

## **Příznaky šikany:**

- 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.
- Nechut' 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 objevují 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 kradе peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- 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.

**Přímé znaky šikanování mohou být například:**

- **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. Šikanovaná osoba je často kritizována, objevují se 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, nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich, honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvláště silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.**

### **Minitest pro rodiče**

#### **Agresor – oběť?**

Tyto dva póly jednoho problému se výrazně liší. Zkuste si udělat náš minitest. Nevyhýbejte se žádné odpovědi a buďte k sobě i k svému dítěti spravedliví. Neplatí, že obětí se stávají jen některé děti. Naopak, obětí se může stát každé dítě, normálně vyvinuté, klidné, přemýšlivé, snaživé, fyzicky přiměřeně vyspělé. Stejně tak neomlouvejte a nepřehlížejte projevy, které mohou vést k tomu, že se z vašeho dítěte stane agresor. Uvedené znaky nechápejte tak, že se jejich nositel automaticky stane agresorem nebo obětí. Jsou však významným signálem, který při vhodných podmínkách a odpovídající situaci, může dostat vaše dítě do role agresora nebo oběti.

## Agresor

a/ dítě /ano – ne/

- je zlomyslné
- je impulsivní, nepřiměřeně podrážděné
- často je náladové
- bývá nevraživé, sprosté
- časté jsou u něho projevy zuřivosti, vzteku
- vyžaduje obdiv, chce být středem pozornosti
- má velikášské tendence
- doma i ve škole má časté kázeňské problémy
- je závistivé
- těžko se přizpůsobuje
- nerado přijímá společenské normy
- je hrubé, surové
- má sklony bezdůvodně ničit věci
- je u něj narušen vztah k autoritě
- dává často najevo svou sílu, fyzickou i psychickou převahu
- mezi dětmi se bezohledně prosazuje
- rád zdůrazňuje své přednosti
- touží být mocné
- rádo ovládá druhé, často poroučí
- rádo veřejně ponižuje druhé
- je kruté ke zvířatům
- je kruté k jiným dětem
- často vyvolává rvačky
- má sklony okrádat mladší a slabší
- vyhledává činnosti spojené s rizikem
- zapojuje se skupin, kde vládne násilí a jsou častější sklony k trestné činnosti
- dělá rádo věci, které druhým vadí
- rádo vyhledává v televizi a filmu násilí
- toto násilí prožívá se zaujetím
- těžko vyjadřuje své city
- těžko se vžívá do pocitů druhých
- na kritiku reaguje nepřiměřeně
- má sklony násilně řešit konflikty
- fyzicky napadá druhé, i když nejde o sebeobranu
- využívá druhých pro své cíle

b/ rodina /ano – ne/

- projevuje se ve vaší rodině agresivita, brutalita
- je vůči dítěti uplatňován náročný přístup /vojenský dril, bez potřebné míry lásky/
- prosazují dospělí členové rodiny svoji moc autoritativně
- projevují se v rodině sadistické tendence
- je dítě v rodině často fyzicky napadáno některým členem rodiny /otcem, matkou, sourozenci, nevlastním otcem apod./

- dítě je v rodině ponižováno
- je některým členem rodiny nenáviděno pro jeho zdravotní postižení, tělesný handicap apod.
- používáte často tělesné tresty
- používáte často nadávky
- ponižujete a zesměšňujete dítě
- zacházíte krutě s dítětem
- dochází často ke konfliktům mezi otcem a dítětem, které končí fyzickým potrestáním
- otec omezuje autonomii dítěte
- otec je k dítěti odměřený, bez potřebné dávky citu a lásky
- matka často používá tělesné tresty
- dává v rodině někdo najevo zklamání z narození dítěte

Pokud jste byli k sobě, k dítěti i situaci v rodině spravedliví, pak jste vytvořili určitý obrázek toho, zda vaše dítě může či nemůže se stát agresorem. Pokud v odpovědích převažuje ANO, pak byste neměli otálet a pokusit se změnit vše, co se změnit dá. Jistě vám i v tomto případě mohou pomoci odborníci ve Středisku výchovné péče či v Pedagogicko-psychologické poradně. Na závěr této části jedna rada. Dokážete-li zastavit agresi v dětském věku, máte naději, že snížíte nebo zastavíte riziko kriminalizace v dospělosti. Bude-li tomu naopak, dítě zjistí, že krutost se vyplácí, je-li nepotrestána, jeho brutalita a agresivita poroste.

