

edice PRO RODIČE



GRADA®

Jak na šikanu



- Jak zjistit šikanu
- Psychologie dětské skupiny
- Vyšetřování šikany
- Výchovní zásah a náprava následků
- Prevence

Pavel Říčan,
Pavlína Janošová

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.

prof. PhDr. Pavel Říčan, CSc.
doc. Pavlína Janošová, Ph.D.

JAK NA ŠIKANU

Napsání této publikace bylo podpořeno IAA 700250801 – Grantovou agenturou Akademie věd ČR.

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 3920. publikaci

Odpovědná redaktorka PhDr. Iva Krejčová
Sazba a zlom Milan Vokál
Počet stran 160
Vydání 1., 2010

Recenzovala: PhDr. Jana Procházková

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2010
Cover Photo © doc. MUDr. Pavel Žáček, Ph.D.

ISBN 978-80-247-2991-6

Obsah

PŘEDMLUVA	9
1 ÚVODEM	11
1.1 Tři příběhy z českých škol	11
1.2 Typický vývoj šikany ve školní třídě	13
1.3 Jde o epidemii?	16
1.4 Co můžeme dělat?	17
1.4.1 Možnosti, které mají školy v prevenci a řešení případů šikany	17
1.4.2 Možnosti, které mají v boji proti šikaně rodiče žáků	19
2 CO JE ŠIKANA A JAK SE ZJIŠTUJE?	21
2.1 Definice šikany	21
2.2 Kde a kdy se šikana odehrává?	24
2.3 Je možno šikanu měřit?	26
2.3.1 Závažnost jednotlivého případu šikany	26
2.3.2 Stupeň zamoření šikanou	28
2.4 Kdo a koho šikanuje?	32
3 KDE SE TO V TĚCH DĚTECH BERE? K TEORII AGRESE	35
3.1 Jak rozumět pojmu agrese	35
3.2 Instinkty – biologický základ agrese	36
3.3 Agrese je naučené chování	39
3.4 Jak lidé překonávají vnitřní zábrany proti agresi?	43
3.5 Vztah mezi agresorem a jeho obětí	45
4 TŘÍDA ZNÁMÁ NEZNÁMÁ. K PSYCHOLOGII DĚTSKÉ SKUPINY	47
4.1 Třída je skupina v dlouhodobém vývoji	48
4.2 Třída má dvojí život, dvě tváře	49

5	ŠIKANA – HRA O OSMI HRÁČÍCH	53
5.1	Agresori	53
5.2	Oběť	58
5.3	Třídní „publikum“	63
5.4	Zastánce – spolužák, který se aktivně zastává oběti	64
5.5	Pedagog	65
5.6	Rodiče zúčastněných dětí	68
5.6.1	Rodiče agresorů	68
5.6.2	Rodiče obětí	69
5.7	Místní komunita	71
5.8	Celá společnost	71
6	VYŠETŘOVÁNÍ ŠIKANY	73
6.1	Vznik podezření	75
6.2	Rozhodnutí o zahájení vyšetřování	77
6.3	Postup při vyšetřování	79
6.4	Úloha rodičů obětí při vyšetřování šikany	85
7	VÝCHOVNÝ ZÁSAH A NÁPRAVA NÁSLEDKŮ ŠIKANY	91
7.1	Co s agresory?	93
7.1.1	Represe	93
7.1.2	Zvýšení péče o agresora	96
7.1.3	Jádro práce s agresorem: změna postoje	97
7.2	Co s rodiči agresorů?	99
7.3	Co s oběťmi?	99
7.4	Co s rodiči obětí?	101
7.5	Co s dětským kolektivem?	101
7.6	Celkový postup školy při řešení šikany	105
7.7	Úloha rodičů při řešení šikany	106
7.7.1	Rady pro rodiče agresorů	106
7.7.2	Rady pro rodiče obětí	108
8	PREVENCE ŠIKANY	111
8.1	Prevence na úrovni školy jako celku	111
8.2	Prevence na úrovni jednotlivých tříd	115
8.3	Prevence na úrovni jednotlivců	117

ZÁVĚREČNÉ ZAMYŠLENÍ	119
POZNÁMKY PRO NÁROČNÉ ČTENÁŘE	121
DODATKY A PŘÍLOHY	133
Dodatek 1	
Historie výzkumu a potírání šikany	133
Dodatek 2	
K definici šikany	135
Dodatek 3	
Šikana a výchova k tělesnému střetnutí	140
Příloha 1	
Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení	143
DOPORUČENÁ LITERATURA	155

Předmluva

Pro koho je tato knížka? Kdo je jejím adresátem?

■ **Rodiče školních dětí, které postihla šikana od spolužáků nebo kterým šikana hrozí**

Protože je v dnešní době šikana velmi rozšířená a vyskytuje se, i když méně často, také na velmi dobře vedených školách, měli by mít o ní aspoň základní informace všichni rodiče. Šikana je zrádná, jejím terčem se může stát i dítě tělesně a duševně vyspělé, s velmi dobrým rodinným zázemím, třeba jen proto, že neumí nebo není ochotno „výt s vlky“. Absolutně chráněný není nikdo.

