

Příloha k minimálnímu preventivnímu programu:

Krizový plán školy ZŠ a MŠ L.Kuby 48, České Budějovice 370 07

ŠIKANA a KYBERŠIKANA

Co je šikana a kyberšikana, stadia šikany

Šikanování (z fr. „chicane“ = týrání)

Způsob chování umožňující většinou v bezprostřední komunikaci fyzickým a psychickým týráním druhých získat nad nimi pocit převahy, moci či určité výhody. Jde o jednání agresivní, často nezákonné, ale trpěné a mnohdy podporované určitou skupinou. Lze je charakterizovat jako chování asociální. Podhoubí šikany je v osobnostních rysech týrajícího i jeho oběti a v lhostejnosti okolí, v sociální atmosféře, v některých ideologiích ...

(Velký sociologický slovník, Univerzita Karlova, Vydavatelství Karolinum, 1996 Praha)

Kyberšikana

Pojem kyberšikana (někdy se používají i cizí výrazy kyber-mobbing, e-mobbing apod.) představuje úmyslné urážky, vyhrožování, zesměšňování nebo obtěžování druhých prostřednictvím moderních komunikačních prostředků většinou v delším časovém období. Kyberšikana se odehrává na internetu (např. prostřednictvím e-mailů, chatovacích aplikací jako je ICQ, Skype, v sociálních sítích, na videích umístěných na internetových portálech apod.) nebo prostřednictvím mobilního telefonu (SMS zprávami nebo nepříjemnými a obtěžujícími telefonáty). Pachatel často jedná anonymně, takže oběť netuší, od koho útoky pochází. Anonymita při kyberšikaně může mít různé podoby – od falešné identity, přes zmanipulování třetí osoby až po krádež internetové identity samotné oběti.

Přímé varovné signály šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem.
- 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.

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 mužstva 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 svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřenyiny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

POZN: (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

Rodiče žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:

- 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 i pozorovat strach.
- Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí 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 objevují 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 více než mělo ve zvyku.

Rozdíly mezi šikanováním a škádlením (Kolář, 2011)

ŠKÁDLENÍ	ŠIKANOVÁNÍ
<p>Definice: Škádlení patří k rovnocenným, kamarádským 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.</p>	<p>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.</p>
<p>1. Záměr: Vzájemná legrace, radost a dobrá nálada.</p>	<p>Záměr: Ublížit, zranit a ponižit.</p>
<p>2. Motiv: Náklonnost, sblížení, seznamování, zájem o druhé.</p> <p>Rozpouštění napětí ve třídě a navozování uvolněné a pohodové atmosféry.</p> <p>Zodolňování, zmužnění.</p>	<p>Motiv: Základní tandem - moc a krutost.</p> <p>Další motivy překonávání samoty, zabíjení nudy, zvědavost ala Mengele, žárlivost, předcházení vlastnímu týrání, vykonání něčeho velkého...</p>
<p>3. Postoj: Respekt k druhému a sebeúcta.</p>	<p>Postoj: Devalvace, znevážení druhého</p>
<p>4. Citlivost: Vcítění se do druhých.</p>	<p>Citlivost: Tvrdost a nelítostnost.</p>
<p>5. Zranitelnost: Dítě není zvyšně zranitelné a přecitlivělé.</p>	<p>Zranitelnost: Bezbrannost, oběť se neumí, nemůže či nechce bránit.</p>
<p>6. 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.</p>	<p>Hranice: Prolamování hranic, „znásilňování“ druhého. Silnější strana nebere ohled na slabšího. Oběť dává najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci pokračují dál.</p> <p>Někdy sadomasochistická interakce.</p>
<p>7. Právo a svoboda: Rovnoprávnost účastníků. Dítě se může bránit a škádlení opětvat, případně ho může zastavit a vystoupit z něho.</p>	<p>Právo a svoboda: Bezpráví. Pokud se dítě brání nebo dokonce „legraci“ oplátí je tvrdě ztrestáno!</p>
<p>8. Důstojnost: Zachování důstojnosti. Dítě nemá pocit ponížení. Necítí se trapně a uboze.</p>	<p>Důstojnost: Ponížení lidské důstojnosti. Dítě je zesměšňováno a ponižováno.</p>
<p>9. Emoční stav: Radost, vzrušení ze hry, lehké naštvání. I nepříjemné! Ale ne bezmoc.</p>	<p>Emoční stav: Bezmoc! Strach, stud, bolest. Nepříjemné a bolestivé prožívání útoku.</p>
<p>10. Dopad: Podpora sebehodnoty, pozitivní nálada.</p>	<p>Dopad: Pochybnosti o sobě, nedostatek důvěry, úzkost, deprese. Dítě má strach ze školy.</p>

