



**Středisko volného času ALFA Pardubice**

Družby 334, 530 09 Pardubice

IČ:481 612 33, DIČ: CZ 481 612 33, bankovní spojení 2722197/0300

tel: 469 811 767, [www.svcalfa.cz](http://www.svcalfa.cz), e-mail: [ddmalfa@ddmalfa.cz](mailto:ddmalfa@ddmalfa.cz)

## **Vnitřní směrnice**

# **MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM**

Č. j.:	SVČ ALFA 2/2026
Vypracoval:	
Schválil:	Mgr. Miloš Adamů
Účinnost ode dne:	1. 1. 2018
Vydáno dne:	29. 12. 2017
Aktualizace dne:	29. 12. 2025

## Obsah

- I. Obecná ustanovení.
  - II. Oblast protidrogové prevence, boje proti alkoholismu a kouření.
  - III. Ohrožování mravní výchovy mládeže, týrání a sexuální zneužívání dětí.
  - IV. V oblasti zdravého životního stylu.
  - V. Volný čas a zájmové aktivity.
  - VI. Zneužívání virtuálních drog a patologické hráčství.
  - VII. Oblast záškoláctví.
  - VIII. Oblast šikanování, vandalismu a jiných forem násilného chování
  - IX. Oblast xenofobie, rasizmu, intolerance a antisemitismu, informační nástěnka, realizace MPP, spolupráce, kontakty.
- Přílohy.

## I.

### Obecná ustanovení

Na základě ustanovení § 30, odst. 1) zákona č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) v platném znění vydávám jako statutární orgán Střediska volného času ALFA Pardubice – Polabiny, Družby 334 (dále jen „SVČ“), příspěvková organizace tuto směrnici.

#### **Strategie Minimální preventivní program (dále jen MPP)**

Základním principem preventivní strategie uplatňované ve SVČ je výchova klientů ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a rozvoji osobnosti. V tomto smyslu vedou pedagogové volného času a externí pracovníci účastníky k osvojování norem mezilidských vztahů respektujících identitu a individualitu klienta, a rozvíjejí pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka, respekt k individualitě každého jedince, humánní a tolerantní jednání, jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince. Pedagogové a externí pracovníci se snaží vytvářet podmínky pro smysluplné využití volného času.

**V plánu Střediska volného času je naznačeno preventivní působení školského zařízení na klienty v těchto oblastech:**

- Boj proti drogovým závislostem, alkoholismu a kouření.
- Ohrožování mravní výchovy mládeže, týrání a sexuální zneužívání dětí.
- Adaptace klientů a umění učit se, zdravý způsob života.
- Volný čas a zájmové aktivity.
- Zneužívání virtuálních drog (počítače, televize a video) a patologické hráčství (gambling).
- Záškoláctví.
- Šikanování, vandalismu a jiných forem násilného chování (např. divácké násilí apod.).
- Xenofobie, rasismu, intolerance a antisemitismu.

## **II.**

### **Oblast protidrogové prevence, boje proti alkoholismu a kouření**

1. Je prevencí zneužívání návykových látek chápat v kontextu sociálně negativních jevů, jako je šikanování, vandalství, brutalita, patologické hráčství, xenofobie apod.
2. Zahrnuje problematiku nejen zakázaných drog, ale i volných drog (alkohol a tabák), zaměřit se i na běžně dostupné těkavé látky (lepidla, plyny, aerosoly), pozornost věnovat i zneužívání léků.
3. Poskytuje rodičům základní informace týkající se drog, včetně postojů SVČ k protidrogové problematice. Zajišťovat v případě potřeby poradenské služby specializovaných poradenských a preventivních zařízení pro studenty, rodiče a pedagogy.

## **III.**

### **Ohrožování mravní výchovy mládeže, týrání a sexuální zneužívání dětí**

Motivujeme děti k vytváření zdravých postojů v oblasti informací o sexu, pornografii a násilí. I ke schopnosti kriticky nahlížet na tyto informace a dovednosti odmítnout situace, které je ohrožují. Například přístupem ke vhodné literatuře, diskusemi v rámci kroužků apod.

#### Problémy spojené se syndromem týraného, zanedbávaného a zneužívaného dítěte

Při rozpoznání daného problému zajistit včasné intervence zejména v případech:

- domácího násilí,
- týrání a zneužívání dětí, včetně komerčního sexuálního zneužívání,
- ohrožování mravní výchovy mládeže.

