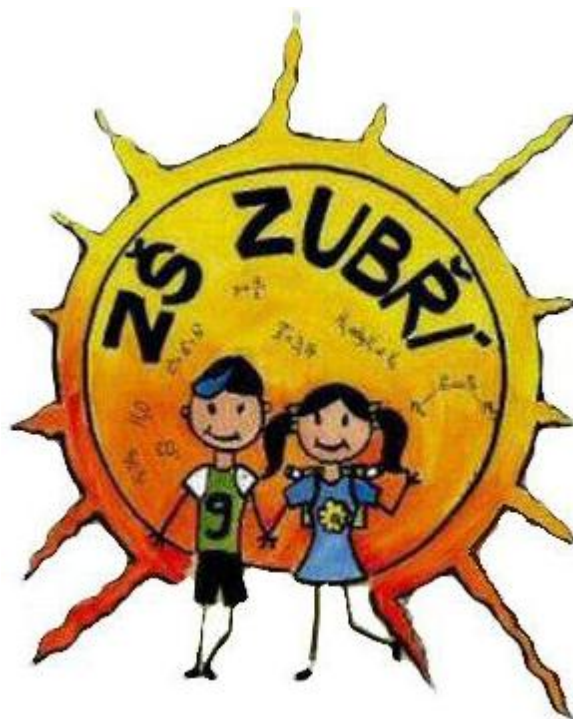


# ŠKOLNÍ PROGRAM PROTI ŠIKANOVÁNÍ

## 2015/2016



**Základní škola Zubří, okres Vsetín**

**Hlavní 70, 756 54 Zubří**

***Jediné, co zlu stačí k vítězství, je, aby dobří lidé zůstali pasivní.***

*(Edmund Burke)*

Školní program proti šikanování je součástí Minimálního preventivního programu ZŠ Zubří.

# 1 DOKUMENTY, LITERATURA, WEBOVÉ STRÁNKY, KONTAKTY

## 1. 1 Základní dokumenty a literatura

- Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k řešení šikanování ve školách a školských zařízení, č. j. 22294/2013-1
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže č.j.: 21291/2010-28
- KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5

## 1. 2 Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany

- [www.sikana.org](http://www.sikana.org)
- [www.e-nebezpeci.cz](http://www.e-nebezpeci.cz)
- [www.ncbi.cz](http://www.ncbi.cz)

## 1. 3 Kontakty

- Sdružení Linka bezpečí (116 111) [www.linkabezpeci.cz](http://www.linkabezpeci.cz)
- Poradna webu Minimalizace šikany [www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)
- Internet poradna [www.internetporadna.cz](http://www.internetporadna.cz)
- Kontaktní centrum [www.Horka-linka.cz](http://www.Horka-linka.cz)
- Poradna E-Bezpeci [www.napisnam.cz](http://www.napisnam.cz)

## 2 ŠKOLA V PREVENCI ŠIKANOVÁNÍ

Základem prevence šikanování a násilí na škole je podpora pozitivních vzájemných vztahů mezi žáky (a mezi žáky a učiteli). Škola při efektivní realizaci prevence šikanování usiluje o vytváření bezpečného prostředí a za tím účelem:

- podporuje solidaritu a toleranci;
- podporuje vědomí sounáležitosti;
- uplatňuje spolupráci mezi dětmi a rozvíjí jejich vzájemný respekt;
- rozvíjí jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince.

### 2. 1 Zmapování situace na škole

Viz výsledky anonymního dotazníkového šetření, které jsou uvedeny v Minimálním preventivním programu 2015/2016.

### 2. 2 Pedagogičtí pracovníci

- Budou sledovat situaci ve třídách, především změnu v chování jednotlivých žáků.
- Spolupracovat s kolegy ve škole, ptát se na chování žáků v jiných hodinách, o přestávkách.
- Zajímat se o problematiku šikanování – další vzdělávání, studium odborné literatury.
- Citlivě pracovat s žáky své třídy v třídních hodinách.
- Při řešení problémů spolupracují s vedením školy, výchovným poradcem a metodikem prevence.

Třídní učitel žákům zdůrazní, na koho se mají obrátit, pokud jsou obětí šikany, nebo byli svědky šikany:

- třídní učitel;

- školní metodik prevence Mgr. Lucie Mořkovská, zástupce školního metodika prevence Mgr. Petra Ondřejová;
- výchovná poradkyně Mgr. Gabriela Cábová;
- ředitel školy Mgr. Tomáš Randýsek;
- rodiče;
- někomu, komu důvěřuje;
- Linka bezpečí tel. 116 111

### **2. 3 Programy primární prevence**

Z programů primární prevence jsou vybírány takové, které se snaží upevňovat v žácích přátelství, toleranci vůči ostatním, sounáležitost.

