



Riešenie šikanovania v školskom prostredí

Obsah

1. Pojem Šikanovanie.....	2
1.1. Kyberšikanovanie.....	2
1.2. Rozdiely medzi šikanovaním a doberaním	3
2. Mýty o šikane.....	4
3. Príčiny šikanovania	5
4. Prejavy šikanovania	6
5. Prevencia.....	8
5.1. Prevencia šikanovania	8
5.2. Prevencia kyberšikanovania.....	9
6. Riešenie situácie.....	12
6.1. Riešenie šikany.....	12
6.2. Riešenie kyberšikany:	13
7. Opatrenia na riešenie šikanovania.....	14
8. Ďalšia spolupráca školy	15
8.1. Spolupráca školy s orgánmi činnými v trestnom konaní a orgánom sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately.....	15
8.2. Spolupráca školy so zákonnými zástupcami žiakov, osobami, ktoré sa osobne starajú o dieťa alebo zariadením, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu.....	15
Záver.....	15
Zoznam literatúry	16

Vypracovala: Mgr. Monika Pušicová

CPPPaP Banská Bystrica 2020



1. Pojem Šikanovanie

Slovo šikana pochádza z francúzskeho slova chicane, znamená zlomyseľné obťažovanie, týranie, prenasledovanie. Šikanovanie je sociálno-patologický jav, ktorý postihuje čoraz viac jedincov. Šikanovaním označujeme to, keď jedno dieťa alebo skupinka detí hovorí inému dieťaťu nepríjemné veci, bije ho, kope, vyhráža sa mu. Tieto incidenty sa môžu často opakovať a pre dané dieťa je náročné sa tomu brániť.

Pod slovom šikana si väčšina ľudí predstaví formy fyzického násillia. Spadá sem však aj psychické násillie, ktoré môže byť zo začiatku brané na ľahkú váhu alebo bagatelizované. Avšak po prehladaní sa časom môžu počiatočné prejavy šikany zintenzívňovať a stupňovať. Medzi psychické násillie spadá zosmiešňovanie, nadávky, ohováranie, opakované posmešky, nepekne hovorené veci o rodine. Taktiež manipulácia, žiak alebo ostatní žiaci dávajú najavo, že sa daného dieťaťa štítia, ignorujú ho, odsadajú si od neho, berú mu veci alebo mu ich skrývajú, prípadne zničia.

V dnešnej dobe sa zvýšil počet prípadov šikanovania. Znížila sa veková hranica aktérov šikanovania, zintenzívnelo agresívne správanie šikanujúcich a brutalita. Šikanovanie predstavuje nebezpečenstvo pre jeho samotných aktérov – obeť a agresorov, ale následky majú vplyv aj na ich blízke okolie (pedagógov, rodičov, školu, triedny kolektív, kde sa šikanovanie vyskytlo). Nebezpečnosť šikanovania spočíva v závažnosti, dlhodobom pôsobení a nezriedka v celoživotných následkoch na duševné a telesné zdravie obeť.

1.1. Kyberšikanovanie

Po novom sa šikanovanie môže realizovať i prostredníctvom elektronickej komunikácie, jedná sa o tzv. kyberšikanu. „Kyberšikanovaním je priama forma šikanovania, pri ktorej ide o zneužitie informačno-komunikačných technológií (najmä telefónu, tabletu, internetu a sociálnych sietí) na úmyselné ohrozenie, ublíženie alebo zastrašovanie, pričom sa často vyskytuje v spojení s inými formami šikanovania.“ (MINEDU, 2018)

Kyberšikanovanie má najčastejšie tieto znaky:

- Sociálna prevaha alebo psychická prevaha agresora, nie je nutná fyzická prevaha,
- Agresor vystupuje často anonymne,
- Útok nevyžaduje fyzický kontakt agresora a obeť,
- Agresor spravidla nevidí priamu emocionálnu reakciu obeť na útok s ohľadom na anonymitu a odstup, ktoré informačno-komunikačné technológie umožňujú,



- Útoky sa šíria prostredníctvom internetu podstatne rýchlejšie ako inými spôsobmi,
- Útoky sú prístupné veľkému množstvu osôb,
- Agresor je schopný uskutočniť útok z rôznych miest,
- Útoky môžu mať dlhšie trvanie v čase,
- Obet' nemusí o napadnutí dlhšiu dobu vedieť,
- Obet' nemusí byť schopná identifikovať agresora,
- Zverejnené informácie, fotografie a audiozáznamy a videozáznamy môže byť náročne odstrániť z internetu.

1.2. Rozdiely medzi šikanovaním a doberaním

V niektorých prípadoch majú pedagógovia alebo rodičia problém rozpoznať rozdiel medzi šikanou a doberaním. Môže to navonok vyzeráť podobne, vnútorný rozdiel je však obrovský. Najpodstatnejšie je, ako doberanie vníma ten, koho sa to dotýka. Je veľmi potrebné vedieť, na koho sa môžeme v takej situácii obrátiť, ako situáciu riešiť a hlavne, ako šikanovaniu predchádzať.

