PREVENTIVNÍ PROGRAM PRO ŠKOLY

ŠKOLNÍ ROK 2026/2027

Obsah

1. POPIS SOUČASNÉHO STAVU ... 2
1.1 ŠKOLA NABÍZÍ TYTO VZDĚLÁVACÍ PROGRAMY ... 2
1.2 SPECIFIKA PRACOVIŠŤ ... 3
2. CÍLE PREVENTIVNÍHO PROGRAMU PRO ŠKOLY ... 3
3. VÝCHODISKA ... 4
4. CÍLOVÉ SKUPINY PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ ... 4
5. STÁVAJÍCÍ NABÍDKA PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ ... 5
5.1 NABÍDKA AKTIVIT POŘÁDANÝCH ŠKOLOU ... 5
5.2. PRÁCE PREVENTIVNÍHO TÝMU ... 6
5.3. CÍLE PREVENTIVNÍHO TÝMU ... 6
5.4. CO NÁS TĚŠÍ A ČEMU SE BUDEME DÁLE VĚNOVAT ... 6
5.5. PRÁCE ŠKOLNÍHO METODIKA PREVENCE ... 6
5.6. EXTERNÍ SPOLUPRACUJÍCÍ ORGANIZACE ... 8
5.7. INFORMAČNÍ ZDROJE ... 10
6. FINANCOVÁNÍ A HODNOCENÍ PREVENTIVNÍCH AKTIVIT ... 10
7. POSTUPY A ŘEŠENÍ PŘI VÝSKYTU RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ ... 10
8. KONTAKTY A ADRESY ... 11
9. PŘÍLOHY ... 12
9.1. KRIZOVÝ PLÁN PŘI ŘEŠENÍ ŠIKANY ... 13
9.2. ZÁŠKOLÁCTVÍ ... 15
9.3. STRATEGIE ŠKOLNÍ NEÚSPĚŠNOSTI ... 16
9.4. PLÁN PŘI ŘEŠENÍ KYBERŠIKANY ... 17

1. POPIS SOUČASNÉHO STAVU

Speciální základní škola a Praktické škola, Pod Parkem 2788 provozuje výchovně vzdělávací činnost v budovách škol – Severní Terasa – Pod Parkem 2788 a odloučené pracoviště Neštěmice, ul. Studentská 297

V těchto budovách je vzděláváno žactvo s lehkým, středně těžkým, těžkým mentálním postižením a souběžným postižením více vadami a žactvo s poruchami autistického spektra.

Preventivní program pro školy vychází z Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019–2027.

Škola nabízí nadstandardní péči o děti s nejrůznějšími postiženími, je velmi dobře materiálně vybavena. Ve třídách je nižší počet žáků a žákyň, často zde působí asistent pedagoga nebo tandemový učitel. Škola velmi dobře spolupracuje se Společností pro podporu lidí s mentálním postižením, která má sídlo v budově školy.

Součástí školy je Speciálně pedagogické centrum, jehož služby mohou metodici prevence při své práci využívat.

Řešení výskytu rizikového chování je v kompetenci preventivního týmu. Výběr externích programů je v jeho kompetenci a v kompetenci třídních učitelů, popř. je konzultován s okresní metodičkou prevence PPP ÚK v Ústí nad Labem.

Škola nabízí možnost využití odborných terapií při práci s žáky:

- Felinoterapie
- Canisterapie
- Arteterapie
- Ergoterapie
- Neurofeedback
- Snoezelen

Všechny tyto terapie jsou vedeny vyškolenými zkušenými terapeuty a jejich realizace je součástí prevence rizikového chování zvláště u žáků s těžšími stupni vad.

1.1 Škola nabízí tyto vzdělávací programy

- *Škola hrou s pohodou" - vypracovaný dle RVP pro základní vzdělávání.*

  Školní vzdělávací program „Škola hrou s pohodou" poskytuje vzdělávání žactvu se speciálními vzdělávacími potřebami. V rámci tohoto programu může být vytvořen individuální vzdělávací plán, který odpovídá typu speciálních vzdělávacích potřeb. Do tohoto vzdělávacího programu jsou přijímáni žáci a žákyně na základě žádosti zákonného zástupce a na základě doporučení školského poradenského zařízení. Dále jsou přijímáni žáci a žákyně s psychiatrickými diagnózami, kteří opakovaně selhávají v základních školách běžného typu, dále žactvo s poruchami autistického spektra a žactvo s diagnózou lehké mentální postižení.

- *Školní vzdělávací program „Škola hrou na druhou"*

  Tento program je určen pro žactvo se středně těžkým až hlubokým mentálním postižením a pro žactvo se souběžným postižením více vadami.

- *Školní vzdělávací program „Škola hrou na třetí" – obor Praktická škola jednoletá*

  Program je určen pro absolventy speciálních škol.

Preventivní program pro školy je platný pro všechna pracoviště a budovy. Na každém z pracovišť bude v oblasti primární prevence RCH působit školní metodik prevence a výchovný poradce. Jejich činnost bude koordinovat a podporovat vedoucí výchovná poradkyně Mgr. Radka Tiptová. Preventivní tým se bude scházet jednou měsíčně, popř. častěji, pokud to situace bude vyžadovat.

1.2 *Specifika pracovišť*

Pracoviště: Pod Parkem 2788, Severní Terasa

V loňském školním roce zde bylo řešeno hlavně záškoláctví, které vychází většinou ze strany zákonného zástupce. Na tomto pracovišti se vzdělávají převážně žáci a žákyně, u kterých lze předpokládat, že absence není z jejich strany úmyslná (jejich diagnózy to vylučují).

Pracoviště: Studentská 297, Neštěmice

Žáci a žákyně docházejí do školy z celého Ústí nad Labem, hlavně pak z lokalit - Předlice, Mojžíř, Krásné Březno, Neštěmice, Střekov (vyloučené lokality). Zde se setkávají se zvýšeným rizikovým chováním a jednáním, často velkou roli v této oblasti hraje i nepodnětné prostředí v rodině a způsob trávení volného času. Objevuje se agresivita, krádeže, žáci experimentují s legálními i nelegálními drogami, lehce sklouzávají k trestné činnosti. Objevuje se zde rizikové chování zejména mezi žáky, ale i směrem k pedagogům.

