



# Prevence užívání návykových látek mezi studenty

*Průvodce úspěšnou implementací osnov  
programů vycházejících z komplexního vlivu  
sociálního prostředí*



# **Prevence užívání návykových látek mezi studenty: Průvodce úspěšnou implementací osnov programů vycházejících z komplexního vlivu sociálního prostředí**

**Autoři:**

**Karl Bohrn**

**Leila Fabiani**

**Ewa Florek**

**Roman Gabrhelík**

**Rosaria Galanti**

**Maria Kyriakidou**

**Sara Sanchez**

**Gabriela Terzopoulou**

**Serena Vadrucci**

**Maro Vassara**

**Federica Vigna Taglianti**

**Leden 2008**

Tato publikace je volně ke stažení na internetové adrese [www.eudap.net](http://www.eudap.net) (anglická i česká verze) a [www.adiktologie.cz](http://www.adiktologie.cz) (česká verze).

## Poděkování

Tento průvodce by nevznikl bez finanční podpory Evropské komise. Děkujeme také všem, kteří nám poskytli cenné připomínky:

### Učitelé

Ingrid Talu

Stefan Heinisch

Elisabeth Walleczek

Antonella Arrigoni

Claudio Barbieri

Maria Vittoria Bossolasco

Anna Campanini

Elisa Costanzo

Paola Giaccone

Giulia Laffusa

Riccardo Marola

Giovanna Odello

Giovanni Tondo

Dimitris Harbis

Agueda Laradogoitia

### Ředitelé škol

Maria Grazia Andreetta

Antonio Prestipino

Nicola Sacco

Giovanni Antonio Tacca

Stavroula Kalantidou

Elena Urigoitia

Jose María Sobrino

### Regionální orgány

Thodoros Gigelopoulos

### Státní orgány

Margaretha Haglund

Tadeusz Parchimowicz

### Mezinárodní recenzenti

Sergei Bazarya

Giovanna Campello

Gregor Burkhart



EU-Dap je projekt financovaný Evropskou Komisí (Programme of Community Action in the field of Public Health 2003-2008 grant č. SPC 2005312). V publikaci jsou vyjádřeny názory autorů a Evropská Komise nepřebírá odpovědnost plynoucí z užití publikovaných informací.

## Úvodní slovo

Jsem rád, že vám jako pracovník Evropského monitorovacího centra pro drogy a závislosti mohu představit jeden z mála průvodců, který může pomoci zavádět do každodenního školního života principy prevence založené na důkazech. Naším cílem je, aby strategie v oblasti drog a veřejného zdraví vycházely z objektivních informací. K tomu je potřeba, aby jednotlivé typy prevence byly co nejlépe zdokumentovány, popsány a vyhodnoceny.

Je-li prevence prováděna samostatně, byť s nejlepšími úmysly, může být škodlivá tím, že a zvýší zvědavost mladých lidí a podníká jejich zájem o psychoaktivní látky. Aby byla prevence bezpečná a efektivní, je nutno udělat více než jen použít jednotlivé efektivní komponenty – je třeba propojit je do jednotného celku a správně seřadit tak, aby se doplňovaly. Nestací tedy jen náhodně vybrat několik témat podle toho, jak se nám to hodí nebo jakou zrovna máme náladu. Podrobné komplexní návody pro implementaci programu, včetně manuálů, materiálů a podrobných informací o jednotlivých vyučovacích hodinách, bývají často považovány za něco, co je v reálném (školním) životě těžko realizovatelné.

Skutečně se nejedná o lehký úkol, je potřeba plánovat, mít globální strategii a hodně komunikovat.

Proto mám radost, neboť podle pilotní studie EU-Dapu, prevence, která je prováděna dle strukturovaného protokolu, může být v zásadě realizována kdekoli v Evropě. Tento průvodce vychází ze společných zkušeností profesionálů z devíti členských států EU a dokazuje, že i v zemích tak odlišných jako jsou Řecko a Švédsko nebo Polsko a Španělsko lze implementovat vědecky podloženou prevenci bez ohledu na kulturní a místní specifika.

A to je pro nás všechny povzbuzující zjištění.

Gregor Burkhardt,

Manažer pro vědu, EMCDDA

Protidrogová prevence, EMCDDA

## Předmluva

Vážené kolegyně a kolegové,

do rukou se Vám prostřednictvím tohoto manuálu dostává výsledek společné práce mnoha zemí EU, který je nyní po pilotní ověřovací fázi připraven k praktickému využití.

Jsem velmi rád, že Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy mohlo pro Českou republiku převzít nad projektem záštitu a finančně jej podpořit v rámci společného grantu financovaného Evropskou komisí. Jedná se o ojedinělý projekt, jehož realizace je důkazem, že školy a školská zařízení mohou zvládat i poměrně náročný program na úrovni všeobecné primární prevence rizikového chování dětí a mládeže. Projekt v České republice také ukázal, jak významná je úloha ředitele při vytváření podmínek realizace takového programu - bez jasné a konkrétní podpory vedení školy lze jen stěží kvalitní preventivní program uskutečnit.

Projekt EU-Dap jistě bude významným pomocníkem při dalším rozvoji minimálních preventivních programů škol a věřím, že také přispěje k lepší spolupráci škol a dalších subjektů podílejících se na realizaci primární prevence pro děti a mládež.

PaedDr. Jiří Pilař

ředitel speciálního vzdělávání a institucionální výchovy

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Vážené dámy a pánové,

jsem velmi rád, že se přes mnoho obtíží a náročný časový harmonogram podařilo v České republice zrealizovat pilotní ověření mezinárodního projektu EU-Dap. Máme tak k dispozici kvalitní a prověřený program. Tento program je výjimečný tím, že jej může po vstupním zaškolení realizovat samotný školní metodik prevence (mající samozřejmě odpovídající specializační vzdělání dle příslušné vyhlášky MŠMT). Jádrem programu teoreticky vychází z metod využívajících tzv. model sociálního vlivu. První zkušenosti u nás ukazují, že EU-Dap je nejen zajímavým řešením pro zvládnutí všeobecné primární prevence, ale že přímo podporuje propojení škol při realizaci Minimálního preventivního programu s jinými subjekty v oblasti selektivní a indikované prevence. Rýsuje se tak zajímavá kombinace programů, které na sebe mohou velmi dobře navazovat a současně vytvořit komplexní rámec, který je finančně pro školu i další donory únosný. Získáváme tak v ČR další preventivní program, který prošel náročnou evaluací a prokázal svoji efektivitu u své cílové skupiny, a který má zpracovanou dokumentaci a veškeré podklady na špičkové úrovni.

Doc. PhDr. Michal Miovský, Ph.D.

Vedoucí Centra adiktologie PK

1. lékařská fakulta UK v Praze

## Poznámka pro čtenáře

*Publikace Prevence užívání návykových látek pro studenty* vznikla díky finanční podpoře Evropské komise a byla připravena ve spolupráci se státy zapojenými do druhé fáze studie EU-Drug Abuse Prevention (EU-DAP, EU – prevence užívání drog). Jedná se o státy: Belgie, Česká republika, Itálie, Polsko, Rakousko, Řecko, Španělsko a Švédsko. Lze ji nicméně použít (i po případných úpravách) také v dalších státech Evropské unie i mimo ni.

Příručka má pět částí – úvod, tři kapitoly určené pro různé skupiny čtenářů a kapitolu s popisem technických nástrojů. Úvod je určen všem čtenářům, najdou zde vysvětlení několika technických konceptů, jako např. „univerzální“ prevence a koncept „komplexního vlivu sociálního prostředí“ (*comprehensive social influence, CSI*). První kapitola je určena především pracovníkům regionálních a státních orgánů a institucí, kteří mají možnost ovlivnit jak vzdělávací systém, tak tvorbu programů v oblasti veřejného zdraví. Druhá kapitola je určena ředitelům škol a obsahuje pokyny pro plánování, implementaci a evaluaci programů na školní úrovni. Třetí kapitola je věnována učitelům a nabízí instrukce pro provádění preventivních programů přímo ve třídách. V poslední kapitole, která je určena všem čtenářům, je popis technických nástrojů.

Měli bychom poznamenat, že možná ne všechny návrhy uvedené v této publikaci lze použít ve všech státech, školách nebo třídách. Přesto ale doufáme, že některé budou použitelné a užitečné.

Naším záměrem je propagovat programy vycházející z principu komplexního vlivu sociálního prostředí (CSI), protože mají potenciál působit preventivně proti užívání návykových látek mladými lidmi. Měli bychom poznamenat, že CSI program musí splňovat určité vlastnosti (viz úvod a nástroj 1). Protože byla příprava publikace *Prevence užívání návykových látek pro studenty* financována Evropskou komisí v rámci kontrolní studie EU-DAP, uvádíme jako příklad osnovy programu Unplugged, který vychází z modelu komplexního vlivu

sociálního prostředí a byl testován v rámci experimentální studie.

S přátelským pozdravem,

partneři projektu EU-Dap

Koordinační centrum EU-Dap	Fabrizio Faggiano Federica Vigna Taglianti Barbara Zunino Luca Cuomo
Belgické centrum	Peer van der Kreeft
České centrum	Roman Gabrhelík Michal Miovský
Španělské centrum	Laura Varona Juan Carlos Melero
Řecké centrum	Maro Vassara Gabriela Terzopoulou Maria Kyriakidou
Italské centrum (Aquila)	Leila Fabiani Maria Scatigna Caterina Pesce
Italské centrum (Novara)	Massimiliano Panella
Italské centrum (Torino)	Roberta Siliquini Serena Vadrucci
Rakouské centrum	Karl Bohrn
Polské centrum	Ewa Florek
Švédské centrum	Rosaria Galanti Lotta Jansson Sara Sanchez

# Obsah

Glosář .....	7
Úvod .....	8
Kapitola 1 – Jak schválit provádění CSI programu na národní nebo regionální úrovni .....	15
Kapitola 2 – Jak začlenit CSI program do školních osnov.....	20
Kapitola 3 – Jak provádět CSI program ve třídě .....	24
<b>Technické nástroje</b>	
1. Jak vybrat CSI program .....	31
2. Jak shánět prostředky .....	31
3. Jak co nejlépe využít školení pro učitele .....	32
4. Jak provádět kontrolu kvality .....	32
5. Kontrolní seznam – vyplnit před každou lekcí .....	33
6. Monitorování lekcí .....	34
7. Monitorování míry přijetí programu .....	35
8. Doporučená četba .....	36

# Glosář

**CSI – komplexní vliv sociálního prostředí (Comprehensive Social Influence)**

**EMCDDA – Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost**

**ESPAD – Evropská školní studie o alkoholu a dalších drogách**

**EU – Evropská unie**

**EU-Dap – studie EU-prevence užívání drog (European Drug Abuse Prevention Trial)**

**NGO – nevládní nezisková organizace**

**WHO – Světová zdravotnická organizace**



# Úvod

## 1. Užívání drog během dospívání

Užívání drog je jednou z nejdůležitějších příčin úmrtí a špatného zdravotního stavu mladých lidí. Mezi jednotlivými látkami jsou ale z hlediska jejich toxikologických vlastností a toho, za jakých okolností a jak se užívají, významné rozdíly. Psychoaktivní látka nikotin, obsažená v tabáku, sama o sobě např. nezpůsobuje úmrtí, ale inhalování tabáku způsobuje jeho uživatelům později v životě zdravotní potíže. A na druhou stranu injekční užívání heroinu vyvolává nejen akutní intoxikaci, ale i chronickou závislost a s tím spojené infekční choroby jako AIDS a hepatitidy.

Užívání jakýchkoli psychotropních látek představuje krátkodobá i dlouhodobá zdravotní rizika a riziko vzniku návyku nebo závislosti. Závislost vede k trvalému užívání, které následně způsobuje psychické i fyzické újmy.

V několika evropských státech především mezi mladými lidmi stoupá míra užívání řady legálních i nelegálních psychotropních látek. Pro evropské studenty jsou nejdostupnějšími drogami tabák a alkohol (viz tabulku 1).

Víme hodně o rizikových i protektivních faktorech užívání návykových látek. Tyto informace ale nelze použít k tomu, abychom dokázali s jistotou předpovědět, kdo si vytvoří „návyk“ na drogu. Takřka všichni, kteří se v průběhu života stali závislými na drogách, s nimi experimentovali během dospívání. A právě proto je základním nástrojem pro vypořádání s tímto problémem tzv. *univerzální prevence*, která oddaluje začátek užívání drog.

