Základní škola Bechyně, Školní 293

ŠKOLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM PRO ODHALOVÁNÍ A ŘEŠENÍ ŠIKANY

Motto:
„Nejúčinnější a nejlevnější prevencí je zdravá výchova dětí v rodině a ve škole“
„Dobrá výchova dětí je i programem prevence jednotlivých zdraví poškozujících a život znehodnocujících závislostí a jevů“

Obsah

Úvod

ŠKOLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM PRO OHLAŠOVÁNÍ A ŘEŠENÍ ŠIKANY

1. Škola a šikana aneb co můžeme očekávat
2. Co je a není šikana
3. Jak poznáme, že by se mohlo jednat o šikanu
4. Postup třídního učitele, má-li podezření na šikanu
5. Pět stupňů šikany
6. Tipy iniciátorů šikany
7. Spolupráce s rodiči - minitest
8. Prevence šikany
9. Plán úkolů školy na školní rok 2026/2027

1. Šikana a škola aneb co můžeme očekávat

Škola je místem, kde problém šikany v poslední době velice často vzniká. Ve škole jsou pro šikanu ideální podmínky. Je tam veliká koncentrace dětí, dostatečný "výběr obětí", ve škole existuje řada prostor, kam oko pedagoga nedohlédne. A nakonec samotný systém školní praxe poskytuje dost možností vyniknout "silným", stejně tak jako odhalit "slabé". Často i pedagog, většinou nevědomky, poskytne prostor pro zrod šikany.

Co je a není šikana

Šikana je každé chování, splňující tyto znaky:
- je cílené vůči jedinci nebo skupině žáků (=obětí)
- jeho záměrem je oběti ohrozit, ponížit či zastrašit
- je obvykle opakované, často dlouhodobé
- existuje jedinec či skupina, jimž přináší prospěch nebo uspokojení (=agresoři)
- oběť se mu neumí bránit a dlouhodobě trpí

Šikanou tedy není:
- jednorázová rvačka, nevhodný vtip či konflikt (byť s převahou jedné strany)
- vyčlenění dítěte z kolektivu, pokud není motivováno snahou ublížit či pobavit se na jeho úkor

Základní formy:
- fyzická šikana – bytí, vydírání, loupež, poškozování věcí, sexuální obtěžování
- psychická šikana – nadávky, pomluvy, vyhrožování, zesměšňování

Rozhodující pro posouzení, zda se jedná o šikanu, je subjektivní vnímání agresora a oběti, tedy na jedné straně prospěch a potěšení, na druhé rostoucí utrpení.
Intenzita šikany, není-li řešena, se časem stupňuje. Obvykle teprve po určité době dosahuje oněch nebezpečných až kriminálních rozměrů
Cíle školy:
1. snažit se vytvořit prostředí, omezující vznik šikany (prevence)
2. bát ve střehu a odhalit počínající šikanu dříve, než se plně rozvine
3. vhodnými prostředky zamezit jejímu dalšímu trvání – každý případ vyžaduje specifické řešení

Jak poznáme, že by se mohlo jednat o šikanu?

Příklady přímých znaků šikany (=nutno začít neprodleně začít řešit)
- soustavné posměšné poznámky, nadávky, hrubé žerty, hanlivá přezdívka atd. na adresu určitého žáka, pokud to tento žák těžko snáší a trpí tím
- jednostranné vyžadování věcných či peněžních darů, ať už pod pohrůžkou fyzického násilí, nebo hrozbou odpírání „kamarádství“
- jeden žák vystupuje vůči druhému často v roli „sluhy“ či „otroka“ – plní jeho příkazy, vykonává za něj různé práce (mazání tabule, nošení tašky apod.)
- opakované rvačky, v nichž se buď objevuje výrazný nepoměr sil (početní převaha nebo fyzické parametry) nebo jedna strana viditelně nemá zájem a snaží se uniknout
- často opakované pošťuchování, strkání, údery, poškozování věcí, které žák neoplácí
- na žáka je vyvíjen nátlak k vykonání nemorálních až trestných činů

Příklady nepřímých znaků šikany (jednotlivé mohou mít i jiné příčiny, ale nutno zvýšit pozornost)

- potencionálně šikanovaný žák se o přestávce zdržuje stranou od ostatních, nemá žádné kamarády
- přestávky tráví v bezpečné blízkosti učitelů, nebo mimo třídu (bez zjevných důvodů)
- vymýšlí si záminky, aby nemusel být ve třídě
- jeho prospěch se náhle nevysvětlitelně zhoršuje, nesoustředí se na učení
- má často poškozené nebo rozházené věci, často se mu „záhadně“ ztrácí věci ve třídě, v šatně, na obědě ….
- při týmových sportech bývá volen mezi posledními
- má-li promluvit před střídou, je nejistý a ustrašený
- opakovaně se zdráhá mluvit o sobě, nechce vyjádřit své vlastní názory či pocity
- působí smutně, stísněně
- často chybí z nejasných důvodů, jako je „ranní nevolnost“, „bolesti hlavy“ ….

