

Základní škola Plumlov, příspěvková organizace, okres Prostějov  
Rudé armády 300, Plumlov 79803

## **Školní program proti šikanování**

**Tento program vychází z Metodického pokynu ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení**

Vypracovala: Mgr. Eva Vopalecká  
školní metodik rizikového chování

Schválila: Mgr. Simona Zapletalová  
ředitelka školy

**Obsah:**

Cíl školního programu proti šikanování	3
Charakteristika šikanování	3
Trestně právní hledisko	4
Konkrétní kroky ZŠ Plumlov proti šikaně	7
Základní kompetence	9
Nápravná opatření	10
Šikana zaměřená na učitele	10
Příloha 1: Informační leták pro žáky	12
Příloha 2: Informační leták pro rodiče	13
Příloha 3: Přímé a nepřímé znaky šikanování	14
Příloha 4: Stádia šikanování	16
Příloha 5: Postup školy při šetření šikany	17

# Školní program proti šikanování

## Cíl školního programu proti šikanování

Cílem školního programu proti šikanování je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí.

Důraz je třeba klást na budování otevřených, kamarádských a bezpečných vztahů mezi žáky ve třídě, mezi žáky a pedagogy a samozřejmě i mezi všemi členy společenství školy. Strategie proti šikanování je zaměřena na všechny žáky 1. – 9. ročníku základní školy, všechny pedagogické pracovníky a zákonné zástupce.

## Charakteristika šikanování

**Šikana je agresivní chování ze strany žáka/ů vůči žákovi nebo skupině žáků či učiteli, které se v čase opakuje (nikoli nutně) a je založeno na vědomé, záměrné, úmyslné a obvykle skryté snaze ublížit fyzicky, emocionálně, sociálně a/nebo v případě šikany učitele také profesionálně. Šikana je dále charakteristická nepoměrem sil, bezmocností oběti, nepřijemností útoku pro oběť a samoučelností agrese.**

**Přímá šikana** může mít podobu fyzickou (např. bití, plivání, tahání za vlasy), verbální (např. vulgární nadávky, zraňující komentáře k rase, národnosti, etnicitě, náboženství nebo sexualitě, výhrůžky, násilné a manipulativní příkazy); nebo neverbální (např. urážlivá gesta a zvuky, zírání, používání zastrašujících nebo výhrůžných výrazů ve tváři, nebo v řeči těla, ničení/schovávání/kradení věcí nebo učebních pomůcek).

**Nepřímá šikana** má za cíl způsobit emocionální a psychologické utrpení a poškodit sociální status oběti. Tato šikana je vykonávána způsobem, kdy útočník působí bolest tak, aby to vypadalo, že žádný takový záměr ve skutečnosti nemá (ignorance, pomluvy, neoprávněná nařčení). Hlavní agresor k útoku často využívá prostředníka, neútočí přímo. Nepřímá šikana je většinou nefyzická, nicméně v některých případech může být také třetí strana manipulována do situace, kdy má zapříčinit fyzické ublížení.

**Kyberšikana** může mít podobu např. zakládání falešných profilů na jméno žáka či učitele s dehonestujícím obsahem, prezentace ponižujících videí, fotek, komentářů prostřednictvím sociálních sítí, rozesílání vulgárních nebo výhrůžných koláží s tváří žáka nebo učitele či příslušníků jeho rodiny, výhrůžné SMS nebo e-maily apod. Při řešení je důležité prověřit případné souvislosti s klasickou šikanou.