Doufáme, že knížka je dobře srozumitelná i pro bystrého středoškolačka, pro kterého se šikana z nějakého důvodu stala osobním problémem, buď proto, že je sám ohrožen, nebo že by chtěl pomoci někomu jinému.

■ **Učitelé a vychovatelé, kteří se s problémem šikany setkávají ve své praxi**

Pro pedagogy má být tato knížka **základní informací**. Když si ji přečtou, neznamená to ještě, že zvládnou složitější případy šikany, na které narazí zvláště u starších dětí. (Totéž ostatně platí i pro řadu jiných školních problémů, jejichž řešení vyžaduje hlubší teoretické znalosti a pedagogické zkušenosti, případně i speciální praktický výcvik.)

A co v knížce najdete? Co je jejím obsahem?

■ **Osvědčené praktické návody**

Šikana má různé formy a správný postup musí být případ od případu různý. Každá konkrétní situace vyžaduje odpovídající postup, jednak abychom poznali, oč přesně v daném případě jde, jednak abychom věděli, co dělat, odkud začít, a také kde a jak v případě potřeby hledat pomoc.

■ Základní teoretická orientace

Správný praktický postup vyžaduje vidět aspoň trochu „pod povrch“. Proto se ptáme: **Proč a jak** k šikaně dochází? Jak se jedno dítě stává agresorem a druhé jeho obětí? Působí v nás nějaký agresivní pud? A co se to děje se školní třídou, že i vzorně vychovávané děti snesou, aby se ubližovalo jejich spolužákům, nebo se dokonce aktivně zúčastní vyložených surovostí? Proč zůstává šikana tak dlouho skrytá i před „bystrozrakem“ velmi zkušených a svědomitých, humanistických učitelů s dobrým vztahem k dětem? Proč se o ní dozvídají i milující, inteligentní a vzorně pečující rodiče často až po týdnech nebo měsících, kdy jejich dítě těžce trpělo? Proč se často věc nedořeší a proč dokonce poctivé úsilí pedagogů a rodičů o nápravu vede paradoxně ještě ke zhoršení situace postižených dětí? – Je třeba přiznat, že dosud nevíme tolik, kolik bychom potřebovali, ale pedagogická psychologie a sociální psychologie mají už řadu poznatků, které rodičům i pedagogům pomohou šikaně předcházet, včas ji odhalit i úspěšně řešit.

Pro náročné čtenáře, kteří chtějí rozumět problému šikany hlouběji, než je třeba pro praktické účely, jsou určeny doplňky a vysvětlivky na konci knížky od stránky 121. Odkazují na ně číslice v hranatých závorkách jako zrovna tato: [1]

* * *

Kdo jsou autoři této knížky?

Profesor Říčan a docentka Janošová se dlouhodobě zabývají výzkumem lidské agrese v Psychologickém ústavu Akademie věd České republiky a zároveň vyučují na Karlově Univerzitě v Praze. Profesor Říčan napsal knihu „Agresivita a šikana mezi dětmi – Jak dát dětem ve škole pocit bezpečí“ (Portál, 1995). Tuto knihu zde teď vydáváme pod novým názvem, ovšem doplněnou a podstatně přepracovanou tak, jak to jednak umožňují, jednak i vyžadují výsledky dosavadního domácího i světového výzkumu a praktické zkušenosti, které se od té doby nahromadily. [2]

Děkujeme všem pedagogům, kteří se s námi rozdělili o své zkušenosti se šikanou, všem kolegům, kteří náš text četli a poskytli nám k němu cenné připomínky.

Úvodem

1

1.1 Tři příběhy z českých škol

Začneme třemi konkrétními případy šikany. Jsou to příběhy, jaké nejsou sice na našich školách běžnou, každodenní skutečností, ale nejsou bohužel ani žádnou vzácností. Uvádíme je bez komentáře, protože mluví samy za sebe. (Jména a okolnosti jsou samozřejmě změněny, aby nebylo možno účastníky identifikovat.)

