PROGRAM PROTI ŠIKANĚ



Gymnázium, Havířov-Město, Komenského 2, příspěvková organizace

Co je to šikana

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích 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, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání. Za určitých okolností může šikanování přerůst až do forem skupinové trestné činnosti a v některých opravdu závažných případech nabýt i rysy organizovaného zločinu

Nově se může realizovat i prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu. Ta zahrnuje útoky pomocí e-mailů, SMS zpráv, vyvěšování urážlivých materiálů na internetové stránky apod.

Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků skupinou spolužáků. Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka v celoživotních následcích na duševní a tělesné zdraví oběti.

Prevence šikany

Každý pedagog, obzvláště třídní učitel, je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy. Je povinen zejména:

- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi studenty
- jednat se studenty jako s partnery
- udržovat ovzduší důvěry mezi studenty a pedagogy
- v kritických situacích dát jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat
- nebýt lhostejný k projevům agresivity
- informovat studenty i rodiče, na koho se obrátit při problémech - třídní učitel, výchovný poradce, metodik prevence, schránka důvěry, vedení školy, linka důvěry.

Stadia šikany

První stadium: Zrod ostrakismu

Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není neuznáván. 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 stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

V zátěžových situacích, 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.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro". Tito šiřitelé „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. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejníže, tedy ti „slabí".

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. 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 stadium: Totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování". Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Jak poznáme, že by mohlo jít o šikanu

Příklady přímých znaků šikany:

- soustavné posměšné poznámky, nadávky, hrubé žerty, hanlivá přezdívka na adresu určitého žáka, pokud to tento žák těžko snáší a trpí tím
- jednostranné vyžadování věcných či peněžních darů
- jeden student vystupuje vůči druhému v roli „sluhy“ či „otroka“
- často opakované pošťuchování, strkání, údery, rány, kopání, poškozování věcí, které student neoplácí. Někdy je oběť dohnána až k projevům zoufalství
- na studenta je vyvíjen nátlak k vykonávání nemorálních až trestných činů
- rvačky, v nichž se jeden student snaží uniknout a je zřetelně slabší

Příklady nepřímých znaků šikany:

- student se o přestávkách zdržuje stranou od ostatních, nemá kamarády
- přestávky tráví v bezpečné blízkosti učitelů nebo mimo třídu. Vymýšlí si záminky, aby nemusel být ve třídě
- jeho prospěch se nevysvětlitelně zhoršuje, nesoustředí se na učení
- má často poškozené nebo rozházené věci, často se mu „záhadně“ ztrácí, ve třídě, v šatně, má zašpiněný či poškozený oděv
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí, nebo používá nepravděpodobné výmluvy
- při týmových sportech bývá volen mezi posledními
- působí smutně, stísněně, často chybí z nejasných důvodů, nevolnost, bolení hlavy, stává se uzavřeným
- má-li promluvit před třídou, je nejistý a ustrašený
- mění svojí pravidelnou cestu do školy a ze školy
- pozor na nově zařazené studenty do třídy → přizpůsobovací konflikt

Šikana je každé chování, které splňuje tyto znaky:

- je cílené vůči jedinci nebo skupině
- je obvykle opakované, často dlouhodobé
- jeho záměrem je oběti ohrozit, ponížit či zastrašit
- oběť se mu neumí bránit a dlouhodobě trpí

Minimum pro rodiče

1) Rodiče by si měli všímat nejrůznějších projevů, které by mohly být známkou šikany.

Například:

a) Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
b) Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
c) Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
d) Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo).
e) Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat strach.
f) Ztráta chuti k jídlu.
g) Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem.
h) Dítě chodí domů ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
i) Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
j) Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
k) Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě.
l) Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
m) Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
n) Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
o) Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
p) Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma.
q) Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
r) Dítě se vyhýbá docházce do školy.
s) Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

2) Pokud se dítě se svým trápením svěří, je důležité, aby mu rodiče věřili a maximálně ho citově podpořili.

3) Je potřeba, aby rodič zjistil, co, kdy, kde a jak se stalo.

4) Následuje návštěva školy. Nejlépe, když tam jdou oba rodiče. Zde je důležité informovat třídního učitele, metodika prevence, ředitele školy a školního psychologa. Současně je nutné zjistit, zda je škola schopna odborně pomoci. Rodiče se mohou přímo zeptat: „Jak to budete vyšetřovat? Jak najdete vhodné svědky? Jak budete chránit naše dítě? Podle čeho poznáte počáteční a pokročilá stádia šikanování? Jaké metody nápravy použijete? atd.

5) Pro informace je možné rodičům i pedagogům doporučit knihu „Bolest šikanování“, která vyšla v nakladatelství Portál, „Skrytý svět šikanování“ (Portál 200) nebo „Sborník z první celostátní konference o školním šikanování“ konané v Olomouci 30. 3. 2004. Tyto odkazy lze získat na webu www.minimalizacesikany.cz včetně odkazů na další servery.

