešit. Další orgány, na které se může učitel/výchovný poradce obrátit.

1. odhad závažnosti - [stádia onemocnění skupiny](#) a rozpoznání, zda nejde o neobvyklou formu šikanování,
2. rozhovor s informátory a oběťmi,
3. nalezení vhodných svědků,
4. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky,
5. ochrana oběti,
6. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi,
7. výchovná komise,
8. rozhovor s rodiči oběti,
9. práce s celou třídou.

5. Preventivní program syndrom CAN

(Syndrom týraného a zneužívaného dítěte)

JAK SI NENECHAT UBLÍŽIT

Prvním krokem v rámci tvorby preventivního programu je určit si, co je naším cílem. V programu *Jak si nenechat ublížit* je cílem především informovat děti o nebezpečí, se kterým se mohou setkat jak u neznámých lidí, tak i u těch nejbližších, tj. v rodině. Důležité tedy je, podat dětem informace o nebezpečných lidech, místech a především o tom, jak postupovat, pokud se jim nebo někomu blízkému něco podobného děje. Vysvětlit dětem, že to není jejich chyba a že není nic špatného na tom, když se svěří někomu, komu důvěřují.

JEDNOTLIVÉ ČÁSTI PROGRAMU:

1. ČÁST:

Cíl aktivity: sestavení pravidel a seznámení se s žáky

Doba trvání: 5 – 10 minut

Pomůcky: kamínek, lepítka

Postup:

Ještě před začátkem hodiny se domluvíme s paní učitelkou a společně s dětmi připravíme třídu tak, že lavice se dají ke stěnám třídy a židle do kruhu, abychom na sebe všichni viděli a lépe se nám komunikovalo.

Hned na začátku si s dětmi stanovíme jednoduchá pravidla, které je potřeba dodržovat, abychom se navzájem nepřekřikovali a neskákaly si do řeči. „Děti, když se budeme o něčem bavit a vy se budete chtít na něco zeptat nebo budete chtít cokoli říci, tak se přihlásíte.“ „Nebo když si budeme povídat tak, bude mít právo mluvit jen ten, kdo bude mít kamínek. Ten, kdo bude mít v ruce kamínek, má slovo a nikdo mu nebude skákat do řeči.“

„Kdybyste čemukoliv nerozuměly, tak se přihlaste a nebojte se zeptat. My se Vám pokusíme odpovědět.“

Rozdáme lepítka, na která děti své jméno napíší a nalepí si je na sebe. Po té vyzveme děti, aby se postupně představily ony a pro odlehčení atmosféry je poprosíme, aby ke svému jménu přidaly kladnou vlastnost, která bude začínat na první písmenko jejich křestního jména. „Řekněte nám, jací jste, co Vám třeba říká maminka“. Upozornit, že mají říkat jen pěkné věci – vlastnosti. Můžeme dát i příklad přímo u svého jméno: např. „Tak já jsem třeba Barča Bystrá.“ Kdyby si dítě nevědělo rady, vyzveme třídu, aby mu pomohlo.

2. ČÁST:

Cíl aktivity: seznámit se s představou žáků o postavě nebezpečného člověka

Doba trvání: 15 - 20 minut

Pomůcky: kamínek, 30 kusů bílého papíru A4 (čtvrtky), barevné pastelky

Postup:

Ve druhé části již začneme diskutovat s dětmi, pokládáme jim otázky a vysvětlujeme. Např. „Teď bychom se Vás chtěly zeptat, jestli jste někdy potkaly nebezpečného člověka? A jak vlastně takový nebezpečný člověk vypadá?“ (Je možné, že děti řeknou, že nebezpečný je člověk s tmavou pletí apod. Je třeba jim říci, že v takových případech na barvě pleti nezáleží.)

Důležité je, abychom stále nemluvíly a nezahltily děti informacemi. Proto diskuzi včas ukončíme: „Abychom pořád nemluvíly, tak si teď takového nebezpečného člověka nakreslíme.“ Nakreslete, jak vy si takového člověka představujete – podle čeho ho poznáme.“ Rozdáme dětem papíry a necháme jim pár minut, aby nakreslily člověka, který se jim zdá nebezpečný. Až děti dokreslí svůj obrázek, řekneme jim, ať dají výkresy na zem a uděláme kolečko, aby každý představil svého nebezpečného člověka. Doptáme se, proč nakreslily zrovna tohoto člověka, co se jim na něm nelíbí, čeho by se na něm bály a proč.

