

## Prev-centrum, z. ú. – Programy všeobecné primární prevence

### **Základní informace o programu:**

#### Úroveň provádění:

- Všeobecná primární prevence

#### Oblast zaměření:

- Sexualita a tělo, látkové závislosti, nelátkové závislosti, digitální svět, vztahy a šikana, emoce a psychika, spolupráce s pozitivní klima, tolerance a předcházení rasismu, zdraví těla

#### Cílová skupina:

Primární cílovou skupinou programu jsou děti z mateřských škol, žáci prvního a druhého stupně základních škol a víceletých gymnázií a studenti gymnázií, středních škol a středních odborných učilišť, tedy děti a mládež zhruba ve věku 5 – 18 let.

#### Forma:

Program je veden interaktivní formou, využívá se psychosociálních technik a interaktivních pomůcek. Žáci jsou aktivně zapojováni do děje, pracují individuálně i ve skupinách, mají možnost vyjádřit svůj názor na danou problematiku.

#### Délka programu:

- Program všeobecné primární prevence pro mateřské školy – 1x 60 min.
- Program všeobecné primární prevence pro 1. stupeň základních škol – 2x 45 min.
- Program všeobecné primární prevence pro 2. stupeň základních škol, víceletá gymnázia a střední školy

#### Poskytovatel:

Prev-centrum, z. ú., Meziškolská 1120/2, 169 00, Praha 6

IČO: 67364012

Ředitel a statutární zástupce: Mgr. Ondřej Počarovský

### Náročnost programu:

Programy nárokově a tematicky odpovídají věkovým kategoriím žáků, pro které jsou programy určeny. Zohledňují zejména věk žáků, úroveň kognitivních schopností, sociální klima a aktuální dění v kolektivu. Programy respektují princip vyváženosti podávaných informací s ohledem na nejnovější odborné poznatky.

### Metodická podpora:

Centrum primární prevence disponuje svou vlastní metodikou, do které jsou lektoři programů všeobecné primární prevence zaškoleni a dle ní realizují veškeré programy ve školách a školských zařízeních.

Metodika programů všeobecné primární prevence je neustále aktualizována a přizpůsobována tak, aby co nejlépe pokryla aktuální trendy a potřeby různých věkových skupin žáků a studentů.

### Pomůcky:

Pro každý tematický blok jsou předem stanoveny potřebné pomůcky, které si lektoři realizující programy všeobecné primární prevence přinášejí s sebou.

### Evaluaace:

Kvalitativní hodnocení programu probíhá prostřednictvím porad, intervizí, supervizí, hospitací lektorské práce, pracovních setkání s ŠMP, konzultací s ŠMP, analýzy dotazníků pro ŠMP monitorujících spokojenost s programy, revizí závěrečných zpráv z programů a prostřednictvím zpětné vazby od pedagogů a žáků.

Kvantitativní data jsou získávána prostřednictvím sběru statistických dat, které se vyhodnocují vždy v polovině kalendářního roku a na jeho konci a jsou srovnávány se stejným obdobím předešlého roku. V rámci analýzy dat sledujeme především nárůst či pokles jednotlivých proměnných, popř. počtu realizovaných bloků, počtu zapojených institucí, klientů, počet výkonů, kontaktů atd.

### Cena programu:

- Program všeobecné primární prevence pro mateřské školy – 1x 60 min. – 1 500,-
- Program všeobecné primární prevence pro 1. stupeň základních škol – 2x 45 min. – 3 750,-

- Program všeobecné primární prevence pro 2. stupeň základních škol a střední školy – 3x 45 min. - 5000,-

### **Popis programu (perex)**

Účelem poskytovaných služeb je předcházet výskytu rizikového chování u žáků a studentů navštěvujících školy a zamezit jeho další progresi, případně zmírnit již existující formy a projevy rizikového chování včetně řešení jeho důsledků.

Dalšími cíli je rozvíjet u žáků sociální dovednosti v navazování zdravých vztahů a schopnost čelit sociálnímu tlaku, dovednost rozhodovat se, efektivně řešit konflikty, podporovat a nabízet zdravé alternativy trávení volného času, seznámit se s možnostmi řešení obtížných situací včetně možností, kam se obrátit pro pomoc v případě situací spojených s rizikovým chováním.