Základní formy šikany (Kolář, 2011)

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

Zkrácený popis stadií šikanování (Kolář, 2011)

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, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra

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

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. 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 jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

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 nezádá s nejbrutálnější fyzickou agresí.

Legislativní rámec šikanování

Zákony a legislativní materiály, které mají vztah k řešení šikanování

- Zákon č.56/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů (školský zákon), řeší práva a povinnosti školy, žáků a studentů a jejich zákonných zástupců.
- Zákon č. 94/1963 Sb., zákon o rodině, ve znění pozdějších předpisů, obsahuje některé odstavce, které se týkají vztahů rodičů a dětí, odpovědnosti rodičů a výchovných opatření.
- Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů, se zabývá problémy dětí, které jsou nějakým způsobem ohrožené.
- Zákon č. 200(1990 Sb., o přestupcích, ve znění pozdějších předpisů.
- Zákon č. 140/1961, ve znění pozdějších předpisů.
- Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže, č.j. ...
- Metodický pokyn ministra školství. Mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení. Č.j 224 246/2008 - 50 ze dne 3.12. 2008

V právní praxi bývá pojem šikana používán jako synonymum pro „úmyslné jednání, které je namířeno proti jinému subjektu, a které útočí na jeho důstojnost". Z hlediska výkladu pojmu šikanování není důležité, zda k němu dochází slovními útoky, fyzickou formou, nebo hrozbou násilí. Rozhodující je, kdy se tak děje úmyslně.

Šikana není sama o sobě ještě protiprávním jednáním. Z hlediska zákona se zejména u počátečních stadií šikanování o přestupek nebo dokonce o trestný čin nejedná. Nicméně některé její projevy hlavně u pokročilých šikan jsou jednoznačně protiprávním jednáním.

Pokud k šikanování došlo v průběhu vyučování, nese plnou odpovědnost škola. Prokáže-li se zanedbání ředitele školy nebo některého pedagoga, může být právně nebo pracovněprávně potrestán. Na školském zařízení lze v oprávněných případech požadovat i

náhradu škody vzniklé v důsledku šikany. A to jak náhradu na věcech, tak na zdraví, včetně způsobené psychické újmy.

Pokud dítě v důsledku šikany nemohlo např. docházet do školy (vyšší stupeň šikany), nese školské zařízení odpovědnost i za škody vzniklé rodičům dítěte v důsledku např. uvolnění ze zaměstnání, zajištění hlídání dítěte, zajištění doprovodu do a ze školy apod.

Kdy se obrátit na policii?

Pokud se domníváte, že šikana již nabyla takového rozsahu a takové podoby, aby bylo možné kvalifikovat ji jako přestupek, nebo že případně byla naplněná skutková podstata trestného činu. Není nutné, abyste sami přesně rozhodli, o kterou z uvedených dvou možností jde. Na policii ČR se obraťte i v případě podezření na jednu z nich.

Prevence šikany

Učitelé vedou systematicky a důsledně žáky k osvojování zásad mezilidských vztahů, učí je respektovat identitu a individualitu jedince. Pomáhají rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka. Všichni učitelé by měli vnímat vztahy mezi žáky atmosféru v třídních kolektivech, kde působí, jako nedílnou součást své práce. Svým chováním se podílí na prevenci šikanování ve třídách, monitorují sociální klima ve třídě, neprodleně reagují na nevhodné chování mezi dětmi. Školní metodik prevence spolupracuje s dalšími organizacemi a organizuje preventivní akce proti šikanování a rasové nesnášenlivosti.

