

**Základní škola, Most, Okružní 1235,
příspěvková organizace**

Školní program proti šikanování

Obsah:

A. Úvod	3
1. Charakteristika šikanování	3
2. Projevy šikanování	3
3. Odpovědnost školy	4
B. Program proti šikanování	5
1. Zmapování situace	5
2. Motivování pedagogů pro změnu	5
3. Společné vzdělávání a supervize všech pedagogů	6
4. Užší realizační tým	6
5. Společný postup při řešení šikanování	6
5.1. Postup pedagogického pracovníka	6
5.2. Postup ředitelky školy	6
5.3. Odhad stadia šikany (počáteční či pokročilá) a její závažnost	7
5.4. Scénář pro obyčejnou počáteční šikanu	7
5.5. Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany – Poplachový plán pro tzv. školní lynčování	8
5.6. Šikana zaměřená na učitele	8
5.7. Nápravná opatření	9
6. Primární prevence v třídnických hodinách	10
7. Primární prevence ve výuce	10
8. Primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování	11
9. Ochranný režim	11
10. Spolupráce se zákonnými zástupci	11
10.1. Postup zákonných zástupců při podezření na šikanování	12
11. Školní poradenské služby	12
12. Spolupráce se specializovanými zařízeními	12
13. Vztahy se školami v okolí	14
C. Závěrečná ustanovení	14
D. Přílohy:	15
Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování	15
Stadia šikanování	17
Rozdíly mezi šikanováním a škádlením	18
Literatura a webové odkazy	19
Příklady šikanování	22
Informační leták pro žáky ZŠ a pro studenty SŠ	24

A. Úvod

Program je zpracován v souladu s metodickým pokynem MŠMT č.j. 21149/2016 „Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních“. Je nedílnou součástí Programu prevence rizikového chování naší školy.

Šikanování vnímáme jako jev, který doprovází společnou výchovně vzdělávací činnost. Naším cílem je tedy vytvořit takové školní prostředí, ve kterém se šikaně nedaří, snažit se zvládnout takové metody, techniky a přístupy, aby se dařilo šikaně předejít, včas ji rozpoznat a umět řešit a nakonec minimalizovat její výskyt.

1. Charakteristika šikanování

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 např. v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků. Rovněž se může realizovat prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu.

Kyberšikana je jednou z forem psychické šikany. Je to zneužití ICT (informačních a komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určuje její závažnost.

Důležité znaky šikanování: záměrnost, cílenost, opakování (není podmínkou), nepoměr sil, bezmocnost oběti, nepříjemnost útoku, samoučelnost agrese.

Za šikanování se nepovažuje škádlení a agrese, která nemá znaky šikanování (opakování, záměrnost atd.). Například, když se tzv. „poperou“ dva přibližně stejně silní žáci kvůli dívce, která se jim oběma líbí, nejde o šikanování, protože tu chybí nepoměr sil, kdy oběť se neumí nebo z různých příčin nemůže bránit.

Kyberšikanou není oprávněná kritika na internetu bez zlého úmyslu, bez nadávek a ponižování. Termínem kyberšikana neoznačujeme rovněž vzájemné internetové psychické násilí a ani věcný konflikt (i opakovaný) mezi rovnocennými partnery.

Od kyberšikany je potřeba odlišovat příbuzné fenomény, které jsou často s kyberšikanou provázány nebo se s ní částečně překrývají, nicméně samy o sobě označují jiný typ násilného chování. Patří mezi ně například happy slapping, sexting, hoax, spam, cyberstalking, flaming, phishing.

2. Projevy šikanování

Šikanování má ve svých projevech velice různou podobu. Mezi základní formy šikany podle typu agrese – typu nebo prostředku týrání patří:

- fyzická agrese, přímá a nepřímá (patří sem i krádeže a ničení majetku oběti);
- verbální šikana, přímá a nepřímá – psychická šikana (součástí je i kyberšikana, děje se pomocí informačních a komunikačních technologií);
- smíšená šikana, kombinace psychické a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.).

Podstatnou vlastností šikany je skrytost. Ta je dána tím, že často odhalení zejména pokročilé šikany brání z rozličných důvodů a pohnutek všichni účastníci vyšetřování včetně obětí. Z tohoto důvodů je důležité umět rozpoznat přímé a nepřímé signály šikany.

Při vlastní diagnostice šikany je třeba zkoumat tento fenomén ze tří praktických pohledů – jako nemocné chování, závislost a poruchu vztahů ve skupině.