### **Východiska programu**

Koncepce a kvalita programů primární prevence Prev-Centrum, z.ú. vychází ze „Standardů odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence rizikového chování“ a ze zásad efektivní primární prevence. Poskytované služby vycházejí z definice specifické primární prevence: „Specifická primární prevence představuje aktivity a programy s úzkým zaměřením na jeden či více typů rizikového chování a na rizika s nimi spojená. Má tři hlavní charakteristiky:

- jednoznačně vyjádřený vztah k oblasti rizikového chování a souvisejícím tématům,
- je realizována v přesně vymezeném čase a prostředí, což umožňuje evaluaci těchto typů programů,
- je zaměřena na jasně definovanou cílovou skupinu (např. dle věku, potřeb, míry ohrožení aj.) a s ohledem na potřeby cílové skupiny zavádí preventivní intervence.“ (Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování, Miovský M a kol., 2012).

V souvislosti s tím je důležitým východiskem pro poskytování programů primární prevence pohled prostřednictvím tří úrovní:

Všeobecná primární prevence se zaměřuje na běžnou populaci s ohledem na její věkové složení bez rozdělování na méně či více rizikové skupiny.

Selektivní primární prevence se zaměřuje na skupiny osob, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik forem rizikového chování, tj. jsou více ohrožené než jiné skupiny populace.

Indikovaná primární prevence je zaměřena přímo na jedince, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory, tj. jsou více ohrožení než jejich vrstevníci a jiné osoby běžné populace.

Programy primární prevence splňují charakteristiky, které by měly splňovat efektivní programy primární prevence:

- Kombinují různé strategie, které působí na cílovou skupinu, zahrnují více faktorů a jsou založeny na koordinované spolupráci různých institucí.
- Je zajištěna kontinuita působení a systematickosti plánování programů.
- Informace i formy práce jsou cílené podle charakteru skupiny, pro kterou jsou určeny.
- Programy zajišťují propojenost témat primární prevence
- Programy mají pozitivní orientaci a podporují zdravý životní styl.
- Programy jsou součástí systému prevence v komunitě.
- Programy se opírají o systémovou teorii.

### **Cíle programu**

Cílem realizovaných programů primární prevence je, aby si žáci a studenti osvojili dovednosti a postoje směřující ke zdravému životnímu stylu a aby je dokázali uplatnit ve svém chování nejen v době realizace programu, ale i v budoucnosti.

Dalšími cíli je předat žákům dostatek informací o možných důsledcích rizikového chování, rozvíjet u žáků sociální dovednosti v navazování zdravých vztahů a schopnost čelit sociálnímu tlaku, dovednost rozhodovat se, efektivně řešit konflikty, podporovat a nabízet zdravé alternativy trávení volného času, seznámit se s možnostmi řešení obtížných situací včetně možností, kam se obrátit pro pomoc.

### **Cílová skupina**

Primární cílovou skupinou programu jsou děti z mateřských škol, žáci prvního a druhého stupně základních škol a víceletých gymnázií a studenti gymnázií, středních škol a středních odborných učilišť, tedy děti a mládež zhruba ve věku 5 – 18 let.

Sekundární cílovou skupinou rozumíme tu část populace, která bude působit na primární skupinu a bude ji svými postoji a chováním ovlivňovat. Pro Prev-Centrum, z.ú., Programy primární prevence jsou významné následující cílové skupiny:

- Studenti vyšších odborných a vysokých škol s humanitním zaměřením (lektori PP),
- pedagogové mateřských, základních a středních škol,
- školní metodici prevence,
- rodičovská veřejnost,
- protidrogoví koordinátoři, sociální pracovníci, kurátoři pro děti a mládež,
- pediatři a psychologové.

### **Časová struktura**

Před programem probíhá konzultace s pedagogem (případně školním metodikem prevence), kde dochází k předání informací o žácích, vyjasnění si struktury a obsahu programu, zapojení pedagoga v programu, stanovení cílů atd. Časová dotace je cca 30 min.

