

Nebojte se ticha. Někdy děti potřebují jen vyslechnout.

- "Nemůžu si to nechat pro sebe, protože to, co říkáš, je moc závažná věc. Pokud ti mám pomoci, nepůjde to bez toho, abych to řekl/a rodičům. Můžeme se předem domluvit na tom, jestli to zvládněš říct sama/a, nebo jím to řeknu já, anebo jím to řekneme společně. Můžeme se taky domluvit, co a jak jím budeme říkat."

a koho budete informovat: Respektujte, pokud dítě nechce mluvit, a ujistěte ho, že může přítit jindy, kdyby chtěl. Pokud se dozvíte závažně informace (sebezpoškození, úvahy o sebevraždě, zneužívání, šikana apod.), neshlíbněte, že to nikomu neřeknete. Domluvit se s žákem na tom, jak

- "Vidím, že jsi poslední dobou nějaký smutný, trápí tě něco?"
- "Mám pocit, že se s tebou něco děje, nechceš si promluvit?"
- "Zdá se mi, že není něco v pořádku, že se trápíš. Můžu pro tebe něco udělat?"
- "Pokud máš ve škole někoho, za kým bys chtěl zajít, můžeme za ním jít spolu. Nemusím to být já komu se svěřis."
- "Jsem tu pro tebe, když budeš potřebovat."
- "Když budeš chtít, pomůžu ti vyhledat nějakého odborníka."
- "Je mi líto, že se trápíš."
- "Děkuji ti za tvou důvěru."

Můžete využít i něco z následujících vět: Věnujte dítěti svůj čas a buďte v tu chvíli pouze pro něj. Naslouchejte, nesrovnávejte, nesudte, nenadávejte, nezlepkujte a neříkejte to, co by dítě "mělo" nebo "muselo". Zvolte příjemné prostředí a u rozhovoru se posadte. Zajistěte dostatek soukromí, není vhodné vést rozhovor na chodbě, pokud je to možné

Jak navázat podpůrný rozhovor?

Oblasti náročných životních situací

Domov má být místem bezpečí a jistoty

Oblast domácího násill

- Dítě se bojí jít domů
- Dítě má strach o své blízké
- Dítě zažívá vleklý rozvod rodičů nebo jinou náročnou situaci
- Dítě mluví o ztrátě blízké osoby

Neztrácej se před očima...

Oblast poruch příjmu potravy

- Dítě často mluví o tom, že není spokojené s tím, jak vypadá
- Dítě se vyhýbá společnému času s jídlem
- Dítě ubývá na váze a má méně energie a sil pro učení

Ani v hlavě nejsi sám

Oblast psychických potíží

- Dítě je smutné, úzkostné, neprojevuje radost
- Dítě mluví o tom, že je méněcenné a zbytečné
- Dítě má tendenci ubližovat sobě nebo ostatním
- Dítě mluví o myšlenkách na smrt

Nenech se spoutat

Oblast závislosti

- Dítě často mluví o počítačových hrách
- Dítě je neklidné, roztržité, nedokáže se soustředit
- Dítě je nezvykle unavené
- Dítě ztrácí svá původní přátelství a uzavírá se

Šikana je nemoc celé třídy

Oblast šikany a agresivního chování

- Dítě je vyřazováno z kolektivu
- Dítě se bojí chodit do školy
- Dítě se s nikým nebaví a je stranou od ostatních
- Třída se baví na účet konkrétního dítěte
- Dítě je zapojeno do šikany jako obět', popřípadě agresor, či jeden z agresorů
- Obět'

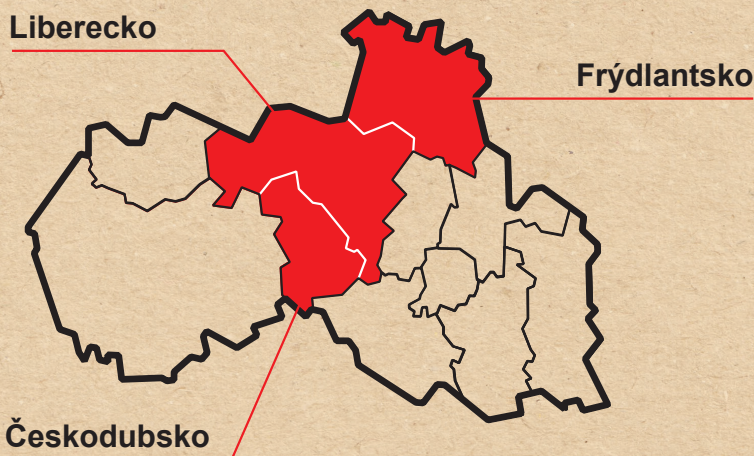
Každý příběh má svou nit

Oblast sebehodnocení

- Dítě má pocit, že o něj nikdo nestojí
- Dítě pochybuje o své jedinečnosti
- Dítě silně vnímá své slabé stránky a nedokáže ocenit své úspěchy



služby namouduši



Všimli jste si dítěte, které má v poslední době problémy s chováním?