3. Odpovědnost školy

1. Škola má jednoznačnou odpovědnost za děti a žáky. V souladu s ustanovením § 29 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, jsou školy a školská zařízení povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předchází, jeho projevy neprodleně řeší a každé jeho oběti poskytne okamžitou pomoc.
2. Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech:
 - dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu, obrací se škola na Policii ČR. Trestní oznámení je možné podat také na státní zastupitelství;
 - dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který byl útočníkem, tak žáka, který byl obětí. Tato povinnost vyplývá ze školského zákona (§ 21 odst. 2 školského zákona, dle něhož mají zákonní zástupci dětí a nezletilých žáků právo mj. na informace o průběhu a výsledcích vzdělávání dítěte či žáka a právo vyjadřovat se ke všem rozhodnutím týkajícím se podstatných záležitostí jejich vzdělávání). Skutečnost, že dítě někoho šikanovalo nebo bylo šikanováno, lze chápat jako významnou skutečnost, která v průběhu vzdělávání nastala;
 - škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů); v případě šikany se jedná o všechny případy, které škola oznámila policejnímu orgánu nebo státnímu zástupci a dále případy, které výše uvedeným nebyly oznámeny i přesto, že se stalo něco závažného, protože nebyl zákonný důvod.
3. Z hlediska zákona č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „TZ“), může šikanování žáků naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění (dále jen „trestných činů“). Proviněním se rozumí trestný čin spáchaný mladistvým - § 6 zákona č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže): vydírání § 175 TZ, omezování osobní svobody § 171 TZ, zbavení osobní svobody § 170 TZ, útisku § 177 TZ, těžkého ublížení na zdraví podle § 145, ublížení na zdraví § 146 TZ, § 146a TZ, vraždy § 140 TZ, loupeže § 173 TZ, krádeže § 205 TZ, násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci § 352 TZ, poškození cizí věci § 228 TZ, znásilnění § 185 TZ, kuplířství § 189 TZ, pohlavního zneužití § 187 TZ, apod. + nebezpečné vyhrožování § 353 TZ, nebezpečné pronásledování § 354 TZ, mučení a jiného nelidského a krutého zacházení § 149 TZ.
4. Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně. Kyberšikana obdobně jako školní šikana sice není sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu např. těchto trestných činů:

- nebezpečné pronásledování (stalking, § 354 TZ) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pocítuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých;
 - účast na sebevraždě (§ 144 TZ) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem vyvolat u ní rozhodnutí k sebevraždě;
 - porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 TZ) – např. „odposlech“ odesílaného e-mailu;
 - porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí
 - (§ 183 TZ), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti;
 - pomluva (§ 184 TZ) – např. vytvoření webových stránek zesměšňujících oběť.
5. Pedagogický pracovník, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení, případně nepřekažení trestného činu (§ 367 TZ). V úvahu přicházejí i další trestné činy jako např. nadřizování (§ 366 TZ) či schvalování trestného činu (§365 TZ), v krajním případě i podněcování (§ 364 TZ).

B. Program proti šikanování

1. Zmapování situace

Ke zmapování situace slouží monitorování vztahů ve třídě, v případě potřeby je provedeno dotazníkové šetření Klima třídy (portál www.proskoly.cz). Evaluace vztahů probíhá i v mezitřídních skupinách. Důsledným potíráním rizikových projevů se šikaně snažíme předcházet.

K utužování kolektivu přispívají různé projekty a aktivity (společné akce, výlety, exkurze, dny třídního učitele...).

Vyhodnocování se věnujeme na pravidelných schůzkách školního poradenského pracoviště, dále pak na pedagogických radách a provozních poradách, na třídních schůzkách, na zasedání Školské rady, Školního parlamentu atd.

Při mapování situace ve vztazích je třeba pečlivě rozlišovat chování, které již splňuje parametry šikany, a kdy o šikanu nejde. Dobré je uvědomit si opětovně rozdíly mezi šikanou a šikádlením.

2. Motivování pedagogů pro změnu

Klíčovým momentem je, aby pedagogové výskyt šikany nejen neodmítali, ale aby ho ani nevnímali jako své osobní selhání. Další fází je důvěra ve Školní program proti šikanování – má smysl ho realizovat, protože povede k prevenci, řešení a odstranění nebo alespoň omezení šikany. Je třeba si uvědomit, že předcházení šikany je úkolem pro celý kolektiv školy, nejen pro jednotlivce. Proto by zájmem všech pedagogických zaměstnanců, ale také provozních pracovníků mělo být podílet se na sledování stavu budování a udržování zdravých vztahů mezi dětmi.

Pedagogičtí pracovníci vedou důsledně a systematicky žáky a studenty k osvojování norem mezilidských vztahů založených na demokratických principech, respektujících identitu a individualitu žáka. Pomáhají rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka. Všichni pedagogičtí pracovníci by měli vnímat vztahy mezi žáky a atmosféru v třídních kolektivech, kde působí, jako nedílnou a velmi důležitou součást své práce. Důležité aktivity školy nelze spojovat jen s určitým vyučovacím předmětem nebo skupinou předmětů. Vztahy a chování pedagogických i nepedagogických pracovníků vůči sobě a vůči žákům, ovlivňují chování žáků.

3. Společné vzdělávání a supervize všech pedagogů

Samozřejmostí je účast metodika prevence na společných setkáváních metodiků prevence místních škol, následné předávání důležitých informací a podnětů z těchto setkání dalším pracovníkům školy na nejbližší poradě. Pracovníci školy si mohou individuálně vybírat i z nabídky DVPP, případně jsou ředitelkou školy vybírána školení pro celý pedagogický sbor.

4. Užší realizační tým

Ve škole funguje školní poradenské pracoviště, jehož součástí je ředitelka školy, zástupci ředitelky školy, školní metodičky prevence, výchovná poradkyně a školní speciální pedagog. Pro zajištění fungování oblasti šikany se součástí užšího realizačního týmu může stát i další pedagogický pracovník – nejčastěji třídní učitel, v jehož třídě je problém řešen.

5. Společný postup při řešení šikanování

5.1. Postup pedagogického pracovníka

1. Informují-li zákonní zástupci pedagogického pracovníka o podezření na šikanování, zahájí okamžitě vyšetřování šikany, spolupracuje s metodičkou prevence, výchovnou poradkyní a školním speciálním pedagogem, informuje ředitelku školy.
2. Má-li pedagogický pracovník podezření na šikanování, zahájí okamžitě vyšetřování šikany, spolupracuje s metodičkou prevence, výchovnou poradkyní a školním speciálním pedagogem, informuje ředitelku školy.
3. V případě prokázaných projevů šikany neprodleně informuje ředitelku školy, spolupodílí se na vyšetřování šikany dle pokynů ředitelky školy.
4. Vždy informuje zákonného zástupce o výsledcích vyšetřování šikany, a to i v případech, že se podezření neprokáže.
5. Navrhne v pedagogické radě potrestání agresorů.