„Proč jsi nakreslil právě tento obrázek? Co se Ti nelíbí na vousatém pánovi?“ apod.

3. ČÁST:

Cíl aktivity: seznámit žáky se skutečností, že nebezpečný člověk může vypadat slušně, nebo že ho mohou znát

Doba trvání: 5 – 10 minut

Pomůcky: obrázek slušného člověka nakreslený na A4

Postup:

Potom, co si s dětmi popíšeme, jak by podle nich mohl vypadat nebezpečný člověk, jim ukážeme obrázek slušného člověka (který si předem připravíme) a děti se zeptáme, co si o tomto člověku myslí. „Já taky namalovala nebezpečného člověka.“ Ukážu dětem svůj obrázek. Je možné, že děti budou překvapené. „Ano, i takto může vypadat zlý člověk – různě se maskuje, aby to na něm nebylo poznat na první pohled.“

Je třeba dětem říct, že nebezpečný, zlý člověk může vypadat i slušně, že ho nemusíme poznat hned na první pohled. Děti se tímto dozví, že i člověk, který je upravený, čistý, pěkně oblečený apod., může být nebezpečný, a že to klidně může být člověk z jejich okolí, člověk, kterého dobře znají.

Dětem zdůrazníme, že je důležité, aby se svěřily nějaké osobě, které věří, pokud jim jiný dospělý ubližuje, dělá věci, které se jim nelíbí a kterým nerozumí. „Je důležité, abyste si tyto věci nenechávaly pro sebe! Bohužel tyto situace se stávají, ale ne často.“

4. ČÁST:

Cíl aktivity: seznámit žáky s nebezpečnými místy a společně se žáky vytyčit zásady bezpečného chování

Doba trvání: 10 – 15 minut

Pomůcky: tabule a křídly

Postup:

V této části si povíme něco o místech, kde můžeme potkat nebezpečné lidi. Vyzveme děti, aby nám popsaly takové místo, kam by neměly bez doprovodu samy chodit a proč. „Řekněte nám, proč nesmíte chodit večer samy přes park.“

Musíme dětem říct, že aby se jim nestalo něco špatného, co by pocházelo od nějakého nebezpečného člověka, tak si musí zapamatovat následující body:

- Nesedej k cizím lidem do auta!
- Nechoď nikam s cizími lidmi, ani kdyby tě to sebevíc lákalo!
- Neber si od cizích lidí sladkosti, dárky, ani peníze!

K těmto bodům se dostaneme společně s dětmi, kterým budeme pokládat návodné otázky, takže si na to přijdou samy. Příklady návodných otázek:

„Kdyby vás někdo neznámý poprosil, abyste mu ukázaly cestu, jak se dostane třeba na náměstí a chtěl po vás, abyste si nasedly k němu do auta, co byste udělaly?“

„Co dalšího Vám říkají rodiče, že byste neměly dělat?“

Zásady, ke kterým s dětmi dojdeme, budeme psát na tabuli. „Pokud byste si chtěly dohledat další informace, tak se můžete podívat na webové stránky www.detskaprava.cz.“

5. ČÁST:

PROŽITKOVÉ AKTIVITY PRO ŽÁKY

Cíl aktivity: zvnitřnění a přijetí zásad bezpečného chování díky prožitku z aktivit, které si žáci přímo vyzkouší + informovat žáky o intimních zónách jejich těla

Doba trvání: 35 – 40 minut

Pomůcky: osm papírů s komiksy, osm papírků s popisem určité situace, modrá a červená srdíčka s nadepsanými pohádkovými postavami, kamínek, obrázek oblečených dětí s červeně vyznačenými místy, kde by se jich nikdo neměl dotýkat

Postup:

1. Děti rozdělíme do skupin po čtyřech a rozdáme jim papíry s tzv. komiksem, což jsou obrázky, na kterých bude nakreslený dospělý člověk a malé dítě – tedy situace, kdy se dítě setká s neznámým člověkem. Každá skupinka bude mít stejný obrázek, ale jinou situaci. Na obrázku bude vyplněna jen bublina nebezpečného člověka, k tomu dětem dáme i stručný popis dané situace, a děti vyplní do druhé bublinky odpověď dítěte – tedy co by řekly ony.