#### **Obět' – týrané dítě /ano – ne/**

- dítě dává najevo své přednosti výrazně, často i nevhodně
- viditelně zvýrazňuje svůj vřelý vztah k některému učiteli
- odlišuje se výrazně od třídy svou inteligencí /kladně i záporně/
- výrazně se odlišuje svými projevy
- snaží se vetřít do přízně silnějších
- obléká se jinak než ostatní
- je výrazně obézní
- je tělesně neobratné
- má tělesný handicap nebo vzhledovou vadu
- těžko snáší fyzický střet
- není schopno se ubránit před případným napadením
- má obavy z měření sil
- vyhýbá se tvrdším sportům /hokej, kopaná apod./
- podceňuje své schopnosti, výkony
- je nešikovné
- nedokáže se vzepřít ústrkům
- nedokáže přijmout běžné škádlení či postrkování
- je viditelně bojácné
- je plaché
- je výrazně citlivé
- mezi vrstevníky se projevuje nevýrazně
- těžko se projevuje
- těžko navazuje kontakt s vrstevníky
- nemá kamarády, je osamělé
- má nízké sebevědomí

- je zamklé, neprůbojné
- nesnáší posměch
- často pociťuje zahanbení
- není schopné vzbudit sympatie dětí i dospělých
- nedokáže poskytnout citovou odezvu
- je příliš sebekritické
- snadno propadne panice a malomyslnosti
- se svými pocity se těžko svěřuje i svým rodičům

Převažuje u vašeho dítěte ANO nebo NE? V případě, že převažuje ANO, je nutné vyhledat pomoc, protože sami situaci asi těžko zvládnete. Nečekejte a začnete, dokud je čas. Šikana se v prvních stádiích většinou těžko pozná, ale stopy, které zanechá na dítěti, bývají hluboké a často i trvalé. Změnit zjištěný stav v případě převažujících ANO je nutné v zájmu vašeho dítěte. Obráťte se proto na Pedagogicko-psychologickou poradnu, pomohou vám i pracovníci Střediska výchovné péče.

### **Jak postupovat, když je dítě šikanováno**

Připusťme, že několik uvedených signálů /minutest pro rodiče/ ve Vás vzbudí určité podezření, že by mohlo jít o šikanování vašeho dítěte. Znovu podotýkáme, že ideální stav nastane, když se vám dítě svěří. Pochvalte ho, povzbud'te, rozptyl'te jeho obavy o tom, že žaluje. Vyzvedněte naopak jeho sílu a odvahu sdělit tyto závažné skutečnosti. Přesvědčete ho, že mu chcete pomoci a to potom musíte dodržet. Jste jeho jedinou nadějí, nesmíte ho zklamat. Vyslechněte vaše dítě, dejte mu najevo, že jeho informace berete vážně /i když se vám mohou zdát malicherné či nepodstatné/. Odložte veškerou práci, není nic důležitějšího, než situace vašeho dítěte. Poskytněte dítěti veškerou podporu. Pochopitelně, že odlišíte např. běžnou klukovskou šarvátku od skutečné šikany.

### **Co tedy dělat:**

- Zjistěte od dítěte dopodrobna, co se stalo, kdy se to stalo a kde. Vyptejte se, kdo všechno byl situaci přítomen. Je důležité, aby rozhovor s dítětem probíhal v atmosféře důvěry a podpory.
- Poskytněte dítěti veškerou ochranu /např. při cestě do školy a ze školy i za cenu, že se budete uvolňovat z práce, viz dále šikana a paragrafy/.
- Poskytněte dítěti dostatek péče, více s ním komunikujte, věnujte se mu ve volném čase, odjeďte na chatu, chalupu či k prarodičům.
- Nemáte-li jistotu, že dítě nebude ohroženo během pobytu ve škole, ponechejte dítě doma, ale pozor – zvažte, zda v jeho situaci může být samo.
- Znovu ubezpečujte dítě, že udělalo dobře, že vám vše sdělilo, mluvte s ním více než dříve.
- Zhodnoťte a to velice kriticky, co mohlo vyvolat stav, který skončil šikanou. Neobviňujte pouze školu, nastavte si „zrcadlo

pravdy“. Neomlouvejte sebe, ani své dítě. Se svým zjištěním se v první fázi dítěti nesvěřujte, ale připravujte nápravu.

- Hledejte, jak dítěti pomoci prostřednictvím příslušného odborníka.

### **Jak postupovat ve vztahu ke škole?**

Zjistíte-li, že vaše dítě je ve škole šikanováno /nejlépe víte-li to nejen od vašeho dítěte, ale i hodnověrných svědků, které nebudete v první fázi jmenovat/, navštivte školu a to oba rodiče, nebo jeden rodič a někdo, kdo vás může podpořit. Každý má právo vzít si k úřednímu jednání další osobu. Podle vašeho zjištění rozhodněte, zda budete informovat třídního učitele, školního metodika prevence nebo rovnou ředitele školy. Předejte informace, které máte k dispozici a žádejte odpověď, zda je škola schopna poskytnout kvalifikovanou odbornou pomoc.

Nebojte se přijít za mnou, za výchovnou poradkyní. Nemusíte se bát, že bychom vás vyhodili nebo snad bagatelizovali problémy.

Spolupráce školy s rodiči je v takových případech automatická. Přeji vám však, aby se nic takového u vás doma ani u nás ve škole neobjevilo.

Mgr. *Kandráčková Pavla*  
Školní metodik prevence

