



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR



# Prevence šikany

Metodika pro pedagogy

**Fórum pro prožitkové vzdělávání, z.ú.**

Vytvořeno v roce 2020 v rámci projektu  
CZ.07.4.68/0.0/0.0/19\_068/0001408

Prožitková pedagogika pro posilování  
demokratické kultury a občanských  
kompetencí žáků

## OBSAH

<b>TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>3</b>
<b>ŠIKANA A JEJÍ VYMEZENÍ</b> .....	<b>4</b>
SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÉ JEVY SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI.....	4
DRUHY ŠIKANY.....	6
CHARAKTERISTICKÉ ZNAKY ŠIKANY.....	7
JEDNOTLIVÁ STÁDIA ŠIKANY.....	9
ÚČASTNÍCI ŠIKANY.....	11
<b>JAK PŘEDCHÁZET ŠIKANĚ</b> .....	<b>13</b>
<b>POSTUPY PRO VYŠETŘENÍ A ŘEŠENÍ ŠIKANY</b> .....	<b>14</b>
<b>PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>15</b>
<b>VYUŽITÍ PROSTŘEDKŮ PROŽITKOVÉHO VZDĚLÁVÁNÍ V PREVENCI PROTI ŠIKANĚ</b> .....	<b>16</b>
HRY NA ROZEHRÁTÍ.....	16
ČERNÁ, BÍLÁ, STRAKATÁ.....	16
SOCIOMETRICKÉ ŘADY.....	16
VYTVÁŘÍME SOUSOŠÍ.....	17
<b>ZÁVĚREM</b> .....	<b>18</b>
SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY.....	19

„JE DŮLEŽITÉ SI UVĚDOMIT, ŽE KAŽDÝ Z NÁS NĚKDY  
NĚKOHO ŠIKANOVAL, KAŽDÝ Z NÁS BYL NĚKDY OBĚTÍ  
ŠIKANY A VŠICHNI JSME NĚKDY BYLI PŘIHLÍŽEJÍCÍMI,  
KTEŘÍ BUĎ ZASÁHLI, NEBO NEZASÁHLI.“

STEVE BIDDULPH

## **TEORETICKÁ ČÁST**

ŠIKANA JAKO BEZPROSTŘEDNÍ  
RIZIKO PRO DEMOKRATICKOU  
KULTURU NA ŠKOLÁCH

## ŠIKANA A JEJÍ VYMEZENÍ

V posledních letech se stává otázka šikany v prostředí škol významným problémem. Životní tempo se neustále zvyšuje a zvyšují se tak i nároky na jednotlivce. Jsme nuceni řešit velké množství životních situací, orientovat se v komplikovaných vztazích, řešit konflikty. Škola sama o sobě patří k jednomu z nejvíce stresujících faktorů v životě dětí. Je zde kladen důraz především na výkonnost, školní úspěšnost, množství učiva a tím pádem zbývá jen málo prostoru na harmonický a komplexní rozvoj osobnosti ke kterému patří učení se vzájemné toleranci, vytváření pocitu bezpečí, spolupráce, učení se spolu komunikovat v konfliktních situacích.

U mnoha dětí školní prostředí spolu s častou neideální situací v rodině (která může být způsobená jen dnes běžnou přepracovaností rodičů) vede k tlakům, které se mohou projevit problematickým chováním, labilitou, problémům s učením, sníženým sebehodnocením apod. A jsou jedinci, kteří na takovou zátěž reagují takzvaně závadným chováním, které vede ke vzniku sociálně patologických jevů.

## SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÉ JEVY SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI

Každá společnost představuje vyvíjející se systém, jehož vývoj souvisí se změnami, které se dotýkají jedinců i celé společnosti. Společnost se během svého vývoje snaží zaměřovat na procesy, který jí a jejímu vývoji prospívají a snaží se minimalizovat jevy, které jsou pro její vývoj ohrožující. Obecně tyto jevy nazýváme sociálně patologickými jevy. Jsou to takové jevy, které svou škodlivostí ohrožují společnost, její uspořádání a stabilitu. Jde o jevy, které narušují harmonický vývoj jedince a následně celé společnosti.