5.2. Postup ředitelky školy

1. Přijme informaci o šikanování (pedagogický pracovník, zákonný zástupce, žák)
2. Rozhodne, zda škola zvládne řešit šikanu vlastními silami nebo zda škola potřebuje pomoc z venku a je nezbytná její součinnost se specializovanými institucemi a Policií ČR.
3. V případě prokázaných projevů šikany jmenuje pracovníky, kteří se budou podílet na vyšetřování šikany dle jeho pokynů
4. Zajistí informování dotčených zákonných zástupců o vyšetřování šikany nebo sám informuje o výsledcích vyšetřování šikany, které řídí.
5. V případě negativních dopadů šikanování na oběť je nutné zprostředkovat péči pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.
6. V mimořádných případech doporučí zákonným zástupcům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení SVP, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místě příslušném diagnostickém ústavu.
7. V mimořádných případech podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.
8. Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění) oznámí tuto skutečnost Policii ČR.

9. Oznámí orgánu sociálně právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, zahájí spolupráci s orgány sociálně právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu.
10. Projedná v pedagogické radě potrestání agresorů.

5.3. Odhad stádia šikany (počáteční či pokročilá) a její závažnost

Odhalení šikany bývá obtížné. Významnou roli při jejím zjišťování hraje strach, a to nejen strach obětí, ale i pachatelů a dalších účastníků. Strach vytváří obvykle prostředí „solidarity“ agresorů i postižených. Účinné a bezpečné vyšetření šikany vychází z kvalifikovaného odhadu stadia a formy šikanování. Existuje rozdíl mezi vyšetřováním počátečních a pokročilých stádií šikanování.

Popis jednotlivých stádií šikanování:

	Počáteční stádium	Pokročilé stádium
<i>Jak se oběti chovají? Jak odpovídají?</i>	Poměrně otevřeně mluví o tom, co se jim stalo a kdo je šikanoval.	Je patrná ustrašenost, nechtějí prozradit, kdo jim ublížil. Někdy zdůvodňují své zranění bizarním způsobem.
<i>Jak svědkové spolupracují?</i>	Vyjadřují nesouhlas se šikanováním a bez většího strachu vypovídají.	Odmítají vypovídat, tvrdí, že nic neviděli a neslyšeli. Občas přiznávají, že nesmějí nic říct, protože by měli peklo. Případné výpovědi působí podezřele.
<i>Jak se svědkové vztahují k podezřelým agresorům?</i>	Násilí nepopírají a vyjadřují vůči němu své výhrady.	Násilí bagatelizují nebo ho popírají.
<i>Jak se o konkrétním násilí vyjadřují ostatní členové skupiny?</i>	Projevují soucit s obětí a porozumění neférovosti ubližování silných slabým.	Oběť je kritizována a znevažována. Často je obviněna, že si to vlastně způsobila sama.
<i>Jak se členové skupiny vztahují k trpící nebo zraněné oběti?</i>	Agresori nejsou vnímáni jednoznačně pozitivně, ale diferencovaně, jejich okolí se to nebojí vyjádřit.	Oceňují, chválí a brání agresory, popř. pro ně hledají polehčující okolnosti.
<i>Jaká je atmosféra ve skupině?</i>	Malá soudržnost, nespolečenská, omezená svoboda projevu a názoru. Atmosféra je však ještě „živá“.	Těžká atmosféra strachu, napětí a nesvobody. „Špatně se tu dýchá.“

5.4. Scénář pro obyčejnou počáteční šikanu

1. krok - Odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany (informovat ŠMP, VP, ŠSP, TU, vedení školy)
2. krok - Rozhovor s informátory a oběťmi provádí ŠMP, VP, ŠSP, TU, vedení školy
3. krok - Nalezení vhodných svědků ŠMP, VP, ŠSP, TU
4. krok – Individuální rozhovory se svědky
5. krok – Ochrana oběti
6. krok – Předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovoru:

- rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření);
- rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku).

7. krok – Realizace vhodné metody:

- metoda usmíření;
- metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho zákonnými zástupci) – TU, ŠMP, VP, ŠSP, vedení školy.

8. krok – Třídní hodina:

- efekt metody usmíření;
- oznámení potrestání agresorů.

9. krok – Rozhovor se zákonnými zástupci obětí – TU, ŠMP, VP, ŠSP, vedení školy

10. krok – Třídní schůzka

11. krok – Práce s celou třídou

5.5. Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany – Poplachový plán pro tzv. školní lynčování

I. První (alarmující) kroky pomoci

- zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
- bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.

II. Příprava podmínek pro vyšetřování

- zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy;
- zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
- pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
- oznámení na policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování, informace zákonným zástupcům.

III. Vyšetřování

- rozhovor s obětí a informátory;
- nalezení nejslabších článků nespolupracujících svědků;
- individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
- rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi).

IV. Léčba

- metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

5.6. Šikana zaměřená na učitele

Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků nesmí být považována za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. Odpovědnost za prevenci a řešení šikany nese vedení školy, potažmo také zřizovatel.

Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k narušení jasně definovaných rolí (učitel × žák) a žák se dostane do pozice větší moci než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele.

Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve škole – ve třídách a na chodbách, nicméně může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorech, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.

