



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Záznam ze setkání školních metodiků prevence v ORP MH

Datum a čas setkání: 30. 9. 2020, 16:00–18:00 hodin

Místo setkání: Volnočasové centrum Mnichovo Hradiště – schody před budovou

Přítomni: Gabriela Luková Sittová, Petr Mazánek, Iva Štrojsová, Markéta Tomášová, Hana Vrzáňová (viz prezenční listina)

Program:

- 0) Přivítání
 - 1) ŠMP, školní psycholožky a koronové období
 - 2) Další témata kolegů
 - 3) Závěr, termín příští schůzky
-

0. Přivítání, představení

V úvodní části jsme se věnovali proměně složení skupiny. Lucie Beranová ve funkci ŠMP skončila, ze ZŠ Studentská z důvodu nastávající mateřské dovolené odešla Hana Slánská, školní psycholožka. Na ZŠ Sokolovská je nová školní psycholožka, na setkání byla pozvána e-mailem.

1. ŠMP, ŠP a koronové období

Celé setkání bylo věnováno aktuální situaci vyplývající z pandemie Covid-19. Sdíleli jsme, jak se proměnila práce ŠMP a ŠkP.

Paní Vrzáňová uvedla, že se množí případy dětí, které nechodí do školy. Rodiče se prý bojí pustit dítě to školy, někdy jsou doma i tři týdny. Na GMH je sice absence větší, ale nijak dramaticky se nezvýšila. Nezdá se, že by žáci situaci zneužívali. Z diskuse vyplynulo, že jedinou cestou je stále zkoušet rodičům lidsky vysvětlit, že pokud je to možné, ať své děti do školy posílají. Děti též ztratily určité návyky a je to nyní znát. Roli hraje i nejistota, která i ve společnosti panuje.

Výraznou změnou vzhledem k situaci je to, že na jaře neproběhly běžné preventivní akce. V září byly některé nasmlouvané akce zrušeny kvůli karanténě některých lektorů. Na GMH je doporučeno nezvat lektory a nevyjíždět s žáky na žádné akce.

Paní Vrzáňová jako pozitivum uvedla to, že je v MH znovu dopravní hřiště.

Při reflexi jarního období z rozhovoru vyplynulo, že buď nebyl čas na práci ŠMP, nebo ŠMP nenapadla témata a způsoby práce, do kterých by se mohl pustit.

Gabriela Luková Sittová sdílela možnosti, s kterými byla s žáky, učiteli i rodiči v kontaktu.





EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Jednalo se o Teams, on-line konzultace, chaty. Kontaktů bylo více než obvykle. Obracely se s dotazy převážně děti a někteří rodiče (kontaktů s žáky je vždy nepoměrně více než kontaktů s rodiči). Žáci, především mladší, měli v březnu problémy s organizací učiva a cítily se zahlceny úkoly, což u mladších žáků vnímali i rodiče. Objevovala se nejistota u rodičů a dětí. V průběhu mimořádného stavu na jaře se však situace zlepšila, jak vyplývá i z výsledků ankety školní psycholožky GMH zadané na konci dubna 2020. Pro rodiny bylo někdy obtížné novou situaci zvládat, dle názoru G. Lukové Sittové bylo spojeno s nutným celodenním pobytem všech členů v bytě/domě, potřebou pracovat na úkolech do školy a zaměstnání a zároveň skloubit denní rytmus a odlišné představy o trávení volného času dětí/studentů i rodičů. Komunikace bylo někdy příliš a tím se mohly zvětšovat třecí plochy. V rámci komunikace s klienty, kam G. Luková Sittová zahrnuje i soukromou praxi, po prázdninách mírně přibývalo rozvodových a porozvodových situací.

Paní Vrzáňová sdílela svoji zkušenost s komunikací s dětmi prostřednictvím e-mailů – objevily se i zde obavy a strach z nástupu na SOU, jak děti zvládnou nové prostředí a výuku poté, co na jaře běžně ZŠ nefungovaly. Oproti jiným letům se na ni žáci obraceli i v průběhu prázdnin.