*„Sociálně patologické jevy jsou tedy jevy společensky nežádoucí, škodlivé a nemorální, mají negativní povahu a porušují určitou sociální normu, která je důležitá pro jejich vymezování. Sociální norma je pravidlo zavazující jedince k určitému způsobu chování, jež je pro danou společnost výhodné a integrující. Dodržování sociální normy je společností kontrolováno a její porušování je považováno za sociální deviaci.“<sup>1</sup>*

Základním znakem sociálně patologického jevu je zřejmá odchylka od sociálního standardu společnosti. Sociální chování, které porušuje nějakou sociální normu a je většinou společností odmítáno může mít různé podoby a mění se také v průběhu času. To, co bylo dříve považováno za nepřijatelné, může být v současnosti tolerováno a naopak, co dříve nikdo nepovažoval za škodlivé, může se dnes jevit jako patologické.

---

<sup>1</sup> Všeobecná encyklopedie DIDEROT, 1998, s.384

Každá společnost si vytváří své sociální normy. Ty se mohou odlišovat i v rámci jedné společnosti, kde různé subkultury chápou normy rozdílně. „Normy jsou respektovány buď na základě vlastního rozhodnutí a přesvědčení o jejich důležitosti a správnosti, nebo jejich dodržování je spojeno s hrozbou sankcí při jejich porušení. Všechny sociální normy jsou doprovázeny sankcemi, které slouží jako ochrana proti nekonformitě. Sankce je tak jistou reakcí na chování jednotlivce nebo skupiny, která má zajistit, aby chování bylo v souladu s danou normou.“<sup>2</sup>

Problematika sociálně patologických jevů je poměrně rozsáhlá a její jednotlivé projevy jsou často vzájemně provázány, což je důvod, proč se jimi v této metodice alespoň ve zkratce zabýváme. Šikana jako jeden ze sociálně patologických jevů totiž má, jak se ukazuje, mnohem hlubší a tím pádem více poškozuující dopad na její aktéry, než se na první pohled může zdát.

Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže vymezuje sociálně patologické jevy jako širokou škálu výchovných problémů, výchovných poruch a poruch chování, a to včetně zneužívání návykových látek.<sup>3</sup> Konkrétně pak považujeme za sociálně patologické jevy tyto projevy:

- Šikanu a násilí
- Domácí násilí, násilí páchané na ženách a dětech
- Problémy krize a identity
- Alkoholismus a kouření
- Kriminalitu a delikvenci
- Drogy
- Závislost na patologické (chorobné) hře
- Extremismus
- Syndrom týraných a zneužívaných dětí
- Syndrom zavrženého rodiče
- Rizikové sexuální chování
- Sekty

Pro vznik sociálně patologických jevů má mimořádný význam vliv prostředí, ve kterém se jedinec nachází. Autoři knihy Sociologie II – Úvod do problematiky sociálně patologických jevů (Tomáš Jilčík, Alena Plšková, Ladislav Zapletal) uvádějí čtyři základní typy prostředí:

- Rodina má zásadní význam při formování osobnosti jedince. Učí jej základním principům, hodnotám, má významný vliv na utváření osobnosti. V současnosti mluvíme často o krizi rodiny v souvislosti s vysokou rozvodovostí, kdy neúplná rodina je vnímána jako vážný sociální problém. Dispozice ke vzniku sociálně patologických jevů vznikají v rodinách rozvrácených, při závislosti rodičů na alkoholu nebo jiných drogách, při kriminalitě členů rodiny, při nepřiměřené výchově dítěte, lhostejnosti rodičů vůči dítěti, nedostatku citu ze strany rodičů, sporech mezi rodiči, preferování podnikatelských aktivit a při upřednostňování zaměstnání před výchovou dětí.

<sup>2</sup> MÜHLPACHR, P. Sociální patologie. Brno: MU Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80210-2511-5., s. 7

<sup>3</sup> Metodický pokyn MŠMT k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže. Čj. 14 514/2000-51

- ➔ Škola vytváří základní materiální a citové hodnoty jedince. Vztah jedince ke škole je ovlivňován jeho školní úspěšností a osobností učitele. Mezi základní škodlivé jevy ve školním prostředí patří přestupky proti školnímu řádu, záškoláctví, nevhodné chování namířené proti pedagogům a proti spolužákům, podvody, porušování školních pravidel.
- ➔ Parta. Přírozenou vlastností člověka je potřeba sdružovat se v kolektivu lidí podobných zájmů. Za určitých okolností je takové sdružování v partě nežádoucí, zejména v případech, kdy parta jedná protispolečensky, agresivně. Chování v partě je ovlivněno i její anonymitou a autoritativním názorem vůdce party.
- ➔ Ostatní sociální prostředí. Sem může patřit mimoškolní sdružení, zájmové spolky, nápravná zařízení pro mladistvé, ústavy sociální péče, nemocnice apod.<sup>4</sup>

Nemůžeme opomenout ani silný současný vliv, který mají na vznik sociálně patologických jevů média. Násilí je zde zobrazováno v nejrůznějších podobách, najdeme jej dokonce i v produkci určené dětem, což se samozřejmě nepříznivě projevuje na psychice dětí. Stává se tak běžnou součástí života, a tak dochází k jeho zlehčování, někdy až k oslavování. U dětí pak dochází k oslabování jejich schopnosti soucitu a někdy také k jeho napodobování v různých formách.