## Trestně-právní hledisko šikany

- 1) V zákoně č. 40/2009 Sb, trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „trestní zákoník“) ani v jiném zákoně není šikana sama o sobě definována jako trestný čin nebo přestupek, přesto šikana může svým charakterem naplňovat znaky některého z přestupků či trestných činů.
- 2) Protiprávní jednání s prvky šikany může být kvalifikováno jako přestupek dle zákona číslo 251/2016 Sb., o některých přestupcích, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o přestupcích“). Nejčastěji se bude jednat o přestupky proti občanskému soužití dle ustanovení § 7 odst. 1 zákona o přestupcích. Toho se dopustí fyzická osoba tím, že a) jinému ublíží na cti tím, že ho zesměšní nebo ho jiným způsobem hrubě urazí, b) jinému ublíží na zdraví, nebo c) úmyslně naruší občanské soužití tak, že 1. jinému vyhrožuje újmou na zdraví, 2. jiného nepravdivě obviní z přestupku, 3. se vůči jinému dopustí schválnosti, nebo 4. se vůči jinému dopustí jiného hrubého jednání. Za přestupek je odpovědná osoba starší 15 let (§ 18 zák. č. 251/2016 Sb.), přičemž rozhodující je věk v době spáchání přestupku.
- 3) Závažnější forma šikany může vykazovat znaky skutkové podstaty například těchto trestných činů: proti zdraví: § 145 Těžké ublížení na zdraví; § 146 Ublížení na zdraví; proti svobodě a právům na ochranu osobnosti, soukromí a listovního tajemství: § 171 Omezování osobní svobody; § 173 Loupež; § 175 Vydírání; § 177 Útisk; dále pak trestných činů proti lidské důstojnosti v sexuální oblasti: § 185 Znásilnění; § 186 Sexuální nátlak; § 187 Pohlavní zneužití; § 191 Šíření pornografie; § 192 Výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií; § 193 zneužití dítěte k výrobě pornografie, § 193a účast na pornografické představení, § 193b Navazování nedovolených kontaktů s dítětem trestných činů proti majetku: § 205 Krádež; § 206 Zpronevěra, § 228 Poškození cizí věci; konečně se může jednat i o trestné činy narušující soužití lidí: § 353 Nebezpečné vyhrožování; § 354 Nebezpečné pronásledování, § 358 Výtržnictví
- 4) Je-li šikana motivována důvody, jako jsou zdravotní postižení, etnicita, náboženství a podobně, a splňuje-li znaky podle příslušných níže uvedených ustanovení trestního zákoníku, lze v určitých případech uvažovat také o trestném činu hanobení národa, rasy, etnické nebo jiné skupiny osob, případně i podněcování nenávisti vůči skupině osob nebo k omezování jejich práv a svobod (§ 355, resp. 356 trestního zákoníku). Takovýto motiv může rovněž u některých výše uvedených trestných činů podmiňovat užití přísnější klasifikace, tedy možnost udělení vyššího trestu.
- 5) 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 (tzv. stalking, § 354 trestního zákoníku) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pociťuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých; účast na sebevraždě (§ 144 trestního zákoníku) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem přimět ji k sebevraždě, kterou skutečně spáchá či se o ni pokusí; porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 trestního zákoníku) – např. porušení tajemství listin a

jiných dokumentů uchovávaných v soukromí (§ 183 trestního zákoníku), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti; pomluva (§ 184 trestního zákoníku) – např. vytvoření webových stránek, které nepravdivě zesměšňují oběť; šíření pornografie dle § 191 trestního zákoníku (viz sexting); výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií (dítětem se rozumí osoba mladší 18 let) dle § 192 trestního zákoníku (viz sexting).