		2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2022/2023	2023/2024	2024/2025	2025/2026
ZAMEŠKANÉ HODINY	celkem	65595	36953	51794	97609	86799	84896	90138	76592
	omluvené	60454	34687	48215	91200	81663	81586	88660	75644
	neomluvené	5141	2266	3578	6409	5136	3310	1478	948

Osvědčila se úzká spolupráce s odborem kurátorů MÚL a včasná intervence ze strany metodika prevence, vedení školy, třídních učitelů a výchovného poradce.

2. CÍLE PREVENTIVNÍHO PROGRAMU PRO ŠKOLY

Hlavní cíl

I v letošním školním roce zůstává základním principem preventivní strategie na naší škole osvojování základních kompetencí v oblasti zdravého životního stylu, prevence a rozvoj dovedností, které vedou u dětí a mládeže k odmítání všech druhů sebedestruktivního chování, projevů agresivity a porušování zákona.
Preventivní program v této podobě je výsledkem upravování, zkoušení a zdaleka se nedá považovat za ukončený nebo definitivní. Každý další školní rok přináší nové podněty a nápady a na základě zkušeností hledáme pokud možno efektivní cesty vedoucí ke zkvalitnění vlivu na naše žáky.

Velmi závažným problémem se v současné době jeví mezi mládeží zejména zneužívání legálních drog – kouření, kouření marihuany a vaporizérů a alkohol. Také jejich značná společenská tolerance je příčinou vzrůstající spotřeby u stále se snižující věkové skupiny dětí a mládeže. Proto je nutností nepodceňovat tento nebezpečný jev.
V naší škole není zneužívání nelegálních drog mezi žáky zatím rozšířeno zas tak velkou měrou.
O úplné absenci však hovořit rozhodně nemůžeme.
Ve škole je značné procento dětí pocházející z málo podnětného rodinného prostředí. Často se setkáváme s tím, že rodina nevěnuje dítěti dostatek času a náležitou péči zejména ve volném čase.
V rodinách velmi často chybí pevně stanovená pravidla chování. Školu navštěvuje značná část dětí s diagnózou specifická porucha učení a chování.

Snažíme se, aby se prevence a zdravý životní styl staly přirozenou součástí života školy, školních osnov, výuky jednotlivých předmětů a nebyla pojímána jako nadstandardní aktivita.

Cílem Preventivního programu je ve spolupráci s rodiči formovat takovou osobnost žáka, která je s ohledem na svůj věk schopná orientovat se v dané problematice, zkoumat ji, ptát se, dělat rozhodnutí, která si bude vážit svého zdraví, bude umět nakládat se svým volným časem a zvládat základní sociální dovednosti.

- poskytovat žactvu v problematice rizikového chování co nejvíce informací vzhledem k jejich věkovým a mentálním zvláštnostem
- výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování a rozvoji psychosociálních dovedností a zvládání zátěžových situací osobnosti
- za velmi důležitou oblast považujeme prohlubování komunikačních dovedností mezi učitelem, rodiči a žactvem, posilování sebevědomí, sebeúcty a vzájemné úcty, řešení konfliktů, překonávání překážek, smysluplné využívání volného času

Cíle krátkodobé

1. Osvojování základních vědomostí a pojmů v oblasti zdravého životního stylu (platí zejména pro školu speciální) a odmítání rizikového chování.

2. Rozvoj dovedností, které vedou u dětí a mládeže k odmítání rizikového chování a uvědomění si rizika RCH a to zejména zaměřené:

1. stupeň
- nebezpečí tabákových výrobků
- upevňování vztahů v dětském kolektivu
- předcházení agresivnímu chování

2. stupeň
- projevy agresivity a porušování zákona (právní odpovědnost, trestní normy)
- nebezpečí konzumace alkoholických a energetických nápojů a výrobků
- nebezpečí konzumace návykových látek

3. VÝCHODISKA

Pro vytýčení krátkodobých cílů jsme se rozhodli na základě zmapování výskytu rizikového chování z předchozího školního roku. Čím dál tím víc žáků a žákyň začíná kouřit a vapovat již na prvním stupni. Proto vidíme jako nutné zdůrazňovat rizika takového chování. Není naším cílem děti odnaučit kouření, ale co nejdříve upozornit na rizika spojená s užíváním tabákových výrobků. Chceme žactvo naučit se dovednosti odmítnout takový výrobek a tím naplnit hlavní cíl primární prevence.

V loňském roce jsme se i nadále potýkali s agresivním chováním a vulgaritou žactva. Řešili jsme několik fyzických napadení mezi žactvem i počínající šikanu.
Za velmi důležitou při řešení této problematiky považujeme úlohu třídního učitele, proto je velká část preventivního programu zaměřena na využití třídnických dní.

4. CÍLOVÉ SKUPINY PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ

- *Žactvo základní školy speciální*
  žactvo se středně těžkým a těžkým mentálním postižením, žactvo s kombinovanými vadami, žactvo s poruchami autistického spektra

  - *rozvoj a upevnění hygienických návyků, rozvoj dovedností vedoucích k odmítavým postojům vůči RCH*

- *Žactvo základní školy*
  žactvo se zdravotním znevýhodněním nebo zdravotním postižením
  - *osvojování si základních vědomostí z oblasti RCH, uvědomění si rizik spojených s RCH, rozvoj*

dovedností vedoucích k odmítavým postojům vůči RCH, oddálení RCH do co nejpozdějšího věku

- *Žactvo jednoleté praktické školy*
  žactvo s lehkým, středně těžkým, těžkým mentálním postižením, kombinovanými vadami

  - *rozvoj dovedností vedoucích k odmítavým postojům vůči RCH, informovanost v oblasti odpovědnosti za své jednání – někteří žáci a žákyně jsou již plnoletí*

- *Pedagogický sbor*
  - *pomoc při řešení výskytu RCH, vlastní účast na programech PP, možnost sebevzdělávání v oblasti PP (s ohledem na finanční prostředky školy), informovanost o metodických pokynech*
  - *každý třídní učitel úzce spolupracuje se ŠMP při výskytu RCH, získává od metodika metodické vedení a materiály*
  - *na pedagogických radách je seznámen s novinkami a problémy v oblasti PP*

- *Zákonní zástupci žáků a žákyň*
  - *možnost poskytnutí pomoci při výskytu RCH, zajištění dostupnosti informací, konzultační hodiny pro rodiče, nabídka externích spolupracujících organizací*
  - *seznámení rodičů s PPŠ v rámci třídních schůzek*
  - *nabídka propagačních a informativních materiálů*
  - *možnost nahlédnout do PPŠ na internetových stránkách školy*

V případě zájmu rodičů nebo v případě rostoucího výskytu RCH je možnost uspořádání besedy či přednášky na dané téma.