Tabulka 1. Vybrané indikátory užívání drog mladými lidmi v některých evropských státech<sup>1</sup>

Stát	Opilost během posledních dvanáct měsíců %	Kouření během posledních třicet dnů %	Celoživotní prevalence užívání konopí %	Všechny drogy kromě konopí %
Rakousko	69	49	21	8
Belgie	47	32	32	8
Česká republika	68	43	44	12
Dánsko	82	30	23	6
Finsko	64	38	11	3
Francie	29	33	38	7
Německo	61	45	27	10
Řecko	37	28	6	3
Itálie	37	38	27	8
Nizozemsko	46	31	28	6
Norsko	54	28	9	3
Polsko	48	31	18	7
Portugalsko	28	28	15	7
Švédsko	55	23	7	3
Spojené království	68	29	38	9

<sup>1</sup> Ze studie ESPAD 2003 ([www.espad.org](http://www.espad.org))

## 2. Co je univerzální prevence?

Výraz *univerzální (nebo také všeobecná) prevence* se vztahuje k aktivitám směřujícím k zamezení nebo oddálení užívání návykových látek všemi mladými lidmi bez ohledu na jejich rizikový profil a prostředí, ze kterého pocházejí. Jejím základním východiskem je snížit celkový počet nových uživatelů drog. Univerzální prevence doplňuje *selektivní prevenci* (zaměřenou na podskupiny vystavené vysokému riziku užívání návykových látek) i *indikovanou prevenci* (zaměřenou na jednotlivce již vykazující známky užívání návykových látek, poruch chování a dalšího problémového chování).

Je pravda, že nejtěžší uživatelé návykových látek, nebo nejrizikovější skupiny, jsou vystaveni největšímu riziku poškození. Ale tím, že jich je relativně málo, jde ve srovnání se všemi škodami způsobenými drogami o škody proporcionálně nízké. Jinými slovy to znamená, že naprostá většina nových uživatelů návykových látek pochází z populačních skupin, které nejsou identifikovatelné jako „ohrožené“. Univerzální prevence je sice nejefektivnější v odsouvání začátku užívání drog, může být ale přínosná i pro mladé lidi, kteří jsou ve vysokém riziku ohrožení drogami.

## 3. Význam školní prevence užívání návykových látek

Školy jsou jedním z nejdůležitějších prostředí pro provádění univerzální prevence zaměřené na mladé lidi. Za prvé – nejméně osmiletá povinná školní docházka v Evropě zaručuje, že budou osloveni všichni mladí lidé. Za druhé, školy přirozeně zajišťují některé z nejdůležitějších protektivních faktorů užívání návykových látek, např. gramotnost, intelektuální úspěchy, vytváření sociálních vztahů, normy a dovednosti. Za třetí, školy mohou snadno mobilizovat další oblasti a představitele komunity včetně rodičů, obcí, kulturních asociací a dobrovolníků. Proto jsou školy tím nejlepším prostředím pro provádění programů v oblasti veřejného zdraví, včetně prevence užívání návykových látek.

Donedávna nebylo u většiny zdravotnického vzdělávání ve školách nijak prokázáno, jak moc dokáže ovlivňovat chování studentů. Požadavky na důslednou evaluaci prevence

se začaly objevovat až v posledních patnácti letech. Nijak nepřekvapí, že některé programy, které byly seriózně vyhodnoceny, vykazaly v oblasti ochrany dospívajících před užíváním tabáku, alkoholu a dalších drog většinou neuspokojivé výsledky.

## 4. Fungující školní programy

Během osmdesátých let minulého století bylo stále jasnější, že školní programy, ve kterých se pouze předávají informace o škodách spojených s užíváním návykových látek, jsou v působení na změnu chování dospívajících účinné jen velmi málo, pokud vůbec. A to i tehdy, kdy se díky nim podařilo zvýšit úroveň znalostí dospívajících. Převládala teorie, že znalosti o rizicích nepůsobí protektivně, pokud nejsou doplněny schopností odolávat společenskému tlaku k užívání návykových látek, např. v rámci skupiny vrstevníků (*dovednosti spojené se schopností odolávat tlaku vrstevníků*). Tento model se používal téměř výhradně pro prevenci kouření, protože z historické perspektivy je tabák nejvíce užívanou a společností nejvíce tolerovanou drogou.

Později se k poznatkům o drogách a dovednostem odmítat přidaly ještě další dovednosti (tzv. *životní nebo také sociální dovednosti*), např. rozhodovací schopnosti, stanovování cílů, zvládání stresu, asertivita a komunikační dovednosti. Ve skutečnosti přímý tlak k užívání návykových látek nezažijí adolescenti příliš často, mnohem častěji je ale třeba, aby se racionálně rozhodli, stáli si za svým názorem nebo kritizovali pravidla nebo normy ve skupině.

V souvislosti se společenskými normami se ukazuje, že děti a dospívající, kteří chápou užívání návykových látek jako něco normálního a tolerovaného, budou užívat návykové látky s vyšší pravděpodobností, než jejich vrstevníci, kteří takový názor nezastávají. Proto je důležité, aby program obsahoval nástroje, kterými bude možno zjistit, co si mladí lidé myslí o frekvenci a akceptaci užívání návykových látek i o hmotných zájmech spojených s jejich nabízením (*normativní přesvědčení*). Závěrem uveďme, že programy, které propojují školní a komunitní aktivity, mívají větší šance na úspěch než školní programy prováděné samostatně a izolovaně.

Krátce řečeno, programy, které kombinují vzdělávání v oblasti životních dovedností s korigováním normativních přesvědčení (normativní vzdělávání) a předáváním znalostí o návykových látkách se označují souhrnným názvem „programy vycházející z komplexního vlivu sociálního prostředí“ (CSI programy).

Programy tohoto typu jsou prováděny v řadě evropských států. Několik příkladů je uvedeno v tabulce 2.<sup>2</sup>

Unplugged (viz odstavec níže), na který se především odvolává tato příručka, je jediný volně dostupný program, který byl současně vyhodnocen v několika evropských státech.

**Tabulka 2. Příklady evropských školních CSI programů proti užívání návykových látek,**

Stát	Název programu	Věková skupina	Evaluace výstupů (všechny typy)
Německo, Švédsko, další státy	Lions' Quest	10-15	ano
Finsko, Švédsko	Uskalla/Våga	12-13	ne
Řecko, Irsko	On my own two feet	12-15	ne
Itálie	Nuove tecnologie della comunicazione	15-19	ne
Norsko	Folkeaksjonen mot Narkotika's	10-12	ne
Portugalsko	O atelier de prevenção	13-18	ne
Španělsko	Ordago	12-16	ano

## 5. Projekt „Unplugged“ a EU-Dap

Většina vědeckých evaluací školních preventivních programů byla provedena v Severní Americe. V Evropě se při výběru školních programů až do nedávna vycházelo ze „selského rozumu“ a „dobré vůle“ nebo důkazů z USA.

Od devadesátých let minulého století byly v Evropě provedeny dva pokusy evaluovat školní prevenci užívání návykových látek. Projekt Evropský rámcový přístup k prevenci kouření (European Smoking Prevention Framework Approach, ESFA)

se zaměřil na prevenci kouření<sup>3</sup> a zapojilo se do něj šest států, ve kterých se prováděly školní programy vycházející z tzv. nejlepší praxe.

V roce 2003 byl v sedmi státech Evropské unie zahájen společný projekt studie s názvem EU-DAP (Evropská prevence užívání návykových látek). Jejím cílem je vyhodnotit velmi standardizovaný program prevence užívání všech návykových látek.

Školní program s názvem Unplugged obsahuje veškeré doporučené komponenty programu založeného na komplexním vlivu sociálního

<sup>2</sup> Detailnější informace o jednotlivých státech lze najít na webových stránkách EMCDDA ([www.emcdda.europa.eu](http://www.emcdda.europa.eu))

<sup>3</sup> deVries, H., F. Dijk, et al. (2006). "The European Smoking prevention Framework Approach (ESFA): effects after 24 and 30 months." Health Educ Res 21(1):116-132

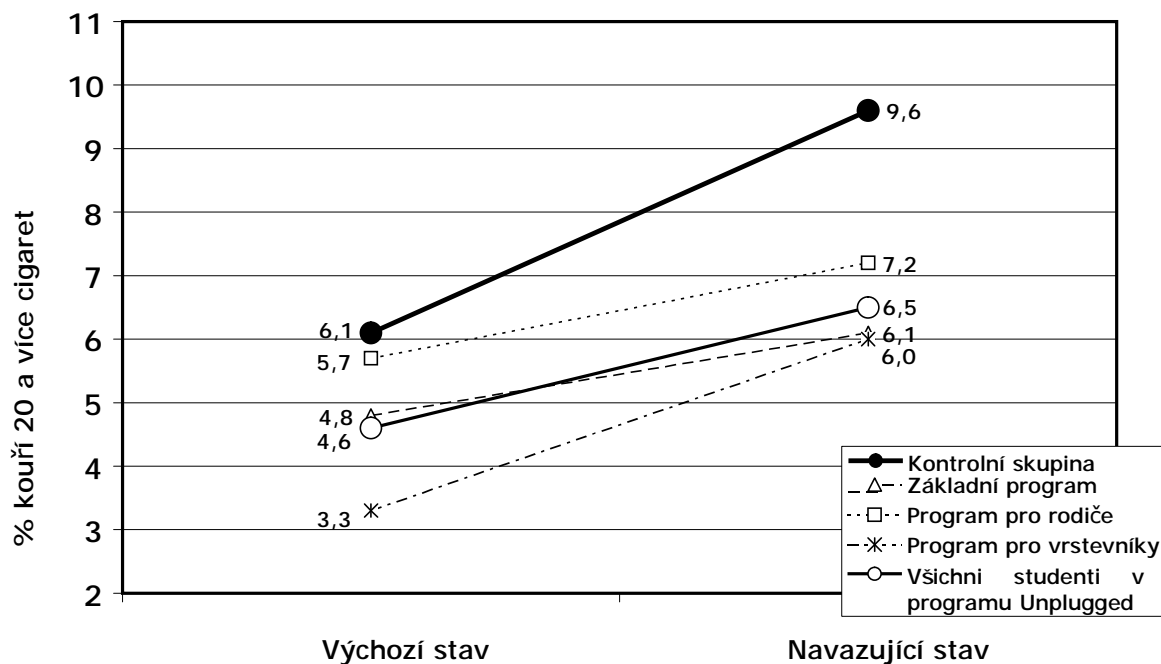
prostředí a byl testován během školního roku 2004-2005 v 78 školách (3457 studentů), přičemž kontrolní skupina se skládala z dalších 65 škol (3532 studentů). Program byl připraven jako třídní aktivita pro studenty ve věku 12-14 let a učitel v něm má roli instruktora. Program se provádí v rozsahu přibližně dvanácti lekcí během dvanácti týdnů. Každá hodina je věnována jednomu tématu.

Podle krátkodobé evaluace programu Unplugged, provedené po čtyřech měsících po ukončení programu, došlo k výraznému snížení výskytu chování spojených s pokročilejším užíváním návykových látek:

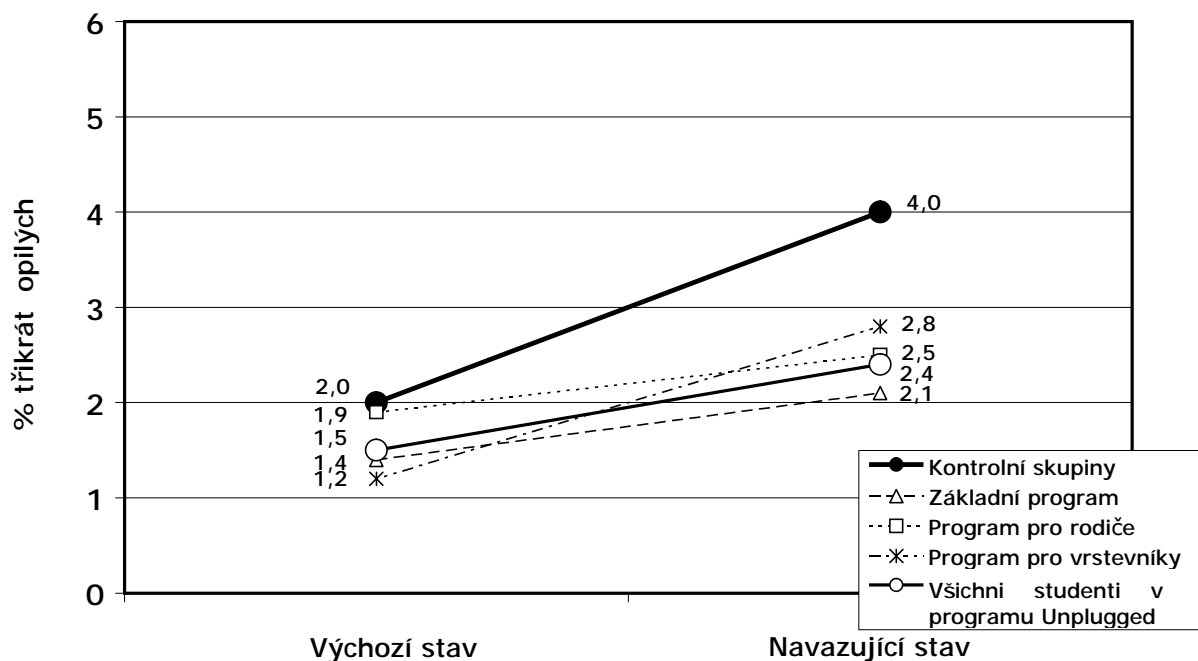
snížení míry každodenního kouření a epizod intoxikace alkoholem o 30 % a snížení míry užívání konopí o 23 % (viz obrázky 1 až 3). Ještě povzbudivější bylo zjištění, že podle předběžných dat z navazující (follow-up) studie po delším časovém období trvaly účinky programu nejméně po dobu jednoho roku! Pokud jde o účinnost programu, tak ty byly srovnatelné s účinky dalších CSI programů prováděných podle zásad tzv. nejlepší praxe.