## IV.

### V oblasti zdravého životního stylu

1. Zaměřit se na etické normy, jejichž dodržování je základním předpokladem normálního chodu společnosti. Vzhledem k tendencím mladých lidí upřednostňovat především svá práva a tvrdou kritiku směrem ke společnosti starších, seznamovat je především s povinnostmi, jejichž samozřejmým dodržováním vytváří člověk svou morální hodnotu v očích druhých.

2. Odstraňovat pocit „přetížení“ u klientů. Naučit je řešit stresové situace, řešit problémy formou her. Podnítit a motivovat jejich činnost ve volném čase – pohyb, doplňování vědomostí a dovedností využitelných v praxi – na základě forem vzdělávání uvedených v ŠVP. Zaměřit se na nové, neobvyklé, trendy, již vyzkoušené metody.

3. Vytvářet podmínky pro spolupráci s rodiči a osvětově působit na rodiče v oblasti zdravého životního stylu a v oblasti prevence problémů ve vývoji a výchově dětí a mládeže – osvětová práce s rodiči na základě jejich spoluúčasti při volnočasových aktivitách. Osvětová činnost v podobě výukových programů, témata jsou volena podle požadavků klientů, zpravidla škol.

## V.

### Volný čas a zájmové aktivity

#### Aktivity pro rodiče a veřejnost

- informovanost rodičů a klientů nenásilnou formou, která je založena na vytvoření dobré atmosféry,
- nabídka propagačních materiálů o drogách,
- seznámení rodičů s postupem SVČ v případě problémů klientů s drogami (viz příloha č. 1),
- informace pro rodiče:

1. O drogách. Jak poznám, že moje dítě alkohol nebo drogy bere. (viz příloha č. 2)

2. Doporučení rodičům, jejichž dítě má problémy s návykovými látkami. Čemu se vyhnout? (viz příloha č. 3).

3. O šikaně. Definice pojmu. Varovné signály pro rodiče. Co tedy dělat? (viz příloha č. 4).

### Aktivita pro klienty samotné

- pravidelná zájmová činnost
- příležitostná činnost
- táborová činnost
- spontánní činnost
- odborná pomoc

## **VI.**

### **Zneužívání virtuálních drog a patologické hráčství**

Důsledně prosazovat zákaz jakýchkoliv hazardních her v SVČ a jeho okolí nabídnutím jiných alternativ využití volného času.

## **VII.**

### **Oblast záškoláctví**

Sledování docházky i přesto, že činnost je na základě zájmu a v podstatě dobrovolná. Žádáme rodiče o omlouvání písemnou formou (email). Spolupracujeme s rodiči, je to kontrola i pro ně.

## **VIII.**

### **Oblast šikanování, vandalismu a jiných forem násilného chování**

1. Pokusit se co nejdříve případný výskyt odhalit a účinně vyřešit.
2. Pokud se případ šikany vyskytne, snažit se vidět každý konkrétní případ zvenčí i zevnitř.
3. Spolupracovat s odborníky, popř. i nestátními organizacemi zabývajícími se prevencí šikanování (kriminalisté pro mládež, sociální kurátoři, dětský psychiatr, spolupráce se základní školou).
4. K vandalismu prostudovat metodické doporučení č. Č.j.: MŠMT- 32549/2017-1 a ke kyberšikaně Č.j.: MSMT- 32550/2017-1.

## **IX.**

### **Oblasti xenofobie, rasismu, intolerance a antisemitismu**

Důsledně potírat jakékoliv náznaky zejména rasismu a antisemitismu. Vysvětlovat nutnost soužití bez intolerance jako jedinou cestu soužití národů, národnostních menšin a lidí různého náboženského vyznání. Tomu odpovídající společné aktivity, popř. projekty.

### **Realizace MPP a spolupráce s ostatními školami a pedagogickými i nepedagogickými pracovníky**

Na realizaci minimálního preventivního programu se podílíme ve spolupráci s místními základními školami a jejich koordinátorem pro tuto činnost, a to na základě domluv a koordinování přednášek nebo vystoupení.

Dle možností a zájmu se snažíme zajišťovat odborníky z oblasti protidrogové prevence.

Uplatňujeme především diferencované přístupy zejména ve vztahu k věku a osobnostním zvláštnostem cílových skupin.

Minimální preventivní program pravidelně jednou ročně vyhodnocujeme a sledujeme i jeho celkovou účinnost a průběh.

Za realizaci Minimálního preventivního programu zodpovídá ředitel SVČ.

O průběhu naplňování Minimálního preventivního programu metodik prevence informuje a vyhodnocuje aktuální situaci.

S vytvořením programu jsou seznámeni všichni externí i interní pedagogičtí pracovníci. Ostatní pracovníci SVČ jsou rovněž s tímto programem seznámeni a v rámci svých možností působí kladným příkladem na děti. Minimální preventivní program je umístěn na webové stránce SVČ.

