

Základní škola a mateřská škola Ivančice-Němčice, Školní 230, 664 91 Ivančice

Strategie školní prevence patologických jevů

Úvod

Školní preventivní strategie vychází z pokynu MŠMT, č.j. 14514/2000 – 51, který do prevence sociálně patologických jevů zařazuje konzumaci drog včetně alkoholu, kouření, kriminalitu, virtuální drogy a gambling, záškoláctví, šikanování a jiné násilí, rasismus, xenofobii, intoleranci, antisemitismus.

Základním principem preventivní strategie je vytvářet u žáků osvojování základních kompetencí v oblasti zdravého životního stylu a rozvoj dovedností, které vedou u dětí a mládeže k odmítání všech druhů sebedestruktivního chování, projevů agresivity a porušování zákona.

Uvědomujeme si, že pouze dítě zdravé, spokojené a sebevědomé má větší šanci odolat negativním vlivům okolí. Proto věnujeme pozornost žákům problémovým, se špatným prospěchem, s méně podnětným rodinným zázemím. Snažíme se u všech dětí podporovat sebevědomí navozováním pozitivních zážitků, působíme v roli poradců pro účelné využívání volného času.

Školní preventivní strategie je živý dokument, který budeme upravovat na základě zkušeností budeme hledat nejefektivnější cestu, která vede ke zkvalitnění vlivu na naše žáky.

Celková atmosféra

Naše škola má rodinný charakter a každé dítě je bráno jako člen velké rodiny. Tuto výhodu malé školy si chceme udržet i do budoucna. Budeme dále usilovat o

příjemné a klidné prostředí ve škole, o dobré vztahy mezi učiteli, rodiči a žáky. Snažíme se budovat pozitivní vztahy uvnitř třídních kolektivů i mezi jednotlivými žáky.

Řízení a realizace preventivních aktivit

Za realizaci Školní preventivní strategie zodpovídá školní metodik prevence Mgr. Markéta Beránková, která koordinuje práci jednotlivých učitelů a externích spolupracovníků. Školní metodik prevence se podílí na analýze současného stavu a zároveň na řešení jednotlivých problémů. O průběhu naplňování Školní preventivní strategie informuje vedení školy a pedagogický sbor a spolu s nimi vyhodnocuje aktuální situaci ve škole.

Vzdělávání

Hlavní podíl na dalším rozvíjení znalostí a dovedností související s prevencí sociálně patologických jevů spočívá v účasti školního metodika prevence na odborných seminářích, kurzech a dalším vzdělávání. Pro pedagogy podílející se na realizaci Školní preventivní strategie se stává metodickým pomocníkem, který pro ně vyhledává nové informace, podněty nebo vhodné odborné semináře. Toto další vzdělávání bude odvislé od aktuální situace a nabídky.

Dále je třeba seznámit vyučující se Školní preventivní strategií a ujednotit vedení záznamů o patologických jevech.

Cíl programu

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

Za velmi důležitou oblast považujeme prohlubování komunikačních dovedností mezi učitelem, rodiči a žákem, posilování sebevědomí, sebeúcty a vzájemné úcty, řešení konfliktů, překonávání překážek, odmítání ve vztahu k vrstevníkům a cizím osobám, práce s emocemi, obrana proti manipulaci, boj proti nuditě a smysluplné využívání volného času.

Primární prevence v rámci jednotlivých předmětů

Primární prevenci má na starosti třídní učitel. V tomto dětském věku považujeme za nejdůležitější vštípit dítěti přesvědčení, že zdraví je základní životní hodnotou, kterou je třeba chránit. V tomto směru působíme na žáky průběžně, zejména v hodinách prvouky, přírodovědy a tělocviku, dětem nenásilnou přijatelnou formou.

V rámci výuky jsou a budou i nadále kromě tradičních metod práce využívány další metody, které se nám osvědčily – besedy, diskuse, sociální hry, hraní rolí, obhajoba názoru, párová a skupinová práce, projektové vyučování, komunikativní kruh nebo využití materiálů školy z oblasti primární prevence. Prostředkem k dosažení těchto cílů jsou i hry a činnosti uvnitř třídních kolektivů během výchovně vzdělávacího procesu, ale i mimoškolní akce. Velmi přínosné jsou i ozdravné pobyty dětí mimo školu, kde se velmi utuží vztahy mezi žáky a učiteli.