## DRUHY ŠIKANY

První zmínky o šikaně se v našem prostředí uvádějí v souvislosti s chováním vojáků v rámci povinné vojenské služby před rokem 1989. V současnosti jejich výskyt velmi stoupá a můžeme je evidovat v různých věkových a sociálních skupinách. Nejen tedy v různých typech škol, v rodině mezi sourozenci, nebo mezi rodičem a dítětem, dále ve výchovných ústavech a věznicích, volnočasových sdruženích, ale i na pracovištích.<sup>5</sup> Michal Kolář ve své knize Nová cesta k léčbě šikany dělí formy šikany na několik základních skupin:

- ➔ Šikana podle typu agrese – fyzická, psychická, smíšená, kyberšikana (specifická forma psychické šikany);
- ➔ Šikana podle věku a typu školy – od předškolního po vysokoškolské zařízení;
- ➔ Šikana z genderového hlediska – chlapecká, dívčí, homofobní, chlapci versus dívky a naopak;
- ➔ Šikana ve školách s různým způsobem řízení – od školy s demokratickým vedením až po ústav s tvrdě autoritativním vedením;
- ➔ Šikana podle speciálních vzdělávacích potřeb aktérů – neslyšící, nevidomí, tělesně postižení, mentálně retardovaní.<sup>6</sup>

Kromě této klasifikace Kolář uvádí ještě tzv. trojdimenzionální členění šikany, které čítá tři roviny vnějších projevů šikany – přímé a nepřímé, fyzické a verbální, aktivní a pasivní.

<sup>4</sup> JILČÍK, J.; PLŠKOVÁ, A.; ZAPLETAL, L. Sociologie II – Úvod do problematiky sociálně patologických jevů. Brno, 1999.

<sup>5</sup> BENDL, Stanislav. Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003. Pedagogika (ISV). ISBN 80-866-4208-9.

<sup>6</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-8715. Str. 78

Šikanování má kromě mnoha podob také hodně míst, kde k němu dochází. Zaměříme-li se na školní prostředí, tak prioritními prostory jsou takové, kde agresori nebudou mít na šikanování svědky. Ideální jsou místa, kde se nenachází žádný dozor. Tedy šatny, WC, odlehlé chodby, sklepy, zákoutí školní zahrady aj. Alternativou k těmto prostorům jsou běžná místa jako školní učebna, jídelna, družina, kde si agresori vytvoří systém hlídačů, kteří dávají pozor, zda se neblíží někdo z dospělých nebo také hlídají hlučnost skupiny, aby tím nepřilákala dozor (tichá třída rovná se bezproblémová). Ublížování se také často odehrává cestou do školy nebo ze školy.<sup>7</sup>

## CHARAKTERISTICKÉ ZNAKY ŠIKANY

Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky školy specifikuje šikanu následujícím způsobem: „*Šikana je agresivní chování ze strany žáka/ů vůči žákovi nebo skupině žáků či učiteli, které se v čase 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, nepřijemností útoku pro oběť a samoučelností agrese.*“<sup>8</sup>

Metodický pokyn MŠMT dále šikanu rozděluje takto:

- ➔ **Přímá šikana** může mít podobu fyzickou (např. bití, plivání, tahání za vlasy), verbální (např. vulgární nadávky, zraňující komentáře k rase, národnosti, etnicitě, náboženství nebo sexualitě, výhrůžky, násilné a manipulativní příkazy); nebo neverbální (např. urážlivá gesta a zvuky, zírání, používání zastrašujících nebo výhrůžných výrazů ve tváři, nebo v řeči těla, ničení/schovávání/kradení věcí nebo učebních pomůcek).
- ➔ **Nepřímá šikana** má za cíl způsobit emocionální a psychologické utrpení a poškodit sociální status oběti. Tato šikana je vykonávána způsobem, kdy útočník působí bolest tak, aby to vypadalo, že žádný takový záměr ve skutečnosti nemá. Hlavní agresor k útoku často využívá prostředníka, neútočí přímo. Nepřímá šikana je většinou nefyzická, nicméně v některých případech může být také třetí strana manipulována do situace, kdy má zapříčinit fyzické ublížení. Nefyzické formy nepřímé šikany pak mohou zahrnovat záměrnou ignoraci nebo izolování žáka nebo učitele, rozšiřování zákeřných pomluv a lží, neoprávněná nařčení ze sexuálního obtěžování nebo nespravedlivého hodnocení (u učitele), ničení pověsti a reputace, ponižování před ostatními žáky i pedagogy, nepříjemné sexuální provokace.
- ➔ Jednou z nejčastějších forem šikany je také elektronická šikana, tj. **kyberšikana** (této problematice věnujeme samostatnou metodiku), která může mít podobu např. zakládání falešných profilů na jméno žáka či učitele s dehonestujícím obsahem, prezentace ponižujících videí na portálech, jako je youtube.com, spoluzaci.cz nebo facebook.com apod., prezentace zraňujících komentářů na webu, rozesílání vulgárních nebo výhrůžných koláží s tváří žáka nebo učitele či příslušníků jeho

<sup>7</sup> MARTÍNEK, Z., Agresivita a kriminalita školní mládeže. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2310-5.

<sup>8</sup> Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení. Čj.:28 275/2000-22. MŮHLPACHR, P. Sociální patologie. Brno: MU Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80210-2511-5. Str. 1

rodiny, výhružné SMS nebo e-maily apod. Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana ze své podstaty mnohem větší dosah, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Pokud je oběť šikanována ve třídě, svědky pomluv, nadávek, posmívání a ztrapňování je max. několik desítek lidí. V prostředí internetu může být svědkem (ale i útočníkem) stejného chování i několik desítek tisíc lidí.

Kyberšikana bývá u dětí školního věku často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Je tedy důležité při řešení prověřit případné souvislosti s klasickou šikanou. Tedy pokud probíhá klasická šikana (např. nadávky, ponižování), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat apod.) a naopak. Škola by se kyberšikanou měla zabývat vždy, když se o ní dozví. Základním úkolem musí být zmapování konkrétního případu, které škole pomůže rozhodnout se pro správný postup řešení.<sup>9</sup>

Hranice, která odlišuje šikanování od škádlení nebo agrese, bývá někdy nezřetelná. U žáků se za šikanování nepovažuje škádlení nebo agrese, které nemá znaky šikanování. Jedním z rozlišujících prvků je schopnost žáka škádlení opětovat, bránit se mu, zastavit ho. Ve chvíli, kdy se žák škádlení nebo agresi neumí nebo nemůže bránit, cítí se bezradný a bezmocný, a přesto škádlení nebo agrese pokračuje, pak toto chování přerůstá v šikanu. Podobně, jedná-li se o šikanu pedagoga žáky, pak šikana není zlobení a nerespektování ze strany žáků, které postrádá znaky šikany. Naopak přerůstá v šikanu, stává-li se vědomým, záměrným, úmyslným a cítí-li pedagog, že není v jeho moci jej zastavit, cítí se bezbranně, ztrácí autoritu a poměr sil v rolích žák/žáci x pedagog se obrací.

Většina obětí šikany a jejich svědků se snaží situaci udržet co nejdéle v tajnosti, bojí se někomu svěřit. Důsledkem může být podcenění závažnosti a rozsahu výskytu šikany nebo obtížné nalezení útočníků. Proto je v prevenci velmi důležité zaměřit se specificky na identifikaci rizikových znaků a signálů pro výskyt šikany.

Důvodem nebo obsahem šikany může být jakákoli odlišnost žáka nebo pedagoga, např. fyzická zdatnost, vzhled, hmotnost, barva pleti, tělesná neobratnost, inteligence – snížení rozumových schopností, nebo naopak nadání, jazyková/komunikační bariéra, socio-ekonomická odlišnost, psychická odlišnost, speciální vzdělávací potřeby žáka apod. Šikana může mít také specifický obraz, odehrává-li se ve vztahu k žákům nebo pedagogům z důvodu etnicity (v ČR bývá v této souvislosti nejčastější anticiganismus), rasové nebo národnostní příslušnosti, náboženského vyznání nebo víry (často také v kombinaci s pohlavím např. muslimské dívky, židovští chlapci apod.), sexuální orientace (nejčastěji proti homosexuálům) apod.<sup>10</sup>

