

Program proti šikaně

š. r. 2022/23

Gymnázium, Praha 8, Ústavní 400

Program proti šikaně slouží k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví v průběhu vyučování, k vytvoření příznivého a přátelského klimatu ve škole a k předcházení vzniku rizikového chování. Zaměřuje se především na prevenci šikanování a ukazuje možné postupy při řešení šikany ve škole. Je přílohou ke školnímu řádu a programu primární prevence. Je určen všem pedagogickým pracovníkům školy, rodičům a žákům školy.

Program proti šikaně je vypracován na základě Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č. j. MSMT-21149/2016) a Metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, čj. 21291/2010-28.

Charakteristika šikany

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

Podoby šikany jsou různé, stejně jako metody, kterými je prováděna. Zpravidla má agresor nad obětí fyzickou či početní převahu.

Podoby šikany:

Přímá šikana může mít podobu fyzickou, verbální nebo i neverbální (např. urážlivá gesta a zvuky, zírání, používání zastrašujících nebo výhružných 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. Hlavní agresor k útoku často využívá prostředníka, neútočí přímo.

Jednou z nejčastějších forem šikany je také elektronická šikana, tj. **kyberšikana**, která může mít podobu např. zakládání falešných profilů na jméno žáka s dehonestujícím obsahem, prezentace ponižujících videí na portálech, jako je youtube.com, facebook.com apod., prezentace zraňujících komentářů na webu, výhružné SMS nebo e-maily apod.

Hranice, která odlišuje šikanování od škádlení nebo agrese, bývá někdy nezřetelná. U žáků se za šikanování nepovažuje škádlení nebo agrese, které nemá znaky šikanování (viz výše). Jedním z rozlišujících prvků je schopnost žáka škádlení opěťovat, bránit se mu, zastavit ho. Ve chvíli, kdy se žák škádlení nebo agrese neumí nebo nemůže bránit, cítí se bezradný a bezmocný, a přesto škádlení nebo agrese pokračuje, pak toto chování přerůstá v šikanu.

Stadia (zákonitosti vývoje) šikany:

- 1. Ostrakismus** – nejnižší stupeň, forma potenciálně přítomná v každém kolektivu. Jedinec je vytlačen z kolektivu, je všemi ignorován, nikdo se s ním nebaví, mnohdy se přidávají pomluvy oběti, zesměšňování, nedochází ke kontaktu „na tělo“.
- 2. Fyzická agrese a manipulace** – přitvrzování projevů: výhrůžky, nadávky, fyzické útoky, zatím jen od agresora(ů). Objevuje se v zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, ostrakizovaní žáci začnou 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.

Výše uvedené se většinou řeší metodou usmíření.

- 3. Vytvoření jádra** – uskupení kolem agresora. Ve třídě se objeví skupinka jedinců, která vládne, začínají stavět své spolužáky do pozice buď-anebo, tzn. buď budeš s námi, nebo budeš trpět jako oběť. V tomto okamžiku vzniká pyramida šikanování, oběť se pro kolektiv stává výhodnou – je mi jedno, jestli někdo trpí, já mu nic nedělám, hlavně, že to nejsem já, kdo trpí. Zde je již kolektiv nemocný šikanou, dochází k naprostému pokřivení sociálních vazeb. Přesto v tomto stadiu je možný ještě zásah zvenčí, žáci stále hlídají, zda je někdo při šikaně nepřistihne. Pokud někdo zvenčí nezasáhne, znamená to začátek systematické šikany.
- 4. Většina skupiny přijímá normy agresorů** - ty jsou pro skupinu nepsaným zákonem. Role ve třídě jsou téměř rozděleny, je zde skupina pánů a tzv. otroků, kteří již nemají mnoho sil k obraně, začínají se smířovat se svým údělem, i mírní a slušní žáci začínají být krutí. Role pedagoga ustupuje do pozadí.
- 5. Totalita** - dokonalá šikana, brutalita se stává normou pro celou skupinu. Třída je již pevně rozdělena – jsou zde vládcové a ti, co slouží, agresori mají třídu pevně v rukou, všichni je poslouchají, učitel ztrácí jakoukoli možnost zásahu, protože jeho slovo je na nižší úrovni než slovo agresora. Oběti jsou stále závislejší a ochotnější dělat cokoli. Neúnosnost utrpení řeší únikem do nemocí, neomluvenou absencí, odchodem ze školy, pokusem o sebevraždu, případně se zhroutí. U oběti v této fázi může docházet k jakémusi paradoxnímu převratu – obdivuje svého agresora, brání ho jako svého kamaráda, má ve své hlavě vštípeno, že se nikdo nesmí nic dovědět, a i to, co se s ním děje, je naprosto normální a v pořádku.

Krizový plán proti šikanování

Metodika první pomoci pedagogů při šikaně zahrnuje tyto kroky:

1. diagnostika šikany
2. vyšetřování
3. náprava

1. Diagnostika šikany – pracovníci školy se snaží sledovat chování žáků v různých situacích – během výuky i při konání školních dozorů o přestávkách, na akcích pořádaných školou. Je nutné všimnout si jakýchkoli projevů rizikového chování a tzv. varovných signálů, vycházejících jak ze strany potenciálních agresorů, tak obětí.

Nepřímé 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.
- 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 náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci (pomůcky, oděv) jsou poškozené, znečištěné, případně rozházené. Často nějaké své věci postrádá. Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, žerty na jeho účet.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským 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, 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.

2.,3. Metody vyšetřování a nápravy jsou voleny dle závažnosti šikanování. Škola řeší šikanu podle předem zvolených postupů buď vlastními silami, nebo spolupracuje s dalšími institucemi.