Potřeba povídat si o běžných věcech a nevěnovat se jen klasickému učivu se objevila i na GMH – po skončení on-line hodiny se žáci bavili se svými učiteli i o jiných věcech než daném učivu, pokračovaly neformálně laděné hovory.

Při diskusi jsme se věnovali i důležitosti adaptačního kurzu na začátku školního roku, třídnických hodin či celkové práci s emocemi nejen dětí, ale i učitelů a rodičů. Současná situace je náročná pro všechny. S blížící se maturitou se například u žáků objevují ve zvýšené míře obavy, jak vše při distanční formě zvládnou.

Při debatě o adaptačním kurzu primy a 1.A (GMH) vyplynulo, že se snaží kurz méně strukturovat, dávat žákům více času a méně pevně stanovených aktivit.

Ze strany rodičů i učitelů je patrné, že nedošlo k upevňování učiva tak, jak tomu bylo při klasické prezenční výuce. Z ankety uspořádané na GMH bylo možné vyčíst, že žáci si při distanční výuce jsou méně jistí, zda učivo pochopili. Někdy pomohla individuální konzultace s učitelem. On-line vzdělávání klade velký důraz na samostatnost a odpovědnost dětí. Rodiče nejsou didaktici, takže i když by mnohdy rádi svým dětem pomohli, ne se všim si vědí rady. Rodiče se též na školu v nemalé míře obraceli kvůli přetížení rodin. Situace se naštěstí ve většině případů zlepšila.

Jako podstatné téma zazněla i prevence školního selhání.

Pro učitele by bylo vhodné zavést pravidelnou supervizi. Například MAP II Mnichovohradištsko plánuje supervizní setkání pro zájemce na první polovinu listopadu. Dle covidové situace uvidíme, zda se akce uskuteční.

Jako potřebné se ukázalo i to, aby učitelé byli připraveni poskytnout krizovou intervenci. Iva





EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Štrojsová poprosila Gabrielu Lukovou Sittovou, zda by se přípravy takového semináře nezhostila sama, nebo nenašla někoho, kdo by jej pro MAP II MH zrealizoval.

Zabývali jsme se též tím, co jsme ve své práci od jara změnili, aby bylo možné podzimní období zvládnout co nejlépe, využít toho, co se na jaře osvědčilo, či toho, co nás napadlo v letním mezidobí.

Zajímavá byla i debata o zprostředkovávání učebních materiálů žákům – rozvážení a následně debaty s žáky, kteří evidentně toužili po kontaktu a rozhovorech.

Problematickým místem se ještě jeví to, že pokud má rodič například dvě děti a každé dítě pracuje s učitelem na jiné komunikační platformě či několika platformách, je pak pro rodiče náročné zvládat vše sledovat. Při budoucím uzavírání škol by tedy bylo dobré sladit celou školu do základního komunikačního kanálu, vytvořit určitou pravidelnost v zadávání úloh a ulehčit tak rodičům i dětem, což by celkově pomohlo odbourat část stresové zátěže, která není malá. Vytvořit jisté a bezpečné prostředí je to, co je v nejisté covidové době potřeba.

Podstatné je též ošetřit i samotné pedagogy – právě oni mohou svoji nejistotu (vyjádřenou rozmanitými způsoby) přenášet na samotné žáky či i jejich rodiče a situace se tím jen komplikuje.

Jisté je, že byl v jarním období dostatek nejrůznějších materiálů, které nabízeli návody na to, jak pečovat o duševní hygienu či zvládat distanční způsob výuky. Jen praxe nás pak učí, co z toho je pro každého z nás přínosné.

V závěru zaznělo i to, že bylo dobré se pro minimalizaci stresu zaměřit při práci učitele na to, co je opravdu podstatné – co chci svým žákům předat, vymyslet, jaká forma v on-line prostředí k tomu co nejlépe dopomůže. Zbavit se pocitu, že musím učit vše tak, jak jsem zvyklý, může být pro mnohé učitele osvobozující.