<sup>9</sup> Problematice kyberšikany se věnuje Příloha č. 7 – Kyberšikana Metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (Dokument MŠMT č. j.: 21291/2010-28)

<sup>10</sup> Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení. Čj.:28 275/2000-22. MÜHLPACHR, P. Sociální patologie. Brno: MU Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80210-2511-5. Str. 1



## JEDNOTLIVÁ STÁDIA ŠIKANY

Kolář ve své knize Nová cesta k léčbě šikany vysvětluje schéma vývoje šikany, které dělí do pěti stupňů:<sup>11</sup>

### **První stadium** Zrod ostrakismu

Pojem „ostrakizace“ pochází z řečtiny, znamená „*střepinový soud*“ a dříve označoval proces obrany demokracie, kdy se vždy vybral jedinec, který ohrožoval demokracii a skupina rozhodla o jeho vyhnání. V této fázi se skupina diferencuje na jedince nejméně vlivné, nejméně oblíbené, outsidersy a obětní beránky, nacházející se v tzv. sociometrickém chvostu skupiny. Probíhají mírné, spíše psychické formy násilí vedoucí k tomu, že se oběť cítí vyčleněná, neoblíbená a neuznávaná. Ostatní členové skupiny se chovají k oběti odmítavě, pomlouvají ji, dělají si z ní legraci apod. Stává se, že oběť nejprve se vztekem vrací útočníkům nadávky, ale postupem času zjišťuje, že odpor je zbytečný a začíná se uzavírat sama do sebe. Tato zárodečná fáze se vyskytuje ve všech sociálních vrstvách. Sociální skupina se obvykle postojově dělí do několika táborů. Část skupiny schvaluje jednání agresorů a podporuje je v dalším konání. Proti nim stojí oběť nebo více obětí. Uprostřed se nachází neutrální jádro, které se nepřiklání ani k agresorovi ani k oběti. Jsou si vědomi vztahu agresora k oběti, někdy se oběti sami před agresorem zasmějí. Mluví s obětí i s agresorem, sami ale z různých důvodů situaci neřeší. Neutrální jádro je pro učitele podstatné v tom, že dokáže nejobektivněji popsat dění ve třídě.<sup>12</sup>

### **Druhé stadium** Přitvrzování manipulace, počátky fyzické agrese

Ostrakizovaní žáci se v této fázi stávají oběťmi v pravém slova smyslu. Nejčastěji agresorům slouží jako ventil pro odreagování, uvolnění svého napětí, ale i zahrnutí nudy. Zvyšuje se násilí a agresori začínají oběť napadat i fyzicky, ničit její majetek a používat tvrdé slovní útoky. Oběť je nucena sloužit agresorům, nosit svačinu nebo peníze. Útočníci začínají používat různé druhy manipulace, snaží se mít nad obětí plnou nadvládu, pracovat s jejími emocemi pro zvýšení jejího strachu a probuzení pocitů viny. Často se stává, že druhé stadium šikany probíhá při skupinových pobytech, kde spolu tráví žáci mnoho času. Záleží na imunitě skupiny. Pokud se v ní vyskytuje dostatek jedinců s negativními postoji k násilí, pokusy agresorů o šikanu neuspějí. V situaci, kdy ale skupina nemá dostatečně nastavené pozitivní morální hodnoty, pokusy o šikanu se mohou začít stupňovat.

### **Třetí stadium** Vytvoření jádra

Propuknutím této fáze byla imunita skupiny narušena. Agresori se shlukují v tzv. úderném jádře, kde společně systematicky šikanují vybrané oběti, většinou nejslabší jedince. V této fázi funguje hierarchie zvaná také jako „*pyramida šikanování*“. Na vrcholu je agresor nebo skupina agresorů, která si začíná zvykat na projevování své převahy formou psychického i fyzického násilí. Velmi často se agresor stává na konání násilí závislý (ubližováním oběti se stále zbavuje své frustrace nebo mu slouží jako prostředek k zábavě). Pod vrcholem pyramidy jsou tzv. přísluhovači, kteří projevují agresorovi sympatie, přebírají jeho normy chování a pomáhají mu v trýznění. V další části pyramidy se vyskytuje

<sup>11</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-8715. Str. 46-53

<sup>12</sup> MARTÍNEK, Z., Agresivita a kriminalita školní mládeže. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2310-5.

skupina, které zatím normy agresorů nepřijímá. Můžeme ji nazývat jako „*mlčící většinu*.“ Jedinci z této skupiny se bojí, že kdyby se od nich informace o násilí dostalo ven, byli by označeni za „*práškače*“. Bojí se oběti pomoci, přestože ví a sledují, jak je jí ubližováno. Hlavním důvodem jejich strachu je skutečnost, že by se oni sami mohli stát cílem agrese. Svým způsobem jsou rádi, že si agresori jako oběť vybrali někoho jiného.

