



## Školní program proti šikanování

Příloha č. 3 Preventivního programu školy

zpracovaná podle Metodického pokynu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k řešení  
šikanování ve školách a školských zařízeních (č. j. MŠMT- 22294/2013-1)



Zpracovala: Mgr. Regina Valentíková, školní metodička prevence

Schválila: Mgr. Martina Michalíková, ředitelka školy

## Obsah

1. Úvod.....	3
2. Cíl programu .....	3
3. Odpovědnost za plnění programu .....	3
4. Co je a co není šikana.....	3
5. Znaký šikany .....	4
6. Stadia šikany .....	5
7. Prevence šikany.....	6
8. Aktivity školy v prevenci proti šikaně .....	8
9. Šikana zaměřená na učitele .....	8
10. Kyberšikana.....	9
11. Krizový plán.....	10
12. Výchovná opatření .....	11
13. Postup při řešení šikany zaměřené na učitele.....	12
14. Použitá literatura, webové stránky .....	12
15. Kontakty.....	12

## 1. Úvod

Školní program proti šikanování vychází z Metodického pokynu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení (č. j. MŠMT- 22294/2013-1) a je součástí Preventivního programu školy. Je vypracován v souladu s platným zněním Školního řádu Střední školy, základní školy a mateřské školy pro sluchově postižené, Olomouc, Kosmonautů 4.

## 2. Cíl programu

Cílem programu je:

- vytvoření bezpečného a spolupracujícího prostředí ve škole,
- podpora komunikace mezi žáky navzájem, mezi žákem, zaměstnanci školy a dalšími účastníky vzdělávání,
- rozvoj pozitivních vztahů ve škole,
- upevňování základních pravidel slušného chování.

## 3. Odpovědnost za plnění programu

Na tvorbě i realizaci programu se podílejí především všichni pedagogičtí pracovníci včetně všech zaměstnanců školy. Jeho koordinace je v kompetenci školního metodika prevence (též ŠMP). Za realizaci odpovídá ředitelka školy.

## 4. Co je a co není šikana

### Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy

„Šikana je agresivní chování ze strany žáka/žáků vůči žákovi nebo skupině žáků či učiteli, které se často opakuje (nikoli nutně) a je založeno na vědomé, záměrné, úmyslné a obvykle skryté snaze ublížit fyzicky, emocionálně, sociálně a/nebo v případě šikany učitele také profesionálně. Šikana je dále charakteristická nepoměrem sil, bezmocností oběti, nepříjemností útoku pro oběť a samoúčelností agrese.“

### Základní formy šikany:

- fyzická šikana: bití, vydírání, loupeže, poškozování věcí, sexuální násilí,
- psychická šikana: nadávky, pomluvy, vyhrožování, zesměšňování,
- další způsoby ubližování: krádeže, ničení a manipulace s věcmi jiného žáka bez jeho vědomí a souhlasu, násilné a manipulativní příkazy, ignorance žáka.

## **Šikana je každé chování, které splňuje tyto znaky:**

- je cílené vůči jedinci nebo skupině,
- je obvykle opakované, často dlouhodobé,
- má záměr oběť ohrozit, ponížit či zastrašit,
- oběť se neumí bránit a dlouhodobě trpí.

## **Šikana není:**

- jednorázová rvačka,
- nevhodný vtip,
- náhlý, neopakující se konflikt mezi žáky.

## **5. Znaky šikany**

### **Nepřímé znaky, které by nás měly upozornit, že něco není v pořádku:**

#### Jedinec (jedinci)

- je o přestávkách osamoceny, ostatní se s ním nebaví, nemá kamarády, vyhýbá se kontaktu s vrstevníky (izolace),
- do týmu (družstva) bývá volen mezi posledními,
- o přestávkách vyhledává blízkost učitele,
- je ve svém projevu před třídou nejistý, bojí se,
- je smutný, má blízko k pláči, stává se uzavřeným,
- má poškozené, zničené, rozházené věci,
- má roztrhaný, zašpiněný oděv,
- chybí mu věci (pomůcky, svačina, ...), stále něco hledá,
- odmítá nebo neumí vysvětlit poškození či ztrátu svých věcí, jeho výmluvy jsou nepravděpodobné,
- pravidelnou cestu do školy a ze školy mění,
- vyhledává důvody k absenci ve škole,
- má modřiny, odřeniny, škrábance, řezné rány, které nedovede vysvětlit,
- trpí na somatizace (bolení břicha, hlavy, ...),
- reaguje agresivními výbuchy,
- prospěch žáka se nevysvětlitelně a rychle zhoršuje.