Je zapotřebí mít na paměti, že šikanou může trpět i vysoce zkušený a kompetentní pedagog, který dobře zná svůj předmět, ovládá třídní management a má dobré pedagogické schopnosti. Ani takový pedagog nemusí disponovat kapacitou zamezit některým šikanujícím projevům vůči sobě.

Specifika pro prevenci šikany zaměřené na učitele:

- Pro prevenci šikany zaměřené na učitele platí doporučení pro vytváření a udržování bezpečné školy.
- Vedení školy vyjadřuje pedagogům podporu, oceňuje jejich práci, vytváří atmosféru důvěry, podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a zastává nekonfliktní způsob řešení problémů.
- Při podezření své osoby nebo kolegy oznámí tuto situaci vedení školy.
- Pedagog nastavuje a uplatňuje jasná pravidla ve třídě; na konflikt nebo nerespektování reaguje včas, pracuje s pravidly v chování a používá stanovené důsledky jejich nerespektování, vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontací ze strany žáka před celou třídou, vyhýbá se konfrontačnímu tónu.
- Pedagog posiluje zapojení žáků do výuky, dává jim na výběr, činí úkoly a výuku pro žáky zajímavými, propojuje výuku s běžným životem a potřebami žáků; jeho výklad a očekávání jsou pro žáky srozumitelné, odpovídají obtížnosti, kterou mohou zvládnout.
- Očekává úspěch u všech žáků a podporuje je, dává žákům zpětnou vazbu k tomu, co udělali dobře, staví na silných stránkách žáků.
- Nezpůsobuje ponížení nebo zesměšnění žáka před třídou; při hodnocení žáka zachovává jeho důstojnost.
- Všimá si změn v náladě, emocích a v chování žáků a včas na ně reaguje.
- Problémy neřeší sám, ale ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm, případně s vedením školy.

Specifika pro řešení šikany zaměřené na učitele

- Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v dané situaci v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by vyhledat pomoc ostatních.
- Škola podporuje své pedagogy, zajistí jejich bezpečí a řeší vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy.
- Je zapotřebí zajistit bezpečí pro ohroženého pedagoga – pokud není toto zajištěno školou, pedagog odejde ze třídy, přivolá si pomoc a požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace.
- Je zapotřebí, aby pedagog sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že pedagog byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je proto zapotřebí dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkosti, zvýšená citlivost, nechut k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.
- Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě.
- V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.

5.7. Nápravná opatření

Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů běžná, ale i mimořádná nápravná opatření. Uvedeme některá, která přicházejí při šikanování v úvahu:

- výchovná opatření (napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy; podmíněné vyloučení a vyloučení ze školy – nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku);
- snížení známky z chování;

- převedení do jiné třídy, pracovní či výchovné skupiny (je třeba individuálně posoudit efektivitu tohoto opatření, aby nedošlo k přesunutí šikany do nového prostředí a podmínek);
- vyloučení ze školy při opakování násilí – nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku;
- ředitelka školy doporučí zákonným zástupcům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení střediska výchovné péče, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v diagnostickém ústavu;
- ředitelka školy podá návrh orgánu sociálně-právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu;
- škola umožní agresorovi individuální výchovný plán.

Doporučuje se dále pracovat s agresorem (vedení k náhledu na vlastní chování, motivy apod.) i s obětí šikany. V případě potřeby doporučit zákonnému zástupci péči dítěte v PPP, SVP nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů, případně převedení do jiné třídy.

Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina či menšina) apod.

6. Primární prevence v třídnických hodinách

Prevence je nejúčinnější ochranou proti vzniku nebo šíření šikany, je proto neodmyslitelnou součástí práce školy a pedagogů.

S třídními kolektivy se pracuje na rozvoji pozitivních mezilidských vztahů. Za jejich rozvoj odpovídají především třídní učitelé, kteří dle možností a konkrétní situace ve třídách najdou odpovídající organizační formy. Každý třídní učitel si vytváří ve své třídě systém setkávání a řešení problémů třídy. Mohou to být speciální třídnické hodiny, třídnické chvílky nebo neformální setkávání se žáky. Učitel tak navazuje s dětmi spolupracující vztahy, které pozitivně působí na vztahy mezi žáky navzájem.

Žáci jsou poučeni o tom, co je a co není šikana, na koho se mají obrátit, mají-li na šikanu podezření (třídní učitelé, výchovná poradkyně, metodičky prevence, školní speciální pedagog, vedení ZŠ, dohledy...).

Třídní učitelé se zaměřují na činnosti rozvíjející pozitivní vztahy a provádějí zpětnou vazbu uplynulého období s rozbořem. Žáci jsou seznamováni s následujícími tématy a jsou u nich rozvíjeny tyto dovednosti:

- Co je a co není šikana.
- Co je a co není „bonzování“.
- Jakým způsobem se zastat oběti.
- Jak vhodným způsobem vyhledat pomoc dospělého.

Odkazy na publikace:

http://www.odyssea.cz/soubory/e_kurzy/tridnicke_hodiny.pdf

<http://www.odyssea.cz/metodiky-osv.php?cast=lekce-osv>

http://www.ujak.cz/projekt/ptm/data/Tridnicke_hodiny.pdf

7. Primární prevence ve výuce

Základem prevence šikanování a násilí ve škole je Školní vzdělávací program Učení s prožitkem, který podporuje pozitivní vzájemné vztahy mezi žáky (a mezi žáky a učiteli). Při

efektivní realizaci prevence šikanování usilujeme o vytváření bezpečného prostředí a za tím účelem:

- podporujeme solidaritu a toleranci,
- podporujeme vědomí sounáležitosti,
- posilujeme a vytváříme podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy,
- uplatňujeme spolupráci mezi dětmi a rozvíjíme jejich vzájemný respekt,
- rozvíjíme jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince.