Základnou pyramidu je oběť, která funguje jako střed zájmu agresorů. Uvědomuje si neřešitelnost své situace. Nikdo ze třídy jí nemá odvahu a leckdy ani chuť pomoci. Stává se, že se v této fázi oběť snaží přibližovat učiteli, ale bojí se s ním navázat kontakt.<sup>13</sup> V této fázi šikanování má škola poslední možnost, kdy je možné z vnějšku zasáhnout a šikanu zastavit. Je však žádoucí, aby byli v této problematice pedagogičtí pracovníci důkladně vzdělaní a připravení pro řešení.

#### **Čtvrté stadium** Většina přijímá normy agresorů

Tato fáze se vyznačuje tím, že se normy agresorů stávají ve skupině nepsaným pravidlem. Na většinu lidí je tlačeno, aby se přizpůsobili agresorům, a málokdo se tomu tlaku odváží postavit. Agresori jsou maximálně závislí na šikanování. Užívají si své vedoucí pozice i díky tomu, že se k ní přidávají jedinci, kteří dříve patřili do mlčící většiny. Vyžívají se v tom, že oni rozhodují o tom, jak se bude oběť trápit. Oběť je v této fázi již úplně bezbranná. Agresori postupně ničí její psychickou i fyzickou podstatu. V jistém ohledu je oběť na agresorech závislá, protože jen on rozhoduje o jejím osudu. Není ojedinělé i vyhrožování smrtí oběti. Pokud se šikana odhalí až v tomto stádiu, je nezbytné spolupracovat s odbornou pomocí, protože málokterý pedagog či stanovený preventista ve škole umí s takto „*prorostlým*“ psychologickým problémem pracovat.

#### **Páté stadium** Totalita neboli dokonalá šikana

Představuje finální stadium šikanující chování, kdy agresori jsou plně ovlivnění a závislí na své moci, v ubližování nemají žádné překážky. Projevování brutality je pro ně drogou. Nejsou schopni žádné empatie ani morálního uvažování.

Oběť zažívá neskutečné útrapy. Přesto už ani nemá tendence se násilí bránit, naopak chce agresorovi splnit jakýkoliv jeho požadavek, brání ho. Můžou se u oběti projevovat i prvky tzv. Stockholmského syndromu (oběť je na agresorovi závislá, jeho útoky jsou její jedinou jistotou). Agrese útočníka má v této fázi již podobu nejbrutálnějšího fyzického násilí, které může končit i smrtí. Na život si v některých případech sáhne i sama oběť. Tato fáze je již terapeuticky neřešitelná. Jediným východiskem je naprosté rozdělení všech členů skupiny. Ve školním prostředí tato fáze není tolik frekventovaná, typická je spíše pro věznice či výchovné ústavy a vojenské prostředí.

Pro řešení šikany je znalost výše uvedených fází nezbytná, protože každá fáze vyžaduje jiné léčebné postupy. Kolář uvádí, že je zásadní rozdíl mezi léčbou počátečních tří stádií a posledních dvou. Na počátku mají totiž žáci ještě snahu a tendenci na zlepšení vztahů v konkrétním kolektivu. Pokud se ale šikana řeší u čtvrtého nebo pátého stadia, skupina slepě vidí a plně poslouchá jen vůdce – agresory. U

<sup>13</sup> MARTÍNEK, Z., Agresivita a kriminalita školní mládeže. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2310-5.

prvních dvou stádií je řešení možné pomocí aktivit osobnostně sociální výchovy, u třetí fáze je nutné připravit cílený preventivní program proti šikaně a u posledních dvou fází je potřeba kolektiv rozpustit.