1. Prvnáčka zatáhli kluci z třetí třídy do křoví, zkroutili mu ruce za záda, srazili ho na kolena: „Zejtra přineseš pajčku. A jestli cekneš, budeš se válet v krvi!“ Prvnáček se svěřil mamince, ta se hned rozběhla za paní učitelkou. Její reakce: „Tohleto? Na naší škole? Vyloučeno! To si musel váš chlapec vymyslet.“ Večer si nešťastný prvnáček cosí maloval pastelkami. Padesátikorunu. Aby ukázal aspoň snahu...
2. Čtrnáctiletá nenápadná gymnastka Blanka, zatížená tím, že žila delší dobu v rozklížené rodině, se dostala v důsledku stěhování do nové, sehrané třídy. Trochu nešikovně se snažila zapadnout mezi ostatní. Jana, suverénní hvězda třídy, přišla s nápadem zahrát si s Blankou způsobem, kterým si děvčata hrají dost běžně: „Holky, víte co, nebudeme s ní mluvit!“ Blanka nechápala, co se děje. Když se pokoušela vmísit do rozhovoru, spolužačky umlkaly a odvracely se, nebo se ozvala ironická poznámka či uchechtnutí. Blanka se snažila, jak dovedla, a bylo velmi „záživné“ sledovat její reakce, když třeba uslyšela „nedolejzej!“ Děvčata, která s ní zpočátku normálně mluvila, se dostala pod tlak, aby nekazila hru, jež postupně zaujala i chlapce. Brzy seděla Blanka sama v poslední lavici, při rozdělování družstev v tělocviku zbývala vždycky poslední. Třídní profesorka Blančinu izolovanost zpozorovala, snažila se ji „zapojit do kolektivu“, ale bez úspěchu, třída se bavila vymýšlením různých důvodů, proč je nová spolužačka „nemožná“. – Hra se z nejasných důvodů vymkla z obvyklých mezí a trvala několik měsíců. Vyvrcholilo to poznámkami jako: „Smrdíš“ nebo: „Podívej se na sebe, jak vypadáš!“ a dokonce: „Co kdybys konečně vypadla –

no, odevšad!“ Blanka nevydržela, pokusila se o suicidium,¹ jen náhodou neúspěšné. (Rodiče se vrátili domů dříve, než měli, přiotrávené děvče se podařilo zachránit). Byla nutná psychiatrická hospitalizace. Rodiče našli Blance jinou školu, kde s pomocí delší psychoterapeutické péče jakž takž zapadla mezi spolužáky.

3. Olda se učí kuchařem. Mohutný chlapec, dobrosrdečný, trochu těžkopádný a sociálně neobratný. Jeho šikana ve škole a při výcviku se vcelku omezovala na drobné ústrky a občasný posměch, což snášel bez protestů. Na internátě si ho však vzala „do prádla“ skupina mimořádně otrlých „mazáků“, kteří si z něj udělali doslova otroka. Okrádali ho o peníze, jež dostával od rodičů, musel jim posluhovat a jeho odměnou bylo kruté ponižování, obnažování, pomazávání krémem na boty apod. Udržovali ho ve strachu, když se vzepřel, byl surově zbit. Občas ho pro zábavu a pro „utužení kázně“ týrali, kopali, dokonce pálili cigaretami. Vychovatelé vnímali jeho ustrašenost a plačtivost. Tušili, že s ním něco není v pořádku. Vyptávali se ho, on však nepřiznal nic – ze strachu i ze studu. Doma jen jednou vzdáleně naznačil, jak na tom je, otec mu však striktně řekl, že tohle si musí vyřešit sám jako chlap, on musel v jeho věku také dost vydržet.

Naštěstí nastoupil na internát nový hlavní vychovatel, který absolvoval speciální kurs dr. Michala Koláře. Z Oldova chování a dalších nenápadných příznaků došel k názoru, že jde pravděpodobně o tvrdou, velmi krutou šikanu. Informace ze školy a z pracoviště potvrzovaly při podrobné odborné analýze jeho podezření. Tajně proto umístil na vytipovaný pokoj odposlouchávací zařízení, při nejbližší příležitosti obelstil obvyklou „hlídku“ a přistihl agresory „v nejlepším“. Rychle si ověřil, že Olda není zraněn, mobilem přivolal kolegy, příštížným chlapcům naopak mobily odebral a zabránil jim ve vzájemné komunikaci. Vyslechl každého zvlášť, přičemž pohrozil, podobně jako by to udělal policejní vyšetřovatel, nejpřísnějšími tresty, za pravdivé informace naopak slíbil shovívavost. Podobně pracoval i se svědky, o všech výsledcích sepsal ihned protokoly, které chlapci museli podepsat. Pak přivolal policii, protože měl de facto důkazy o několika trestných činech (stačilo by ale i důvodné podezření). Konfrontoval navzájem výpovědi agresorů, kteří pod tlakem sváděli vinu jeden na druhého a zaplétali se do lží. Tak nakonec postupně došlo k podrobnému objasnění celé skutečnosti. (Komplikací, pro laika těžko pochopitelnou, bylo, že se Olda za „ka-

¹ Suicidium – sebezabití. Neužíváme slova „sebevražda“, které má odsuzující přízvuk; ten není u některých suicidií na místě. Sebezabití může být následkem choroby, někdy to může být i statečný čin.

marády“ přimlouval a žádal, aby bylo vyšetřování zastaveno. Všechno byla podle něj jen legrace!) Výsledkem trestního a kárného řízení byly dva podmíněné tresty odnětí svobody, hlavní „kápo“ a dva další agresori byli z učení vyloučeni, tři další přemístěni do jiného závodu. To byl ovšem jen začátek dlouhé a složité výchovné práce s cílem napravit vztahy ve skupině a obnovit etické cítění těch, kteří se přihlížením k šikaně bavili, i těch, kteří o ní jen věděli a ve prospěch oběti nic neudělali. Olda očividně „rozkvetl“ a zlepšil se v prospěchu i ve sportu, s následky psychické traumatizace se však bude vyrovnávat ještě dlouho.