Primární prevence se uplatňuje zejména v předmětech výchovného a humanitního zaměření, na I. stupni je to zejména český jazyk, prvouka, vlastivěda, přírodověda, hudební, tělesná a výtvarná výchova, na II. stupni hlavně občanská výchova a výchova ke zdraví, kam jsou zařazena témata týkající se prevence rizikového chování včetně šikany. Dále je důležitá výuka tělesné výchovy, kde se dá přímo podchytit a „trénovat“ vhodné chování k druhému, tolerance atd.

Všichni učitelé vnímají důležitost vytváření bezpečného prostředí. Kromě práce ve svém předmětu se soustředí na rozvoj pozitivních vztahů. Umožňují rozvoj spolupráce i zpětnou vazbu.

Žáci by měli znát a umět pracovat v komunitním kruhu, při skupinové práci, vyjadřovat se slušně a otevřeně při zpětné vazbě atd. Pracujeme s pravidly tříd a dynamikou třídního kolektivu.

Učitelé se snaží vyhnout technikám a metodám, které neúčelně vytvářejí či zvyšují napětí a následně vytvářejí potřebu uvolnit (vybít si) negativní energii např. ironizování, zesměšňování, nenaplněné hrozby, častý křik, vytváření stresového prostředí při učení apod.

8. Primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování

Také mimoškolní aktivity jsou výbornou půdou pro rozvíjení vhodného vzájemného chování. Jde především o vzdělávací a jiné programy mimo školu, organizované zejména jinými subjekty (např. přednášky, workshopy a vzdělávací aktivity).

Dále se jedná především o prevenci o přestávkách a při všech činnostech organizovaných školou (exkurze, výlety, vycházky, kroužky, školní družina).

Žáci mají možnost využívat schránku důvěry, konzultace metodičky prevence, výchovné poradkyně a školního speciálního pedagoga a e-mailové adresy všech pedagogických pracovníků.

9. Ochranný režim

Školní řád stanovuje pravidla chování ve škole, zakazuje násilí vůči spolužákům a stanovuje způsob potrestání. Zaměstnanci školy konají dohledy nad žáky dle rozpisu dohledů. Dohledová činnost se se zvýšenou intenzitou věnuje i rizikovým místům.

Žáci mohou vyjadřovat své připomínky k chování ostatních ve třídnických hodinách, v běžných vyučovacích hodinách a na schůzkách žakovského. Jejich připomínkám je vždy věnována patřičná pozornost.

Pokud se žáci bojí nebo stydí svůj problém řešit s dospělým, mají možnost se i anonymně svěřit schránce důvěry, která funguje jak ve fyzické podobě schránky na chodbě, tak i v elektronické podobě na e-mailu schranka.duvery@18zs.cz.

10. Spolupráce se zákonnými zástupci

Škola se snaží systémově spolupracovat se zákonnými zástupci těmito prostředky:

- Vzájemné informování
 - ze strany školy v případě, že se šikana objeví
 - ze strany zákonných zástupců v případě, že si všimnou nějakého problému
- Spolupráce při řešení problémů
- Třídní schůzky, informační odpoledne, konzultační hodiny jednotlivých vyučujících
- Dny otevřených dveří
- Školská rada

Rodiče jsou seznámeni s Programem prevence rizikového chování, jehož součástí je i Školní program proti šikanování, na třídních schůzkách, dokumenty jsou přístupné i na nástěnce prevence u vstupu do školy a na webových stránkách školy.

Na webových stránkách jsou rodiče průběžně seznamováni s aktivitami naší základní školy.

10.1. Postup zákonných zástupců při podezření na šikanování

Postup při podezření na šikanování, o kterém jsou informováni, by měl být následující:

1. Zákonní zástupci informují o podezření na šikanování třídního učitele popřípadě dalšího pedagogického pracovníka, při jehož hodinách nebo dohledu nad žáky k šikaně dochází.
2. Nejsou-li podezření na projevy šikany bezodkladně a uspokojivě řešeny v pravomoci pedagogických pracovníků včetně metodika prevence či výchovného poradce, obrátí se zákonní zástupci s informací na ředitele školy.
3. V případech prokazatelných projevů šikany se zákonní zástupci přímo obrátí s informací na ředitele školy.
4. Jsou-li zákonní zástupci přesvědčeni, že postupuje škola při řešení šikanování nedostatečně, je možné jednat v této záležitosti se zřizovatelem školy, Magistrátem města Mostu, nebo podat stížnost na školu České školní inspekci. Stížnost podaná písemně, osobně nebo v elektronické podobě se přijímá na adrese ČŠI Winstona Churchilla 1348/6, 400 01 Ústí nad Labem, csi.u@csicr.cz. Stížnost je možno podat i na ústředí tzn. na adresu: Fráni Šrámka 37, 150 21 Praha 5, resp. elektronicky na adresu posta@csicr.cz.