#### **Mezi přímé znaky šikanování patří:**

- posměšné přezdívky, poznámky na adresu žáka, nadávky, ponižování,
- nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžité dary, aby za agresory platil,
- žák se podřizuje panovačným příkazům,

- na jedince je vyvíjen nátlak, aby se účastnil nemorálních až trestných činů,
- strkání, rány, kopání, které oběť nevrací,
- rvačky, v nichž je jeden z účastníků slabší,
- jakékoliv chování šikanované osoby je vnímáno negativně, není přijímána, za všechno negativní „může“.

## **6. Stadia šikany**

### **Školní šikanování má svůj zákonitý vnitřní vývoj:**

#### **První stadium: Zrod ostrakismu**

První stadium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený nebo nevlivný, na jehož úkor se dělají „legrácky“. 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, což může být i školou vytvářené konkurenční prostředí, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci se na nich odreagovávají, kompenzují si vlastní 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 jemná fyzická agrese. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace.

#### **Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra**

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé šikany začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii dané skupiny nejnižší, tedy ti „slabí“.

#### **Čtvrté stadium: Většina přijímá normy**

Normy agresorů jsou přijaty většinou dané skupiny a stanou se nepsaným zákonem. V této fázi je obrovský tlak agresora na oběť a málokdo se mu dokáže postavit. Platí: „Buď jsi s námi, nebo proti nám“. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě. Aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

## **Páté stádium: 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 se vzájemně chovají jako „otrokáři“ a „otroci“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná. Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání para struktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly.

## **7. Prevence šikany**

**Každý pedagog je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy.**

**Je povinen zejména:**

- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi dětmi,
- udržovat ovzduší důvěry mezi dětmi a pedagogy,
- v kritických situacích dát jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat,
- nebýt lhostejný k projevům agresivity,
- vést žáky k jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince,
- informovat děti i rodiče, na koho se obrátit při problémech: třídní učitel, metodik prevence, výchovný poradce (též VP), schránka důvěry, vedení školy.

**V rámci prevence každý pedagogický pracovník:**

- vychovává k toleranci a solidaritě,
- provádí nácvik komunikačních a sociálních dovedností,
- podporuje vědomí sounáležitosti,
- vytváří podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy,
- podporuje vzájemnou spolupráci mezi dětmi,
- vede k vzájemnému respektu.

Je důležité věnovat dostatek času prevenci na prvním stupni ZŠ. Učitel je pro žáky vzorem, tráví s dětmi dostatek času. V tomto věku lze nastavit pravidla nejlépe.

**Ředitelka školy:**

- ve školním řádu jasně stanovuje pravidla chování včetně sankcí za jejich porušení,
- zajišťuje v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky ve škole i při školních akcích,
- zajišťuje vzdělávání pracovníků v oblasti šikanování,

- spolupracuje se ŠMP a třídním učitelem, resp. učitelem, při řešení krizových situací,
- má odpovědnost za zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví svých zaměstnanců, za prevenci šikany zaměřené na učitele,
- zajišťuje vydání a aktualizaci plánů a programů zaměřených proti šikanování.

### **Školní metodik prevence:**

- koordinuje Školní plán proti šikanování, zajišťuje seznámení s obsahem všemi pedagogickými pracovníky školy,
- spolupracuje s třídním učitelem a vedením školy při řešení krizových situací,
- spolupracuje s oblastní metodičkou prevence, zdravotnickými zařízeními nebo psychology, Policií ČR, orgány sociálně právní ochrany dětí a mládeže atd.,
- podílí se na školních aktivitách v rámci prevence šikany.