Kolář vo svojej knihe uvádza rozdiely medzi šikanovaním a doberaním, ktoré je často obtiažne posúdiť (2011, s. 65):

	Doberanie	Šikanovanie
Definícia	Doberanie patrí ku kamarátskym alebo partnerským prejavom, ktoré sú rovnocenné. Chápe sa ako prejav priateľstva, prejav žartovania (podpichovanie), za účelom dobrej nálady.	Šikanovanie patrí do násilných vzťahov. Za šikanovanie sa považuje, keď jeden alebo viac žiakov opakovane a úmyselne ubližuje druhým. Diet'at'u to je nepríjemné, ponízuje ho to alebo to skrátka bolí.
1. Zámer	Vzájomná zábava, radosť a dobrá nálada.	Ublížiť, zraniť a ponížiť.
2. Motív	Náklonnosť, zoznamovanie, zblíženie, záujem o druhých. Rušenie napätia v triede a navodzovanie uvoľnenej a pohodovej atmosféry.	Základ – moc a krutosť. Ďalšie motívy prekonávania samoty, zabíjanie nudy, žiarlivosť, predchádzanie vlastnému týraniu, vykonanie niečoho veľkého...



3. Postoj	Rešpekt k druhému a sebaúcta.	Devalvácia, zneváženie druhého.
4. Citlivosť	Vcítienie sa do druhých	Tvrdosť a nezľutovanie sa.
5. Zraniteľnosť	Dieťa nie je zvýšene zraniteľné a precitlivené	Bezbrannosť, obeť sa nevie, nemôže či nechce brániť.
6. Hranice	Obe strany majú možnosť obhájiť svoje osobné teritórium. Vzájomné vnímanie a rešpektovanie neverbálnych a verbálnych limitov. Pri divokejšom doberaní nikto nepoužije plnú silu a silnejší miernia svoje akcie.	Prelamovanie hraníc, „znásilňovanie“ druhého. Silnejšia strana neberie ohľad na slabšieho. Obeť dáva najavo, že je jej to nepríjemné, útočníci pokračujú ďalej. Niekedy sadomasochistická interakcia.
7. Právo a sloboda	Rovnoprávnosť účastníkov. Dieťa sa môže brániť a doberanie opätovať, prípadne ho môže zastaviť a vystúpiť z neho.	Bezprávie. Pokiaľ sa dieťa bráni alebo dokonca „zábavou“ oplatí, je tvrdo potrestané!
8. Dôstojnosť	Zachovanie dôstojnosti. Dieťa nemá pocit poníženia. Necíti sa trápne a úboho.	Poníženie ľudskej dôstojnosti. Dieťa je zosmiešňované a ponížované.
9. Emočný stav	Radosť, vzrušenie z hry, ľahké nahnevanie. Môže to byť aj nepríjemné, ale nie bezmocnosť.	Bezmocnosť! Strach, hanba, bolesť. Nepríjemné a bolestivé prežívanie útoku.
10. Dopad	Podpora sebahodnoty, pozitívna nálada	Pochybnosti o sebe, úzkosť, nedostatok dôvery, depresia. Dieťa má strach zo školy.

2. Mýty o šikane

- *Šikany sa dopúšťajú iba chlapci* – môžu sa ho dopúšťať aj dievčatá, častejšie však s psychickou šikanou, ktorá sa rozoznáva horšie.
- *Kto je týraný, môže si za to sám* – terčom agresorov sa často stávajú deti, ktoré sa niečím líšia od kolektívu (vzhľadom, správaním, rodinným zázemím, handicapom alebo nadaním). Vo viacerých prípadoch si obeť myslí, že si za to môže sama. Je potrebné si



uvedomiť, že žiadna odlišnosť nie je dôvodom na ubližovanie druhým a tento poznatok neustále aj deťom vstúpovať do mysli.

