

# Sociální kontext sebepoškozování u žáků základní školy

## Bakalářská práce

*Studijní program:*

B7506 Speciální pedagogika

*Studijní obor:*

Speciální pedagogika pro vychovatele

*Autor práce:*

**Veronika Lechnýřová**

*Vedoucí práce:*

PhDr. Kateřina Thelenová, Ph.D.

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky





## Zadání bakalářské práce

# Sociální kontext sebepoškozování u žáků základní školy

*Jméno a příjmení:* **Veronika Lechnýřová**  
*Osobní číslo:* P18000189  
*Studijní program:* B7506 Speciální pedagogika  
*Studijní obor:* Speciální pedagogika pro vychovatele  
*Zadávající katedra:* Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky  
*Akademický rok:* **2019/2020**

### Zásady pro vypracování:

Cíl BP: Zmapovat fenomén sebepoškozování v kontextu sociálního prostředí a možnosti prevence na vybrané základní škole.

Požadavky: Formulace teoretických východisek, příprava průzkumu, sběr dat, interpretace a vyhodnocení dat, formulace závěrů.

Metody: Dotazník, polostrukturovaný rozhovor.

Při zpracovávání bakalářské práce budu postupovat v souladu s pokyny vedoucí práce.

Rozsah grafických prací:  
Rozsah pracovní zprávy:  
Forma zpracování práce:  
Jazyk práce:

tištěná/elektronická  
Čeština



### Seznam odborné literatury:

- BAJCURA, L., 2019. *Sebevraždy a sebepoškozování v penitenciárním prostředí: Suicide and self-harm in penitentiary environment*. Stráž pod Ralskem: Akademie Vězeňské služby České republiky. ISBN 978-80-270-5868-6.
- FISCHER, S., J. ŠKODA., 2009. *Sociální patologie: analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2781-3.
- KABÍČEK, P., L. CSÉMY, HAMANOVÁ, J., 2014. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-793-4.
- KRIEGELOVÁ, M., 2008. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2333-4.
- PLATZNEROVÁ, A., 2009. *Sebepoškozování: aktuální přehled diagnostiky, prevence a léčby*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-606-9.
- PROCHÁZKA, M., 2019. *Metodik prevence a jeho role na základní škole*. Praha: Pasparta. ISBN 978-80-88290-28-5.
- TITMANOVÁ, M., 2019. *Prevence rizikového chování: praktická příručka pro práci se třídou*. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-7603-034-3.
- VÁGNEROVÁ, M., 2014. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0696-5.

Vedoucí práce:

PhDr. Kateřina Thelenová, Ph.D.  
Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

Datum zadání práce:

2. dubna 2020

Předpokládaný termín odevzdání:

30. dubna 2021

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.  
děkan

L.S.

Ing. Zuzana Palouňková, Ph.D.  
vedoucí katedry

## Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

26. dubna 2022

Veronika Lechnýřová



## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala vedoucí bakalářské práce PhDr. Kateřině Thelenové, Ph.D. za cenné rady, věcné připomínky a vstřícnost při konzultacích a vypracování bakalářské práce. Poděkování patří také všem respondentům, kteří mi věnovali svůj čas a podělili se o své zkušenosti.

## **Anotace**

Bakalářská práce se zabývá tématem sebepoškozování žáků, kteří navštěvují základní školu. Fenomén je popisován v souvislosti s aspekty sociálního prostředí. Cílem práce je zmapovat teoretická východiska témat a možnosti prevence sebepoškozování na základní škole. Konečným výstupem bakalářské práce je návrh opatření, který vyplynul pro školy ohrožené sociálním vyloučením v oblasti prevence a řešení sebepoškozování.

## **Klíčová slova**

Sebepoškozování, základní škola, prevence, rizikové chování, sociální kontext

## **Annotation**

This bachelor thesis deals with the topic of self-harm of students attending primary school. The phenomenon is described in connection with aspects of the social environment. The aim of the thesis is to map the theoretical basis of the topic and possibilities of self-harm prevention in primary school. The final output of the thesis is a preventive suggestion that resulted for schools at risk of social exclusion in the section of prevention and dealing with self-harm.

## **Key words**

Self-harm, primary school, prevention, high-risk behaviour, social context

# Obsah

Úvod .....	10
1 Teoretická část .....	12
1.1 Základní popis problému .....	12
1.1.1 Diagnostika záměrného sebepoškozování .....	13
1.1.2 Projevy možného sebepoškozování .....	14
1.2 Psychický vývoj dítěte školního věku .....	16
1.2.1 Mladší školní věk .....	16
1.2.2 Starší školní věk .....	17
1.3 Rizikové sociální faktory v psychickém vývoji .....	18
1.3.1 Sociálně geografický kontext .....	18
1.3.2 Sociální sítě jako rizikový faktor sebepoškozování .....	20
1.3.3 Šikana a kyberšikana .....	21
1.3.4 Volný čas .....	21
1.4 Kontext dostupnosti podpůrných opatření .....	22
1.4.1 Telefonická krizová intervence .....	22
1.4.2 Preventivní programy na základních školách .....	24
1.5 Pedagogičtí pracovníci a další zaměstnanci školy .....	24
1.5.1 Učitel .....	25
1.5.2 Vychovatel ve školní družině .....	26
1.5.3 Školní poradenské pracoviště .....	27
1.6 Shrnutí východisek při řešení sebepoškozování na základní škole .....	29
1.6.1 Prevence .....	30
2 Praktická část .....	32

2.1	Téma průzkumu .....	32
2.2	Cíle .....	33
2.3	Objekty průzkumného zájmu .....	33
2.4	Způsob realizace průzkumu .....	34
2.5	Metody sběru dat.....	34
2.6	Předvýzkum .....	35
2.7	Dotazník.....	36
2.7.1	Výsledky dotazníkového šetření .....	36
2.8	Rozhovory.....	45
2.8.1	Prezentace dat získaných z rozhovorů .....	46
3	Diskuze .....	49
4	Návrh opatření.....	52
	Závěr.....	55
	Seznam použité literatury a pramenů .....	56
	Seznam obrázků, grafů a příloh .....	59
	Seznam příloh .....	60

Seznam zkratk:

AP = asistent pedagoga

OSPOD = orgán sociálně-právní ochrany dětí

PPP = pedagogicko-psychologická poradna

SP = sebepoškozování

ŠPP = školní poradenské pracoviště

# Úvod

Tématem práce je *Sociální kontext sebepoškozování dětí na základní škole*. Cílem je zmapovat fenomén sebepoškozování v kontextu sociálního prostředí a možnosti prevence na základní škole. Konečným výstupem bakalářské práce je *návrh opatření*, která vyplynula pro školy ohrožené sociálním vyloučením v oblasti prevence a řešení sebepoškozování.

Jedním z důvodů pro výběr tématu je, že pracuji ve školním prostředí a všímám si nedostatků, které se projevují v souvislosti s řešením některých problémů žáků. Obvykle se jedná o sociální, psychické či rodinné potíže projevující se v chování i v prospěchu dítěte ve školním prostředí, přičemž učitelé často takové situace z různých důvodů neřeší. A konkrétně pro sebepoškozování jsem se rozhodla proto, že v posledních pěti letech se o tomto fenoménu dozvídám stále častěji, a to především ve formě odborných článků a podcastů. Příkladem je článek o sebepoškozování z archivu časopisu *Pediatr pro praxi* (M. Ryšánková 2008, s. 383), kde je uváděno, že od 90. let 20. století se výskyt sebepoškozování u náctiletých zvedl od 250 % a je označován jako „nová patologie současnosti“. V tomtéž periodiku je další článek, který vypovídá o tom, že s přihlédnutím na míru závažnosti sebepoškozování se mu věnuje velmi malá pozornost a že učitelé a rodiče často nevědí, jak při výskytu sebepoškozování postupovat. Existují programy, které se zabývají prevencí rizikového chování žáků na základních školách, ale velký důraz se klade hlavně na prevenci šikany, závislosti a kriminality, na rozdíl od sebepoškozování, které se upozadňuje. (Emmerová 2018, s. 89). Tato tvrzení potvrzují i mé zkušenosti z praxe, kdy mí pedagogičtí kolegové přiznávají, že v řešení sebepoškozování u svých žáků<sup>1</sup> si nejsou jistí v tom, jak správně jednat (respektive jak by jednali, kdyby se s tím setkali).

Teoretická část práce reflektuje klíčová témata, která byla zjištěna předvýzkumem jako tématem úzce souvisejícím s předmětem zájmu bakalářské práce, tedy sebepoškozováním. Témata byla zpracována na základě poznatků z odborných publikací zaměřujících se primárně na rizikové chování dětí na základní škole.

---

<sup>1</sup> Pro formální zjednodušení v práci používám maskulinní pojmy jako jsou „žáci“, „učitelé“, „vychovatelé“, „pracovníci“ apod. Do těchto pojmů jsou zahrnuty všechny genderové skupiny.

V praktické části popisují proces průzkumu od sběru dat po jejich prezentování. Hlavní část průzkumu se uskutečnila na základní škole v Desné<sup>2</sup>, kde jsem měla možnost spolupracovat se zaměstnanci školy. Zásadní byl pro průzkum prvotní rozhovor s metodičkou prevence a výchovnou poradkyní školy, která mi poskytla potřebné informace k přípravě předvýzkumu a pomohla určit směr této práce, včetně dalších podtémat, které se dotýkají fenoménu sebepoškozování. Předvýzkum také pomohl formovat otázky dotazníkového šetření, na něž odpovídali pedagogičtí pracovníci a zaměstnanci ze zkoumané základní školy. Kontext průzkumu je doplněn o dva rozhovory, a to s vedoucí Linky pro rodinu a školu a lektorkou primární prevence, které pomohly propojit teoretická východiska s postřehy z praxe.

---

<sup>2</sup> Základní škola a mateřská škola Desná, okres Jablonec nad Nisou, příspěvková organizace, web: <https://www.zsdesna.cz>

# 1 Teoretická část

V teoretické části se zabývám vymezením základních pojmů, které jsou potřebné k porozumění fenoménu sebepoškozování v kontextu se sociálním prostředím. Zaměřuji se na to, jak se sebepoškozování u žáků může projevovat.

Práce je zaměřena na žáky základní školy. Vývojové charakteristiky této věkové skupiny jsou popsány v kapitole 1.2.

V kapitole 1.3 si všímám rizikových faktorů v sociálním prostředí, které mohou podpořit vznik rizikového chování, kterým je i sebepoškozování.

Důležitá je i dostupnost podpůrných opatření pro žáky základních škol ohroženým problematikou sebepoškozování a pro jejich blízké. S tím jsou spojeni pedagogičtí pracovníci, kteří se dětem věnují. V kapitole 1.5 uvedu výčet profesí ve školním prostředí, které souvisí s tématem bakalářské práce a popíšu náplň jejich práce v kontextu sebepoškozování na základní škole.

## 1.1 Základní popis problému

Než se začnu zabývat fenoménem sebepoškozování v širším kontextu, definuji základní pojmy. V publikacích zaměřených na tuto problematiku (Kriegelová 2008; Platznerová 2009) se setkáváme s mnohými výklady, které prošly historickým vývojem. Pro účely této práce bude použita definice sebepoškozování dle Suttona (in Kriegelová 2008 s. 19) z roku 2005:

*„Sebepoškozování je záměrné poškození vlastních tělesných tkání bez zjevného záměru ukončit život a bez záměru sexuálního nebo dekorativního.“*

Z této definice vyplývá, že jde o akt, při kterém jedinec záměrně ubližuje sám sobě. Což může znamenat mnohé metody, které můžeme dělit do dvou základních skupin. První skupinou je sebetrávení nebo také předávkování, které má vnitřní charakter. Do druhé skupiny se řadí sebezraňování. Toto rozdělení je ale velmi zjednodušené (Kriegelová 2008 s. 17).

Důležitým bodem definice je poukázání na to, že u záměrného sebepoškozování se nevyskytuje suicidální záměr. Mluví se zde o záměru, nikoli o důsledku. Může se stát, že sebepoškozování vede i k úmrtí jedince, ale když se jedná o sebepoškozování, jedinec se nepokouší o ukončení svého života. V této definici (oproti některým starším definicím) se objevuje i zmínka o tom, že za sebepoškozování se nepovažuje ani



takové chování, které má záměr sexuální, nebo zdobení těla, jakým je například tetování nebo piercing (Krieglová 2018, s. 20).

Sebepoškozování je tedy autoagresivní chování, které je sociálně nežádoucí reakcí na emoční zátěž (Platznerová 2009 s. 11). Pro jedince může fungovat jako adaptační mechanismus, sloužící k regulaci emocí, kterými jsou nejčastěji vztek (na sebe či okolí), úzkost, napětí, panika, znechucení, zoufalství, osamělost, atp. nebo naopak může jít o snahu vyvolání emocí a vjemů (Ryšánková 2008 s. 384).

### **Sociální kontext**

Sociální kontext, nebo také sociální prostředí, je pojem, který lze chápat jako soubor všech společenských aspektů životního prostředí. Do těchto aspektů lze řadit rodinu, školu a její zaměstnance, místo, kde žijeme a další (Šilhánová 2017, s. 1).

#### **1.1.1 Diagnostika záměrného sebepoškozování**

Diagnostika sebepoškozování není zcela jednoznačná. V mezinárodní klasifikaci nemocí<sup>3</sup> pro ni není žádná specifická kategorie. Nejčastěji se přidružuje k poruchám chování a emocí či k poruchám osobnosti. Je tedy potřeba brát v potaz to, že sebepoškozování může být mimo jiné symptomem jiné poruchy (Platznerová 2009 s. 53).

Je tedy žádoucí, aby se sebepoškozování odhalilo co nejdříve. Nejen proto, že samotné sebepoškozování je rizikem pro postižené dítě, ale právě pro častou přidruženost s dalšími problémy, které je nutno „léčit“.

Opakující se sebepoškozování se objevuje například u depresí, poruch příjmu potravy, bipolární afektivní poruchy, obsedantně-kompulzivní poruchy, úzkostných a panických poruch apod. (Platznerová 2009 s. 54).

U žáků základní školy však může sebepoškozování poukazovat i na jiné problémy. SP se objevuje u žáků, kteří mají problémy v rodinném prostředí nebo mezi spolužáky. Často se také spojuje s šikanou mezi žáky (Černá a Šmahel 2009 s. 39).

K rozlišení záměrného sebepoškozování od suicidálních tendencí poslouží následující diferenciální diagnostika.

---

<sup>3</sup> web: <https://mkn10.uzis.cz/>

Ačkoli se tyto dva jevy mohou zdát svými projevy podobné, existují rozdíly v některých symptomech. U suicidálních tendencí převládají depresivní nálady, zatímco u sebepoškození se jedná spíše o pocity odcizení, nenávisť k sobě i druhým. Suicidum je spojeno se sebevražedným úmyslem, který u sebepoškození chybí. V obou případech se objevují pocity beznaděje, bezmoci a nesnesitelné psychické bolesti, nicméně v případě sebepoškození se dostávají období optimismu, které se střídají s emočními propady, kdežto u suicida jsou tyto pocity trvalé a nekončící. V případě, že se suicidální jedinec pokusí o „pouhé“ sebepoškození se, nepřichází úleva. Sebevražda je brána jako definitivní řešení problému, sebepoškození je pouze přechodné řešení, po kterém se jedinci uleví a následně se vrací k „normálnímu“ prožívání (Ryšánková 2008 s. 384).

### **1.1.2 Projevy možného sebepoškození**

Při práci s dětmi je nutné, aby se v případě potřeby zahájila včasná a správná intervence<sup>4</sup>, což je u sebepoškození klíčové. Často se za sebepoškozením skrývá mnoho různých příčin, které je nutno akutně řešit. Stačí málo, abychom si mohli všimnout, že je s naším svěřencem něco v nepořádku a upozornět, pokud se objeví některé z následujících znaků.

Vždy je dobré mít se na pozoru, pokud se změní chování dítěte. Nemusí to vždy hned znamenat krizi, ale jakmile se dítě začne chovat neobvykle, může to indikovat počínající problém. Zásadním příznakem sebepoškození jsou změny na těle dítěte. Lze si všimnout nejčastěji řezných ran, popálenin, škrábanců, jizev a to obvykle ve shluku na nějaké části kůže (Platznerová 2009 s. 57).

Ačkoli se sebepoškození může objevit kdekoli na těle, nejčastěji bývají poškozené části těla, na které si dotyčný vidí. Hlavně horní končetiny (především nedominantní ruka), dolní končetiny (více ta, která je blíže dominantní ruce), břicho, atd. (Platznerová, 2009 s. 57).

Jedinec se sebepoškození někdy pokouší skrývat, takže dalším znakem může být nošení dlouhých rukávů nebo nohavic v teplém období, nebo rány mohou být ukryty pod různými módními doplňky či náplastmi (Platznerová, 2009 s. 57).

---

<sup>4</sup> intervence = zásah odborné pomoci

Obvyklým znakem je vyhýbavé chování. Dítě se straní aktivit, u kterých musí odhalovat své tělo, jako je například plavání nebo jiný sport. Zranění jde odhalit například při převlékání na tělocvik. K vyhýbaní patří i uhýbání od tématu, pokud na zranění přijde řeč. Nebo naopak přijde odpověď, která je evidentně lživá (Platznerová 2009 s. 57).

Sebepoškozování u dětí mohou doprovázet i časté depresivní či úzkostné projevy, jako je dlouhodobý pokles nálady, ztráta zájmu o dříve oblíbené činnosti, sklony k uzavírání se do sebe, nezvyklá introverze, podrážděnost a další (Platznerová 2009 s. 57).

## 1.2 Psychický vývoj dítěte školního věku

Téma práce se zaměřuje na kontext určitého fenoménu u žáků základní školy. Je tedy nutné zohlednit vývojová specifika tohoto věkového období. Jedná se o celkem velký věkový rozsah (standardně 9 let) s různými věkovými zvláštnostmi. V této kapitole popíši dvě, pro práci klíčová, vývojová stádia, a to mladší školní věk a starší školní věk. Vývojová psychologie skýtá mnoho oblastí, kde se projevují věkové rozdíly, primárně se zaměřím na poznatky, které mohou mít souvislost se sebepoškozováním a to konkrétně z oblastí vývoje osobnosti, myšlení, prožívání a sociálního vývoje.

### 1.2.1 Mladší školní věk

Mladší školní věk zasazujeme do období od nástupu na základní školu (školní zralost), to je obvykle v 6–7 letech, do přechodu na druhý stupeň v 11–12 letech (nástup puberty). V tomto období dochází k mnohým sociálním a biologickým změnám. Dá se říci, že jde o přípravu jedince na dospívání (Vágnerová 2000, s. 111).

Vývoj v období mladšího školního věku působí poklidněji než období puberty, nicméně je nutno zvládnout mnoho důležitých vývojových úkolů. U jedince se formuje sebepojetí (sebedůvěra, sebeúcta), genderová identita a postoj ke vzdělávání. Dítě v tomto věku potřebuje uznání a pozitivní motivaci ze strany rodiny i učitelů. Na dítě je vyvíjen tlak, který doposud nepoznalo. Je hodnoceno a srovnáváno s vrstevníky. Dítě objevuje rivalitu, strach ze selhání a výkonnostní frustraci. Učí se přijímat vlastní nedostatky a snášet kritiku. U dítěte se může vyskytnout tenze, která se obvykle projevuje výskytem zlovyků (kousání nehtů, tahání vlasů, tiky, dloubání kůže, okusování věcí...), pohybovým neklidem, rychlou unavitelností či psychosomatickými obtížemi. Dítě je emocionální, projevuje se afektivně, snadno se rozpláče, strachuje se a má nízkou toleranci frustrace (Thorová, 2015 s. 402–404).