Pro srovnání ještě jeden děsivý případ z Norska

Tichý chlapec Kaj byl několik let obětí občasného šikanování, jež se v sedmé třídě vystupňovalo. Několik měsíců byl denně pokořován. Spolužáci mu shazovali knihy ze stolku, lámali mu tužky, hlasitě se posmívali jeho odpovědím na učitelovy otázky, přezdívali mu „červ“. Učitel se při jeho ponižování obyčejně díval jinam. Jednou ho přinutili, aby vlezl oblečený do sprchy, brali mu peníze. Musel pro ně v samoobsluze krást cigarety. Několik spolužáků ho litovalo, ale nikdo mu nepomohl. Když ho jednou přinutili lehnout si na záchodě do žlábků, odešel Kaj tiše domů a spolykal hrst prášků pro spaní. V dopise na rozloučenou napsal, že se cítí naprosto bezcenný a že na světě bude líp bez něj. Rodiče byli šokováni, neměli o ničem tušení. Chlapec se totiž bál, že kdyby si ve škole stěžovali, vedlo by se mu ještě hůř.

1.2 Typický vývoj šikany ve školní třídě

Šikana může mít různé podoby, jež popíšeme později. Podívejme se teď podrobněji na jednu, dosti častou variantu, a to na šikanu v rámci jedné skupiny, konkrétně školní třídy, jak jsme to už viděli na případu Blanky. Tento typ šikany, který budeme nazývat **třídní šikana**, má mimořádně zhoubné následky, protože nejen těžce ubližuje oběti, ale kazí vztahy v celé skupině, kterou je školní třída, poškozují etický i psychický vývoj většiny, nebo dokonce všech dětí. Nejvíce se „podepíše“ na osobnosti postiženého dítěte a agresorů, ale těžce poškozují i ty, pro které je utrpení oběti vítanou zábavou, a nemálo i ty, kteří jsou nedobrovolnými svědky, anebo i jen vědí, co se děje mezi jejich spolužáky někde v zákoutí školních chodeb.

Co se to děje mezi dětmi a v dětech, že dojde k šikaně? **Jakým způsobem se šikana vyvine** třeba v kolektivu školní třídy nebo dětského letního tábora? Abychom si to přiblížili, berme ji trochu jako nemoc, jako patologii celé skupiny. Sledujme krok za krokem, co se začne dít třeba tehdy, když se na začátku školního roku sejdou v páté nebo šesté třídě děti, které se dosud neznaly, a začínají se tedy sžívat „od nuly“. Může to probíhat různě, popíšeme jen „hlavní variantu“ vývoje k třídní šikaně.

Je dost pravděpodobné, že se ve třídě vyskytne aspoň jedno nadprůměrně agresivní dítě, častěji chlapec, které má sklon šikanovat druhé. (V čem tento sklon spočívá a kde se bere, o tom budeme mluvit později, podobně jako o tom, co zase jiné dítě uvádí do nebezpečí, že se stane obětí, viz kap. 5) Současně se ve třídě často vyskytne i dítě, opět spíše chlapec, které je z hlediska šikany rizikové, tedy potenciální oběť. Za třetí ve třídě, o které uvažujeme, chybí – což také není nijak vzácné – pozitivní silný jedinec nebo skupinka dětí dobře vycovaných, které by byly pro nevyhraněný zbytek třídy autoritou. Ty by totiž vytvořily a udržovaly atmosféru družné solidarity, v jaké se šikaně nedaří. (A za čtvrté: V práci učitelů chybí něco podstatného, především účinná, pedagogicko-psychologicky kvalifikovaná etická výchova.)

Tím je scéna připravena.

Ponecháte-li děti chvíli o samotě, například dvanáctileté chlapce svlečené v šatně tělocvičny, začne brzy slovní nebo fyzické (nejčastěji obojí) poštuchování. To je v tomto věku oblíbená zábava, nevinná legrace – a zároveň užitečný trénink komunikace i způsob vzájemného poznávání a navazování užších vztahů. Toto poštuchování (můžeme také mluvit o škádlení nebo dráždění) se tu a tam vyhrotí v hrubší nadávku nebo ránu, nejčastěji vinou onoho potenciálního agresora. Na nadávku se většinou odpoví, jak „káže mrav“, nadávkou, na ránu ranou. Jinak se projeví budoucí oběť: Ta se spíše poleká, bázlivě uhne, stáhne se někam do kouta. Spolužákovi, který si toho všimne, probleskne myslí trochu soucitu nebo pohrdání. Někdo třeba prohodí: „Ten je nějakej mékkej!“, ale neděje se nic zvláštního, jen pozice nastávající oběti se pomalu mění. Pokud nevyváží svoji nedostatečnou tvrdost něčím, co pozvedne její prestiž, např. schopností bavit třídu vyprávěním vtipů, stává se outsiderem.