- *Kto je týraný, môže si pomôcť sám* – narušené sú vzťahy v skupine, nie je možné, aby jedinec napravil celú situáciu sám. Tým je vyriešenie situácie komplikovanejšie, čím sú pokročilejšie štádiá šikanovania.
- *Šikanujú iba hlúpi surovci* – šikanovať môže aj inteligentné a bezproblémové dieťa z „dobrej“ rodiny. Šikana je v tom prípade rafinovanejšia, môže prebiehať prostredníctvom ďalších jedincov, preto býva aj horšie rozpoznateľná.
- *Môjmu dieťaťu sa to nemôže stať* – či už ako agresor alebo ako obeť. Podľa štatistiky a dostupných výskumov sa to môže stať naozaj komukoľvek.
- *Prísna kázeň to vyrieši* – šikana sa môže objavovať všade tam, kde má jedinec väčšiu moc nad druhým (napr. väzenská, vojenská šikana). Šikanu často utužujú práve tuhé systémy.
- *Dobrá učiteľ často intuitívne zasiahne správne* – pokiaľ je učiteľ svedkom šikany a nie je odborne pripravený ju riešiť, pod vplyvom emócií môže zasiahnuť nevhodným spôsobom. Podarí sa mu síce zastaviť okamžitý útok, ale pokiaľ sa hlbšie nezaobrá s odhaľovaním príčin, ďalšiemu šikanovaniu nezabráni.
- *Väčšinou ide o nadpriemerne telesne zdatných jedincov* – nemusí to tak byť vždy. Inteligencia spojená s bezohľadnosťou môže vyvážiť nedostatok telesnej sily.
- *Šikanuje jedinec, ktorý si šikanou kompenzuje „mindrák“, trpí pocitmi menejcennosti, závidí druhým úspechy, cíti sa nešťastný* – šikany sa môžu dopúšťať aj sebaistí, neúzkostní jedinci bez týchto uvedených problémov.

Dôležité je nepodliehať mýtom, ktoré sa šíria a nedovoliť, aby sa správanie vedúce k ubližovaniu a šikanovaniu tolerovalo.

3. Príčiny šikanovania

Žiadne vyššie uvedené „typické“ charakteristiky nemusia byť u jedincov prítomné. Určitú rolu hrajú temperamentné dispozície, čo sa týka prostredia, v ktorom boli vychovávaní, napr. výbušnosť, impulzivita. Úlohu zohráva aj zaobchádzanie s dieťaťom v detstve (nedostatok záujmu, citový chlad, ponižovanie, ľahostajnosť). Prítomné môže byť aj fyzické alebo psychické násilie v rodine. Pre šikanujúcich jedincov je v živote možná potreba túžby dominovať, cítiť moc, bezohľadne sa presadzovať alebo túžbu ovládať druhých. Ubližovať



druhým je pre nich radostné. Rýchlo sa môžu uraziť. Rovnako je prítomná aj menšia citlivosť k možným následkom konania.

Úlohu z časti zohráva aj agresivita. Agresivita predstavuje sklon prekračovať určitú skupinu pravidiel spolužitia medzi ľuďmi. Silnejšia je túžba prekračovať aj iné pravidlá a hranice – ničiť veci zo zlomyseľnosti alebo pre zábavu, nerešpektovanie súkromného vlastníctva, podvádžanie. Väčšinou sú to „silní“ jedinci, aspoň v danej skupinovej konštelácii. Vedia svoj strach skrývať aj pred sebou a zneužívať strach u iných. V konfliktných situáciách vedú potláčať neistotu.

Podľa Řičana (1995) a Koláři (2001) v pátraní po príčinách agresívneho správania sú hlavné motívy:

- Tlak kolektívu – jedinec je nútený správať sa tak, ako očakáva spoločnosť (chlapec musí byť tvrdý, dávať najavo svoju silu),
- Túžba po moci – pranie ovládať niekoho druhého (samotná moc je príjemná, je dobré, keď môžeme niekoho ovládať),
- Motív krutosti – radosť vidieť druhého človeka trpieť (motív krutosti je skôr okrajový),
- Zvedavosť, experiment – túžba zistiť, kam siahajú hranice jedinca, čo vydrží (túžba baviť sa, odviazať sa, zažiť niečo nové),
- Motív upútania pozornosti – agresor túži byť v strede pozornosti publika (získanie sympatií spolužiakov),
- Motív žiarlivosti – jedinca trestajú za priazeň učiteľov (závidia mu a trestajú ho),
- Motív „prevencie“ – bývalá obeť, ktorá sa presťahovala alebo začala navštevovať inú školu (šikana zo strachu, aby sa opäť nestala obeťou alebo sa pridá k nejakému agresorovi),
- Motív vykonať niečo veľké – jedinci odsúdení k celkovej neúspešnosti (šikanovaním dokážu opak samým sebe, stávajú sa príčinou významného deja).

4. Prejavy šikanovania

Dôležité je rozpoznať príznaky šikany včas. Niektoré deti sa skôr či neskôr so svojím problémom zveria (rodičom, súrodencom, kamarátke, pani učiteľke), iné deti si to nechávajú dlho pre seba. Na začiatku dieťa dúfa, že to dokáže vyriešiť samé alebo dúfa, že šikana prestane sama. Je ťažké priznať si, že ho niekto šikanuje. Tiež je možné, že sa bojí nálepky „žalobníčka“.



Keď sa dieťa zverí, je potrebné reagovať rýchlo ale premyslene. Dajte dieťaťu najavo, že jeho informácie beriete vážne (aj keď sa vám môžu zdať prehnané). Uistite ho, že mu chcete pomôcť. Poskytnite mu podporu, zistite v rozhovore ďalšie podrobnosti. Povzbudzte ho, rozptýľte jeho obavy z toho, že si môže myslieť, že žaluje.