Existují způsoby, jak dítěti pomoci se zvládnutím silných emocí a to rozvíjením technik na zvládnutí stresu. Děti by se měly od takto nízkého věku učit porozumět svým emocím, ale i emocím ostatních lidí. Důležité je o emocích mluvit, naučit se je popsat a adekvátně je projevovat. Účelem je předat dětem strategie, při jejichž osvojení budou umět regulovat emoční napětí. Takovými strategiemi může být rozvoj komunikace, různá dechová a relaxační cvičení, techniky imaginace, umění zastavit negativní

myšlenky a v neposlední řadě technika pozitivního přerámování situací (Thorová, 2015 s. 404).

Sebepoškozování je v některých případech pojímáno jako maladaptivní copingový mechanismus a tedy nepřizpůsobivé, sociálně nežádoucí chování, kterým se jedinec pokouší vyrovnat se emocionálně zátěžovou situací (Černá, Šmahel, 2009, s. 29). Z toho důvodu je potřeba, aby se děti učily zvládání emocí již v mladším školním věku, aby se předcházelo vzniku těchto nežádoucích strategií zvládání emočně zátěžových situací a tím se předešlo jejich prohlubování v budoucnu.

### **1.2.2 Starší školní věk**

Starší školní věk obvykle začíná přechodem na druhý stupeň (cca 11–12 let) končí ve chvíli, kdy dojde k ukončení základní školy, což je okolo patnáctého roku. Toto období se dá také nazývat jako *pubescence* (Vágnerová 2000, s. 158). Starší školní věk je významným sociálním i biologickým mezníkem. Přichází dramatické změny, které jsou náročné jak pro pubescenta, tak pro jeho okolí. Vlivem těchto změn je pubescent vystaven mnohým sociálně patologickým rizikům (Ptáček a Kuželová, 2013 s. 45).

V období pubescence se zintenzivňuje emoční prožívání. Regulační dovednosti se nerozvíjí dostatečně rychle, proto je psychika pubescenta křehká a náchylná ke vznikům psychopatologických procesů. Formuje se sebevědomí, které v této fázi vývoje nebývá stabilní. Mohou se vyskytovat pocity méněcennosti a přecitlivělost na kritiku vlastní osoby. V tomto období jsou jedinci nejvíce ohroženi vznikem rizikového chování. Též se zvyšuje výskyt psychiatrických onemocnění jako jsou afektivní poruchy, poruchy příjmu potravy, zneužívání návykových látek, úzkostné poruchy a dalších (Thorová 2015, s. 430). Tyto poruchy mohou být doprovázeny sebepoškozováním. (Platznerová 2009, s. 54). Podle výzkumu J. Muehlenkampa z roku 2014 se sebepoškozování začíná nejčastěji vyskytovat ve 13–15 roce života. Což neznamená, že se fenomén u žáka nemůže vyskytnout již dříve (J. Muehlenkamp in Černá a Šmahel 2009, s. 30). Nežřídka se stane, že první sebepoškození se objeví okolo 7 let nebo i dříve. (Platznerová 2015, s. 2). Období pubescence je spojováno se vznikem vývojových krizí. Krize se projevuje emoční nerovnováhou, silným napětím a hledáním adaptačních mechanismů, které by pomohly krizi překonat (Thorová 2015, s. 36–37).

## **1.3 Rizikové sociální faktory v psychickém vývoji**

Resilience je pojem, který je definován jako schopnost jedince zvládat stresové situace, být odolný vůči rizikovým faktorům a dokázat se přizpůsobovat. Předpokladem pro správný rozvoj této schopnosti je úspěšné zvládnutí vývojových cílů a také kvalitní sociální vazby. Oproti tomu maladaptace je neschopnost přizpůsobovat se životním podmínkám. Může se projevit formou poruch chování, únikovým tendencím a v krajním případě těžce patologickým chováním (Thorová 2015, s. 40–44). Do takového chování se řadí mimo jiné i sebepoškozování.

Na rozvoj těchto schopností má vliv spousta faktorů, které mohou být genetické, charakterové, psychologické, apod. Tato kapitola se zaměřuje na rizikové faktory sociálního prostředí ve věku dítěte, kdy navštěvuje základní školu. Hlavními sociálními faktory, které působí na vývoj žáka, je rodinné prostředí, škola, vrstevníci a společnost, ve které vyrůstá. Rizikovost tkví v patologii jedné nebo více z těchto oblastí. Výzkumy potvrdily negativní vliv stresového prostředí na dítě, konflikty mezi rodiči, absence otce, hrubé způsoby výchovy atd. (Thorová 2015, s. 44). Nepříznivý dopad má i ekonomická situace rodiny. Do výzkumů, které toto prokázaly, byla zahrnuta například nezaměstnanost obou nebo jednoho z rodičů, insolvence, exekuce, čerpání sociální podpory apod. (Thorová 2015, s. 45). Rizikovější pro rozvoj poruch chování a patologických projevů u dětí školního věku jsou právě proto sociálně vyloučené oblasti, kde se tyto jevy vyskytují ve větší míře.

### **1.3.1 Sociálně geografický kontext**

Ke zmapování sociálního kontextu sebepoškozování, je třeba se na fenomén podívat komplexně. Jedním z aspektů, které se pojí s tímto tématem, může být i geografické umístění lokality, ve které jedinec vyrůstá. Průzkum této práce je situován právě do sociálně vyloučené lokality, proto je v této kapitole geografické umístění školy zasazeno do teoretických východisek o regionálních vlivech.

Místo, kde žijeme, nelze vnímat pouze jako seskupení domů a ulic, ale jde o tzv. „stav mysli“, který se utváří tím, kde žijeme a co nás obklopuje. Obytné zóny se nejčastěji zabydlují podle sociální úrovně obyvatel a rodin. Takto dochází k socioekonomickému rozvrstvení obyvatelstva do jednotlivých segmentů, ve kterých

bydlí uskupení sociálně podobných lidí. Každá tato oblast je „nasáklá“ kvalitami a charakterem svých obyvatel. Ti se učí vzorcům chování, které jsou přítomny v jejich sociálním prostředí (Munková 2004, s. 22).

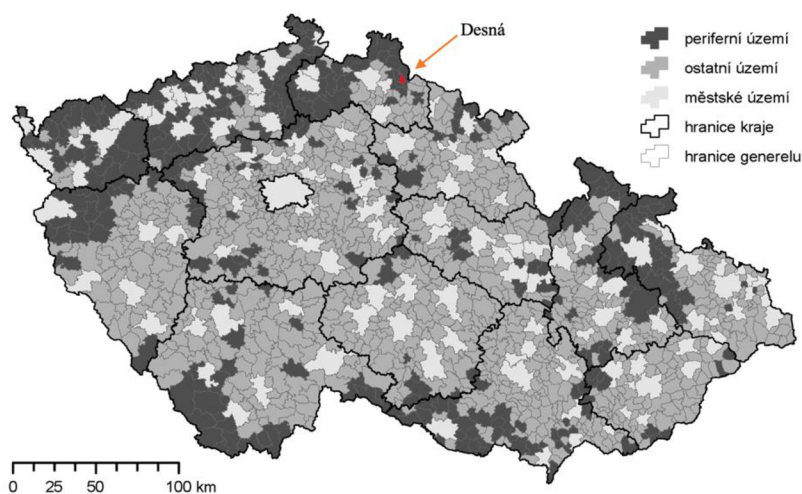
Existuje několik úrovní těchto oblastí, ale pro účely této práce bude dostačující povědomí o tom, že v některých oblastech se snadněji a ve větší míře vyskytují sociálně patologické jevy. Nejčastěji se tak děje v takzvaných marginálních oblastech a periferiích. Marginální oblast je území, které by se dalo vymezit také jako „sociálně vyloučená oblast“. Existují geografické faktory, které mají vliv na sociálně-ekonomické nerovnosti mezi jednotlivými regiony a také mezi centry a periferiemi, které jsou reflektovány dále v textu. (Drápela 2010, s. 13)

Periferie i marginální oblasti jsou území, která jsou „na okraji“, nicméně tzv. periferie jsou okrajové ze zeměpisného hlediska (znevýhodněné umístěním, obvykle méně atraktivní vzdáleností od centra), zatímco marginalita se projevuje neatraktivitou sociálními podmínkami a špatným začleněním do ekonomického systému (Drápela 2010, s. 13).

Umístění lokality může tedy hrát roli v rizikovosti vzniku některých patologických jevů. Proto je třeba neopomíjet charakteristiku dané oblasti.

### **Propojení sociálně geografického kontextu s lokalitou zkoumanou v bakalářské práci**

*Obrázek 1: Mapa ČR, periferie typu nezaměstnanost a exkluze*



Zdroj: Bernard, Šimon 2017, s. 18, vlastní zpracování

Základní škola, která je zkoumána v této práci, sídlí ve městě Desná. Město Desná se nachází u severních hranic České republiky, konkrétně v Libereckém kraji, v oblasti Jizerských hor. Obec má okolo 3 000 obyvatel (Město Desná 2022).

Obrázek č. 1 vyobrazuje mapu České republiky, která je barevně rozlišena. Nejtmavší barva na mapě vyznačuje periferní území. Konkrétně na této mapě jde o periferii typu nezaměstnanosti a vyloučení. Jde tedy o území s vysokou koncentrací sociálního znevýhodnění a obyvatelé jsou zde ve vysoké míře ohroženi nezaměstnaností. (Bernard, Šimon 2017, s. 19–20) Do této periferní oblasti patří i Desná, která je v obrázku č. 1 červeně vyznačena.

### **1.3.2 Sociální sítě jako rizikový faktor sebepoškozování**

Sebepoškozování na sociálních sítích je překvapivě velmi dostupné. Stačí do vyhledávače sociálních sítí jako je například twitter, tumblr., nebo instagram zadat #selfharm a zobrazí se nepřehledné množství příspěvků, fotografií i celých profilů, ve kterých máme k nahlédnutí mnohdy děsivé výjevy a bolestné vzkazy. Na těchto sociálních sítích je snaha o redukci těchto příspěvků ze strany vývojářů aplikací a instagram dokonce nabízí možnost podpory, nicméně to nepomůže tento jev zcela odstranit.

Podle průzkumů má reálné prostředí stejný vliv na vznik sebepoškozování jako prostředí virtuální. Ovlivňuje jeho vnímání, charakter a prožívání. Sdílením informací o sebepoškozování na sociálních sítích se často tento problém normalizuje, což napomáhá k jeho šíření. (Černá a Šmahel 2009, s. 26)

Mezi sociální sítě patří i webové deníky neboli blogy. Téma *sebepoškozování* na blozích se vyskytuje již delší dobu. Na těchto blozích se tvoří komunity jedinců, kteří často sdílí stejné zájmy jako autor blogu. Takto vznikají sociální skupiny lidí, kteří se podporují v psychických problémech, jako je sebepoškozování, poruchy příjmu potravy a v neposlední řadě sebevražedné tendence. (Černá a Šmahel 2009, s. 27).

Internetový svět v současnosti nelze oddělovat od toho reálného. Většina dětí a pubescentů má i svůj online život. Internet může hrát významnou roli při samotných úvahách o sebepoškozování, při zrodu tohoto chování, v jeho podporování a normalizaci (Whitlock, Powers, Eckenrode 2006 in Černá a Šmahel 2009 s. 31).



### 1.3.3 Šikana a kyberšikana

Na základě rozhovoru s metodičkou prevence ze zkoumané základní školy jsem zjistila, že se velmi často objevuje mezi dětmi šikana a kyberšikana. Tyto sociálně patologické jevy mohou být příčinou sebepoškozujícího se chování žáků. To mi potvrdila i lektorka prevence pro Liberecký kraj. Vyšlo najevo, že důvodem sebepoškozování u některých dětí je nepříznivá sociální situace ve školním kolektivu. Může jít o problémy ve vztazích mezi žáky, které jsou do určité míry přirozené. Někteří žáci se mohou cítit být nepřijati kolektivem. Problém nastává ve chvíli, kdy se tato situace rozvine v šikanu.

Šikanující chování je jedním z nejvýraznějších sociálně patologických jevů u žáků na základní škole a zároveň je toto chování stále rozšířenější. Šikana vypadá tak, že jeden či více žáků opakovaně a záměrně týrá jiného žáka za použití agrese a manipulace (Martínek 2009, s. 109). Šikanou jsou více ohroženi žáci ze sociálně slabšího prostředí. Rodina je často terčem posměchu a šikanující žáci si oběť dobírají za postavení ve společnosti rodičů oběti (Martínek 2009, s. 112).

Kyberšikana je pojem, který popisuje záměrné agresivní chování jedince či skupiny vůči jinému člověku a to prostřednictvím elektronických médií. Dopady kyberšikany mohou být stejné, někdy i závažnější, než dopady tradiční školní šikany (Černá 2013, s. 9).

U oběti šikany se mohou vyskytnout negativní projevy jako je například přemýšlení o vlastní vině, pocity vlastní nedostatečnosti, bezmoci. Dochází ke změnám v afektivitě, emoční výkyvy, trvalý pokles nálady, sebevražedné myšlenky, autoagrese se sebepoškozujícím jednáním (Martínek 2009, s. 126).

### 1.3.4 Volný čas

Z možných přístupů k předcházení patologickým jevům, a tím i rizikovému chování dětí a mládeže, je jejich vedení ke zdravému životnímu stylu (což je i náplní programů primární prevence – viz přílohu č. 2 – rozhovor s lektorkou primární prevence), k osvojování správných společenských hodnot a chování a k rozvoji osobnosti, která odmítá veškeré formy sebedestrukce. Do tohoto konceptu spadá plnohodnotné trávení volného času, které by mělo plnit funkci relaxační, regenerační, kompenzační, výchovnou a sociálně preventivní (MŠMT 2002, s. 4).

Kvalitní způsob trávení volného času pomáhá pozitivně formovat osobnost dítěte, a také hraje roli v jeho socializaci. Je to tedy prevencí rozvoje nežádoucích jevů. Pokud společnost dokáže zajistit, aby děti trávily svůj volný čas hodnotně, může částečně kompenzovat i nedostatky rodinného zázemí. Nicméně je třeba brát v potaz, že rodina bude mít vždy převládající působení na náplň volného času dítěte (MŠMT 2002, s. 5).

## **1.4 Kontext dostupnosti podpůrných opatření**

Klíčovým aspektem pro úspěšné řešení fenoménu sebepoškozování na základních školách je dostupnost podpory a péče pro děti a učitele. Je nutné uvědomit si, že pro děti nebývá jednoduché svěřovat se dospělým, pokud jde o osobní problémy. Ale může se stát, že děti ani nevědí, na koho se mohou obrátit. V této kapitole se zaměřím na to, kde děti mohou hledat pomoc, pokud se z jakéhokoli důvodu nemohou svěřit svým zákonným zástupcům, nebo se jim již svěřily, nicméně to nevedlo k řešení situace.

Nelze opomíjet dostupnost pomoci i pro osoby kolem dětí, které se sebepoškozují. Pokud rodič, učitel nebo jiný dospělý člověk zjistí, že se sebepoškozuje dítě, má povinnost tuto skutečnost řešit.

### **1.4.1 Telefonická krizová intervence**

Linky důvěry nebo také linky bezpečí či help-line jsou jednou z forem krizové pomoci.

*„Telefonická krizová intervence je soubor metod a technik krizové práce s klientem v situaci, kterou osobně prožívá jako zátěžovou, nepříznivou a ohrožující, založený na jednorázovém nebo opakovaném kontaktu.“ (Špatenková 2005, s. 123)*

Pomoc přichází od kvalifikovaného odborníka a tkví především v poskytnutí podpory, v aktivním naslouchání a podání odborných informací potřebných k vyřešení krizové situace, ale i k následné péči (Špatenková 2005, s. 26). Pokud se tedy jedná konkrétně o sebepoškozování, klient kromě řešení akutní krize dostane i péči „po“, aby se dokázal ošetřit a zamezil tak možným nepříjemným následkům.

Telefonická krizová intervence přináší klientovi specifické benefity. Zde je výčet hlavních výhod (Špatenková 2005, s. 27–28):

První velkou výhodou je **okamžitá pomoc**. Linky převážně fungují nonstop 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Dítě v krizi se tedy nemusí bát zavolat ve kteroukoli denní dobu. Klíčová je také krátká prodleva mezi telefonátem a krizovou pomocí. Včasná pomoc při krizi znamená řešení aktuálního problému, kdežto například při návštěvě krizového centra může uplynout i několik hodin mezi tísnivou situací a krizovou intervencí, což může klienta odradit do budoucna (Špatenková 2005, s. 27).

Za zmínku rozhodně stojí také snadná **dostupnost a bezbariérovost**. Linku tedy mohou snadno využít i děti. Jediné, co k tomu potřebují, je telefon. Pro spousty dětí je nereálné, aby se vydaly hledat pomoc „na vlastní pěst“ bez rodičů. Ale linku mohou využít bez ohledu na věk i finanční situaci, jelikož služby krizové intervence jsou zdarma. Nepotřebují k tomu žádné lékařské doporučení ani doprovod zákonného zástupce. Telefonická pomoc překonává i geografické bariéry, tudíž pokud se dítě nachází ve vyloučené oblasti, kde není dostupná adekvátní pomoc, nemusí ani opustit vlastní bydliště (Špatenková 2005, s. 27).

Děti, které se z jakéhokoli důvodu bojí mluvit o svých problémech, ocení i **anonymitu**, kterou telefonní kontakt nabízí. Nevyzrazení vlastní identity jim může pomoci k otevření se interventovi, aniž by měly strach ze zesměšnění, odsouzení či narušení soukromí. Anonymita je vzájemná, klient tedy nemusí být ovlivněn například nenaplněnou představou o tom, jak by měl jeho intervent vypadat. (Špatenková 2005, s. 28)

Telefonická intervence může dítěti poskytnout pocit **bezpečí**, které je dáno hlavně známým prostředím, ze kterého může telefonát uskutečnit. Nemusí vystupovat ze svého komfortního prostředí, kterým pro něj může být jeho domov. Vyskytnout se najednou v úplně cizím prostředí může na některé jedince působit velmi stresově. Pokud se dítě při telefonátu bude cítit nepříjemně, nebo prostě usoudí, že tento typ pomoci mu nevyhovuje, může jednoduše hovor ukončit bez nepříjemného vysvětlování (Špatenková 2005, s. 28).

Využití telefonické krizové intervence jakožto pomoci při řešení sebepoškozování vnímám pro všechny tyto výhody jako užitečnou a vhodnou metodou právě pro nezletilé žáky. Nicméně podmínkou k užití těchto služeb je povědomí o tom,

že tyto služby existují, jak fungují, a že je může využít každý. A právě jedním ze základních zdrojů takových informací by měla být škola.

Pedagogové by měli nejen zajistit informovanost žáků v tomto ohledu a předat potřebné informace, ale i samotní učitelé by se neměli bát obrátit se na linku důvěry v situaci, kdy se setkají se sebepoškozením u svých svěřenců. Linku je vhodné kontaktovat kdykoli, kdy si učitel neví rady. Pracovníci na lince mohou posoudit závažnost situace a navrhnout následná řešení.

### **1.4.2 Preventivní programy na základních školách**

Na každé základní škole jsou vypracovány minimální preventivní programy, které jsou neoddelitelnou součástí výuky na školách. Podmínkou efektivit a účinnosti těchto programů je jejich zařazení do každodenního života školy, nikoli nárazové a izolované probírání jednotlivých témat s žáky, jako tomu bylo v minulosti. Cílem těchto programů je osvojení kompetencí, postojů a hodnot zdravého životního stylu (Procházka 2019, s. 77).