- 6) Trestní odpovědnost Ve smyslu 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), ve znění pozdějších předpisů, je trestně odpovědnou osoba starší 15 let, která je dostatečně rozumově a mravně vyspělá. Pro účely zákona o soudnictví ve věcech mládeže se pak takový trestný čin označuje jako provinění. V případě jednání vykazujícího znaky trestného činu, kterého se dopustilo dítě mladší 15 let, se hovoří o činu jinak trestném. I když dítě mladší 15 let není trestně odpovědné, mohou mu být dle tohoto zákona soudem pro mládež uložena opatření potřebná k jeho nápravě. Činu jinak trestného se může dopustit též mladistvý (osoba starší 15 a mladší 18 let, která je trestně odpovědná), který v době spáchání činu nedosáhl takové rozumové a mravní vyspělosti, aby mohl rozpoznat protiprávnost činu nebo ovládnout své jednání.
- 7) Povinnost překazit a oznámit trestné činy uvedené v trestním zákoníku Přestože, jak bylo řečeno výše, šikana není sama o sobě definována jako trestný čin nebo přestupek, může svým charakterem naplňovat znaky protiprávního jednání na úrovni přestupku nebo trestného činu. Trestní zákoník zakládá v určitých případech povinnost některým činům zabránit, a jiné zmíněným orgánům ohlásit. Smyslem ustanovení o trestnosti nepřekazení trestnému činu je zabránit spáchání některých závažných činů a tím chránit společnost před jejich důsledky. S účinností od 1. 12. 2016 se rovněž níže popsaných trestných činů bude moci dopustit i sama škola jako právnická osoba, kdyby například úmyslně zatajovala, že u nich uvedeným trestným činům dochází.
- 8) Povinnost překazit páčání nebo spáchání trestného činu (§ 367 trestního zákoníku): kdo se dozví, že jiný připravuje nebo páčá trestné činy v tomto ustanovení vyjmenované, má povinnost spáchání nebo dokončení takového činu překazit. Jestliže to neudělá a nebránily mu v tom okolnosti v tomto ustanovení vyjmenované, sám spáchal trestný čin nepřekazení trestného činu a vystavuje se tím trestnímu postihu. Překazit trestný čin lze i jeho včasným oznámením státnímu zástupci nebo policejnímu orgánu. V případě šikany by se mohlo jednat například o následující trestné činy: vraždy (§ 140), zabití (§ 141), těžkého ublížení na zdraví (§ 145), zbavení osobní svobody (§ 170), loupeže (§ 173), vydírání (§ 175), znásilnění (§ 185), pohlavního zneužití (§ 187), krádeže (§ 205).
- 9) Neoznámení trestného činu (§ 368 trestního zákoníku): kdo se dozví, že jiný spáchal trestné činy v tomto ustanovení vyjmenované, je povinen to bez odkladu oznámit státnímu zástupci nebo policejnímu orgánu. Jestliže to neudělá a nebránily mu v tom okolnosti v tomto ustanovení vyjmenované, sám spáchal trestný čin neoznámení trestného činu a vystavuje se tím trestnímu postihu. V případě šikany by se mohlo jednat například o následující trestné činy: vraždy (§ 140), těžkého ublížení na zdraví (§ 145), zbavení osobní svobody (§ 170). V uvedených případech má každý povinnost

vyjmenované jednání buď překazit, anebo o něm informovat státního zástupce nebo policejní orgán. V ostatních případech povinnost ze zákona sice nevznikla, ale to neznamena, že oznamovat nelze (nenásleduje sankce za neoznámení). Zároveň je však třeba mít na paměti, že úmyslně lživé obvinění jiného ze spáchání trestného činu může samo představovat trestný čin křivého obvinění (§ 345). Právnícké osoby vykonávající činnost škol, jako poskytovatelé veřejné služby, by měly u každého protiprávního jednání spáchaného v jejich jurisdikci, které naplňuje znaky trestného činu, tyto skutečnosti oznamovat a to zejména proto, že příjemci jejich služeb jsou žáci, které ve většině případů nemohou svá práva účinně vymáhat a jsou proto odkázáni na pomoc druhých (viz odst. 3, bod 3).

- 10) Při oznamování a zjišťování informací je zapotřebí mít na paměti presumpci nevin, tedy dokud pravomocným odsuzujícím rozsudkem soudu není vina vyslovena, nelze na toho, proti němuž se vede trestní řízení, hledět jako by byl vinen.

## Konkrétní kroky ZŠ Plumlov proti šikaně

1. Škola respektuje identitu a individualitu každého svého člena, odmítá násilí a zneužití moci v jakékoli podobě a přiznává riziko výskytu šikany. Je důležité, aby škola tyto hodnoty jasně komunikovala směrem dovnitř školy i vně a zřetelně je hájila a prosazovala (např. tím, že objeví-li se šikana, přistupuje škola k řešení včasné a otevřeně).
2. Zajišťuje v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky zejména ve škole před vyučováním, o přestávkách mezi vyučovacími hodinami, mezi dopoledním a odpoledním vyučováním, při přecházení žáků do zařízení školního stravování a do školní družiny. Při výkonu pedagogického dohledu se pedagogičtí pracovníci zaměřují na prostory, kde může nejpravděpodobněji dojít k šikanování a jinému patologickému chování nebo již k šikaně došlo.
3. Škola má nastavená pravidla o chování ve svém školním řádu, sankce za porušení pravidel.
4. V rámci povinných třídnických hodin (2x měsíčně) dochází k rozvoji komunikace a odstraňování bariér mezi učitelem a žákem a mezi žáky navzájem. Klademe důraz na pozitivní motivaci žáků k životu, vzdělání, kamarádství.
5. Každá třída pracuje dle nastavených pravidel třídy odpovídajících dosaženému věku a zralosti žáků. Na jejich dodržování se podílejí žáci s třídním učitelem.
6. Schránky důvěry – online a fyzická v I. patře budovy školy.  
Webová aplikace Nenech to být
7. Škola má zmapovanou síť pomoci pro žáky i pedagogy ve svém regionu a dle potřeby navazuje spolupráci (pedagogicko-psychologická poradna, středisko výchovné péče a neziskové organizace, orgán sociálně právní ochrany dětí, Policie ČR případně další odborníci).
8. Vzdělávání pedagogů vychází z dlouhodobé koncepce DVPP 2021-2026. Další vzdělávání je zaměřené na celý tým. Intenzivní vzdělávací aktivity jsou směřovány k pracovníkům, kteří zajišťují školní poradenské pracoviště - metodikovi rizikového chování a výchovnému poradci.
9. Pravidelné informace z oblasti prevence na poradách učitelů od metodika rizikového chování.
10. Spolupráce všech pedagogů s metodikem rizikového chování - spočívá ve tvorbě pozitivního sociálního klimatu a včasné diagnostice, průběžný monitoring. Jedná se zejména o spolupráci s třídními učiteli – pozornost zaměřená na problematické skupiny žáků nebo jednotlivce, odhalování projevů asociálního chování mezi žáky.
11. Nástěnka prevence pro žáky s aktuálními informacemi a důležitými kontakty.