Škola je povinna řešit šikanu ve škole a na akcích pořádaných školou, mimo školu je to věc policie a rodičů.

Při zjištění šikany mezi žáky se postupuje podle krizového plánu.

KRIZOVÝ PLÁN ŠIKANY

Jak postupovat při podezření na šikanu:

I.Řešení zárodečného stádia šikanování, podezření na šikanu

Postup vyšetřujících osob:

1. Najít kolegy(max. 3), kteří budou spolupracovat na šetření (třídní učitel může spolupracovat, ale nesmí být hlavní vyšetřovatel) a konfrontovat s nimi svá pozorování.
2. Oznámit své podezření co nejdříve vedení školy
3. Vyslechnout postupně více nezaujatých svědků, konfrontovat svědky mezi sebou. Navodit atmosféru podpory a povzbuzení, že jejich spolupráce nebude prozrazena a je zajištěna jejich bezpečnost

Vyšetřování:

- upozornit na provádění zápisu
- netlačit, nechat je říct to, co chtějí
- mít při vyšetřování třetí osobu proti obvinění ze strany rodičů

Rozhovor se svědky

- začít vyšetřování se „zdravým jádrem“, nikdy nezačínat agresory

Získat odpovědi na otázky:

- Kdo je obětí, popřípadě kolik je obětí?
- Co se stalo, co tomu předcházelo?
- Kdo je agresorem, kolik je agresorů? Kdo z nich je iniciátor, Kdo aktivní účastník šikanování?
- **Co, kdy** (pravidelně o přestávkách, cestou ze školy, náhodně, jen při určitých okolnostech, při převlékání na TV, ...), **kde** (cestou do školy, v šatně, na WC) a **jak** dělali agresori obětí?
- Co dělali ti, co nic nedělali?
- Co jsi dělal ty?
- Komu se co stalo?
- Jak dlouho šikana trvá?

4. Spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých znaků šikany. Poprosit je o pomoc.

5. Vyslechnout oběť (citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací, **nikdy neřešit problém před celou třídou**).

6. Zajistit ochranu oběti šikany.

7. Pak teprve vyslechnout agresory, konfrontace mezi agresory.

Nikdy konfrontace obětí a agresorů.

Rozhovor s agresory

Agresor se po rozhovoru nesmí vrátit zpět do třídy!

a) *Zahřívací předkolo*: Sednout si proti agresorovi, říct mu to „natvrdo“, chtít vědět, co všechno dělal, upozornit na zapisování, potom mlčet!

b) *Monolog*: nerušit mu jeho prostor, dívat se do očí, nepovzbuzovat, jen si vše zapisovat, počkat, až domluví

c) *Dialog*: doplňující otázky – klást otázky tak, aby se zapletl do vlastních lží, stupňovat citové napětí, nabídnout polehčující okolnosti v případě přiznání se, nechat si od něj podepsat zápis.

Celé zopakovat se všemi agresory. Každého po rozhovoru odvést do jiné místnosti.

d) *Konfrontace*: všem agresorům naráz oznámit, jak kdo z nich vypovídal – začnou se mezi sebou dohadovat, pomlouvat se

Vytipovat nejslabší článek, dovést je k přiznání či vzájemnému obviňování.

Zabránit domluvě pachatelů.

Zabránit zinscenování křivé výpovědi.

Dokončit vyšetřování tentýž den.

8. Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření

9. Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je se situací, domluvit se na opatřeních.