## ÚČASTNÍCI ŠIKANY

### Agresor

Toho, kdo je původcem šikany, kdo šikanuje, nazýváme agresor. Může nabírat nejrůznějších podob, ale u každého agresora najdeme několik společných znaků. Většinou má snahu dominovat a ovládat okolí, často je tělesně zdatný, nemá dostatek morálního citění, chybí mu pocit viny či lítosti. Často se snaží prosazovat, upřednostňují své zájmy, snadno se urazí, trpí nedostatkem sebereflexe a zasloužený trest berou jako křivdu. Agresoři mohou být nadprůměrně inteligentní, nebo právě naopak podprůměrní až omezení. Jsou většinou velmi sebevědomí, mohou být v kolektivu ostatních dětí oblíbení.

Agresorem se ale může stát i dítě s malou sebedůvěrou, které není v kolektivu oblíbené a ve způsobu šikanování pak tito jedinci vidí jedinou možnost získat obdiv a uznání spolužáků. *„Šikanující agresor bývá necitlivý a bezohledný vůči ostatním (obětem). Jeho svědomí není dostatečně vyvinuté. Existuje u něho zvýšená potřeba sebeprosazení. Tendence k agresi se často pojí s podezíravostí vůči okolí. Šikanista se obvykle projevuje agresivně již od útlého věku, a to generalizovaně. Pro některé agresory je typické, že svou oběť hodnotí jako méněcennou bytost, pro kterou platí jiná pravidla.“<sup>14</sup>*

Kolář sestavil na základě podobnosti určitých rysů výskyt tří typů agresorů:<sup>15</sup>

- ➔ **První typ** Hrubý, primitivní, impulzivní, se silným energetickým přetlakem, kázeňskými problémy – narušeným vztahem k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností. Šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanování cíleně k zastrahování ostatních. Častý výskyt agrese a brutality u rodičů – jako by agresoři násilí vraceli, nebo ho napodobovali.
- ➔ **Druhý typ** Velmi slušný, kultivovaný, narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuálním smyslu. Násilí a mučení je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků. Časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky.
- ➔ **Třetí typ** „Srandista“, optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný. Šikanuje pro pobavení sebe i ostatních. Patrná snaha zdůraznit „humorné“ a „zábavné“ stránky. Nezaznamenaná výraznější specifika. Pouze v obecnější rovině je přítomna citová subdeprivace a absence duchovních a mravních hodnot v rodině. Šikanující často pocházejí z rodin, kde je výchova nedůsledná, nebo naopak přehnaně přísná, kde rodinné vztahy postrádají dostatek citu a kde se děti chovají agresivně vůči ostatním, včetně dospělých.

<sup>14</sup> BENDL, S. Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003. ISBN 80-86642-08-9. Str. 44

<sup>15</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-8715. Str. 86

## Oběť

Za oběť označujeme jedince, na kterém je šikana prováděna. Někdy je v kolektivu vybírána nahodile, nikdo si proto nemůže být zcela jistý, že se obětí nikdy nestane. Ve většině případů však volba padá na fyzicky i psychicky nejslabší jedince skupiny. Častým znakem oběti bývá fyzická odlišnost, mohou být neobratní, obézní nebo jinak handicapovaní. Jedná se většinou o jedince, kteří se z různých důvodů neumí účinně bránit, mají snížené sebehodnocení.

V posledních letech se obětí také stávají děti sociálně znevýhodněné, které se neoblékají podle poslední módy, nemají mobilní telefon apod. Obětí šikany se také snadno stávají mentálně slabší děti, nebo naopak děti vysoce inteligentní, které patří mezi „šprty.“

Oběťmi se také stávají často děti, které působí nepříjemně, a to i na učitele. Ten svým necitlivým přístupem nebo nevhodným postojem může nepřímo zadat podnět k šikanování tohoto žáka. Obětí šikany se také stávají žáci nově přicházející do kolektivu a mají problém s adaptací v novém kolektivu a v novém prostředí.

Společné rysy můžeme vysledovat i v rodinném zázemí. Většina obětí má rodiče s velmi úzkostnou a přehnaně pečlivou povahou. Příliš své děti omezují a kontrolují, a tím prohlubují jejich nesamostatnost a závislost. Někteří rodiče naopak své děti zanedbávají nebo dokonce týrají. Takové dítě se chová jinak a má problémy zapadnout do kolektivu ostatních. Zvláštním jevem je psychická závislost týraného na tyranovi, kdy týraný chce být šikanován.