Během několika týdnů, ale spíše dříve, rozezná agresor v outsiderovi snadnou kořist. To už kolem sebe obyčejně také agresor rozšířil atmosféru strachu. Většinou současně získal jednoho nebo více spojenců pro různé

akce, které větší nebo menší části třídy imponují. Někdy se stane diktátorem třídy, v nejhrošším případě diktátorem všeobecně oblíbeným.

Outsider bude od agresora napadán urážkami i ranami stále častěji a stále surověji a nenajde-li způsob, jak se ubránit, ztratí postupně i ty dobré vztahy s ostatními dětmi, které dosud získal. Většina bude mít pocit, že kamarádit s ním je neprestižní, nebo dokonce nebezpečné. Budou vyzozorovány jeho slabiny a budou nemilosrdně využívány pro zábavu celé třídy. Oběť se stane úzkostnou, ztratí sebevědomí. Bude vynechávat školu, zhorší se její prospěch. Teď už si na ni troufne každý, ztratí poslední zbytek prestiže a sebeúcty. Nepřijde-li účinná pomoc, zejména ze strany učitelů, je bludný kruh uzavřen.

Konečný stav hlavní varianty můžeme vidět na příkladu, na který jsme náhodou narazili při výzkumu na školách. Při tomto výzkumu klademe dětem formou skupinového dotazníku různé otázky týkající se dění ve třídě. Děti odpovídají anonymně. Jedna z otázek je, kdo ze třídy nejvíce ubližuje bezbranným. Na tuto otázku reagovala jedna zkoumaná třída smíchem a z několika stran se ozývaly polohlasné výzvy: „Napište ‚všichni‘!“ Ukázalo se, že ve třídě je typický „otloukánek“, škola o tom dobře ví, ale není schopna ho před zvlčilým kolektivem ochránit. Učitelka, která s námi jednala přátelsky a ochotně spolupracovala při výzkumu, o tomto chlapci řekla něco, co nám vyrazilo dech: „On má takovou odpornou povahu...“ Šlo o třídu, ve které zašla šikana tak daleko, že etické vědomí a citění dětí hluboce upadlo – a bez vyřešení šikany nebylo možné nastolit normální skupinové klima a vztahy.

Na učňovském internátě bývají konce někdy – jak jsme viděli na Oldově případu – velmi drsné, a nejhrošší šikany se patrně odehrávají, pomineme-li vězení, ve výchovných ústavech pro mládež do osmnácti let, zvaných „pasťáky“. Tam jde nejednou o závažné trestné činy, které se bohužel – z důvodů, k nimž se dostaneme později – policii často nedaří rozkrýt. Nápravná instituce se pak stává doslova školou zločinu.

Jak to bude dál? Jaký vývoj se dá čekat ve třídě, kde se šikana naplno rozbuje?

Nedokážou-li pedagogové proces šikany zastavit, rodiče v této situaci někdy najdou dítěti jinou školu. Asi v polovině případů to oběti pomůže, v novém prostředí se „chytí“ nebo se prostě dostane do lepšího kolektivu, vedeného lepším pedagogem. Odchod oběti znamená ovšem porážku práva a triumf agresora. Jeho pozice ve třídě se ještě více upevní, stoupne jeho vliv a faktická moc. Navíc je poškozena etická výchova celé třídy: Agresor a jeho

klika budou napříště ještě drzejší, ostatní se jim budou podřizovat ještě zbaželeji. Často se najde jiná oběť a „zábava“ pokračuje. Demokracie utrpěla vážnou porážku.

1.3 Jde o epidemii?

Pamětníci, kteří chodili do školy před pětadvaceti lety nebo dříve, většinou šikanu z vlastní zkušenosti neznají. Bezpochyby se vyskytovala, k ubližování bezbranným a k jejich vykořisťování nejrůznějším způsobem **docházelo od nepaměti.**² Pedagogové ani psychologové ji však soustavně nezkoumali a ve škole jí bylo podstatně méně než dnes. Podle názoru profesora Olweuse z Norska, který problém soustavně zkoumal od začátku sedmdesátých let, za 10–15 let šikany mezi skandinávskými školáky znatelně **přibýlo a vzrostla její brutalita.** Ředitelé desítek pražských škol, s nimiž jsme o tomto tématu diskutovali v devadesátých letech, vyjadřovali stejný názor. Podle názoru Bohumila Stejskala, který po mnoho let jako expert ministerstva školství řešil komplikované případy na školách, přibývá šikany u menších dětí. Růst agresivity je zřejmý již v mateřské škole, kde děti bijí spolužáky, násilím se zmocní hračky a odmítají ji půjčit jiným apod.