Pokiaľ sa dieťa nezverí dospelej osobe samé, je veľmi dôležité vnímať varovné signály v domácom alebo v školskom prostredí.

Medzi možné podozrivé príznaky v domácom a školskom prostredí môže patriť:

- Zdá sa, že dieťa nemá žiadnych kamarátov, žiadny spolužiak nechodí ku nemu domov,
- Stráni sa spolužiakov, je zakríknuté, pôsobí smutne, môže pôsobiť až paranoidne ostražitým,
- Dieťa je smutné, zarazené, depresívne, nehovorí o tom, čo sa deje v škole,
- Zle zaspáva, má poruchy spánku, snívajú sa mu hrôzostrašné sny,
- Dochádza k výraznému zhoršeniu prospechu, dieťa je bez záujmu, nesústredené, keď je učiteľom napomínané, trieda na to reaguje pozitívne,
- Často ho pred odchodom do školy alebo naopak po príchode zo školy pobolieva hlava, brucho, atď.,
- Dieťa často navštevuje lekára, nečakane sa objaví neospravedlnená absencia,
- Dieťa chodí do školy alebo zo školy obchádzkami, cez prestávky sa vyhýba WC a šatniam, vo voľných chvíľach medzi vyučovaním vyhľadáva blízkosť učiteľov,
- Prichádza domov s potrhávaným oblečením, poškodenými školskými pomôckami alebo aj bez nich,
- Často mu nevychádza vreckové, stráca ho, pýta si ďalšie peniaze,
- Dieťa môže domov prichádzať hladné, aj keď malo v škole desiatu a zaistený obed,
- Nedokáže adekvátne vysvetliť svoje poranenia – monokel, modriny, odreniny, zlomeninu, popáleniny na ruke, ľahký otras mozgu a pod.,
- Vyhráža sa samovraždou alebo sa o ňu pokúsi,
- Stráca chuť k jedlu,
- Je neobvykle a nečakane agresívne, napr. k súrodencom alebo k iným deťom, možno prejavuje zlosť aj voči rodičom.

Je potrebné šikanovanie obmedziť aktívnym prístupom, nie ako pasívny pozorovateľ!



5. Prevencia

Podobne ako pri väčšine nepríjemných situácií, aj pri šikane platí, že je omnoho ľahšie a účinnejšie jej predchádzať, ako neskôr alebo až príliš neskoro šikanu odstraňovať alebo proti nej bojovať. Prevencia šikanovania je na mieste tam, kde k nej doteraz nedochádza, ale aj tam, kde k nej preukázateľne došlo. Cieľom prevencie je zabrániť, aby sa šikanovanie na školách vyskytovalo.

5.1. Prevencia šikanovania

Prevencia šikanovania sa môže zabezpečovať formou súčasti výchovno-vzdelávacieho procesu, vrátane pozitívneho vplyvu osobnosti odborného zamestnanca a pedagogického zamestnanca, a to v rámci každodenného vyučovania, obsahového zamerania a didaktiky predmetov a prierezových tém. Medzi prierezové témy spadá osobný a sociálny rozvoj, multikultúrna výchova, výchova k občianstvu, boj proti extrémizmu, mediálna výchova, ochrana života a zdravia, výchova k manželstvu a rodičovstvu, výchova a vzdelávanie k ľudským právam. Rovnako sa prevencia šikanovania môže zabezpečovať prostredníctvom súťaží, hier, prednášok alebo diskusií organizovaných školou alebo organizovaných inými relevantnými subjektmi.

Školy a školské zariadenia sa usilujú o vytváranie bezpečného prostredia, podporujú solidaritu a toleranciu, podporujú vedomie spolupatričnosti, posilňujú a vytvárajú podmienky pre zapojenie všetkých žiakov do aktivít triedy a školy, uplatňujú spoluprácu medzi deťmi a rozvíjajú ich vzájomný rešpekt.

„Pri realizácii preventívnych činností školy riaditeľ školy, koordinátor prevencie a triedny učiteľ venujú zvýšenú pozornosť efektívnosti týchto činností. Za efektívnu stratégiu v príslušnej oblasti sa nepovažujú jednorazové činnosti, kultúrne podujatia, moralizovanie a zastrasovanie.“ (MINEDU, 2018)

Riaditeľ školy podľa Smernice č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach zodpovedá za systémové aktivity školy v oblasti prevencie šikanovania. Pri príprave a realizácii celoškolskej stratégie najmä vytvára pozitívne prostredie v škole a podporuje prosociálne správanie a vzťahy detí. Určuje v školskom poriadku pravidlá správania sa, vrátane sankcií za ich porušenie a pravidlá používania informačno-komunikačných technológií (mobilných telefónov, tabletov, počítačov a iných komunikačných technológií) v priestoroch školy. Ďalej rozpracúva podrobnosti prevencie a riešenia šikanovania