5. STÁVAJÍCÍ NABÍDKA PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ

5.1 Nabídka aktivit pořádaných školou

Speciální základní škola

Vzhledem k tomu, že na základní škole speciální je většina žactva vzdělávána podle individuálního vzdělávacího plánu, hraje zde nejdůležitější roli práce učitele ve výuce. U žactva této školy jde především o upevňování základních hygienických pravidel a zdravého životního stylu, to se děje ve výuce za podpory asistentů, vychovatelů a učitelů každodenně.

Základní škola

I. stupeň

Preventivní aktivity na prvním stupni naplňuje třídní učitel. S jednotlivými tématy se děti setkávají především v prvouce, přírodovědě, předmětu Člověk a svět práce, vlastivědě, tělesné výchově. Při výuce mentálně postižených žáků a žákyň převládají názorné metody práce. Preventivní aktivity jsou řazené do měsíců, kdy každý měsíc nese jiné téma (viz kalendář akcí). Preventivní aktivita má podobu tzv. Třídnického dne, kdy se žactvo neučí, ale za spolupráce třídního učitele si připraví vlastní program. Úkolem třídního učitele je zařadit dané téma měsíce do aktivit tohoto dne. V tom mu pomáhá školní metodik prevence – poskytuje mu konkrétní metodické materiály.

II. stupeň

Ve vyučovacích hodinách jsou zařazovány témata týkající se zdravého životního stylu, upozorňující na rizikové chování (hodiny ČaP, Ov, Př, Vl, Tv, Vv, VKZ…)
Podle školního vzdělávacího programu je zařazen do výuky předmět Výchova ke zdraví v šestém a sedmém ročníku, ve kterém je velká část učiva věnována problematice zdravého životního stylu a rizikovému chování (problematika závislostí, šikany, vandalismus, xenofobie, poruchy příjmu potravy,…).
Stejně jako u žactva I. stupně je velmi účinnou preventivní aktivitou tzv. Třídnický den (stejná náplň jako u I. stupně).

Žáci a žákyně mají možnost získání informací a konzultovat projevy RCH prostřednictvím:

- nástěnky PP (budova Severní Terasa, Neštěmice)
- žákovské knihovny
- schránky důvěry
- výchovného poradce, školního metodika prevence – konzultační hodiny

Žáci a žákyně mají možnost v oblasti naplnění volnočasových aktivit účasti na tzv. Aktivačních odpoledních. Jejich náplň mohou určovat všichni pedagogové školy.

5.2. *Práce preventivního týmu*

Preventivní tým tvoří ředitelka školy, výchovná poradkyně, výchovný poradce a školní metodici prevence. Tento tým často spolupracuje s třídním učitelem a kurátorkou OSPOD.

Preventivní tým se schází jednou do měsíce, řeší aktuální situaci na škole, předává si nové informace, domlouvá se na dalších postupech. Pokud se vyskytne rizikové chování, které je nutné řešit okamžitě, schází se preventivní tým v co možná nejbližším možném termínu. Neodkladné případy řeší metodik s ředitelkou školy ihned – šikana, požití alkoholu, …

5.3. *Cíle preventivního týmu*

- vytvořit pedagogický sbor, který bude vzájemně spolupracovat při řešení problémových jevů
- pedagogičtí pracovníci budou k prevenci RCH využívat různé příležitosti, formy a metody (besedy, přednášky, divadelní a filmová představení, návštěva knihovny – četba knih a časopisů s danou problematikou)
- usilovat o vzájemnou spolupráci mezi rodinou a školou (zapojovat rodiče do aktivit školy)
- zavádět metody, které pomohou co nejefektivněji snížit rizikové chování
- snižovat projevy agresivity a vulgárního vyjadřování dětí
- zlepšovat sociální klima ve třídách i školní družině
- předcházet záškoláctví podporou pozitivního a zdravého klimatu
- minimalizovat projevy šikany jejich okamžitým řešením a nápravou

5.4. *Co nás těší a čemu se budeme dále věnovat*

Zájem pedagogického sboru na řešení problémů a zlepšení situace na obou budovách školy (Severní Terasa, Neštěmice). Přirozená komunikace mezi členy sboru. Spolupráce sboru a vedení školy při řešení problémů. Vzdělávání pedagogů v oblasti primární prevence. Obětavost a zájem učitelů věnovat se dětem i mimo vyučování (Příměstské ŠVP, Den otevřených dveří, společné spaní ve škole, jednodenní výlety a exkurze). Velmi nás těší spolupráce s rodiči na akcích pořádaných naší školou. Věnujeme náležitou pozornost absenci žáků, případné neomluvené hodiny řešíme ihned s rodiči, čímž minimalizujeme záškoláctví. Většina našich žáků se nechová rizikově, rizikovému chování se snažíme předcházet.

5.5. *Práce školního metodika prevence*

Pokud je nutné řešit výskyt rizikového chování neodkladně, je školní metodik prevence okamžitě uvolněn z výuky a nahrazen jiným pedagogem.

KONZULTAČNÍ HODINY A KONTAKTY

SEVERNÍ TERASA
Dalibor Kouba
Tel: 702 140 707
Pondělí 12:10 – 13:00 hod.
Středa 07:45 – 08:45 hod.
12:10 – 13:00 hod.

NEŠTĚMICE
Mgr. Markéta Studničná
Tel: 775 475 309
Pondělí 08:00 – 08:45 hod.
11:20 – 12:00 hod.
Středa 11:20 – 12:00 hod.