Ve skupinkách se děti budou o té situaci bavit, přehrávat si to, diskutovat, čímž si to budou lépe pamatovat.

2. „Tak a teď si dané situace přehrajete.“ – Přehráváním si děti dané situace dostávají do podvědomí.

V této části si s dětmi zkusíme názorně ukázat, jak se zachovat při setkání s neznámým, nebezpečným, zlým člověkem.

Necháme žáky, ať si zkusí tyto situace zvládnout sami. Tedy jak by se asi tak chovaly, co by udělaly, říkaly apod. Budou moci vycházet z bodů, které jsme společně vymyslely, a které budou napsané na tabuli. Jelikož budeme v kruhu, tak na nás uvidí všechny děti, a po představení určité situace si můžeme společně říci, co by udělaly ostatní, co se jim na přístupu spolužáka či toho druhého člověka, nelíbilo, co by změnilo apod.:

„Proč Ty bys šel hledat psa s neznámým člověkem?“

„Co kdyby Tě neznámý člověk někam zavlék!“

„Co přesně bys na jednání spolužáka změnila?“

„Proč se Ti nelíbilo, že Tvůj spolužák by nastoupil do auta k cizímu člověku?“

„Co se Ti nelíbilo na přístupu/jednání/chování cizího člověka?“

Situací můžeme použít několik, podle toho, kolik nám bude zbývat času. Tedy nejen ty situace, které děti měly na obrázku. Je však důležité, aby se zapojily všechny děti, alespoň svými dotazy či návrhy.

Příklady situací:

Jedno dítě hraje neznámého člověka, který druhému dítěti nabízí, že ho doprovodí domů, dále – nabízí mu sladkosti, peníze, vyzve dítě, aby s ním šlo ihned do auta, že pojedou za tatínkem, kterému se něco stalo a leží v nemocnici nebo dítěti řekne, že pracuje s tatínkem/maminkou v práci, a ten že jej poslal, aby dítě vyzvedl a odvedl/odvezl domů. (U těchto dvou posledních případů si možná děti nebudou vědět rady, možná by i do auta nastoupily, možná by se nechaly přemluvit a šly by s neznámým člověkem. Proto jim pak

můžeme přímo ukázat nebo stačí říci, jak se v takovém případě zachovat). Například, aby zavolaly rodiči, prarodičům apod.

Dítě hraje neznámého člověka, který druhé dítě poprosí, aby mu šel pomoci hledat zatoulaného psa do parku.

„Děkujeme Vám, že jste se zapojily.“ A přejdeme k další aktivitě.

3. *Dovolené a nedovolené doteky*

V této prožitkové aktivitě děti rozdělíme do dvojic podle pohádkových bytostí. Každé dítě dostane buď modré, nebo červené papírové srdíčko, na němž bude napsaná pohádková postava, a po té budou hledat svoji dvojici. „Abychom se nebavily jen o vážných věcech, tak se nyní vypravíme do světa pohádek. Najděte si svou polovičku.“

Až se děti navzájem najdou, tak rozdělíme děti s červenými a modrými srdíčky. Jedni půjdou k jednomu konci třídy, a druzí k druhému konci. (Nemusí být úplně u zdi, aby jejich přibližování netrvalo moc dlouho ☺). „Teď jste od své druhé polovičky daleko.“ A nyní jim budeme dávat povely. Stačí 5 až 10 povelů, při čemž pokud budeme mít dost času, tak se děti vystřídají. Pokud ne, tak přejdeme k jejich pocitům.

Povely:

1. „Udělejte tři kroky ke své dvojici.“
2. „Sáhněte kamarádovi na kterékoliv rameno.“
3. „Sáhněte kamarádovi na koleno.“
4. „Sáhněte kamarádovi na ucho.“
5. „Udělejte před kamarádem dřep.“
6. „Sáhněte kamarádovi na nos.“
7. „Otočte se ke kamarádovi zády.“
8. „Zatancujte před kamarádem.“
9. „Pohlad'te kamaráda po vlasech.“
10. „Pohlad'te kamaráda po tváři.“

Po této aktivitě děti poprosíme, aby si sedly a budeme jim klást otázky, abychom se dozvěděly více, jak tuto aktivitu prožívaly. V tomto případě dáme do kolečka kamínek, který si děti budou posílat do kolečka, a každé dítě tak bude mít možnost se vyjádřit.