V duchu zvykání si na proměnu danou covidem se např. na GMH v průběhu září neznámkovalo. Iva Štrojsová poznamenala, že covid nám dává možnost k tomu zrevidovat způsob, jak k učení přistupujeme. Možná to bude nakonec dobrá zpráva a zkušenost pro všechny.

Tématem bylo i kariérové poradenství – žáci na GMH řeší situaci, kdy nemohou vykonávat stáže, brigády, dobrovolnické činnosti, které dělali dříve s ohledem na budoucí přípravu na přijímací zkoušky na VŠ.

Zapomínat bychom též neměli na to, že stres přináší řadě rodičů situace, kdy nejsou dostatečně počítačově gramotní. I zde by měla škola přemýšlet nad tím, jak jim s tímto pomoci – např. možné konzultace s IVT učitelem či webinář na to, jak pracovat s on-line prostředím, pro které se škola v distanční výuce rozhodla.

Na to navazuje fakt, že pro podzimní období bude vhodné sladit on-line rozvrhy dětí i komunikaci učitelů s žáky, způsob zadávání úkolů – aby zbytečně nedocházelo k zahlcení





EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



všech zúčastněných. Iva Štrojsová navrhl, že cestou by mohl být on-line sdílený přehled práce, kterou učitelé pro jednotlivé třídy zadávají. Kolegové by tak viděli, jaké úkoly již žáci v dané třídě od jiných učitelů dostali.

Iva Štrojsová připravila i přehled alespoň některých aktivit, které realizovali školní psychologové, ŠMP či odborné organizace v jarním období a mohou nyní sloužit pro inspiraci:

- Preventivní série #BÝTSPOLUJINAK, prevence přenesena do rodin, YouTube kanál (SEMIRAMIS),
<https://www.youtube.com/channel/UCMqoVA1uJBYJU2ARACPbaSQ>
- Nabídka podpůrných workshopů pro školy (psychohygiena, prevence vyhoření apod.), (SEMIRAMIS) <http://www.os-semiramis.cz/os-site/centra/opatreni-sluzeb-semiramis-v-dobe-pandemie-covid-19/>
- Nabídka supervizního ošetření pedagogů, podpůrné kasuistické semináře (SEMIRAMIS), <http://www.os-semiramis.cz/os-site/centra/opatreni-sluzeb-semiramis-v-dobe-pandemie-covid-19/>
- Vytvoření tzv. RESTART preventivního bloku – přesun neodpracovaných preventivních bloků z tohoto školního roku na začátek dalšího (září, říjen) a jejich využití pro obnovu pozitivního třídního klimatu (SEMIRAMIS)
- Vytvoření Metodické podpory pro učitele k návratu dětí do škol (SEMIRAMIS), <http://www.os-semiramis.cz/os-site/centra/opatreni-sluzeb-semiramis-v-dobe-pandemie-covid-19/>
- Nabídka poradenské či krizové intervence pro pedagogy, děti i rodiče – v rámci standardních komunikačních kanálů našich center (email, telefony, FB, Skype apod.), (SEMIRAMIS)
- Inovace současných odborných materiálů a přístupů, vznik nových aktuálních preventivních bloků, reflektujících tyto nové extrémní zkušenosti (zaměření na vznik nových forem preventivních přístupů, na online komunikaci apod.), (SEMIRAMIS)
- Podpora a pomoc při vyrovnávání se se ztrátou, <http://www.poradna-vigvam.cz/>
- Linka podpory pro pedagogy (Světlo Kadaň), <https://www.svetlokadanzs.cz/linka-podpory-pro-pedagogy/>
- Informační a nouzová linka P-centra především pro pedagogy (P-centrum)
- „Otevřená sborovna“ – on-line intervizní skupina pro pedagogy (CPPT), <https://www.kotva.cppt.cz/nastenka/79-otevrena-sborovna>





EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



- Informační kampaň o závislostech „Zůstaň nad vlivem“, <https://zustannadvlivem.cz/>
- Informační leták pro děti a mladistvé „Koronavirus“ (Prev-Centrum), <https://www.prevcentrum.cz/informacni-materialy-o-koronaviru-pro-rodice-a-deti/>
- Individuální poradenství pro děti, dospívající, rodiče a pedagogy (Společnost Podané ruce a Pedagogicko-psychologická poradna Brno Sládkova),
- Služba vzdálené podpory Programů primární prevence (Prev-Centrum), <https://www.prevcentrum.cz/nova-sluzba-vzdalene-podpory-programu-primarni-prevence-prev-centrum-z-u/>
- Tipy na volnočasové a vzdělávací aktivity (Prev-Centrum, Sekce Dětské a dorostové adiktologie SNN ČLS JEP) - <https://www.prevcentrum.cz/tipy-na-volnocasove-i-vzdelavaci-aktivity/>
- https://www.zsi-kladno.cz/file.php?nid=16303&oid=7490658&fbclid=IwAR2V41cCz9a1QEAw3lOHYC2mJQAK2Cazbo_b4XQCcYyEbYer_9IX3qJ31n8
- https://www.zsi-kladno.cz/file.php?nid=16303&oid=7490659&fbclid=IwAR3ZdiIe-JF7RxtuARJjOCiQK6Vu9GKN_KpK7b28y6aSbFOWl5vJHfA_vg
- <https://www.zsi-kladno.cz/file.php?nid=16303&oid=7490660&fbclid=IwAR39toewgoMYworjGfzLkm4Ot2YiGxsU6-SBOPtUvR466umFbAFdB5ZM3YE>
- YouTube kanál Centra primární prevence (Magdaléna), <https://www.youtube.com/c.../UCXKVNJquU8zIRidaqXAT2Bw/featured>
- Online seriál „Prevence z obýváku“ (Prev-Centrum) - videoprezentace s interaktivním preventivním obsahem, zveřejňováno prostřednictvím Facebooku, <https://www.facebook.com/Prev-Centrum-z%C3%BA-235595916475660/>
- Podpora při vzdělávání on-line: Všeobecný přehled o eLearningu, Karanténní desatero pro pedagogy, On-line videa a manuály týkající se prevence rizikového chování (P-centrum), <http://www.p-centrum.cz/elearning/>





NEZLOBÍ...

MAJÍ STRACH A OBAVY

Je důležité vědět, že úzkost se projevuje u každého dítěte a každé věkové skupiny jinak. Rodiče, kteří jsou již tak sami zneklidnění a cítí se pod stresem, si toto chování mylně vysvětlují jako "zlobení."

Reakce dítěte

Předškoláci

- Strach být sám, noční můry, zadržávání v řeči
- Omezená kontrola močového měchýře a svěrače
- Změny v chutích k jídlu
- Zvýšené záchvaty stresu, fňukání nebo "věšení se"
- Problémy s pozorností

Reakce rodičů

- Trpělivost a tolerance
- Uklidnění a ujištění (verbální i fyzické)
- Vyjádření pocitů skrze hru a vyprávění příběhů
- Svolení ke krátkodobým změnám v režimu "kde kdo bude spát"
- Dodržování obvyklých rodinných rituálů
- Zklidňující aktivity před večerním ukládáním do postele
- Zabránění sledování médií

Školáci (6-12 let)

- Podrážděnost, fňukání, agresivita
- Věšení se na dospělého, noční můry, změny spánku či chuti k jídlu
- Fyzické symptomy (bolesti hlavy či břicha)
- Soutěživost o pozornost rodičů
- Vyhýbání se kamarádům
- Ztráta zájmu
- Zapomínání nových informací

- Trpělivost, tolerance a ujišťování
- Pravidelná fyzická aktivita
- Vyjádření emocí skrze hru a konverzaci
- Zapojení do vzdělávacích aktivit (pracovní sešity, edukační hry)
- Účast na společných rodinných aktivitách
- Omezení přílišného sledování médií
- Stanovení vlídných, ale pevných hranic

Adolescenti (13-17 let)