12. Adaptační kurzy pro žáky budoucí žáky – Předškolák
13. Adaptační den pro 6. třídy – Seznamte se
14. Spolupráce s rodiči - informace předávány přes systém Bakaláři, na třídních schůzkách a konzultacích. Individuální konzultace při výskytu rizikového chování jednotlivých žáků. Zvláštní pozornost je věnována skupinám rodičů tříd, kde se vyskytly negativní jevy jako například šikana, záškoláctví, kouření.
15. Konzultační hodiny metodika rizikového chování a výchovného poradce.
16. Informování žáků o problematice šikany (na začátku školního roku a v průběhu školního roku) informační letáky s problematikou šikany a s telefonními čísly a internetovými adresami, kam se mají v případě nouze obrátit na nástěnce prevence.
17. Prokazatelné seznámení rodičů na třídních schůzkách a všech žáků se školním programem proti šikanování vždy a se školním řádem na začátku nového školního roku. U žáků toto seznámení provádíme přiměřeně jejich věku.
18. Nabídka volnočasových aktivit pro žáky.
19. Jednorázové aktivity (primární prevence - přednášky, besedy).
20. Různé metody práce ve vyučování - skupinová práce, diskuse, komunitní kruh, dramatizace. Žáci velkou část vyučování spolupracují, ve dvojicích, ve skupinách. Učitel věnuje pozornost spolupráci ve skupinách, podporuje naslouchání, zapojení všech členů skupiny, reflektuje s žáky skupinovou práci a podporuje tak rozvoj kompetencí týmové práce, řešení konfliktu. Žáci se učí vést diskuzi, vyjadřovat své názory, naslouchat druhým a vhodným způsobem reagovat na kritiku. V komunitním kruhu má každý právo diskutovat na základě pravidel diskuse, sdílet své pocity, obavy, radosti, zážitky, podněty k životu třídy, klást otázky.
21. Projektové vyučování - v rámci projektů se žáci mohou blíže seznámit s děním kolem sebe a aktuálními tématy. Intenzivně mezi sebou spolupracují, poznávají se a dokáží spolupracovat starší s mladšími. Je to podstatný prvek prevence šikany starších žáků vůči mladším.
22. Průběžné sledování situace ve škole z hlediska výskytu šikany, monitorování chování žáků o přestávkách, volných hodinách, komunitní kruhy v rámci TH, sledování výrazného zhoršení prospěchu bez zjevného důvodu či jakékoli výrazné změny chování jednotlivců či skupin.
23. Dokumentace – evidence veškerých řešených případů, zápisy z jednání se žákem, zápisy jednání se zákonným zástupcem, vedení Deníku preventisty.