10. Rozebrat situaci ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečí a důsledky šikany,

oznámit potrestání viníků, třídu i nadále pozorně sledovat

11. Pokud se řeší situace pouze odchodem žáka do jiné školy, měl by odejít agresor, nikoli oběť.

Metoda usmíření

Provádí se především u počátečních stádiích šikany a vykazuje-li agresor ochotu své chování změnit. Této metodě předchází rozhovor s informátory a oběťmi, nalezení vhodných svědků, rozhovory se svědky, rozhovor s obětí, rozhovor s agresory (není-li agresor ochoten ke změně, následuje metoda vnějšího nátlaku).

Společné setkání a hledání nápravy: hovořit se třídou v komunitním kruhu (1×/14 dní, max. 20 min.), omluva a usmíření agresora a oběti, předkládání návrhů pro nápravu.

Vhodné otázky: Co si myslíte, že není v téhle třídě v pořádku? Co byste mohli udělat, aby se to příště nestalo? Kdo si myslí, že by byl schopen XY bránit?

Sezení max. 4, při posledním položit otázku, jestli si myslí, že je problém vyřešen.

Metoda vnějšího nátlaku

U pokročilejších forem šikany.

1. Vytvořit výchovnou komisi:

vyšetřovatel

třídní učitel

ředitel

popř. rodič(ne od agresora ani oběti)

nezávislý člověk(lékař, ..)

Před zasedáním nejednat s rodiči agresorů!

2. Celá komise se sejde předem a domluví se, jaké budou asi tresty.

3. Agresoři chodí před komisi a znovu vypovídají, sdělit, že komise rozhodne, tvářit se vážně.

4. Porada komise na trestech (trestat intenzivně, ale mít kam stupňovat).

5. Zavolat agresory a oznámit jim tresty.

6. Oznámit potrestání před celou třídou za přítomnosti celé komise. (Agresoři si stoupnou u dveří a vyslechnou si trest). Bez obětí!

7. Komunitní kruh, první sezení bez oběti!

8. Pozvat rodiče agresorů a obětí. Ne najednou!

rodiče obětí: informovat, jak bylo zajištěno zdraví jejich dítěte a sdělit, jak byli agresoři potrestáni

rodiče agresorů: informovat každého zvlášť, sdělit, jak byly potrestány jejich děti

Pořídít zápisy a vše si nechat podepsat!

II. Učitel je svědkem šikany (řešení pokročilého stádia šikanování- náhlý výbuch násilí nebo „lynčování“)

1. Překonání šoku učitele, **jednat rázně, okamžitě.**
 2. Zajištění bezpečí oběti. Odvést okamžitě ze třídy.
 3. Kontaktovat metodika, výchovného poradce či vedení školy. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi
 4. Ihned se vrátit zpět do třídy nebo zajistit pedagogický dozor.
 5. Domluvit se s dalšími učiteli na spolupráci při vyšetřování.
 6. Pokračovat v pomoci a podpoře oběti, nepouštět oběť zpět do třídy.
 7. Kontaktovat rodiče oběti. Při rozhovoru s nimi se vyvarovat slovu „šikana“, lépe „ubližovaný“, domluvit se na zajištění jeho bezpečnosti (nechat doma)
 8. Nahlášení policii (v závažných případech), vyšetřování:
 - Rozhovor se svědky a oběťmi
 - Nalezení vhodných svědků
 - Individuální nebo konfrontační rozhovory se svědky (**!ne konfrontace oběti a agresora!**)
 - Zajištění ochrany oběti
 - Rozhovor s agresorem nebo konfrontace mezi agresory
 9. Spolupráce s dalšími institucemi
 10. Potrestání agresora a další práce s agresorem (jeho náhled na vlastní chování, motivy, rodinné zázemí). V případě potřeby mu zprostředkovat péči PPP, psychologa, ...
- O konkrétním výchovném opatření rozhoduje ředitel školy po projednání ve výchovné komisi a pedagogické radě

Výchovná opatření:

- Důtka třídního učitele
- Důtka ředitele školy
- Zhoršená známka z chování
- Podmíněné vyloučení

11. Po těchto krocích následuje práce s celou třídou.

Webové stránky s tematikou šikany

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

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

Internet poradna, www.internetporadna.cz