Rozlišujeme dva stupně závažnosti – počáteční a pokročilý, které se odlišují charakteristickými rysy chování, spoluprací, vztahy a celkovou atmosférou ve skupině.

Pro případ výskytu šikany je na škole ustanovena skupina osob zodpovědná za její řešení, kterou tvoří vedení školy, školní metodička prevence (ŠMP), výchovný poradce (VP), školní psycholog a třídní učitel. V případě složitějšího řešení se škola obrací na pracovníky PPP pro Prahu 7 a 8 nebo další odborné instituce a organizace.

A) Strategie první pomoci při počáteční šikaně se standardní formou

(první až třetí stupeň vývojového stadia šikany, kdy normy, hodnoty a postoje vůči šikanování ve skupině nejsou přijaty většinou)

Vyšetřování probíhá vlastními silami školy:

1. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi.
2. Nalezení vhodných svědků.
3. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů).
4. Sběr informací od ostatních učitelů.
5. Zajištění ochrany obětem.
6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.
7. Rozhovor s rodiči.
8. Závěrečné vyhodnocení a případné udělení kázeňských opatření (v souladu se školním řádem).
9. Práce s celou třídou.
10. Po vyšetření nelze šikanu považovat za ukončenou, je nutné oběti i agresory dále dlouhodobě sledovat.

Náprava může být realizována dvěma způsoby:

a) Metodou usmíření – sleduje se vnitřní proměna vztahů mezi oběťmi a agresory k lepšímu, potrestání se nekoná.

b) Metodou vnějšího nátlaku – záměrem je přinutit trestem a strachem viníky k zastavení agresivního chování a k dodržování oficiálních norem.

Postup zahrnuje tyto kroky:

- Individuální nebo komisionální pohovor s aktéry (agresory, popřípadě s jejich rodiči).
- Oznámení o potrestání agresorů před celou třídou. Šikana je posuzována ze strany šikanujícího jako závažné porušení školního řádu, z něhož budou vyvozeny přísné sankce. Podle závažnosti porušení bude žákovi uděleno výchovné nebo kázeňské opatření (viz školní řád).
- Ochrana oběti (např. stanovení ochránců oběti, poradit, jak se chovat v případě opakování šikany, pomoc při nalezení spojence – kamaráda, zpřísnění dozorů, aby se zabránilo další šikaně).
- Následná systematická práce třídního učitele, popřípadě ŠMP, VP a školního psychologa se školní skupinou. Cílem je zastavení sebedestrukce a nastartování sebeozdravného procesu skupiny a vnitřní proměny vztahů ve třídě a posílení imunity proti případnému opakování šikanování.

- Práce s agresorem (jeho náhled na vlastní chování, motivy, rodinné prostředí). Nutnost zabránit agresorovi v dalších útocích. Snaha o nápravu jeho chování, není-li vstřícný, pak uzavření písemné dohody (co ne/bude agresor dělat) a stanoví se, co se stane, když dohodu poruší. V případě potřeby se mu zprostředkuje péče pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchov nebo jiných odborníků – klinických psychologů atd.
- Pomoc při vytvoření třídních pravidel chování.

B) Strategie při pokročilé šikaně s neobvyklou formou

(brutální a nestandardní projevy – např. výbuch skupinového násilí vůči oběti, tzv. třídní lynčování; čtvrtý a pátý stupeň šikanování, kdy normy, hodnoty a postoje vůči šikanování byly přijaty většinou, či dokonce všemi členy skupiny)

Škola spolupracuje s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s PPP, orgánem sociálně právní ochrany dítěte, Policií ČR.

Vyšetřování zahrnuje následující kroky:

1. Odhad závažnosti a formy šikany.
2. Bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.
3. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
4. Zabránění domluvě agresorů na zkreslení výpovědi.
5. Pokračující pomoc a podpora oběti.
6. Nahlášení policii.
7. Vlastní vyšetřování.

V případě negativních dopadů šikanování na oběť je nutné jí zprostředkovat péči pedagogicko-psychologické poradny nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

Náprava je realizována pod vedením odborníků – především psychologů z PPP.

Významnou úlohu má spolupráce školy s rodiči obětí.

Preventivní opatření proti šikaně na škole

Je zdůrazněn preventivní význam pedagogických dozorů o přestávkách a na všech školních akcích. Významné body ohledně chování žáků a případných sankcí jsou vytyčeny ve vnitřním řádu školy.

Všichni pedagogičtí pracovníci se zaměřují na vytváření dobrých vztahů uvnitř třídních kolektivů, zabývají se vztahy v třídních kolektivech ještě před vznikem šikanování. Rozhodující úlohu má třídní učitel, který pracuje průběžně se třídou, pomáhá vytvořit sociálně zdravý kolektiv, osobně se účastní mimoškolních akcí třídy, pomáhá vytvořit pravidla chování podporující spolupráci a pozitivní komunikaci žáků.

Škola umožňuje další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti problematiky vytváření dobrých vztahů, v práci s dynamikou skupiny, v podpoře a upevňování zdravých třídních norem dětí, žáků a studentů jako prevenci šikanování.

Prevence šikany je jednou z hlavních náplní akcí preventivního programu školy.

S důležitými body školního řádu, plánu prevence šikany a programu primární prevence jsou vždy na začátku školního roku seznámeni žáci i jejich zákonní zástupci.

Doporučená literatura:

Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č. j. MSMT-21149/2016)

KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál, 2001.

KOLÁŘ, Michal. Skrytý svět šikanování ve školách: příčiny, diagnostika a praktická pomoc. Portál, 1997.

KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál, 2011.

Školní rok 2022/2023

Gymnázium, Ústavní 400, Praha 8

RNDr. Helena Štěrbová

ředitelka školy

Mgr. Ivana Nováková

školní metodik prevence

Mgr. Martina Svátková

výchovný poradce