### **Třídní učitelé:**

- na začátku školního roku informují žáky i rodiče o tom, na koho se mají obrátit při problémech ve škole (třídní učitel, školní metodik prevence, výchovný poradce, vedení školy, schránka důvěry), ale i mimo školu,
- řeší okamžitě projevy rizikového chování ve spolupráci s výchovným poradcem a školním metodikem prevence,
- v průběhu školního roku diskutují se žáky o slušném chování i pozitivních mezilidských vztazích,
- zajišťují realizaci třídnických hodin, které by měly žákům poskytnout bezpečný prostor k reflexi vlastní zkušenosti ve škole (diskuze o spokojenosti ve škole, vztazích ve škole a třídě, přístupu k učení, efektivní řešení konfliktní situace atd.).

### **Nepedagogičtí pracovníci:**

- oznamují vedení školy jakýkoli náznak šikanování mezi žáky,
- v rámci svých možností zabrání dalšímu průběhu šikanování, případně přivolají pomoc.

### **Zákonní zástupci žáka/ žákyně:**

- v případě podezření na šikanu týkající se nejen jejich dítěte, ale i ostatních spolužáků, informují třídního učitele nebo jiného pedagoga, školního metodika prevence, výchovného poradce nebo přímo vedení školy,
- spolupracují se školou při řešení problému,
- spolupracují s PPP či jinými odbornými pracovišti v případě problémů.

## 8. Aktivity školy v prevenci proti šikaně

- průběžná výchovně-vzdělávací práce všech pedagogů,
- spolupráce ŠMP nebo VP s učiteli a třídním kolektivem,
- školní výlety, exkurze, lyžařské kurzy apod. (mají za úkol podporovat soudržnost třídního kolektivu),
- třídnické hodiny, kdy se třídní učitel zaměřuje na rozvíjení pozitivních vztahů (V rámci třídnických hodin je důležité vytvořit bezpečné prostředí. V průběhu těchto hodin jsou žáci seznamováni s tím, co je a není šikana, je jim vysvětlován rozdíl mezi žalováním a prosbou o pomoc. Jsou u nich rozvíjeny dovednosti jako zastání se oběti, způsob vyhledání pomoci. Třídní učitel diagnostikuje a léčí počáteční šikanování. Kdykoliv může požádat o spolupráci a pomoc školního metodika prevence.),
- projektové dny,
- informační letáky, doporučená literatura a kontaktní adresy na webových stránkách školy, na nástěnkách školního metodika prevence,
- poradenské služby výchovného poradce a školního metodika prevence,
- pravidla chování ve školním řádu školy.

## 9. Šikana zaměřená na učitele

Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků musí být chápána jako celostní problém, který se týká všech členů školy. Nesmí být tedy považována za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k narušení jasně definovaných rolí (učitel x žák) a žák se dostane do vyšší pozice než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele. Nejčastěji se odehrává ve škole, nicméně se může odehrávat i mimo školu – na veřejnosti, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru. Pedagog může vnímat situaci, kdy je šikanován žáky jako stigma a pociťuje stud a selhání, což mu často brání vyhledat pomoc u kolegů nebo vedení školy. Řešení celé situace nenapomáhá ani obecně zažitý mylný názor, že vysoce zkušený a kompetentní pedagogové problém s udržováním kontroly ve třídě nemají.

### Prevence šikany zaměřené na učitele:

- celoškolský přístup: dobré sociální klima, uvědomění si možného rizika výskytu šikany učitele ve škole, otevřené odmítání takového chování, trvalá pozornost věnovaná sebemenším náznakům, schopnost být nápomocen kolegovi,
- ředitelka školy: usiluje o dobré klima školy, dbá, aby každý pedagog měl v kolektivu minimálně jednoho blízkého kolegu, vyjadřuje pedagogům podporu, oceňuje jejich práci,



podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a napříč celou školou, vede vedoucí zaměstnance k pozornosti a řešení případných náznaků rizikového chování, je nápomocna, popř. sama okolnosti řeší, zajišťuje odpovídající osvětu a dokumentaci,