Program „Unplugged“ je nyní k dispozici v revidované verzi, ve které jsou zohledněny problémy zjištěné při evaluaci testovací verze.

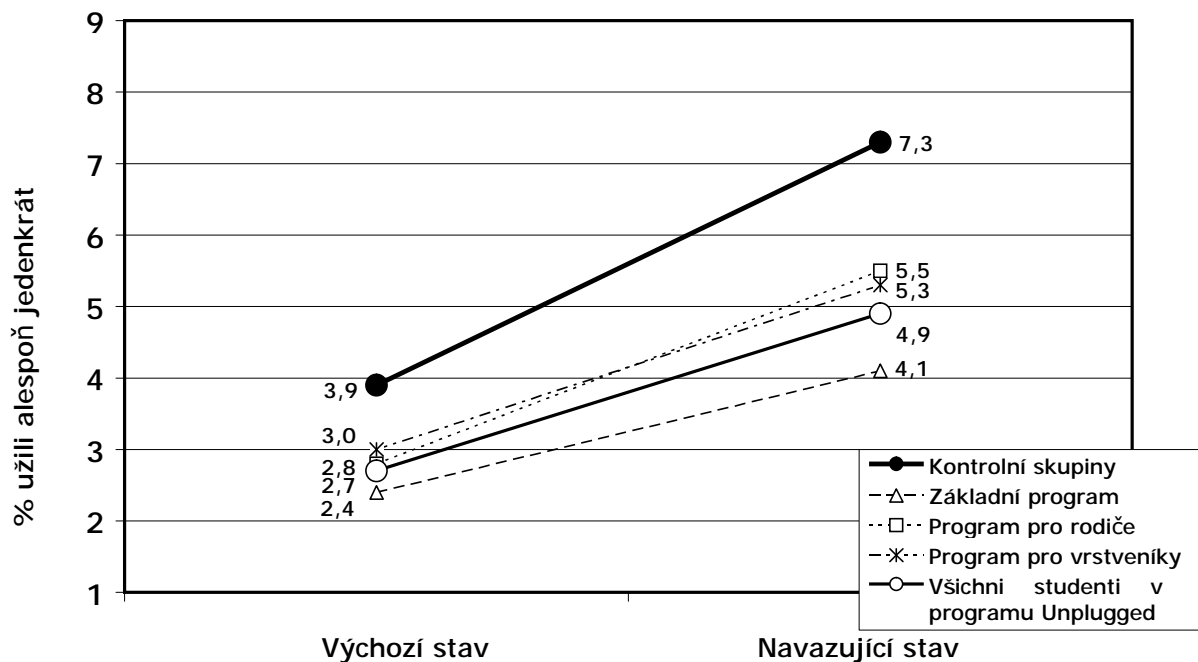
Obrázek 1. Změny v prevalenci kouření za poslední měsíc ve třídách, které se účastnily programu „Unplugged“ a v kontrolních skupinách, květen 2005



Obrázek 2. Změny v prevalenci pití nadměrných dávek alkoholu (tzv. *binge drinking*) v posledních třiceti dnech v kontrolních skupinách a ve třídách, které se účastnily programu Unplugged, květen 2005



Obrázek 3. Změny v prevalenci užívání konopí v posledním měsíci v kontrolních skupinách a ve třídách, které se účastnily programu Unplugged, květen 2005



Podrobné informace o evaluaci programu jsou k dispozici na webových stránkách projektu ([www.eudap.net](http://www.eudap.net)), kde najdete i odkazy na webové stránky jednotlivých partnerských států.

## 6. Co můžeme očekávat?

Co můžeme očekávat od zavedení CSI programu, jakým je např. Unplugged? Hned úvodem bychom měli jasně říct, že žádný preventivní program ani jiná forma intervence není stoprocentně účinná. Přínos různých programů lze srovnávat podle počtu participantů, kteří se musí do programu zapojit, aby se zabránilo jedné nechtěné události (např. pravidelné nadměrné konzumaci alkoholu). Čím nižší je počet osob, tím nákladově efektivnější (levnější) je intervence.

### Přínosy pro studenty

- Program, který proběhne ve třídě s přibližně třiceti studenty ve věku třináct let pravděpodobně zabrání tomu, aby se z jednoho z nich stal každodenní kuřák a jeden student díky tomu nebude mít v současné době zkušenost s intoxikací alkoholem. Zdá-li se to někomu málo, může si to porovnat se 128 lidmi léčenými kvůli mírně zvýšenému krevnímu tlaku, aby se zabránilo jednomu úmrtí, mozkové příhodě nebo infarktu myokardu, nebo s mamografickým vyšetřením dvou tisíc žen v průběhu deseti let, aby se zabránilo jednomu úmrtí na rakovinu prsu.<sup>5</sup>
- Výukou programu ve dvou třídách se jednak tyto výsledky zdvojnásobí, ale také se pravděpodobně zabrání tomu, aby jeden student experimentoval s konopím.
- Účinky programu sice po nějaké době začnou vyprchávat, ale každý rok, o který se podaří opozdit začátek užívání návykových látek, znamená snížení míry pozdějšího problematického užívání drog.

<sup>4</sup> Sackett DL, Haynes RB: Summarizing the effects of therapy: A new table and some more terms. *Evidence-Based Medicine*1997;2:103-104

<sup>5</sup> Gøtzsche PC, Nielsen M. Screening for breast cancer with mammography. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 4. Art. No.: CD001877. DOI: 10.1002/14651858.CD001877.pub2.

- Studenti, kteří si osvojí žádoucí sociální dovednosti, jsou méně náchylní k užívání drog i dalšímu problémovému chování a a dalším rizikům, např. nechtěnému těhotenství nebo šikaně.
- Programy zaměřené na interaktivní dovednosti také přispívají ke zlepšení sociálního klimatu ve třídě a slouží jako protektivní faktor proti psychickým onemocněním a dalšímu rizikovému chování.

### Přínosy pro rodiny studentů

- Většina CSI programů také aktivně zapojuje rodiče studentů. V programu Unplugged jsou např. k dispozici návrhy témat pro setkání nebo workshopy pro rodiče a zákonné zástupce. Souhrnnou příručku s užitečnými informacemi a návrhy, jak se vypořádat s často problematickým vztahem s dospívajícími, si také můžete vyžádat od kontaktních center nebo přes internetové stránky [www.eudap.net](http://www.eudap.net)
- Rodiče a zákonní zástupci budou podporováni v tom, aby se více zapojili do školního života

### Přínosy pro školy

- Škola bude mít vysoce kvalitní preventivní program, který byl podroben přísné evaluaci
- Pedagogové proškolení v provádění CSI programů jsou pro školu přínosem, protože v programech používané pedagogické techniky lze potenciálně využít i při běžné výuce
- Multidisciplinární přístup používaný ve většině CSI programů zlepšuje spolupráci mezi učiteli

### Přínosy pro komunitu

Za předpokladu, že nedojde ke změnám v dalších okolnostech, dobře realizovaná primární prevence:

- Snižuje míru užívání návykových látek a přidruženého problémového chování

- Zachraňuje životy, předchází zdravotním poškozením a šetří peníze vynakládané na léčbu a prosazování práva
- Přestože to nebylo důkladně prozkoumáno, lze říci, že náklady na léčbu drogové závislosti jsou vyšší než náklady na prevenci užívání drog, a to jak na úrovni jednotlivců, tak na úrovni zdravotnického systému.

*Více informací najdete v nástroji 8, kde je uveden seznam internetových stránek a doporučené četby.*

## **Kapitola 1 – Jak schválit provádění CSI programu na národní nebo regionální úrovni**

Tato kapitola je určena nositelům rozhodovacích pravomocí v oblasti veřejného zdraví a vzdělávání, protože ti mají možnost a mandát propagovat efektivní preventivní strategie na celostátní i regionální úrovni. Probereme zde přínosy zavádění efektivních CSI programů ze zdravotnické i vzdělávací perspektivy. Jsou zde uvedena užitečná a aplikovatelná doporučení, jak schvalovat a propagovat efektivní CSI programy a jak je dostat z národní nebo regionální úrovně do škol. Po schválení a propagaci CSI programů je pro implementaci programů naprosto nezbytné zajistit podporu místních nebo centrálních orgánů.

### **1.0 Proč je potřeba zajistit vedení programu ze strany státních nebo regionálních orgánů?**

Vlády mají unikátní příležitost iniciovat a podporovat školní prevenci užívání návykových látek pro dospívající, kteří si zde osvojí znalosti z oblasti drogové prevence i dovednosti potřebné k tomu, aby se dokázali zdravě rozhodovat. Světová zdravotnická organizace nabádá, aby se „vytvářely společensky a kulturně akceptovatelné programy a služby, které budou odpovídat zdravotním i vývojovým potřebám dospívajících a mladých lidí, přičemž bude zajištěno zapojení rodin, veřejnosti, zdravotnických a dalších relevantních sektorů i samotných mladých lidí.”<sup>6</sup>

Podle státních nebo regionálních orgánů se sice pro prevenci dělá hodně, ale programy a zdravotnické iniciativy se často provádějí nestandardně, nekomplexně nebo *ad hoc*. Tato nekoordinovanost často vede k neefektivnímu využívání prostředků i energie. Zvyšuje se tak i riziko negativních vedlejších účinků, a to především tehdy, když obsah a kritické informace nejsou předávány tak, jak bylo zamýšleno. Je zapotřebí postupovat standardizovaně a dobře plánovat, aby se vedoucí programu,

např. učitelé, mohli skutečně dobře zapojit a měli prostředky k tomu, aby dokázali ovlivnit zdraví studentů. To také usnadní dobré přijetí programu ze strany učitelů (k tomu, aby mohli pracovat podle takových osnov, nemusí perfektně vědět všechno o drogách a prevenci) a snižuje to ztráty prostředků spojených se zaškolováním a zapojováním vysokého počtu učitelů.

### **Zavést CSI program znamená činit odpovědná opatření**

Zavedením efektivního CSI programu do školních osnov nebo celostátního programu se jednak zlepši zdravotní stav mladých lidí, a za druhé se státní nebo regionální orgány dané země zařadí mezi členské státy EU, které podnikají vědecky podložené a cílené kroky ke snížení míry užívání návykových látek. Zvýší se tak i kredibilita vládního orgánu.

### **Indikátor efektivní tvorby programu drogové prevence**

Bylo prokázáno, že CSI programy dokáží ovlivňovat chování žáků, a tak jejich zavedení jako státního nebo regionálního standardu nebo jako povinné součásti školních osnov zaručuje odpovědnému orgánu, že se na protidrogovou prevenci na školní úrovni může spolehnout. Kvalita je zajišťována jedním programem a – v případě programu Unplugged – je také zajištěno, že prováděný preventivní program vychází z vědecky ověřených důkazů.

### **1.1 Vedení programu nositeli rozhodovacích pravomocí v oblasti veřejného zdraví**

Nositelé rozhodovacích pravomocí v oblasti veřejného zdraví – v ideálním případě v partnerské spolupráci se vzdělávacím systémem – mohou ovlivňovat zdraví dětí a mládeže pomocí zavádění komplexních strategií na ochranu a zlepšování zdraví. V rámci komplexní strategie se obvykle kombinuje veřejnozdravotní strategie se vzděláváním a přístupem k informacím. CSI programy mohou v tomto, díky předávání informací a vzdělávání, dobře posloužit.