Vnímáte, že dítě negativně ovlivňuje složitá rodinná situace?

Je úzkostné, uzavřené, smutné nebo naopak nezvykle aktivní, vztekklé či agresivní?

Vidíte, že dítě reaguje neobvykle nebo se náhle změnil jeho prospěch ve škole?

Děti často reagují na náročnou životní situaci právě změnami ve svém chování. Je docela možné, že dítě prochází náročnou životní situací doma, ve škole, v kolektivu, nebo může mít problém s přijetím sebe samého. Rolí učitelů a pracovníků ve školství je poskytnout dětem potřebnou podporu a pomoci jim náročnou situaci překonat.

Škola ale nemusí být na řešení náročných situací spojených se vzděláváním a výchovou dítěte sama. Nebojte se oslovit odborníky ve svém okolí a využijte multidisciplinární spolupráce s ostatními organizacemi nejen ze školského, ale i ze sociálního a zdravotního sektoru.

Změnou svého chování děti často volají o pomoc. Buďte pro ně důležitou oporou.

Co mohu udělat já jako učitel?

- Vzdělávejte se v oblasti duševního zdraví.
- Všimněte si známek dlouhodobější duševní nepohody u sebe i u žáků.
- Naslouchejte.
- Respektujte jejich názory a odlišnosti.
- Nebojte se otevřeně komunikovat.
- Budujte a podporujte pozitivní vztahy.
- Poskytněte jim základní podporu a nasměřujte je k další pomoci.
- Podávejte věcné, správné, logické a racionální informace.
- Pokud cítíte, že jste problémem zahlceni – nebudte na řešení sami.
- Spolupracujte se školním poradenským pracovištěm, žádejte od svého vedení větší podporu nebo se svěťte blízkému kolegovi.

Využijte řadu služeb ve svém regionu, které se konkrétním

Poradte se s dalšími odborníky ze školského poradenského pracoviště (školní psycholog, speciální pedagog, výchovný poradce, metodik prevence), či školského poradenského zařízení (pedagogicko-psychologická poradna, speciálně pedagogické centrum, středisko výchovné péče).

Spolupracujte s dalšími odborníky, ptejte se na možnosti podpory a řešení

Zapojte do podpory blízké osoby, kterým dítě důvěruje

Všimněte si projevů a ukážete, že máte zájem o situaci dítěte

Jak postupovat při změnách chování dítěte?

Služby Namouduši Liberecko, Frýdlantsko, Českodubsko

FOKUS Liberec, o.p.s.

Sociální rehabilitace – Multidisciplinární týmy duševního zdraví
www.fokusliberec.cz

- Liberec, Nezvalova 662/18
- j.fialova@fokusliberec.cz
- +420 775 742 118

- Frýdlant, Míru 1407
- j.fialova@fokusliberec.cz
- +420 775 742 118

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 6, 7, 8

Pedagogicko-psychologická poradna

www.pppliberec.cz

- Liberec, Truhlářská 3
- info@pppliberec.cz
- +420 731 488 235, +420 482 710 517

- Frýdlant, Mládeže 884, Frýdlant
- +420 601 561 164

Pomůže v situaci: 1

Centrum intervenčních a psychosociálních služeb Libereckého kraje p.o.

www.cipslk.cz

Linka důvěry – služba telefonické krizové pomoci, k dispozici nonstop

- pomoc@linka-duvery.cz
- +420 606 450 044, +420 485 177 177

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Intervenční centrum pro osoby ohrožené domácím násilím
Krizová pomoc, sociálně-právní poradenství

- Liberec 30, Tanvaldská 269
- info.ic@cipslk.cz
- +420 482 311 632, +420 776 776 501

Pomůže v situaci: 8, 7

Poradna pro mezilidské vztahy

- Liberec, Dvorská 445/10
- info@rpliberec.cz
- +420 485 108 866, +420 606 167 312

- Vratislavice nad Nisou, Tanvaldská 269
- info.ic@cipslk.cz
- +420 482 750 890

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Centrum pro integraci cizinců, p.o.