24. Individuální přístup – k řešení a prevenci šikany přistupujeme ke každému žákovi individuálně, se zvláštním přihlednutím k dětem ze sociálně slabšího a málo podnětného rodinného prostředí a s některými typy specifických vývojových poruch chování.
25. Vedení a průběžné doplňování knihovny prevence rizikového chování.
26. Interaktivní tabule Ámos vision: osvětová videa týkající se prevence šikany, videa you-tuberů k tomuto tématu, rady co dělat když.., na koho se obrátit apod.
27. Programy starších žáků pro mladší spolužáky: spolupráce žáků druhého stupně se žáky prvního stupně může sehrát klíčovou roli v prevenci šikany. Starší žáci mohou sloužit jako vzory a mentoři, kteří pomáhají mladším spolužákům orientovat se ve světě školních interakcí a rozvíjet schopnosti empatie a asertivity. Organizace společných aktivit, jako jsou družinové hry, výtvarné dílny nebo sportovní soutěže, posiluje mezigenerační vztahy a podporuje týmového ducha. Tím, že se starší žáci aktivně zapojují do prostředí mladších, mohou identifikovat a zasáhnout v případech, kdy se objeví projevy šikany, a tím přispět k vytvoření bezpečnějšího a podporujícího školního prostředí.
28. Při online výuce vyučující dbají na zachování bezpečného prostředí, žáci i pedagogičtí pracovníci používají školní Google účty, nelze do online výuky připojit neznámý účet.
29. Škola zajišťuje a monitoruje integraci žáků s OMJ, vytváří pozitivní klima ve třídách, kde jsou žáci s OMJ začleněni, předchází konfliktním situacím.

### **Základní kompetence**

- zvyšování sociální kompetence – rozvíjení sociálních dovedností, které napomáhají efektivní orientaci v sociálních vztazích, odpovědnosti za chování a uvědomění si důsledků jednání
- posilování komunikačních dovedností – zvyšování schopnosti řešit problémy, konflikty, adekvátní reakce na stres, neúspěch, kritiku
- vytváření pozitivního sociálního klimatu – pocitu důvěry, bez nadměrného tlaku na výkon, zařazení do skupiny, práce ve skupině vrstevníků, vytvoření atmosféry pohody a klidu, bez strachu a nejistoty
- formování postojů ke společensky akceptovaným hodnotám – pěstování právního vědomí, mravních a morálních hodnot, humanistické postoje

Obecné zásady školy, které prolínají celým výchovně vzdělávacím procesem

- podporuje solidaritu a toleranci
- podporuje vědomí sounáležitosti
- posiluje a vytváří podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy
- uplatňuje spolupráci mezi dětmi a rozvíjí jejich vzájemný respekt
- rozvíjí jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince
- ke každému přistupujeme s individuálním přístupem

## Nápravná opatření

Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů nápravná opatření:

- výchovná opatření (napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy;
- realizace individuálního výchovného plánu agresora
- snížení známky z chování
- převedení do jiné třídy

V mimořádných případech se použije další opatření:

- Ředitelka školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení střediska výchovné péče, případně doporučení realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v diagnostickém ústavu
- Ředitelka školy podá podnět orgánu sociálně právní ochrany dítěte.

## Šikana zaměřená na učitele

1. Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků musí být chápána jako celostní problém, který se týká všech členů školy. Není pouze výsledkem osobnostních charakteristik učitele nebo jeho sociálních či pedagogických kompetencí, není 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.

2. Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve třídách a na chodbách, může se odehrávat také ve veřejných prostorách, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.

3. Vedení školy vyjadřuje pedagogům podporu, oceňuje jejich práci, vytváří atmosféru důvěry, podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a zastává nekonfliktní způsob řešení problémů.

4. 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 konzistentně; vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontací ze strany žáka před celou třídou, usměrňuje řešení na individuální konzultaci; vyhýbá se konfrontačnímu tónu.

5. 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 apod.

6. Očekává úspěch u všech žáků a podporuje je, dává žákům zpětnou vazbu k tomu, co udělali dobře, staví na silných stránkách žáků. Všimá si prosociálního a kooperativního chování žáků a oceňuje je; podporuje kooperaci mezi žáky a prostředím, kde se každý žák cítí přijatý.

7. 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.

8. Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v dané situaci v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama (řeší situaci ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm, případně s vedením školy). Škola zajistí bezpečí pro pedagoga a řeší vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy. V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.

9. Šikana pedagoga bývá často spojena s šikanou mezi žáky. Škola zajistí posouzení sociálních vztahů ve třídě a na základě výsledků nastaví odpovídající řešení.

10. Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě.