Postup třídního učitele, má-li podezření na šikanu

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, povzbuďte, rozptylte jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvahu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčte ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet. Jste jeho jedinou nadějí, nesmíte zklamat. 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.
Při náhlém výbuchu násilí vůči o oběti je samozřejmě nutno postupovat odlišně – jednat rázně, okamžitě zajistit ochranu oběti a izolovat agresory (i vzájemně – kvůli možnosti si domluvit křivou výpověď), vyslechnout oběť a svědky, ale bez zbytečného utajování, oznámit věc vedení školy.

Co tedy udělat:

1. Konfrontovat svá pozorování s dalšími kolegy, nezapomenout na předchozí třídní učitele.

2. Co nejdříve oznámit své podezření vedení školy, výchovnému poradci, konzultovat další postupy. Dohodnout se, zda další vyšetřování povede třídní učitel nebo jiná osoba

3. O samotě a bez zbytečného humbuku vyslechnout více nezaujatých svědků – spolužáků. Důležité věci si zapisovat (nahrávat), porovnávat, věnovat pozornost nesrovnalostem v časech a místech.

4. Spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Poprosit je o spolupráci.

5. Teprve nyní vyslechnout oběť – citlivě, zcela diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací. Vše zapisovat nebo nahrávat. Tento pohovor musí provádět osoba, které oběť důvěřuje.

6. Vyslechnout agresory – překvapivě, samostatně, znemožnit domluvu výpovědí. Je-li pachatel více, soustředit se na rozpory ve výpovědích. Vytipovat nejslabší článek, dovést k přiznání či vzájemnému obviňování.

7. Pořádat vedení školy o svolání výchovné komise (vedení školy, výchovná poradce, třídní učitel, případně další učitelé, psycholog z OPPP). Ta na základě shromážděných informací posoudí, zda se jedná o šikanu a jaký je stupeň závažnosti, navrhne další postup vůči obětem, agresorům i třídě jako celku. Potrestání agresorů je individuální a závisí na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jednalo o první případ, nebo recidivu.

8. Individuálně pozvat k jednání rodiče agresorů, seznámit se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a zdůraznit možnost nápravy) a pak je požádat o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na OPD nebo Policii ČR. V otázce trestů nepřistupovat na kompromisy.

9. Pozvat rodiče obětí, seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních (terapie, osobnostní výcvik, organizační opatření apod.)

10. Teprve nyní rozebrat situaci ve třídě (vynechat případně citlivé detaily), prodiskutovat, vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků. Třídu nadále pozorně sledovat!!!!

11. Pokud se situace vyřeší pouze odchodem některých žáků, měl by odejít agresor, nikoli oběť!

Agresor – oběť? (minitest pro rodiče)

Agresor

a) dítě (ano - ne)
• je zlomyslné
• je impulsivní, nepřiměřeně podrážděné
• často je náladové
• bývá nevraživé, sprosté
• časté jsou u něho projevy zuřivosti, vzteku
• vyžaduje obdiv, chce být středem pozornosti
• má velikášské tendence
• doma i ve škole má časté kázeňské problémy
• je závistivé
• těžko se přizpůsobuje
• nerado přijímá společenské normy
• je hrubé, surové
• má sklony bezdůvodně ničit věci
• je u něj narušen vztah k autoritě
• dává často najevo svou sílu, fyzickou i psychickou převahu
• mezi dětmi se bezohledně prosazuje
• rád zdůrazňuje své přednosti
• touží být mocné
• rádo ovládá druhé, často poroučí
• rádo veřejně ponižuje druhé
• je kruté ke zvířatům
• je kruté k jiným dětem
• často vyvolává rvačky
• má sklony okrádat mladší a slabší
• vyhledává činnosti spojené s rizikem
• zapojuje se do skupin, kde vládne násilí a jsou častější sklony k trestné činnosti
• dělá rádo věci, které druhým vadí
• rádo vyhledává v televizi a filmu násilí
• toto násilí prožívá se zaujetím
• má pocit uspokojení v situaci, kdy vidí utrpení druhého
• těžko vyjadřuje své city
• těžko se vžívá do pocitů druhých
• na kritiku reaguje nepřiměřeně
• má sklony násilně řešit konflikty
• fyzicky napadá druhé i když nejde o sebeobranu
• omezuje druhé v jejich projevech a jednání
• využívá druhých pro své cíle

b) rodina (ano - ne)