žiacov vo vnútornom predpise školy. Zabezpečuje v súlade s pracovným poriadkom školy zvýšený dozor pedagogických zamestnancov pred začiatkom vyučovania, cez prestávky, po jeho skončení a v čase mimo vyučovania, najmä v priestoroch, kde k šikanovaniu už došlo alebo by k nemu mohlo dochádzať. Oboznamuje pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov so spôsobom oznamovania šikanovania a preverovania šikanovania. Informuje o postupe pri zistení šikanovania, najmä pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov, rovnako žiakov a zákonných zástupcov žiaka. Ďalej oboznamuje osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa a tiež zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu. Zabezpečuje zverejnenie kontaktných údajov inštitúcií, ktoré sa prevenciou a riešením šikanovania zaoberajú, určuje v pracovnom poriadku školy povinnosť zamestnancov školy oznamovať podozrenie zo šikanovania. Rovnako zabezpečuje vzdelávanie pedagogických zamestnancov v oblasti prevencie šikanovania, vrátane kyberšikanovania, prostredníctvom zvyšovania digitálnej gramotnosti učiteľov. Udržiava spoluprácu s odbornými zamestnancami príslušného centra pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie (ďalej len „centrum“) a ďalšími odbornými pracoviskami poradenských služieb a preventívnych služieb v regióne. A ako posledné, zapája do prevencie šikanovania žiacku školskú radu, radu školy a zriaďovateľa.

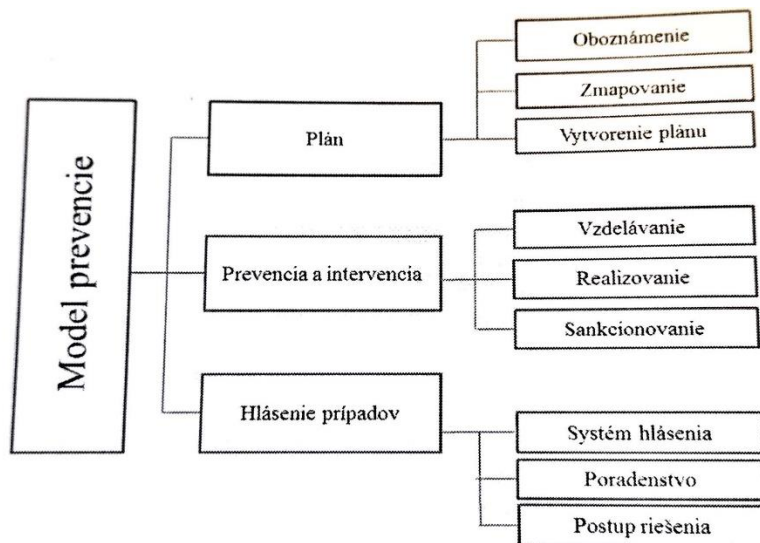
5.2. Prevencia kyberšikanovania

Kyberšikana sa môže zdať niektorým ľuďom zábavná, je potrebné však deťom vysvetliť, že kyberšikana je veľmi vážna a môže mať negatívne následky. Základnou podmienkou prevencie je vytvoriť také školské prostredie, ktoré je charakteristické otvorenými a priateľskými vzťahmi a priaznivou klímou. Jednotlivými krokmi v prevencii môžeme kyberšikanovaniu predísť:

- Zvyšovanie povedomia o nástrahách internetu,
- Priamoúmerné vytváranie zásad prevencie s rozvojom techniky,
- Vypracovanie plánu prevencie kyberšikanovania.

Hlavným cieľom však zostáva zníženie alebo vylúčenie agresívneho a násilného správania, ktoré je do školy implementované prostredníctvom komunikačných technológií.

Trojstuňový model prevencie a intervencie kyberšikanu na školách (Hollá, 2013)



Vypracovanie plánu zahŕňa vytvorenie tímu ľudí, ktorí sa zaoberajú prevenciou šikanovania na školách. Potrebne je:

- oboznámiť sa s kyberšikanou – s formami, prejavmi, dôsledkami tohto sociálno-patologického javu,
- zmapovať výskyt šikanovania a kyberšikanovania v škole – zhromaždiť údaje o výskyte a rozsahu tohto problému na škole zmapovaním cieľových skupín, vrátane učiteľov,
- vytvoriť preventívny a intervenčný program – zhromaždiť prostriedky, metódy a aktivizačné techniky, rovnako aj disciplinárne konania.