Bujení šikany pravděpodobně souvisí mj. se **zřejmým úpadkem školní kázně a autority** učitelů, který trvá dodnes. [3] Učitel je často rád, že uhájí sám sebe, a nedokáže zaručit bezpečí všem dětem. Některým rodičům ani nevadí, když se dozvědí, že jejich dítě ve škole ubližuje druhým. Vidí v tom dokonce důkaz, že se dovede prosadit, což je podle nich v „moderním světě“ výhoda. Filozofové, kteří obvykle vidí dál než ostatní, varují před všeobecným **zeslabením smyslu pro dobro a zlo, pro řád a solidaritu** mezi lidmi, blízkými i vzdálenými, v rodinách, na pracovištích i v politice, včetně té mezinárodní. Cení se úspěch, bohatství – a ostré lokty.

Současná média v honbě za senzacemi přímo pasou po případech křiklavé šikany, útlaku a krutosti mezi lidmi v zaměstnání, ale i ve vězeních, v domovech důchodců, v nemocnicích, a tyto případy horlivě „rozmazávají“. Proto se problém jeví ještě horší, než ve skutečnosti je. Mediální popularita

² Viz Dodatek 1: Historie výzkumu a potírání šikany.

případů mimořádně kruté šikany zároveň působí na agresivní děti jako povzbuzení a návod k napodobení.

Že je šikana – spolu s jinými formami agrese a násilí – v současné škole značně rozšířená, to má ještě další očividné příčiny: nadměrná feminizace učitelstva, mezery ve vzdělání pedagogů, [4] oslabený vliv rodiny, počítačové hry s brutálním obsahem, prezentace násilí v médiích, spojená často s oslavou těch, kteří se ho dopouštějí, ideologie „ostrých loktů“ a nedostatek etické výchovy ve školách, celková nedůvěra veřejnosti k vládě a k celému politickému systému včetně zákonodárců, policie a soudů. Nejde o izolovanou „vadu na kráse“ současné společnosti, nýbrž o jeden z projevů něčeho hlubšího, jakési nemoci doby, které se teprve pokoušíme porozumět, abychom proti ní mohli úspěšně bojovat.

Zlo ve společnosti, stejně jako v rodinném a osobním životě, má tendenci ke stupňování, k eskalaci. Kdybychom kapitulovali před zlým, dočkali bychom se dříve nebo později nejhoršího. Šikana je proto velká výzva pro vědce, ať už pedagogy, psychology, sociology nebo lékaře, stejně jako pro odborníky v praxi, pro rodiče, a konečně pro celou veřejnost.

1.4 Co můžeme dělat?

Prozatím vyjmenujeme a „telegraficky“ popíšeme nejdůležitější zásady a postupy, které budeme později podrobně probírat. Něco z toho je **specifické**, to znamená, že se to týká speciálně šikany, něco jsou všeobecné, **nespecifické** zásady a postupy, na které se často zapomíná. Jejich uplatňování pomáhá v prevenci šikany i v řešení konkrétních případů šikanování tím, že zlepšuje vztahy mezi dětmi a pedagogy i mezi dětmi navzájem.

1.4.1 Možnosti, které mají školy v prevenci a řešení případů šikany

- **Rozvíjet průřezové téma osobnostní a sociální výchovy**, pečovat o jeho kvalitní uplatňování. Zvláštní význam přitom má **etická výchova**, vykonávaná pedagogy s příslušnou aprobací. Ta má dětem vštěpovat především úctu k druhé lidské bytosti a ke všemu živému, solidaritu se slabými a potřeb-

nými a upřímnost k sobě i k druhým. Základem pedagogického působení přitom musí být **osobní příklad** učitele během veškeré školní činnosti a praktická zkušenost, kterou děti získávají při aplikaci **interaktivních metod** osobnostní a sociální výchovy.

- **Věnovat individuální pozornost dětem** s různými sociálními, osobními, zdravotními a vztahovými problémy. Zlepšení atmosféry v dětském kolektivu, kterého tím dosáhneme, navíc usnadňuje výuku a činí ji efektivnější.
- **Zlepšovat vzájemné vztahy, zvláště vztah důvěry mezi školou a rodiči** – zde dosud doznívá podezírání a strach, jež byly typické pro dobu vlády komunismu. Všeobecný odpor k autoritám na jedné straně a na druhé straně omezená schopnost hrát úlohu toho, kdo má autoritou být, nesmírně komplikují celé školní vzdělávání. Tato situace nahrává šikaně a ztěžuje řešení tam, kde k ní došlo.
- **Zaujmout realistický a otevřený postoj k šikaně** – žákům i rodičům musí být známo, že škola si uvědomuje šikanu jako reálný, závažný problém a že vůči jednotlivým případům šikany i jiného agresivního jednání postupuje se vší přísností tak, aby ochránila slabé před bezohledností silných a aby zajistila atmosféru klidu a bezpečí pro školní práci všem. V tomto směru se škola může opřít o Metodický pokyn MŠMT věnovaný speciálně šikaně (viz str. 143).
- **Uspořádat pohyb žáků ve školní budově a pedagogický dozor** tak, aby byla **hustota dozoru** dostatečná a aby bylo co nejméně příležitostí k šikaně, unikající pozornosti pedagogů.
- **Seznámit se s Metodickým pokynem MŠMT z roku 2009** – tento pokyn je celý věnován speciálně šikaně. Je záhodno postupovat podle něj v prevenci i při řešení konkrétních případů.
- **Školní řád** formulovat tak, aby obsahoval ustanovení podporující prevenci šikany, její postih i nápravu. (Zatímco Metodický pokyn je pouhým nezávazným návodem, Školní řád, schvalovaný radou školy, je závazný pro veškerý personál školy, pro žáky i jejich rodiče; i ti s ním mají být seznámeni a má být často připomínán.)
- **Základní literaturu o šikaně** zpřístupnit všem pedagogům a zajistit, aby ji prostudovali v takovém rozsahu a do takové hloubky, jak to odpovídá úloze toho kterého pedagoga: třídního učitele, výchovného poradce, metodika prevence, zástupce ředitele odpovídajícího za prevenci a řešení případů šikany. Nejzákladnější informace mají mít a využívat i nepedagogičtí pracovníci školy, včetně školníka, uklízeček a kuchařek.