Ve strategiích, legislativě a nebo vyhláškách některých států bývá uvedeno, že zdravotní vzdělávání je nedílnou součástí propagace a ochrany zdraví. Program Unplugged doplňuje strategie na ochranu veřejného zdraví a slouží jako efektivní a snadno

<sup>6</sup> World Health Organization. Forty-second World Health Assembly. *The health of youth*. WHA42.41. K dispozici zde: [www.who.int](http://www.who.int). Citováno 23. ledna 2007.



realizovatelný nástroj pro prevenci užívání návykových látek mladými lidmi ve věku 12 až 14 let. Aktuálním příkladem, jak napomáhat rozvoji veřejnozdravotní strategie je Rámcová úmluva Světové zdravotnické organizace o kontrole tabáku. Ta uvádí klíčové legislativní a programové iniciativy, díky kterým se daří provádět opatření jako např. zákaz kouření na veřejných prostranstvích, a která posiluje ve společnosti negativní postoje vůči kouření.<sup>7</sup>

CSI programy jsou ve školním prostředí prováděny s cílem napomáhat rozvoji zdravého a sebeochranného chování. V zájmu jejich šíření je vhodné přimět ke spolupráci nositele rozhodovacích pravomocí na státní nebo regionální úrovni, kteří jsou odpovědní za oblast veřejného zdraví a za oblast vzdělávání.

## 1.2 Vedení programu nositeli rozhodovacích pravomocí z oblasti vzdělávání

Státní nebo regionální vzdělávací orgány odpovídají za to, aby dětem a mladým bylo nabídnuto co nejkvalitnější vzdělání. Odpovídají tedy i za prostředí, učitele a předávané informace. Odpovídají jak za vzdělání, tak za zajištění zdraví a duševní a fyzické pohody studentů. To je jedna z podmínek pro optimální výuku. Ve školních osnovách bývají často uvedeny standardy pro výuku tradičních školních předmětů, např. matematiky a přírodovědy, požadavky ohledně prevence užívání návykových látek v nich ale zahrnutý nebývají.

V posledních letech se v Evropě objevilo několik snah o šíření preventivních programů ve školách. Podle nejnovější Výroční zprávy o stavu ve věcech drog v Evropě<sup>4</sup> se ve školní prevenci začíná prosazovat programově orientovaná prevence. „*Programově orientovaná prevence znamená standardizované provádění prevence v předem definovaném*

*počtu lekcí s jasně definovaným obsahem a materiály pro učitele i žáky. To umožňuje monitorování a evaluaci a zvyšuje to přesnost, správnost a konzistentnost intervencí, což vede k vysoce kvalitnímu provádění programů.*“<sup>8</sup> Unplugged i další CSI programy splňují kritéria programově orientované prevence.

Programy na školách a především drogová prevence prováděná ve třídách může zabránit užívání drog nebo alespoň odsunout jeho začátek. Měla by však navazovat na veřejnozdravotní strategii a zdravé chování dospělých v rámci obecné populace.

S vědomím významu provádění preventivních programů na školách vyzývá Rada Evropské unie členské státy, aby „*zařadily programy péče o zdraví nebo drogové prevence do všech škol*“ a „*podporovaly rozvoj takových programů a v případě potřeby upravily příslušné vládní zdroje a organizační struktury tak, aby tento cíl bylo možno splnit.*“ (5099/01/02 Cordogue 4 Rev.1) Školní prevence užívání návykových látek je pro koordinační a exekutivní orgán přitažlivou výzvou.

Krátce řečeno, zapojení státních a nebo regionálních orgánů do podpory CSI programů typu Unplugged hraje klíčovou roli ve zlepšování zdraví a vzdělávání dětí, protože se v končeném důsledku jedná o snahu snížit prevalenci užívání drog.

## Unplugged – efektivní CSI program pro prevenci užívání návykových látek

Osnovy programu Unplugged jsou prvními osnovami svého druhu, které byly připraveny a zároveň testovány v několika členských státech EU. Již pilotní studie EU-DAP ([www.eudap.net](http://www.eudap.net)) prokázala, že CSI programy dokáží oddálit nebo zabránit užívání tabáku, alkoholu a dalších drog mladými lidmi. Klíčem k tomu, aby byly CSI programy na školní úrovni zaváděny kvalitně a komplexně, je jejich řízení na státní a nebo regionální úrovni.

<sup>7</sup> Světová zdravotnická organizace. Rámcová úmluva o kontrole tabáku. Anglickou verzi najdete zde: [www.who.int/tobacco/framework/download/en/index.html](http://www.who.int/tobacco/framework/download/en/index.html) a českou zde [www.dokurte.cz/download/FCTC-cesky.pdf](http://www.dokurte.cz/download/FCTC-cesky.pdf)

<sup>8</sup> EMCDDA, 2006 sStav drogové problematiky v Evropě (State of the drugs problem in Europe), ke stažení na adrese: [www.emcdda.europa.eu](http://www.emcdda.europa.eu)

### 1.3 Jak vybrat spolehlivý CSI program

Chcete-li si zkontrolovat spolehlivost vámi vybraného programu CSI, podívejte se na nástroj 1 (na konci této publikace) a ohodnoťte program pomocí tam uvedených kritérií. Příkladem efektivního evropského preventivního programu je právě Unplugged, který se snadno používá a je možno jej okamžitě implementovat a provádět s minimálními náklady.

Máte-li už ve škole nějaké preventivní programy, je možné je zrevidovat a upravit tak, aby do nich byl zařazen CSI přístup (tj. přístup vycházející z komplexního vlivu sociálního prostředí) a po evaluaci je možno provádět takto optimalizovaný program bez vysokých nákladů. Zavádění CSI programů může mít navíc pozitivní vliv i na další formy rizikového chování.

Program Unplugged je „hotový“ program, který se současně provádí ve více státech EU. Financovala ho Evropská komise, a tak je bezplatně k dispozici všem členským státům. Podmínkou pro jeho zavedení je školení pro učitele a zařazení všech dvanácti lekcí do školních osnov a plánů pro daný školní rok. Jak to tak bývá, bude možná třeba provést některé úpravy a přizpůsobit program kulturnímu prostředí na místní úrovni. Popis programu Unplugged najdete v úvodu této publikace.

Při implementaci kteréhokoli typu drogové prevence je třeba dbát na její ekonomickou efektivitu. Jednou z největších výhod programu Unplugged je, že kvůli němu není nutno zvat drahé specialisty - vyučovat mohou sami učitelé. Jediné další náklady bývají spojeny se zajištěním školení pro učitele.

Jakmile si učitel osvojí potřebné teoretické a praktické znalosti a seznámí se s obecnými zásadami CSI programů, jakékoli další školení o prevenci rizikového chování už by pro něj nemělo být náročné.

### 1.4 Jak mohou státní nebo regionální orgány propagovat používání CSI programů ve školách

Jakmile se nositelé rozhodovacích pravomocí rozhodnou provádět CSI

programy, musí začít fungovat jako zastřešující orgány, které školy přesvědčí a podpoří v tom, aby efektivně a přesně implementovaly program. Po zmapování současného stavu drogové prevence ve školách v EU, uvedlo Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost toto: „*nejslibnějšími výsledky - pokud jde o intenzitu, strukturu a kvalitu školní prevence - mají ve státech, jejichž národní strategie se přímo věnuje školní prevenci a definuje její cíle a úkoly, a tam, kde existuje jasně definovaná logistická organizace pro provádění a financování prevence.*”<sup>9</sup>

K zaručení toho, že budou prováděny jen ověřené CSI programy jako Unplugged, musí státní nebo regionální orgány provést následující strategické kroky:

#### Propagovat ten správný program

Pokud preventivní aktivity neobsahují ověřené prvky efektivních programů, mohou být i kontraproduktivní. Např. se prokázalo, že krátkodobé, izolované nebo „moralizující“ programy jsou neefektivní a dokonce mohou stimulovat zájem mladých lidí o drogy.<sup>10</sup> Volnočasovými aktivitami se sice zkvalitňuje podpůrné školní prostředí, nelze je ale zaměnit s konkrétním preventivním programem.

Pevně stanovená struktura programu má ve srovnání s jakoukoli formou „holistického“ nebo integrovaného přístupu výhodu v tom, že se díky ní snáze zajišťuje kvalita i možnost vyhodnotit výsledky programu.

Programy s pevně danou strukturou (jako Unplugged) je sice někdy potřeba upravit podle potřeb dané školy, ale jejich standardizovaný, dobře definovaný a konkrétně navržený obsah velmi usnadňuje práci učitelů. Mají totiž k dispozici školení i přesné a předvídatelné vyučovací osnovy a potřebné materiály.

<sup>9</sup> EMCDDA, 2006 The state of the drugs problem in Europe, k dispozici na adrese [www.emcdda.europa.eu](http://www.emcdda.europa.eu)

<sup>10</sup> EMCDDA, 2002 Drugs in focus Issue 5, Issue 5, Drug Prevention in EU schools, k dispozici na adrese [www.emcdda.europa.eu](http://www.emcdda.europa.eu)

Když Světová zdravotnická organizace propaguje provádění preventivních programů ve školách, doporučuje, aby školy měly k dispozici kvalitně otestované efektivní programy, včetně prvků s ověřenou efektivitou pro prevenci užívání drog.<sup>11</sup>

### Zaměřit se na zvyšování kvality

Výstupy programu Unplugged jsou ověřené a seznamování veřejnosti s těmito výsledky se považuje za důležitou strategii šíření preventivních CSI programů. Díky vykazovaným výsledkům programu a evaluaci procesu jsou k dispozici důležité informace o dosahu preventivních programů i možných potížích při implementaci programu. Tyto informace navíc poskytují zpětnou vazbu všem, kteří byli zapojeni přímo (učitelé a studenti) i nepřímo (rodiče, komunita). Prezentování informací o procesu i výsledcích CSI programu tak přispívá k jeho dalšímu šíření na národní i regionální úrovni a motivuje další učitele a školy k účasti v drogové prevenci. Pokyny ohledně kontroly kvality při implementaci a evaluaci programu jsou uvedeny v nástroji 4 (na konci této publikace).

### Zajistit oficiální podporu CSI programu

Pro implementaci CSI programů ve školách je důležitá existence oficiálního dokumentu (samostatného nebo jako součásti nějakého vládního dokumentu), kde se explicitně doporučuje provádět standardizovaný školní preventivní program. Mělo by zde být uvedeno, jaké mají tyto programy cíle a jaké mohou mít výsledky, a také praktické informace o samotné implementaci a případných zdrojích finančních prostředků. Je třeba zvážit, jestli je možno CSI programy zařadit přímo do osnov pro vzdělávání žáků v problematice zdraví.

## 1.5 Jak podporovat školy

Po schválení a propagaci programu je důležité podpořit jeho realizaci ve školách.

---

<sup>11</sup> Hawks D, Scott K, McBride N. (2002) Prevention of psychoactive substance use: a selected review of what works in the area of prevention. Geneva, WHO 2002. K dispozici zde: [www.who.int/entity/substance\\_abuse/publications/en/prevention\\_substance\\_use.pdf](http://www.who.int/entity/substance_abuse/publications/en/prevention_substance_use.pdf)

Níže uvádíme několik návrhů, jak státní nebo regionální orgány mohou školám pomáhat.

### Upravte školní osnovy tak, aby zahrnovaly princip CSI

Aby byla propagace výhod CSI programů včetně jejich ověřené účinnosti a přínosů pro školy atraktivnější, efektivnější a aby je školy začaly provádět, měly by být do jejich šíření ve školách zapojeny příslušné školní orgány.

Změny vedoucí k zavedení CSI do stávajících osnov zdravotnické osvěty nebo preventivních programů mohou iniciovat i školští úředníci na střední úrovni, protože ti mají pravděpodobně velký vliv na inovace<sup>12</sup> a také mají k dispozici existující „školních sítě“ (přes webové stránky, učitelské organizace a konference atd.).

### Uspadněte školám implementaci

CSI programy jako Unplugged jsou preventivní aktivity, které mohou bez potíží vyučovat i učitelé ve škole. Velký význam má samozřejmě jejich proškolení, nejdůležitější je ale jejich motivace a aktivní zapojení.