Témata a aktivity s nimi spojené, které jsou aplikovány v rámci preventivních programů na školách, se týkají především zdravého životního stylu (do kterého patří mimo jiné psychohygienu), pozitivního využití svého volného času, zvyšování sociálních kompetencí (sociální vztahy, důsledky chování ve vztahu k ostatním ale i k sobě), komunikačních dovedností (řešení konfliktů, práce s kritikou, asertivita, práce s emocemi a zvládnání stresu), vytváření pozitivního sociálního klimatu (spolupráce, důvěra) a postojů ke společensky přijatelným hodnotám (mravní, morální, humánní a demokratické) (Procházka 2019, s. 77).

## **1.5 Pedagogičtí pracovníci a další zaměstnanci školy**

Ve škole jsou pedagogičtí pracovníci a další zaměstnanci školy, kteří jsou v přímém kontaktu s dětmi a tráví s nimi mnoho času, proto mohou být prvními osobami, které si všimnou, že se žák potýká s nějakými problémy. V této kapitole uvedu výčet těchto osob a popíši náplň jejich práce.

Pedagogický pracovník vždy koná přímou vzdělávací nebo výchovnou činnost, kterou je například dozor nad žáky, spolupráce s dalšími pedagogickými pracovníky a

také se zákonnými zástupci žáků. K povinnostem pedagogického pracovníka patří výkon výchovně vzdělávací činnosti (v souladu s demokratickými a humanitními zásadami), zajištění bezpečí a ochrany zdraví žáků a to vše dle pokynů ředitele školy. (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 27–30)

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy uvádí výčet kategorií pedagogických pracovníků dle § 2 zákona č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících:

*Učitel, pedagog v zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, vychovatel, speciální pedagog, vedoucí pedagogický pracovník, metodik prevence, trenér, asistent pedagoga, pedagog volného času, školní psycholog.*

V ideálním světě by každá tato role ve škole byla zastoupena jednou osobou, která by měla dostatek času, prostoru, materiálů, kompetencí a pravomocí k tomu, aby se mohla věnovat každému dítěti individuálně a měla by k dispozici supervizi a potřebnou metodickou podporu. To však bohužel není všude reálné.

### **1.5.1 Učitel**

V kontextu působení pedagogických pracovníků na děti navštěvující základní školu nejprve vysvětlím roli učitele. Učitel je osoba, která přichází do kontaktu s dětmi v největší míře. Učitel není pouhým zprostředkovatelem teoretických znalostí a praktických dovedností. Je spolutvůrcem klimatu ve třídě a měl by si být svého vlivu vědom. Nicméně ve vztahu k dětem by neměl být v roli policisty ani dozorce. (Čapek 2010, s. 14)

Výjimečnou pozici ve třídě má *třídní učitel*. Ten má za úkol dobře poznat „své“ žáky. Měl by vědět, jak maximálně rozvíjet jejich potenciál, ale i jak s nimi řešit problémové situace. Třídní učitel své žáky obhajuje, ochraňuje, motivuje a je pro ně důležitým sociálním vzorem (Čapek 2010, s. 16).

Třídní učitel plní ve třídě především koordinační a integrační funkci. Má spoustu závažných výchovných úkolů vůči svým žákům, k jejich rodičům a k ostatním učitelům školy (J. Krátká 2007, s. 45).

Role třídního učitele je velmi náročná. Tato náročnost spočívá především v komplexnosti všech složek výchovy a vzdělávání, které třídní učitel musí pojmout. Předpokládá se, že třídní učitel bude mít absolutní přehled o jednotlivých žácích i o třídě jako celku. Měl by být orientován v tom, kteří žáci potřebují speciální pozornost

z důvodu odchylek v osobních možnostech. Mezi konstantní činnosti, ve kterých by se měl třídní učitel angažovat, patří mimo jiné i průběžné diagnostikování, analýza a objasnění výchovných i vzdělávacích obtíží. Také následné řešení konfliktních výchovných situací včetně sociálně patologických jevů, do kterých můžeme řadit například i sebepoškozování (Krátká 2007).

Třídní učitel by měl být ve škole prvním, kdo si všimne, že je s jeho žákem něco v nepořádku a měl by umět adekvátně řešit situaci. Aby to fungovalo, žáci by měli mít ke svému učiteli vybudovanou důvěru. Je důležité investovat do oblasti utváření a budování pozitivních vztahů spoustu času a úsilí.

Učitel, který stojí v čele třídy, je také hlavním činitelem utvářejícím klima ve třídě. Třídní klima je souhrn subjektivních hodnocení a sebehodnocení vnímání, prožitků, emocí a vzájemného působení všech účastníků, které v nich jako ve spolutvůrcích a konzumentech vyvolávají edukační i jiné činnosti v daném prostředí (R. Čapek, 2010, s. 14).

### **1.5.2 Vychovatel ve školní družině**

Vychovatelé pracovně působí ve školní družině popř. školním klubu. Tato zařízení jsou úzce propojena se školou a měla by tedy spolupracovat a vzájemně se doplňovat. Školní družina plní řadu funkcí, jako je funkce výchovně vzdělávací, sociální, relaxační, regenerační, kompenzační, ale někdy i mnohem více. Třídní učitel a třídní vychovatel by se měli vzájemně informovat o výchovně vzdělávací práci ve škole a ve družině. Nicméně informační kanál by měl být v tomto případě otevřen i neformální komunikaci, při které si tyto pedagogičtí pracovníci mohou předat důležité informace o žácích, které jsou potřebné k utvoření komplexnějšího obrazu o jednotlivcích. Žáci se totiž projevují určitým způsobem ve vyučování a odlišně při volnočasových aktivitách ve družině, a tak díky různorodosti činností mají pedagogičtí pracovníci možnost získat téměř kompletní škálu reakcí žáka na nastalé situace. Vytvoření komplexního obrazu vede k návrhu efektivnějšího řešení problémového chování. (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 38 )

Ke zdůraznění role vychovatele ve družině při řešení problémů žáků mě inspiroval článek (Kubáňková 2019, s. 19–20), kde se metodička služeb linky pro rodinu a školu rozepisuje o jedné z častých chyb, kterou učitelé dělají, a tou je opomíjení dostupných zdrojů informací o žácích. Učitelé si mohou všimnout, že je

s žákem „něco špatně“, ale pouhým pozorováním žáka v hodině nedocílí získání potřebného množství informací k identifikování obtíže, které je nutné k nalezení řešení. Proto je podstatná vzájemná komunikace se všemi pracovníky, kteří jsou s žákem v kontaktu. Občas se dítě svěří tam, kde bychom to nečekali. V tomto ohledu by se neměli opomíjet ani nepedagogičtí pracovníci, jako je například kuchařka ve školní jídelně, uklízečka či školník. Tito pracovníci také mohou být svědky událostí, které jsou následně užitečné při práci s žákem. (Kubáňková 2019, s. 19–20)

### **1.5.3 Školní poradenské pracoviště**

Pod pojmem školní poradenské pracoviště se skrývá podpůrný poradenský systém, který zaštiťuje mnoho funkcí, o jejichž plnění se starají školní poradenské služby. Tyto služby by měly být rozděleny do několika složek. Jednou z nich je metodik prevence, dále výchovný poradce a školní psycholog nebo speciální pedagog. V ideálním případě je součástí i několik pověřených pedagogů. V tomto několikačlenném konzultačním týmu má každý svou úlohu a zároveň by měly všechny tyto složky spolupracovat a vzájemně se doplňovat. Komunikace je v tomto ohledu velmi relevantní a to nejen mezi členy poradenského týmu, ale i mezi školním poradenským pracovištěm, ředitelem a třídními učiteli. Tyto služby by se měly být přizpůsobovat specifikům daného zařízení, tudíž i sociálně-geografickým zvláštnostem lokality, ve které pracoviště působí (Zapletalová 2010, s. 78).

#### **Školní metodik prevence**

Poslání metodika prevence je definováno v Metodickém pokynu ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže. Jeho primárním úkolem jsou poradenské služby pro žáky a jejich rodiče. Aktuálně je tato funkce na základní škole povinná a zajišťuje ji ředitel školy stejně jako ostatní služby ŠPP. Školní metodik prevence má na starost tvorbu tzv. minimálního preventivního plánu, také jeho realizaci, aktualizaci a vyhodnocování (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 54–55).

Školní metodik prevence plní koordinační a metodickou činnost, která zahrnuje realizaci školy zaměřené na prevenci záškoláctví, vandalismu, násilí a v neposlední řadě také sebepoškozování (Slavíková Zapletalová, 2010, s. 83).

#### **Výchovný poradce**

K funkci výchovného poradce patří realizace pedagogického poradenství ve škole.

Běžně se stává, že na některých školách je ve funkci výchovného poradce a metodika prevence stejná osoba, což je výhodné z ekonomického hlediska, nicméně spojení těchto dvou úkonů do jediné osoby může mít negativní dopad na kvalitu práce. Výchovný poradce je často i učitelem na dané škole, a v důsledku toho může dojít k zahlcení povinnostmi. (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 52–53).

### **Školní psycholog a speciální pedagog**

V rozšířené verzi školního poradenského pracoviště je sestava doplněna i o školního psychologa a speciálního pedagoga. Na rozdíl od výchovného poradce a školního metodika prevence škola nemá prozatím povinnost tyto dvě funkce mít zavedené, nicméně poptávka po školních psychologech se objevuje již od devadesátých let. Narůstající potřeba školních psychologů a speciálních pedagogů ve školství je dána změnami ve společnosti i v potřebách žáků a integrací dětí s uznanými podpůrnými opatřeními do běžných základních škol (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 55–56).

Náplní práce školního psychologa jsou funkce konzultační, diagnostické, poradenské a informační. V případě potřeby zprostředkovává komunikaci mezi školou a dalšími poradenskými institucemi, například s pedagogicko-psychologickou poradnou, se speciálně pedagogickými centry, ale i se sociálními a zdravotnickými zařízeními. Obvykle je školní psycholog zároveň kmenovým zaměstnancem těchto pracovišť. V rámci konzultačních, poradenských a intervenčních služeb zajišťuje školní psycholog i péči o integrované žáky, koordinuje prevenci problémového chování, poskytuje individuální konzultace učitelům, žákům i rodičům a zajišťuje krizovou intervenci ve škole a další (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 56).

Při řešení sebepoškozování na základní škole má školní psycholog významnou roli (pokud je přítomen). Může nastat akutní situace spojená se sebepoškozováním žáka, při které je nutná krizová intervence pro žáka, učitele a někdy i celou třídu.

Školní psycholog dále poskytne své diagnostické a konzultační služby a nastaví následné kroky. Pokud se sebepoškozování jednoho nebo více žáků dotýká i ostatních intaktních žáků ve třídě, zároveň se školní psycholog postará o to, aby integrita třídy byla co nejméně narušena případnou náročnou situací.



Školní speciální pedagog se zaměřuje na žáky, kteří potřebují speciálně pedagogickou podporu a péči. V první řadě jde o integrované žáky s přiznanými speciálně pedagogickými potřebami či jazykovou bariérou. Dále je také potřeba podpořit i žáky, kteří mají pedagogické či výchovné problémy, ale ještě u nich neproběhla diagnostika. Speciální pedagog se podílí na utváření individuálních vzdělávacích programů a vyhodnocuje proces individuální integrace. (Bendl, Hanušová, Linková 2016, s. 56)

Speciální pedagog se zapojuje i do práce s žáky, kteří mají obtíže v chování či prožívání (nehledě na diagnostikování). Do této kategorie se řadí problémové chování, kterým žák ohrožuje sám sebe nebo své okolí. Speciální pedagog se zapojuje do diagnostického procesu, poskytuje odbornou intervenci, spolupracuje s dalšími odbornými pracovišti a vytváří plán pro vhodnou reedukaci (Kucharská 2013, s. 122–126).

## **1.6 Shrnutí východisek při řešení sebepoškozování na základní škole**

Do řešení problematiky sebepoškozování je přímo zapojeno několik již uvedených profesí. Jimi je výchovný poradce, školní psycholog, třídní učitel, školní poradenské zařízení, pediatr, popř. OSPOD (Platznerová 2015, s. 4).

Pokud se stane, že se žák dostane do situace, která lze označit za zdraví nebo život ohrožující, je nutné kontaktovat **psychiatrické oddělení**. Příkladem může být případ, kdy si žák chce ublížit přímo ve škole, nebo když žák mluví ve škole o vlastní sebevraždě – v ideálním případě nejprve telefonicky zkontaktovat s psychiatrickou klinikou (Platznerová 2015, s. 4).

Jakmile se o sebepoškozování u žáka ví a žák je ochoten svou situaci řešit, rodiče jej mohou objednat k **psychiatrovi** či **psychologovi**, kam bude pravidelně docházet. Doporučení může napsat dětský lékař žáka. Další možností jsou **krizová centra**. V krizovém centru není zapotřebí žádného doporučení, nicméně je vhodné telefonicky se domluvit předem. Dobrou alternativou je i telefonická **linka důvěry** (viz kapitolu 1.4.1). Důležitým kontaktem je telefonní číslo na linku bezpečí – 116 111. Na internetu jsou dostupné další kontakty na linky po celé republice (Platznerová 2015, s. 5).

### 1.6.1 Prevence

Nespecifické způsoby prevence zařazujeme do běžného života žáků. Jsou jimi posilování schopnosti zvládat zátěž (nechat žáky vyzkoušet některé metody zvládání stresu a negativních emocí). Objevování a posilování silných stránek žáků. Navazování smysluplných vztahů s vrstevníky i dospělými, dát žákům poznat pocit sounáležitosti a naučit je obracet se na druhé, aby se uměli svěřovat se svými problémy (Platznerová 2015, s. 6).

Specifickou primární prevencí je především všímavost k možným projevům sebepoškození (viz kapitolu 1.1.2). Jakmile takový projev učitel (nebo kdokoli jiný) objeví, je nutné žákovi klást otázky, které jsou neutrální a neútočné. Při realizaci preventivních programů není vhodné dětem předávat informace o formách a praktikách sebepoškození. Je lepší zaměřit se na příčiny – emoční potíže a zvládání zátěže. V doporučeném postupu primární prevence je v první řadě pomoci odhalit spouštěče, které sebepoškozující chování vyvolávají. S tím je spojeno i uvědomění si stresorů, které toto chování udržují. Důležitá je práce s emocemi a emočními stavy – umět emoce rozeznat, pojmenovat, popsat, zvládat a naučit žáka vhodnějšími strategiemi zvládání zátěžových situací. Pokud se u žáka vyskytnou i přidružené problémy, jako je zneužívání návykových látek, podporujeme ho při jejich odstraňování (Platznerová 2015, s. 6).

Když učitel odhalí sebepoškození u žáka ve škole a usoudí, že existuje riziko sebeublížení, zařadí žákovi hospitalizaci do nejbližšího psychiatrického zařízení a to i v případě, že s tím rodiče žáka nesouhlasí. Případ sebepoškození se vždy musí nahlásit rodičům, jejichž spolupráce je velmi důležitá. Učitel rodiče motivuje a podporuje ve spolupráci se specialistou (může jim pomoci najít příhodné krizové centrum nebo psychologickou ambulanci). Pokud má škola školního psychologa, může ho učitel předat do jeho péče. V opačném případě se může obrátit na psychologa v PPP. Učitel přímo ve vztahu k dítěti stanoví jasná pravidla. Nabízí žákovi potřebnou pomoc ve chvíli, kdy má žák nutkání se sebeškodit. (Platznerová 2015, s. 7).

Neefektivními způsoby řešení jsou ve snaze sebepoškozující chování okamžitě odstranit, žáka za něj trestat nebo ho ignorovat. (Platznerová 2015, s. 7).

Pedagog hraje ve řešení sebepoškození žáka významnou roli i v jeho pozitivní motivaci. Nicméně pokud rodiče odmítají spolupracovat, možnosti pedagoga jsou

značně omezeny. V takovém případě může pedagog požádat o pomoc OSPOD, který má větší pravomoc. (Platznerová 2015, s. 7).

Pokud pedagog řeší problémové chování spojené se sebepoškozováním, je vhodné, aby nezanedbal péči o sebe. Taková situace přináší pro pedagoga zátěž, která může způsobit psychické problémy. V rámci prevence je užitečné dodržovat základy psychohygieny, získat podporu nadřízeného, absolvovat supervize, eventuálně navštívit terapeuta. (Platznerová 2015, s. 7).

## 2 Praktická část

Pro svůj průzkum jsem vybrala základní školu v Desné<sup>5</sup>, která se nachází v sociálně vyloučené lokalitě, kde mají s rizikovým chováním u žáků zkušenosti. Zkontaktovala jsem se s výchovnou poradkyní a metodičku prevence dané základní školy, se kterou jsem se v rámci předvýzkumu na základní škole v Desné sešla. Paní magistra mi přiblížila situaci na škole. Pomohla mi základním způsobem zmapovat sebepoškozování až suicidální chování žáků. Popsala i nepříznivé jevy, které mohou mít na sebepoškozování žáků vliv. Mezi tyto jevy patří šikana i kyberšikana (viz kapitolu 1.3.3), se kterou se žáci potýkají. Zajímala jsem se mimo jiné o to, jakým způsobem děti naplňují svůj volný čas (pro jehož souvislost se sociálně patologickými jevy viz kapitolu 1.3.4) a jaké mají rodinné zázemí (viz kapitolu 1.3). Také mě zajímal kontakt dětí s omamnými a psychotropními látkami a celkově aspekt vybrané lokality jakožto sociálně vyloučené oblasti (o němž píše v kapitole 1.3.1). Výstupy z předvýzkumu jsou prezentovány v kapitole 2.4.1. Na základě těchto výstupů byl vytvořen dotazník, jehož výsledky jsou prezentovány v kapitole 2.4.3. Další součástí průzkumu jsou dva rozhovory, které prezentuji v kapitole 2.4.4. V této kapitole popisující empirickou část bakalářské práce nejprve popíši téma průzkumu, poté cíle s předmětem průzkumu, objekty průzkumného zájmu, způsob realizace průzkumu, metody sběru dat a až poté prezentuji výsledky průzkumného šetření a to v pořadí: předvýzkum, dotazník, rozhovory.

### 2.1 Téma průzkumu

Tématem průzkumu je sebepoškozování u žáků na základních školách. Empirický průzkum zahrnoval několik oblastí. V první části průzkumu jsem se rozhodla prozkoumat situaci ohledně sebepoškozování na vybrané základní škole. Zjišťovala jsem, jak pedagogičtí pracovníci situaci vnímají a co by jim mohlo pomoci v řešení podobných situací. V další části jsem zkoumala přístup preventivních

---

<sup>5</sup> Základní škola a mateřská škola Desná, okres Jablonec nad Nisou, příspěvková organizace org., web: <https://www.zsdesna.cz>

programů k problematice sebepoškozování a jakou roli může mít linka důvěry pro pedagogy.

## 2.2 Cíle

**Hlavním cílem** průzkumu je zmapovat fenomén sebepoškozování v kontextu prostředí základní školy, možnosti jeho prevence.

Dílčí cíle:

1. Získat informace o dané základní škole v souvislosti se sebepoškozováním,
2. prozkoumat, jaké odborné potřeby mají pedagogičtí pracovníci v oblasti rizikového chování žáků (konkr. sebepoškozování),
3. zjistit více informací o preventivních programech, které se zaměřují na rizikové chování dětí na základních školách v Libereckém kraji,
4. prozkoumat, v jaké míře se sebepoškozování na základních školách řeší a jakou podobu mají programy, které se na sebepoškozování zaměřují,
5. rozšíření poznatků o možnostech krizové pomoci v praxi a o reálných východiscích.