• projevuje se ve vaší rodině agresivita, brutalita
• je vůči dítěti uplatňován náročný přístup (vojenský dril, bez potřebné míry lásky)
• prosazují dospělí členové rodiny svoji moc autoritativně
• projevují se v rodině sadistické tendence
• je dítě v rodině často fyzicky napadáno některým členem rodiny (otcem, matkou, sourozenci, nevlastním otcem apod.)
• dochází ve vaší rodině k fyzickému násilí (např. mezi rodiči)
• dítě je v rodině ponižováno
• je některým členem rodiny nenáviděno pro jeho zdravotní postižení, tělesný handicap apod.
• používáte často tělesné tresty
• používáte často nadávky
• ponižujete a zesměšňujete dítě
• zacházíte krutě s dítětem
• dochází často ke konfliktům mezi otcem a dítětem, které končí fyzickým potrestáním
• otec omezuje autonomii dítěte
• otec je k dítěti odměřený, bez potřebné dávky citu a lásky
• matka často používá fyzické tresty
• dává v rodině někdo najevo zklamání z narození dítěte.

Pokud jste byli k sobě, k dítěti i situaci v rodině spravedliví, pak jste si vytvořili určitý obrázek toho, zda se vaše dítě může či nemůže stát agresorem. Pokud v odpovědích převažuje ANO, pak byste neměli otálet a pokusit se změnit vše, co se změnit dá. Jistě vám i v tomto případě mohou pomoci odborníci ve Středisku výchovné péče či v Pedagogicko-psychologické poradně. Na závěr této části jedna rada. Dokážete-li zastavit agresi v dětském věku, máte naději, že snížíte nebo zastavíte riziko kriminalizace v dospělosti. Bude-li tomu naopak, dítě zjistí, že krutost se vyplácí, je-li nepotrestána a jeho brutalita a agresivita poroste.

Oběť - týrané dítě (ano - ne)

• dítě dává najevo své přednosti výrazně, často i nevhodně
• viditelně zvýrazňuje svůj vřelý vztah k některému učiteli
• odlišuje se výrazně od třídy svou inteligencí (kladně i záporně)
• výrazně se odlišuje svými projevy
• snaží se vetřít do přízně silnějších
• obléká se jinak než ostatní
• je výrazně obézní
• je tělesně slabé, má malou fyzickou sílu
• je tělesně neobratné
• má tělesný handicap nebo vzhledovou vadu
• těžko snáší fyzický střet
• není schopno se ubránit před případným napadením
• má obavy z měření sil

• vyhýbá se tvrdším sportům (hokej, kopaná apod.)
• podceňuje své schopnosti, výkony
• je nešikovné
• nedokáže se vzepřít ústrkům
• nedokáže přijmout běžné škádlení či postrkování
• je viditelně bojácné
• je plaché
• je výrazně citlivé
• mezi vrstevníky se projevuje nevýrazně
• těžko se prosazuje
• těžko navazuje kontakt s vrstevníky
• nemá kamarády, je osamělé
• má nízké sebevědomí
• je zamlklé, neprůbojné
• nesnáší posměch
• často pociťuje zahanbení
• není schopné vzbudit sympatie dětí i dospělých
• nedokáže poskytnout citovou odezvu
• je příliš sebekritické
• snadno propadne panice a malomyslnosti
• se svými pocity se těžko svěřuje i svým rodičům

Převažuje u vašeho dítěte ANO nebo NE? V případě, že převažuje ANO, je nutné vyhledat pomoc, protože sami situaci asi těžko zvládnete. Nečekejte a začněte, dokud je čas. Šikana se v prvních stádiích většinou těžko pozná, ale stopy, které zanechá na dítěti, bývají hluboké a často i trvalé. Změnit zjištěný stav v případě převažujících ANO je nutné v zájmu vašeho dítěte. Obraťte se proto na Pedagogicko-psychologickou poradnu, pomohou vám i pracovníci Střediska výchovné péče.