V tomto směru je důležité poskytnout učitelům kromě možnosti školení a další podpory při implementaci, také snadný přístup k materiálům a relevantním informacím a zejména ocenění jejich zapojení do drogové prevence. „*Učitelům by se měla nabídnout pomoc ze strany vedení školy. Dále by měli mít k dispozici technické konzultace a příležitost vytvářet si mezi sebou síť, aby se mohli dělit o úspěchy i problémy.*“<sup>13</sup> Implementace programu s prokázanou účinností navíc dodává větší smysl a hodnotu práci učitelů. Učitelé by se také neměli vzdávat svého profesionálního rozvoje, a tak je třeba podporovat, aby se průběžně vzdělávali. Chcete-li co nejlépe využít školení pro učitele, prostudujte si návrhy uvedené v nástroji 3.

### Podpora během implementace

Pro kvalitní implementaci CSI programu a řešení případných problémů je kromě pečlivé přípravy na zahájení programu důležité zajistit podporu pro učitele, kteří jej budou vyučovat.

Zřídte telefonní nebo e-mailovou linku pomoci, kterou personálně zajistí veřejnozdravotní nebo vzdělávací orgány. Její pracovníci budou učitelům poskytovat konzultace a informace o drogách a pomohou řešit případné nepředvídané problémy. Pokud se mezi studenty vyskytují vážné problémy s drogami, zabudujte do programu systém předávání zpráv a případů (*referral systém*). Unplugged je sice obecně účinný preventivní program, ale u mladých lidí, kteří už začali s alkoholem, tabákem a dalšími drogami, nebývá tak efektivní. Pokud odkazujete na webovou podporu vytvořenou na národní nebo regionální úrovni uveďte také odkazy na webovou stránku projektu EU-Dap ([www.eudap.net](http://www.eudap.net)).

Ke zvýšení efektivity CSI programu mohou také přispět následující podpůrné aktivity:

- Vytváření takové strategie pro veřejné zdraví, která bude obsahovat opatření týkající se legálních drog, např. legislativa pro zákaz kouření na veřejných místech nebo omezení konzumace a prodeje alkoholu.

- Spolupráce a ovlivňování médií, aby se přitáhla pozornost k otázce preventivních aktivit

- Zavedení a vyžadování bezdrogových školních strategií

- Spuštění kampaně pro mládež bez drog, která bude doprovázet a posilovat účinky programů ve školách

### Jak program udržovat a evaluovat

Aby se zavedení programu co nejvíce vyplatilo, je třeba, aby nositelé rozhodovacích pravomocí v oblasti vzdělávání a veřejného zdraví zajistili jeho dlouhodobé fungování. Jakmile se naváže kontakt s agenturou, která program provádí, lze ho velmi snadno udržovat zapojováním nových škol a dalším rozšiřováním programu v následujících letech. Proškolení učitelé mohou působit jako školitelé pro další učitele, mohou se s nimi dělit o zkušenosti a pomáhat vytvářet dobré klima ve škole.

V případě dlouhodobějšího trvání programu by měli nositelé rozhodovacích pravomocí pomocí formulářů z nástroje 7 monitorovat

jeho implementaci, vyhodnocovat, kolik škol ho provádí, v kolika třídách atp.

### Jak začít s CSI programem na národní nebo regionální úrovni:

- a) Zajistěte, aby existovala strategie, která může program podpořit
- b) Připravte si komunikační strategii, jejíž součástí jsou tiskové zprávy, slavnostní spuštění programu a komunikační kanály jako např. webové stránky
- c) Zajistěte, aby si materiály prostudovaly a schválily je místní orgány

### 1.6 Kteří další partneři mohou pomoci

Ve snaze šířit CSI programy ve školách mohou pomoci také nevládní neziskové organizace (NGO) a další organizace působící v oblasti drogové prevence, protože se také věnují péči o zdraví mladých lidí.

Během první fáze projektu EU-Dap, byla vytvořena síť evropských NGO a vládních orgánů. Jejimi členy jsou i odborníci na prevenci, kteří připravili program Unplugged. Tato síť by měla pomáhat při jeho šíření a realizaci (viz informace uvedené na webových stránkách [www.eudap.net](http://www.eudap.net))

## **Kapitola 2 – Jak začlenit CSI program do školních osnov**

Tato kapitola je určena ředitelům škol a poradí jim, jak úspěšně realizovat CSI programy ve školách. Probereme, jak zjistit, jestli je škola připravena na provádění CSI programu, jak s ním začít a jak jej realizovat a vyhodnocovat. Po přečtení této kapitoly budou ředitelé lépe připraveni na hladký přechod k provádění CSI programů ve svých školách.

### **2.0 Zájem a závazek školy zajistit kvalitní zdravotnickou osvětu**

Většina škol v Evropě pracuje s tématy, které procházejí „napříč“ osnovami. Tato kroskurikulární témata, jejichž cílem je rozvíjet dovednosti, nejsou přímo spojena s žádným z vyučovaných předmětů, ale vlastně se mohou týkat všech a zároveň mají nevyčíslitelnou cenu pro každodenní život. Témata jako zdravotnická osvěta, tělesná nebo sportovní výchova a životní postoje<sup>14</sup>,<sup>15</sup> se začínají užívat v mnoha evropských státech – často jako povinná součást osnov, jindy jako samostatné kurzy v rámci zdravotnické osvěty. Tyto vzdělávací aktivity splňují nároky centrálních a místních školských orgánů a zároveň odpovídají poslání školy a prioritám místních komunit.

Pod tlakem veřejného mínění a společenského vnímání rizik vytvořily centrální zdravotnické a školské orgány zákony, dokumenty a vyhlášky pro školy o prevenci na školách.

O úspěšném zavedení témat osobnostního, sociálního i zdravotního vzdělávání do výuky vypovídají následující charakteristiky:

- Škola se snaží dosáhnout kognitivního i osobnostního a sociálního rozvoje studentů;
- Vzdělávací vize a cíle jsou dobře popsány a zainteresovaní jsou s nimi seznámeni;

- Rozhodování se děje participativním způsobem – tj. podílejí se na něm všichni zúčastnění;
- Škola má velkou schopnost hodnotit sebe sama a je schopna inovace.

Již to, že škola zvažuje, že CSI programy jako Unplugged zařadí do školních osnov, ukazuje, že splňuje výše uvedené charakteristiky. Vypovídá to také o schopnosti reagovat na požadavky rodičů a komunity a posun směrem ke zdravější a zdraví propagující škole.

Další výhodou CSI programů, je kromě očekávaných přínosů, to že je lze snadno slučovat s dalšími kroskurikulárními tématy. Díky jasně popsaným lekcím lze docílit častějšího používání interaktivní výuky a zlepšit přístup k učení.

V rámečcích na straně 23 jsou popsána kritéria, které by měla být splněna před implementací CSI programů, během ní i po jejím ukončení. Také jsou zde uvedeny tipy a návody, které pomohou program zahájit, provádět a udržet.

### **2.1. Kritéria pro úspěšnou implementaci**

#### **Učitelé**

- Nejméně dva učitelé jsou motivováni zavést a provádět strukturované preventivní aktivity a dokáží tím nadchnout ostatní
- Učitelé mají možnost absolvovat školení

#### **Osnovy**

Nejčastěji uváděnými problémy při implementaci kurikulárních témat, která nejsou součástí povinného základu nebo přesahují (obvykle velmi omezené) časové možnosti, jsou nedostatek času a nabitě osnovy. Zbavit se těchto omezení a získat pro témata prostor má zásadní význam. Měl by platit aspoň jeden z následujících „scénářů“:

- Ve školních osnovách a vyučovacích aktivitách jsou nebo mohou být zahrnuty hodiny věnované zdravotnické osvětě, do kterých je možno zařadit CSI program
- Pokud v osnovách samostatné hodiny pro zdravotnickou osvětu nejsou, je

<sup>15</sup> Cross curricular themes in secondary education (Kroskurikulární témata v sekundárním vzdělávání). Publikováno na webových stránkách CIDREE Consortium of Institutions for Development and Research in Education in Europe v březnu 2006, [www.cidree.org](http://www.cidree.org).

možno program zařadit do hodin věnovaných např. přírodovědě nebo společenským vědám

- Vymezený počet hodin lze zachovat tak, že program budou realizovat ve spolupráci např. dva učitelé rozdílných předmětů

#### Možnost dlouhodobé perspektivy

- Škola je ochotna provádět program aspoň během jednoho celého školního roku a snad i během dalších let
- Škola má v úmyslu program vyhodnotit, aby bylo možno zlepšit jeho kvalitu nebo implementaci
- Proškolení učitelé mohou být zdrojem informací pro další učitele

## 2.2 Jak implementovat CSI program

### Prostředí

- Komunita si je vědoma prohlášení Světové zdravotnické organizace, že by školy měly mít strategii podpory zdraví (nebo programové prohlášení)
- Probíhají masmediální kampaně zdůrazňující rizikové faktory pro zdraví dospívajících
- Orgány na regionální nebo místní úrovni mají zájem o preventivní aktivity
- Existuje „programové prohlášení“ školy, kde jsou uvedeny hodnoty, východiska i dlouhodobé cíle péče o zdraví. Na toto prohlášení navazuje fungující školní strategie
- Rodiče mají zájem podílet se na preventivních aktivitách
- Podle místní komunity jsou drogy problém a ve školách by se rozhodně měly provádět preventivní aktivity
- Byly připraveny a náležitě distribuovány oficiální dokumenty/prohlášení o péči o zdraví
- Strategie pro „zdravou školu“ poskytuje studentům vhodné podmínky pro účast v CSI programu.

### Legislativa

- Ministerstvo školství nebo regionální orgány mají mandát propagovat a koordinovat aktivity pro prevenci rizikových faktorů životního stylu včetně užívání drog ve školním prostředí

- Regionální orgány mají úkol propagovat a koordinovat aktivity pro školní prevenci nezdravého chování včetně užívání drog
- Státní nebo regionální legislativa určila (dostačující) čas, který má být věnovaný zdravotnické osvětě
- Další vzdělávání učitelů je povinné a definováno zákonem
- Školní docházka je povinná i po dosažení třináctého roku života

### Autonomie školy

- Školy se mohou samostatně rozhodnout, jestli je v rozvrhu možno najít čas pro preventivní aktivity
- Školy se mohou samostatně rozhodovat ohledně výběru a implementace programů

### Školní tradice

- Ve škole existuje tradice pravidelných preventivních aktivit (v rámci výuky i mimo ni, prováděných učiteli nebo externími pracovníky, s i bez zapojení rodičů, se zapojením komunity i bez zapojení komunity)

### Organizace školy

- Škola při výběru aktivit pro daný školní rok spolupracuje s učiteli, rodiči a žáky a do výběru je aktivně zapojuje
- Škola spolupracuje a konzultuje také při řešení problémů, např. incidentů v souvislosti s drogami
- Ve školním řádu jsou uvedeny jasné instrukce a pravidla ohledně drog, a vedení školy tato pravidla dodržuje a vyžaduje to i od dalších zúčastněných
- Škola podporuje provádění preventivních aktivit
- Škole se podařilo získat prostředky na provádění aktivit mimo výuku
- Administrativní personál spolupracuje s učiteli
- Personál školy má příležitosti profesně se rozvíjet
- Existuje kvalitní spolupráce mezi školou a místními zdravotnickými službami, např. se školní zdravotnicí

## Učitelé

- Někteří učitelé ve škole již mají zkušenosti s programy v oblasti zdravotnické osvěty
- Mezi učiteli panuje dobrá atmosféra a jsou zvyklí spolupracovat a předávat si zkušenosti
- Mezi učiteli je vůle dělit se o získané dovednosti a odborné znalosti (např. školit další učitele)

## Finanční prostředky na výcvik

- Centrální nebo regionální orgány každoročně uvolňují školám konkrétní finanční prostředky na implementaci preventivních programů
- K dispozici jsou prostředky na školské projekty od ministerstva školství nebo ministerstva zdravotnictví
- Centrální orgány spolupracují s dalšími agenturními a institucionálními fondy, které poskytují prostředky na specifické projekty
- Existují instituce, banky a speciální fondy agentur pro podporu projektů ve školách nebo projektů veřejného zájmu
- Školský systém poskytuje učitelům prostředky na to, aby se mohli účastnit „extra“ aktivit (např. školit kolegy ve specifických aktivitách)

## Názory rodičů

- Do plánování školních aktivit jsou zapojeny rodičovské výbory
- Rodiče mají zájem o preventivní aktivity a očekávají, že se ve škole budou realizovat preventivní programy
- Rodiče jsou ochotni podílet se na preventivních aktivitách nebo se na nich v minulosti již podíleli.