V kompetenci školního metodika prevence je:

- seznámit pedagogy s novým PPŠ na školní rok 2025/2026
- pomoc při řešení záškoláctví
- řešení výskytu jakéhokoli RCH
- spolupráce s třídními učiteli v rámci třídnických dnů
- konzultační činnost pro žactvo
- konzultace poskytované rodičům
- spolupráce s ostatními organizacemi
- získávání finančních prostředků na PRCH – projektová činnost
- koordinace programů a projektů určených pro PRCH
- vedení dokumentace školního metodika prevence
- tvorba preventivního programu pro školy
- čtvrtletní písemné hodnocení své práce
- stanovení cílů pro další období
- koordinace schůzek preventivní skupiny

Pro školní rok 2026/2027 jsou pro každý měsíc vybrána tato témata, na která bude soustředěna pozornost (zejména v rámci třídnických dnů).

Plnění témat v tomto školním roce bude závislé na nařízení MŠMT, MZ ČR, KHS, vedení školy.

Září
- Seznámení a socializace – komunikace s dětmi a dospělými
- Stalking
- Posedlost vyhledáváním špatných zpráv z války
- Zdravý životní styl – kouření, e-cigarety, vaporizéry

Říjen
- Kyberprevence
- Digitální wellbeing
- Netolismus

Listopad
- Ochrana sama sebe „Umím říct ne!“ rizikové sexuální chování a zneužívání, syndrom týraného dítěte
- BODY IMAG – hygiena těla
- Bigorexie

Prosinec
- Zvyky, tradice a svátky
- Ochrana zdraví – kouření, nikotinové sáčky, žvýkací tabák, alkohol, drogy
- Vandalismus, pyrotechnika. Rizika spojená s užíváním energetických nápojů

Leden
- Ochrana před cizími lidmi – náboženská hnutí, násilí zprostředkované médii a internetem
- Šikana a kyberšikana
- Zdraví člověka – genderová dysforie

Únor
- Komunikace a respektování odlišných názorů
- Navazování partnerských vztahů
- Sebepoškozování. Týrání

Březen
- Měsíc knihy – vhodná literatura. Využití volného času v knihovně
- Vítání jara – zvyky, tradice a rituály
- Tradice Velikonoc

Duben
- Měsíc bezpečnosti
- Zdravý životní styl – pestrá a vyvážená strava (dětství a dospívání)
- Ortorexie. Poruchy příjmu potravy

Květen - Svátek práce – zodpovědnost
- Svátek matek – mateřství a rodičovství
- Měsíc lásky – přátelství, partnerství, sexualita

Červen - Předcházení úrazům: prevence – bezpečnost doma, venku a v dopravě
- Celková duševní pohoda „wellbeing“

Poznámky:

Stalking opětovné, systematické, dlouhodobé obtěžování.

Bigorexie patologická porucha vnímání vlastního těla, kdy nemocný usiluje o dosažení často nereálných hodnot ve své fyzické zdatnosti.

Ortorexie „Posedlost zdravou výživou“ – psychická porucha.
Jedinec se snaží stravovat pouze zdravě, odmítá cokoliv nezdravého a jeho smyslem života je výživa.

Kyberprevence bezpečné chování dětí v on-line prostoru (digitální propasti).

Wellbeing stav, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní potenciál a žít spolu s ostatními plnohodnotný a spokojený život. (Well = dobrý, being = bytí)

Genderová dysforie stav, kdy člověk pociťuje vnitřní rozpor mezi pohlavím, se kterým se narodil a pohlavím, se kterým se identifikuje.

Témata budou ve sborovnách škol – třídní učitel provede zápis do třídní knihy na konci měsíce.

5.6. *Externí spolupracující organizace*

Škola dlouhodobě spolupracuje s organizacemi na ověřených programech:

Policie ČR
- obvodní oddělení Masarykova 47, Ústí nad Labem
- obvodní oddělení Horní 194, Neštěmice

Interaktivní besedy v prostředí školy na předem domluveném tématu – agresivní chování, vandalismus, šikana, návykové látky, otázky dopadu RCH, věková hranice odpovědnosti, nařízení ochranné a ústavní výchovy (týká se 6. - 9. ročníků, popř. tříd, kde se objeví projevy RCH ve zvýšené míře).

Spolupráce konzultační v případech, kdy se rozhodujeme oznámit RCH a je potřeba vyhledat pomoc.

Městská Policie
- přednášky právního vědomí (dle domluvy)
- návštěva dopravního hřiště – žactvo 1. stupně
- Městská policie dětem
- Besedy na téma „Prevence – šikana ve třídě“ (dle domluvy)

Oddělení sociální prevence, oddělení sociálně právní ochrany dítěte
Spolupráce na předem dohodnutém tématu formou besed, které iniciuje škola při výskytu některého z projevů RCH.

Konzultační spolupráce – kurátoři a kurátorky odboru OSP pravidelně navštěvují školu a spolu s třídními učiteli a výchovným poradcem-metodikem prevence řeší individuální případy výskytu RCH, doporučují spolupráci s ostatními organizacemi. V rámci konzultačních hodin na škole pomáhají učitelům i žactvu

s aktuálními problémy. V rámci besed „Rodina a právo“ seznamují žactvo se základními právními úkony, důsledky RCH.

Spolupráce s OSPOD a sociálními pracovníky zejména v rámci pořádání výchovných komisí nebo v řešení krizových situací v rodině.

Středisko výchovné péče
Spolupráce v případech, kdy řešíme rodinnou situaci žáka nebo žákyně, problematické chování, zajišťování diagnostických pobytů.

Bateau
Poradna poskytuje kvalifikované služby náhradním rodinám a rodinám v krizi prostřednictvím registrované služby pod názvem „odborné sociální poradenství“.
Vaníčkova 11, 400 01 Ústí nad Labem, tel: 731172025

Reliéf-Poradenské a vzdělávací centrum
Poradenská a konzultační činnost konkrétních případů žáků a žákyň, možnost besed.

WHITE LIGHT –kontaktní centrum
Linka duševní tísně – tel: 476701444
Specializované pracoviště zaměřené na problematiku syndromu – týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte – mobil: 602188113
Linka bezpečí – problémy v rodinných vztazích – tel: 800 111 113

Kontaktní centrum pro drogově závislé-Drug Out Klub
Spolupráce formou besed pořádaných pro žactvo devátých ročníků (sídlo K-centra).
Možnost konzultací, informace poskytující rodičům.

Poradna pro mezilidské vztahy
Beseda doplňující téma nebezpečí konzumace alkoholu. Práce s třídním kolektivem.