Typy iniciátorů šikanování

1. typ
Hrubý, primitivní, impulsivní, se silným energetickým přetlakem, kázeňskými problémy, narušeným vztahem k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činnost. **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. Jako by agresoři násilí vraceli nebo 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 šikanovaní:** šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, patrná snaha vypíchnout "humorné" a "zábavné" stránky. **Specifika rodinné výchovy:** nezaznamenána žádná specifika. Pouze v obecnější rodině je přítomna citová subdeprivace a absence duchovních a mravních hodnot v rodině.

Pět stupňů šikany
Dr. Michal Kolář člení vývoj šikany ve skupině, či ve třídě, do možných pěti stupňů. Pro vaši praxi rodičů je dobré tyto stupně umět rozlišit, protože to pomůže v rozhodování, jak postupovat, je-li vaše dítě obětí šikany. Než si budeme charakterizovat jednotlivé stupně, připomeňme si ještě některá důležitá fakta.
1. Odmítejte názor, že v té či oné třídě se šikana nemůže objevit, tam je kázeň, tam není patologický sadista apod. Opak může být pravdou. Šikana se může objevit v každé třídě, v každé škole.
2. Věřte, že žádné dítě, tedy ani vaše, není před šikanou automaticky ochráněno např. tím, že je fyzicky vyspělé, že je inteligentní a umí si poradit.
3. Nepodceňujte nebezpečí šikany, nebagatelizujte tento problém, netvrďte dítěti, že to bylo vždycky, že ono musí něco vydržet. To je nesprávný a velice škodlivý přístup.
A nyní pojďme k uvedeným stupňům šikany.

První stupeň
Jedná se o etapu vzniku počátků šikany. Stačí, aby se ve třídě objevily méně oblíbené děti, „obětní beránci", „černé ovce", outsideři. Stačí, aby učitel častěji vytýkal žáku některé jeho slabiny, neschopnost, snižoval jeho autoritu, dotýkal se slovně nevhodně jeho osoby. Takové děti se okamžitě dostanou na chvost skupiny a začnou zakoušet první, sice mírné, převážně psychické formy násilí. Jsou to různé legrácky, intriky, pomluvy. Ostatní se s ním nebaví, odstrkují jej, povyšují se nad ním, baví se na jeho účet. Takové dítě začíná přijímat roli utlačovaného, odstrkovaného, nedokáže se účinně bránit. Tento první stupeň je velice těžko pozorovatelný. Učitel by měl mít pro tyto projevy vytříbený cit a měl by umět rozlišit skutečný vtip od zlého úmyslu. Rodiče se většinou o těchto projevech nedozví, mohou však vypozorovat, že se mění chování dítěte.

Druhý stupeň
Je charakteristický tím, že psychický nátlak přerůstá ve fyzickou agresi, přitvrzuje se manipulace s obětí. Agresor v této etapě vstřebává zážitek jak chutná moc, jaké uspokojení mu přináší to, když bije, týrá, ponižuje. Nereaguje-li v tomto stádiu pozitivní jádro skupiny, třídy, neexistují-li kamarádské vztahy, záporný vztah k násilí, pozitivní morální vlastnosti, pak dochází k prolomení posledních morálních zábran a šikana se rozjíždí ve větším rozsahu.

Třetí stupeň
Je prakticky rozhodující. Existuje stále možnost vzniku silné pozitivní skupiny, která by oslabila vliv tvořícího se „úderného jádra". Pokud tato silná pozitivní skupina nezasáhne, pak tažení tyranů přechází do dalších fází. K agresorům se přidají další jednotlivci. Cílem tohoto „úderného jádra" budou stále ti nejslabší, ti nejníže postavení.

Čtvrtý stupeň
Šikana se rozjíždí v plném rozsahu. Působení agresorů je tak silné, že jejich normy přejímá celá skupina. Klást odpor v této fázi se již nedá. I mírní a ukáznění žáci se začínají chovat krutě, aktivně se zúčastňují týrání spolužáka. I oni prožívají pocit uspokojení z ponížení, bolesti a útrap toho druhého, slabšího. Dělají to proto, aby oni sami se nestali tím týraným. Vliv pedagogů na chování takové skupiny – třídy je minimální, případně zprostředkovaný přes „vůdce", „kinga".

Pátý stupeň
Zpravidla se na základní škole nestačí vytvořit, je to spíše záležitost věznic, výchovných ústavů, případně středních škol. Jeho charakteristickým znakem je to, že agresoři jsou chápáni a uznáváni jako „vůdci", „kingové", „nadlidi", „otrokáři", „velkoknížata", „ministři" apod. Oběti jsou vnímány jako „podlidi", „poddaní", „nevolníci", „otroci". Vůdce tyranů zaujímá vedoucí místo, rozhoduje o všem, co se ve skupině děje. Nejhorší je – jestliže je tímto vůdcem žák s výborným prospěchem, ochotně pomáhající pedagogovi, žák mající podporu třídního učitele, protože „on přece všechno spolehlivě zařídí". Oběť v tomto stadiu utíká do nemoci, má mnoho absencí, často i neomluvených, vyhýbá se škole a v nejhorším případě končí psychickým zhroucením nebo pokusem o sebevraždu.