- dokumentace: jasně stanovený postup ve škole, jak a komu mají pedagogové oznámení o šikaně podat a jak s tím bude nakládáno (viz **Krizové plány školy**),
- pedagog sám nastavuje a uplatňuje jasná pravidla chování ve třídě: na konflikty reaguje včas, vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontaci ze strany žáka před celou třídou, usměrňuje řešení na individuální komunikaci,
- pedagog posiluje zapojení žáků do výuky: dává jim na výběr, činí výuku pro žáky zajímavou, očekává úspěch od všech žáků, staví na silných stránkách žáka, neponižuje a nezesměšňuje žáka, při hodnocení žáka zachovává jeho důstojnost,
- pedagog je trvale všímavý: všímá si změn v náladě, emocích a v chování žáků, na všechny a včas reaguje,
- řešení: problémy neřeší jedinec sám, ale dle jeho rozhodnutí ve spolupráci s pedagogy, ŠMP, VP, ředitelkou školy a s ostatními členy vedení školy.

## 10. Kyberšikana

Jednou z nejčastějších forem šikany je elektronická šikana. Jedná se o šikanování jiné osoby s využitím internetu, mobilních telefonů či jiných informačních a komunikačních technologií. Je to druh psychické šikany, pro kterou je typické ubližování, ztrapňování, obtěžování, ohrožování, zastrasování apod. Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana mnohem větší dosah a komplikovanější způsoby řešení, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Kyberšikana se mnohdy prolíná s tradiční šikanou.

**Škola se musí kyberšikanou zabývat vždy, když se o ní dozví. Vede účastníky vzdělávání k otevřenosti a včasnému informování dospělých o náznacích kyberšikany či již probíhající kyberšikaně.**

### Nejčastěji se jedná o:

- zasílání urážlivých, zastrasujících, zesměšňujících nebo jinak ztrapňujících zpráv či pomluv,
- pořizování ponižujících zvukových záznamů, videí či fotografií, jejich upravování a zveřejňování,
- zakládání falešných profilů na jméno žáka nebo učitele s dehonestujícím obsahem,
- zneužívání cizího účtu (e-mailového, diskusního apod.),
- vydírání pomocí mobilního telefonu nebo internetu,
- obtěžování a pronásledování voláním, psaním zpráv nebo prozváněním.

### **Specifické znaky kyberšikany:**

- útočníci jsou anonymní – většinou pod přezdívkou („nickem“), svou identitu mohou měnit, proto má agresor větší odvalu a používá drsnější metody,
- útočníkem může být každý, kdo má potřebné znalosti ICT, i fyzicky slabý jedinec,
- agresori často ve skutečném životě nemají kamarády,
- šikana může probíhat kdykoliv a kdekoliv,
- ve virtuálním světě se lidé chovají jinak než ve skutečnosti, lžou o své osobě, jsou méně opatrní (sdělují o sobě informace); oběť si může agresor vybrat náhodně,
- při kyberšikaně se dají pořízené záznamy posílat dál, vzniká tak početné publikum,
- někdy může být kyberšikana také neúmyslná, autor si neuvědomí dopad svého vyjádření, žertu.

### **Jak snížit riziko kyberšikany:**

- dobře si rozmyslíme, co odesíláme a komu,
- nesdělujeme své heslo, citlivé údaje a obrázky,
- nikdy nikomu neznámému nesdělujeme své osobní údaje,
- seznámíme se s pravidly chatu či diskuse, ať víme, co je zakázáno dělat,
- seznámíme se s riziky, která souvisejí s elektronickou komunikací.

## **11. Krizový plán**

### **Postup při řešení šikany nebo podezření na šikanu:**

- informovat třídního učitele, školního metodika prevence a vedení školy, dohodnout další postup, je třeba postupovat velmi uvážlivě a citlivě, každý případ je jiný, dodržovat diskrétnost a respektovat důvěrnost informací, neřešit před kolektivem,
- zorientovat se v situaci, provést orientační šetření (školní metodik prevence ve spolupráci s třídním učitelem a ředitelkou školy),
- zvážit, zda požádat o spolupráci oblastního metodika prevence, požádat o pomoc P-centrum, zda přivolat Policii ČR apod.,
- postupovat v souladu s Metodickým pokynem MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení.