11. Dle § 31 školského zákona v případě zvláště závažného zaviněného porušení povinností stanovených tímto zákonem ředitel vyloučí žáka nebo studenta ze školy nebo školského zařízení. To neplatí pro zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy a zařízení pro preventivně výchovnou péči podle zákona upravujícího ústavní a ochrannou výchovu a preventivně výchovnou péči. Zvláště hrubé opakované slovní a úmyslné fyzické útoky žáka nebo studenta vůči zaměstnancům školy nebo školského zařízení nebo vůči ostatním žákům nebo studentům se považují za zvláště závažné zaviněné porušení povinností stanovených tímto zákonem. Dopustí-li se žák nebo student jednání podle odstavce 3, oznámí ředitel školy nebo školského zařízení tuto skutečnost orgánu sociálně-právní ochrany dětí, jde-li o nezletilého, a státnímu zastupitelství do následujícího pracovního dne poté, co se o tom dozvěděl.

## **PŘÍLOHA 1:            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 RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ, 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 nešíkali 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:

- Obrať se na učitele, kterému důvěřuješ. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě.
- Svěř se svým rodičům.
- Vhod' lístek s problémem do školní schránky důvěry.
- V případě, že nenajdeš odvahu říct to ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon 800 155 555 nebo 800 116 111. 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.

## PŘÍLOHA 2: **Informační leták pro rodiče**

*Vážení rodiče,*

*rádi bychom Vás informovali o možných prvních varovných příznacích šikany u vašeho dítěte. I ta nejlepší škola není zcela imunní proti výskytu šikanování. Proto chceme být připraveni zachytit případné ubližování silnějších slabším hned v počátku a účinně takové bezpráví zastavit. S tímto záměrem jsme vytvořili program proti šikanování. Jeho důležitou součástí je spolupráce nás pedagogů s Vámi-rodiči. Prosíme Vás proto o pomoc. Kdybyste měli podezření či dokonce jistotu, že je Vašemu dítěti ubližováno, bezprostředně se na nás obraťte.*

*Naším společným cílem je psychické a fyzické zdraví a spokojenost Vašeho dítěte – našeho žáka.*

Varovné příznaky šikany:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávalo volný čas, s nímž by si 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 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.

### **PŘÍLOHA 3: Přímé a nepřímé varovné signály šikanování**

#### **Přímé varovné signály šikanování mohou být např.:**

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet; účet např. z důvodu etnicity, sexuální orientace, náboženského vyznání apod.;
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejm. pronášené nepřátelským, nenávistným, 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;
- skutečnost, že se žák podřizuje ponižujícím a panovačným příkazům spolužáků;
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k nucení spoluúčasti na nich;
- honění, strkání, štouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí;
- rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout;
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmouvání učitelům apod.

#### **Nepřímé varovné signály šikanování mohou být např.:**

- žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády;
- při týmových sportech bývá jedinec volen do družstva mezi posledními;
- při 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 svou pravidelnou cestu do školy a ze školy;
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole;
- odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

#### **Zákonní zástupci žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:**

- za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi;
- dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.;
- dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem;
- nechutí dítěte jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno pozorovat i strach;
- ztráta chuti k jídlu;
- dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o 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 objevují výkyvy nálad;
- zmínky o možné sebevraždě;
- odmítá svěřit se s tím, co ho 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, projevuje i zlobu vůči rodičům;
- dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma; své zdravotní potíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.);
- dítě se vyhýbá docházce do školy;
- dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku.

## **PŘÍLOHA 4:**

### **Stadia šikanování**

První stadium: 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 stadium: 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 stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nevhodnější 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 stadium: 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 stadium: 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 5:**

### **Postupy pro vyšetření a řešení šikany**

#### **První pomoc při počáteční šikaně:**

1. odhad závažnosti a formy šikany;
2. rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi;
3. nalezení vhodných svědků;
4. individuální rozhovory se svědky (nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků a konfrontace oběti s agresory);
5. ochrana oběti;
6. předběžné vyhodnocení a volba ze dvou typů rozhovoru: a) rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření); b) rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku);
7. realizace vhodné metody: a) metoda usmíření; b) metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);
8. třídní hodina: a) efekt metody usmíření; b) oznámení potrestání agresorů;
9. rozhovor s rodiči oběti;
10. třídní schůzka;
11. práce s celou třídou.

#### **Krizový scénář pro výbuch skupinového násilí při pokročilé šikaně:**

##### *A. První (alarmující) kroky pomoci*

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

##### *B. Příprava podmínek pro vyšetřování*

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

##### *C. Vyšetřování*

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

##### *D. Náprava*

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

Nová cesta k léčbě šikany - Kolář M. (2011)