- **Kurs prevence a řešení šikany, akreditovaný MŠMT** by měl absolvovat alespoň jeden z pedagogů působících na škole.
- **Sledovat a řešit i méně nápadné projevy šikany a jiného agresivního a neukázněného jednání:** Bylo zjištěno, že důsledné dodržování všech pravidel, počínaje maličkostmi, pozitivně ovlivňuje atmosféru ve škole a omezuje agresivitu dětí.
- **Při podezření na šikanu nebo při jejím „provalu“** zajistit řádné vyšetření, uplatnit přiměřené sankce a výchovné postupy, zaměřené na obnovu normálních vztahů v postižené skupině, dlouhodobě poskytovat pomoc a podporu jednak postiženým žákům, jednak agresorům. Ke všem těmto aktivitám podle potřeby přizvat odborníky kvalifikované buďto pedagogicky, nebo psychoterapeuticky; někdy je třeba tyto odbornosti kombinovat.

1.4.2 Možnosti, které mají v boji proti šikaně rodiče žáků

- **Hodnotová orientace**
Hodnotový žebříček, který dětem vštěpujeme v rodině, je základem jejich výchovy. Vzájemná solidarita a ochrana slabých mají být na předních místech tohoto žebříčku, alespoň v rovnováze s hodnotou osobního prospěchu a vyniknutí.
- **Rozumět vlastním dětem a udržovat si jejich důvěru**
V současné době stále rostou generační rozdíly mezi rodiči a dětmi ve způsobu života, myšlení a cítění. K odpovědnému rodičovství patří snaha tyto rozdíly aspoň zčásti překlenout. Potřebujeme takovou důvěru, aby nám děti řekly o všem důležitém, co se děje ve škole, také o každé křivdě a násilí, jehož jsou svědky.
- **Pozorně sledovat příznaky možné šikany v chování dítěte**
Rodiče jsou běžně šokováni tím, jak vážné problémy se šikanou jim děti tají. Je proto třeba pozorně sledovat řadu příznaků toho, že dítě je možná šikanováno. Tyto příznaky mají většinou i jiné možné vysvětlení, jestliže se však hromadí, je to velmi varovné (viz str. 76n).
- **Vychovávat děti odolné k šikaně** („šikanovzdorné“, anglicky *bully-proof*)
Naše děti mají mít vybudovanou **sociální síť vzájemných přátelství**, mají být obratné a vstřícné v jednání s vrstevníky, podle potřeby ener-

gické, asertivní, tělesně zdatné a otužilé, v případě nutnosti **schopné obstát i ve fyzickém střetu** při sebeobraně nebo obraně spolužáka.

■ **Spolupracovat se školou**

Snažíme se být k učitelům loajální, v kritice konstruktivní (což neznamená „bezzubí“), podporovat jejich autoritu, získat a udržet jejich důvěru. Vzájemná důvěra je prvním předpokladem úspěšného řešení šikany, je-li naše dítě postiženo.

■ **Pěstovat vzájemnost mezi rodiči**

Je třeba zajímat se – více než je dnes bohužel „v kraji zvykem“! – o rodiče spolužáků svých dětí. S nimi nás spojuje zájem na tom, aby škola co nejlépe plnila své poslání, aby byla pravou „dílnou lidskosti“. Vyplatí se investovat do vzájemných vztahů, budovat důvěru a spolupráci. Dojde-li ve třídě k šikaně (nebo objeví-li se jiný závažný problém), měla by zareagovat síť vztahů mezi rodiči žáků a zjednat nápravu, nebo k ní alespoň přispět.