## 2.3 Objekty průzkumného zájmu

Objekty průzkumného zájmu, tedy respondenty empirické části, jsou (v chronologickém pořadí):

1. Metodička prevence a výchovná poradkyně základní školy v Desná<sup>6</sup>,
2. pracovníci základní školy Desná (učitelé, asistenti pedagoga, vedoucí pracovníci, metodik prevence,...)
3. lektorka prevence a sociální pracovnice z Liberecké Advaity<sup>7</sup>,
4. vedoucí Linky pro rodinu a školu.

Celkem se jedná o 25 respondentů, kteří poskytli data prostřednictvím tří metod sběru dat, které na sebe navazovaly.

---

<sup>6</sup> Základní škola a mateřská škola Desná, okres Jablonec nad Nisou, příspěvková organizace, web: <https://www.zsdesna.cz>

<sup>7</sup> Advaita, z. ú., web: <https://advaitaliberec.cz>

## 2.4 Způsob realizace průzkumu

Předvýzkum byl realizován s cílem získání informací o sebepoškození na dané základní škole a s tím související sociální zázemí žáků. Předmětem zájmu bylo zjistit, jaké charakteristiky sebepoškození u žáků této vybrané základní školy nabývá, jaké zkušenosti a potřeby ve vztahu k prevenci a řešení popisují pracovníci.

Díličí výstupy z předvýzkumu:

1. Zjištění, že sebepoškození na škole existuje. Pracovníci jej hodnotí jako vážný problém, kterým se denně nějakým způsobem zabývají,
2. na škole jsou rozšířeny i jiné sociálně patologické jevy,
3. rodinné zázemí žáků je často nepříznivé,
4. některé děti neumí efektivně trávit svůj volný čas
5. ve škole není dostatečné množství pracovníků, kteří by měli kapacitu řešit veškeré „problémové chování“, se kterým se žáci potýkají.

Konečným výstupem BP je návrh opatření, proto byly do průzkumu zahrnuty rozhovory s preventistkou a vedoucí linky pro rodinu a školu, z nichž má vyplynout formulace opatření.

## 2.5 Metody sběru dat

1. První metodou aplikovanou za účelem sběru dat pro tuto bakalářskou práci byl *volný rozhovor*, který proběhl osobně s metodičkou prevence a výstupy z něj se staly podklady pro předvýzkum.

2. Na základě tohoto předvýzkumu vznikl *dotazník*, který respondenti (zaměstnanci základní školy) vyplnili online. Výsledky dotazníkového šetření jsou prezentovány v kapitole 2.7.1.

3. Další metodou byl polo strukturovaný *rozhovor* s lektorkou primární prevence pro Liberecký kraj, který proběhl online (kvůli covidové situaci) na platformě google meet. Přepis záznamu rozhovoru je v příloze č. 2.

4. Poslední metodou byl také *rozhovor*, tentokrát s vedoucí Linky pro rodinu a školu, který proběhl osobně a měl taktéž polo strukturovanou formu.

## 2.6 Předvýzkum

### Rozhovor s metodičkou prevence a výchovnou poradkyní

Ke sběru dat pro předvýzkum jsem využila polo strukturovaný rozhovor s výchovnou poradkyní, zároveň metodičkou prevence a současně také učitelkou působící na základní škole v Desné<sup>8</sup>.

Cílem předvýzkumu bylo získat informace o dané základní škole a propojit je s údaji o sebepoškozování na škole, se sociálními souvislostmi a prací zaměstnanců školy, abych na základě těchto získaných dat mohla sestavit dotazník pro zaměstnance školy. Klíčové výstupy z rozhovoru:

- 1) Metodička prevence působí na škole i jako výchovná poradkyně a učitelka. Je jediným členem školního poradenského pracoviště dané základní školy.
- 2) Sebepoškozování se na škole vyskytuje více než ojediněle. Některé děti mají psychické problémy, žákyně školy se dokonce pokusila o sebevraždu a byla hospitalizovaná na dětské psychiatrii v Liberci (v době incidentu se nenacházela na půdě školy).
- 3) Na škole existují další formy tzv. problémového chování, především šikana a kyberšikana. Dále také kouření a zneužívání návykových látek (včetně alkoholu).
- 4) Žáci ve většinou pochází ze sociálně slabších poměrů, jejich rodiče dosahují nízkého vzdělání (především vzhledem k lokalitě). Někteří rodiče žáků často pijí alkohol, někdy užívají drogy. Rodiče nepodporují své děti ve volnočasových aktivitách, ačkoli v Tanvaldu (který je vzdálen 5 minut vlakem i autobusem od Desné) je středisko volného času pro děti, které kroužky nabízí. Děti jsou „nevybité“, většinu času se „poflakují“ doma nebo venku.
- 5) Některé děti jsou závislé na sociálních sítích a počítačových hrách. Na mobilech a počítačích tráví velkou část svého volného času.

V navazujícím dotazníkovém šetření jsou tyto výstupy dále ověřovány u dalších 22 respondentů (souvislosti mezi předvýzkumem a dotazníkem a propojení s teoretickými východisky jsou podrobněji rozpracovány v kapitole 3 Diskuze).

---

<sup>8</sup> Základní škola a mateřská škola Desná, okres Jablonec nad Nisou, příspěvková organizace, web: <https://www.zsdesna.cz>

## 2.7 Dotazník

Další metodou sběru dat, kterou jsem při průzkumu použila, je dotazník.

Cílem dotazníkového šetření bylo získat odpovědi na otázky, které vyplynuly z předvýzkumu.

Předmětem zájmu dotazníkového šetření bylo zjistit, jaké charakteristiky sebepoškozování u žáků vybrané základní školy nabývá z pohledu pracovníků školy, jaké zkušenosti a potřeby ve vztahu k prevenci a řešení pracovníci popisují.

Pro práci byla využita elektronická forma dotazníku z důvodu nepříznivé koronavirové situace a geografické vzdálenosti respondentů. Dotazník jsem zaslala výchovné poradkyni a metodičce prevence, se kterou jsem v kontaktu, aby jej rozeslala i mezi své kolegy ze základní školy. Respondenty jsou pedagogičtí pracovníci a pracovnice dané základní školy, převážně učitelé na druhém stupni.

Vzor dotazníku je uveden v příloze č. 1, stejně jako souhrnné tabulky.

Dotazník je anonymní. Obsahuje celkem 18 otázek, z čehož jedna otázka je identifikační a zjišťuje, na jaké pozici ve škole respondent pracuje. Dalších 6 otázek mapuje obecně chování žáků ve škole i mimo ni (jak tráví svůj volný čas, vztah k sociálním sítím, ...) a zkoumá, zda vykazuje rysy rizikového chování, popřípadě zapojení zákonných zástupců do řešení problému, 3 otázky, které se týkají zkušeností respondentů s výskytem sebepoškozování u žáků, dále 7 otázek na prevenci sebepoškozování ve škole a možnosti řešení této problematiky. Poslední otázka zkoumá kvalitu vytvořeného dotazníku pro případné dotazy či připomínky. Dotazník obsahuje 17 otevřených otázek a jednu polootevřenou otázku.

Ke zpracování dotazníku jsem využila online stránku [survio.cz](https://www.surveymonkey.com), jelikož v důsledku covidové situace nebylo možné se s respondenty setkat osobně.

Otázky dotazníku viz přílohu č. 1 – Dotazník.

### 2.7.1 Výsledky dotazníkového šetření

Při tvorbě otázek v dotazníku sloužícího pro průzkum, jsem se řídila informacemi z předvýzkumu a některými teoretickými východisky, které jsem získala při analyzování publikací pro teoretickou část práce.

Otázka č. 1 – **Na jaké pozici ve škole pracujete?**

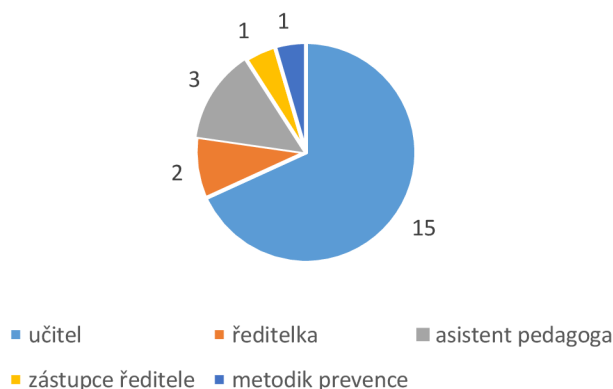


První otázka byla identifikačního charakteru a zjišťovala, na jaké pozici na základní škole pracují respondenti, kteří dotazník vyplňují. Od náplně práce se odvíjí několik faktorů, které je zapotřebí brát v potaz při hodnocení následných odpovědí. Hlavní z těchto faktorů je například frekventovanost kontaktu respondenta s žáky, apod.

Dotazník vyplnilo – celkového počtu 22 respondentů – 15 učitelů/učitelek, tři asistenti pedagoga (dva z AP pracují i na pozici učitele), dvě ředitelky školy, jeden zástupce ředitele a jeden metodiky prevence a výchovný poradce v jedné osobě.

Původně byl dotazník zamýšlen pouze pro učitele, jelikož ti jsou s žáky v kontaktu nejčastěji a mají za ně zodpovědnost. Nicméně v průběhu procesu tvorby se ukázalo, že je vhodné získat vzhled do problematiky i jiných zaměstnanců školy. Níže je složení respondentů vyobrazeno graficky:

Graf 1: Respondenti dle pracovní pozice



### Otázka č. 2 – Jak byste popsal/a sociální klima školy?

Druhá otázka je otevřená a pojem *sociální klima školy* nebyl vysvětlen, aby každý respondent odpověděl dle vlastního uvážení bez omezení. Šlo mi o to, aby dotazovaní zhodnotili, jak se ve své škole cítí, jaký má škola charakter, jak na ně působí atmosféra školy. Většina respondentů (12) zhodnotila sociální klima školy pozitivně, konkrétně jako „dobré“, „příjemné“, „sportovní duch“ apod. Další respondenti zmiňují různorodost, kterou zmiňovali v souvislosti s některými jedinci. Jedna odpověď byla více obsáhlá, vložím zde její doslovné znění, jelikož se v ní vyskytly pro mě zásadní informace. „*Vztahy mezi žáky jsou občas napjaté, v třídních kolektivech jsme zaznamenali za poslední tři roky několik případů šikany v nižších i*

*vyšších ročnících. Vzhledem k lokalitě pochází žáci spíše ze sociálně slabých rodin s nižším vzděláním.*“ V této odpovědi je zmíněna spojitost sociálně geografického aspektu se sociální situací rodin, která je spíše nepříznivá a také s nízkou úrovní vzdělanosti rodinných příslušníků. Další důležitou informací je výskyt šikany ve škole, což je sociálně patologický jev, který jsem v teoretické části práce popisovala v souvislosti se vznikem sebepoškozování (viz kapitolu 1.3.3).

### **Otázka č. 3 - Jak podle Vašich informací žáci obvykle tráví svůj volný čas?**

Třetí otázka zjišťuje způsoby trávení volného času dětí na základní škole. Tato otázka je důležitá z několika důvodů. Prvním důvodem je získání informace o tom, zda se pedagogičtí pracovníci vůbec zajímají o to, jak jejich žáci tráví svůj volný čas. Je pochopitelné, že není v kompetencích pedagogických pracovníků korigovat, co dělají žáci v mimoškolní čas. Nicméně by měli žáky podporovat v tom, aby svůj volný čas trávily co nejefektivněji. Způsob trávení volného času formuje důležité složky osobnosti dítěte a na volný čas lze pohlížet jako na primární prevenci sociálně patologických jevů. Jakmile se dítě ve volném čase nudí a místo koníčků se jen „poflakuje“ venku, je náchylnější ke vzniku rizikového chování.

Odpovědi na tyto otázky se různily, ale u většiny z nich (15) převažovaly v odpovědích mobily, počítačové hry a sociální sítě, jejichž možný vliv na vznik sebepoškozování jsem popsala v kapitole 1.3.2. Dále podle výpovědí pedagogů se děti často „poflakuji na sídlišti“, což není ideální způsob trávení volného času. Najdou se i děti, které svůj volný čas tráví efektivně, čtou knihy nebo sportují, ale bohužel dle odpovědí jsou tyto děti v menšině.

### **Otázka č. 4 – Se kterými z následujících fenoménů se u žáků vaší školy setkáváte?**

Čtvrtá otázka se dotazuje na konkrétní sociální jevy, na jejich výskyt a frekvenci výskytu. Jevy zakomponované do této otázky jsou kouření, alkohol, drogy (mimo alkohol), šikana/kyberšikana, záškoláctví, vandalismus a sebepoškozování. Vybrala jsem jevy, které mohou vytvářet příznivé prostředí pro rozvoj dalšího rizikového chování. Otázka pouze zjišťuje, co o těchto jevech u žáků ví jejich učitelé. Pracuji zde s předpokladem, že učitelé neví o všem, co žáci dělají. Jednotlivý jev mohli respondenti hodnotit na škále *všichni – téměř všichni – cca polovina – téměř nikdo – nikdo – nevím*. Zpětně si uvědomuji, že by bylo vhodnější ze škály odebrat možnost

„všichni“, jelikož je velmi nepravděpodobná a spíše přidat jeden stupeň mezi téměř všichni a cca polovina. Odpovědi respondentů byly opět odlišné. Na základě odpovědi se ve škole vyskytují všechny z výše uvedených patologických jevů. Nejrozšířenější je mezi žáky právě šikana, kouření a alkohol.

Nejdůležitější pro mou práci je výskyt sebepoškozování. Jeden respondent odpověděl, že se sebepoškozování vyskytuje u cca poloviny žáků. Podle 13 respondentů se nevyskytuje téměř u nikoho, což znamená, že se ale občas objeví. Dva respondenti odpověděli, že na škole si nikdo neublíží a 6 respondentů odpovědělo, že neví. Dle odpovědi je výskyt jevů na škole celkem rozsáhlý, což mi nekorresponduje s dobrým sociálním klimatem školy, což může znamenat, že učitelé tyto jevy považují za určitou normu. Další, co mohu o sebepoškozování říct na základě odpovědi je, že ačkoli se tento jev vyskytuje, pedagogové o něm mnohdy vůbec nevědí.

#### Otázka č. 5 – **Jak byste popsala vztah mezi Vašimi žáky a sociálními sítěmi?**

Pátá otázka se zaměřuje přímo na sociální síť. Díky kapitole 1.3.2 víme, jaký mohou sociální síť mít dopad na rizikové chování dětí. Proto je důležité mít zmapováno, do jaké míry konkrétně děti na základní škole v Desné sociální síť využívají. V této otázce se odpovědi moc nelišily. Respondenti popisují silné pouto mezi dětmi a sociálními sítěmi. Někteří píšou o lásce k sociálním sítím, někteří respondenti použili slovo závislost. Sdělují obavy o důvěřivosti dětí, co se týče sociálních sítí a neschopnost žít bez nich. Dle jedné odpovědi žáci nesmí používat ve škole mobil, dle další jsou na mobilech každou přestávku. Aktuálně se řešila jedna vážnější kauza na sociálních sítích.

#### Otázka č. 6 – **Svěřují se žáci s osobními problémy zaměstnancům školy?**

Této otázce přikládám důležitost v souvislosti s dostupností pomoci pro žáky. Zajímá mě, zda se žáci dokáží snadno svěřit s problémem svým pedagogům a také jestli si dokáží říct o pomoc. Odpovědi byly velmi rozmanité. Děti se některým učitelům svěřují běžně a jiným zase vůbec. Jeden respondent uvedl „*Některé děti ano. Rodinné zázemí některých žáků je žalostné a rodiče nejeví zájem o problémy svých dětí. V takovém případě žáci, především 1. stupně, vyhledávají kontakt se svým oblíbeným učitelem. Jedná se i o fyzický kontakt, ale i svěřování s problémy, které děti trápí.*“ Tato odpověď je důležitá z toho důvodu, že zdůrazňuje roli pedagoga v životě

děti, které nevyrostají v ideálním rodinném prostředí a nemají se doma komu svěřit. Dle této odpovědi se s tímto setkávají i učitelé na dané základní škole.

**Otázka č. 7 - V případě, že se objeví jakékoli tzv. problémové chování žáka, jak se do procesu řešení zapojují jeho zákonní zástupci?**

V otázce číslo 7 mě zajímá, jaké má škola postupy při řešení problémového nebo rizikového chování (též případného sebepoškozování) žáka s jeho zákonnými zástupci a jak jsou tito zákonní zástupci ochotní se školou v takové situaci spolupracovat. Nejde tu pouze o konkrétní postupy, ty by měly být normalizované, ale jde také o to, kolik toho pedagogičtí pracovníci vědí o možnostech v komunikaci s rodinou žáků. Na základě odpovědi je nejčastějším řešením kontaktovat rodiče, pozvat je do školy, uskutečnit osobní rozhovor a v případě, že si rodiče neví rady, je jim nabídnuta odborná pomoc. Co se týče ochoty rodičů na problémech kooperovat se školou, někteří z rodičů nejeví zájem, problém bagatelizují a mají laxní přístup. To se děje nejčastěji u dětí, které mají nejvíce problémů. Často jsou to rodiny, kde figuruje alkohol nebo drogy, v důsledku čehož zákonní zástupci nefungují. Spolupráce s rodinou je jedním z předpokladů úspěšného vyřešení problému. Pokud rodiče nechtějí spolupracovat, pravomoc učitelů je omezena a zároveň aby zavedená opatření fungovala, měla by protkat všechny aspekty života dítěte.

**Otázka č. 8 – Všímate si u žáků projevů sebepoškozování? Pokud ano, jak tyto projevy vypadají?**

Osmá otázka se zaměřuje přímo na sebepoškozování žáků v dané lokalitě. Zajímala mě nejen frekventovanost výskytu jevu, ale i jak se u žáků jev projevuje (respektive čeho si respondenti všimají). Dotazník vyplnilo i několik učitelů na prvním stupni, kde tento jev není tak běžný jako na stupni druhém (v kapitole 1.2.2 jsem uvedla, že sebepoškozování vzniká obvykle kolem 13.–15. roku). I přes tuto skutečnost 13 respondentů uvedlo, že se se sebepoškozováním u žáků setkala, což je víc jak polovina (59 %). K projevům, se kterými se respondenti setkávají, patří řezání do rukou a stehů (poškození kůže ostrými předměty), pálení, propichování, skrývání kůže, uzavření se před ostatními, necvičení v hodinách tělesné výchovy apod. Učitelé si všimají i starších jizev. Jde především o dívky.

**Otázka č. 9 – Pozorujete projevy sebepoškozování přímo ve škole? Pokud ano, jaké mají konkrétní formy?**

Devátá otázka je podobná té předchozí, nicméně tato zjišťuje, zda se žáci sebepoškozují přímo ve škole (což může být považováno za zdraví ohrožující situaci a za podnět k tomu, aby dítě bylo hospitalizováno do nejbližší psychiatrické ambulance). Zde se navýšil počet odpovědí, které vypovídají o tom, že žáci se sebepoškozují spíše mimo školu, ale nastaly i případy, kdy se sebepoškozování objevilo přímo ve vyučovací hodině. Učitelé se snaží těmto incidentům ve škole předcházet.