Poradna pro ženy a dívky
Beseda pro žactvo – navazování vztahů mezi chlapci a dívkami, problémy dospívání, problémy s „dospěláky“.
Beseda pro dívky – problémy v partnerských vztazích, antikoncepce, nechtěné těhotenství, možnost pomoci.

Člověk v tísni o.s.
Spolupráce s pracovníky Člověka v tísni – výchovné komise, pomoc při práci s rodinou, doučování dětí - podpora vzdělávání dětí, pomoc nejchudším, brání lidská práva
Jeden svět - účast na projekci - žactvo 5. - 9. ročníků.
Práce s metodickými materiály v hodinách občanské výchovy a výchovy ke zdraví, v rámci třídnických dnů – témata vhodná k výuce – drogová problematika, domácí násilí, xenofobie, rasismus.

Česká koalice proti tabáku
Programy České koalice proti tabáku, z. s. se zaměřují na pomoc žákům, aby si utvářeli takové životní postoje, do kterých užívání návykových látek, speciálně pak tabákových výrobků; od 3. třídy a marihuany od 6. třídy, nepatří. Interaktivní semináře jsou koncipovány tak, aby žactvo získávalo informace, ale především uvažovalo
o problematice samostatně i ve skupině a mohli zaujmout stanovisko, zda je pro ně kouření výhodné či není, ať už po stránce zdravotní, sociální, ekonomické či sexuální, vždy přiměřeně kognitivní zralosti žáků.

Pedagogicko psychologická poradna
Spolupráce s okresní metodičkou PP formou pravidelných setkání – 3x do roka, možnost konzultací, předávání metodických materiálů, nabídka preventivních programů.

Speciálně pedagogické centrum
Spolupráce při práci se třídou, jednotlivci. Diagnostika třídy, krizová intervence.

Telefonická a on-line pomoc

Linka bezpečí pro děti, mládež a studující do 26 let zdarma 116 111 http://www.linkabezpeci.cz
Rodičovská linka pro všechny dospělé, co mají starost o dítě 606 021 021 http://www.rodicovskalinka.cz
Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí 116 006 http://www.116006.cz
Linka první psychické pomoci 116 123 http://linkapsychickepomoci.cz
DONA linka pro oběti domácího násilí 251 511 313 http://www.donalinka.cz
Linka pro rodinu a školu (krizové situace, útěky, únosy…) 116 000 http://www.linkaztracenedite.cz
ROSA SOS linka pro oběti domácího násilí 602246102, bezplatná linka: 800605080 http://rosa-os.cz
Anabell při poruchách příjmu potravy 774 467 293 http://www.anabell.cz
La Strada pro oběti obchodování s lidmi a vykořisťování 800 077 777 http://www.strada.cz
Modrá linka důvěry pro děti a mládež 608 902 410 http://www.modralinka.cz

5.7. *Informační zdroje*

K problematice rizikového chování využíváme odbornou a metodickou literaturu.
Dále:

- odbornou literaturu ze školní knihovny, DVD
- odborné časopisy (Prevence, Třídní učitel)
- nabídku Severočeské knihovny Ústí nad Labem – nastavena pravidelná spolupráce
- školní informační system www.skolaonline.cz
- místní regionální tisk
- náměty ze "schránky důvěry" (spojovací chodba)

6. FINANCOVÁNÍ A HODNOCENÍ PREVENTIVNÍCH AKTIVIT

Financování

Většina přednášek a besed je pro žactvo pořádána zdarma. Na některých aktivitách se žáci a žákyně finančně podílejí.

Financování besed a přednášek je problematické z důvodu finanční náročnosti některých programů – zejména pro žactvo, jejichž rodiče pobírají dávky hmotné nouze.

Průběžné hodnocení
Snahou metodika prevence je hodnotit čtvrtletně aktivity, které na škole probíhají. Na většinu aktivit reagují žáci a žákyně při zpětném hodnocení v rámci třídnických dnů – zprostředkovává třídní učitel přímo metodikovi prevence ústní formou.
Sami žáci a žákyně mají možnost napsat své názory do schránky důvěry umístěné ve spojovací chodbě, určené pro prevenci rizikového chování. Na konci školního roku zpětně hodnotí (slovně) jak žáci a žákyně, tak pedagogové všechny aktivity pořádané školou v rámci každé třídy.

Sám metodik prevence každé čtvrtletí podává písemné hodnocení řediteli školy, snaží se stanovit konkrétní cíle pro další období, poukazuje na problémy, které se v rámci rizikového chování objevují nejčastěji a jsou pro školu prioritou v řešení RCH.

Preventivní program pro školy je tedy vyhodnocován průběžně - je hodnocena kvalita a efektivita zvolených strategií primární prevence. Dané hodnocení je součástí výroční zprávy o činnosti školy.

7. POSTUPY A ŘEŠENÍ PŘI VÝSKYTU RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

Škola a její pracovníci se při výskytu jakékoli formy a projevu RCH řídí platnými aktuálními metodickými doporučeními.

Metodické dokumenty (doporučení a pokyny)

Obsahují metodická doporučení a metodické pokyny v oblasti primární prevence rizikového chování schválená vedením MŠMT:

- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j.: MSMT 21149/2016).
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (č.j.: MŠMT 21291/2010-28, příloha č.6).
- Vyhláška č. 48/2005 Sb., je prováděcím právním předpisem, který stanovuje mimo jiné druhy dalších kázeňských opatření a podmínky pro udělování a ukládání těchto dalších kázeňských opatření.
- Zákon č. 65/2017 Ochrana zdraví před škodlivými účinky návykových látek.
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Dokument MŠMT č.j.: 21291/2010-28), příloha č. 7 - kyberšikana

Při porušení povinnosti stanovených školním řádem lze podle závažnosti tohoto porušení žákovi uložit:

1- 10 hodin	napomenutí třídního učitele
11 – 20 hodin	důtka třídního učitele
21 – 25 hodin	důtka ředitele školy
26 – 35 hodin	2. stupeň
36 hodin a více	3. stupeň

Metodické pokyny jsou k nalezení na internetových stránkách PPP v Ústí nad Labem, na stránkách MŠMT, popř. k nahlédnutí u metodika prevence a ředitelky školy.

