



Školní program proti šikanování

„NEUBLIŽUJ! NENECH SI UBLIŽOVAT! NENECH UBLIŽOVAT!“

Vnitřní metodický materiál pro pedagogické pracovníky Základní školy

Ústí nad Orlicí, Komenského 11

Tento program vychází z *Metodického pokynu MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení, č. j. MSMT - 22294/2013-1*. Je upraven pro potřeby naší školy a je součástí Minimálního preventivního programu.

Na tvorbě a realizaci programu se podílejí všichni pedagogičtí pracovníci školy a hlavním koordinátorem je školní metodik prevence, Mgr. Dana Špindlerová. Za realizaci a hodnocení programu je odpovědný ředitel školy, Mgr. Bc. Radek Škarka.

Cílem programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí, které omezuje vznik šikany.

Program poskytuje stručný přehled v oblasti šikany a pedagogickým pracovníkům školy napomáhá zorientovat se v této problematice a poskytnout jim metodický návod pro postup a způsob jejího řešení, dojde-li k projevům šikany.

Součástí Školní programu proti šikanování je tvz. **Krizový plán postupu a řešení šikany**, který minimalizuje škody v případě, dojde-li k šikanování ve školním prostředí. Vyplývají z něho kompetence jednotlivých osob, specifický postup a způsob řešení šikany.

Další součástí je tvz. **Krizový plán šikany pro žáky**, který žáky informuje, jak šikanu poznají a na koho se mohou obrátit v případě jejího výskytu.

I. část

Charakteristika a projevy šikany

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížovat, 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 neumějí nebo nechtějí bránit.

Šikana je **tedy chování**, které splňuje tyto znaky:

- je cílené vůči jedinci nebo skupině žáků,
- jeho záměrem je oběti ohrozit, ponížit nebo zastrašit,

- je obvykle opakované, dlouhodobé a často stupňující se,
- oběť se neumí bránit a dlouhodobě trpí.

Šikanou tedy **není**:

- jednorázová rvačka, jednorázový nevhodný vtip či konflikt,
- vyčlenění žáka z kolektivu, pokud není motivováno snahou mu ublížit nebo se pobavit na jeho úkor.

Šikanování může mít různou podobu, od základních forem až po formy skupinové trestné činnosti a v některých případech může nabýt i rysy organizovaného zločinu.

Mezi **základní formy** šikany patří:

- *přímá šikana* – přímý útok proti oběti či obětem,
- *nepřímá šikana* – navádění, demonstrativní přehlížení či ignorování,
- *fyzická šikana* – bití, vydírání, loupeže, ničení majetku, sexuální násilí,
- *psychická šikana (verbální)* – nadávky, pomluvy, vyhrožování, zesměšňování,
- *smíšená* – kombinace psychické a fyzické šikany, např. násilné a manipulativní příkazy.

Příklady přímých a nepřímých znaků šikanování jsou uvedeny v příloze číslo 3.

II. část

Stádia šikanování

(podle Michala Koláře)

Šikana je poruchou vztahů ve skupině, není pouze záležitostí agresora a oběti. Neděje se ve vzduchoprázdnu, ale v kontextu vztahů nějaké skupiny.

Vztahy při šikaně mají svoji vnitřní dynamiku a svůj zákonitý vývoj. Michal Kolář rozlišuje pět stádií dle různého vývojového stupně.

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, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity, například z nepříjemné 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. Velmi

nepříznivou variantou je situace, kdy násilí začne praktikovat vůdce a sociometrická hvězda skupiny jako „úlevnou“ zábavu nebo jen pro obveselení okruhu svých obdivovatelů.

Další vývoj závisí na míře pozitivního zaměření skupiny a na postojích žáků k šikanování. Takto zaměřená skupina se zdravými postoji a morálními hodnotami nevzniká sama, ale je nutné ji vytvořit dlouhodobým pedagogickým působením.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra

Toto stadium vzniká, nepostaví-li se pevná hráz proti dalšímu ubližování a přitvrzujícím se manipulacím. Vytváří se skupina agresorů, která začne systematicky spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou již osvědčeným objektem ostrakizování. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tady ti „slabí“.