Prevence šikany

Každý pedagog, zvláště pak třídní učitel je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy.

Je povinen zejména:
- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi dětmi
- vést děti k sebedůvěře, přiměřenému sebevědomí a odpovědnosti
- jednat s dětmi jako s partnery, bez výjimky respektovat jejich práva, zároveň vést k plnění povinností
- co nejvíce omezit nudu při výuce – šikana často vzniká jako zdroj zábavy pro agresora
- udržovat ovzduší důvěry mezi dětmi a pedagogy
- v kritických situacích dát jasně najevo, že toto chování je špatné a nelze je tolerovat
- nebýt lhostejný k projevům agresivity, a to i v případě, že nejsem pověřen právě dozorem
- informovat děti, ale i rodiče, na koho se mají obrátit při problémech – třídní učitel, školní schránka důvěry, výchovný poradce, vedení školy, linka důvěry…
- snažit se mít přehled o vzájemných vztazích mezi dětmi ve třídě i mino ni. Třídní učitel by měl znát záliby svých žáků, zajímat se o to, jak tráví volná čas, umět si s nimi o tom povídat, mají-li zájem

Čeho se vyvarovat
V počáteční fázi vyšetřování zásadně neřešit problém před celou třídou nebo větší skupinnou dětí (obrovská, ale častá chyba – děti jako svědci často nerozlišují mezi tím, co prožily, a co znají z doslechu, navíc je oběť zastrašena a agresor má čas se připravit)
Zásadně odmítnout konfrontaci oběti a agresorů nebo jejich rodičů (budou se jí dožadovat)
Brát v úvahu, že agresoři zdůvodňují své chování přijatelnými nebo dokonce ušlechtilými cíli („on pořád všechny provokuje“ …). Nepodlehnout jednostrannému nazírání, snažit se o objektivitu.
Cítím-li osobní antipatii k některému z účastníků, nedovolit, aby ovlivnila mé stanovisko.

Kam se obrátit pro radu (nonstop)

Dětské krizové centrum	**241 484 149, 777 715 215**
Internetová poradna	**problem@ditekrize.cz**
Linka bezpečí	**116 111**
Linka pro rodinu a školu	**116 000**
Linka psychické pomoci	**116 123**
Adresář informačních a krizových linek v ČR	**https://www.mvcr.cz/clanek/adresar-pomoci-telefonni-informacni-a-krizove-linky-a-online-pomoc-v-ceske-republice.aspx**

Měsíc	**Úkol**	**Zodpovídá**
Září	Seznámení ředitele školy a ŠMP s problematikou šikany	M. Bočková
	Stanovení komise ped. pracovníků, kteří budou řešit případnou šikanu na ZŠ s žáky a rodiči (pracovní porada)	M. Petr M. Bočková M. Kodadová
Říjen	Vymezení pojmu „šikana“ a kdy se o šikanu nejedená	M. Bočková
Listopad	Seznámení rodičů s hlavními znaky šikany a s možností řešení (třídní schůzky SRPDŠ)	Třídní učitelé
Prosinec	Seznámení pedagogů s metodami nácviku dovedností, posilujících zdravé sebevědomí žáků a metodami nácviku řešení zátěžových situací (hodiny Vo, dramatická výchova)	Vyučující Vo a dramatické výchovy
Leden	Využití poznatků o šikaně a metodách jejího přecházení ve výuce rodinné a občanské výchovy (hodiny Vo)	Vyučující Vo
Únor	Beseda na téma „Šikana“ s odbornými pracovníky (hodiny Vo)	Vyučující Vo
Březen	Zmapování situace na škole ve vztahu k šikaně formou dotazování pro žáky (hodiny Vo)	M. Bočková Vyučující Vo
Duben	Posilování sociálních dovedností a komunikace mezi žáky a učiteli (hodiny Vo)	Vyučující Vo, Vkz
Květen	Připravit vycházející žáky na možnosti šikany na SOU a SŠ i v dalším životě (hodiny Vo)	Vyučující Vo M. Kodadová
Červen	Vyhodnocení situace na škole (provedou žáci společně s pedagogy v hodinách	Vyučující Vo