Realizácia prevencie a intervenčných techník znamená mať povedomie o kyberšikanovaní. Mnohí žiaci, rodičia a učelia si neuvedomujú nebezpečenstvo spojené s elektronickými médiami. Prevencia a intervencia pozostáva z troch krokov:

- vzdelávanie v problematike kyberšikanu – poskytovanie informácií učiteľom, žiakom, rodičom, ako identifikovať a zastaviť kyberšikanu, formou besied, rodičovských združení, letákov, brožúr, triednických hodín,
- vytvorenie postupov a intervencií formou výcvikov, cvičení, zamerané na základné ľudské hodnoty (úcta k sebe a k druhým, rozvoj empatie, zodpovednosť, čestnosť, spravodlivosť),
- stanovenie sankcií – jasne stanovené pravidlá s využívaním technológií na školách a stanovenie sankcií za porušenie pravidiel v školskom poriadku.



Ohlasovanie prípadov znamená stanoviť postup, v ktorom je možné ohlasovanie šikany a kyberšikany:

- anonymný systém hlásenia – nahlásenie kyberšikany bez strachu z pomsty a odplaty
- poradenstvo a podpora obeti – individuálny prístup poverenej osoby k obeti (poradenstvo, rozhovory, stretnutie sa s rodičmi obete, poskytnúť informácie na formálny postup riešenia kyberšikany),
- formálny postup riešenia kyberšikany

Uvedený model musí byť navrhnutý vzhľadom na reálne možnosti školy a aby reflektoval potreby žiakov a učiteľov. Model prinesie výsledky vtedy, ak sa preventívne a intervenčné modely vykonávajú priebežne a nie bezprostredne po incidente.

Je dobré dodržiavať v domácom aj školskom prostredí niektoré dôležité rady:

- Je potrebné si všímať správanie dieťaťa, keď používa mobil alebo internet. Byť pripravený zachytiť rozrušenie, prípadne poznámky ohľadne nejakých zmien vo vzťahu s priateľmi,
- Premýšľať o tom, kde mladí ľudia používajú počítač,
- Je dobré zabrániť deťom prostredníctvom rodičovskej kontroly, aby nebolo možné navštíviť nevhodné stránky,
- Obetiam kyberšikany odporučiť, aby si uschovali kópie správ a internetových aktivít. Môžu pomôcť pri identifikácii agresora,
- Nie je vhodné nevhodné správanie na internete oplatiť rovnako, odplata môže veci zhoršiť,
- Deti by nemali problémy zo skutočného sveta prenášať do kyberpriestoru, je lepšie vyriešiť problémy osobne,
- Užívatelia Facebooku by nemali prijímať „žiadost’ o priateľstvo“ od človeka, ktorého v skutočnosti nepoznajú,
- Je vhodné podporovať internetovú zodpovednosť, uchovávať úctu a spôsoby správania ako v skutočnom svete,
- Pomôcť mladým ľuďom kontaktovať dôveryhodnú osobu, s ktorou si môžu pohovoriť, ak sa už stanú obeťou kyberšikany,
- Je potrebné ohlásiť akúkoľvek internetovú šikanu na sociálnych sieťach poskytovateľom konkrétnej služby. Ide im predsa o prezentovanie bezpečného prostredia pre ľudské stretávanie,



- Kontaktovanie zodpovednej osoby na škole, pokiaľ sa kyberšikany podieľa iný žiak,
- Pri vážnych vyhrážkach obsahujúce násilie, je potrebné kontaktovať políciu. Uschovať všetky dôkazy a poradiť sa s dôveryhodným dospelým, pretože môže ísť o trestný čin.

6. Riešenie situácie

Príklady praktických metód ako pomôcť šikanovanému dieťaťu v riešení situácie v školskom a domácom prostredí:

- Naučiť dieťa povedať NIE – obeťami šikany sa väčšinou stávajú bojazlivé deti (slovo NIE má význam, pokiaľ znie presvedčivo). Konkrétny nácvik dieťaťa mu pomôže odmietnuť niečo, čo mu je nepríjemné alebo ho uvádza do rozpakov,
- Rozvoj sebadôvery – učiť dieťa myslieť si o sebe pozitívne veci. Je ťažšie šikanovať niekoho, kto si verí. Efektívny je nácvik správania, čo má robiť a ako má reagovať na provokácie útočníkov a pod. (napr. nacvičený krik),
- Nacvičovanie chôdze – dieťa si nacvičuje hrdú chôdzu so vzpriamenou hlavou, s dlhšími krokmi a priamym pohľadom pred seba,
- Vytvorenie tajnej zbrane – dieťaťu môže priniesť pocit moci a schopnosť kontrolovať vlastný život (predstava odvetvy toho, kto mu ubližuje alebo podpichuje).

Vyšetrovanie aj riešenie konkrétneho problému je prvým krokom zvládnutia problému. Druhým je pedagogické riešenie, náprava chýb a prevencia.