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. Šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanování cíleně k zastrašování ostatních. Častý výskyt agrese a brutality rodičů. jakoby agresoři násilí vraceli nebo ho napodobovali

2. typ - velmi slušný, kultivovaný**,** sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuálním smyslu.Násilí a mučení je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků. Časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky v rodině.

3. typ - “srandista”**,** optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný. Šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, patrná snaha vypíchnout “humorné” a “zábavné” stránky.

Postupy

A. Postup, má-li učitel podezření na šikanu

1. Konfrontovat svá pozorování s dalšími kolegy.
2. Co nejdříve oznámit své podezření vedení školy, výchovnému poradci, metodikům prevence, školnímu psychologovi a konzultovat další postup.
3. Mezi čtyřma očima vyslechnout více nezaujatých svědků, popřípadě konfrontovat svědky mezi sebou.

   Je zejména důležité získat odpovědi na následující otázky:

   a) Kdo je obětí, popřípadě kolik obětí je
   b) Kdo je agresorem, kolik agresorů je.
   c) Kdo z nich je iniciátor, kdo aktivní účastník šikanování a kdo je obětí i agresorem?
   d) Co, kdy, kde, a jak dělali agresoři obětem?
   e) K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo?
   f) Jak dlouho šikana trvá?
4. Spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Poprosit je o pomoc.
5. Vyslechnout oběť citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací.

   Nikdy neřešit problém před celou třídou!
6. Zajistit ochranu oběti šikany.
7. Teprve nyní vyslechnout agresory, případně konfrontovat agresory mezi sebou. Nikdy nekonfrontovat oběť a agresora. Vytipovat nejslabší článek, dovést je k přiznání či vzájemnému obviňování.
8. Požádat vedení školy o svolání výchovné komise (vedení školy, výchovný poradce, třídní učitel, metodik prevence). Ta na základě shromážděných informací posoudí, zda se jedná o šikanu a jaký je stupeň její závažnosti /stupně 1-3 počáteční šikana, 4-5 šikana v pokročilém stádiu/, navrhne další postup vůči obětem i agresorům i třídě jako celku. Potrestání agresorů je individuální, závisí na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jedná o první případ či recidivu.

9. Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření, (zdůraznit možnost nápravy) a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na Policii ČR.
10. Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních (terapie, osobnostní výcvik…)
11. Rozebrat situace ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečí a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků. Třídu i nadále pozorně sledovat.
12. Pokud se situace řeší pouze odchodem některých žáků, měl by odejít agresor, nikoli oběť!

B. Postup při oznámení šikany svědky

1. Rozhovor s těmi, kdo na šikanu upozornili, a s oběťmi.
2. Nalezení vhodných dalších svědků.
3. Individuální rozhovory se svědky.
4. Vyslechnout oběť citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací. Nikdy neřešit problém opřed celou třídou. Nikdy nekonfrontovat oběť a agresora.
5. Zajištění ochrany obětem.
6. Rozhovor s agresory, konfrontace mezi nimi.
7. Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření, (zdůraznit možnost nápravy) a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení na Policii ČR.
8. Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních.
9. Rozebrat situace ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečí a důsledky šikany, oznámit potrestání viníků. Třídu i nadále pozorně sledovat.

C. Postup při pokročilé šikaně s neobvyklou formou – výbuch skupinového násilí vůči oběti, „třídní lynčování“

1. Překonání šoku pedagoga a bezprostřední záchrana oběti.
2. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
3. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
4. Pokračující pomoc a podpora oběti.

5. Nahlášení policii.
6. Vlastní vyšetřování.

- V rámci první pomoci je nutné při pokročilých, brutálních a kriminálních šikanách spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s pedagogicko-psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče, orgánem sociálně právní ochrany dítěte, Policií ČR.
- V případě negativních dopadů šikanování na oběť je nutné zprostředkovat jí péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

Specifika prevence šikany zaměřené na učitele

Škola vytváří bezpečné prostředí založené na důvěře, vzájemném respektu a spolupráci. Uvědomuje si riziko šikany zaměřené na pedagogické pracovníky, takové chování odmítá a aktivně mu předchází. Vedení školy podporuje pedagogy, oceňuje jejich práci a zajišťuje jasný postup při oznamování podezření na šikanu a při jejím řešení.
Pedagogové stanovují a důsledně uplatňují pravidla chování ve třídě, včas reagují na konflikty a nevhodné chování žáků. Při řešení problémů se vyhýbají zbytečným konfrontacím před třídou a podle potřeby volí individuální rozhovor. Podporují aktivní zapojení žáků do výuky, jejich úspěšnost, vzájemnou spolupráci a prosociální chování.
Při jednání se žáky respektují jejich důstojnost, vyhýbají se ponižování a zesměšňování a všímají si změn v jejich náladě a chování. V případě problémů spolupracují s vedením školy a školním poradenským pracovištěm. Cílem je vytvářet prostředí, ve kterém se všichni žáci i pedagogové cítí bezpečně a respektovaně.