8. KONTAKTY A ADRESY

- Krajská školská koordinátorka prevence, Mgr. Dita Henzlová
- Okresní metodik preventivních aktivit, Mgr. Gabriela Kottová
- Linka důvěry v UL, tel: 475600789
- Krizová linka pomoci Spirála, telefon: 475603390
- Linka pro ženy a dívky – 603210999
- Magistrát města Ústí nad Labem, Odbor sociálních věcí, Tel. 475241111, www.usti-nad-labem.cz
- Centrum krizové intervence o.s. Spirála a Dona centrum, krizové lůžko, Tel. 472743835 – www.volny.cz/spirala.cki, e-mail: spirala.cki@volny.cz
- Poradna pro ženy a dívky, o.s., Tel. 475216500,e-mail: poradnazdul@seznam.cz
- Poradna pro mezilidské vztahy, o.s., Tel. 475216504, www.poradna-ul.cz, e-mail: Poradna.ul@centrum.cz
- Probační a mediační služba ČR, Velká Hradební 484/2, 475 232 614
- Středisko výchovné péče, Mírové náměstí Tel. 475211341
- Pedagogicko-psychologická poradna v Ústí nad Labem , Tel: 475532803 www.pppuk.cz, e-mail: usti@pppuk.cz
- SK BARKAS, o.s. – Druhý Domov, Tel. 475209994, www.barkas.cz/druhy_domov/index.php, e-mail: dobrovolnictví@barkas.cz
- YMCA – klub Orion, Tel. 773125720, orion@usti.ymca.cz
- Klub RELAKS, klubrelaks@seznam.cz
- Nízkoprahový klub Nový svět, Tel. 47500639, e-mail: kamila.zincekova@clovekvtisni.cz

- Dobrovolnické centrum, o.s.Tel. 475216684, www.dcul.cz, e-mail: dcul@seznam.cz
- DDM UL, Tel. 475200510, www.ddmul.cz
- Centrum Archa a Centrum Světluška www.charitausti.cz
- Kontaktní centrum pro drogově závislé- Drug Out Klub Tel. 475210626, www.drugout.cz, e-mail: drugout@mbox.vol.cz
- Masarykova nemocnice – Psychiatrické oddělení, Tel. 477111111
- Sociálně právní agentura White Light I. – následná péče o ex uživatele drog Tel. 475531178
- Reliéf – poradenské a vzdělávací centrum relief@w1.cz tel. 602378 309

Dokumenty, ze kterých PPŠ vychází:

- Metodického doporučení MŠMT ČR, č. j.: 21291/2010-28 k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních.
- Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních č. j. MŠMT – 21149/2016.
- Vyhláška MŠMT č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školských zařízeních
- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období
  - 2019 – 2027

Ostatní dokumenty najdete na stránkách PPP UK: www.pppuk.cz.

Vysvětlivky: PPŠ – preventivní program pro školy
RCH – rizikové chování
OPL – omamně psychotropní látky
VP – výchovný poradce
ŠMP – školní metodik prevence

Internetové odkazy:

- www.drogy-info.cz
- www.prevence-info.cz
- www.dokurte.cz
- www.pobavme-se-o-alkoholu.cz
- www.anabell.cz
- www.saferinternet.cz
- www.bezpecne-online.cz
- www.linkabezpeci.cz
- www.varianty.cz
- www.czechkid.cz
- www.minimalizacesikany.cz
- http://www.ckpt.cz/
- http://www.bezcigaret.cz/soubory/preventivni_programy.pdf
- www.pppuk.cz
- www.jezkovyvoci.info
- www.msmt.cz
- www.zachranny-kruh.cz
- www.seznamsebespecne.cz
- www.lidskaprava.cz
- www.sikana.org
- www.amnesty.cz
- www.e-nebezpeci.cz
- www.ncbi.cz
- www.e-bezpeci.cz

Zpracovaly: Mgr. Markéta Studničná, Dalibor Kouba
školní metodici primární prevence rizikového chování

Termín zpracování: září 2026

9. PŘÍLOHY

9.1. *Krizový plán při řešení šikany*

KRIZOVÝ PLÁN PŘI ŘEŠENÍ ŠIKANY

Vymezení pojmu šikana

Šikanování je jakékoli chování, jehož záměrem je ublížit jedinci, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a obvykle opakované užití násilí jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí druhé osobě, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako nápadné přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou žáků. Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka
v celoživotních následcích na duševním a tělesném zdraví.

Podle nového aktualizovaného metodického pokynu se k vymezení pojmu šikana připojuje pojem kyberšikana – děje se pomocí IT technologií.

Scénář č. 1:
Zahrnuje situace, které škola zvládne řešit vlastními silami. Do této skupiny patří postupy pro počáteční stadia šikanování a rámcový třídní program pro řešení zárodečného stadia šikanování.
Důležitá opatření

Okamžitá ochrana obětí
Umístění žáka mimo třídu pod dohledem asistenta pedagoga.
Kontaktování rodičů, aby dítě vyzvedli a domluvili se na dalším postupu

Stanovení strategie
Situaci řeší tým

Ředitelka školy:	Mgr. Martina Brhelová
Vedoucí výchovný poradce:	Mgr. Radka Tiptová
Výchovný poradce:	Mgr. Bc. Martin Černocký
Školní metodik prevence:	Mgr. Markéta Studničná
	Dalibor Kouba
Řešení sociálně patologických jevů včetně krizových situací ve spolupráci se Speciálně pedagogickým centrem	Mgr. Kristína Lánová

Rozhovor se žáky v pořadí: oběť, svědci, agresoři
Výpovědi jsou zaznamenány dostatečně přesně. Dle situace je možno oddělit agresory od kolektivu, aby nemohli ovlivnit svědky. Je třeba zjistit:

1. Kdo je oběť?
2. Kdo je agresor?
3. Kdy a kde k šikaně dochází?
4. Jakou formou?
5. Jak dlouho a jak často trvá?
6. Proč oběti ubližovali?
7. Jaký trest (opatření) navrhují?
8. Proč?
9. Jak lze násilí v budoucnu zabránit?
10. Jak zajistit pomoc oběti?

Přímá konfrontace oběti s agresorem je nepřípustná!