„Jak jste se cítili?“ Jak v roli toho, který se dotýkal, tak v roli toho, kterého se jeho spolužák dotýkal.

„Co vám bylo příjemné? Proč vám to bylo příjemné?“

„Co vám bylo nepříjemné? Proč vám to bylo nepříjemné?“

„Bylo Ti příjemné, když Tě spolužák/spolužačka pohladil/a po vlasech, po tváři?“

„Proč Ti vadilo, když Tě spolužák/spolužačka pohladila po vlasech?“

„Proč jsi nechtěl tancovat před kamarádem/kamarádkou?“ „Proč Ti to bylo hloupé?“

„Co jsi cítila, když Tě spolužák/spolužačka pohladil/a po tváři?“

„Proč se Ti nelíbilo, když se Tvůj kamarád/ka otočil zády k Tobě?“ „Co sis při tom myslel/a?“ „Co jsi pocíťoval/a?“

„Proč jsi nechtěl/a, aby se Tě spolužák/spolužačka dotkl/a?“ – na různých místech.

Děti nám vyjádří, jak jim v této situaci bylo, zda se jich spolužák přece jen dotkl tak, že se jim to nelíbilo apod. Dětem mohly být dotyky příjemné, nic nepříjemného třeba vůbec nepocíťovaly. Můžeme jim říci: „Ano, bylo Vám to příjemné například i proto, že ti, kteří se Vás dotýkali, jsou Vaši spolužáci, které znáte. Ale je možné, že na nás bude sahat někdo, od koho nám to není nepříjemné. Pokud dotyčný člověk s dotyky nepřestane ani po tom, co ho o to požádáme, musíme to říct někomu, komu důvěřujeme.“

Vysvětlíme si, kdo a kam na ně může sahat. Zmíníme maminku, tatínka nebo například i pana doktora, který se stará o to, aby bylo dítě zdravé, a proto ho musí důkladně prohlédnout, při čemž na něj bude i sahat. Avšak pokud by se dítě cítilo v takových situacích nejisté nebo mu byly doteky zmíněných nebo i jiných lidí nepříjemné, tak je potřeba, aby to dítě řeklo.

Na velkém obrázku žákům ukážeme místa, na které by jim nikdo, kromě výše zmíněných osob, neměl sahat, dotýkat se jich, hladit apod.

6. Příloha

SEZNAM LINEK DŮVĚRY ČR

pro celou populaci

pracoviště poskytující telefonickou krizovou pomoc

- jednotlivá pracoviště jsou řazena abecedně podle měst
 - uveden kraj a zřizovatel
 - uveden údaj o registraci poskytovatele sociálních služeb (viz registr MPSV - zákon o sociálních službách č. 108/2006 Sb.)
-

BLANSKO - Linka důvěry

Jihomoravský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Diecézní charita Brno, církevní organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **516 410 668**

Provoz: **NONSTOP**

E-mail: soslinka.blansko@caritas.cz

Web: <http://blansko.caritas.cz/?kapitola=linka>

BRNO - Linka naděje

Jihomoravský kraj, zdravotnické zařízení (tudíž bez registrace poskytovatele sociálních služeb)
provozovatel – Psychiatrická klinika Fakultní nemocnice Brno

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **547 212 333**

Provoz: **NONSTOP**

E-mail: internetové poradenství Linka naděje v Brně neprovozuje

BRNO – Linka důvěry

Jihomoravský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
SPONDEA při Českém červeném kříži Brno, o.p.s.

Zaměření: pro děti, mládež a mladé lidi do 26 let, jejich zákonné zástupce a blízké osoby

Telefon: **541 235 511**

Mobil: **608 118 088**

Provoz: **NONSTOP**

audiochat Skype: skype name "spondea"

ICQ: 260-321-915

Web: <http://www.spondea.cz/> Internetová linka

E-mail: krizovapomoc@spondea.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE - Linka důvěry

Jihočeský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Linka důvěry České Budějovice, o.p.s.