www.cicops.cz

Hermiona – SAS pro rodiny s dětmi

- Liberec, Moskevská 638/8
- hermiona@cicops.cz
- +420 735 752 467

Pomůže v situaci: 1, 5, 6, 7, 9, 10

Odborné sociální poradenství

- Liberec, Moskevská 638/8
- info@cicops.cz
- +420 704 600 700

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Člověk v tísní, o.p.s.

www.clovekvtisni.cz/co-delame/
socialni-prace-v-cr/liberecky-kraj

Terénní programy
podpora rodiny, terénní služba pro ORP Liberec a ORP Frýdlant

- Liberec, Tatranská 597/9c
- ivana.frantova@clovekvtisni.cz
- +420 778 442 540

- Frýdlant, Míru 1407
- ivana.frantova@clovekvtisni.cz
- +420 778 442 540

- Hrádek nad Nisou
- ivana.frantova@clovekvtisni.cz
- +420 778 442 540

Pro ukrajinské uprchlíky

- maxim.sacok@clovekvtisni.cz
- +420 720 933 083

Pomůže v situaci: 5, 6

Vesmír – NZDM

- Liberec, Chrastavská 266/16
- eva.heckleova@clovekvtisni.cz
- +420 734 428 387

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 10

Vzdělávací programy – terénní služba pro ORP Liberec a ORP Frýdlant

- Liberec, Tatranská 597/9c
- iryna.kadlecova@clovekvtisni.cz
- +420 778 400 769

- Frýdlant, Míru 1407
- adela.vascukova@clovekvtisni.cz
- +420 777 782 090

Pomůže v situaci: 1, 5, 6, 7, 9

Majak Plus, z. ú.

www.majak-plus.cz

NZDM Zapes

- Liberec, Konopná 776/8
- zapes@majak-plus.cz
- +420 721 376 722

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Majak NMPS, z.ú.

www.majak-nmps.cz

Kino – NZDM

- Nové Město pod Smrkem, Švermova 853
- info@majak-nmps.cz
- +420 739 416 716

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10

Majak Hrádek, z.ú.

www.majakhradek.cz

Depo – NZDM

- Hrádek nad Nisou, Václavská 138
- depo@majakhradek.cz
- +420 778 533 196, +420 602 126 948

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10

Diakonie ČCE – středisko v Jablonci nad Nisou

www.jablonec.diakonie.cz

Cajk – NZDM

- Frýdlant, Míru 1407
- vedouci.cajk@jablonec-diakonie.cz
- +420 603 291 933

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10

SAS pro rodiny s dětmi – ambulantní a terénní služba pro podporu rodiny

- Frýdlant, Fügnerova 1124
- ivana.kandler@jablonec-diakonie.cz
- +420 604 884 505

Pomůže v situaci: 1, 5, 6, 7, 9

Občanské sdružení D.R.A.K. z.s.

www.sdruzenidrak.cz

Terénní programy

- Liberec, Oblačná 450/1
- korinkova@sdruzenidrak.org
- +420 485 102 668, +420 602 440 731

- Hrádek nad Nisou, Václavská 471
- korinkova@sdruzenidrak.org
- +420 485 102 668, +420 602 440 731

Pomůže v situaci: 5, 6

SAS pro rodiny s dětmi – ambulantní a terénní služba pro podporu rodiny

- Liberec, Oblačná 450/1
- roskova@sdruzenidrak.org
- +420 725 775 909

- Hrádek nad Nisou, Václavská 471
- bukvicova@sdruzenidrak.org
- +420 725 775 909

- Osečná, Svatovítské náměstí 87
- roskova@sdruzenidrak.org
- +420 725 775 909

Pomůže v situaci: 1, 5, 6, 7, 8, 10

Dětské centrum Liberec, p.o.

www.dc-liberec.cz

Sociální rehabilitace

- Liberec, Pekárkova 572/5
- socrehab@dc-liberec.cz
- +420 778 490 480, +420 604 820 026

Pomůže v situaci: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Sdružení TULIPAN, z.s.

www.sdruzenitulipan.cz

SAS pro rodiny s dětmi – ambulantní a terénní služba pro podporu rodiny

- Liberec, 28. října 59/42
- okruhlicova@sdruzenitulipan.cz
- +420 775 802 270

- Liberec, Frýdlantská 1351/15
- okruhlicova@sdruzenitulipan.cz
- +420 775 802 270