Oznámení
Podle závažnosti a fáze šikany ředitelka informuje OSP, OSPOD a případně Policii ČR či dalším orgánům.

Informace učitelskému sboru a jeho účast
Ředitel svolá mimořádnou schůzi, seznámí učitele s okolnostmi vzniku a vyšetřování případu. Za preventivní tým přednese návrh na výchovná opatření a na způsob práce s klimatem třídy. O výchovném opatření nechá hlasovat a vyhotovit zápis s domluveným postupem (např. monitoring chování, zvýšený dozor, formy postihu pří dalším porušení kázně, programy na zlepšování sociálních vztahů ve skupině, apod.)

Individuální schůzky s rodiči aktérů případu (agresorů a oběti)
S rodiči agresora a obětí se zásadně jedná odděleně. Zvou se oba zákonní zástupci. Jednání je přítomen celý tým. O jednání se pořídí zápis. V zápise bude uvedeno, jaké opatření se provedou – včetně výchovných opatření s rodiči je třeba se dohodnout o vzájemné informovanosti.

Třídnická hodina pro žáky
Žáci a žákyně jsou informováni o rizicích agresivního chování a o výchovných opatřeních školy. TU ostatních tříd téma využijí k diskusi, informují o možnostech pomoci pro oběti a svědky šikany.

Mimořádná třídní schůzka (po přijetí výchovných opatření)
Rodiče jsou informováni o situaci, průběhu vyšetřování a opatřeních pro zamezení dalších potíží. Učitel má vždy na mysli ochranu oběti (nesděluje informace, které by ji mohly dále poškodit), přítomné seznámí s příznaky šikany a kontakty na odborné instituce. Schůzce muže být přítomen odborník. Rodiče jsou ubezpečeni o kompetencích školy případ dále řešit a jsou vyzváni ke zvýšené pozornosti a ke spolupráci. Schůzky mohou proběhnout ve třídě, kde šikana vznikla, nebo také ve třídách, kde mohou nastat podobné potíže.

Scénář č. 2:
Zahrnuje situace, kdy škola potřebuje pomoc z venku a je nezbytná její součinnost se specializovanými institucemi a policií. Sem patří řešení případů pokročilé šikany a nestandardní šikany, např. výbuch skupinového násilí proti oběti.

Opatření
- Překonání šoku pedagogického pracovníka a bezprostřední záchrana oběti
- Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a vyšetřování (třídní učitel, výchovný poradce, ředitel školy, metodik prevence).
- Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi (za pomoci asistentů pedagoga).
- Pokračující pomoc a podpora oběti (zprostředkování pomoci psychologa).
- Nahlášení policii.
- Vlastní vyšetřování.

V rámci první pomoci je nutné při pokročilých, brutálních a kriminálních šikanách spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s pedagogicko- psychologickou poradnou (PPP), střediskem výchovné péče (SVP), orgánem sociálně právní ochrany (OSPOD), Policií České republiky.

Výchovná opatření
- Nadále je nutné pracovat s agresorem. V případě potřeby mu zprostředkovat péči PPP, SVP nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů.
- Pro potrestání agresorů lze užít i následující běžná výchovná opatření, která jsou součástí Školního řádu.
- Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina).

V mimořádných případech se užijí další opatření:
Ředitel školy doporučí dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučí realizovat diagnostický pobyt žáka v místně příslušném diagnostickém ústavu.
Ředitel školy podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou.

9.2. *Záškoláctví*

Metodické doporučení k primární prevenci RCH u dětí a mládeže č.j. MŠMT 21291/2010-28 příloha č. 11

NEOMLUVENÁ ABSENCE DO SOUČTU 10 VYUČOVACÍCH HODIN

Postup:

- neomluvenou nepřítomnost do součtu 10 vyučovacích hodin – řeší se zákonným zástupcem žáka či žákyně TŘÍDNÍ UČITEL formou pohovoru, na který je zákonný zástupce pozván dopisem nebo telefonicky
- vyzvání ke školní návštěvě – tiskopis „výzva k návštěvě školy" je umístěn na školním webu
- nad 10 hodin je svolána výchovná komise
- vyzvání na výchovnou komisi – tiskopis je také umístěn na školním webu nebo u výchovné poradkyně

Účast na výchovné komisi: zákonní zástupci
třídní učitel
výchovná poradkyně
metodik prevence popř. zástupce orgánu právní ochrany dítěte
může se zúčastnit ředitelka školy

Zápis na formulář (umístěn na školním webu) vyplní výchovná poradkyně předem. Po ukončení výchovné komise – okopírovat 1x VP a ŠMP, 1x osobní spis žáka, 1x zákonný zástupce žáka.

NEOMLUVENÁ ABSENCE NAD 25 VYUČOVACÍCH HODIN

Zaslání tiskopisu „Návrh na projednání záškoláctví" na Magistrát města Ústí nad Labem:

- Oddělení sociální prevence
- Oddělení sociálně právní ochrany dětí
- Oddělení přestupků

SPOLEČNĚ PRO VŠECHNY NEOMLUVENÉ HODINY PLATÍ ŽE:

- ZA NEOMLUVENOU ABSENCI SE POVAŽUJÍ VŠECHNY HODINY, KTERÉ ZÁKONNÝ ZÁSTUPCE NEOMLUVÍ NEJPOZDĚJI TŘETÍ DEN NEPŘÍTOMNOSTI VE ŠKOLE.

- TAKÉ VŠECHNY HODINY V PŘÍPADĚ, ŽE NENÍ DOLOŽENA OMLUVENKA DO 2 DNŮ PO UKONČENÍ NEPŘÍTOMNOSTI ŽÁKA NA VYUČOVÁNÍ

POSTIHY ZA NEOMLUVENOU ABSENCI

01 – 10 hodin	napomenutí třídního učitele
11 – 20 hodin	důtka třídního učitele
21 – 25 hodin	důtka ředitelky školy
26 – 35 hodin	2. stupeň z chování
36 a více hodin	3. stupeň z chování

9.3. *Strategie školní neúspěšnosti*

Strategie předcházení školní neúspěšnosti vychází z Vyhlášky č. 27/2016Sb a jejím cílem je vyhledávání potencionálně neúspěšných žáků a vytváření podmínek ke zlepšení jejich školní úspěšnosti. Velmi důležitou roli hraje také postoj dítěte i rodičů ke škole a školní práci.