#### Otázka č. 10 – Co podle Vás stojí za vznikem sebepoškozování u žáků?

Zjišťovala jsem názor členů pedagogického sboru na to, proč si jejich žáci ubližují. Vycházela jsem z předpokladu, že učitelé své žáky aspoň trochu znají a tuší, s čím se potýkají. Odpovědi se často opakovaly. Respondenti napsaly, že za sebepoškozováním žáků stojí duševní problémy (úzkostné stavy, panické ataky, deprese), konflikty a špatné vztahy s rodiči, nezáměr rodičů a celkově nepříznivé rodinné zázemí, špatné vztahy se spolužáky (hádky, nedostatek kamarádů, posmívání se, šikana), nízké sebevědomí, pocity méněcennosti, nešťastná láska, špatný prospěch, stres, tlak ze strany dospělých (nejen rodičů, ale i učitelů nebo trenérů), hluboký smutek, touha po pozornosti nebo znudění.

#### Otázka č. 11 – Jaké má škola postupy při řešení sebepoškozování u žáků?

Postupy při řešení sebepoškozování u žáků jsou rozepsány v metodickém dokumentu MŠMT – *Co dělat, když se ve škole/ve třídě vyskytne sebepoškozování*, z něhož jsem čerpala v kapitole 1.6, kde jsou rozepsány některé jeho body. Tato skutečnost však nezajišťuje, že zaměstnanci školy tyto pokyny znají a řídí se nimi, proto jsem zjišťovala, zda mají učitelé povědomí o těchto pokynech a jestli by si věděli rady s případným sebepoškozováním u žáků. Více jak polovina respondentů (59 %) uvedla ve své odpovědi informování rodičů, což patří mezi správný postup. Nicméně z předchozích odpovědí jsme zjistili, že v některých případech rodiče se školou nespolupracují. 45 % respondentů uvedlo odkaz na odbornou pomoc ve škole (školní psycholog, výchovný poradce), nikdo však nezmiňoval psychiatrickou ambulanci, linku bezpečí, metodika prevence a OSPOD uvedli pouze dva respondenti. V tři respondenti vůbec nevěděli.

#### Otázka č. 12 – Na koho se můžete obrátit, když zjistíte, že se žák sebepoškozuje?

Dvanáctá otázka je zdánlivě podobná té předchozí (usuzuji podle velmi podobných odpovědí), nicméně zde nebylo účelem zjistit povědomí respondentů o postupech, které má škola při řešení sebepoškozování, nýbrž osobu/osoby/instituce, které jako první obeznámí s danou situací, popřípadě se na ně obrátí s žádostí o pomoc. Respondenti nejčastěji odpovídali, že by se obrátili na výchovného poradce, zde se již více vyskytoval i OSPOD, dále vedení školy, rodiče, psycholog, kolegové, spolužáci, ale například linka bezpečí byla uvedena pouze jednou a to výchovnou poradkyní. Učitelé by se neměli bát v krizi obrátit se na linku důvěry, kde se jim dostane okamžité odborné pomoci.

**Otázka č. 13 – Co může reálně škola nebo její pracovníci dělat, aby se žáci neuchylovali k sebepoškozování?**

Třináctá otázka zjišťuje, zda si respondenti uvědomují jaká jsou možná opatření proti sebepoškozování ve škole. Na prvním místě byla otevřená komunikace. Přednášky na daná témata, rozhovory se žáky, poučení, osvěta, upřímnost. Respondenti shledali důležitým opatřením i pozitivní, příjemné klima, preventivní opatření a programy ve škole a v neposlední řadě úzká spolupráce s rodinou.

**Otázka č. 14 – Jak na takovou situaci (sebepoškozování spolužáka) reaguje třída?**

Na čtrnáctou otázku někteří respondenti neznali odpověď, jelikož se s takovým případem doposud nesetkali. Z těch, kteří se však s touto situací setkali, čtyři napsali, že spolužáci o sebepoškozování spolužáka obvykle ani neví. Nicméně v několika případech spolužáci o tomto chování věděli jako první a nahlásili jej třídnímu učiteli. Některé děti jsou v tomto ohledu velmi emotivní, prožívají určité obavy, někteří toto chování obdivují, někteří se vysmívají, často tomu však nerozumí. Vše záleží na daném kolektivu. Líbila se mi tato odpověď: „Většinou to ví dříve než učitel. Jedno upozornění na možné sebepoškozování jsem získala také od pozorného rodiče kamarádky žákyně, u které přespávala. Mladší žáci se většinou zaleknou, protože tuto formu "volání" o pomoc neznají, starší mnohdy nejsou překvapeni. Na druhou stranu jsou velmi ochotni si o dané problematice povídat.“

**Otázka č. 15 – Má škola nějaká opatření, která jsou zaměřena buďto na prevenci nebo přímo na řešení problematiky sebepoškozování?**

U této otázky jsem předpokládala, že odpovědi nebudou obsahovat mnoho pozitivních ohlasů. Na školách existují preventivní programy, jenže většina (vycházím z rozhovoru s lektorkou primární prevence) z nich se zaměřuje na více viditelné a rozšířenější projevy rizikového chování, jako je například šikana, zneužívání návykových látek, záškoláctví apod. 32 % respondentů odpovědělo, že škola žádná takto konkrétní postupy nemá nebo o nich neví. Dva respondenti se správně odkazovali na metodika prevenci. Odpověď samotného metodika prevence dané základní školy: *„Na prevenci - třídnické hodiny, diskuze s žáky, poskytnutí informací o problému sebepoškozování, jak postupovat v případě, že někdo v okolí se sebepoškozuje. Sebepoznání, sebehodnocení v rámci preventivních aktivit. Posilování interpersonálních vztahů v třídních kolektivech. Pozorování chování žáků, včasná identifikace problému - včasná psychologická pomoc.“*

#### **Otázka č. 16 – Jaká další opatření byste zavedl/a jako prevenci?**

Učitelé a zaměstnanci školy se potýkající ve své práci potýkají s mnohými problémy. S těmito problémy občas přichází i nápady, vycházející z přímé zkušenosti, jak tyto záležitosti řešit. Bohužel si je v některých případech tyto pracovníci nechávají pro sebe. V této otázce byl pro tento případ prostor. Ne všichni jej využili. I přesto se objevilo několik myšlenek, které stojí za zmínku. Jednou z nich je zaměstnání dětí školními i mimoškolními aktivitami – kroužky, záliby. Tím by se redukoval volný čas dětí, který hraje roli při vzniku rizikového chování. Zároveň by děti měly něco, co jim přináší radost a uspokojení. Někteří respondenti dále uvedli přednášky vedené odborníky, kteří by byli pozvaní do školy. Myslím si, že na žáky by působilo jinak, kdyby jim o tématu pověděl někdo „zvenčí“. Ale odborná přednášky by mohla pomoci i učitelům. Společné aktivity ve třídě na zlepšení vzájemných vztahů a tako zaměřit se na témata, která se týkají přijetí vlastního těla a poruch příjmu potravy, které jsou s tématem propojeny.

#### **Otázka č. 17 – Co konkrétně by pomohlo Vám k efektivnějšímu řešení sebepoškozování u žáků?**

Tato otázka byla cílena primárně na respondenty, kteří se s problémem potýkají a cítí, že by potřebovali podporu sami pro sebe. Účelem bylo, aby si uvědomili tuto potřebu a zvážili, zda by nešly zrealizovat některé alternativy jejího naplnění. Překvapilo mě, že mnoho učitelů v tomto ohledu stále myslí pouze na zlepšení

podmínek pro žáky nikoli pro pedagogické pracovníky. Některým respondentům by pomohlo, kdyby měli více informací o sebepoškozování. Převážně učitelé na druhém stupni by ocenili, kdyby měli více třídnických hodin se svými žáky, aby lépe poznali rodinné zázemí a záliby žáků. Třídní učitelé potřebují prostor, ve kterém by měli možnost řešit problémy žáků více do hloubky. Některým respondentům chybí přítomnost školního psychologa na škole.



## 2.8 Rozhovory

Tato práce již obsahuje teoretická východiska získaná z odborných publikací. Část práce tvoří i výpovědi pracovníků základní školy, kteří se s problematikou setkávají u svých žáků. Aby však tato práce dosáhla třetího rozměru, bylo důležité probrat téma i s odborníky, kteří se s tématem sebepoškozování u žáků na základní škole a jeho sociálním kontextem zabývají z hlediska profesionální prevence a intervence. Proto jsem práci obohatila dvěma rozhovory – první s lektorkou primární prevence pro základní školy a druhý s vedoucí Linky pro rodinu a školu.

Cílem rozhovoru s lektorkou prevence<sup>9</sup> bylo zjistit, jak programy primární prevence na základní škole fungují, jakým způsobem a v jaké míře je do těchto programů zakomponována prevence sebepoškozování u žáků, jak se k problematice staví učitelé a také sociální kontext rizikového chování. Zajímalo mě, jaký pohled na sociální podmínky v různých lokalitách má terénní pracovník, který navštěvuje základní i střední školy po celém Libereckém kraji.

Rozhovor je polo strukturovaný a byl realizován online prostřednictvím platformy google meet (kvůli covidové situaci jsme musely přistoupit na alternativu onlinu). Při rozhovoru jsem se svolením respondentky využila diktafon, přepis záznamu je v příloze č. 2.

Druhý rozhovor se uskutečnil s vedoucí Linky pro rodinu a školu<sup>10</sup>. Jeho cílem bylo získat informace o tom, jak probíhá telefonická intervence, s jakou zakázkou se klienti obrací na linku, jak se ve své práci obvykle setkávají se sebepoškozováním, co obvykle radí učitelům a rodičům, když jim volají kvůli sebepoškozování dítěte, jaké jsou správné postupy.

Rozhovor proběhl polo strukturovanou formou. S vedoucí Linky pro rodinu a školu jsme se setkaly osobně. Jelikož se setkání uskutečnilo v kavárně, kvůli okolnímu hluku nebylo možné rozhovor nahrát. Jeho záznam formou poznámek viz přílohu č. 3.

---

<sup>9</sup> lektorka primární prevence a sociální pracovnice – Advaita, z. ú., web: <https://advaitaliberec.cz>

<sup>10</sup> Linka důvěry pro rodinu a školu – Cesta z krize z. ú., web: <https://linkaztracenedite.cz>

### 2.8.1 Prezentace dat získaných z rozhovorů

Abych do práce vnesla vhléd z praxe primární prevence<sup>11</sup> pro základní školy, uskutečnila jsem rozhovor se sociální pracovnící a lektorkou primární prevence působící v centru primární prevence Advaita v Liberci, které nabízí rozmanité spektrum služeb, mezi něž patří preventivní programy pro základní a střední školy. Mezi témata, kterými se v rámci preventivních programů pro základní školy zabývají, patří jevy spojené s látkovými i nelátkovými závislostmi, prevence šikany a kyberšikany, gambling a ostatní rizikové sociální chování, probírají vztahy nejen mezilidské, ale i vztah k sobě samotným. Ve vztahu k sobě se dotýkají témat, jako je sebepěče, sebereflexe, sebehodnota, zdravé sebevědomí a další důležité hodnoty, jejichž upevňováním lze předcházet rozvoji fenoménu sebepoškozování u dětí a dospívajících jedinců. V Advaitě se však nezaměřují pouze na zprostředkovávání informací dětem, ale i dospělým. Vzdělávání se může týkat pedagogů i rodičů. Důležitými programy pro rodiče jsou například Rizikové chování dětí na internetu nebo Hranice bezpečí, které mohou být také spjaty se sebepoškozováním.

Druhý rozhovor proběhl s vedoucí linky pro rodinu a školu, která doplnila potřebné informace. Linka pro rodinu a školu je sociální službou, kterou poskytuje nezisková organizace Cesta z krize, z. ú. Její pomoci mohou využít děti, rodiče, pedagogičtí pracovníci, ale i široká veřejnost. Linku pro rodinu a školu lze kontaktovat v případě, že má dítě problémy v rodině nebo ve škole, je ohroženo sociálním prostředím, dítě je vystaveno rizikovým jevům (šikana, týrání, sebepoškozování, úteky z domova, záškoláctví, ...), je pod ohrožujícím tlakem nebo se pohřešuje. Linka zajistí pomoc pro dítě za spolupráce s rodinou, školou či dalšími institucemi (Linka pro rodinu a školu, 2018).

Od každého rozhovoru jsem měla trochu odlišné požadavky. Mými cíli rozhovoru s lektorkou prevence bylo zjistit, jak programy primární prevence na základní škole fungují, jakým způsobem a v jaké míře je do těchto programů zakomponována prevence sebepoškozování u žáků, jak se k problematice staví učitelé a také sociální kontext rizikového chování. Zajímalo mě, jaký pohled na sociální podmínky v různých

---

<sup>11</sup> Primární prevence = předcházení vzniku rizikového chování

lokalitách má terénní pracovník, který navštěvuje základní i střední školy po celém Libereckém kraji.

V případě vedoucí Linky pro rodinu a školu mě zajímal spíše legislativní rámec. Co obvykle radí učitelům, když jim volají kvůli sebepoškozování žáka, jaké jsou správné postupy. Zjišťovala jsem také, v jaké míře se s problematikou sebepoškozování setkávají.

Společným tématem obou rozhovorů bylo – jakým způsobem se setkávají se sebepoškozováním při výkonu své práce. Lektorka primární prevence při rozhovoru uvedla, že sebepoškozování nepatří mezi nejčastěji řešené problémy, kvůli kterým se na ně „školy“ obrací, nicméně téma je aktuální a sebepoškozování se u žáků vyskytuje. Nízký zájem učitelů o toto téma si vysvětluje více důvody. Sebepoškozování může být skryto za jiný problém, který se zdá být primárním a sebepoškozování může být jakožto pouhý doprovodný symptom upozaděno. Sebepoškozování má často souvislost kupříkladu se šikanou nebo s poruchami příjmu potravy. Lektorka primární prevence dále řekla, že fenomén sebepoškozování je stále částečně tabuizovaným tématem, o kterém je pro žáky i pedagogy nepříjemné či náročné mluvit. Totéž mi potvrdila i vedoucí z linky důvěry. Se sebepoškozováním dětí se na Lince pro rodinu a školu setkávají častěji. Případy sebezraňování žáků řeší již na prvním stupni základní školy. Sebepoškozující tendence se objevují již u žáků 2. třídy. Takto malé děti se vystavují tomuto rizikovému chování z jiných důvodů, než například pubescenti – u mladších dětí se často jedná spíše o nápodobu a módu, než o snahu vyřešit nepříjemné životní situace. Při tom pracovníci linky důvěry naráží na to, že učitelé se bojí toto téma řešit. Největší obavou učitelů je podle ní komunikace s OSPODem. Pro případ, že by si pedagogický pracovník nevěděl rady s meziinstitucionální komunikací, může se obrátit na školního metodika prevence, který by měl s OSPODem spolupracovat a to za předpokladu, že metodik prevence má potřebné vzdělání a kompetence. Dle vedoucí Linky pro rodinu a školu by mohlo pomoci, kdyby vedení školy pozvalo pracovníky z OSPODu do školy a uspořádala by se přednáška pro učitele a ostatní zaměstnance školy. Více by se tyto instituce propojily, učitelé by získali informace o tom, za jakých podmínek a jakým způsobem mohou OSPOD kontaktovat, čímž se minimalizují podněty k obavám z této kooperace.

Způsoby, jakými je zakomponována práce s fenoménem sebepoškozování se u obou respondentek liší. Je to dáno povahou náplně práce. V případě primární prevence se pracovníci snaží nežádoucímu chování předcházet. Jak jsem již zmínila, preventisté se se sebepoškozováním nesetkávají tolik, jako s prevencí šikany a závislostí. Ke všem programům však patří rozvoj sebehodnoty žáků a zdravého životního stylu. Žáci se učí nalézat své kladné stránky a rozvíjet je. Všimají si svých špatných vlastností a snaží se na nich pracovat. Hledají kladný vztah k sobě i ke svému tělu. Podporování zdravého sebevědomí, pozitivního vztahu k sobě spolu se zdravým životním stylem jsou hodnoty, při jejichž upevnění se snižuje riziko rozvoje sebepoškozujícího chování. Pracovníci primární prevence ve většině případů odkazují žáky na *linky důvěry*. Je lepší nepřehlcovat děti hromadou kontaktů, aby nebyly zmatené, linka důvěry je pro ně stěžejním bodem. A nejen pro žáky. Lektorka říká, že se snaží předávat učitelům, že i oni mohou využívat pomoci linky důvěry a online poraden. V případě náplně práce linky důvěry se jedná spíše o sekundární<sup>12</sup> a terciální<sup>13</sup> prevenci, někdy i o krizovou intervenci. Na linku důvěry se volá ve chvíli, kdy se problém nějakým způsobem projeví. Učitelé mohou na linku volat, když se dítě poškodí přímo ve škole nebo si učitel všimne známek naznačujících sebepoškozování. Na lince pomohou učitelé vyhodnotit závažnost situace a podle toho jej odkáží na příslušné instituce (psychiatrická ambulance, policie, OSPOD, ...) nebo navrhnou možné postupy. V každém případě musí škola kontaktovat rodiče. V ideálním případě učitel nechá dítě rozhodnout, kdo a jakým způsobem bude rodiče kontaktovat. Pokud jsou rodiče ochotni spolupracovat, vše je mnohem jednodušší. Pokud ne, zapojuje se do případu OSPOD, jehož spolupráci se školou vedoucí linky pro rodinu a školu důrazně doporučuje. Kontaktování OSPODu neznamena stížnost na špatnou rodinu, nýbrž informování o problému, které vede k efektivnějšímu řešení problému.

---

<sup>12</sup> sekundární prevence = přecházení rozvoji a přetrvávání rizikového chování

<sup>13</sup> terciální prevence = předcházení zdravotním a sociálním následkům rizikového chování

### 3 Diskuze

Neformulovaným cílem této práce je, aby její text měl reálné využití v pedagogické praxi. Pokud si tento text přečte alespoň jeden pracovník (ať pedagogický či nepedagogický) a získá díky textu potřebné informace, které mu ukáží alternativy, díky nimž bude schopen pomoci dítěti v problémové situaci, bude tento cíl naplněn. Nemusí jít konkrétně o sebepoškozování žáků na základní škole, některá východiska lze aplikovat na případy různých potíží. Jde o to, aby lidé, kteří pracují s dětmi, byli vždy připraveni své svěřence chránit a nabídnout jim „pomocnou ruku“. Sama se v pedagogické praxi stále častěji setkávám s tím, že někteří zaměstnanci škol jsou lhostejní k různorodým patologickým projevům svých žáků. Text by měl některým z nich přinést zamyšlení nad vlastní profesí a svojí úlohou v životech těchto dětí. Jiným by měl přinést odvahu jednat. Nemělo by být pedagogickým standardem zavírat před problémy oči jen proto, že to tak dělají kolegové.

Doporučení pro praxi jsou uvedena v kapitole č. 4.

Výsledky práce bych hodnotila jako úspěšné, ačkoli nejsem spokojena se všemi aspekty a práce několikrát změnila svůj původní směr. Nicméně jsem si vědoma, že každá práce musí projít určitým vývojem, než se dobere zdárného cíle.

Teoretickou část bych zpětně lépe uspořádala a věnovala jí více času. Nebála bych se hledat informace v cizojazyčných publikacích, jelikož v Česku vydaných publikací na téma sebepoškozování je pomálu, a těch, které se zaměřují na fenomén u dětí na základní škole, je ještě méně.

