



## PONUKOVÝ LIST preventívnych aktivít pre stredné školy a gymnáziá 2025/2026

Predstavujeme okruhy a témy odborných aktivít pre žiakov v rámci univerzálnej, selektívnej a indikovanej prevencie, špeciálne preventívne programy a ciele intervencie.

Selektívna prevencia sa vykonáva so zámerom pôsobiť na deti z rizikových skupín s cieľom predchádzať prejavom rizikového správania a rozvíjať zdravé copingové stratégie.

Indikovaná prevencia je učená pre triedy/žakov, u ktorých sa už identifikovali prejavy rizikového správania.

**Jednorazové intervencie (vstupy) pre triedy, kde bolo identifikované rizikové správanie** - stretnutia v trvaní 45 - 90 min:

- Šikana, kyberšikana
- Extrémizmus a radikalizácia
- Sebavnímanie, bodyimage, poruchy príjmu potravy
- Zvládanie záťažových situácií
- Obchodovanie s ľuďmi
- Komunikácia a riešenie konfliktov

- **Partnerské vzťahy**
- **StartUp trieda** - aktivity zamerané na bližšie spoznanie sa, vytvorenie priestoru pre formuláciu pravidiel, určené pre žiakov 1. ročníkov
- **Triedna pohoda** - hrové a diskusné aktivity zamerané na posúdenie atmosféry v triede pre možnú potrebu ďalšej intervencie

**Preventívne programy a intervenčné skupiny** - pozostávajúce z viacerých stretnutí:

- **Spolu sme viac** - (pre žiakov 1. ročníkov) adaptačný program pozostávajúci z piatich stretnutí po dve vyučovacie hodiny, zameraný na podporu zvládania zmien súvisiacich s nástupom na SŠ
- **Nájdí svoju silu** - preventívny program pozostávajúci z ôsmich stretnutí po dve vyučovacie hodiny zameraný na posilnenie duševného zdravia a budovanie odolnosti
- **Komunikácia a riešenie konfliktov** - odborné aktivity pozostávajúce z troch stretnutí po dve vyučovacie hodiny zamerané na rozvoj komunikačných zručností a efektívne riešenie konfliktov.
- **Za zrkadlom** - preventívny program pozostávajúci z piatich stretnutí po dve vyučovacie hodiny (príp. 10 stretnutí po jednej vyučovacej hodine), zameraný na podporu sebaaprijatia u adolescentov. Zaoberá sa témami ako ideál krásy, vplyv médií a rodiny, sebaláska, vd'ačnosť za vlastné telo, ale aj sebaúcta. Program je určený pre motivovaných žiakov a môže prebiehať aj v poobedňajších hodinách
- **VIP trieda** - jedná sa o ciele zásah do fungovania skupiny s úmyslom jeho

zlepšenia alebo eliminácie nežiadúcich javov, práca s triedou, v ktorej sa vyskytujú problémy (časté konflikty medzi žiakmi, agresívne vzťahy, šikanovanie), pozostáva minimálne z 5 stretnutí (počet sa prispôsobuje potrebám skupiny) a jeho súčasťou býva úvodná skupinová diagnostika triednej klímy a vzťahov v skupine, niekedy aj osobnosti jednotlivých žiakov.

Poskytujeme tiež **krízovú intervenciu** žiakom a kolektívu, ktorý prežil traumatickú udalosť (náhle úmrtie alebo samovražda spolužiaka alebo učiteľa, útok, prírodná katastrofa a pod.), ocitol sa v krízovej situácii, ohrození, zameranú na primárnu stabilizáciu žiakov/kolektívu na emocionálnej úrovni a vytvorenie priestoru na tvorbu stratégií na zmiernenie následkov zažitej traumy.

Ak máte záujem o inú tému alebo konkrétnu aktivitu kontaktujte nás, dohodneme sa individuálne.

Pre realizáciu aktivít (okrem jednorazových) je potrebný informovaný písomný súhlas zákonného zástupcu žiaka.

**V prípade záujmu o realizáciu aktivít v II. polroku šk. roku 2025/2026 pošlite žiadosť do 31.01.2026.**

**Kontakt: 0911/887 745, 0948/612 552**

**E-mail: [prevenciapppiestany@gmail.com](mailto:prevenciapppiestany@gmail.com)**

Zodpovedný odborný zamestnanec: Mgr. Eva Krupová