Zaměření na mladší školní věk

- navozování příznivého psychosociálního klimatu ve třídě
- osvojování a upevňování základních návyků v rámci hygieny, životosprávy, sdělení základních informací z oblasti prevence
- základy etické a právní výchovy
- zaměření pozornosti na včasné odhalování specifických poruch učení nebo i jiných postižení
- všestranný rozvoj osobnosti žáka
- zaměření na osobnostní a sociální výchovu
- soustředěnost na včasné diagnostikování sociálně patologických problémů ve třídních kolektivech (koření, alkohol, vztahy mezi žáky)
- důraz na spolupráci s rodiči a na zvládnutí sebehodnocení žáků – dvakrát ročně třídní schůzky ve formě konzultací „rodič – učitel – žák“
- informování rodičů o výskytu sociálně patologických jevů ve škole
- nabídka volnočasových aktivit (viz. [Kroužky](#))
- ekologická výchova
- návštěvy filmových a divadelních představení, koncertů a besed apod.
- účast v soutěžích výtvarných, sportovních, zdravotnických atd.

Téma	Realizace
1.třída	
Osobní bezpečí	Průběžně po celý rok ve všech předmětech a aktivitách
Základní zásady mezilidské komunikace	Průběžně ve všech předmětech a aktivitách, zejména při skupinových činnostech
Vztahy v dětském kolektivu	Průběžně ve všech předmětech, zejména v ČJ, Prv, Tv, Švp (květen), při kolektivních činnostech
Každý člověk je jiný	září – říjen, sledování a respektování odlišností (Prv, ČJ, Tv)
Základní hygienické návyky	Průběžně ve všech předmětech a činnostech, Švp
Využití volného času	květen (Švp)
Rodina, jako bezpečné místo	Prosinec, duben (využití vánočních a velikonočních svátků v Prv, ČJ)
2.třída	
Lidské tělo	Tv – průběžně, Prv
Zdraví a jeho ochrana	Tv – průběžně, Prv – popis částí těla

Zacházení s léky	Prv – hygiena, čistota – nemoc, úraz
Režim dne	ČJ sloh, Prv – lidé a čas – orientace v čase
Vztahy mezi lidmi	ČJ – muzea, divadla, výlety (hrady a zámky, projekty, skupinové práce), Prv, OSV
Chování v krizových situacích	Průběžně během roku
3.třída	
Pojmy z oblasti prevence, sexuální výchovy a drogové závislosti	Prv – člověk, lidské tělo, muž a žena; člověk, pečujeme o své zdraví
Zdraví a jeho ochrana	Prv – pečujeme o své zdraví - průběžně
Lidé kolem nás, multikulturní výchova	Prv – rodina a škola, člověk, OSV
Využívání volného času	Prv – práce a volný čas; Švp
Ochrana proti obtěžování cizí osobou	Prv – rodina, pečujeme o své zdraví, OSV
4.třída	
Lidské tělo, odlišnost	ČJ čtení – formou rozhovorů, besed, výukových filmů

mezi pohlavími	
Životospráva a důsledky nevhodných návyků	Průběžně podle potřeb ve výuce
Využívání volného času	Př – průběžně, ČJ sloh
Pojmy drogová závislost, a sexuální výchova	ČJ čtení – informace v médiích, výukové programy
Vztahy v dětském kolektivu	Švp, divadlo, výlety, skupinová práce – průběžně
5.třída	
Domov, rodina, důvěra, vztahy	Průběžně v hodinách ČJ – formou rozhovorů, besed, Vv – koláže
Léčivé a návykové látky	Př – srovnání, výroba léků, závislost
Vztahy v dětském kolektivu	Průběžně, společné akce – výlety, projekty, skupinové práce, Švp
Komunikace	Průběžně ve všech hodinách – prezentace prací, práce ve skupinách, řešení modelových situací, návštěvy muzeí, divadel, výstav, komunikace s dospělými lidmi
Drogy a jejich vliv na organismus	Př – učivo člověk – beseda na dané téma, sbírání nejrozumnějších informací v médiích, Tv – správná životospráva, vliv drog na organismus, doping, ČJ – volný

	čas, kamarádi, konflikt a jeho řešení
Nebezpečí při komunikaci s cizími osobami	ČJ – průběžně (modelové situace a rozhovory)
Sexuální chování, zneužívání	Př – beseda, podle možností sledování výukového programu
Krizová centra	Př – průběžně podle potřeby a vyskytujících problémů (modelové situace, rozhovory, beseda, krizová centra v Praze, důležitá telefonní čísla, význam těchto zařízení)

Cíl:

žáci by po pěti letech měly umět:

mít povědomí o zdraví jako základní lidské hodnotě

zvládat rozdíly v komunikaci s dětmi a dospělými

umět pojmenovat základní mezilidské vztahy

umět se chránit před cizími lidmi

umět odmítat

umět si správně zorganizovat svůj volný čas

umět rozlišit léky a návykové látky

znát základní informace o alkoholu, tabáku a dalších návykových látkách

znát následky užívání návykových látek a argumenty ve prospěch zdraví

mít základní zdravotní návyky

umí komunikovat se službami poskytujícími poradenskou pomoc

Postupy při řešení jednotlivých patologických jevů

Šikana (dle metodického pokynu č.j. 28275/2000-22)

rozhovor s žáky, kteří na šikanování upozornili

rozhovor s oběťmi

nalezení dalších vhodných svědků

individuální, případně konfrontační rozhovory svědků (NIKOLI KONFRONTACE
OBĚTI A AGRESORŮ)

zajištění ochrany obětem

rozhovor a agresory, případně konfrontace mezi nimi

vytvoření zápisu

Brutální skupinové násilí vůči oběti (dle metodického pokynu č.j. 28275/2000-22)

překonání šoku pedagoga a bezprostřední záchrana oběti

domluva pedagogů na spolupráci a postupu vyšetřování

zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi

pokračující pomoc a podpora oběti

nahlášení policii

vlastní vyšetřování

První pomoc při otravě návykovými látkami

přivolat lékaře

dostatek čerstvého vzduch

opatřit informace o látce, která byla požitá

pokud je při vědomí – došlo k otravě ústy

podat větší množství vody(případně s živočišným uhlím)

vyvolat stlačením kořene jazyka zvracení

zabránit prochladnutí

zajistit nepřetržitý dohled

ošetřit případná poranění

zjistit informace o požití látky a předat je lékaři

pokud je při vědomí – k otravě došlo nitrožilní cestou nebo vdechnutím

zajistit maximálně možný dostatek čerstvého vzduchu

zabránit prochladnutí

zajistit nepřetržitý dohled

ošetřit případná poranění

zjistit informace o požití látky a předat je lékaři

při bezvědomí – nikdy nepodávat nic ústy a nesnažit se vyvolávat zvracení

položít postiženého do stabilizované polohy na bok, aby nezapadl jazyk

sledovat dýchání – při zástavě dechu uvolnit dýchací cesty a zahájit dýchání z úst do úst

zabránit prochladnutí

zajistit nepřetržitý dohled

ošetřit případná poranění

zjistit informace o požité látce a předat je lékaři

Záškoláctví (dle metodického pokynu č.j. 10 194/2002-14)

při neomluvené a zvýšené neomluvené nepřítomnosti informuje třídní učitel ředitele školy

Ten dále postupuje následovně:

- ověří věrohodnost omluvené nepřítomnosti
- neomluvenou nepřítomnost do součtu 10 vyučovacích hodin řeší se zákonným zástupcem žáka třídní učitel formou pohovoru, na který jsou zástupci pozváni doporučeným dopisem. Zde projedná důvod nepřítomnosti žáka a způsob omlouvání jeho nepřítomnosti a upozorní na povinnost stanovenou zákonem. Třídní učitel provede zápis z pohovoru. Zákonný zástupce podepíše a obdrží kopii zápisu. Odmítnutí převzetí se do zápisu zaznamená:
- Při počtu nad 10 neomluvených hodin svolává ředitel školy školní výchovnou komisi – ředitel školy, zákonný zástupce, třídní učitel, zástupce orgánu sociálně- právní ochrany dětí, školní metodik prevence. O průběhu a závěrech jednání školní výchovné komise se

Bezplatná linka bezpečí – 800 155 555
Bezplatná linka „Vzkaz domů“ – 800 111 113
www.nasedite.cz

Krizové centrum pro děti a dospívající

Hapalova 4
Brno – Sečkovice
Tel: 541 229 298,

Linka důvěry tel.549241010 608902410 help@modralinka.cz

Co je šikana

Definice pojmu

Úmyslné a opakované ubližování slabšímu (neschopnému obrany) jedincem nebo skupinou, jak fyzické, tak i psychické, ponižování lidské důstojnosti, jde spíše o postoj než o čin.

Dominantní znak šikany – **bezmocnost oběti.**

Neoddělitelnou součástí problému je **skupinová dynamika.**

Varovné signály šikany pro rodiče

- dítě nemá kamaráda
- nechce jít do školy
- střídá různé cesty do školy a ze školy
- ztráta chuti k jídlu, neklidný spánek
- ztráta zájmu o učení
- výkyvy nálad, odmítá se svěřit, co ho trápí
- žádá peníze, často „ztrácí“ své věci

- přichází domů vyhladovělé, s potrhaným oblečením, s poškozenými školními pomůckami
- nedokáže uspokojivě vysvětlit svá občasná zranění (odřenin, modřin, popálenin)
- je nečekaně agresivní vůči sourozencům
- trpí zdravotními potížemi (bolesti hlavy, břicha, bolesti jsou někdy simulované)
- zdržuje se většinou stále doma

Co tedy dělat?