Ke sběru dat v praktické části práce jsem v první řadě využila polo strukturovaný rozhovor s výchovnou poradkyní, zároveň metodičkou prevence a současně také učitelkou působící na základní škole v Desné<sup>14</sup>. Rozhovor probíhal volnou formou. O tématu jsem měla jistou představu, ale nechtěla jsem rozhovor touto představou limitovat. Zpětně bych rozhovor více strukturovala, aby byly výstupy rozhovoru lépe uchopitelné, což by znamenalo více se na rozhovor vybavit již v této fázi prostudováním odborné literatury. Cílem rozhovoru bylo získat informace o dané základní škole a propojit je s údaji o fenoménu sebepoškozování na škole, se

---

<sup>14</sup> Základní škola a mateřská škola Desná, okres Jablonec nad Nisou, příspěvková organizace, web: <https://www.zsdesna.cz>

sociálními souvislostmi a prací zaměstnanců školy. Paní magistra, se kterou jsem rozhovor uskutečnila, na dané škole pracuje na pozici metodika prevence, který řeší mimo jiné problematiku sebepoškozování u dětí navštěvující školu. Nicméně školní poradenské pracoviště na škole má pouze jednoho člena, který je zároveň školním metodikem prevence, výchovným poradcem a současně třídním učitelem. Místo speciálního pedagoga ani školního psychologa není nikým obsazeno. V kapitole 1.5.3. popisuji důležitost rozložení složek školního poradenského pracoviště. Hlavním důvodem, proč by tyto pozice mělo obsazovat více osob, aby pracovník nebyl přehlcen a měl kapacitu na řešení daných problémů. Tím, že školní poradenské pracoviště má pouze jednoho člena, se část zodpovědnosti za adekvátní řešení eventuálních problémových situací přenáší na pedagogy. Z toho důvodu jsem se v dotazníku, který vyplynul z předvýzkumu, zabývala otázkami (č. 6, 11, 12, 17), které zjišťovaly, komu se žáci na škole svěřují, zda pedagogičtí pracovníci znají postupy při řešení sebepoškozování žáka, na koho se mohou obrátit a co by pracovníkům pomohlo při řešení těchto problémových situací.

Co se týče sebepoškozování žáků školy, tento fenomén se – dle zjištění předvýzkumu – vyskytuje více než ojediněle. Děti mají psychické problémy (souvislost sebepoškozování s některými psychickými poruchami je popsána v kapitole 1.1.1). Dozvěděla jsem se, že se řešil incident, kdy se žákyně školy pokusila o sebevraždu a byla hospitalizovaná na dětské psychiatrii v Liberci. Nutno podotknout, že v daný okamžik se nenacházela na půdě školy. V dotazníkovém šetření jsem proto zkoumala, jak respondenti vnímají sebepoškozování u žáků (v otázkách č. 8, 9, 10). Vycházela jsem z předpokladu, že metodik prevence a výchovný poradce je s individuálními obtížemi žáků v užším kontaktu než pedagogové. Ptala jsem se proto, jestli si respondenti všimají u žáků známek sebepoškozování, zda se žáci sebepoškozují přímo ve škole a co podle nich stojí za sebepoškozujícím jednáním.

Dle zjištění předvýzkumu jsou na škole rozšířené některé typy tzv. problémového chování, řešilo se i několik případů šikany. Vyskytuje se i kyberšikana. Ve škole se řešily kauzy spojené s šířením poškozujících videí žáků. Šikana a kyberšikana jako jeden z rizikových faktorů při vzniku sebepoškozování je rozepsán v kapitole 1.3.3. Z rozhovoru vyplynulo, že děti pocházející z rodin, s nepříznivou sociální situací, nemají v rodině pozitivních vzorů, proto některé děti začínají kouřit

již na prvním stupni a tíhnou k zneužívání alkoholu a jiných návykových látek, které mají také vliv na zhoršování psychického stavu, které může vést k sebepoškozování. Na tuto oblast jsem v dotazníku navázala otázkami na výskyt konkrétních sociálně patologických jevů vyskytujících se u žáků (otázka č. 4). Zejména na již zmíněnou šikanu, sebepoškozování, záškoláctví, vandalismus, návykové látky, ... Respondenti měli odpovídat, v jaké míře se s těmito jevy setkávají. S tím souvisí i sociální klima školy. Jak na respondenty působí, jsem zjišťovala otázkou č. 2.

Předvýzkum dále nabídl téma rodinného zázemí. Žáci ve většině případů pochází ze sociálně slabších poměrů, jejich rodiče dosahují nízkého vzdělání (především vzhledem k lokalitě), rodiče s vyšším vzděláním se odstěhují nejpozději poté, co jejich dítě dokončí první stupeň. Množství rodin je dysfunkčních nebo rozpadlých (někdy obojí). Rodiče žáků často tráví čas konzumací alkoholu, někdy užívají drogy. Rodiče nepodporují své děti ve volnočasových aktivitách, ačkoli v Tanvaldu (který je 5 minut vlakem i autobusem od Desné) je středisko volného času pro děti, které kroužky nabízí. Dle sdělení respondentky jsou děti nevybité, většinu času se „poflakují“ doma nebo venku. Nudí se a tak vymýšlí, čím se zabavit. V kapitole 1.3 je zmíněn vliv sociální úrovně rodiny a v kapitole 1.3.9 volný čas dětí. Na základě tohoto poznatku se respondentů doptávám na spolupráci rodičů žáků se školou (otázka č. 7). V dalších bodech dotazníku se dotazuji, jakým způsobem žáci naplňují svůj volný čas (otázka č. 3). Podle metodičky prevence jsou některé děti závislé na sociálních sítích, kde mají přístup k materiálům, které mohou podporovat rizikové chování (viz kapitolu 1.3.2). I téma vztahu žáků k sociálním sítím se objevilo v dotazníku (v otázce č. 5).

Z některých odpovědí v dotazníku bylo cítit, že respondenti o téma nejeví zájem, ačkoli se v praxi s jevem setkávají. Nabízí se dále prozkoumat, jaké jsou v tomto ohledu postoje učitelů. Kolik z nich touží svou práci zkvalitňovat, objevovat nové metody a nadále se ve svém oboru vzdělávat.

## 4 Návrh opatření

Konečným výstupem bakalářské práce je návrh opatření, která vyplynula pro školy ohrožené sociálním vyloučením v oblasti prevence a řešení sebepoškozování. Všechna tato opatření jsou výsledkem empirického zkoumání.

- 1) Kvalitně personálně zajištěné školské poradenské pracoviště, tzn. minimálně tři pracovní pozice – metodik prevence, výchovný poradce, školní psycholog/speciální pedagog. Je žádoucí, aby tyto pozice byly obsazeny různými osobami, které by se mohly vzájemně radit a doplňovat.

Nedokážu posoudit, do jaké míry je možné toto opatření naplnit. V mnohých školách to takto funguje. Nicméně otázkou je ekonomická situace dané instituce. Další problém sledávám v tom, že i kdyby byly potřebné finance pro tyto pozice, mluvíme zde o sociálně vyloučených oblastech, které bývají obecně méně atraktivní.

- 2) Vzdělávání pedagogických pracovníků a ostatních zaměstnanců školy v oblasti problémového chování žáků, spolupráce školy s institucemi, které zajišťují vzdělávání pracovníků škol.

Toto opatření jistě není novinkou, i přesto respondenti v dotazníku často vypovídali, že by jim pomohlo, kdyby měli k dispozici více informací z této oblasti.

- 3) Pozvat do školy OSPOD, který by pracovníky škol seznámil s náplní jejich práce a navázal užší spolupráci se školou. Pracovníci OSPODu by vysvětlili základní postupy při řešení problémových situací.

Toto doporučení vychází přímo od vedoucí linky pro rodinu a školu, podle které se v praxi často setkávají s tím, že pedagogičtí pracovníci neumí (nebo se bojí) spolupracovat s OSPODem.

- 4) Zpřístupnit dětem volnočasové aktivity – umožnit i dětem, jejichž rodiče o tyto aktivity nejeví zájem, nebo na ně nemají finanční prostředky. Propagovat dostupné volnočasové aktivity dětem ve škole.

Trávení volného času je u dětí důležitým aspektem. Dle odpovědí respondentů mnoho dětí svůj čas nenaplnuje kvalitně. V nedalekém Tanvaldu



se nachází středisko volného času<sup>15</sup>, které nabízí mnoho kroužků pro děti. Tyto kroužky nejsou finančně náročné, některé jsou dokonce zdarma. Navrhla bych částečné hrazení volnočasových aktivit pro rodiny, které se nachází v nepříznivé ekonomické situaci. Dále bych kroužky více přizpůsobila zájmům dětí, aby pro ně byly atraktivnější. Například děti ve věku 10–15 let spíše naláká kroužek počítačů než keramika.

- 5) Supervizor/psycholog/konzultace pro pracovníky školy.

Tento bod jsem přidala z vlastní iniciativy, jelikož mi v odpovědích respondentů chyběl. Když jsem se ptala, co konkrétně by učitelům pomohlo, nikdo nezmínil pracovníka, který by byl ve škole pro učitele. Zastávám názor, že supervize je mnohdy velmi užitečným nástrojem, primárně v náročných situacích, které se na školách v sociálně vyloučených oblastech vyskytují běžně. Učitelé by měli být v psychické pohodě, aby zvládali řešit problémy svých žáků, s čímž by jim měl pomoci výše zmíněný externí pracovník.

- 6) Zaměstnanci školy by si měli více všimnout, nenechávat si nic pro sebe, nebát se problémy řešit, snažit se zlepšit situaci.

- 7) Zvat si do tříd pracovníky primární prevence s preventivními programy pro žáky. Konzultovat s nimi možné postupy.

Některé školy těchto možností běžně využívají. Dle výpovědi lektorky primární prevence je o tyto programy zájem hlavně v okamžiku, až když se v třídním kolektivu něco děje. Aby byla primární prevence nežádoucích jevů efektivní, programy by se měly aplikovat dříve, než problém propukne, protože to je smyslem *primární* prevence.

- 8) Více třídnických hodin pro třídní učitele.

Tento požadavek padl přímo ze strany třídních učitelů na druhém stupni. Při třídnických hodinách by učitelé měli čas a prostor k tomu, aby své žáky lépe poznali a mohli s nimi probrat důležitá témata.

- 9) Bavit se s žáky o emocích a učit je, jak se svými emocemi správně pracovat. Témata týkající se emocí jsou obsažena ve vzdělávacích programech, ale myslím si, že by se témata, která se týkají rozvoje stránek osobnosti dětí,

---

<sup>15</sup> Středisko volného času Tanvald, příspěvková organizace, web: <https://www.svctanvald.cz>

mohla více propracovat. Bylo by užitečné, aby žáci trénovali správné strategie pro zvládnání stresu apod.

- 10) Zaměřit se s žáky na témata, která se týkají vztahu k sobě a ke svému tělu, sebeděče, zdravý životní styl, posilovat u dětí jejich dobré stránky a pracovat na odstraňování špatných stránek.

Předpokládám, že s těmito tématy se s žáky pracuje na všech základních školách, je však žádoucí, aby způsob předávání hodnot pozitivního životního stylu a vztahu k sobě byl aktuální, pro žáky atraktivní, interaktivní a přizpůsobený specifikům daného kolektivu.

## Závěr

V teoretické části práce jsou popsána východiska, která propojují téma sebepoškozování se společenskými aspekty životního prostředí. Fenomén je zkoumán v souvislosti výskytu záměrného sebepoškozování u dětí na základní škole a text je formován s ohledem na cílovou skupinu, kterou jsou zaměstnanci školy, primárně pedagogičtí pracovníci, případně zvědaví rodiče či široká veřejnost. Teoretická východiska byla formulována díky dostupné odborné literatuře, při čemž publikací na téma *sebepoškozování* vydaných v České Republice je zatím poskrovnu. Tato skutečnost dokazuje, že téma sebepoškozování je u nás stále nedostatečně prozkoumané a vzhledem k citlivosti tématu není překvapivé, že je dosud částečně tabuizované. Z toho důvodu bylo několik kapitol teoretické části, které zkoumaly rizikové faktory, čerpáno z publikací, které se zaměřovaly na jiné formy „problémového chování“, jenž se sebepoškozováním souvisí. I přesto se podařilo naplnit hlavní cíl práce, a to *zmapovat fenomén sebepoškozování v kontextu prostředí základních škol a jeho prevence*.

Praktická část obsahuje průzkum, který je rozčleněn na několik fází. První fáze – rozhovor s metodičkou prevence, který pomohl určit směr zkoumání – naplnil první dílčí cíl průzkumu, kterým je získat informace o dané škole v souvislosti se sebepoškozováním. V druhé fázi byly využity poznatky z předvýzkumu k tvorbě dotazníku, díky němuž respondenti dotazníkového šetření naplnili další dílčí cíl průzkumu – prozkoumat, jaké potřeby mají pedagogičtí pracovníci pracovníci v oblasti rizikového chování žáků a jeho prevence. Na tyto potřeby bylo reagováno tvorbou návrhu opatření, který byl vytvořen na základě dvou rozhovorů. V prvním rozhovoru jsem získala informace od lektorky primární prevence pro Liberecký kraj o preventivních programech, které jsou praktikovány na základních školách. Rozšířilo se tím povědomí o tom, jak probíhá komunikace mezi školou a jinými institucemi a jakým způsobem je prevence sebepoškozování v praxi řešena. V druhém rozhovoru vedoucí linky pro rodinu a školu pomohla zmapovat možnosti krizové pomoci v praxi.

Výstupem zkoumání jsou doporučení pro praxi, která jsou zpracovaná v kapitole č. 4 Návrh opatření.

## Seznam použité literatury a pramenů

BENDL, S., HANUŠOVÁ, J., LINKOVÁ, M., 2016. *Žák s problémovým chováním: cesta institucionální pomoci*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-703-3.

BERNARD, J., MARTIN, Š., 2017. *Inner Peripheries in the Czech Republic: The Multidimensional Nature of Social Exclusion in Rural Areas* [online]. Czech Sociological Review, s. 3-28 [vid. 2022-03-27]. ISSN 00380288. Dostupné z: doi:10.13060/00380288.2017.53.1.299

ČAPEK, R., 2010. *Třídní klima a školní klima*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2742-4.

ČERNÁ, A., 2013. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4577-0.

ČERNÁ, A., ŠMAHEL, D., 2009. *Sebepoškozování v adolescenci: kontext reálného versus virtuálního prostředí a subkultur Emo a Gothic* [online]. E-psychologie 3, s. 26-44 [vid. 2022-03-10] Dostupný z WWW: <http://e-psycholog.eu/pdf/cernaetal.pdf>. ISSN 1802-8853.

DRÁPELA, E., 2010. *Marginální oblasti na území ČR a jejich vývoj v prostoru a čase* [online]. Brno, [vid. 2022-03-19]. Doctoral theses, Dissertations. Masaryk University, Faculty of Science. Thesis supervisor RNDr. Vladimír Herber, CSc. Dostupné z: <https://theses.cz/id/ef64yu/>.

EMMEROVÁ, I., 2018. *Sebepoškozování u dětí a mládeže* [online]. Pediatr pro praxi, s. 88-89 [vid. 2022-03-18]. Dostupné z: <https://www.pediatrepropraxi.cz/pdfs/ped/2018/02/05.pdf>

KRÁTKÁ, J., 2007. *Činnosti třídního učitele v současných podmínkách českého školství* [online]. Brno. Disertační práce. Masarykova univerzita v Brně, Fakulta pedagogická. Dostupné z: <https://theses.cz/id/k8h13x/>.

KRIEGELOVÁ, M., 2008. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada,. ISBN 9788024723334.

KUBÁŇKOVÁ, J., 2019. *Máte dojem, že se dítěti něco děje a nemáte dost informací? A už jste se ptali v družině a paní kuchařky?* [online]. Kazuistiky z Linky pro rodinu a školu 116 000. Speciál pro školní jídelny. Praha, s. 19-20 [vid. 2022-03-22]. ISSN 2336-6818. Dostupné z: <https://cestazkrize.net/data/2019-05-01.pdf>

KUCHARSKÁ, A., MRÁZKOVÁ J., WOLFOVÁ R., TOMICKÁ V., 2013. *Školní speciální pedagog*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0497-8.

LINKA PRO RODINU A ŠKOLU, 2018. *Cesta z krize* [online]. [vid. 2022-04-10]. Dostupné z: <https://linkaztracenedite.cz>

MIOVSKÝ, M., 2015. *Prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze. ISBN 978-80-7422-392-1.

MŠMT ČR, 1999/2015. *CO DĚLAT KDYŽ – INTERVENCE PEDAGOGA. Příloha č. 16 – Sebepoškozování* [online]. Praha [vid. 2022-03-21]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

MŠMT ČR, 2022. *Pedagogičtí pracovníci* [online]. Praha [vid. 2022-03-21]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/pedagogicti-pracovnici>.

MUNKOVÁ, G., 2013. *Sociální deviace: přehled sociologických teorií*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk. ISBN 978-80-7380-398-8.

PLATZNEROVÁ, A., 2009. *Sebepoškozování: aktuální přehled diagnostiky, prevence a léčby*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-606-9.

PTÁČEK, R., KUŽELOVÁ, H., 2013. *Vývojová psychologie pro sociální práci* [online]. Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR. [vid. 2022-05-03]. ISBN 978-80-7421-060-0. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/documents/20142/954010/psychologie.pdf/91da3174-0856-99ce-5c24-2704a0cc7d55>

RYŠÁNKOVÁ, M., 2008. *Proč se dospívající sebepoškozují?* [online]. *Pediatr pro praxi*. 383–387 [vid. 2022-03-18]. Dostupné z: <https://www.pediatriepropraxi.cz/pdfs/ped/2008/06/07.pdf>

ŠPATENKOVÁ a kol., 2005. *Krizová intervence pro praxi*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0586-9

VÁGNEROVÁ, M., 2014. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0696-5

MĚSTO DESNÁ, 2022. *Město*. Desná. Dostupné z: <https://mesto-desna.cz>

## **Seznam obrázků a grafů**

Obrázek 1: Mapa ČR, periferie typu nezaměstnanost a exkluze 19

Graf 1: Respondenti dle pracovní pozice 37

## Seznam příloh

Příloha č. 1 – Dotazník.....	61
Příloha č. 2 – záznam odpovědí dotazníku.....	63
Příloha č. 3 – Rozhovor s lektorkou primární prevence .....	69
Příloha č. 4 – rozhovor s vedoucí linky důvěry pro rodinu a školu.....	76



## Příloha č. 1 – Dotazník

### **Sociální kontext sebepoškozování u žáků základní školy**

Dobrý den,

Jmenuji se Veronika Lechnýřová a jsem studentkou Technické univerzity v Liberci. Tento dotazník slouží ke sběru dat při tvorbě bakalářské práce na téma Sociální kontext sebepoškozování u žáků základní školy. Ve své práci chci zmapovat fenomén sebepoškozování v kontextu sociálního prostředí a možnosti prevence na základní škole.

Otázky v dotazníku jsou otevřené, dávají tedy respondentovi možnost odpovídat jeho vlastními slovy. Dotazník je anonymní.

*Pozn.: Pro formální zjednodušení v dotazníku používám maskulinní pojem „žáci“, pod který v tomto dotazníku spadají všechny děti a mladiství navštěvující základní školu bez ohledu na jejich gender.*

Děkuji Vám za Váš čas.

- 1) Na jaké pozici pracujete?
- 2) Jak byste popsal/a sociální klima školy?
- 3) Jak podle Vašich informací žáci obvykle tráví svůj volný čas?
- 4) Se kterými z následujících fenoménů se u žáků vaší školy setkáváte? Doplňte jak intenzivně (všichni/téměř všichni/cca polovina/téměř nikdo/nikdo/nevím):
  - a) kouření:
  - b) alkohol:
  - c) drogy (mimo alkohol):
  - d) šikana/kyberšikana:
  - e) záškoláctví:
  - f) vandalismus:
  - g) sebepoškozování:
- 5) Jak byste popsala vztah mezi Vašimi žáky a sociálními sítěmi?
- 6) Svěřují se žáci s osobními problémy zaměstnancům školy?