Více viz MPP 2015/2016.

### **2. 4 Spolupráce s rodiči**

Rodiče jsou se školním programem proti šikanování seznámeni na třídních schůzkách a prostřednictvím internetových stránek školy.

- Konzultační hodiny školního metodika prevence, výchovného poradce, ředitele školy
- Třídní schůzky
- Informační letáky, dopisy
- Nástěnky

## **3 DEFINICE ŠIKANOVÁNÍ**

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a opakované užití fyzických a psychických útoků jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit.

### **3. 1 Znaký šikanování**

- Záměrnost
- Cílenost
- Opakování (není podmínkou)
- Nepoměr sil
- Bezmocnost oběti
- Nepříjemnost útoku
- Samoučelnost agrese

## 4 DRUHY ŠIKANOVÁNÍ (KOLÁŘ, 2011)

V tabulce je uvedeno osm druhů šikanování a příklady jejich projevů.

<b>Fyzické aktivní přímé</b>	Útočníci oběť věší, škrtní, kopou, fackují.
<b>Fyzické aktivní nepřímé</b>	Kápo pošle nohsledy, aby oběť zbili. Oběti jsou ničeny věci.
<b>Fyzické pasivní přímé</b>	Agresor nedovolí oběti, aby si sedla do lavice.
<b>Fyzické pasivní nepřímé</b>	Agresor odmítne oběť na její požádání pustit ze třídy na záchod.
<b>Verbální aktivní přímé</b>	Nadávání, urážení, zesměšňování.
<b>Verbální aktivní nepřímé</b>	Rozšiřování pomluv.
<b>Verbální pasivní přímé</b>	Neodpovídání na pozdrav, otázky apod.
<b>Verbální pasivní nepřímé</b>	Spolužáci se nezastanou oběti, je-li nespravedlivě obviněna z něčeho, co udělali její trýznitelé.



## 5 FORMY ŠIKANY (KOLÁŘ, 2011)

<b>Šikana podle typu agrese – prostředku týrání</b>	fyzická, psychická a smíšená šikana, kyberšikana – jako specifická forma psychické šikany
<b>Šikana podle věku a typu školy</b>	šikana mezi předškoláky, žáky prvního stupně a druhého stupně, učni, gymnazisty..., šikana mezi vysokoškoláky
<b>Šikana z genderového hlediska</b>	chlapecká a dívčí šikana, homofobní šikana, šikana chlapců vůči děvčatům, šikana dívek vůči chlapcům
<b>Šikana odehrávající se ve školách s různým způsobem řízení</b>	na jedné straně škola s demokratickým vedením a na druhé straně škola, případně výchovný ústav, kde je tvrdý hierarchicko-autoritativní systém
<b>Šikana podle speciálních vzdělávacích potřeb aktérů</b>	šikana neslyšících, nevidomých, tělesně postižených, mentálně retardovaných žáků apod.

Chlapci častěji používají přímou, fyzickou agresi. Dívky se více uchylují k psychické šikaně. Rozdílnost je i ve vztahu agresora a oběti. Zatímco mezi chlapci nepanují kamarádské vztahy, u dívek je tomu naopak. Často se stává, že agresorka a oběť jsou blízkými kamarádkami.

## **5. 1 Kyberšikana**

Jednou z forem psychické šikany je kyberšikana. Definujeme ji jako zneužití ICT (informačních komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu.

### **5. 1. 1 Zvláštnosti kyberšikany**

- Odehrává se bez přímého kontaktu, často mimo školu.
- Oběť je pronásledována 24 hodin denně.
- Anonymita agresora, předstírání falešné identity. Nevíme, před kým se bránit.

### **5. 1. 2 Léčba kyberšikany**

- Škola musí kyberšikanu řešit vždy, když se o ní dozví.
- Pokud se děje v době jakékoli školní činnosti, zajistíme přímou léčbu. Školní metodik prevence rozhodne, zda řešení zvládne škola, nebo zda je nutná pomoc odborníka.
- Pokud kyberšikana neprobíhá ve škole, obětem doporučíme, aby neodpovídala, ukládala důkazy, mluvila o tom, co se jí děje.

## 6 STADIA ŠIKANOVÁNÍ (KOLÁŘ, 2011))

Šikanování není záležitostí jen agresora a oběti, ale zasahuje celou skupinu. Může se objevit v každé skupině. Je důležité znát pět stadií šikanování a dokázat je rozpoznat. U 1. – 3. stadia, kdy normy agresorů ještě nejsou přijaty většinou, můžeme nalézt vhodné svědky a žáky ke spolupráci, u 4. a 5. stadia se musíme spolehnout na své vlastní síly, protože jsme sami proti celé skupině.