## 2.3 Obecná doporučení pro dobrou praxi

- Před implementací konkrétního programu ve škole zorganizujte schůzku, kde budete informovat o připravovaném programu školské úřady, učitele, rodiče i samotné žáky.

- Pro rozvoj CSI programu má zásadní význam zájem ředitelů škol. Zorganizujte krátkou schůzku (poradu) ředitele s učiteli, kteří vedou program. Často se jich stačí

zeptat, jak to jde a jestli s něčím nepotřebují pomoci.

- Připravte časový plán pro třídy i pro celou školu. Až vyberete, který program se bude provádět, navrhnete plán projektu včetně uvedení jednotlivých kroků implementace programu a odpovídajícího časového rozvrhu.

- Udržujte kontakty se školiteli a učiteli, kteří ve stejné době provádějí program v jiných školách. Při řešení problémů je velmi užitečné mít možnost podělit se o zkušenosti.

- Udržujte zájem o program i mezi učiteli, kteří se ho neúčastní. Při formálních schůzích připomínejte učitelskému sboru, že se program provádí a jakých úspěchů dosáhl.

- Po skončení programu zorganizujte schůzku s třídami, na které budou děti moci projevit zpětnou vazbu (např. výstavku toho, co žáci vytvořili, na kterou můžou přijít rodiče).

## Jak začít

**Posouzení prostředí** (*čím více splněných kritérií máte, tím snadněji se vám bude zahajovat program*)

- ministerstvo školství – mandát, propagace a koordinace
- škola se může samostatně rozhodnout, jestli chce realizovat CSI program
- regionální orgány program propagují a koordinují
- ve škole se spolupracuje a probíhají konzultace, do kterých jsou zapojeni učitelé, rodiče i žáci
- program vedou nebo řídí motivovaní učitelé
- ve škole je tradice provádět preventivní programy nebo o tom škola má programové prohlášení nebo vizi

**Kritéria pro výběr  
CSI programu**

(viz nástroj 1)

## Implementace

**Shromažďování prostředků na CSI program**

- Zapojte rodiče, mohou program podporovat
- Zjistěte, jaké prostředky jsou k dispozici od ministerstev, regionu nebo ze školního rozpočtu

**Tipy pro  
obstarávání  
prostředků**

(viz nástroj 2)

**Organizace a příprava na provádění CSI programu**

- Naplánujte implementaci programu a zařaďte ji do školního kalendáře
- Podpořte legislativně další vzdělávání učitelů. Umožněte jim účast na školení (pokud je k dispozici) nebo zorganizujte školení, které povedou učitelé, kteří již preventivní programy prováděli

**Zorganizujte  
školení pro  
učitele**

(Viz nástroj 3)

## Udržení programu

**Podmínky zajištění kvality CSI programů**

- Učitelé jsou schopni působit jako školitelé (trenéři)
- Učitelé jsou motivováni k tomu, aby prováděli jednotlivé lekce ve stanoveném pořadí
- Rodiče mají zájem o to, aby se pokračovalo s preventivními aktivitami a žádají, aby se ve škole opakovaly každý rok
- Upravte program tak, aby byl zařazen do osnov jednoho nebo dvou dalších školních předmětů
- Pro implementaci je zajištěno financování z ministerstev
- Dohlížejte na implementaci programu a navrhujte, jak ji vylepšit

**Proveďte  
posouzení  
kontroly  
kvality**

(viz nástroj 4)



## Kapitola 3 – Jak provádět CSI program ve třídě

Tato kapitola je věnována učitelům, kteří zvažují nebo jsou pověřeni realizací CSI programu v rámci školní drogové prevence.

Uvádíme několik užitečných návrhů, jak s tím začít a jak se na to připravit. Pro úspěch programu je skutečně nejdůležitější, aby učitelé byli motivováni a dobře připraveni. V této kapitole najdete informace, o které můžete rozšířit pokyny pro učitele uvedené v osnovách CSI programu.

### Jak se zbavit nevhodných očekávání

S rozhodnutím o využití CSI programu souvisí řada teoretických i praktických otázek. Otázka drogové prevence se obvykle řeší z nejrůznějších důvodů, a tak jsou s ní spojena i nejrůznější očekávání. Některá z nich lze splnit, některá ne.

Např. nelze splnit očekávání, že preventivní program může vyřešit již existující problémy s drogami nebo případy jejich užívání. Experimentování s drogami během adolescence je běžné, ale v posledních letech se začátek užívání posunuje do nižšího věku.<sup>16</sup> Mladí lidé, kteří se v určitém věku dostanou do závažných problémů souvisejících s užíváním návykových látek (např. nadměrné požívání alkoholu nebo pravidelné užívání nelegálních drog), obvykle začali experimentovat s drogami v nižším věku, než lidé, kteří k závažnějším formám užívání drog nepřešli.

Metody používané v CSI programech jsou často určeny pro univerzální prevenci, tj. jsou velmi užitečné pro skupiny s nízkou prevalencí experimentálního užívání drog. Některé prvky CSI programů (trénink sociálních a osobních dovedností a korekce normativních přesvědčení) se účinně používají i v selektivní prevenci. Rozhodneme-li se provádět univerzální prevenci, znamená to, že chceme pracovat s celou třídou nebo školou bez zmapování již

existujících rizik - pouze předpokládáme průměrné nízké riziko. Míra užívání drog se velmi liší mezi státy, zeměpisnými regiony, školami a dokonce i mezi jednotlivými třídami ve škole. Takřka ve všech evropských státech jsou k dispozici data o užívání návykových látek z národních nebo místních školních průzkumů. Tam, kde tyto informace k dispozici nejsou, je možno použít statistiky pro jednotlivé členské státy EU, které vede Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost. Viz tabulku 1.0 v úvodu.

### Otázka „specialistů“

Podle některých učitelů je drogová prevence, nebo už to, že se s mladými lidmi mluví o drogách a závislosti, komplikovaná záležitost, která by se měla svěřit externím specialistům, např. psychologům, sociálním pracovníkům nebo poradcům. Ve školách existuje dlouhodobá tradice najímat „specialisty“, aby diskutovali se studenty o drogách. Bohužel se ale neprokázalo, že by to nějak zvyšovalo efektivitu prevence experimentování s drogami. Naopak se jednorázové návštěvy expertů a přednášky ve školách považují za kontraproduktivní a špatnou praxi, protože mohou přitahovat pozornost k užívání drog a zvyšovat zájem mladých lidí o drogy. Zejména proto, že se při těchto jednorázových akcích nevěnuje pozornost sociálním dovednostem a normativním přesvědčením.

### Komplexní přístup

Výhodou preventivních CSI programů jako Unplugged je, že se nezaměřují výhradně na chemické a fyziologické aspekty užívání návykových látek, ale také na sociální, normativní a komunikační otázky spojené s experimentálním užíváním drog a přechodem k pravidelnému a problematickému užívání. Další informace o teoretických východiscích preventivních CSI programů jako Unplugged najdete v Úvodu.

### Jak se vypořádat s limity

Během realizace komplexního a náročného programu se setkáváme jak s časovým a prostorovým omezením, tak s omezeními spojenými s naší motivací, případně s motivací kolegů a studentů. CSI programy

<sup>16</sup> viz nejnovější zprávu EMCDDA a ESPAD o zkušenostech s užíváním návykových látek

obvykle mívají několik základních požadavků, které by se měly zvážit již při výběru programu. Nejdůležitějším z nich je dostatek času na přípravu i implementaci. Učitelé potřebují kromě času na školení průměrně ještě dalších 20-30 hodin.

### Jak zahrnout CSI do školních osnov

Učitelé si někdy kladou otázku, jestli drogová prevence zapadá do „jejich“ předmětu, případně bývají přesvědčeni, že by se rozhodně více hodila do jiných předmětů, než do toho, který vyučují. Pro úspěch programu ale není otázka předmětu zdaleka tak důležitá jako motivace učitelů a jejich dovednosti. Drogová prevence se podle všeho navíc vztahuje k takřka všem školním předmětům. Z toho vychází i interdisciplinární povaha preventivních CSI programů, která umožňuje, aby program implementoval interdisciplinární tým. Úspěch je ale podmíněn také následujícím:

- Všichni učitelé v týmu jsou motivováni přijmout program za svůj a případně ho dále šířit v rámci školy
- Všichni učitelé v týmu jsou ochotni absolvovat specifické školení, které je obvykle součástí CSI programů

### 3.1 Před zahájením programu

#### Školení pro učitele

Prostředky by se měly rozdělovat po pečlivé úvaze. V Evropě bývají učitelé obvykle školeni tak, aby zahrnovali nejrůznější preventivních sdělení do různých školních předmětů. Často se tomu říká „integrovaná“ nebo „holistická“ prevence. Ta ale učitelům neposkytuje jasné a konkrétní pokyny a nemívá promyšlenou strukturu, ani není možné kontrolovat její kvalitu.

Školení pro učitele, kteří budou CSI program vyučovat, je obvykle poměrně komplexní a poskytují ho odborníci na prevenci, někdy s pomocí učitelů, kteří mají s CSI programy zkušenosti. Školení se skládá z informací a tréninku komunikace, po kterém se probírá podrobný návod (protokol nebo kurikulum), na což nestačí několik hodin. Školení pro učitele v rámci programu Unplugged např. trvá až dva a půl dne.

Přítomnost učitelů z různých škol může přispět k pozitivní výměně zkušeností a myšlenek a je navíc užitečné pro vytváření podpůrných sítí učitelů, kteří vyučují CSI programy drogové prevence.

### Význam školního prostředí

Zjistíte-li, že jste ve vaší škole první, kdo by chtěl provádět CSI program prevence užívání návykových látek, budete pravděpodobně do programu muset investovat více energie než učitelé ze škol s dlouhou tradicí prevence nebo zdravotnické osvěty. Pokud už se ve vaší škole nějaký CSI program někdy prováděl, můžete využít zkušeností kolegů, kteří se na něm podíleli. Pro podporu preventivních aktivit mezi studenty je důležité, aby ve škole panovalo zdravé klima a platily v ní bezdrogové normy.

### Cílová skupina

Je třeba se rozhodnout, pro kterou věkovou skupinu program bude, přičemž je nutno zohlednit vývojový stupeň žáků. Program Unplugged je např. připraven a vyhodnocen pro dospívající ve věku 12 až 14 let. Neznamená to, že by si z něj něco neodnesli i mladší nebo starší žáci, ale je potřeba pečlivě zvážit, jak přínosné by to pro ně bylo. U žáků mladších dvanácti let je např. nutno zajistit, aby v nich prezentované informace neprobudily zájem o drogy. U studentů starších 14 let by tento program pravděpodobně nebyl příliš účinný.

Dále si učitelé musí odpovědět na otázku, se kterou cílovou skupinou ve škole budou pracovat. Ať se již rozhodnou jakkoli, musí mít na paměti následující:

- a. Univerzální prevence je účinnější, když se s ní začne brzo a když odpovídá vývojovému stupni žáků (Hawks et al., 2002<sup>11</sup>). Samozřejmě to neznamená, že by se z programu měli automaticky vyřadit starší studenti.
- b. Pokud je to možné, doporučuje se vždy pracovat s celou třídou a ne jen s vybranými žáky

V rámci příprav by se také mělo zajistit, aby studenti ani jejich rodiny nebyly

preventivním programem „zaskočení“. Studenti by měli být vysoce motivováni účastnit se programu a tato míra zájmu by se měla celou dobu udržovat na co nejvyšší úrovni.

### Plánování: čas a prostor

Klíčem k úspěšné implementaci je připravit si časový rozvrh programu. Měl by zahrnovat dvě dimenze:

1. celkový čas na program (tj. začátek – konec)
2. načasování jednotlivých lekcí během školního roku

Ve školách se používají různé organizační postupy. Je dobré si co nejdříve zarezervovat čas a zaznamenat do školního kalendáře, ve kterých dnech a hodinách se bude CSI program konat. Učitel si tak může okamžitě zkontrolovat, jak daleko program je a zároveň:

- Se tak může vyhnout tomu, aby si naplánoval hodiny do období těsně před nebo po státních svátcích, zkouškách atd.
- Je důležité plánovat dopředu, aby bylo možné udržet optimální intervaly mezi jednotlivými lekcemi (obvykle týden), protože většina programů jako Unplugged s určitým časovým odstupem počítá.
- To umožňuje zarezervovat si s dostatečným předstihem prostory nebo třídu, kde budete se studenty provádět některá cvičení.
- Je prostor vyhradit si čas navíc na přípravu, komunikaci s kolegy a rodiči a na evaluaci.

