

# **Prevence a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení**

## **Základní školy a Mateřské školy Deštná**

*Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit jedinci, ohrožit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a obvykle opakované užití násilí jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí druhé osobě, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování a zneužívání. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako nápadné přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků."*

### **Další znaky odlišující šikanu od škádlení:**

- Šikana je záměrná
- Opakuje se (ne vždy)
- Většinou probíhá dlouhodobě
- Agrese je samoúčelná
- Útoky jsou obětí nepříjemné
- Projevuje se nepoměrem sil

### **Přímé varovné signály šikanování mohou být např.:**

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet;
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem;
- nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil;
- příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem;
- skutečnost, že se žák podřizuje ponižujícím a panovačným příkazům spolužáků;
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k nucení spoluúčasti na nich;
- honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí;
- rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout;
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmítání učitelům apod.

### **Nepřímé varovné signály šikanování mohou být např.:**

- žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády;
- při týmových sportech bývá jedinec volen do družstva mezi posledními;
- při přestávkách vyhledává blízkost učitelů;
- má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený;
- působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči;
- stává se uzavřeným;
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje;
- jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené;
- zašpiněný nebo poškozený oděv;
- stále postrádá nějaké své věci;
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy;
- mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy;
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole;
- odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť konflikty v době adaptace nových žáků nejsou vzácností!

### **Rodiče žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:**

- za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi;
- dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.;
- dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem;
- nechce jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno pozorovat i strach;
- ztráta chuti k jídlu;
- dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem;
- dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu);
- usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!";
- dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně;
- dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad;
- zmínky o možné sebevraždě;
- odmítá svěřit se s tím, co ho trápí;
- dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze;
- dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí;

- dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům;
- dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma;
- své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.);
- dítě se vyhýbá docházce do školy; dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku

## Osobnost agresora

1. **typ - hrubý, primitivní, impulsivní**, se silným energetickým přetlakem, kázeňskými problémy - narušeným vztahem k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností.  
Vnější forma šikanování  
Šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanování cíleně k zastrašování ostatních  
Specifika rodinné výchovy  
Častý výskyt agrese a brutality rodičů. Jakoby agresori násilí vraceli nebo ho napodobovali
2. **typ - velmi slušný, kultivovaný**, narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuálním smyslu.  
Vnější forma šikanování  
Násilí a mučení je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků  
Specifika rodinné výchovy  
Časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky
3. **typ - "Srandista"**, optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný.  
Vnější forma šikanování  
Šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, patrná snaha vypíchnout "humorné" a "zábavné" stránky

## Osobnost oběti

- fyzická odlišnost (děti tělesně slabé, handicapované, obézní, děti s jinou barvou pleti...)
- socio-ekonomická odlišnost (děti ze sociálně slabých rodin, které si nemohou dovolit koupit věci, které mají ostatní, nemohou trávit volný čas jako vrstevníci, nemohou se značkově oblékat..)
- psychická odlišnost (viditelná bojácnost, nízká sebedůvěra, sebekritičnost, přecitlivělost, ale také různá míra inteligence - jak výrazně snížená, tak i vysoce nadprůměrná)

## Stadia šikany

### **První stádium: Zrod ostrakismu**

Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

### **Druhé stádium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace**

V zátěžových situacích (což může být i školou vytvářené konkurenční prostředí), kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace ...

### **Třetí stádium (klíčový moment): Vytvoření jádra**

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“. Svým způsobem platí „raději on, než já“.

### **Čtvrté stádium: Většina přijímá normy**

Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. Platí „Buď jsi s námi, nebo proti nám.“ U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

### **Páté stádium: Totalita neboli dokonalá šikana**

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná. Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání parastruktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly.

