

**Základní škola a mateřská škola Dlouhá Třebová okres Ústí nad Orlicí**  
561 17 Dlouhá Třebová, Školní 199, tel.:777850811, IČO 75017156,  
bank.sp.: KB 278769370277/0100, e-mail:zsdlouha@dlouhatrebova.cz

## **Školní program proti šikanování**

**Vnitřní metodický materiál pro pedagogické pracovníky  
Základní školy a mateřské školy Dlouhá Třebová okres Ústí nad Orlicí**

**2022**

**ZSMSDT/106/2022/RE**

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

Na tvorbě a realizaci programu se podílejí všichni pedagogičtí pracovníci školy. Hlavním koordinátorem je ředitelka školy Mgr. Alena Kopecká, za realizaci a hodnocení programu je odpovědná.

**Cílem** programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí, které omezuje vznik šikany. Program poskytuje stručný přehled v oblasti šikany a pedagogickým pracovníkům školy napomáhá zorientovat se v této problematice a poskytnout jim metodický návod pro postup a způsob jejího řešení, dojde-li k projevům šikany.

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

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

## I. část

### Charakteristika a projevy šikany

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ubližovat, ohrozit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumějí nebo nechtějí bránit.

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

- je cílené vůči jedinci nebo skupině žáků
- jeho záměrem je oběti ohrozit, ponižit nebo zastrašit
- je obvykle opakované, dlouhodobé a stupňující se, oběť se neumí bránit a dlouhodobě trpí

**Šikanou tedy není:**

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

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

**Mezi základní formy šikany patří:**

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

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

## II. část

### Stádia šikanování

(podle Michala Koláře)

Šikana je poruchou vztahů ve skupině, není pouze záležitostí agresora a oběti. Děje se v kontextu vztahů nějaké skupiny. Vztahy při šikaně mají svoji vnitřní dynamiku a svůj zákonitý vývoj. **Michal Kolář rozlišuje pět stádií dle různého vývojového stupně:**

#### 1. 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.

#### 2. Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

V zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity, například z nepříjemné písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese. Velmi nepříznivou variantou je situace, kdy násilí začne praktikovat vůdce a sociometrická hvězda skupiny jako „úlevnou“ zábavu nebo jen pro obveselení okruhu svých obdivovatelů. Další vývoj závisí na míře pozitivního zaměření skupiny a na postojích žáků k šikanování. **Takto zaměřená skupina se zdravými postoji a morálními hodnotami nevzniká sama, ale je nutné ji vytvořit dlouhodobým pedagogickým působením.**

#### 3. Vytvoření jádra (klíčový moment)

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

#### 4. Většina přijímá normy agresorů

Normy agresorů jsou přijaty většinou žáků a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. Následkem toho dojde ve skupině k šokující proměně. Je to něco podobného, jako když virus přemůže buňku a plně ji ovládne. Buňka zůstává navenek zachována, avšak místo aby organismus podporovala, zevnitř ho rozkládá. U členů skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se mohou začít chovat krutě, aktivně se účastnit týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

## 5. Totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Žáci jsou rozděleni na dvě skupiny, jedni mají všechna práva a ti druzí nemají práva žádná.

### III. část

#### Prevence šikany

Obecně platí, že je lepší šikaně předcházet, než ji následně odstraňovat, bohužel nelze vystačit pouze s prevencí. Opatření k prevenci a řešení šikanování existuje celá řada. Jejich škála je velice široká a pestrá. Jednotlivá opatření se od sebe liší šířkou záběru a principy, na kterých jsou založeny.

**Primární prevence** se uplatňuje v případech, kdy k šikaně doposud nedošlo. Spočívá ve výchově harmonické osobnosti dítěte, v informovanosti dětí, rodičů a veřejnosti a preventivních aktivitách ve škole.

**Sekundární prevence** se uplatňuje v situacích, kdy k šikaně už došlo a kde musí být použita taková opatření k nápravě, aby se už problémy neobjevily.

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

#### **Každý pedagog je povinen:**

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

K podpoře pozitivního sociálního klima třídy a pozitivních sociálních vazeb ve třídním kolektivu a škole a tím i k prevenci šikany jsou využívány **třídnické hodiny a školní akce**. Prvním důležitým krokem při odhalování šikany ve škole je důležité připuštění si její existence.

K objevení a diagnostikování šikany slouží celá řada nástrojů, jejichž škála sahá od metod **pozorování**, přes **rozhovory** až po **dotazníky**, **schránku důvěry** a **sociometrické šetření**. Na škole je zřízen pedagogický dozor, který během přestávek monitoruje chování žáků v prostorách školy a třídách, v rámci pozorování se zaměřuje na přímé a nepřímé znaky šikanování.

Žáci se mohou ve škole kdykoli obrátit na jakéhokoli zaměstnance školy o pomoc, na cokoli se zeptat.