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **387 313 030**

Provoz: **NONSTOP**

E-mail: internetové poradenství Linka důvěry v Českých Budějovicích neprovozuje

HAVÍŘOV - Linka důvěry

Moravskoslezský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Sociální služby města Havířova, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **596 410 888**

Provoz: **NONSTOP**

Web: <http://www.help-psych.cz/havirov/> Internetová linka E-mail:

linka.duvery.havirov@seznam.cz

HODONÍN - Linka důvěry

Jihomoravský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Pedagogicko-psychologická poradna Hodonín, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **518 341 111**

Provoz: **Po – Ne: 16,00 - 22,00 hod.**

Web: www.ccsystem.cz/duvera

Internetová linka

E-mail: linkaduvery.hodonin@seznam.cz

CHRUDEM – Telefonická krizová pomoc

Pardubický kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Centrum J.J. Pestalozziho, o.p.s.

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **469 623 899**

Provoz: **Po – Pá: 8,00 - 17,00 hod.**

E-mail: kc@pestalozzi.cz

Web: <http://www.pestalozzi.cz/projekty.php?atr=&cl=2> Internetová linka E-mail: kc@pestalozzi.cz

KARLOVY VARY – Linka důvěry Karlovarský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb

Res vitae, o.s.

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **353 588 080**

Provoz: **Po – Pá: 18,00 - 6,00 hod.**

E-mail: internetové poradenství Linka důvěry v Karlových Varech neprovozuje

KARVINÁ - Linka důvěry

Moravskoslezský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Centrum psychologické pomoci, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **596 318 080**

Provoz: **NONSTOP**

Web: <http://www.help-psych.cz/karvina/> Internetová linka E-mail: linkaduvery-karvina@seznam.cz

KLADNO - Linka důvěry

Středočeský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
V.O.D.A., o.s.

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **312 684 444**

Mobil: **777 684 444**

Provoz: **NONSTOP**

E-mail: ldkladno@ldkladno.cz

Web: <http://www.ldkladno.cz/>

KROMĚŘÍŽ – Linka důvěry

Zlínský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Sociální služby Uherské Hradiště, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **573 331 888**

Provoz: **NONSTOP**

E-mail: internetové poradenství Linka důvěry v Kroměříži neprovozuje

KUTNÁ HORA - Linka důvěry

Středočeský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Povíděj, o.s.

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **327 511 111**

Mobil: **602 874 470**

Provoz: **Po - Pá 8,00 - 22,00 (včetně svátků)**

Web: <http://www.linkaduvery.kh.cz/> Internetová linka E-mail: linkaduvery@kh.cz

LIBEREC - Linka důvěry

Liberecký kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Centrum intervenčních a psychosociálních služeb Libereckého kraje, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **485 177 177**

Mobil: **606 450 044**

Provoz: **NONSTOP**

Web: <http://www.volny.cz/ld.lbc/> Internetová poradna E-mail: odpovim@napismi.cz

MLADÁ BOLESLAV - Linka důvěry

Středočeský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Linka důvěry SOS, fyzická osoba

Zaměření: pro celou populaci

Telefon: **326 741 481**

Provoz: **Po – Pá: 9,00 – 18,00**
E-mail: linka.duvery-mb@quick.cz
Web: <http://ldmb.webzdarma.cz/>

MOST - Linka duševní tísně

Ústecký kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Most k naději, o.s.

Zaměření: pro celou populaci, důraz na G/L minoritu a HIV/AIDS
Telefon: **476 701 444**
Provoz: **NONSTOP**
E-mail: ldt.most@seznam.cz
Web: <http://www.k-centrum.com/>

OLOMOUC - Linka důvěry

Olomoucký kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Středisko sociální prevence Olomouc, příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **585 414 600**
Provoz: **Po – Pá: 16,00 – 06,00 hod. So+Ne+svátky: NONSTOP**
Web: <http://ssp-ol.cz/index.php?item=telefonicka-krizova-pomoc>, E-mail: ssp@iex.cz Internetová poradna Chat: www.internetporadna.cz / e-linka Provoz: **Út+Čt: 17,00 – 18.30 hod. a 20,00 - 22,00 hod. Ne: 20,00 - 22,00 hod.**