Specifika řešení šikany zaměřené na učitele

Pedagog, který se stane terčem šikany ze strany žáků, by neměl zůstávat na řešení situace sám. Obrací se na vedení školy, školního metodika prevence nebo další členy školního poradenského pracoviště. Škola mu poskytne podporu, zajistí jeho bezpečí a stanoví další postup.

Škola má připravený krizový plán, který vymezuje postup při řešení šikany učitele a úlohy jednotlivých pracovníků. V případě bezprostředního ohrožení pedagog přivolá pomoc, podle

situace opustí ohrožený prostor a řídí se krizovým plánem. Škola zajistí bezpečí ostatních žáků a v případě potřeby přivolá Policii ČR nebo zdravotnickou záchrannou službu.

Při řešení případu škola chrání soukromí zúčastněných osob, zjišťuje okolnosti události a podle potřeby spolupracuje s odbornými pracovišti. Protože šikana učitele může souviset s narušenými vztahy mezi žáky, posoudí také sociální klima třídy a zajistí vhodný intervenční program. Po vyřešení případu vyhodnotí účinnost přijatých opatření a podle potřeby upraví krizový plán.

Krizový plán řešení šikany zaměřené na učitele

1. Oznámení události

Pedagog oznámí podezření na šikanu vedení školy, školnímu metodikovi prevence nebo školnímu poradenskému pracovišti. Podle okolností je informován také třídní učitel. Vedení školy společně s příslušnými pracovníky stanoví další postup a dbá na ochranu důvěrných informací.

2. Zjištění okolností případu

Škola provede rozhovor s obětí v soukromí, poskytne jí podporu a zaznamená důležité informace. Následně vyhledá svědky a vede s nimi individuální rozhovory. Poté proběhne rozhovor s podezřelým žákem, případně s každým z více žáků samostatně. Rozhovory jsou vedeny klidně, bez zbytečné konfrontace a s ohledem na ochranu svědků. O důležitých zjištěních se pořizují písemné záznamy.

3. Vyhodnocení případu

Vedení školy, školní metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel a případně školní psycholog společně vyhodnotí situaci a stanoví opatření vůči agresorovi, na ochranu oběti a pro práci s třídním kolektivem. U závažných případů škola spolupracuje s pedagogicko-psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče nebo Policií ČR.

4. Jednání se zákonnými zástupci

- Škola projedná situaci se zákonnými zástupci žáků, jejichž jednání je řešeno, seznámí je s přijatými opatřeními a požádá je o spolupráci. O jednání se pořídí písemný záznam.

5. Práce s třídou a pedagogickým sborem

Vedení školy informuje potřebné zaměstnance v odpovídajícím rozsahu a požádá je o spolupráci a zvýšenou pozornost vůči dalším projevům nevhodného chování. Třídní učitel ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm pracuje s třídním kolektivem, připomíná pravidla vzájemného respektu a podporuje obnovu bezpečného prostředí. Podle potřeby škola zajistí cílený intervenční program.

6. Ochrana oběti a sledování situace

Škola zajistí pedagogovi potřebnou podporu a bezpečí. Podle závažnosti situace může přijmout organizační opatření k omezení kontaktu s agresorem. Následně průběžně sleduje situaci ve třídě a vyhodnocuje účinnost přijatých opatření.

7. Postup při závažném fyzickém útoku

Při bezprostředním ohrožení pedagog přeruší výuku, přivolá pomoc kolegů nebo vedení školy a podle možností se vzdálí z nebezpečného prostoru. Přivolaní pracovníci zajistí bezpečí žáků a oddělení agresora od ohrožených osob. Vedení školy neprodleně zajistí potřebnou pomoc, případně přivolá Policii ČR nebo zdravotnickou záchrannou službu. Napadený pedagog je umístěn do bezpečí a je mu poskytnuta potřebná pomoc. Škola zaznamená událost, zajistí dohled nad žáky a stanoví další postup v souladu s krizovým plánem a pokyny příslušných orgánů.

Po vyřešení případu škola vyhodnotí průběh události, zajistí potřebnou podporu dotčeným osobám a podle potřeby aktualizuje krizový plán.

Výchovná opatření

Pro potrestání agresorů lze užít následující běžná výchovná opatření:

- Napomenutí a důtka učitele, důtka ředitele, podmíněné vyloučení a vyloučení ze studia na střední škole.

- Snížení známky z chování.
- Převedení do jiné třídy.
- Doporučení rodičům obětí 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.

V Havířově 31. 8. 2026 Mgr. Adam Supík, Mgr. Ondřej Kolenko