Program primární prevence s jasně danou strukturou a tematickým rámcem trvá dvě až tři vyučovací hodiny + školní přestávky – lektori zůstávají přítomni po celou dobu průběhu programu včetně školních přestávek – žáci se tak na ně mohou kdykoliv obracet. Časová dotace u programů v mateřských školách činí 1x 60 min.

### **Zahájení programu**

- představení tématu a cíle setkání
- představení organizace Prev-Centrum, z.ú. (na prvním setkání), resp. připomenutí organizace Prev-Centrum, z.ú. (na dalších setkáních)
- účel a použití „krabičky na anonymní dotazy“, nastavení základních pravidel a vytvoření bezpečného prostředí

### **Hlavní část programu**

- interaktivní techniky a diskuze, jimiž se zpracovává dané téma
- aktivační techniky zaměřené zejména na rozvoj spolupráce a komunikace ve třídě, zároveň ale související s tématem programu

### **Závěr programu**

- zhodnocení programu a reflexe žáků i lektorů

Další konzultace s pedagogem probíhá bezprostředně po skončení programu – obsahem je reflexe průběhu programu, naplnění očekávání pedagoga, reflexe jeho zapojení, reflexe zpozorovaných jevů a procesů ve skupině, předání doporučení pro další práci se třídou atd. Časová dotace je cca 30min

## **Obsah programu**

### Programy pro MŠ:

1. Ve zdravém těle zdravý duch (tělesné, duševní a sociální zdraví)
2. Hněv je špatný rádce (já a moje prožívání-emoce a pocity)
3. Víím, co jím (výživa-zdravý životní styl)
4. Čistota-půl zdraví (hygiena)
5. Není všechno zlato, co se třpytí (virtuální svět)
6. Dobré slovo i železná vrata otvírá (přátelské vztahy ve třídě- podpora pozitivního klimatu ve třídě)
7. V nouzi poznáš přítele (nevhodné chování ve třídním kolektivu-šikana)
8. Když ptáčka lapají, pěkně mu zpívají (nebezpečí kolem nás)
9. Polámal se mraveneček (léky)
10. Čistý vzduch, svěží duch (kouření)
11. Hrátky s čertem (alkohol)

### Programy pro ZŠ a příslušné ročníky víceletých gymnázií:

#### **1. Sexualita a tělo**

- Moje tělo patří mně (2. – 5. třída)
- Jsme kluci a holky (4. – 5. třída)
- Sexualita není tabu (6. – 7. třída)
- Sex bez obav a bezpečně (8. – 9. třída)

#### **2. Látkové závislosti**

- Víím, co s tím (5. třída)
- Jasná mysl (6. – 9. třída)

#### **3. Nelátkové závislosti**

- Dobrý sluha, zlý pán (2. – 5. třída)
- Všeho s mírou (6. – 9. třída)

#### **4. Digitální svět**

- Bezpečně online (2. – 5. třída)
- Důvěřuj, ale prověřuj (6. – 9. třída)
- Zdání klame (6. – 9. třída)
- Věřte nevěřte (8. – 9. třída)

#### **5. Vztahy a šikana**

- Kamarády máme rádi (2. – 3. třída)
- Šikana bolí (3 – 5. třída)
- Šikana není cool (6. – 8. třída)

#### **6. Emoce a psychika**

- Kamarádi bez křiku (2. – 5. třída)
- Je mi se mnou fajn (2. – 5. třída)
- Nezatěžuj se (6. – 7. třída)
- Buď svým hrdinou (8. – 9. třída)

#### **7. Spolupráce a pozitivní klima**

- Ve třídě jsme prima parta (2. – 9. třída)

#### **8. Tolerance a předcházení rasismu**

- Jiní a přece stejní (2. – 5. třída)
- Dělají šaty člověka? (6. – 9. třída)
- 8 miliard (8. – 9. třída)

#### **9. Zdraví těla**

- Zdraví mě baví (3. – 5. třída)

#### Programy pro SŠ:

##### **1. Sexualita a tělo**

- Sex bez obav a bezpečně (1. – 3. ročník)