## IV. část

### Postup řešení šikany

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

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

**Optimální časové rozmezí**, ve kterém by měl být **problém vyřešen, jsou dva, maximálně tři dny**. Je **důležité dodržet pořadí následujících kroků**, žádný nevynechat. Pokud je v některém z těchto kroků podezření na šikanu vyvráceno, další již nenásleduje:

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

Potrestání agresorů je nutno posuzovat individuálně. Je závislé na věku, intenzitě šikany a na tom, zda se jedná o ojedinělý případ či recidivu.

10. **Individuálně pozvat k jednání rodiče agresorů**, seznámit je se situací, sdělit jim navrhovaná opatření a požádat je o spolupráci. Pokud odmítají, zvážit oznámení orgánu sociálně právní ochrany dítěte nebo Policii ČR. V otázce trestu nepřistupovat na kompromisy.
11. **Pozvat rodiče oběti, seznámit je se situací**, domluvit se na opatření (terapie, organizační opatření, ...).
12. **Rozebrat situaci se třídou** (vynechat citlivé detaily), prodiskutovat a vysvětlit nebezpečnost a důsledky šikany. Oznámit potrestání viníků.

### **Třídní kolektiv nadále intenzivně sledovat!**

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

## **V. část**

### **Výchovná opatření**

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

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

- napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy
- snížená známka z chování

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

**Příloha č. 1:** Krizový plán postupu a řešení šikany pro pedagogy

**Příloha č. 2:** Krizový plán šikany pro žáky

**Příloha č. 3:** Příklady přímých a nepřímých znaků šikanování

## **POUŽITÁ LITERATURA:**

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

V Dlouhé Třebové 30. srpna 2022

Mgr. Alena Kopecká, metodik

Schválila ředitelka školy dne 30. srpna 2022

Mgr. Alena Kopecká

**Tento Školní program proti šikanování nabývá účinnosti dne 1. září 2022**

Příloha č. 1:

# KRIZOVÝ PLÁN POSTUPU A ŘEŠENÍ ŠIKANY PRO PEDAGOGY

## I. KOMPETENCE

### Školské poradenské pracoviště

<b>Ředitelka školy:</b>	Mgr. Alena Kopecká
<b>Školní metodik prevence:</b>	Mgr. Alena Kopecká (koordinátor postupu řešení šikany)
<b>Třídní učitelky 1. – 5. ročníku</b>	

### Školské poradenské zařízení

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

## II. POSTUP

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

## III. ŘEŠENÍ

A. POČÁTEČNÍ ŠIKANA	B. POKROČILÁ ŠIKANA, tzv. třídní lynčování
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili.</li><li>2. Nalezení vhodných svědků.</li><li>3. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů).</li><li>4. Rozhovor s oběťmi šikany a navázání spolupráce s rodiči oběti.</li><li>5. Zajištění ochrany obětem.</li><li>6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Překonání šoku pedagogického pracovníka, bezprostřední záchrana oběti.</li><li>2. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.</li><li>3. Zajištění ochrany oběti a izolace agresorů.</li><li>4. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.</li><li>5. Pokračující pomoc a podpora oběti.</li><li>6. Nahlášení policii.</li><li>7. Vlastní vyšetřování.</li></ol>

V rámci první pomoci je nutné při **pokročilých, brutálních a kriminálních šikanách** spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s Pedagogicko-psychologickou poradnou Ústí nad Orlicí, Střediskem výchovné péče Mimóza, orgánem sociálně právní ochrany dítěte a Policií ČR.



V případě **negativních dopadů šikánování na oběť** je nutné zprostředkovat jí péči pedagogicko - psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů. Pro nápravu situace ve skupině je potřeba **pracovat s celým třídním kolektivem a rozebrat situaci se třídou.**

Příloha č. 2: **KRIZOVÝ PLÁN ŠIKANY PRO ŽÁKY**

**Trápíš se kvůli šikaně?**

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

**JAK POZNÁM, ŽE SE JEDNÁ O ŠIKANU?**

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

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

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

**PROČ JSI ŠIKANOVÁN/A?**

**Není to proto, že jsi špatný/á, nebo proto, že si to nějak zasloužíš.**

**Chyba není v tobě, ale ve špatných vztazích mezi žáky vaší třídy nebo školy.**

**Převládá v nich bezohlednost a násilí.**

**PAMATUJ SI, že nikdo nemá právo ti ubližovat!**

**KOMU SE MŮŽEŠ SVĚŘIT?**

**KTERÉKOLIV OSOBĚ, KTERÉ DŮVĚŘUJEŠ!**

**Školní metodik prevence: Mgr. Alena Kopecká**

**Třídní učitel nebo jakákoli dospělá osoba ve škole.**

**KAMARÁD/KA**

**RODIČE**

**LINKA DŮVĚRY:**

465 524 252

**LINKA BEZPEČÍ:**

800 155 555 (bezplatně)

**Příloha č. 3**

## **PŘÍKLADY PŘÍMÝCH A NEPŘÍMÝCH ZNAKŮ ŠIKANOVÁNÍ**

### **1. Nepřímé (varovné) znaky šikanování, 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.

### **2. Přímé znaky šikanování 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 nenávistným 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, kopání, rány, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

### **3. Rodiče žáků se doporučuje upozornit zejména na to, aby si všímali těchto možných příznaků 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.
- Necht' 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.