Co školní úspěšnost ovlivňuje:

Osobnost dítěte

- jeho míra motivace
- emoční stabilita
- odolnost vůči zátěži
- volní vlastnosti
- zdravotní komplikace
- specifické poruchy učení
- poruchy chování

Negativní vlivy prostředí

- problémy ve vztazích především v rodině
- problémy ve vztazích mezi vrstevníky
- ohrožení negativními sociálními vlivy

Jak řešíme školní neúspěšnost?

Řešení volíme podle závažnosti:

- spolupráce učitelů
- spolupráce učitelů se školním poradenským pracovištěm
- sestavení plánu pedagogické podpory za pomoci výchovného poradce a speciálního pedagoga na základě screeningového šetření
- spolupráce s SPC, PPP, SVP
- pravidelné vyhodnocení na poradě – vyjádření všech zúčastněných pedagogů

Postup při řešení školní neúspěšnosti:

- spolupráce všech vyučujících
- vyhodnocení PLPP
- pozitivní motivace žáka k učení
- spolupráce s rodinou
- vytvoření podmínek pro domácí přípravu – zajištění přístupu k internetu, zapůjčená technika
- individuální konzultace se žáky

V případě stálého ohrožení školní neúspěšnosti je vyvoláno jednání s rodiči, žákem, třídním učitelem a speciálním pedagogem, kde se domluví možnosti nápravy a nastaví pravidla pro všechny zúčastněné. Z tohoto jednání je sepsán zápis.

9.4. *Plán při řešení kyberšikany*

Zdroj: https://www.policie.cz/clanek/prevence-kybersikana.aspx

PREVENCE - Kyberšikana

Rozdíl mezi šikanou a kyberšikanou vychází už ze samotného názvu. Je zřejmé, že se jedná o specifický druh šikany. Na rozdíl od klasické šikany (tváří v tvář), má agresor kyberšikany jiné nástroje na ubližování. Specifika virtuální reality mění charakter procesu šikanování a to i v rolích agresora a oběti.

Kyberšikana se odehrává ve virtuálním světě. Zde nedochází k přímému fyzickému napadání, jedná se však o psychický teror, zesměšňování, útlak apod.

Šikanování se děje prostřednictvím moderních komunikačních technologií – přes telefon, internet, instant messaging (ICQ, AIM sítě) apod.

Kyberšikana se dnes týká převážně dětí a mladistvých, kteří s technologiemi umí zacházet, mají tendenci upevňovat své postavení, uspokojují svoji potřebu – upoutat pozornost.

Z široké palety internetových nebezpečí a nebezpečí spojených s užívání mobilních telefonů jsou nejrozšířenější kyberšikana, kyberrooming, kyberstalking a stalking.

Místo a čas útoku	je na útočníkovi, který si Vás může najít kdykoli a kdekoli. Většinou je anonymní, skrytý, může užívat přezdívky, neznáte jeho věk, pohlaví, sociální postavení, útočníkem tedy může být kdokoli
Útočník	nemusí být sám, hovoříme také o sekundárních útočnících, což mohou být diváci a šiřitelé
Šiřitelé	znásobí dopad útoku na oběť a mohou tím oběti více uškodit, než samotný útočník, Ani u obětí nezáleží na věku, pohlaví, fyzické síle, sociálním postavení apod. Z výzkumů však vyplývá, že se oběti tradiční šikany stávají obětí i kyberšikany, že tráví více času na internetu, bývají však málo obeznámeny s riziky spojenými se zneužitím ICT, proto se chovají méně opatrně.
Oběť	se může cítit bezmocná a neschopná, protože se nemůže bránit proti útokům anonymního agresora, má obavy před reakcemi okolí, stydí se apod. Oběti kyberšikany mnohdy zůstávají na řešení problému samy, to může vést k tomu, že situaci nezvládnou. Během kyberútoku nemusí dojít k osobnímu kontaktu s obětí, oběť může být i náhodná. Nebezpečí je také v nedostatečné zpětné vazbě z reakce oběti na útok. Ponižující informace jsou dostupné komukoli, odkudkoli a kdykoliv. Ve virtuálním prostředí zůstávají uložené diskriminující materiály, které mohou kyberšikanu opakovaně rozvířovat.

Formy kyberšikany

Publikací záznamu	videa, zvuku, online komunikace (jedná se o zveřejnění a záznam vizuálního či textového obsahu (nahrávka kamerou či telefonem), který zesměšňuje oběť, narušuje soukromí oběti nebo obsahuje akt páchané šikany či násilí na oběti
Falšování identity	sem spadají falešné blogy, profily na sociálních serverech, či prezentacích menších sociálních skupin (školní web, online komunity), různé ztrapňování
Ukradení identity	útočník zjistí nebo prolomí heslo oběti, pronikne do jejího virtuálního profilu a prostřednictvím ukradené identity oběť poškodí – zcizení elektronického účtu apod.)

Ponižování a pomlouvání
Provokování a napadání uživatelů v online komunikaci např. v rámci veřejných chatů a diskuzí
Zveřejňování cizích tajemství s cílem poškodit oběť
Vyloučení z virtuální komunity např. ze skupiny přátel
Obtěžování

Jak se chránit před kyberšikanou?

- Nebuďte přehnaně důvěřiví, nikdy nevíte, kdo je na druhé straně
- Nesdělujte citlivé informace (osobní údaje, osobní fotografie, hesla k účtům, apod.)
- Respektujte ostatní uživatele
- Seznamte se s pravidly služeb internetu a GSM sítí

Jak se bránit útokům?

- Oznamte útoky dospělým, známým
- Zablokujte útočníkovi možnost přístupu k vám, změňte svou virtuální identitu
- Ukončete s útočníkem komunikaci, nechtějte se pomstít
- Pokuste se útočníka odhalit, identifikovat
- Uschovejte si důkazy pro možné vyšetřování (zprávy, videozáznamy, odkazy na weby, blogy…)
- Pokud probíhá ve vašem okolí kyberšikana, nebuďte lhostejní, oběť podpořte, poraďte jí, nabídněte pomoc

Kam se obrátit o pomoc?

Pomoc online (Internet Helpline): https://www.stoponline.cz/cs/