## Následky šikanování

### *Psychické následky*

- frustrace sociálních potřeb oběti
- snížená schopnost navazovat a udržovat vztahy
- nízké sebehodnocení (jedinec v minulosti vystavený šikaně neusiluje o lepší společenskou pozici, nýbrž má tendenci stát se outsiderem ve všech skupinách)
- špatný vztah ke škole a k lidem

- stálé napětí, špatná nálada a smutek
- úzkostné stavy, strach vedoucí k poruchám spánku, zvýšené únavnosti a neúspěchům ve studiu i v soukromém životě

### ***Zdravotní následky***

- úrazy způsobené vzájemným násilím (zlomeniny, pohmožděniny, otřesy mozku .)
- totální vyčerpání organismu (pokud šikana trvá měsíce a roky)
- rozvoj psychosomatických onemocnění (např. astma, alergie, poruchy trávení, poruchy spánku, bolesti hlavy)
- zvýšený krevní tlak v důsledku vysoké hladiny stresových hormonů v krvi
- zvýšené riziko kardiovaskulárních nemocí v dospělosti

### ***Sociální následky***

- zhoršení prospěchu (jak u oběti, tak u agresora)
- členství v rizikových partách
- horší využívání vlastních (duševních) schopností - nízké vzdělávací ambice
- kriminální jednání
- zvýšené riziko rozvoje dalších sociálně patologických jevů u agresorů v dospělosti (výrazně více konfliktů se zákonem, kriminalita, u děvčat krutost k vlastním dětem, prohloubení deficitu mravního a duševního vývoje, narušený charakter, antisociální postoje)
- ztráta iluzí o společnosti, která by měla každému člověku zajistit ochranu proti jakékoli formě násilí
- narušení mravních a morálních postojů

### **První pomoc u počátečního stadia šikany**

1. Odhad závažnosti - stadia onemocnění skupiny a rozpoznání, zda nejde o neobvyklou formu šikanování
2. Rozhovor s informátory a oběťmi
3. Nalezení vhodných svědků
4. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky
5. Ochrana oběti
6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi
7. Výchovní komise
8. Rozhovor s rodiči oběti
9. Práce s celou třídou

**Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany – Poplachový plán pro tzv. školní lynčování (Kolář, 2011)**

#### ***A. První (alarmující) kroky pomoci***

1. zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
2. bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.

### **B. Příprava podmínek pro vyšetřování**

3. zalarmování pedagogů a informování vedení školy;
4. zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
5. pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
6. oznámení na policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování, informace rodičům

### **C. Vyšetřování**

7. rozhovor s obětí a informátory;
8. nalezení nejslabších článků nespolupracujících svědků;
9. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
10. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi).

### **D. Léčba**

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

## **Nápravná opatření**

Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů běžná, ale i mimořádná nápravná opatření. Uvedeme některá, která přicházejí při šikanování v úvahu:

- výchovná opatření (napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy; podmíněné vyloučení a vyloučení ze školy – nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku);
- snížení známky z chování;
- převedení do jiné třídy, pracovní či výchovné skupiny (je třeba individuálně posoudit efektivitu tohoto opatření, aby nedošlo k přesunutí šikany do nového prostředí a podmínek);
- vyloučení ze školy při opakování násilí po rozhodnutí výchovné komise – nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku;
- ředitel školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení střediska výchovné péče, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v diagnostickém ústavu;
- ředitel školy podá návrh orgánu sociálně-právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu;
- škola umožní agresorovi individuální výchovný plán.

## **Spolupráce se specializovanými institucemi**

- v resortu školství – s PPP, SVP, speciálně pedagogickými centry (v případě integrovaných dětí na běžných školách);

Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), ředitel školy nebo školského zařízení oznámí tuto skutečnost Policii ČR.

### **Plán prevence**

1. Vytvořit a zajistit pro žáky programy na podporu sebevědomí, umění komunikace, na zjištění rušivých zvláštností chování, sociometrie tříd atd.
2. Vysvětlit žákům, co je šikana a jak se jí mohou bránit /Ov, Rv, besedy/
3. Nezastupitelnou roli má třídní učitel, sleduje chování žáků, vede žáky k osobní odpovědnosti, spolupracuje s ostatními vyučujícími. Závažné problémy řeší s vedením školy.
4. Žáci mohou využívat schránku důvěry a schránku dotazů přímo u poradenského centra školy.
5. Věnovat pozornost pohybovému režimu žáků a o přestávkách i v hodinách. Zařazovat oddechové chvíle pro uvolnění energie a odreagování stresu a agresivity.
6. Vést evidenci problémových žáků a řešení problémových situací – metodická prevence
7. Kontrolovat kvalitu dozorů ve škole a řízení tříd.

Zpracovala: Mgr. Lucie Klimešová