Čtvrté stadium: Většina přijímá normy agresorů

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. Následkem toho dojde ve skupině k šokující proměně. Je to něco podobného, jako když virus přemůže buňku a plně ji ovládne. Buňka zůstává navenek zachována, avšak místo aby organismus podporovala, zevnitř ho rozkládá. U členů skupina dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se mohou začít chovat krutě, aktivně se účastnit 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. Žáci jsou rozděleni na dvě skupiny, jedni mají všechna práva a ti druzí nemají práva žádná.

III. část

Prevence šikany

Obecně platí, že je lepší šikaně předcházet, než ji následně odstraňovat, bohužel nelze vystačit pouze s prevencí.

Opatření k prevenci a řešení šikanování existuje celá řada. Jejich škála je velice široká a pestrá. Jednotlivá opatření se od sebe liší šířkou záběru a principy, na kterých jsou založeny.

V oblasti šikanování lze rozlišit prevenci primární a sekundární. **Primární prevence** se uplatňuje v případech, kdy k šikaně doposud nedošlo. Spočívá ve výchově harmonické osobnosti dítěte, v informovanosti dětí, rodičů a veřejnosti a preventivních aktivitách ve škole. **Sekundární prevence** se uplatňuje v situacích, kdy k šikaně už došlo a kde musí být použita taková opatření k nápravě, aby se už problémy neobjevily.

Všichni pedagogové, obzvláště třídní učitelé, jsou odpovědní za vytvoření zdravého klimatu třídy. Měli by vnímat vztahy mezi žáky a atmosféru třídního kolektivu, kde působí, jako nedílnou a velmi důležitou součást své práce.

Každý pedagog je povinen:

- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi žáky,
- vést žáky k sebedůvěře, přiměřenému sebevědomí a odpovědnosti za své chování,
- udržovat ovzduší důvěry mezi žákem a pedagogy,
- jednat s žáky jako s partnery, respektovat jejich práva a zároveň vést k plnění povinností,
- mít přehled o vzájemných vztazích ve třídě i mimo ni,
- třídní učitel by měl znát záliby svých žáků a zajímat se o to, jak tráví volný čas,
- omezit nudu při výuce – šikana často vzniká jako zdroj zábavy pro agresory, do výuky jsou zapojeny aktivizující metody (brainstorming, Vennův diagram, myšlenkové mapy, ...)
- nebyt lhostejný k projevům agresivity a v kritických situacích dát najevo, že toto chování je špatné a nelze ho tolerovat,
- informovat žáky a rodiče, na koho se obrátit při problémech (informace při besedách na dané téma, informační nástěnka školního metodika prevence, webové stránky školy).

K podpoře pozitivního sociálního klima třídy a pozitivních sociálních vazeb ve třídním kolektivu a škole a tím i k prevenci šikany jsou využívány **třídnické hodiny a školní akce**.

Mezi tyto akce patří:

- adaptační - seznamovací kurz realizovaný na začátku šestého ročníku, který je zaměřen na stmelení nového třídního kolektivu, na rozvoj spolupráce a komunikace mezi žáky a tvorbu kladných interpersonálních vztahů ve třídě při běžných i zátěžových situacích,
- rozvoj spolupráce a komunikace ve třídě a průzkumné šetření vztahu mezi žáky třídy,
- lyžařský výchovně-výcvikový kurz
- školní výlety.

Prvním důležitým krokem při odhalování šikany ve škole je důležité připuštění si její existence. K objevení a diagnostikování šikany slouží celá řada nástrojů, jejichž škála sahá od metod **pozorování**, přes **rozhovory** až po **dotazníky**, **schránku důvěry** a **sociometrické šetření**.

Na škole je zřízen pedagogické dozor, který během přestávek monitoruje chování žáků v prostorách školy a třídách, v rámci pozorování se zaměřuje na přímé a nepřímé znaky šikanování.

Žáci mohou na škole využívat konzultační hodiny výchovného poradce a školního metodika prevence, kteří jim jsou k dispozici při řešení jejich osobních problémů.

III. část

Postup řešení šikany

Prvním důležitým **předpokladem** řešení šikany je připuštění si možnosti jejího vzniku a existence, jak již bylo zmiňováno v předchozí kapitole. Dalším důležitým předpokladem je odvaha oběti a ochota okolí oznámit na příslušná místa jednotlivé incidenty, dále pečlivý záznam všech případů šikanování, odborná erudovanost pedagogických pracovníků a osvěta aktérů šikany.