##### **2. Látkové závislosti**

- Bez iluzí (1. – 3. ročník)

##### **3. Nelátkové závislosti**

- Když ptáčka lapají, pěkně mu zpívají (1. – 3. ročník)

##### **4. Digitální svět**

- Věřte nevěřte (1. – 3. ročník)

## **5. Emoce a psychika**

- Buď svým hrdinou (1. – 3. ročník)

## **6. Spolupráce a pozitivní klima**

- Na střední jsme prima parta (1. – 2. ročník)

## **7. Tolerance a předcházení rasismu**

- 8 miliard (1. – 3. ročník)

### **Personální nároky**

Po metodické, odborné a koordinační stránce projekt zajišťuje interní tým pracovníků Prev-Centrum, z. ú., Programy primární prevence. Interní pracovníci vedou externí lektorský tým, který lektoruje programy všeobecné primární prevence na školách (zajišťují přímou práci s primární cílovou skupinou). Lektoři jsou systematicky vzděláváni, programy vedou pod odborným dohledem interního týmu a při své práci se řídí Metodikou programu všeobecné primární prevence. Programy selektivní primární prevence, indikované primární prevence a vzdělávací aktivity lektorují pracovníci interního týmu.

Interní tým tvoří pracovníci Prev-Centrum, z.ú., Programy primární prevence s několikaletou zkušeností v oblasti primární prevence či vedení dětské skupiny. Všichni pracovníci jsou absolventi vysoké školy humanitního zaměření. Prošli 250hodinovým výcvikem v primární prevenci (s akcentem na sebezkušenostní část)

Jejich práce je pravidelně supervidována. V rámci vnitřní supervize probíhá 1x týdně intervize v rámci porady a 1x za šest týdnů tříhodinové supervize s externím supervizorem s několikaletou zkušeností s prací s dětmi a rodinou.

Tým externích lektorů primární prevence rizikového chování realizuje programy všeobecné primární prevence na 1. a 2. stupni ZŠ a na středních školách. Všichni lektoři jsou absolventi vysokých škol (či studenti bakalářského, magisterského programu), VOŠ humanitního zaměření a absolvovali Vzdělávací kurz primární prevence rizikového chování pro lektory primární prevence v rozsahu 100 hodin. Účastní se pravidelně porad a odborných supervizí a jsou průběžně proškoleni prostřednictvím vzdělávacích seminářů, kurzů a intervizních setkání.



## **Kontraindikace (omezení)**

Program všeobecné primární prevence může být ukončen předčasně v případě, že se v průběhu programu prokáže nedostatečná motivace třídy ke spolupráci (v případě nezájmu a odmítavého postoje třídy), nebo za předpokladu, že se v průběhu programu prokáže přítomnost pokročilé šikany. V takovém případě je program zastaven a je předán podnět škole k vyšetření šikany ve třídě. Po vyšetření případu a predefinování kontraktu je možné dále pokračovat v programu selektivní primární prevence.

## **Evaluace**

Kvalitativní hodnocení programu probíhá prostřednictvím porad, intervizí, supervizí, hospitací lektorské práce, pracovních setkání s ŠMP, konzultací s ŠMP, analýzy dotazníků pro ŠMP monitorujících spokojenost s programy, revizí závěrečných zpráv z programů a prostřednictvím zpětné vazby od pedagogů a žáků.

Kvantitativní data jsou získávána prostřednictvím sběru statistických dat, které se vyhodnocují vždy v polovině kalendářního roku a na jeho konci a jsou srovnávány se stejným obdobím předešlého roku. V rámci analýzy dat sledujeme především nárůst či pokles jednotlivých proměnných, popř. počtu realizovaných bloků, počtu zapojených institucí, klientů, počet výkonů, kontaktů atd.

## **Materiální požadavky**

Ve všech programech jsou využívány zejména běžné výtvarné a kancelářské pomůcky. V některých případech si realizace žádá využití specifických pomůcek, které mají lektoři k dispozici v zázemí organizace. Veškeré pomůcky, které je třeba využít pro úspěšnou realizaci, si lektoři přinášejí s sebou do místa realizace.