OPAVA - Linka důvěry

Moravskoslezský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Charita Opava, církevní organizace

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **553 61 64 07**
Mobil: **736 149 142**
Provoz: **Po – Ne: 10,00 - 6,00 hod.**
Bezplatně: **800 12 06 12 - pouze So: 19,00 - 21,00 hod.**
E-mail: linka.duvery@charitaopava.cz Web:
<http://www.charitaopava.cz/strediska.php?stredisko=ld>

OSTRAVA - Linka důvěry

Moravskoslezský kraj, zdravotnické zařízení (tudíž bez registrace poskytovatele sociálních služeb)
provozovatel - Městská nemocnice Ostrava

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **596 618 908**
Mobil: **737 267 939**
Provoz: **Po – Pá: 12,00 – 06,00 hod. So+Ne+svátky: NONSTOP**
Web: <http://www.help-psych.cz/> Internetová linka E-mail: info@help-psych.cz

PÍSEK - Linka důvěry

Jihočeský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Arkáda - sociálně psychologické centrum, o.s.

Zaměření: pro celou populaci Telefon: **382 222 300** Provoz: **Po – Pá: 8,00 – 22, 00 hod.** E-mail:
info@arkada-pisek.cz Web: <http://www.arkadacentrum.cz/>

PLZEŇ - Linka důvěry a psychologické pomoci

Plzeňský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Regionální institut duševního zdraví – Epoché, o.s.

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **377 462 312**
Mobil: **605 965 822**
Provoz: **NONSTOP**
Web: <http://www.epoche.cz/>, E-mail: ld.plzen@atlas.cz Internetová linka E-mail: info@help-psych.cz

PRAHA - Linka důvěry RIAPS

Hlavní město Praha, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Centrum sociálních služeb Praha (CSSP), příspěvková organizace

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **222 580 697**
Provoz: **NONSTOP**
E-mail: linka@mcssp.cz
Web: <http://www.mcssp.cz/>

PRAHA - Kontaktní linka SOS centrum Diakonie

hlavní město Praha, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Diakonie Českobratrské církve evangelické, církevní organizace

Zaměření: pro celou populaci
Kontaktní telefon SOS centra Diakonie: **(linka důvěry zrušena) 222 514 040**
Provoz: **Po - Pá: 9,00 - 20,00 hod.**
Web: <http://www.soscentrum.cz/> Internetová linka
E-mail: linka.duvery@diakonieccce.cz

TŘEBÍČ - Linka důvěry Střed

Vysočina kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Střed, o.s.

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **775 223 311**
Provoz: **Po - Ne: 8,00 - 22,00 hod.**
E-mail: linkaduvery@stred.info
Web: http://www.stred.info/cze/index.php?section=hot_line

ÚSTÍ NAD LABEM - Linka pomoci

Ústecký kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Spirála o.s.

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **475 603 390**
Provoz: **NONSTOP**
E-mail: spirala.cki@volny.cz
Web: <http://www.volny.cz/spirala.cki/>

ÚSTÍ NAD ORLICI - Linka důvěry

Pardubický kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Kontakt o.s.

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **465 524 252**
Provoz: **NONSTOP**
E-mail: lduo@seznam.cz
Web: <http://www.linkaduveruuo.wz.cz/>

VSETÍN - Linka důvěry

Zlínský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Azylový dům pro ženy a matky s dětmi, o.p.s.

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **571 413 300**
Provoz: **NONSTOP**
E-mail: ld@vs.inext.cz
Internetová linka
web: <http://www.inext.cz/linka/>

ZLÍN - Linka SOS

Zlínský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb
Statutární město Zlín, územní samosprávný celek

Zaměření: pro celou populaci
Telefon: **577 431 333**
Provoz: **NONSTOP**
Web: <http://www.soslinka.zlin.cz/> Internetová poradna
E-mail: sos@zlin.cz

Metodika rovných příležitostí byla zpracována v rámci projektu ESF

Reg. číslo projektu : CZ.1.07/1.2.09/02.0014

Název projektu : Rovné příležitosti žáků OU a PrŠ, Brno, Lomená 44 – Mozaika
integračních snah

Termín realizace projektu : 22.3. 2010 – 1.6.2012

Název příjemce podpory : Odborné učiliště a Praktická škola, Brno, Lomená 44