■ **Je-li naše dítě šikanováno, poskytnout mu ochranu a pomoc** – tento případ rozebíráme podrobně v oddílech 6.4 a 7.7, zde tedy jen telegraficky: Jde především o okamžitý zásah k ochraně dítěte, o spolupráci se školou při důsledném vyšetření a uplatnění kázeňských prostředků, jež má škola k dispozici, o spolupráci s odborným pracovištěm poradenským nebo i psychoterapeutickým. Pokud škola neřeší případ uspokojivě, musí se rodiče obrátit na příslušné školské i jiné instituce, a jestliže vše selže, najít dítěti jinou školu.

Co je šikana a jak se zjišťuje?

2

2.1 Definice šikany³

Šikana je ubližování někomu, kdo se nemůže nebo nedovede bránit. Obvykle mluvíme o šikaně tehdy, když jde o **opakované jednání**, ve velmi závažných případech označujeme za šikanu i jednání **jednorázové**, s hrozbou opakování.

Tuto definici je ještě třeba upřesnit:

- Šikanou nazýváme ubližování mezi těmi, kteří jsou **ve stejném postavení**, ve škole tedy **mezi žáky** nebo **studenty**, ve sportovním oddíle mezi sportovci, ve vězení mezi vězni, na pracovišti mezi spolupracovníky atd.

Je samozřejmě možné nazvat šikanou i ubližování žákům ze strany učitele nebo i ubližování učitelům ze strany žáků, sekýrování pracovníků ze strany nadřízeného, jednání úředníka, který obtěžuje občany vyžadováním zbytečných potvrzení atd., těmito druhy šikany se zde však nezabýváme.

- Mezi agresorem a obětí je **osobní asymetrický vztah moci**. To znamená, že oběť ví, kdo jí ubližuje, bojí se ho, je závislá na jeho rozmarech.
- **Jaké konkrétní ubližování** označíme za šikanu? Obvykle rozlišujeme šikanu přímou a nepřímou.

Přímá šikana je velmi rozmanitá. Spočívá zejména:

- v násilí všeho druhu: **působení bolesti** bitím, kopáním, bodáním, pálením atd., **ponižující tělesná manipulace** obnažováním, nucením sníst nebo vypít něco odporného, **poškození a brání osobních věcí**, ob-

³ Viz Dodatek 2: K definici šikany.



lečení, školních potřeb, jídla, peněz atd., tedy chování, jež zákon označuje a trestá jako **loupež**,

- ve **slovním napadání** nadávkami, posměchem, urážením postiženého a jeho rodiny,
- v **zotročování**, kdy je postižený hrozbami nebo bitím donucen konat něco ponižujícího nebo zakázaného, např. posluhovat svým „pánům“, ukrást pro ně něco v obchodě, nebo dokonce pro jejich zábavu zkopat jiného žáka.

Nepřímá šikana spočívá v **sociální izolaci** spolužáka, kterého druzí neberou na vědomí, se kterým se nemluví, je vylučován z činností skupiny atd. Tato forma, používaná častěji dívkami, je někdy trýznivější než přímá šikana (viz případ Blanka). Dítě se zoufale snaží zavděčit a přizpůsobit, může např. začít zlobit a lajdat, jen aby tak projevilo solidaritu se „stádem“ a zavděčilo se, ale jen se víc zesměšňuje a v očích třídy ztrácí prestiž.

Nepřímá šikana se často kombinuje s přímou, začátek může být jak v přímé, tak v nepřímé variantě. Dítětem, kterému se začne otevřeně ubližovat, se zákonitě začne postupně i pohrdat a bude v kolektivu izolované, a naopak izolované dítě je vždycky v nebezpečí, že přijdou nadávky a na konec i ty kopance, ne-li něco ještě surovějšího.

Formy šikany jsou rozmanité. Někdy je ve hře sexuální zájem, jindy rasismus. Jedna romská dívka z našich záznamů byla skupinou chlapců a dívek donucena, aby se svlékla, a pak musela na kolenou prosit, aby jí byly šaty vráceny.

- **Nemožnost či neschopnost obrany** je pro definici šikany zásadní. Může být dána nějakým handicapem postiženého, jeho tělesnou slabostí a nešikovností, případně invaliditou, opožděným rozumovým vývojem, neurotickou plachostí – anebo prostě tím, že agresorů je několik a postiženého snadno přemohou.
- **Příčiny a důvody šikany** jsou stejně rozmanité jako její projevy a budeme se jimi později podrobně zabývat. Především jsou zde příčiny individuální, dané na jedné straně **vlastnostmi agresorů**, na druhé straně **vlastnostmi obětí**; tyto vlastnosti bývají trvalé. Mezi běžné **motivy agresorů** patří „**bavení**“ **třídy**, u chlapců **předvádění se před dívkami**. Ve hře však bývá i sadistické **uspokojení z týrání** jiné lidské bytosti, **pocit moci a pocit nadřazenosti** (kompenzace **pocitů méněcennosti!**). Šikánování oběti přitom zároveň slouží **upevnění moci** agresorů nad celým kolektivem, protože se při něm názorně předvádí, co by mohlo potkat