6.1. Riešenie šikany

Častou chybou rodičov šikanovaného dieťaťa je, že oslovia priamo agresora alebo jeho rodičov. Môže sa to však obrátiť proti nim. Rodičia by sa mali obrátiť na školu, nakoľko za šikanu v školskom prostredí zodpovedá škola. V škole je potrebné kontaktovať ako prvého triedneho učiteľa, spísať zápis s informáciami, ktoré ste sa dozvedeli od dieťaťa. Učiteľ je povinný oznámenie o podozrení na šikanu prijať a všetko ohlásiť vedeniu školy.

Po oznámení situácie riaditeľ školy alebo ním poverená osoba zostavuje tím zamestnancov školy, ktorý navrhuje a zabezpečuje odborný postup pri riešení šikanovania. Riaditeľ školy alebo ním poverená osoba podľa Smernice č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach pri zisťovaní a preverovaní šikanovania najmä:

- zabezpečí bezodkladnú pomoc obetiam a ochranu obetí,



- zabezpečí dozor v triede, kde sa preveruje šikanovanie,
- vykonáva opatrenia na zabránenie novej krivej výpovede agresora jeho izoláciou počas preverovania šikanovania,
- preveruje šikanovanie bezodkladne v čase, keď agresor nie je ešte dohodnutý na spoločnej výpovedi s obeťou, svedkami alebo inými osobami, ktoré na šikanovanie upozornili,
- zabezpečí, aby obeť nebola konfrontovaná s agresorom,
- zabezpečí zistenie vhodných svedkov a uskutočnenie individuálnych rozhovorov alebo konfrontačných rozhovorov so svedkami,
- uchováva dôkazy pri podozrení na kyberšikanovanie v spolupráci s koordinátorom informatizácie alebo externým expertom,
- kontaktuje vo vzťahu k obeti, agresorovi a svedkovi šikanovania zákonných zástupcov, osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa, zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu a zariadenie sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, v ktorom je žiak umiestnený,
- kontaktuje miestne príslušné centrum,
- zabezpečí použitie anonymnej dotazníkovej metódy,
- vedie písomné záznamy o riešení jednotlivých prípadov šikanovania,
- zabezpečí pri rozhovoroch prítomnosť najmenej dvoch pedagogických zamestnancov alebo odborných zamestnancov,
- ohlasuje príslušným útvarom Policajného zboru podozrenie na spáchanie priestupku alebo trestného činu. ¹⁾

6.2. Riešenie kyberšikany:

Ak už dôjde ku kyberšikanovaniu, dôležité sú tri pravidlá, ktoré treba dieťaťu ozrejmíť:

- STOP – nekomunikovať s agresorom,
- BLOCK – obmedziť agresorovi prístup,
- TALK – oznámiť to dospelým.

Jedinci si rýchlo nájdu iný spôsob šikany a iné prostriedky, ktoré vedia použiť proti svojej obeti. Je takmer nevyhnutné snažiť sa zistiť skutočnú príčinu narušených vzťahov medzi

¹⁾ V prípade podozrenia na spáchanie trestného činu sa uvedené ohlasuje orgánom činným v trestnom konaní, t.j. policajtom alebo prokurátorovi. V prípade podozrenia na spáchanie priestupku sa uvedené ohlasuje príslušnému okresnému úradu.



jedincami, ktoré vedú k šikane alebo kyberšikane. Práve preto, že kyberšikana je jedným zo spôsobov šikany, postupujeme pri zistení alebo podozrení podobne ako v prípade klasickej šikany.

V takom prípade je potrebné:

- Uložiť, vytlačiť alebo uschovať si e-maily, SMS alebo správy od agresora alebo webovej stránky, ktoré agresor vytvoril. Všetko slúži ako dôkazový materiál.
- Skúsiť vypátrať, kto je agresorom (pokiaľ napríklad uvádza svoje osobné údaje na internete).
- Kontaktovať poskytovateľa serveru, z ktorého agresor šikanuje a požiadať ho, aby útočníkovi zamedzil prístup – je dobré doložiť nevhodné správanie dôkazovým materiálom, pokiaľ je k dispozícii.

Pri podozrení, že dieťa šikanuje spolužiak alebo kyberšikana prebieha v priestoroch školy, je potrebné kontaktovať zástupcu školy. V prípade podozrenia trestného činu je potrebné kontaktovať Políciu SR.

7. Opatrenia na riešenie šikanovania

Opatreniami na riešenie šikanovania pre obeť a jej zákonných zástupcov, osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa a zariadenie, v ktorom je obeť umiestnená na základe rozhodnutia súdu sú najmä odporúčanie vyhľadať individuálnu odbornú starostlivosť, zabezpečenie skupinového intervenčného programu v spolupráci s centrom, zaistenie bezpečia obeť a zabezpečenie informovania a poradenstva o šikanovaní pre osoby uvedené v článku 3 ods. 2.