Na řešení případu šikany se **podílí** školské poradenské pracoviště, výchovná komise a hlavním koordinátorem při postupu řešení je školní metodik prevence.

Optimální **časové rozmezí**, ve kterém by měl být problém vyřešen, jsou dva, maximálně tři dny.

Je důležité dodržet pořadí následujících kroků, žádný nevynechat. Pokud je v některém z těchto kroků podezření na šikanu vyvráceno, další již nenásleduje.

1. **Konfrontovat** svá pozorování s dalšími kolegy, nezapomenout na třídního učitele.
2. **Oznámit** své pozorování vedení školy, **školnímu metodikovi prevence**, případně výchovnému poradci.
3. **Svolání a vyhodnocení situace školským poradenským pracovištěm** (*vedení školy, školní metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel*), konzultace dalšího postupu.
4. **Rozhovor s těmi, kteří na šikanu upozornili**, jedná-li se o žáky.
5. **Vyslechnout více nezaujatých svědků** - spolužáků bez zbytečného zmatku a šíření nepotvrzené situace šikany. Důležité je si vše **zaznamenat** (zapsat, nahrát), porovnávat a věnovat pozornost nesrovnalostem.
6. **Spojit se s rodiči případné oběti**, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Poprosit je o spolupráci.
7. **Vyslechnout oběť** – citlivě a diskrétně, zaručit bezpečí a důvěryhodnost informací. Vše zapisovat nebo nahrávat.
8. **Vyslechnout agresory** – překvapivě, mezi čtyřma očima, znemožnit domluvu vypovědí. Je-li více pachatelů, soustředit se na rozpory ve výpovědích. Vytipovat nejslabší článek, dovést agresory k přiznání či vzájemnému obviňování.
9. **Svolání výchovné komise** (*vedení školy, školní metodik prevence, výchovný poradce, třídní učitel*), která na základě shromážděných informací posoudí, zda se jedná o šikanu a jaký je stupeň její závažnosti.

Navrhne další postup vůči obětem, agresorům a třídě jako celku. Potrestání agresorů je nutno posuzovat individuálně. Je závislé na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jedná o ojedinělý případ či recidivu.

10. **Individuálně pozvat k jednání rodiče agresorů**, seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a pořádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení orgánu sociálně právní ochrany dítěte nebo Policí ČR. V otázce trestu nepřistupovat na kompromisy.
11. **Pozvat rodiče oběti, seznámit je se situací**, domluvit se na opatření (terapie, organizační opatření, ...).

12. **Rozebrat situaci se třídou** (vynechat citlivé detaily), prodiskutovat a vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany. Oznamit potrestání viníků.

Třídní kolektiv nadále intenzivně sledovat!

Pokud se situace řeší odchodem některých žáků, **měl by odejít AGRESOR, nikoli OBĚŤ!**

IV. část

Výchovná opatření

V rámci výchovných opatření je třeba potrestat agresora šikany a v případě potřeby s ním nadále pracovat a zprostředkovat péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče nebo jiných odborníků (*klinických psychologů, psychoterapeutů, psychiatrů*). Dále je nutné se věnovat pozornost celému třídnímu kolektivu a snažit se o nápravu vzniklé situace.

Pro **potrestání agresora** lze využít běžná výchovná opatření:

- napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy, podmíněné a nepodmíněné vyloučení ze studia,
- snížená známka z chování,
- převedení do jiné třídy.

V **mimořádných případech** lze využít dalších opatření, kdy ředitel školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně dobrovolný diagnostický pobyt žáka v diagnostickém ústavu nebo podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou.

POUŽITÁ LITERATURA:

1. BENDL, S. *Prevence a řešení šikany ve škole*. Praha: ISV, 2003. ISBN: 80-86642-08-9.
2. KOLÁŘ, M. *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2008. ISBN: 80-7367-014-3.
3. *Metodického pokynu MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení*, č. j. 24 246/2008-6.