- 7) V případě, že se objeví jakékoli tzv. problémové chování žáka, jak se do procesu řešení zapojují jeho zákonní zástupci?
- 8) Všimáte si u žáků projevů sebepoškozování? Pokud ano, jak vypadají?
- 9) Pozorujete projevy sebepoškozování přímo ve škole? Pokud ano, jaké mají konkrétní formy?
- 10) Co podle Vás stojí za vznikem sebepoškozování u žáků?
- 11) Jaké má škola postupy při řešení sebepoškozování u žáků?
- 12) Na koho se můžete obrátit, když zjistíte, že se žák sebepoškozuje?
- 13) Co může reálně škola nebo její pracovníci dělat, aby se žáci neuchylovali k sebepoškozování?
- 14) Jak na takovou situaci reaguje třída?
- 15) Má škola nějaká opatření, která jsou zaměřena buďto na prevenci nebo přímo na řešení problematiky sebepoškozování?
- 16) Jaká další opatření byste zavedl/a jako prevenci?
- 17) Co konkrétně by pomohlo Vám k efektivnějšímu řešení sebepoškozování u žáků?
- 18) Pokud vás k tématu dotazníku napadá cokoli, na co se dotazník zapomněl zeptat, prosím doplňte zde:

## Příloha č. 2 – záznam odpovědí dotazníku

1. Na jaké pozici ve škole pracujete?		
Učitel/ka	15	68,2%
Asistent/ka pedagoga	3	13,6%
Ředitel/ka	2	9,1%
Zástupce	1	4,5%
Výchovný poradce, metodik prevence	1	4,5%

2. Jak byste popsal/a sociální klima školy?		
Dobré	Dobré ,až na pár jedinců.	Pohoda
zdravé	Dobré, příjemné prostředí	Bez větších problémů.
Až na výjimky vcelku rozumné.	Snažíme se, aby bylo pro všechny pohodové	Ve škole je přívětivé a pohodové sociální klima.
Různorodé celmi	Sportovní duch	Příjemné
nedokážu popsat, těžko uchopitelná otázka	otevřená komunikace a partnerství mezi žáky - rodiči - učiteli. Podpora jedinečných osobností žáků.	Vztahy mezi žáky jsou občas napjaté, v třídních kolektivech jsme zaznamenali za poslední tři roky několik případů šikany v nižších i vyšších ročnících. Vzhledem k lokalitě pochází žáci spíše ze sociálně slabých rodin s nižším vzděláním.
Někdy složité	Podle jedinců, kteří jsou ve třídě	Velmi dobré

3. Jak podle Vašich informací žáci obvykle tráví svůj volný čas?		
většina u počítače, mobilních telefonů, ale spousta jich tráví volný čas sportovními aktivitami	Na sociálních sítích nebo hraním PC her, nebo venku s vrstevníky - bez programu (kroužky minimálně)	Řada z nich je zapojena do mimoškolních aktivit, řada z nich bohužel tráví čas poflakováním po sídlišti.
minimální venkovní aktivity	Kroužky, venku, hraním pc her	Převážně s pc nebo mobilem
Mladší žáci na kroužkách, s rodiči, ... Starší se scházejí a "běhají" po okolí.	Různě - sport, hudebka, tance, soc. sítě, počítač, ...	Někteří mají kroužky, někteří doma s rodinou, někteří s kamarády venku či na PC
mobil, sport	s kamarády	Telefony, procházky venku
Na mobilech a sociálních sítích	Sport, hry, internetová média...	u počítače a mobilu
Nejčastěji na mobilu, pc, televizi a potom s kamarády.	Sportováním, hraním počítačových her, venku s kamarády.	Dle vlastních představ
většina navštěvuje nejrůznější kroužky, menšina se poflakuje po sídlišti, tráví čas před obrazovkou	Velká část doma, na tel, pc atd. Existuje žáci, kteří rádi čtou, chodí do přírody či aktivně sportují.	Nejčastěji doma u PC nebo mobilu. Jsou však i tací co doma čtou nebo chodí ven s kamarády.

4. Se kterými z následujících fenoménů se u žáků vaší školy setkáváte? Doplňte jak intenzivně:						
	Všichni	Téměř všichni	Cca polovina	Téměř nikdo	Nikdo	Nevím
Kouření	0	0	5	12	0	5
Alkohol	0	0	3	11	0	8
Drogy (mimo alkohol)	0	0	0	14	1	7
Šikana/kyberšikana	0	1	1	16	0	4
Záškoláctví	0	0	1	18	0	3
Vandalismus	0	0	1	17	0	4
Sebepoškozování	0	0	1	13	2	6

5. Jak byste popsala vztah mezi Vašimi žáky a sociálními sítěmi?		
kladný	milují je	Silné pouto, jsou stále aktivní na sítích
závislost	nevím	Špatný (děti jsou na soc. sítích více a více času)
jsou aktivní	Oblíbená činnost	U některých velmi intenzivní.
Kladný	Intenzivní	Velká část je využívá, někteří jsou na nich i závislí.
Mají je, používají, ale těžko říct, jak moc	Používají je celkem intenzivně	Velmi velký a závislý
Rádi se prezentují.	Oblíbené, nejčastější způsob komunikace.	velmi vřelý
Až moc jim věří a neumí bez nich být	Jsou na nich každou volnou přestávku. Návrat k realitě bývá velmi obtížný.	Ve škole nesmí používat mobil, jak tráví volný čas bohužel neovlivníme, mnohdy to je obrázek rodičů, kteří jsou též závislí na sociálních sítích. V tomto školním roce jsme měli 1 závažnější kauzu na sociálních sítích.

6. Svěřují se žáci s osobními problémy zaměstnancům školy?		
Všem ne, ale konkrétním učitelům ano	někdy	Skoro vůbec
ano, individuálně	Ano	málokdy
ano, někdy	Někteří ano	ne
ano, často	Nevím	Spíše dívky
Ano. Většinou se děti svěří ve škole (spolužák, učitel) více než doma.	Některé děti ano. Rodinné zázemí některých žáků je žalostné a rodiče nejeví zájem o problémy svých dětí. V takovém případě žáci, především 1. stupně, vyhledávají kontakt se svým oblíbeným učitelem. Jedná se i o fyzický kontakt, ale i svěřování s problémy, které děti trápí.	Tu možnost mají, někdy ji využijí, ve škole působí i paní psychologka, v případě podezření na zvláštní chování pošleme žáka se souhlasem rodičů k pí. psychologce.
Běžně ne, při problémech občas.	Někteří ano není to však pravidlem.	Někteří
Částečně ano	Někteří.	ano

<b>7. V případě, že se objeví jakékoli tzv. problémové chování žáka, jak se do procesu řešení zapojují jeho zákonní zástupci?</b>		
zapojují	vlažně	Záleží jak kdo
Jsou informováni mailem, popř. pozváni do školy	Škola zákonné zástupce vždy informuje a spolupracuje s rodiči.	ano
jsou pozváni do školy	Záleží jak kdo	Osobní pohovor
Jsou pozváni do školy , část z nich spolupracuje	Zákonné zástupce si v případě závažných problémů zveme do školy a snažíme se vyřešit.	Záleží na konkrétním případě.
Někteří nejeví zájem, bohužel u více problémových žáků je nezáměr větší	Zákonní zástupci jsou okamžitě kontaktováni. S většinou rodičů je spolupráce velmi dobrá, jinde to vážne. V případě, že si rodiče neví rady, je jim nabídnuta odborná pomoc.	Snaží se situaci řešit.
někteří spolupracují, jiní tento problém bagatelizují	pohovorem (telefonicky, osobně)	Záleží na rodičích, ale snažíme se je zapojit vždy.
Opět záleží na pohodě v rodině. Někdy se zákonní zástupci zapojí okamžitě a snaží se problémové chování řešit. Někdy je přístup rodičů velmi laxní.	většina zákonných zástupců se aktivně zapojuje do procesu řešení, osobně se dostaví na konzultaci. V případě skrytého záškoláctví je situace ve většině případů odlišná, jedná se o rodiny, kde často figuruje alkohol nebo drogy, tam pak zákonní zástupci nefungují.	

<b>8. Všímáte si u žáků projevů sebepoškození? Pokud ano, jak tyto projevy vypadají?</b>		
ano, zjizvení	řezání	řezání, pálení
Zatím jsem si takových projevů u žáků nevšiml.	Nemám zkušenosti	Řezání píchání
Již několikrát jsem se se sebepoškozením setkala. Vždy se jednalo o žákyně z různých ročníků. Projevy sebepoškození byly patrné na první pohled. Jednalo se o řezání do rukou.	Několik případů se objevilo - řezání zápěstí, mentální anorexie, alkohol, přejídání (obezita)	pouze z doslechu , vím o dívce , která se sebepoškozuje při hodině, zda jde o získání pozornosti nebo zoufalství, nevím, ale řeší se to, ve třídě neučím
Je to složité, spíše výjimečně na to narazíme, např. díky jinému problému, který s žáky řešíme.	Ano, zvláštní situace v hodinách vedou k výbuchům či projevům těchto žáků	Spíše ne, ale sem tam si všímám malůvek na zápěstí, kterými mohou něco skrývat?
Zatím jsem se nesečkala	Nošení dlouhých rukávu, skrývání jizev	Poškozená kůže ostrými předměty.
uzavřenost proti ostatním, nosí dlouhé rukávy, necvičí v hodinách TV	Většinou nás upozornili spolužáci, všimli si pořezaných rukou, stehy	Na prvním stupni tento projev nebyl zaznamenán.

9. Pozorujete projevy sebeпоškozování přímo ve škole? Pokud ano, jaké mají konkrétní formy?		
ne	řezání	Ano. Viz otázka 8
V současné době ne.	ne	Já osobně jsem nic nepozorovala.
viz odpověď otázka č.8	Pokud zjistíme náznak, že by se něco mohlo udát, tak vždy zabráníme.	se to ve škole, ale ve škole si toho někdo všimne
řezání žiletkou na rukách	Pořezané ruce, zápěstí	Nepozoruji.
Řezání zápěstí	Nevím	ne

10. Co podle Vás stojí za vznikem sebeпоškozování u žáků?		
vše možné	Osobní či rodinné problémy.	Nevím
Problémy v rodině, špatný prospěch, šikana může to však být jen nudou.	Nedostatek sebevědomí, špatné rodinné zázemí, psychické problémy, nedostatek zájmu ze strany rodičů	Stres, tlak ze strany rodičů, trenérů, učitelů, vysoké nároky, nedostatek kamarádů... atd
Nemám zatím případy z praxe	Psychické problémy	Pozornost rodičů, jsou nešťastný
duševní problémy	neštěstí, nezáměr rodičů, parta	Často problémy doma nebo s vrstevníky
Konflikt s rodiči, problém doma ve škole (spolužáci se posmívají), spokojenost sama se sebou.	Často je to snaha získat pozornost. Jakmile se začne tento problém řešit, žák získá pocit, že je pro někoho dost důležitý, aby se o jeho problém zajímal.	problémy v rodině, problémy teenagerů, neschopnost pochopit současný svět, úzkostlivé stavy, panické ataky
rodina	Stres	špatné rodinné zázemí
Špatné rodinné zázemí a psychická zátěž z rodiny	Špatné rodinné zázemí, vlastní nepochopení se	Problémy v rodině, ve společnosti.

11. Jaké má škola postupy při řešení sebeпоškozování u žáků?		
Zapojuje speciální pedagožku a psycholožku.	Informovat vedení školy, informovat rodiče, pomoc školního psychologa	Kontakt rodičů a odborného poradce ve škole.
Informuje zákonného zástupce, doporučení psychologické pomoci, pohovor s poškozeným žákem, pohovor se zákonným zástupce	Kontaktujeme rodiče, v horším případě bychom měli ohlašovací povinnost.	škola to málokdy zjistí, o některých dětech to tušíme. Spolupracujeme se školní psycholožkou, která je u nás ale pouze na miniaturní úvazek. Kontaktujeme rodiče a snažíme se je se situací seznámit. Rodiče tento problém většinou nevidí nebo nám jej nepřiznají a naši domněnku nám nepotvrdí.
kontakt s rodiči	Navrhněte rodině Psychologa a pomoc	nemáme
Nevím, řeší TU, případně školní psych.	Nevím, učím na škole krátce	Pohovor s žákem, rodiči
Prvně promluvit si s ním, pak školní psycholog případně další...	Promluví si se žákem výchovný poradkyně nebo psycholožka a třídní	Povídat si s tímto žákem, seznámit s problémem rodiče

Porada s výchovným poradcem, pozvání rodičů do školy, nahlášení na OSPOD	Ano. Máme vypracovanou směrnici, kterou se v těchto případech řídíme.	Pohovor se žákem, s rodiči, s dalšími orgány.
přesně dané	rozhodně to řeší	pohovor s rodiči, OSPOD

12. Na koho se můžete obrátit, když zjistíte, že se žák sebepoškozuje?		
Zákonní zástupci, OSPOD , Policie ČR	Na vedení školy, OSPOD, PPP	na vých poradce
Na výchovnou poradkyni.	na zákonného zástupce	Psycholožka, kolegové
paní ředitelka, výchovná poradkyně	Rodiče a odborného poradce ve škole.	Rodiče, spolužáky
na OSPOD, dětského psychologa, linku bezpečí	Na kohokoli z kolegů, odborná pracoviště, ...	třídní učitel, ředitelka, rodiče, psycholog, sociálka
Ředitelku	Vedení školy, školní psycholog atd...	Výchovná poradkyně, vedení školy
Výchovná poradkyně, vedení školy, školní psycholožka (toho času na MD)	Výchovný poradce, kolegové učitelé, vedení školy.	Výchovný poradce, školní psycholog, speciální pedagog.
Výchovný poradkyně a psycholožka	Školní psycholog, ředitel	Na jeho třídního učitele, rodiče

13. Co může reálně škola nebo její pracovníci dělat, aby se žáci neuchylovali k sebepoškození?		
Vytvořit pro všechny stejné prostředí, aby se cítili spokojeně	mluvit o těchto jevech na hodinách - výchova k občanství, třídnické hodiny	Osvěta, prevence, volnočasové aktivity, nebo jen obyčejný rozhovor s žákem.
poučit žáky o řešení dané situace	Dohled na žáky	Mluvíme o tom, společně i individuálně.
Mluvit o tom, nabídnout možnost si o problémech promluvit.	Dostatečná prevence, otevřená komunikace	Rozhovory na problémová témata, upevňovat vztah (učitel a žák).
Ospos, sociální odbor, pediatr	Preventivní kroky	Preventivní programy
Příjemné klima, osvěta,		Spolupracovat s rodinou
Snažit se vůbec odhalit tento stav a pomoci	udržovat zdravé klima	Více s nimi hovořit, upřímnost
Během hodin Výchovy k občanství řešíme různé patologické projevy chování. Případné besedy, on line programy. Měla by fungovat rodina.	Vytvářet pozitivní klima, soustavně s žáky pracovat, nezlehčovat jejich problémy, ...	Preventivní programy, pohodové a přátelské prostředí



<b>14. Jak na takovou situaci reaguje třída?</b>		
Vysmívání, nepochopení	Momentálně nemáme žádný případ.	Nedokážu posoudit.
Zažila jsem situaci v jedné třídě, kdy to děti přišly samy říct.	Třídní učitel po konzultaci s psychologkou problém řeší ve třídě	Třída většinou o zvláštním chování žáka ví, většinou nahlásí učiteli.
Netuším	Nevím.....	příměřeně
Nic neví	velmi emotivně	Většinou o tom neví
Záleží na konkrétní třídě	Většinou třída o problému ani netuší.	mají strach, snaží se rozmlouvat toto chování
Ve většině případů spolužáci upozorní pedagoga, že si kamarád/ka ubližuje	různě, někteří obdivně, někteří vyděšeně	Záleží na kolektivu třídy - většinou se snaží pomoci.
Většinou to ví dříve než učitel. Jedno upozornění na možné sebepoškození jsem získala také od pozorného rodiče kamarádky žákyně, u které přespávala. Mladší žáci se většinou zaleknou, protože tuto formu "volání" o pomoc neznají, starší mnohdy nejsou překvapeni. Na druhou stranu jsou velmi ochotni si o dané problematice povídat.		jsou žáci, kteří si toho všimnou a není jim to lhostejné, zajdou za třídním učitelem

<b>15. Má škola nějaká opatření, která jsou zaměřena buďto na prevenci nebo přímo na řešení problematiky sebepoškození?</b>		
ne	Ano	V kompetenci metodika prevence
Komunikuje s odborným pracovištěm (sociálka, OSPOD atd.).	Ano, především preventivní programy, které žáci pravidelně absolvují.	Ano, máme programy zaměřené na prevenci.
Možnost vybrat speciální program pro žáky, když by to představovalo možné nebezpečí.	Na prevenci - třídnické hodiny, diskuze s žáky, poskytnutí informací o problému sebepoškození, jak postupovat v případě, že někdo v okolí se sebepoškozuje. Sebepoznání, sebehodnocení v rámci preventivních aktivit. Posilování interpersonálních vztahů v třídních kolektivech. Pozorování chování žáků, včasná identifikace problému - včasná psychologická pomoc.	
Konkrétně ne, řeší se pokud problém nastane.	Na sebepoškození asi ne, nevím.	Přednášky
ano	Nemá	školní řád

<b>16. Jaká další opatření byste zavedl/a jako prevenci?</b>		
na osoba, které se děti svěří	informovat rodiče, všimnout si	Komunikace rodič - škola
Kružítka používat jen na geometrii...	Netuším	nevím
osvěta	Přednáška (host do školy).	Semináře, přednášky, videa
Hodiny občanské výchovy zaměřené kromě tohoto také na témata - přijetí vlastního těla, bulimie, anorexie; úzce souvisí se sebepoškozením	Nic mě nenapadá. Myslím, že důležité je reagovat individuálně na každý případ a nezaleknout se možných problémů ze strany rodičů. Ne všichni rodiče reagují pozitivně a obviňují školu, že si "vymýšlí".	Snažit se postiženého žáka nějak zaměstnat něčím co ho bude bavit - kroužek, činnost (čtení, sport, domácí mazlíček aj.)



Co nejvíc společných aktivit ve třídě - žáci se více poznají víc o sobě vědí	Za mě jsou rezervy v rodinách už od útlého věku, škola nezmůže všechno.	Osobní pohovor s rodiči o rodinné situaci na začátku roku a poté při každé větší změně
Přednášky a semináře vedené odborníky	Zlepšit komunikaci mezi dětmi samotnými a jejich rodiči	

17. Co konkrétně by pomohlo Vám k efektivnějšímu řešení sebepoškození u žáků?		
znát příčinu sebepoškození	Možná mít víc informací od odborníků	Všímat si.
Školní psycholog	Nevím	práce se školní psycholožkou
Možná nějaká naučná videa, o teenagech pro teenagery. Tak aby to vzali a neměli z toho legraci.	Dobrá znalost rodinného zázemí, zájmy žáků, vztahy ve třídě, .... To vše není problém na 1. stupni. Problém je na 2. stupni, kde se vyučující střídají a třídní učitel nemá dostatek prostoru s dětmi pracovat.	
přítomnost školního psychologa na škole	Spolupráce s psychologem klinickým a školním psychologem, plus sezení	Třídnictví - tedy více hodin, které mohu věnovat těmto problémům
Více informací	Více spolupráce s rodiči	Vzájemná komunikace a spolupráce.
Spolupráce s rodiči.	Zlepšení vztahů mezi dětmi a rodiči.	Neučím aktuálně žáky s těmito problémy.