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Amina – služby pro rodinu, o.p.s.

www.amina-nrp.cz

SAS pro rodiny s dětmi – ambulantní a terénní služba pro podporu rodiny

- Liberec, Jablonecká 8/31
- sas@aminaprorodinu.cz
- +420 725 965 533

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10

Advaita, z. ú.

poradny.advaitaliberec.cz

Odborné sociální poradenství

- Liberec, Rumunská 14/6
- recepce@advaitaliberec.cz
- +420 603 829 730

- Frýdlant, Míru 1407
- frydlant@advaitaliberec.cz
- +420 732 315 469

Pomůže v situaci: 4

Bílý kruh bezpečí, z.s.

www.bkb.cz

Odborné sociální poradenství

- Liberec, Palachova 504/7
- bkb.liberec@bkb.cz
- +420 605 952 852

Pomůže v situaci: 8

Dům dětí a mládeže Větrník

www.ddmliberec.cz

- Liberec, Riegrova 16
- +420 482 710 401

Pomůže v situaci: 10

Středisko výchovné péče Liberec

www.svp-lbc.cz

- Liberec, Na Výšinách 45/9
- svp_lbc@centrum.cz
- +420 482 750 807

Pomůže v situaci: 2, 3, 5, 7, 8, 10

Středisko výchovné péče FELIX Frýdlant

www.svpfrydlant.cz

- Frýdlant, Železná 824
- info.felix@svpfrydlant.cz
- 420 777 545 628

Pomůže v situaci: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10

FRYSKO

www.frysko.cz

Pomůže nasměrovat, která služba je na Frýdlantsku dostupná.



Situace, ve kterých může služba pomoci

1. Potíže v oblasti vzdělávání

Dítěti nejde učení, ve škole i přes nastavenou podporu nestihá, výrazně se horší v prospěchu, nemá o vzdělávání zájem.

2. Potíže v oblasti duševního zdraví

Dítě je stále smutné, úzkostné, traumatizované, straní se vrstevníků, má potíže s příjmem potravy, poškozuje se, pokusilo se o sebevraždu.

3. Potíže v oblasti chování

Dítě vykazuje náročné chování, chová se agresivně či rizikově, ohrožuje sebe nebo své okolí, je předčasně sexuálně aktivní, chodí opakovaně za školu, je aktérem šikany/kyberšikany.

4. Závislosti

Dítě užívá drogy, alkohol, kouří, hraje automaty, nebo tráví u telefonu/počítače nadměrně množství času s negativními dopady na jeho zdraví a vztahy.

5. Náročná životní situace rodiny

Členové domácnosti jsou dlouhodobě nezaměstnaní, rodina přišla o bydlení. Prostředí, ve kterém rodina žije, není vhodné k výchově dítěte. Rodina má nestabilní bytovou situaci, například žije na ubytovně nebo se často stěhuje.

6. Ohrožení sociálním vyloučením

Rodina se cítí vyloučená ze společnosti. Její členové nemají kontakt s většinovou společností, jsou izolovaní, žijí ve vyloučených lokalitách. Dítě nebo některý z rodičů mají zdravotní znevýhodnění (tělesné, mentální, duševní) a v důsledku toho jsou izolovaní.

7. Nevládní role rodiče

Rodič (pěstoun, či jiný zákonný zástupce) nerozumí potřebám a chování dítěte. Svým chováním dítěti ubližuje, záměrně ho omlouvá ze školy, a podporuje ho tak v záškoláctví. Má sám dlouhodobé psychické potíže, které podstatně ovlivňují jeho roli. Rodič nemá dostatečné rodičovské kompetence, a rodina proto potřebuje pomoc.

8. Krize v rodině nebo násilí v blízkých vztazích

Někdo v rodině se stal obětí trestného činu, zemřel, opustil rodinu. Rodiče se rozvádějí. Dítě ztrácí své základní jistoty, jeho základní potřeby nejsou naplněny. Dítě je obětí nebo svědkem násilí v rodině.

9. Jazyková bariéra v rodině

Rodina přišla z ciziny, nevládá češtinu ani jiný obvyklý jazyk na dostatečné úrovni. Neorientuje se v novém prostředí a kultuře. Potřebuje pomoc s vyřízením dokumentů, s komunikací se školou, v každodenním životě.

10. Nevhodné trávení volného času

Dítě nemá příležitost vhodně trávit dny a volný čas, chybí mu zdravé volnočasové aktivity a pozitivní vzory. Po škole se nudí, toulá se po okolí, chová se rizikově.