

## CO DĚLAT, KDYŽ JE MOJE DÍTĚ ŠIKANOVÁNO NEBO ŠIKANUJE?

### O CO SE JEDNÁ?

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ponížit, zesměšnit či ublížit jedinci, ohrožit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a obvykle opakované užití násilí (psychického nebo fyzického) jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit, dělá, co je mu nepříjemné, co ho ponižuje, nebo to prostě bolí – strká do něj, nadává mu, schovává mu věci, bije ho. Ale může mu znepríjemňovat život i jinak, pomlouvá ho, intrikuje proti němu, navádí spolužáky, aby s ním nemluvili a nevšímali si ho. Mezi šikanu patří i kyberšikana (virtuální šikana) – nový speciální druh šikany využívající možností, které poskytují moderní komunikační technologie mobil, počítač, internet. Mezi nejobvyklejší projevy patří zaslání obtěžujících, urážejících či výhrůžných emailů a SMS, vytváření stránek a blogů s dokumenty ponižujícími oběť (foto, video, texty). Více o kyberšikaně ZDE.

### PODLE ČEHO SE TO POZNÁ?

#### Rozdíl mezi škádlením a šikanováním

Škádlení mezi dětmi je obvyklý jev. Jedná se často o projevy přátelství, dětské bezstarostnosti, legrace, hry a humoru. Při škádlení se očekává, že to bude legrace pro obě strany. Ale když je patrné, že ten druhý to jako legraci nebere, že je zraněný, pak iniciátor škádlení pociťuje lítost, omluví se mu a v činnosti dál nepokračuje. U šikany je to obráceně. Agresor chce druhému ublížit, chce ho ranit. A má z toho radost. Nejenom, že se mu neomluví, ale své chování opakuje. A většinou násilí stupňuje.

#### Nepřímé znaky šikanování

- žák se bojí v hodinách veřejného projevu – odpovídat na otázky, je nejistý, ustrašený, raději řekne "nevím", obává se jít k tabuli.
- při rozdělení do skupin zůstane poslední nebo raději chce být sám.
- odmítá účastnit se hodin tělesné výchovy –šatně, sprchování po TV. Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- u žáka se školní prospěch někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- když je žák učitelem napomínán, třída na to reaguje pozitivně a usiluje o jeho větší potrestání.
- žákovi často chybí pomůcky nebo má často rozházené nebo poničené věci, např. sešity, učebnice, oblečení.
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- žák se straní spolužáků, je zakřiknutý, bývá často třídou zesměšňován, působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- stává se uzavřeným, roztržitým, zasněným, neklidným, zvýšeně až paranoidně ostražitým.
- u žáka projevuje se objektivní zhoršení zdravotního stavu, třes rukou, tiky, náhlé ranní nevolnosti.
- objevuje zvýšená absence, žák začíná vyhledávat důvody pro neúčast ve škole, může dojít i k záškoláctví.
- má-li žák – oběť službu, tak ho kritizují, schovávají třídní knihu, záměrně ztěžují provedení povinností.

- o přestávce se žák vyhýbá WC, naopak často si vyžádá uvolnění na WC z vyučovací hodiny (kdy má jistotu, že agresor je pod dohledem učitele).
- o přestávkách žák vyhledává blízkost učitelů, není sám ve třídě, čeká před dveřmi a vchází s učitelem, nápadně často se stará o vyzvednutí a vrácení pomůcek do kabinetu.
- žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády nebo se naopak pravidelně okolo něj vytvoří okruh stále stejných žáků – je však patrné, že tato společnost je pro něj nepříjemná, někdy se snaží uniknout (a není mu to umožněno).
- nechodí společně se třídou, nikdo s ním nechce jít ve dvojici, jde na konci většinou sám (nebo ho "přinutí" jít s někým "nepřijatelným").
- vyhýbá se šatnám, raději unese poznámku za nepřezouvání.
- mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- mívá odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- nemívá svačiny, odmítá chodit na obědy.
- ve školní jídelně je neúměrně dlouho – předbíhají ho, posílají na konec řady, svalují na něj vinu za nekázeň, odmítají ho pustit ke stolu.

#### Přímé znaky šikanování

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo legrací zranitelný.
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávisťným, 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, a skutečnost, že se jim podřizuje
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spolu účasti na nich.
- honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

#### Varovné signály psychické formy šikany

- často neočekávaný výskyt a stupňování agrese (obranné)
- přesun agresivních útoků na sebe, zvířata nebo druhé lidi
- různé formy úniku – nemoc, záškoláctví, denní snění, "šaškování", zavdčování, náhodné a impulsivní intimní vztahy
- zvýšená až přehnaná "koketérie" (u dívek – vyzývavé oblečení, snaha o přizpůsobení, zdůrazňování ženskosti či naopak potlačování jakéhokoliv projevu ženství)
- rezignace až zhroucení, sebevražedné tendence

## CO UDĚLÁ ŠKOLA?

Při podnětu zahájí škola šetření dle stanovených. Pro šetření šikany je stanoven postup, který chrání oběť, zdroje informací a pracuje se všemi aktéry – agresory, oběti a "mlčící většinou" (nezapojenými, kteří svou tolerancí nebo strachem dovolili rozvoj nežádoucího chování). Škola se věnuje problematice šikanování v preventivních programech a při zjištění či získání podnětů se věnuje řešení problému. Cílem je zastavení šikany a obnovení bezpečného prostředí třídy, resp. školy.