Připusťme, že několik výše uvedených signálů ve vás vzbudí určité podezření, že by mohlo jít o šikanování vašeho dítěte. Znovu podotýkáme, že ideální stav nastane, když se vám dítě svěří. Pochvalte ho, povzbud'te, rozptylte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvalu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet. Vyslechněte vaše dítě, dejte najevo, že jeho informace berete vážně (i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné). Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího, než situace vašeho dítěte. Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.

Konkrétní kroky

Zjistěte přesně – pozor – „nevyslychejte jako vyšetřovatel“ – co, kdy, kde se odehrávalo, kdo další byl přítomen.

Společně vytipujte svědky, kterým dítě ještě důvěřuje, o kterých ví, že nestojí na straně agresora a věří, že mu mohou pomoci.

Poskytněte dítěti veškerou ochranu (např. při cestě do školy a ze školy, i za cenu, že se budete uvolňovat z práce).

Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům.

Nemáte-li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte je doma, ale pozor – pečlivě zvažte, zda v jeho situaci může být samo.

Znovu dítě ubezpečujte, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.

Zhodnoťte a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou.

Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo pravdy“. Neomlouvejte sami sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.

INFORMACE PRO RODIČE

JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ PIJE ALKOHOL NEBO BERE DROGY?

- Změnila se osobnost Vašeho dítěte v poslední době v nějakém významném ohledu?
- Má časté výkyvy nálad?
- Straní se Vás? Je zlostný nebo depresivní?
- Tráví hodně času ve svém pokoji sám?
- Ztratil zájem o školu a o vyučování, případně další aktivity, např. sport?
- Zhoršil se jeho prospěch?
- Přestal trávit čas se starými kamarády? Přátelí se s dětmi, které se Vám nelíbí?
Nesvěřuje se a nemluví o tom, kam chodí a co dělá?
- Máte pocit, že se Vám doma ztrácí peníze nebo věci (peníze potřebné na alkohol a drogy) nebo máte pocit, že má víc peněz, než byste očekávali (peníze získané z prodeje drog)?

- Reaguje nepřiměřeně, když s ním mluvíte o alkoholu a o drogách nebo se snaží změnit téma?
- Lže nebo podvádí?
- Pozorujete fyzické příznaky užívání drog nebo alkoholu? Rozšířené nebo zúžené zornice? Nejasné vyjadřování a myšlení?
- Ztratilo Vaše dítě zájem o koníčky? Ztratilo motivaci, nadšení a vitalitu?
- Našli jste někdy důkazy užívání drog nebo alkoholu, prášky, lahve?
- Zhoršil se vztah dítěte k členům rodiny?
- Zdá se Vaše dítě být nemocné, unavené a protivné ráno, po možném užití drog předešlý den?
- Přestalo se Vaše dítě o sebe starat, změnil se jeho styl oblečení?
- Zdá se být méně soustředěný?

DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

Co dělat

Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava, **neváhejte zavolat lékaře**. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.

- Nespolehejte na zázračné okamžité řešení, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je **nepodporovat a neusnadňovat pokračující brání drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu** a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch ještě neznamená, že je neúčinná.

Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.

- Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu. To je těžké, zvláště když říká a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné.

Vyslechnout dítě ale ještě neznamená přistupovat na jeho stanovisko.

- Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit. Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.

- Uvědomte si své možnosti. Dítě, které bere drogy nebo pije, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla. Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.

- Vytvořte zdravá rodinná pravidla. **Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání.** Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.

- **Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky.** To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).

- Předcházejte nudě. **Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času.** Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.

- **Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti.** To má pro překonání problému často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i změně prostředí.

- **Posilujte sebevědomí dítěte.** Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně **nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu.** Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.
- **Spolupracujte s dalšími dospělými.** Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.
- Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace. Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
- Buďte pro dítě pozitivním modelem. K tomu je nutné, abyste myslel i na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měl své kvalitní zájmy.
- **Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá.** V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Pamatujte, že zvládnutím problémů zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
- Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love". V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

Čemu se vyhnout

Nepopírejte problém. Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.

- **Neskrývejte problém.** Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojence.

- **Neobviňujte partnera.** Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost našťastí často ano.

- Nehleďte v dítěti zneužívajícím drogy spojence proti druhému rodiči.

- **Nezanedbávejte sourozence dítěte** zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péči a Váš zájem potřebují.

- **Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti,** zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.

- **Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho.** S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci - totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.

- **Nedejte se vydírat.** Vyhrožování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u

závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.

- Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.
- **Vyhňte se fyzickému násilí.** Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
- Nejednejte chaoticky a impulzivně.
- **Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou,** případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí. Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
- **Do nekonečna neustupujte.** Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný.
- Nedělejte zbytečně "dusno". Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
- **Nezabouchněte dveře navždy.** I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.
- Neztrácejte naději. **Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání.** I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.