<b>1. Stadium</b> <b>Zrod ostrakismu</b>	Jde o mírné, převážně psychické formy ubližování, kdy se okrajový člen necítí dobře, je neoblíben, neuznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky...
<b>2. stadium</b> <b>Přitvrzování manipulace a výskyt fyzické agrese</b>	Ve skupině, kde stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci instinktivně sloužit jako jeho ventil. 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.
<b>3. stadium</b> <b>Vytvoření jádra agresorů</b>	Utváří se skupinka agresorů, tzv. úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky šikanovat nejvhodnější oběť. V počátku se jejich obětmi stávají žáci, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tzn. „slabí“.
<b>4. stadium</b>	Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. Ve skupině

<p><b>Většina přijímá normy agresorů</b></p>	<p>dojde k šokující proměně. To, co hlásají pedagogové, ustupuje zcela do pozadí. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě, aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.</p>
<p><b>5. stadium</b></p> <p><b>Totalita neboli dokonalá šikana</b></p>	<p>Normy agresorů jsou přijaty všemi členy skupiny. Šikanování se stává skupinovým programem. Nastává stadium vykořisťování, kdy se žáci rozdělí na „otrokáře“, kteří mají všechna práva, a „otroky“, kteří jsou zcela bez práv.</p>

## **7 CO JE A CO NENÍ ŠIKANOVÁNÍ**

Za šikanování se nepovažuje škádlení a jednorázová agrese. Například, když se poperou dva přibližně stejně silní žáci například kvůli dívce, která se jim líbí oběma, nejde o šikanování, protože tu chybí nepoměr sil, kdy oběť se neumí nebo z různých příčin nemůže bránit.

Škádlení by mělo znamenat legraci pro obě strany, a pokud se jednomu nelíbí, tak druhý v činnosti nepokračuje a omluví se mu. U šikany je cíl jasný – ublížit, ranit. Agresor má ze svého chování radost, opakuje ho, stupňuje.

## 8 PRVNÍ POMOC PŘI ŠIKANOVÁNÍ (KOLÁŘ, 2011)

### 8. 1 Příklady varovných signálů

- Žák vchází s učitelem do třídy, nenápadně postává o přestávce u kabinetu, přichází pozdě do hodiny, vždy chodí jako poslední.
- Projevy outsidera. Dítě je osamocené, s nikým se nebaví, nemá kamaráda.
- Nepříznivý emoční stav. Dítě je stísněné, má smutnou náladu, působí nešťastně.
- Žák nechodí na tělocvik, vždy zůstává ve třídě, má nadměrnou omluvenou absenci, případně i neomluvenou absenci.
- Žák je okázale přehlížen, odmítán, izolován.
- Projevy nerovnoprávnosti. Dítě dostává povýšené příkazy a snaží se jim vyhovět, bývá ostatními komandováno a okřikováno.
- „Přátelské“ vtipy a kanadské žertíky.
- Ponižování a zesměšňování.
- Žák „dobrovolně“ dává svačiny kamarádovi.

### 8. 2 Rozlišení počáteční a pokročilé šikany

	<b>Počáteční stadium</b>	<b>Pokročilé stadium</b>
<b>Informátoři</b>	Přijde oběť nebo její kamarád.	Přicházejí rodiče obětí, nebo šikanu zachytí pedagog.
<b>Oběti</b>	Otevřeně mluví o tom, co se stalo a kdo je šikanoval.	Ustrašenost, nechtějí prozradit, kdo jim ublížil.
<b>Svědkové</b>	Vyjadřují nesouhlas se šikanováním, vypovídají.	Odmítají vypovídat, tvrdí, že nic neviděli a neslyšeli. Občas přiznají, že nemůžou

		nic říct, protože by měli peklo.
<b>Vztah svědků k agresorům</b>	Agresoři nejsou vnímáni jednoznačně pozitivně, ale diferencovaně.	Oceňují, chrání a brání agresory.
<b>Ostatní členové skupiny</b>	Násilí nepopírají a vyjadřují vůči němu výhrady.	Násilí bagatelizují nebo popírají. Svalují vinu na oběť.
<b>Vztah členů skupiny k oběti</b>	Projevují soucit s obětí.	Oběť je kritizována, často obviňována, že si vše způsobila sama.
<b>Atmosféra ve skupině</b>	Malá soudržnost, nespolupráce, omezená svoboda. Atmosféra je přesto živá.	Těžká atmosféra strachu, napětí a nesvobody. „Špatně se tu dýchá.“

### 8. 3 Základní scénář pro obyčejnou počáteční šikanu

**1. Odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany.**

**2. Rozhovor s informátory a oběťmi** – děláme písemný zápis.

**3. Nalezení vhodných svědků** – ve spolupráci s informátory a oběťmi vytipujeme členy skupiny, kteří budou pravdivě vypovídat, žáky, kteří s obětí kamarádí, nebo ji alespoň neodmítají, žáky nezávislé na agresorech.