11. Školní poradenské služby

Poradenské služby ve škole poskytují školní poradenské pracoviště, které pracuje ve složení:

- Ředitelka školy
- Zástupci ředitelky školy
- Výchovná poradkyně
- Metodický prevence rizikového chování
- Školní speciální pedagog

12. Spolupráce se specializovanými zařízeními

Při předcházení případům šikany a při jejich řešení je důležitá spolupráce vedení školy nebo školského zařízení, školních metodiček prevence, výchovné poradkyně, školního speciálního pedagoga nebo zástupce školy s dalšími institucemi a orgány zejména:

- v resortu školství – s PPP, SVP, speciálně pedagogickými centry (v případě dětí s příznámi podpůrnými opatřeními);
- v resortu zdravotnictví – s pediatrií a odbornými lékaři, dětskými psychology, psychiatry a zařízeními, která poskytují odbornou poradenskou
- a terapeutickou péči, včetně individuální a rodinné terapie;

- v resortu sociální péče – s oddělením péče o rodinu a děti, s oddělením sociální prevence (možnost vstupovat do každého šetření, jednat s dalšími zainteresovanými stranami, s rodinou), případně s NNO specializujícími se na prevenci a řešení šikany.

Dle vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb. je při poskytování poradenských služeb (tj. také při intervenčních programech) nutné žáky, včetně jejich zákonných zástupců, předem informovat o charakteru poradenské služby. Využívá se tzv. informovaný souhlas (viz § 1 odst. 3 vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb.)

Výstupem práce externí odborné instituce by měla být písemná zpráva s adekvátními informacemi (§ 1 odst. 5 vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb.). Aby byly pro školu informace relevantní, doporučuje se před započítím poradenských služeb dohodnout obsah a rozsah práce. Poskytování poradenských služeb středisky výchovné péče stanovuje vyhláška č. 458/2005 Sb., kterou se upravují podrobnosti o organizaci výchovně vzdělávací péče ve střediscích výchovné péče.

Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), ředitelka školy oznámí tuto skutečnost Policii ČR.

Ředitelka školy oznámí orgánu sociálně-právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, ředitelka školy zahájí spolupráci s orgány sociálně-právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů).

Doporučené kontaktní adresy:

Magistrát města Mostu – odbor sociálně-právní ochrany dětí:

- Mgr. Alexandra Hynešová, vedoucí odboru sociálně-právní ochrany dětí
 - Alexandra.Hynesova@mesto-most.cz
 - 476 448 477
- Bc. Ivana Klucová, referent (péče o dítě)
 - Ivana.Klucova@mesto-most.cz
 - 476 448 210
 - 476 448 426

Středisko výchovné péče v Mostě – DYÁDA

- svpmost@volny.cz
- 476 704 017

Pedagogicko-psychologická poradna Most

- Mgr. Dagmar Jungrová, vedoucí odloučeného pracoviště
 - most@pppuk.cz
 - 476 708 847
- Mgr. Kateřina Králíčková, metodik prevence
 - katerina.kralickova@pppuk.cz
 - 476 708 847

Městská policie Most

- Bc. Vlastimil Litto, preventista
 - vlastimil.litto@mp-most.cz
 - 734 417 318

Policie ČR Obvodní oddělení Most - Zahradní

- 476 703 787

- 974 435 500

Krajský úřad Ústeckého kraje – odbor školství, mládeže a tělovýchovy

- Mgr. Petra Vavrková, krajský školský metodik prevence
 - 475 657 951
 - vavrkova.p@kr-ustecky.cz

Psychiatrická ambulance pro děti a dorost Most

- MUDr. Gabriela Šilhartová
 - 702 016 837

Krizová telefonní linka k šikaně

- 286 881 059

13. Vztahy se školami v okolí

Spolupráce se školami v Mostě při prevenci a řešení šikany v případě potřeby probíhá během setkání metodiků prevence škol z okresu Most, případně při poradách či dalších setkáních ředitelů škol.

C. Závěrečná ustanovení

Účinnosti nabývá tento program dnem jeho vyhlášení, tj. podpisem ředitelky školy.

V Mostě dne 21. 12. 2016

Mgr. Jana Kropáčková
ředitelka školy

D. Přílohy:

Příloha č. 1

Příklady nepřímých a přímých 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.
- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

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 nenávisným, 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. Zákonné zástupce žáků se doporučuje upozornit zejména na to, aby si všímali těchto možných příznaků šikanování:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by se 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 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 zákonným zástupcům.
- 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.

Příloha č. 2

Stadia šikanování

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 (což může být i školou vytvářené konkurenční prostředí), 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. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace.

Třetí stádium (klíčový moment): Vytvoření jádra

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „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. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“. Většinou platí mezi ostatními žáky názor - „raději on, než já“.

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. Platí „Buď jsi s námi, nebo proti nám.“ 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 stádium: Totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které pro přehlednost můžeme označit jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná. Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání parastruktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly.

Zvláštnosti u psychických šikan

U psychických šikan zůstává princip stadií nezměněn. Nicméně jejich podoba je jiná. V popředí je nepřímá a přímá verbální agrese čili psychické násilí. Často se zraňuje „jen“ slovem a izolací. Rozdíl je pouze v tom, že se nestupňuje násilí fyzické, ale psychické. Krutost psychického násilí si však v ničem nezadá s nejbrutálnější fyzickou agresí.