Učitelé by si před zahájením programu měli pečlivě pročíst požadavky na prostor a čas a zamyslet se nad následujícími otázkami:

- Kdy zahájím program?
- Kdy ho hodlám ukončit?
- Kolik času budu potřebovat na přípravu a výuku jednotlivých lekcí?
- Kolik času budu potřebovat na komunikaci s kolegy a rodiči a kdy by k tomu mělo docházet?
- Kde budeme pracovat?

### Jak připravit studenty

Některým učitelům připadá nelehké dobře informovat studenty o připravovaném programu. Je to delikátní záležitost, ale je to potřeba udělat. Je velmi důležité, aby učitel odpovědný za program jasně vysvětlil:

- Proč a kde se program zavádí, aby se zabránilo pocitu, že s danou třídou nebo skupinou je něco v nepořádku.
- Že je program součástí školních osnov.
- Že to, že se program odehrává v regionálním/národním/mezinárodním prostředí, studentům pomůže, aby se cítili součástí větší skupiny.
- Že smyslem a přínosem konceptu „prevence“ v udržování bezdrogového prostředí není odhalit studenty, kteří již někdy experimentovali s legálními nebo nelegálními drogami.
- Že se ve třídě bude využívat metoda tréninku „životních dovedností“ doplněná informacemi o tabáku, alkoholu a dalších drogách a prací s normativními přesvědčeními.

Učitel zapálený pro program si najde způsoby, jak naplnit studenty pozitivními očekáváními toho, co se bude ve třídě dít.

### Jak zapojit rodiče a zákonné zástupce

Rodiče a zákonní zástupci se obvykle velmi rádi zapojují do témat týkajících se vzdělávání. Míra jejich participace i jejich přístup se ale může značně lišit. Lze očekávat, že drogová prevence je z mnoha důvodů považována za velmi citlivou otázku. Za prvé existují rodiny, kde se mohou vyskytovat problémy s tabákem, alkoholem a dalšími drogami. Za druhé se mohou různit očekávání a postoje rodičů k tomuto tématu. Někteří mohou chápat prevenci jako způsob ochrany svého dítěte, jiní mohou mít strach z negativních účinků toho, že se mluví o drogách, jejich zneužívání a závislosti v tak nízkém věku.

Proto se v rámci příprav doporučuje zorganizovat schůzku s rodiči dětí, které byly vybrány pro program. Jejím cílem bude:

- a. Vysvětlit obsah, cíle a metody programu
- b. Dát rodičům možnost ptát se a vyjádřit obavy z toho, že se ve škole mluví o drogách.

- c. Zvýšit zájem rodičů o specifické informace nebo školení pro rodiče (které již je součástí programu Unplugged).

Rodiče mívají málokdy čas, a tak se jich na takových schůzkách obvykle objeví jen několik. Jedním ze způsobů, jak zvýšit jejich účast je naplánovat schůzku tak, aby byla součástí pravidelných třídních nebo školních schůzek. Aby učitelé dali najevo, že stojí o podporu, je dobré zapojit do schůzky pracovníky sociálních služeb nebo zdravotníky spojené se školou. Informace o plánování schůzek s rodiči najdete na adrese [www.eudap.net](http://www.eudap.net).

Není-li takovou schůzku možno zorganizovat, měla by škola a třídní učitel informovat rodiny o novém programu písemnou formou (např. ve školním zpravodaji).

### Jak zapojit celou školní komunitu

Rozhodne-li se učitel pracovat na preventivním programu, aniž by to měl nařízeno školní radou nebo ředitelem, je velmi důležité, aby dalším členům školní komunity nabídl příležitost, jak se zapojit. Ředitel např. může pomoci v oblasti práce s časem, logistiky a dalších prostředků. Ostatní učitelé mohou např. pomáhat při organizování rozvrhu nebo při zastupování. Cennou pomoc ale mohou nabídnout i další zainteresovaní ve škole, např. školní lékař, zdravotnice, sociální pracovníci, psychologové a dokonce i školník (vrátný). Strategii propagující bezdrogové zdraví mohou podpořit všichni, kteří pracují ve škole.

Informování celé školy má navíc tu výhodu, že se podníti zájem o program a usnadní se zavádění strategických opatření.

### 3.2 Jak začít

Implementace programu je umění nacházení rovnováhy mezi potřebami, prostředky a omezeními. Tato kapitola by v tom měla učitelům pomoci.

Pro učitele jsou při implementaci CSI programu nejdůležitější:

- Informace a znalosti
- Týmová práce, spolupráce mezi kolegy, síťování
- Prostor
- Materiální prostředky

A to všechno je navzájem velmi úzce provázané!

### Informace a vědomosti

Je velmi důležité, aby učitelé během celého programu disponovali adekvátními znalostmi o užívání drog a přidružených problémech. Navrhujeme, aby si před zahájením programu sami probrali, co o tom vědí, a průběžně si doplňovali znalosti. V nástroji 8 je uveden seznam doporučené literatury a webových stránek s doplňujícími informacemi. Na zlepšení znalostí se také zaměřuje přípravné školení. V některých státech navazuje na školení pro učitele v rámci programu Unplugged podpora ve formě asistenční telefonní linky nebo tzv. helpdesku. Také je možno získat bezplatně manuál pro učitele s podrobnými informacemi o alkoholu a drogách. Najdete ho na adrese [www.eudap.net](http://www.eudap.net).

Za zmínku určitě stojí, že lze jen doporučit, aby se model vzdělávání vycházející z principu komplexního vlivu sociálního prostředí (CSI programy) prováděl i samostatně bez preventivního programu. Dovednosti a techniky, které se zde žáci naučí, mají totiž univerzální hodnotu a lze je považovat za užitečný prvek rozvoje osobnosti.

Čas, který učitelé věnují studiu a tréninku lze také považovat za dobrou investici jak z perspektivy rozvoje osobnosti, tak z perspektivy vzdělávání.

### Týmová práce a síťování

Spolupráce ve škole pomáhá zlepšit ekonomickou efektivitu programu. Není-li síťování již součástí zvoleného programu, doporučuje se, aby se učitelé pokusili navázat spolupráci s kolegy, kteří vedou podobné programy v jiných školách.

Bývá užitečné pořádat podpůrné schůzky, kde si učitelé (tj. účastníci stejného školení

pro učitele) budou vyměňovat informace, povídat o problémech, pocitech a zkušenostech v prostředí, které jim skýtá bezpečí a podporu a kde lze docílit toho, aby se nebáli mluvit o všem, co se podle nich „nedaří“. Také se tak vytvoří týmy lidí, kteří řeší stejné problémy. Znamená to, že se v rámci prevence dá dohromady více lidí a lépe se pak šíří „lepší praxe“.

### **Týmová výuka**

Během běžných vyučovacích hodin je ve třídě jeden učitel na přibližně 25 až 30 studentů. V některých případech ale tento poměr neumožňuje efektivní výuku a je lepší, když se stejným počtem žáků pracují učitelé dva. A ještě důležitější je to při práci s tak interaktivními osnovami, jaké má např. program Unplugged i další podobné CSI programy.

Při výuce CSI programu se velmi vyplatí pracovat v týmu. Má to několik výhod, např.:

- Možnost praktické podpory během výuky
- Možnost „půjčovat“ si čas od dalších učitelů, pokud se lekce protáhne
- Možnost výměny názorů, pocitů a debaty o problémech po jednotlivých lekcích
- Žákům se dostává více pozornosti – jak jako skupině, tak jako jednotlivcům
- Možnost zastupování během nemoci nebo dovolených
- Mezioborová („mezipředmětová“) výuka
- Zlepšení komunikace mezi studenty navzájem i mezi studenty a učiteli
- Lepší možnosti komunikace s rodiči
- Tým učitelů proškolených v provádění CSI programů může sloužit jako pozitivní příklad pro oblast drogové prevence ve vaší škole nebo regionu

Jak dosáhnout týmové výuky:

- Zorganizujte schůzky a skupinové diskuze nebo zařaďte program na seznam témat následující učitelské konference
- Připravte krátkou prezentaci pro kolegy
- Požádejte další učitele se zkušenostmi s výukou CSI programů, aby je krátce představili vašim kolegům nebo řediteli školy

Do vztahů s kolegy je dobré vkládat energii a nadšení, pomáhá to týmové spolupráci a participaci v projektu. Prevence je seriózní záležitost, která vyžaduje aspoň základní informovanost, a tak by všichni členové týmu měli absolvovat stejné školení.

### **Získání přehledu o finanční podpoře**

Další otázkou, které bychom se měli věnovat, jsou finanční prostředky na provádění programu. Jakmile se rozhodne o zahájení CSI programu, je důležité zajistit dostatek ekonomických prostředků na jeho přípravu i implementaci.

Je důležité využívat využit školní fondy a to, co škola nabízí, i kolegy, kteří již někdy tento program vyučovali. Je-li třeba zajistit více prostředků, lze oslovit sponzory (viz nástroj 2) nebo agentury, které zajišťují nebo poskytují granty pro oblast drogové prevence. Některé CSI programy vyžadují další investice, ale v programu Unplugged jsou materiály poskytovány bezplatně.

### **Jak optimalizovat využití času**

Školní preventivní programy jsou obvykle připravovány tak, aby se vešly do běžné vyučovací hodiny (přibližně padesát minut). V praxi se to ale často nemusí povést – výuka některých lekcí se může někdy protáhnout.

Při udržování zdravého životního stylu taky pomáhá, když jsou studenti v suportivním prostředí. Např. pomáhají legislativní opatření a strategie pro omezení reklamy ve školách nebo v jejich blízkosti, bezdrogové školy a nekuřácké prostředí. V nástroji 5 je uveden kontrolní seznam, který by se měl vyplnit před jednotlivými lekcemi a v nástroji 6 je uveden kontrolní seznam k vyplnění po lekci.

## Seznam obvyklých překážek a návrhů na jejich odstranění:

PŘEKÁŽKA	ŘEŠENÍ
Negativní klima / problémové chování ve třídě	<ul style="list-style-type: none"> <li>• připravit studenty dopředu</li> <li>• dopředu sestavit vhodné skupiny studentů</li> <li>• používat cvičení „na prolomení ledu“ (uvedené v příručce pro program Unplugged)</li> <li>• týmová výuka</li> </ul>
Velmi vysoký počet studentů ve třídách (30 a více)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• týmová výuka</li> </ul>
Studenti s problémy s učením nebo mentálními nebo fyzickými handicap	<ul style="list-style-type: none"> <li>• práce v párech</li> <li>• dopředu sestavit vhodné skupiny studentů</li> <li>• týmová výuka</li> <li>• upravit cvičení tak, aby je mohli provádět všichni studenti (např. cvičení vyžadující fyzický výkon)</li> </ul>
Studenti nejsou zvyklí pracovat interaktivně a nebo ve skupinách	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nacvičit to nebo připravit studenty dopředu</li> <li>• zjednodušit úkoly</li> <li>• týmová výuka</li> </ul>
Učitel není obeznámen s technikou hraní rolí/brainstormingu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prostudovat metodiku pro učitele nebo jiné informační zdroje</li> <li>• zajistit instruktora, který učitele zaučí</li> <li>• zjednodušit hraní rolí</li> </ul>
Hodina začíná později, protože studenti přišli pozdě	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zajistit, aby byla studentům lekce připomenuta den dopředu</li> <li>• oceňte studenty když přijdou včas</li> <li>• naplánujte lekci na jindy</li> </ul>
Ve třídě je málo místa nebo je potřeba ji přestavět (přearanžovat)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• požádat o pomoc další učitele nebo studenty</li> <li>• přestavit třídu den předem</li> <li>• upravte aktivity tak, aby se daly provádět v prostoru, který je k dispozici</li> </ul>
Materiály nejsou připraveny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• připravit materiály den předem (viz také níže uvedený kontrolní seznam)</li> <li>• rozdat studentům úkoly několik dnů předem</li> </ul>

### 3.3 Evaluace programu

Podobně jako v programu Unplugged se i v mnoha dalších CSI programech sbírají data pro následnou evaluaci procesu a nebo účinků programu. Zaznamenávat informace je užitečné jak pro účely evaluace, tak pro určení účinnosti a nákladovosti programu. Pro učitele by to měla být priorita, a to i tehdy, když to není vyžadováno přímo v programu nebo pro administrativní účely. S evaluací programu vám mohou pomoci nástroje 6 a 7.

**Základní princip č. 1:** dnes se sice může zdát, že se o program nikdo nezajímá, ale zítra se po vás může chtít, abyste ukázali, co a jak jste dělali.

