



Centrum prevence v Brně

ŠIKANA



Osnova:

- Co je to šikana?
- Kdo se účastní šikany?
- Jak šikanu řešit a kam se obracet o pomoc?
- Jak šikaně předcházet?
- Odkazy na další informace a pomoc





Co je šikana?

Psychické nebo **fyzické ubližování** jedinci nebo skupině, které se **opakuje, je záměrné** a děje se **v přesile** (početní, fyzické, věkové...). Cílem je ublížit, ohrozit, zastrašovat či ponižovat jiného člověka/skupinu lidí.

Co NENÍ šikana? Škádlení (pro obě strany legrace, nikomu neubližuje) a jednorázová agrese (např., když se pohádají a poperou 2 přibližně stejně silní žáci).

Šikanu může zažít kdokoliv v jakémkoliv věku. Často se časem zhoršuje a začne být krutější. **Nikdo ale nemá právo druhým ubližovat, a to žádným způsobem!**



Kdo se účastní šikany?

AGRESOR

- **Kdo jím může být?** Kdokoli (chlapec, dívka, silný, slabý, chytrý, problémový pětkář i premiant, kterého mají učitelé rádi)
- **Proč to dělá?** Např.: Trpí komplexy, má problémy v rodině a vybíjí si je na oběti, chce si vytvořit silné postavení ve skupině, někomu něco závidí, sám byl v minulosti obětí šikany, nudí se aj.

OBĚŤ

- **Kdo se stává obětí?** Často jedinec nějak odlišný, např. vzhledem, rasově, náboženským vyznáním, je tichý, plachý, nový žák apod.
- **Jak oběť poznám?** Mívá odřeniny, modřiny, potrhané, špinavé oblečení, změní se v chování, uzavře se, je tichý, nechce se mu mluvit, chodit ven a už vůbec ne do školy (často se vymlouvá, aby do školy nemusel), bojí se podívat do očí, vyhýbá se. Změna ale může být i opačná – začne být agresivní.

SVĚDCI, PŘIHLÍŽEJÍCÍ

- **Kdo to je?** Každý, kdo se na to dívá, ví o tom (např. spolužáci). Jeho povinností je oznámit dospělému, co se děje a tím tak pomoci šikanu zastavit. Neoznámení = nezabránění trestnému činu, napomáhání, neposkytnutí pomoci. Oznamování není žalování, ale pomoc!



Jak šikanu řešit?

OBĚŤ

- Nejdůležitější je o tom někomu říct, nebýt na to sám, svěřit se nejlépe někomu dospělému (rodiči, učiteli), kamarádovi, zavolat na linku bezpečí...

RODIČ

- Ať už rodič oběti, nebo rodič agresora, jde o skutečně velmi těžkou situaci pro rodiče. Je třeba obrátit se na odbornou pomoc, poradit se ve škole s učitelem, zavolat na linku bezpečí, dětskému psychologovi, středisko výchovné péče nebo poradnu (kontakty níže). Řešení šikany vyžaduje čas, trpělivost a spolupráci více stran

Kam se obracet:	Telefon:	Email:	Webová stránka:
Centrum prevence v Brně	770 110 884	prevence@podaneruce.cz	https://podaneruce.cz/centra-sluzby/primarni-prevence/
Linka bezpečí	116 111 (nonstop, zdarma) 606 021 021 (rodičovská linka)	pomoc@linkabezpeci.cz pomoc@rodicovskalinka.cz	https://www.linkabezpeci.cz/
Pedagogicko-psychologická poradna Brno Sládkova	548 526 802 723 252 765	sladkova@pppbrno.cz	http://www.poradenskecentrum.cz/
Minimalizacesikany.cz	116 000 (nonstop zdarma) 840 111 234 (rodičovská linka)	http://www.minimalizacesikany.cz/poradna	http://www.minimalizacesikany.cz/

Jak při řešení šikany postupovat v rámci školy?



FÁZE:

1. **PRVOTNÍ INFORMACE** – vytěžit maximum informací od informátora. Vše si zapisují. Potřebují zjistit CO, KDY, KDE, JAK ČASTO, KDO, KOMU, JAKÝM ZPŮSOBEM se děje (a to co nejkonkrétněji)
2. **ROZHOVOR S OBĚTÍ**
3. **VYTIPOVÁNÍ VHODNÝCH SVĚDŮ** a **ROZHOVORY SE SVĚDKY (Ize i s každým žákem třídy)**
4. **OCHRANA OBĚTI** (zvýšené dozory, zůstane doma do vyřešení...)
5. **ROZHOVOR S AGRESOREM** (už znám pravdu, je na něm, jak se k věci postaví. Informování, co se bude dít dál, odsouzení chování, ne jeho jako člověka – další šance, podpora).
6. **VÝCHOVNÁ KOMISE** a **sdělování výsledků rodiči agresora**
7. **ROZHOVOR S RODIČI OBĚTI** (nesmím sdělit viníky, sděluji pouze vyřešení a co bude dál)
8. Následná **PRÁCE SE TŘÍDOU** (nový start, aktivity, pravidla)

Více na MŠMT zde: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

Pokud si učitel není jistý, může se obrátit na naše Centrum prevence, ped. psych. poradnu, policii.



ŠKOLA, UČITEL: Jak předcházet?

- Nastavit ve třídě pravidla.
- **Mluvit s žáky o vztazích**, pravidelně se jich ptát, jak se mají a cítí v kolektivu, podporovat pozitivní **klima**.
- Pokud se žák chce s něčím svěřit, neodbyť ho, ale **vyslechnout** ho, **nebagatelizovat** jeho problém.
- **Chválit před všemi, trestat samostatně**. Vyvarovat se kolektivnímu trestání.
- Pozorovat, co se ve třídě děje.
- Vytipovat riziková místa ve škole.
- Pracovat s potencionálními oběťmi a tlumit agresivní sklony možných agresorů.
- Spolupracovat s rodiči, informovat se vzájemně s kolegy.





RODIČE: Jak předcházet?

- Vést své děti k **toleranci k ostatním, zejména k odlišnostem**. Učit je, že nemusí být s každým kamarád, ale nesmí nikomu ubližovat.
- Podporovat **zdravé sebevědomí** svého dítěte, přijetí sebe sama.
- **Chválit a oceňovat** jej i za maličkosti x **trestat spravedlivě**, za konkrétní čin, srozumitelně a bez odkladu.
- Najít si čas a mluvit se svým dítětem, zajímat se o jeho pocity, myšlenky, názory a neodsuzovat jej za ně.

Více k tomu na našich stránkách „Jak komunikovat s dítětem“: <https://podaneruce.cz/centra-sluzby/primarni-prevence/#1604444884786-eafc2d05-90ba>





Kde se dočíst další informace?

- <http://www.minimalizacesikany.cz/chci-se-dozvedet/informace-o-sikane/192-co-je-to-sikana>
- <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>
- <https://www.stop-sikane.cz/co-je-sikana/>
- <https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>
- <https://www.linkabezpeci.cz/poradna/ublizovani,-zneuzivani,-sikana/sikana/>
- <https://www.zachranny-kruh.cz/pro-verejnost/kriminalita-rizikove-chovani/sikana-a-nasili/co-je-to-sikana.html>



Centrum prevence v Brně

Adresa: Hapalova 22, Brno 621 00

E-mail: prevence@podaneruce.cz

Mobil: 773 789 708



centrum_prevence_v_brne



Centrum prevence v Brně