Většina pedagogů i externích pracovníků spolupracuje na realizaci MPP v rámci různých forem trávení volného času, které dle ŠVP na SVČ fungují. Spolupráce probíhá na základě informací od pedagogů škol, kteří jsou zároveň externími pracovníky SVČ z různých míst výkonů, kde působíme, dále komunikace mezi pracovníky navzájem. Informace putují k nám také na základě důvěry dětí ke svým vedoucím kroužků.

## **Spolupráce s rodiči, odborníky a ostatními institucemi**

Spolupráce a výměna informací probíhá s rodiči a zákonnými zástupci našich klientů.

V rámci protidrogové prevence jsme v kontaktu s pedagogicko-psychologickou poradnou v Pardubicích.

Spolupráce s dětskými lékaři v Pardubicích a Okresní hygienickou stanicí. Další spolupráce je se sociálním odborem.

V rámci činnosti SVČ spolupracujeme se základními školami a s naším zřizovatelem Městem Pardubice. Spolupráce probíhá i s policií ČR a s městskou policií Pardubice, zejména na výukových programech.

## **Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany**

Společenství proti šikaně - [www.sikana.org](http://www.sikana.org)

E-Nebezpečí pro učitele - [www.e-nebezpeci.cz](http://www.e-nebezpeci.cz)

Národní centrum bezpečnějšího internetu - [www.ncbi.cz](http://www.ncbi.cz)

<https://www.kpbi.cz/hledatepomoc>

## **Kontakty**

Sdružení Linka bezpečí (116 111), [www.linkabezpeci.cz](http://www.linkabezpeci.cz)

Poradna webu Minimalizace šikany - [www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

Internet poradna - [www.internetporadna.cz](http://www.internetporadna.cz)

Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu - [www.Horka-linka.cz](http://www.Horka-linka.cz)

Poradna E-Bezpečí - poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na internetu –[www.napisnam.cz](http://www.napisnam.cz), [www.e-bezpeci.cz](http://www.e-bezpeci.cz).

Tato směrnice nabývá účinnosti od 1. 1. 2018. Aktualizace proběhla 1. 1. 2026.

SVČ ALFA 1. ledna 2026

.....  
ředitel SVČ ALFA  
Mgr. Miloš Adamů, MBA

## **Přílohy**

### **Příloha č. 1**

#### **Při selhání preventivních opatření školy**

##### **1. V případě podezření na zneužívání návykových látek:**

- provést diskrétní šetření a pohovor se žákem.

##### **2. Při důvodném podezření:**

- okamžité kontaktování rodičů event. zákonných zástupců žáka,

- při negativní a nespolupracující reakci rodiny uvědomit sociální odbor.

##### **3. Při průkazném zjištění zneužívání návykových látek ve škole nebo v případě, že žák je prokazatelně ovlivněn drogou (i alkoholem) v době vyučování ředitel školy nebo pracovník školy pověřený dle pokynu ministra:**

- kontaktuje zdravotnické zařízení a zároveň uvědomí rodiče, popř. zákonné zástupce.

##### **4. V případě dealerství nebo podezření na porušení § 217 trestního zákona (ohrožení mravní výchovy dítěte) nebo zanedbání povinné péče:**

- uvědomí oddělení péče o dítě, odd. sociální prevence sociálního odboru MÚ,

- oznámí věc Policii ČR.

## **Příloha č. 2**

### **INFORMACE PRO RODIČE**

#### **JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ ALKOHOL NEBO DROGY BERE?**

- Změnila se osobnost Vašeho dítěte v poslední době v nějakém významném ohledu?
- Má časté výkyvy nálad?
- Straní se Vás? Je zlostný nebo depresivní?
- Tráví hodně času ve svém pokoji sám?
- Ztratil zájem o školu a o vyučování, případně další aktivity, např. sport?
- Zhoršil se jeho prospěch?
- Přestal trávit čas se starými kamarády? Přátelí se s dětmi, které se Vám nelíbí? Nesvěřuje se a nemluví o tom, kam chodí a co dělá?
- Máte pocit, že se Vám doma ztrácí peníze nebo věci (peníze potřebné na alkohol a drogy) nebo máte pocit, že má víc peněz, než byste očekávali (peníze získané z prodeje drog)?
- Reaguje nepřiměřeně, když s ním mluvíte o alkoholu a o drogách nebo se snaží změnit téma?
- Lže nebo podvádí?
- Pozorujete fyzické příznaky užívání drog nebo alkoholu? Rozšířené nebo zúžené zornice?
- Nejasné vyjadřování a myšlení?
- Ztratilo Vaše dítě zájem o koníčky? Ztratilo motivaci, nadšení a vitalitu?
- Našli jste někdy důkazy užívání drog nebo alkoholu, prášky, lahve?
- Zhoršil se vztah dítěte k členům rodiny?
- Zdá se Vaše dítě být nemocné, unavené a protivné ráno, po možném užití drog předešlý den?
- Přestalo se Vaše dítě o sebe starat, změnil se jeho styl oblečení?
- Zdá se být méně soustředěný?