Ústí nad Orlicí 25. srpna 2015

Mgr. Dana Špindlerová
školní metodik prevence

Schválil ředitel školy dne 31. srpna 2015

Mgr. Bc. Radek Škarka

Tento Školní program proti šikanování nabývá účinnosti dne 1. září 2015

- Příloha č. 1: Krizový plán postupu a řešení šikany pro pedagogy
Příloha č. 2: Krizový plán šikany pro žáky
Příloha č. 3: Příklady přímých a nepřímých znaků šikanování

KRIZOVÝ PLÁN POSTUPU A ŘEŠENÍ ŠIKANY PRO PEDAGOGY

I. KOMPETENCE

Školské poradenské pracoviště

Ředitel školy: Mgr. Bc. Radek Škarka
Zástupce ředitelky školy: Mgr. Eva Vyčítalová (1. stupeň), RNDr. Ludmila Johnová (2. stupeň)
Školní metodik prevence: Mgr. Dana Špindlerová (koordinátor postupu řešení šikany)
Výchovný poradce: Mgr. Martina Vinzensová (1. stupeň), Mgr. Alena Dostálová (2. stupeň)
Třídní učitel

Školské poradenské zařízení

Okresní metodik primární prevence: PhDr. P. Novotná
Pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí
Telefon: 465 521 296

II. POSTUP

1. Zjištění a konfrontace.
2. Nahlášení šikany vedení školy a školnímu metodiku prevence, či výchovnému poradci.
3. Svolání a vyhodnocení situace Školským poradenským pracovištěm.
4. Vlastní řešení případu šikany.

III. ŘEŠENÍ

A. POČÁTEČNÍ ŠIKANA

1. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili.
2. Nalezení vhodných svědků.
3. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů).
4. Rozhovor s oběťmi šikany a navázání spolupráce s rodiči obětí.
5. Zajištění ochrany obětem.
6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.

B. POKROČILÁ ŠIKANA, tzv. třídní lynčování

1. Překonání šoku pedagogického pracovníka, bezprostřední záchrana oběti.
2. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
3. Zajištění ochrany oběti a izolace agresorů.
4. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
5. Pokračující pomoc a podpora oběti.
6. Nahlášení policii.
7. 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

Ústí nad Orlicí, Střediskem výchovné péče Mimóza, orgánem sociálně právní ochrany dítěte a 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.
Pro nápravu situace ve skupině je potřeba **pracovat s celým třídním kolektivem a rozebrat situaci se třídou.**

KRIZOVÝ PLÁN ŠIKANY PRO ŽÁKY

Trápíš se kvůli šikaně?

Cítíš se sám/a, je ti smutno, máš strach a nevíš, co máš dělat?

Přečti si proto následující řádky!

JAK POZNÁM, ŽE SE JEDNÁ O ŠIKANU?

Za šikanu se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým.

Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá něco, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo tě to prostě bolí – *strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci, bije tě.*

Ale může ti znepříjemňovat život i jinak – *pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě.*

PROČ JSI ŠIKANOVÁN/A?

Není to proto, že jsi špatný/á, nebo proto, že si to nějak zasloužíš. Chyba není v tobě, ale ve špatných vztazích mezi žáky vaší třídy nebo školy. Přebývá v nich bezohlednost a násilí.

PAMATUJ SI, že nikdo nemá právo ti ubližovat!

KOMU SE MŮŽEŠ SVĚŘIT?

Školní metodik prevence: Mgr. Dana Špindlerová

Výchovný poradce: Mgr. Alena Dostálová, Mgr. Martina Vinzensová

Třídní učitel

**KAMARÁD/KA
RODIČE**

LINKA DŮVĚRY ÚSTÍ NAD ORLICÍ: 465 524 252
LINKA BEZPEČÍ: 800 155 555 (bezplatně)

KTERÉKOLIV OSOBĚ, KTERÉ DŮVĚŘUJES!

Příloha č. 3

PŘÍKLADY PŘÍMÝCH A NEPŘÍMÝCH ZNAKŮ ŠIKANOVÁNÍ

1. Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O 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.
- Odřenyiny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

2. Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- 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 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, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k 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.

3. Rodiče žáků se doporučuje upozornit zejména na to, aby si všimli těchto možných příznaků šikanování:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by se telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechť 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 objeví 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. Své 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.