**Základní princip č. 2:** co si nezaznamenáš hned, nebudeš si zítra pamatovat

Na konci následující kapitoly proto uvádíme kontrolní seznam položek, které je dobré vyhodnocovat. Informace je nutno vyplnit ihned po skončení jednotlivých lekcí.

## Nástroj 1: Jak vybrat CSI program?

*Níže uvádíme doporučená kritéria, podle kterých lze vybrat kvalitní CSI program prevence užívání drog:*

- Program je vytvořen nebo doporučen neziskovou organizací nebo orgánem veřejné správy, který není nijak propojen s komerčním průmyslem (např. tabákovou firmou).

- Program byl posouzen pomocí adekvátního evaluačního nástroje (designu), např. pomocí náhodněných kontrolních studií nebo „pre-post“ designů s kontrolní skupinou. Méně účinnými evaluačními nástroji jsou: „pre-post“ designy bez srovnávacích skupin, jednorázový průzkum po ukončení programu, srovnávací studie bez znáhodnění a případové studie bez srovnávacích skupin. Při evaluaci programu je také nutno použít odpovídající metodu analýzy dat.

- *Program má prokázanou účinnost pokud:* se při evaluaci programu prokázal měřitelný a statisticky významný rozdíl ve výsledcích, případně byl prokázán spolehlivý indikátor velikosti účinku. Mezi relevantními výsledky patří snížení počtu těch, kteří začali drogy užívat, opoždění začátku užívání, pomalejší nárůst nebo snížení frekvence užívání drog a ne pouze faktory jako míra znalostí, sebejistoty/sebedůvěry nebo schopností. Evaluace ukázala, že účinky trvají nejméně rok po ukončení programu.

- *Obsah programu je relevantní pro cílovou skupinu a setting (prostředí).* Program byl připraven pro žáky konkrétních ročníků (nebo žáky v konkrétním věku) a jeho cílem je měnit chování žáků pomocí jasného přístupu, který je pro tuto skupinu a prostředí adekvátní.

- *Logický základ programu je jasně definován a obsah programu i procesy v něm probíhající odpovídají jeho cílům.*

- *Program vychází z principu komplexního vlivu společnosti.* Programy vycházející z komplexního vlivu společnosti jsou nejefektivnější programy, které jsou k dispozici, protože se zaměřují na existující normy, závazky/záměry studentů neuzívat

drogy, životní dovednosti i znalosti o drogách.

- *Výuka a učení jsou interaktivní:* program zahrnuje techniky, které stimulují aktivní účast studentů, např. otevřené diskuze, řešení problémů, brainstorming, trénink rozhodovacích dovedností a asertivity, hraní rolí a práce v malých skupinách.

- *Program poskytuje potřebné informace a pokyny pro implementaci,* např. instrukce a materiály pro trénink a implementaci a další typy podpory.

- *Součástí programu je školení pro vedoucí programu (učitele).*

## Nástroj 2: Jak shánět prostředky

Nestačí-li na provádění preventivních aktivit školní rozpočet, je nutno hledat další zdroje financování. Uvádíme seznam možných externích zdrojů financí, které bývají poměrně často přehlíženy nebo nevyužívány.

- Ministerstvo školství pro aktivity spojené se zdravotnickou osvětou
- Ministerstvo zdravotnictví pro aktivity spojené se zdravotnickou osvětou
- Zařízení a sítě působící v oblasti propagace zdraví a nebo zdravotnické osvěty
- Financování projektů z bank nebo úvěrových ústavů
- Financování projektů na regionální nebo místní úrovni (krajské úřady, městské úřady)
- Neziskové organizace se zaměřením na zdraví dětí
- Školní soutěže s peněžními cenami



### Nástroj 3: Jak co nejlépe využít školení pro učitele

- Kontaktuje školitele, který organizuje nebo provádí školení
- Zjistěte, kolik učitelů by se účastnilo školicího kurzu
- Určete kritéria pro výběr a rozhodně nezapomeňte vysvětlit logická východiska programu (např. význam vyučování v jedné (stejně) třídě nebo třídách, vyvážené zastoupení podle pohlaví)
- Rozhodněte, kolik učitelů je možno proškolit s ohledem na dostupné finanční prostředky
- Podle ročního plánu školy určete termín školení

### Nástroj 4: Jak provádět kontrolu kvality

- Udržujte kontakt s agenturou odpovědnou za program
- Zeptejte se agentury, která zaštiťuje CSI program, jestli má škola vyplňovat nějaké formuláře pro monitorování výsledků. Pokud je agentura nemá, vytvořte si vlastní.
- Monitorovací formulář vyplněný učitelem (před lekcí i po ní) by měl obsahovat položky uvedené v nástroji 5 a 6
- Dobře naplánovanou výuku poznáte podle toho, jak se cítí učitel a jak je se svým výkonem spokojený, i podle příznivých ohlasů od žáků
- Do evaluace musí být zařazeni všichni studenti zapojení do programů
- Za indikátory úspěšnosti programu považujte pozitivní změny ve školním klimatu, fyzické a duševní pohodě (*well-being*) a mezilidských vztazích
- Sdělte agentuře odpovědné za evaluaci, jak by se dala zlepšit

## Nástroj 5: Kontrolní seznam – vyplnit před každou lekcí

### Před každou lekcí

Při provádění CSI programu jako např. Unplugged je také nutno ošetřit řadu praktických detailů. Část z toho si lze naplánovat dopředu.

Den před jednotlivými lekcemi si prosím najděte čas na projití následujícího kontrolního dotazníku, který vychází z příručky pro provádění programu.

<b>Obsah této lekce je mi jasný</b>	
<b>Plánuji, že lekce bude trvat _____ minut</b>	
<b>Jsem obeznámen/a s cvičeními v této lekci</b>	
<input type="checkbox"/> Zahájení <input type="checkbox"/> Úvodní „zahřívací“ cvičení <input type="checkbox"/> Hraní rolí <input type="checkbox"/> Skupinová práce	
<b>Studentům byli informováni (případně jim bylo připomenuto)</b>	
<input type="checkbox"/> o lekci <input type="checkbox"/> o tom, jaké mají úkoly	
<b>Na lekci jsou připraveny následující pomůcky</b>	
<input type="checkbox"/> papír <input type="checkbox"/> papírové bloky <input type="checkbox"/> pera / tužky / fixy / barvy <input type="checkbox"/> nůžky <input type="checkbox"/> lepidlo / lepicí páska <input type="checkbox"/> pracovní materiály pro studenty (pro tuto lekci)	
<b>Na lekci je připraveno následující technické vybavení</b>	
<input type="checkbox"/> PC <input type="checkbox"/> video <input type="checkbox"/> videokamera / kamera <input type="checkbox"/> TV <input type="checkbox"/> zpětný projektor <input type="checkbox"/> diaprojektor / dataprojektor <input type="checkbox"/> jiné	

## Nástroj 6: Monitorování lekcí

<b>Po každé lekci</b>
-----------------------

Pomocí tohoto kontrolního dotazníku si můžete jednoduše a rychle udělat poznámky, které se vám budou hodit při vykazování aktivit (reportingu) a při evaluaci programu. Doporučujeme, abyste si ho upravili do nějaké atraktivní formy a aby ho mohli používat všichni učitelé zapojení do programu.

<b>NÁZEV NEBO ČÍSLO LEKCE:</b>	
<b>ŠKOLA:</b>	<b>TŘÍDA:</b>
<b>Datum</b>	
<b>Délka lekce (minuty)</b>	
<b>Počet zúčastněných studentů</b>	
<b>Průběh lekce</b>	
<b>Provedená cvičení</b>	
<b>Přeskočená cvičení</b>	
<b>Důvody pro přeskočení cvičení</b>	
<b>Jak to šlo</b>	
<b>Míra spokojenosti <u>učitele</u> s vlastním vedením lekce</b>	<b>Stupnice 1-10</b> <b>0= naprostá nespokojenost</b> <b>10= naprostá spokojenost</b>
<b><u>Poznámky</u></b>	
<b>Míra participace <u>studentů</u></b>	<b>0 = absence</b> <b>10 = velmi vysoká</b>
<b>Přispěli studenti svými názory a otázkami?</b>	
<b>Byli studenti celou dobu aktivní a motivovaní a projevovali zájem?</b>	
<b>Míra spokojenosti studentů</b> <input type="checkbox"/> nehodnocena	<b>Procento studentů, kteří uvedli, že se jim lekce líbila</b>
<b>Momenty v lekci, které fungovaly obzvláště dobře</b>	
<b>Co se nepodařilo</b>	
<b>Co by učitel chtěl změnit</b>	

## Nástroj 7: Monitorování míry přijetí programu

Míru přijetí a šíření programu na národní/regionální úrovni lze evidovat dotázaním škol na konci školního roku. K získání informací potřebných pro účely evaluace a vykazání provedených aktivit (reportingu) můžete použít následující kontrolní dotazník.

<b>Školní rok</b>		
<b>Název programu</b>		
<b>Zapojené regiony</b>	<b>Seznam</b>  Pro celkem ..... obyvatel	
<b>Na regionální úrovni</b>	<b>Celkový počet škol se třídami, pro které je program vhodný (z hlediska věku žáků)</b>	
<b>% zapojených škol</b>	<b>Počet zapojených škol ve srovnání s celkovým počtem škol v regionu</b>	
<b>Míra přijetí %</b>	<b>Počet škol, které s implementací programu souhlasily ve srovnání s celkovým počtem oslovených škol</b>	
<b>Míra implementace %</b>	<b>Počet škol, které (aspoň částečně) program zavedly ve srovnání s celkovým počtem škol, které s implementací programu souhlasily</b>	
<b>Míra převzetí/osvojení %</b>	<b>Počet škol, které (aspoň částečně) program zavedly ve srovnání s počtem všech škol</b>	
<b>Změny míry převzetí mezi rokem 1 a 2</b>	<b>% míry převzetí programu v roce 2 mínus % míry převzetí programu v roce 1</b>	
<b>Na školní úrovni</b>		
	<b>Počet tříd, kde se realizuje program (aspoň částečně)</b>	
	<b>Počet zapojených studentů</b>	
	<b>Počet učitelů, kteří absolvovali školení</b>	
<b>% počet realizovaných lekcí</b>	<b>Počet (aspoň částečně) realizovaných lekcí z celkového počtu lekcí zařazených do programu</b>	
<b>% počet dokončených lekcí</b>	<b>Počet dokončených lekcí z celkového počtu realizovaných lekcí</b>	

## Nástroj 8: Doporučená četba

### *Knihy a publikace*

Thomas R. School-based programmes for preventing smoking. *The Cochrane Database of Systematic Reviews* 2002, Issue 2. Art. No.: CD001293. DOI: 10.1002/14651858.CD001293.

Sussman S, Earleywine M, Wills T, Cody C, Biglan T, Dent CW, Newcomb MD. The Motivation, Skills, and Decision-Making Model of "Drug Abuse" Prevention. *Substance Use & Misuse* 2004; 39: 1971–2016

The State of the Drugs Problem in Europe - Annual Report 2006  
<http://ar2006.emcdda.europa.eu/download/ar2006-en.pdf>

### *Zdroje informací na internetu*

Oficiální webové stránky projektu EU-Dap  
<http://www.eudap.net/>

Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost  
<http://www.emcdda.europa.eu/>

- zdroje informací:  
<http://www.emcdda.europa.eu/index.cfm?fuseaction=public.Content&nnodeid=9744&sLanguageiso=EN>

- recenze:  
<http://www.emcdda.europa.eu/index.cfm?fuseaction=public.Content&nnodeid=9741&sLanguageiso=EN>

Globální síť pro protidrogovou prevenci  
Global Drug Prevention Network  
<http://www.gdpn.org/> Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách  
<https://www.espad.org>

PERK (Prevention and Evaluation Resource Kit, Zdroje pro prevenci a evaluaci )  
<http://www.emcdda.europa.eu/?nnodeid=9932>

Exchange on Drug Demand Reduction Action (EDDRA)  
<http://eddra.emcdda.europa.eu/>

Banka evaluačních nástrojů – (Evaluation Instruments Bank)  
<http://eib.emcdda.europa.eu/>

National Institute of Drug Abuse  
<http://www.nida.nih.gov>

Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti při Úřadu vlády ČR  
<http://www.drogy-info.cz>

Centrum adiktologie Psychiatrické kliniky 1. LF a VFN UK v Praze  
<http://www.adiktologie.cz>

Drogový informační server, Sananim o.s.  
<http://www.drogy.net/>



**DE SLEUTEL**

Centrale Folgebestedelingscommissie  
Koninklijke Hoogland-Prinses-Koninklijke



centrum adictologie



**Stockholms läns  
landsting**