**Podrobný postup při řešení šikany je pečlivě zpracován v Krizovém plánu školy na rok 2022-2023.**

## 12. Výchovná opatření

Je potřeba trvale a systematicky pracovat s agresorem (mapovat jeho náhled na vlastní chování, motivy, rodinné prostředí atd.). V případě potřeby mu poskytnout informace o možnostech pomoci péče pedagogicko-psychologické poradny, P-centra nebo jiných odborníků – klinických psychoterapeutů nebo psychiatrů.

### Ochrana a podpora oběti

Je zapotřebí zaměřit se na pěstování odolnosti vůči násilí, nácvik sociálních dovedností, posilování sebedůvěry. Dále je nutné nalézt kamarády oběti, kteří nejsou napojeni na agresora. Neméně důležité je pak povzbuzování a oceňování oběti ve škole. V případě potřeby je nutné oběti poskytnout informace o možnostech odborné pomoci.

Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina). Další práce se třídou je v kompetenci třídního učitele, školního metodika prevence nebo výchovného poradce, případně jiných odborníků.

**Je třeba si uvědomit, že naším cílem není potrestat viníky, ale především zajistit nápravu a zlepšení vztahů ve třídě, pomoci všem zúčastněným.**

### Práce s rodinou

Při jednání s rodiči je nutný taktický přístup a zejména zachování důvěrnosti informací. Je nutné počítat s odporem, obviňováním, zbavováním se zodpovědnosti. Snažíme se proto získat rodinu pro spolupráci, oceňovat, nehodnotit, neobviňovat.

### Pro potrestání agresorů lze užít následující výchovná opatření:

- napomenutí a důtka třídního učitele,
- důtka ředitele školy,
- snížený stupeň z chování,
- v neposlední řadě převedení do jiné třídy.

### V mimořádných situacích je možnost užít i jiná opatření:

- ředitel školy může rodičům doporučit u žáka (iniciátor šikany ve třídě) dobrovolný pobyt v dětském diagnostickém ústavu,
- ředitel školy podá návrh orgánu sociálně-právní ochrany dětí k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu.

## 13. Postup při řešení šikany zaměřené na učitele

Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáka je v dané situaci v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by vyhledat pomoc ostatních. Škola nesmí očekávat a vyžadovat, aby takovou situaci pedagog řešil sám.

**Podrobný postup při řešení šikany zaměřené na pedagoga je pečlivě zpracován v Krizovém plánu školy na rok 2022-2023.**

## 14. Použitá literatura, webové stránky

Kolář, M. 2011. Nová cesta k léčbě šikany. Portál. Praha. p. 336. ISBN: 978-80-7367-871-5.

Veselá, M. Aplikace metodického pokynu k šikanování do praxe škol.

Řízení školy 6/2009, str. 18-21.

Krejčí, V. (2010). Kyberšikana – kybernetická šikana.

### Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany

- Společenství proti šikaně, dostupné z: [www.sikana.org](http://www.sikana.org),
- E-Nebezpečí pro učitele, dostupné z: [www.e-nebezpeci.cz](http://www.e-nebezpeci.cz),
- Národní centrum bezpečnějšího internetu, dostupné z: [www.ncbi.cz](http://www.ncbi.cz).

## 15. Kontakty

- Sdružení Linka bezpečí (116 111), [www.linkabezpeci.cz](http://www.linkabezpeci.cz),
- Poradna webu Minimalizace šikany, [www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz),
- Internet poradna, [www.internetporadna.cz](http://www.internetporadna.cz),
- Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu, [www.Horka-linka.cz](http://www.Horka-linka.cz),
- Poradna E-Bezpečí – poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na internetu, [www.napisnam.cz](http://www.napisnam.cz).

Olomouc 6. 9. 2021

Mgr. Martina Michalíková  
ředitelka školy

Mgr. Regina Valentíková  
školní metodička prevence