### Opatření

Kromě toho, že je potřeba pracovat s celou třídou na zlepšení vzájemných vztahů a zastavení šikanování, školní řád obsahuje výchovná opatření směřující k potrestání nežádoucího chování.

1. Pro potrestání agresorů lze užít následující běžná výchovná opatření:

- Napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele
- Snížení známky z chování.
- Převedení do jiné třídy, pracovní či výchovné skupiny.
- Doporučení rodičům oběti i agresorů návštěvy v ambulantním oddělení střediska výchovné péče pro děti a mládež (dále SVP) nebo v nestátních organizacích majících obdobnou náplň činnosti jako SVP.

2. V mimořádných případech se užijí další opatření:

- Doporučení rodičům na dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučení realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místě příslušném diagnostickému ústavu.
- Podání návrhu orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.
- Vyrozumění policejního orgánu, došlo-li k závažnějšímu případu šikanování.

3. Oběti šikanování se doporučuje nabídnout psychoterapeutickou péči PPP nebo jiného poradenského pracoviště.

4. Při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu přestupku nebo trestného činu, je ředitel školy nebo školského zařízení povinen oznámit tuto skutečnost Policii ČR.

5. Školy a školská zařízení jsou povinny bez zbytečného odkladu oznámit orgánu sociálně právní ochrany skutečnosti, které ohrožují žáka, nebo že žák spáchal trestný čin, popř. opakovaně páchá přestupky.

## CO MOHOU UDĚLAT RODIČE PRO OCHRANU SVÉHO DÍTĚTE?

zkuste si vyplnit MINI TEST PRO RODIČE

Všímejte si těchto možných příznaků 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.

- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat 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 je 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. Svě zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

V případě, že je dítě agresorem, mohou se projevovat tyto příznaky:

- Mívá u sebe cizí věci, peníze s nejasným původem nabytí,
- Před vrstevníky se snaží vystupovat sebevědomě
- Mohou se objevovat poznámky na nevhodné chování vůči spolužákům
- Mohou se v jeho blízkosti objevovat "kamarádi" se závadným chováním,
- Navštěvuje často dostupné webové stránky, na kterých jsou "vyvěšeny" aktuální případy z dění v jejich třídě, případně hledá inspiraci na jiných webových stránkách
- Na jeho mobilním telefonu je natočeno video zachycující ponižující jednání spolužáků nebo jeho samotného
- Svaluje vinu za své nevhodné chování na jiné, zejména že žák "oběť" provokuje

Přes veškerou snahu se mnohdy stává, že dítě o svém trápení mlčí, stydí se za to, že není oblíbené, že se neumí bránit nebo prostě nechce rodičům přidávat starosti. Někdy si dokonce myslí, že si to zaslouží. Pokud už něco od svého dítěte zjistíte a svěří se se svou bolestí, obraťte se na školu (obvykle na třídního učitele, nebo výchovného poradce, či školního metodika prevence).

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.

**POKUD MÁTE PODEZŘENÍ, ŽE JE VAŠE DÍTĚ ŠIKANOVÁNO, OSVĚDČIL SE NÁSLEDUJÍCÍ PŘÍSTUP:**

- Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího, než situace vašeho dítěte.
- Vyslechněte vaše dítě, dejte najevo, že jeho informace berete vážně (i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné).
- Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet. Jste jeho jedinou nadějí, nesmíte zklamat.
- Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.
- Pochvalte ho, povzbuďte, rozptýlte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvahu sdělit tyto závažné skutečnosti.
- Navštivte školu. Při této návštěvě si promluvte s lidmi, kteří mají děti na starosti (nejčastěji třídní učitel, výchovný poradce, školní metodik prevence a ředitel školy). Se získanými informacemi by měla škola zacházet s maximální obezřetností, protože nejčastějším strachem šikanovaných je zhoršení situace a msta agresorů. Při jednání se školou jednejte klidně, věcně, bez emocí, buďte však důslední.
- Pokud se šikana odehrává mimo školu, nemá škola na řešení této situace prostředky. V tomto případě se pokuste o spolupráci s rodiči agresora. Pokud nebudou ochotni dohodnout se, máte možnost podat trestní oznámení na Policii ČR.