(Kolář, 2011)

Příloha č. 3

Rozdíly mezi šikanováním a škádlením

ŠKÁDLENÍ	ŠIKANOVÁNÍ
Definice: Škádlení patří k rovnocenným, kamarádkým nebo partnerským vztahům. Chápáno je jako projev přátelství. Za škádlení se považuje žertování (popichování, zlobení) za účelem dobré nálady a není v něm vítěz ani poražený.	Definice: Šikanování patří do násilných a závislostních vztahů. Za šikanování se považuje, když jeden nebo více žáků úmyslně a opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit, dělá, co je mu nepříjemné, co ho ponižuje nebo to prostě bolí.
Záměr: Vzájemná legrace, radost a dobrá nálada.	Záměr: Ublížit, zranit a ponížit.
Motiv: Náklonnost, sblížení, seznamování, zájem o druhé. Rozpouštění napětí ve třídě a navozování uvolněné a pohodové atmosféry. Zodolňování, zmužnění.	Motiv: Základní tandem - moc a krutost. Další motivy překonávání samoty, zabíjení nudy, zvědavost ala Mengele, žárlivost, předcházení vlastnímu týrání, vykonání něčeho velkého...
Postoj: Respekt k druhému a sebeúcta.	Postoj: Devalvace, znevážení druhého
Citlivost: Vcítění se do druhých.	Citlivost: Tvrdost a nelítostnost.
Zranitelnost: Dítě není zvýšeně zranitelné a precitlivělé.	Zranitelnost: Bezbrannost, oběť se neumí, nemůže či nechce bránit.
Hranice: Obě strany mají možnost obhájit své osobní teritorium. Vzájemné vnímání a respektování verbálních i neverbálních limitů. Při divočejším škádlení žádný nepoužije své plné síly nebo silnější mírní své akce.	Hranice: Prolamování hranic, „znásilňování“ druhého. Silnější strana nebere ohled na slabšího. Oběť dává najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci pokračují dál. Někdy sadomasochistická interakce.
Právo a svoboda: Rovnoprávnost účastníků. Dítě se může bránit a škádlení opřevovat, případně ho může zastavit a vystoupit z něho.	Právo a svoboda: Bezpráví. Pokud se dítě brání nebo dokonce „legraci“ oplátí je tvrdě ztrestáno!
Důstojnost: Zachování důstojnosti. Dítě nemá pocit ponížení. Necítí se trapně a uboze.	Důstojnost: Ponížení lidské důstojnosti. Dítě je zesměšňováno a ponižováno.
Emoční stav: Radost, vzrušení ze hry, lehké naštvání. I nepříjemné! Ale ne bezmoc.	Emoční stav: Bezmoc! Strach, stud, bolest. Nepříjemné a bolestivé prožívání útoku.
Dopad: Podpora sebehodnoty, pozitivní nálada.	Dopad: Pochybnosti o sobě, nedostatek důvěry, úzkost, deprese. Dítě má strach ze školy.

(Kolář, 2011)

Příloha č. 4

Literatura a webové odkazy

- Bendl, S.: Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003.
- Braun, R.: Diagnostika školní třídy. Skupinová práce se třídou. Praha: IPPP ČR, 2008.
- Čapek, R.: Třídní klima a školní klima. Praha: GradaPublishing, 2010.
- Grecmanová, H.: Klima školy. Olomouc: Hanex, 2008.
- Janošová, P., Kollerová, L., Zábrowská, K., Kressa, J., Dědová, M. (2016). Psychologie školní šikany [Psychology of the school bullying] Praha: Grada.
- Kavalír, A. (Eds.). (2009). Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele. Plzeň: Dragon press s.r.o.
- Kolář, M. (2013): Výchov odborníků v léčbě šikany. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
- Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.
- Kopecký, K., Krejčí, V. (2010). Rizika virtuální komunikace. (Příručka pro učitele.) Olomouc: Net Kopecký, K. Úvod do problematiky kyberšikany páchané na učitelích.
- Internetový portál E-Bezpečí [online]. 2016 [vid. 23. únor 2016]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/1120-kybersikana-ucitelu-vyzkum>
- Univerzity. [cit. 2. 12. 2012] <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni>
- Krejčí, V. (2010). Kyberšikana – kybernetická šikana. Olomouc: E-Bezpečí. [cit. 2. 12. 2012] Dostupný z WWW – <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/materialy-pro-studium-studie-atd>
- Krejčí, V. Pravidla bezpečného používání internetu pro rodiče. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016. Dostupné z: http://e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/doc_download/74-pravidla-bezpeneho-chovani-na-internetu-pro-rodie-2015
- Lašek, J.: Sociálně psychologické klima školních tříd a školy. Hradec Králové: Gaudeamus, 2001.
- Mareš, J.: Dotazník sociálního klimatu školní třídy. Praha: IPPP, 1998
- Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy I. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy II. Brno: MSD, 2004.
- Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy II. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy III. Brno: MSD, 2005.

Mareš, J. Diagnostika sociálního klimatu školy. In Ježek, S. (ed.), Psychosociální klima školy I. Brno: MSD 2003.

Mertin, V., Krejčová, L.: Metody a postupy poznávání žáka: pedagogická diagnostika. 1.vyd.Praha: Wolters Kluwer ČR, 2012

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P., Barták, M., Bártík, P. et al. (2015). Prevence rizikového chování ve školství (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Adámková, T., Barták, M., Čablová, L., Čech, T., Doležalová, P. et al. (2015). Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Aujezká, A., Burešová, I., Čablová, L., Červenková, E., Jírová Exnerová, M. et al. (2015). Programy a intervence školské prevence rizikového chování v praxi (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

25

Miovský, M., Gabrhelík, R., Charvát, M., Šťastná, L., Jurystová, L. & Pavlas Martanová, V. (2015). Kvalita a efektivita v prevenci rizikového chování dětí a dospívajících. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Skácelová, L., Čablová, L., Veselá, M., & Zapletalová, J. (2012). Návrh doporučené struktury minimálního preventivního programu prevence rizikového chování pro základní školy. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Parry, J., Carrington, G. (1997). Čelíme šikanování: Sborník metod. Praha: IPPP: Portál.

Rogers, V. (2011). Kyberšikana. (Pracovní materiály pro učitele a žáky.) Praha: Portál.

Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.

Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí. Praha: Portál.

Širůčková, M., Miovský, M., Skácelová, L., Gabrhelík, R. a kol. (2012). Příklady dobré praxe programů školské prevence rizikového chování. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Vágnerová, K. (2009). Minimalizace šikany. Praktické rady pro rodiče. Praha: Portál.

Webové odkazy

Web Minimalizace šikany, <http://www.minimalizacesikany.cz> (poradna, publikace, letáky ke stažení apod.)

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

Internet poradna, www.internetporadna.cz

Sdružení Linka bezpečí (116 111), www.linkabezpeci.cz

Veřejný ochránce práv, www.ochrance.cz

Amnesty International ČR, www.amnesty.cz

E-Nebezpeci pro učitele, www.e-nebezpeci.cz

Národní centrum bezpečnějšího internetu, www.ncbi.cz

Portál E-Bezpečí, www.e-bezpeci.cz

Online poradna projektu E-Bezpečí, www.napisnam.cz

Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu, www.Horka-linka.cz

Vyhledávací aplikace certifikovaných primárně preventivních programů také v oblasti šikany:

<http://www.nuv.cz/t/pracoviste-pro-certifikace/poskytovatele>

Příloha č. 5

Příklady šikanování

1. Případ: Zpověď oběti počátečního stadia šikanování (doslovný přepis)

- nadávaj mi
- dělaj mi naschvály
- maj na mne poznámky když přijdu po nemoci
- rejpať do mne
- když se učitel rozhoduje koho vyzkoušet tak mu poraděj mne
- když nejsem ve škole říkaj učitelům, co není pravda
- když něco provedou, snaží se to svalit na mne
- když se učitel zeptá jestli někdo má tahák, hned se všichni ozvou, že mám já
- vo hodině, když písmečka, tak zničeho nic se ozve abych neopisoval
- všichni maj strašnou radost když dostanu špatnou známku
- když jsem služba, tak všichni udělaj ve třídě nepořádek
- nepouští mne mezi sebe když si povídají
- když si řeknu o sešit tak řeknou, že ho nemají dopsanej a pak ho pučej někomu jinému
- ve frontě na oběd mne předbíhají
- když je ve třídě smrad tak hned řeknou že jsem si prd
- povyšujou se nade mne
- Nic mi nepučej
- když něco udělám, hned to všem řeknou
- plivnou mi na židli a na všechny ostatní, abych si nemohl najít jinou
- na výtvarce si ode mne vezmou štětec a nic mi neřeknou a maj z toho strašnou srandu, když ho hledám
- když v matice někdo počítá na tabuli, tak mu raděj a řeknou mu i výsledky. Ale mně ne. Když už mi poraděj, tak špatně
- někdy mi tašku zamknou do skříně a říkaj že od ní nemaj klíč
- když se učitel zeptá kdo chybí tak místo mého jména řeknou nějakou nadávku

2. Případ: „Premiantka třídy“ – za určitých okolností se může stát obětí šikany kterékoliv dítě.

Půvabná třináctiletá dívka, premiantka třídy závodně hrající tenis, se stala terčem kritiky a nemilosti skupiny spolužáků. Nedokázala se zapojit do společné zábavy, snad působila poněkud křečovitě a byla příliš orientována na výkon. To však neopravňovalo zdatného a oblíbeného chlapce, aby jí dlouhodobě fyzicky ubližoval. Jelikož ale ona byla zdatná a odvážná dívka, pokoušela se mu někdy postavit a vrátit mu způsobené příkoří, ovšem proti jeho brutalitě neměla šanci. Schytala od něj tvrdé rány a kopance. Nikdo se jí nezastal. Po takovém střetu často plakala. Rodiče a učitelé se nikdy o jejím trápení nedověděli. Obětí agresivity tohoto „gentlemana“ se krátkodobě staly dvě další dívky s výborným prospěchem.

Po příchodu nového žáka, který byl jednoznačně nejsilnější a přitom povahově mírný a jemný, násilí zmíněného chlapce ustalo.

Je zajímavé, že dívka, která se mi s tímto příběhem svěřila a kvůli níž jsem navázal spolupráci s mimořádně obětavou výchovnou poradkyní, si po delší době téměř na nic nevzpomněla. Její bolestivé vzpomínky byly vytěsněny mimo vědomou oblast.

Kolář M. (2005) Bolest šikanování. Praha: Portál, 2005

Příloha č. 6

Informační leták pro žáky ZŠ

Nikdo nemá právo druhému ubližovat!

Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál.

Víš o někom, kdo je šikanován, a je ti ho líto.

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJEŠ (ŠKOLNÍM METODIKEM PREVENCE, ŠKOLNÍM SPECIÁLNÍM PEDAGOGEM, VÝCHOVNÝM PORADCEM).

Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě.

Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a poškozování věcí). Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

Proč bývá člověk šikanován?

Není to proto, že by byl špatný, nebo proto, že by si to nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

Jak se můžeš bránit?

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: „Já nevím, když přijdu domů, tak se na to snažím nemyslet. A doufám, že už to bude lepší.“ Myslet si, že to bude lepší, je omyl. Nikomu nic neříct, je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:

- Obrat' se na učitele, kterému důvěřuješ. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě.
- Svěř se svým rodičům.
- V případě, že nenajdeš odvalu říct to ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon 800 155 555 nebo 116 111. Bezplatně můžeš telefonovat z celé republiky. Nepotřebuješ k tomu peníze ani telefonní kartu. Tito lidé ti budou věřit, protože nejsi sám, komu se něco podobného děje.