### Příloha č. 3

#### DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

##### A. Co dělat

Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, **neváhejte zavolat lékaře**. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.

- Nespoléhejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je **nepodporovat a neusnadňovat pokračující braní drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu** a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý úspěch ještě neznamena, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvláště když říká, a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly, a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. **Vyslechnout dítě ale ještě neznamená přistupovat na jeho stanovisko.**
- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. **Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.**
- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. **Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla.** Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.
- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. **Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání.** Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
- **Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky.** To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).
- Předcházejte nudě. **Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času.** Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.

- **Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti.** To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i změně prostředí.
- **Posilujte sebevědomí dítěte.** Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně **nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu.** Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.
- **Spolupracujte s dalšími dospělými.** Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu. Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti. Buďte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy. **Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá.** V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládnutím problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

## **B. Čemu se vyhnout**

**Nepopírejte problém.** Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.

- **Neskrývejte problém.** Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojení.

- **Neobviňujte partnera.** Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost naštěstí často ano.
- Nehleďte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.
- **Nezanedbávejte sourozence dítěte** zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.
- **Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti,** zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
- **Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho.** S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci -totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
- **Nedejte se vydírat.** Vyhrůžování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.
- **Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.**
- **Vyhnete se fyzickému násilí.** Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- **Nejednejte chaoticky a impulzivně.**
- **Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou,** případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- **Do nekonečna neustupujte.** Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný.
- Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.

- **Nezabouchněte dveře navždy.** I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- **Neztrácejte naději. Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání.** I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.

## **Příloha č. 4**

### **Šikana**

#### **Definice pojmu**

Úmyslné a opakované ubližování slabšímu (neschopnému obrany) jedincem nebo skupinou, jak fyzické, tak i psychické, ponižování lidské důstojnosti, jde spíš o postoj než o čin.

Dominantní znak šikany – **bezmocnost oběti.**

Neoddělitelnou součástí problému je **skupinová dynamika.**

#### **Varovné signály šikany pro rodiče**

- dítě nemá kamaráda,
- nechut' jít do školy,
- střídá různé cesty do školy a ze školy,
- ztráta chuti k jídlu, neklidný spánek,
- ztráta zájmu o učení,
- výkyvy nálad, odmítá se svěřit, co ho trápí,
- žádá peníze, často „ztrácí“ své věci,
- přichází domů vyhladovělé, s potřhaným oblečením, s poškozenými školními pomůckami,
- nedokáže uspokojivě vysvětlit svá občasná zranění (odřeniny, modřiny, popáleniny),
- je nečekaně agresivní vůči sourozencům,
- trpí zdravotními potížemi (bolesti hlavy, břicha, bolesti jsou někdy simulované),
- zdržuje se většinou stále doma.

## **Co tedy dělat?**

Připusťme, že několik výše uvedených signálů ve vás vzbudí určité podezření, že by mohlo jít o šikanování vašeho dítěte. Znovu podotýkáme, že ideální stav nastane, když se vám dítě svěří. Pochvalte ho, povzbuďte, rozptylte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvahu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci, a to potom musíte dodržet. Vyslechněte vaše dítě, dejte najevo, že jeho informace berete vážně (i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné). Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího než situace vašeho dítěte. Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.

## **Konkrétní kroky**

- Zjistěte přesně – pozor – „nevyslychejte jako vyšetřovatel“ – co, kdy, kde se odehrávalo, kdo další byl přítomen.
- Společně vytipujte svědky, kterým dítě ještě důvěřuje, o kterých ví, že nestojí na straně agresora a věří, že mu mohou pomoci.
- Poskytněte dítěti veškerou ochranu (např. při cestě do školy a ze školy, i za cenu, že se budete uvolňovat z práce).
- Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům.
- Nemáte-li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte je doma, ale pozor – pečlivě zvažte, zda v jeho situaci může být samo.
- Znovu dítě ubezpečujte, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.
- Zhodnoťte, a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou. Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo pravdy“. Neomlouvejte sami sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.