Opatreniami na riešenie šikanovania pre agresora a jeho zákonných zástupcov, osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa a zariadenie, v ktorom je agresor umiestnený na základe rozhodnutia súdu sú najmä odporúčanie zákonným zástupcom agresora vyhľadať odbornú starostlivosť centra, preloženie agresora do inej triedy alebo do inej výchovnej skupiny, ak je agresor schopný stále ohrozovať svoje okolie a uloženie opatrenia vo výchove podľa § 58 ods. 2 a 3 zákona.

Pedagogický zamestnanec alebo odborný zamestnanec je povinný šikanovanie alebo podozrenie zo šikanovania medzi žiakmi bezodkladne riešiť a každej jeho obeť bezodkladne poskytnúť pomoc.



8. Ďalšia spolupráca školy

8.1. Spolupráca školy s orgánmi činnými v trestnom konaní a orgánom sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately

Riaditeľ školy je povinný oznámiť orgánom činným v trestnom konaní podozrenie, že žiak sa dopustil šikanovania, spáchania trestného činu uvedeného v čl. 2 ods. 7 alebo opakovane páchal priestupky uvedené v čl. 2 ods. 8 v súvislosti so šikanovaním.

Riaditeľ školy je povinný orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately oznámiť podozrenie podľa odseku 1, skutočnosti, ktoré ohrozujú obeť, agresora alebo svedkov a opatrenia, ktoré prijal podľa článku 4 alebo článku 5.

8.2. Spolupráca školy so zákonnými zástupcami žiakov, osobami, ktoré sa osobne starajú o dieťa alebo zariadením, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu

Pri podozrení na šikanovanie žiaka spolupracujú riaditeľ školy, koordinátor prevencie, výchovný poradca, ďalší pedagogickí zamestnanci a odborní zamestnanci s rodinou obete a s rodinou agresora.

Pedagogickí zamestnanci a odborní zamestnanci dbajú pri rozhovore so zákonným zástupcom obete, agresora alebo svedka najmä na zachovanie dôvernosti informácií.

Riaditeľ školy môže odporučiť zákonným zástupcom agresora a osobám, ktoré sa osobne starajú o dieťa alebo zariadeniu, v ktorom je umiestnený na základe rozhodnutia súdu, umiestniť agresora na dobrovoľný diagnostický pobyt do diagnostického centra alebo do liečebno-výchovného sanatória.

O úkonoch podľa tohto článku osoba poverená riaditeľom školy vyhotovuje zápis, z ktorého po jednom vyhotovení poskytne každej zo zúčastnených osôb.

Záver

Šikanovanie je závažný problém, nie je možné vyriešiť ho niekoľkými odporúčaniami. Neexistuje jednoduché riešenie ani hotové návody. CPPPaP vám môže poskytnúť odborné metodické a informačné materiály ohľadne nežiaducich prejavov správania (šikanovanie, vyčleňovanie z kolektívu). Môžeme realizovať v rámci školy, prípadne ponúknuť pomoc



s programami na vzťahy a prácu s triedou. Náročná tvorba výchovného systému je však v rukách a pôsobnosti pedagógov a odborných zamestnancov priamo na školách v úzkej spolupráci s rodinou, aj študentmi.

Zoznam literatúry

1. BENDL, S. 2003. *Prevenca a řešení šikany ve škole*. Praha: ISV, 2003. 198 s. ISBN 80-86642-08-9.
2. HOLLÁ, K. 2013. *Kyberšikana*. Bratislava: IRIS, 2013. 111 s. ISBN 978-80-8153-011-1.
3. KOLÁŘ, M. 1997. *Skrytý svět šikanování ve školách – Příčiny, diagnostika a praktická pomoc*. Praha: Portál, 1997. 128 s. ISBN 80-7178-123-1.
4. KOLÁŘ, M. 2001. *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2001. 256 s. ISBN 80-7367-014-3.
5. KOLÁŘ, M. 2011. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. 336 s. ISBN 978-80-7367-871-5.
6. KYRIACOU, Ch. 2005. *Řešení výchovných problémů ve škole*. Praha: Portál, 2005. 151 s. ISBN 80-7178-945-3.
7. LOVASOVÁ, L. 2006. *Šikana*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. 28 s. ISBN 80-86991-65-2.
8. MINEDU. *Smernica č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach*. Bratislava, 2018. 9 s.
9. ROGERS, V. 2011. *Kyberšikana*. Praha: Portál, 2011. 104 s. ISBN 978-80-7367-984-2.
10. ŘÍČAN, P. 1995. *Agresivita a šikana mezi dětmi – Jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál, 1995. 95 s. ISBN 80-7178-049-9.
11. ŠTURMA, J. 2001. *Šikanování a šikanování jako pedagogický problém*. Hradec Králové: LÍP, 2001. 24 s. ISBN 80-902289-8-X.
12. VÁGNEROVÁ, K. a kol. 2009. *Minimalizace šikany – Praktické rady pro rodiče*. Praha: Portál, 2009. 152 s. ISBN 978-80-7367-611-7.