### Příloha č. 3 – Rozhovor s lektorkou primární prevence

Autor: Poprosím Vás o stručné představení

Lektorka: Mám vystudovaný obor sociální práce se zaměřením na vězeňství na Technické univerzitě v Liberci, dále studuji učitelství na druhém stupni. Poslední tři roky se pohybuji v oblasti sociální práce, prevence a sociálních služeb, jsem zaměstnaná pod městem Ralsko, kde funguji na pozici sociálního pracovníka. Pracuji s lidmi, kteří mají problémy s dluhy a se sociálním vyloučením. Staráme se o to, aby obyvatelé města neměli finanční a životní komplikace. Dále funguji v Advaitě třetím rokem, aktuálně jsem na pozici lektorky primární prevence, prošla jsem si i komunitou v rámci praxí, takže vím, jak funguje strukturálně i komunita, která je v Nové Vsi. Centrum se nachází v Liberci v Rumunské ulici, kde je centrum ambulantních služeb a sídlíme tam i my jako prevence. V ambulanci je nově zřízeno oddělení pro mladistvé. Snažíme se pomáhat mladistvým nejen se závislostními jevy, ale i s problémy, které se s tím pojí. Toto je velký krok, protože konkrétně v Liberci je spousta mladistvých, kteří mají komplikace s návykovými látkami, protože jsou například ze sociálně vyloučeného prostředí. My jako prevence docházíme na první i druhý stupeň základní školy, ale i na střední školy. Programů na první stupeň je méně, protože u mladších

děti nemůžeme jít tolik do hloubky, ale je spousta témat, u kterých je důležité, aby je slyšely již v ranějším věku. Když se podíváme na statistiky, tak u alkoholu je spousta žáků, kteří testují alkohol už třeba v 8 letech, takže je opravdu aktuální se těmito tématům věnovat už na prvním stupni. My jako prevence děláme prevence na šikanu, kyberšikanu, na látkové i nelátkové (např. digitální) závislosti, od září děláme prevenci rizikového sexuálního chování, dále také vztahy ve třídě, partnerské vztahy, gambling a v rámci covidu jsme rozšířili program na sebepěči a stres, což úzce souvisí právě s tématem sebepoškozování. Máme spoustu programů a téměř v každém se snažíme i rozvíjet to, aby se žáci uměli ohodnotit, aby si vážili svých kladných stránek a pokud mají špatné stránky, tak aby věděli, že se s tím dá pracovat. Chceme, aby si žáci uvědomili, že každý má něco dobrého na sobě, takže podporujeme zdravé sebevědomí. V každém programu nabízíme, ať se to týká nebo netýká tématu psychického zdraví, spoustu odkazů na koho se mohou obrátit. Žáci se mohou obrátit na nás, ale i na spoustu jiných institucí, jako je linka důvěry a podobně. Takže aby věděli, koho mohou kontaktovat, protože spousta dětí žije v takovém domácím prostředí, že se nemají komu svěřit, nebo i utíkají do školy s tím, že se tam cítí bezpečněji než doma, ale když se mu nedaří ve škole co se týče prospěchu, tak nemá na čem stavět. A bohužel někdy školy nejsou připraveny na to, aby pracovali s dětmi otevřeně. Takže se snažíme podporovat, aby se snažily i školy žákům představovat metodiky prevence, výchovné poradce apod. a spolupracujeme i s těmito pozicemi.

Autor: Takže Vy pracujete i s těmi učiteli a celkově se zaměstnanci školy?

Lektorka: Jsme s nimi v kontaktu. Většinou s třídními učiteli nebo ti vyučující jsou přítomni v programu. Na střední škole si mohou vybrat, zda budou učitelé přítomni, ale u nižších stupňů vyžadujeme, aby tam byl aspoň jeden vyučující, jelikož vstupujeme do školy jako externisti. Snažíme se hodně komunikovat s metodikou prevence, s vedením školy, protože často se pojí tato funkce v jednu a děláme i vzdělávání pro pedagogy. To jsou extra přednášky navíc přímo pro tyto pracovníky a během covidu jsme dělali i online vzdělávání pro rodiče. To mělo celkem velký úspěch – mluvilo se o tom, jaká rizika mohou mít žáci na internetu, jak mohou rodiče hlídat hranice bezpečí nebo soukromí, aby věděli, co jejich děti dělají na internetu, aby o tom s nimi komunikovali a podobně.

Autor: Děkuji. Mě teď zajímá, jak s dětmi řešíte jejich sebehodnotu a zdravý obraz sebe. Jedná se i o prevenci poruch příjmu potravy a podobně?

Lektorka: Tyto programy nejsou tolik žádané a objednávané ze strany škol, ale máme i program zaměřený na zdravý životní styl, ve kterém jsou zahrnuty i poruchy příjmu potravy, pak tam je i zdravé stravování, důležitost spánku a odpočinku, trávení volného času, na což se váží právě různé závislosti – děti mají větší náchylnost k obezitě, když často hrají na počítači, zkazí si zrak, nebo mohou mít problémy s bolestmi zad. Co se týče látkových závislostí, je to zdravotní riziko samozřejmě vyšší. Zdravý životní styl je základem pro to, aby předcházeli rizikovému chování. Tento samostatný program si tedy školy moc neobjednávají, ale my se snažíme tyto poznatky napasovat téměř do každého jiného programu minimálně v rámci různých aktivit, kdy se žáci snaží hodnotit sami sebe. Učí se ocenit sebe navzájem, ale u toho hodně záleží na kolektivu, protože některé kolektivy jsou natolik rozbité, že se nejen že nedokáží ocenit, ale rozložilo by to celý ten program.

Autor: A máte tedy program, ve kterém jste se zaměřovali přímo na to sebepoškozování, nebo je to spíše jen přes to posilování sebehodnoty?

Lektorka: Právě v rámci té sebehodnoty pracujeme hodně s dívkami (samozřejmě i s chlapci, ale dívky jsou na to náchylnější), protože mívají problémy se svým vzhledem. Tam je problém to, že se sami sobě nelíbí, nebo mají nějaké představy o sobě, jak by chtěli vypadat a nevědí, jak se s tím psychicky vyrovnat a tak se uchylují právě k tomu sebepoškozování. Sebepoškozování může být i následkem dlouhodobé šikany.

Autor: Funguje to tedy tak, že Vy dostanete zakázku od učitele nebo od zaměstnance školy a ten se na Vás obrátí s problémem se kterým se ve třídě potýkají, nebo čeho si u žáků všímá. Jak často se učitelé zajímají o sebepoškozování, je to aktuální téma, nebo se to vůbec nevyskytuje?

Lektorka: Setkávám se s tím hodně málo. Otázkou je, zda jsem se s tímto problémem tolik nesešla proto, že se nevyskytuje, nebo zda tento problém pouze nebyl vyřčen. Setkávala jsem se v rámci šikany s tím, že děti se spíše bály chodit do školy, bojí se spolužáků nebo trpí somatickými příznaky. Na středních školách jsem se setkávala s tím, že se některá děvčata léčila u psychiatrů, což bylo někdy spojené s tím, že si ubližovaly. Měla jsem praxe v rámci pedagogiky ve škole v sociálně

vyložené lokalitě v Mimoni, kde jsem byla na základní škole. Byl tam jeden žák, který měl tendence se sebeпоškozovat. Když měl záchvat, tak neubližoval druhým, ale sám sobě. Byla jsem v situaci, kdy si držel nůžky pod krkem, mlátil hlavou o zeď. Žák byl psychiatrem medikován, ale problém byl v tom, že doma mu předepsané prášky nechtěli dávat s tím, že je nepotřebuje. Zde hrálo roli nestabilní rodinné prostředí s psychickým stavem žáka. Jednou řekl, že bych raději spáchal sebevraždu, než aby chodil do školy.

Nicméně v rámci prevence mají školy tendence hodně zatloukat. Například si nás pozvou kvůli všeobecné prevenci na šikanu a v průběhu tříhodinového programu si všimneme, že tam něco nehraje. Nevíme konkrétně, kdo je agresor, ale vždy si všimneme, že ten kolektiv je nějak narušený, takže potom doporučujeme školám, aby s tím zkusily více pracovat a až poté se od učitelů dozvíme, že si žáci mezi sebou ubližují a následkem toho se vyskytují třeba i nějaké sebeпоškozovací tendence u obětí šikany.

Autor: Jaké jsou možnosti pro učitele, třeba možné vzdělávání, které se týká přímo sebeпоškozování a jevů s tím spojenými.

Lektorka: Co se týče škol, mělo by se pracovat s tím, že téma sebeпоškozování je aktuální a všudypřítomné, mělo by se tedy nabourat tabu. Aby se vědělo, že je správné o všem mluvit, pokud se s tím učitel setká, tak aby to nepřehlížel, ačkoli se na jednu stranu může říct, že to není jeho věc. Na druhou stranu mají učitelé ohlašovací povinnost. Kdyby sebeпоškozování bylo spojeno s domácím násilím nebo se zneužíváním v rodině, tak už je to problém, proto by si toho vždy měli všimnout. Od toho by měl na škole fungovat tým metodika prevence, výchovného poradce, školního psychologa. V čemž je velmi často problém, protože školy nemají finance na všechny tyto zaměstnance. Pak je ještě otázka, zda ti, co to dělají, jsou dostatečně kvalifikovaní. Spousta lidí, se kterými jsem se setkala, se mi představili jako metodici prevence, ale vůbec netušili, co jejich funkce obnáší na škole, nebo se vůbec nechovali, tak jak by měli, v rámci své profese. V tomto je velké riziko – v té práci, kde by si těchto jevů měli nejvíce všimnout, jsou buďto dosazení lidé, kteří si tu práci ani nevybrali, je to pro ně pouze důvod k většímu finančnímu ohodnocení, kolikrát si myslí, že je problém tak rozsáhlý a zdlouhavý, že ho ani nechtějí otevírat, aby ho nemuseli řešit, protože by to pro ně byla práce navíc. Stejně tak pro ty učitele, kteří jsou celkově dost časově

zahlcení, protože mají spoustu starostí s přípravami a s třídnictvím, ale k roli učitele by mělo patřit to, že se o žáky stará i po psychické stránce a všímá si, což většina učitelů nedělá, protože už je to pro ně nad rámec jejich práce, proto si toho nevíšimají a dělají, že to neexistuje. Problém je tedy v časovém rozpoložení učitelů a zaměstnanců školy. Možná by to i rádi řešili, ale nikdo je nezaplatí, nejsou dostatečně proškoleni nebo nevědí, jak si s tím mají poradit. Když ve škole chybí školní psycholog, nemají za kým jít. Proto je dobré nabourat tabu, že i učitelé mohou oslovovat online poradny. Když učitel zavolá na linku důvěry, vždy mu pomohou, nebo ho přesměrují tam, kde mu pomohou lépe.

Na základní škole v Mimoni, kam hodně chodí děti ze sociálně vyloučených lokalit, jsem se setkala s tím, že žáci mají stres z návštěvy školního psychologa. Je to pro ně známka toho, že je s nimi něco špatně a když se žáci dozvědí, že jejich spolužák jde ke školní psycholožce (třeba jen na konzultaci kvůli zhoršenému prospěchu, nebo na žádost rodičů, kteří se rozvádějí), stává se terčem posměchu. Problém je v tom, že ostatní žáci nevědí, co školní psycholog dělá, proč je na škole, jaký je rozdíl mezi psychologem a psychiatrem. Žáci netuší, že školní psycholog je na škole pro jejich podporu a chce jim pomoci. A to, že někdo chodí psychologovi, neznamená, že je s ním něco v nepořádku.

Autor: Takže děti cítí stigma spojené s řešením svých problémů se zaměstnanci školy. Není to hlavně na učitelích, aby žákům podali dostatečné informace o těchto pracovnících, aby je žáci chápali a dokázali správně využít pomoci?

Lektorka: My se na druhém stupni často setkáváme s tím, že se žáků zeptáme, koho mohou oslovit například v rámci šikany – za kým by šli, kdyby jim ve škole někdo ubližoval a oni řeknou například třídní učitelka nebo dozor na chodbě. Dále zmiňují ředitele školy. Ale když jim položím přímo otázku „kdo je tu pro Vás speciálně pro tyto problémy?“, často vůbec netuší, že na jejich škole existuje někdo takový, jako je školní psycholog nebo výchovný poradce a už vůbec neví, kdo je v této funkci. Potíží je tedy opravdu malá informovanost ze strany učitelů. Nestací to žákům říct na konci šesté třídy. Je potřeba s tím tématem pracovat. Je to také o důvěře. Když žák nemá důvěru k dospělému, tak se mu nesvěří. Dle mého průzkumu žáci většinou důvěru buďto nemají, nebo ji mají, ale bojí se zeptat.

Autor: Jedním z dalších aspektů, kterým se zabývám ve své práci, je sociálně geografický kontext. Všímate si při své práci rozdílů v jednotlivých lokalitách? Je rozdíl mezi školami ve větších městech a na vesnici?

Lektorka: Z hlediska geografie je zajímavé sledovat, že velkou roli hraje to, když je škola v okrajové oblasti – tzv. periférii nebo u hranice s jiným krajem. Sociální kontext je tedy ovlivněn hraničním umístěním, také jsou znevýhodněné bývalé vojenské prostory, kde je místo negativně pojeno s historií. Co se týče severních oblastí, jako je například i Desná, je vyloučenost také dána historickým vývojem, jelikož dříve byla lokalita obývána Němci. V těchto oblastech bývá špatný stav průmyslu, který vede k zánikům některých pracovních míst. Lidé s dobrým sociálním zázemím se stěhují do větších měst za lepší práci a zůstávají jen ti, kteří si nemohou dovolit dražší bydlení jinde. S tím se pojí také to, že bohatší rodiče raději žáky vozí do školy ve větších městech, aby nemuseli chodit do školy s žáky z té vyloučené lokality. Děti vyrůstající v lepších podmínkách odchází po dokončení páté třídy na gymnázium, což také rozděluje děti a ve školách ve vyloučených lokalitách zůstávají děti rodičů, kteří si to nemohou dovolit, děti s nižšími intelektovými schopnostmi a nebo děti, které se o školu nezajímají.

Autor: Existuje nějaký vzájemný vztah mezi sebepoškozováním a závislostním chováním?

Lektorka: Většina lidí, která je závislá na nějaké látce, má narušenou sebehodnotu. Únikem z toho může být právě sebepoškozování. Když se závislí pokouší skoncovat se závislostí a opakovaně selhává, vnímají to jako sebezradu a proto mají potřebu se trestat. Další věc je to, že pokud je člověk závislý na omamných látkách, může mít psychické problémy. Drogy mohou u člověka vyvolat psychické poruchy, následkem nichž se pak může sebepoškozovat. I na samotném sebepoškozování se může vytvořit závislost.

Autor: Sebepoškozování může mít mnoho forem. Pomineme-li ty nejznámější a třeba i na první pohled zřejmé formy, sebepoškozování se může projevat například i rizikovým sexuálním chováním. Napadá Vás podobný příklad možného skrytého sebepoškozování, se kterým se setkáváte?

Lektorka: Děti často vstupují do rizikových situací v rámci adrenalinu. Nemusí jít o záměrné sebepoškozování, ale často riskují, což může vést k jejich poškození

nějakým úrazem. Při adrenalinových sportech záměrně překračují hranice a jdou úrazu naproti.

Autor: Kam nejčastěji odkazujete děti, kdyby potřebovaly pomoc?

Lektorka: Děti primárně odkazujeme na linku důvěry. Je lepší nepřehlcovat děti hromadou kontaktů, protože by si pak nemusely vědět rady, linka důvěry je takový nejzákladnější bod. Pak jim říkáme, že se mohou obrátit na nás (Advaitu) s tím, že my jim dáme více potřebných informací, máme nově tu poradnu pro mladistvé, kam mohou přijít. Také jim říkáme, kde mohou hledat pomoc na internetu, existují i anonymní online poradny. Pomoc mohou hledat i v dětských centrech, které se zaměřují na pomoc dětem.

## Příloha č. 4 – rozhovor s vedoucí linky důvěry pro rodinu a školu

Výpis poznámek vzniklých při rozhovoru:

- Nutný rozhovor s metodikem prevence
- Všechny školy ho musí mít
- Školní pedagogické poradenské pracoviště
- Mluvit se všemi členy
- Ředitel musí souhlasit
- V praxi obvykle poruchy chování, tíživé prostředí, stres (rodina x škola)
- Škola mnohdy nedosahuje do rodiny
- Módní vlna SP už se setkávají na 1. stupni
- poprvé už třeba v 2. třídě
- Mladší jdou do toho z jiných impulzů než starší – nápodoba
- Článek třídní učitel Jarmila Kubánková
- Když volá učitel sebepoškozování – vidí, volá, kamarádi (nejčastěji)
- Mluví se o tom, učitel si nesmí nechat nic pro sebe
- Ohrožení zdraví a života dítěte, jako dospělý musím jednat
- Jednání ve dvou kolejiích - rodina a OSPOD, učitel dítě zná, nebo musí jít za někým, kdo ho zná, třídní učitel posoudí funkci rodiny, podle toho se rozhoduje mezi OSPODEM a rodinou
- Pořadí
- Cílem je dostat dítě do péče a nejlépe i rodinu (pokud nefunguje)
- Postoj školy: máme o tebe strach, nemůžeme to takhle nechat, rozumíme, že máš s rodinou potíže a budeme to řešit
- Vyjednávání s dítětem, jaká pomoc je vhodná (nesmíme slíbit mlčenlivost)
- Poučit o vážnosti situace, musí se to předat – ohrožení
- Dobré vysvětlení o tom, aby OSPOD získal informaci ne jako stížnost na rodinu, ale OSPOD jedná v prospěchu dítěte, ale oni jediní mohou s rodičem pohnout.
- Motivovat k tomu, aby byla schopná mluvit se soc. pracovníci o tom, co se děje i doma.
- Někdy rodina souhlasí, s OSPODEM mluví.
- Rodiče by měli vědět, že OSPOD byl informován



- Když škola oznámí na OSPOD, informace se nesmí utajit. (škola = právnická osoba)
- Co je pro dítě nejvíce bezpečné (nahlásí to sama nebo někdo nebo přes zprávu)
- Nástroje ospodu – kroky k rodině, pakliže nespolupracuje, má možnost nutit, návrhy na ústavní výchovy, na léčbu, apod.
- Škola nemá páky
- S dítětem komunikuji nejmenší zlo
- Učitelé se bojí komunikovat s ospodem, můžu se obrátit na specialistu – metodik prevence ve spolupráci s výchovným poradcem, ředitel o tom musí vědět.
- Pozvat ospod do školy.
- Minimalizace šikany, učíme učitele – propojování školy a ospodu.
- Co to znamená sebepoškozování, jaké formy, musím vyhodnotit, co ve chvíli, kdy je SP ve škole, RZS a hospitalizace. Řešit akutnost. Školní psycholog. Terapie spíše mimo školu. Dětská psychiatrie.
- Učitel, který si neví rady, volá na 1600, nechám si poradit
- Doporučení ředitelům – navázat kontakt s ospodem, aby byl ve škole někdo, kdo to umí řešit (metodik prevence), musí umět řešit kontaktování.
- Ze článku přímo návod (když tohle, tak tohle)
- Kompetence metodika prevence
- MŠMT vydalo metodické pokyny – okolo sebepoškozování  
[https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny?fbclid=IwAR1npq3O9IleNjk\\_FWAGzx\\_r4OXRWUQ\\_ZifvyETvcNDj-ddWc4VsDYefYHw](https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny?fbclid=IwAR1npq3O9IleNjk_FWAGzx_r4OXRWUQ_ZifvyETvcNDj-ddWc4VsDYefYHw)  
příloha 16 - sebepoškozování
- Překlopit obecný postup do konkrétních dat, jak přesně to dělat na konkr. školy.
- Informovat učitele o lince