Vy výjimečných případech může být škola požádána o využití dataprojektoru. V takovém případě je škola s dostatečným předstihem informována.

## **Prostorové požadavky**

Programy všeobecné primární prevence bývají realizovány v kmenových třídách daného ročníku. Vzhledem k tomu, že jsou programy realizovány interaktivní formou, žáci sedí v komunitním kruhu a jsou využívány různé psychosociální aktivity, je nutné, aby třída byla dostatečně prostorná pro volný pohyb žáků či studentů a aby bylo možné realizovat komunitní

kruh. Pokud tyto požadavky nelze uskutečnit v kmenové třídě, je nutné zajistit jiné prostory ve škole či školském zařízení.

Adaptační programy bývají realizovány v komunitní místnosti Prev-centrum, z. ú., případně ve větších prostorech (tělocvična, hřiště) přímo ve škole.

### **Požadavky na supervizi**

Supervize je obligatorní součástí vzdělávání nejen interního týmu Prev-Centrum, z.ú. Programy primární prevence, ale i týmu externích lektorů všeobecné primární prevence. Supervize interního týmu probíhá v intervalu jednou za 6 týdnů. Supervize externích lektorů probíhá v intervalu jednou za 2 měsíce.

### **Ověření efektivity programu**

Celkové hodnocení kvality a efektivity programů primární prevence se opírá o různorodé zdroje informací, které lze podle metody jejich sběru klasifikovat jako kvantitativní a kvalitativní.

Kvalitativní hodnocení programu probíhá prostřednictvím porad, intervizí, supervizí, hospitací lektorské práce, pracovních setkání s ŠMP, konzultací s ŠMP, analýzy dotazníků pro ŠMP monitorujících spokojenost s programy, revizí závěrečných zpráv z programů a prostřednictvím zpětné vazby od pedagogů a žáků.

Kvantitativní data jsou získávána prostřednictvím sběru statistických dat, které se vyhodnocují vždy v polovině kalendářního roku a na jeho konci a jsou srovnávány se stejným obdobím předešlého roku. V rámci analýzy dat sledujeme především nárůst či pokles jednotlivých proměnných, popř. počtu realizovaných bloků, počtu zapojených institucí, klientů, počet výkonů, kontaktů atd.

Nástrojem pro sběr kvantitativních dat je pro Prev-Centrum, z.ú., Programy primární prevence, databáze vytvořená v programu Microsoft Excel. Ke změně systému evidence klientů a služeb (přechod z UniData na Microsoft Excel) došlo od ledna 2020. Veškeré výkony, ve výkaznictví projektu, jsou přepočtené dle doporučené délky Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti.

Závěry z evaluace slouží týmu Prev-Centrum, z.ú., Programy primární prevence k úpravám primárně preventivních programů, aby co nejvíce odpovídaly specifikům sociálního klimatu školy a výskytu rizikového chování na škole. Závěry lze rovněž využít pro úpravy preventivní strategie školy.

Výstupy z kvantitativního hodnocení a výstupy z kvalitativního hodnocení, jako dva směry hodnotícího procesu, slouží především k posouzení efektivity realizovaných programů a k reflexi a nastavení priorit dalšího rozvoje služeb primární prevence.

### **Návaznosti / vhodné kombinace**

Témata programů primární prevence jsou pro jednotlivé ročníky vybírány dle konkrétních kritérií vztahujících se k cílové skupině. Výběr témat je tak zcela v dikci školy či školského zařízení dle aktuálních potřeb.

### **Formy podpory**

Programy všeobecné primární prevence jsou podporovány z dotačních programů Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy, Radou vlády pro koordinaci politiky v oblasti závislostí a Magistrátem hl. m. Prahy.

**Realizátor** – přímý kontakt na organizaci a zodpovědnou osobu za vzdělávání v programu

Jméno: Mgr. Tereza Brandová

Název a adresa organizace: Prev-centrum, z. ú., Meziškolská 1120/2, 169 00, Praha 6

Telefon: 773 668 483

Email: [vedouci.prevence@prevcentrum.cz](mailto:vedouci.prevence@prevcentrum.cz)