- Fyzické stesky (bolesti hlavy a břicha, vyrážka, aj.)
- Poruchy spánku a příjmu potravy
- Nervozita a neklid nebo naopak snížení energie, apatie
- Vyhýbání se vrstevníkům
- Starosti týkající se témat nespravedlnosti, stigmat
- Podrážděnost, reaktivita

- Trpělivost a tolerance
- Dodržování zaběhaných denních rituálů (včetně povinností)
- Udržování kontaktu s kamarády skrze telefon, internet
- Omezení přílišného sledování médií: diskuse "co slyšeli a četli?"
- Iniciování diskuzí: co prožívají, o čem přemýšlí, co je zaráží a co jim vadí
- Zapojení do ONLINE komunitních aktivit dobrovolnictví

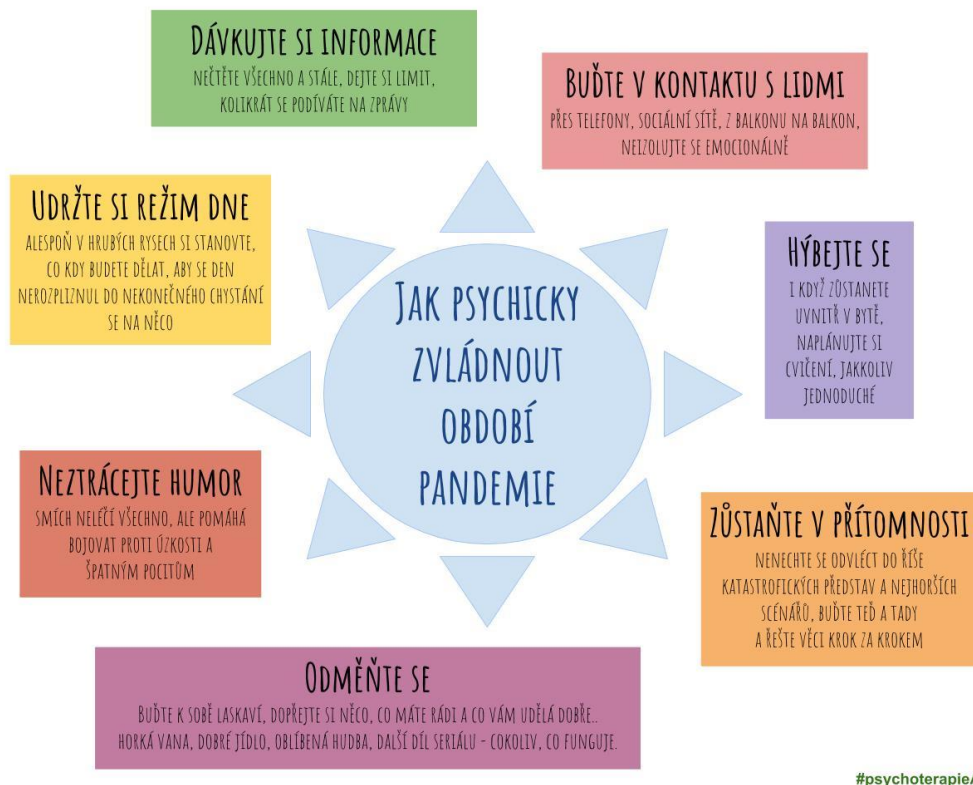
www.centrumlocika.cz/koronavirus





EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Jak psychicky zvládnout období pandemie

V závěru Iva Štrojsová připomněla poslední z triády kulatých stolů – nyní by se věnoval přechodům dětí ze ZŠ na SOU, SOŠ, G, konzervatoře. Naplánován je na podzim, podle situace se ale termín možná přesune na jaro 2021.

2) Další témata kolegů

Byla probírána v rámci nastolené diskuse – viz výše.

3) Závěr, termín příští schůzky

středa 10. 3. 2021, 16:00–18:00 h, Volnočasové centrum MH,
středa 22. září 2021

Záznam připravila: Mgr. Iva Štrojsová

Projekt MAP II Mnichovohradištsko je podpořen z OP VVV
(CZ.02.3.68/0.0/0.0/17_047/0009138)

www.map-mh.cz