**4. Individuální rozhovory se svědky** – zorganizujeme je tak, aby o nich ostatní nevěděli (např. po vyučování). Děláme písemný zápis.

Využijeme tzv. „římského“ devatera:

1. Co se stalo?
-----------------

- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>2. Kde se to stalo?</li><li>3. Kdy se to stalo?</li><li>4. Proč?</li><li>5. Kdo to spáchal?</li><li>6. Jak to spáchal?</li><li>7. Čím to spáchal?</li><li>8. Komu se to stalo?</li><li>9. Kdo nám to řekl?</li></ol> |
|--|

**5. Ochrana oběti-** zvýšený dozor, bezpečné příchody a odchody ze školy.

V závažném případě necháváme oběť doma.

**6. Předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovorů:**

**a) Rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření)** – vhodná pouze u 1. a 2. stadia, jestliže násilí nemělo vážnou podobu.

**b) Rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku)** – hlavní význam spočívá v paralyzování jejich agrese vůči bližním! Setkání slouží k tomu, abychom agresory okamžitě zastavili a ochránili oběť. Používáme princip „přitlačení ke zdi“. Výpověď agresorů napíšeme a necháme ji podepsat. Můžeme rovnou svolat výchovný pohovor či výchovnou komisi.

**7. Realizace vhodné metody**

**a) Metoda usmíření.**

**b) Metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise).**

**8. Třídní hodina**

**a) Efekt metody usmíření.**

**b) Oznámení o potrestání agresorů.**

**9. Rozhovor s rodiči oběti** – informování rodičů o zjištěních a závěrech školy, domluva na dalších opatřeních.

**10. Třídní schůzka.**

**11. Práce s celou třídou** – prevence.



## **8. 4 Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany**

1. Zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany.
2. Bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.
3. Zalarmování pedagogů na poschodí 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.
7. Vyšetřování.

## 9 PRO RODIČE

„Obětí šikany může být i vaše dítě.“

### 9.1 Příklady varovných signálů

- Za dítětem domů nedochází žádný spolužák, zdá se, že nemá žádné kamarády.
- Dítě je zaražené, posmutnělé, až depresivní, nemluví o tom, co se děje ve škole.
- Špatně usíná, má poruchy spánku, zdají se mu hrůzostrašné sny.
- Dojde k výraznému zhoršení prospěchu, je nesoustředěné, bez zájmu.
- Často ho před odchodem ze školy bolí hlava, břicho atd. Podobné stavy má i po příchodu ze školy.
- Dítě často navštěvuje lékaře, znenadání se objeví neomluvená absence.
- Dítě chodí do školy nebo ze školy oklikami.
- Přichází domů s potrhaným oblečením, poškozenými školními pomůckami nebo bez nich.
- Často mu nevychází kapesné, ztrácí ho, požaduje další peníze.
- Dítě přichází domů vyhladovělé, i když dostává svačiny a obědy má zajištěny.
- Nedokáže uspokojivě vysvětlit svá zranění.
- Vyhrožuje sebevraždou, nebo se o ni dokonce pokusí.

### 9.2 Pomoc dítěti

- Nenechávejte v tom dítě samotné, ale poskytněte mu oporu!
- Řešením nejsou rady typu „nebuď baba, braň se“!
- Neříkejte si, že dítě to musí vydržet, přečkat!

- Informujte školu – ředitele, třídního učitele, školního metodika prevence, výchovného poradce.

### **9. 3 Pomoc dítěti – kyberšikana**

- Zajistěte, aby dítě vědělo, že všechna pravidla chování při kontaktu s ostatními lidmi jsou stejná jako v reálném životě.
- Učte své děti vhodnému chování na internetu. Seznamte je s pravidly používání internetu či mobilního telefonu.
- Buďte vzorem vhodného užívání moderních technologií.
- Sledujte aktivity svých dětí, když jsou online. Zajímejte se o to, k čemu vaše dítě mobilní telefon či internet používá.
- Používejte filtrační a blokační software
- Všimněte si varovných znaků toho, že se děje něco neobvyklého. Jak se dítě při elektronické komunikaci chová, včetně reakcí dítěte na vaši přítomnost.
- Kultivujte a udržujte se svými dětmi otevřenou a upřímnou linii komunikace. Dejte dítěti najevo, že za vámi může přijít s problémem.

# ŠKOLNÍ PROGRAM PROTI ŠIKANOVÁNÍ

Vyhotovila: Mgr. Lucie Mořkovská

Schválil: Mgr. Tomáš Randýsek

V Zubří 7. září 2015