## Mlčící většina

Musíme mít stále na paměti, že šikana je jev velice složitý a je záležitostí celé skupiny. Kromě agresora a oběti jsou účastníky i ostatní žáci ve třídě, které nazýváme mlčící většinou. Z hlediska řešení konfliktu spojeného se šikanou je mlčící většina neboli přihlížející nejdůležitějším aktérem šikany. Protože jak říká Bendl: „*Pokud získáme tyto děti na svou stranu a dokážeme je zainteresovat v oblasti potírání šikany, potom budou mít naše snahy daleko větší naději na úspěch.*“<sup>16</sup>

Mlčící většina má také vliv na to, zda se šikana v kolektivu vůbec rozvine. Každá skupina má své specificky nastavené normy, které mají vliv na postoje všech žáků ve třídě. Pokud budou tito přihlížející opravdu jen mlčícími pozorovateli, nemá agresor téměř žádné překážky ke svému konání. V případě, že se však mlčící většina rozhodne ze svého, agresorovým nátlakem předurčeného, statusu vystoupit, je velká šance rozvoji šikany ve třídě zabránit.

Důvody pro mlčení přihlížejících jsou logické. Pozorují veškeré konání agresorů. Kvůli strachu, aby se také nestali cílem agresorova ubližování, je pro ně výhodnější stagnovat. Varujícím faktorem možného jednání přihlížejících je skutečnost, že v pokročilejších fázích šikany se pod agresorovým nátlakem přihlížející skupina stává sama agresivním činitelem šikany.

---

<sup>16</sup> BENDL, Stanislav. Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003. Pedagogika (ISV). ISBN 80-866-4208-9. Str. 49

## JAK PŘEDCHÁZET ŠIKANĚ

Šikana je opravdu velmi vážný a velmi citlivý problém. Šikanu nesmíme nikdy podceňovat. Učitelé by si měli uvědomit, že v současné době neexistuje žádné prostředí, které by bylo proti šikaně imunní. Prevence je na místě i tam, kde se dosud tento sociálně patologický jev nevyskytl. Je mnohem jednodušší a účinnější šikaně předcházet, než ji později odstraňovat nebo proti ní bojovat.

Nezastupitelnou úlohu v prevenci sociálně patologických jevů, mezi něž šikanu řadíme, má třídní učitel. Ten je denně v kontaktu se žáky, má vliv na atmosféru a klima ve třídě, na vytváření pozitivních vztahů a má možnost se žáky otevřeně komunikovat. Pokud si učitel dokáže zajistit důvěru žáků i rodičů, je učiněn první a nejdůležitější krok prevence šikany. Každý pedagog by měl využít své osobní, morální a společenské předpoklady a být svým žákům dobrým příkladem. Měl by být schopen pochválit, napomenout, uznat svou vlastní chybu a v případě potřeby se dítěti omluvit. Měl by trpělivě a s respektem umět vyslechnout názor žáků, diskutovat s nimi, naslouchat jim. Měl by být schopen vysvětlit žákům principy demokracie a uplatňovat je ve své třídě.

I další učitelé by měli být schopni poskytnout žákům, kteří mají problémy, účinnou pomoc. Každý učitel může šikanujícímu žákovi vysvětlit nepřijatelnost jeho jednání a obětem šikany pomoci osvojit si dovednosti a strategie, které jim umožní situaci zvládat.

Zásadním předpokladem pro účinnou prevenci je podpora vytváření kvalitních vztahů v rodině, ve škole, zájmových organizacích. Především dobrá a důsledná komunikace mezi všemi může pozitivně působit na snižování agresivního chování. Neméně důležitým předpokladem je i solidarita silnějších se slabšími. Při prevenci je nutné hledat cesty, jak předcházet rizikům vzniku sociálně patologických jevů, jak vytvářet zdravé sociální klima.

A v právě v prevenci šikany může být silným pomocníkem dramatická výchova a její jednotlivé metody a techniky. My v této metodice nastíníme především využití divadla fórum a strukturovaného dramatu.

TABULKA 1 POSTUPY PRO VYŠETŘENÍ A ŘEŠENÍ ŠIKANY<sup>17</sup>

První pomoc při počáteční šikaně	Krizový scénář pro výbuch skupinového násilí při pokročilé šikaně
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Odhad závažnosti a formy šikany</li> <li>2. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi</li> <li>3. Nalezení vhodných svědků</li> <li>4. Individuální rozhovory se svědky (nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků a konfrontace oběti s agresory)</li> <li>5. Ochrana oběti</li> <li>6. Předběžné vyhodnocení a volba ze dvou typů rozhovoru:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření)</li> <li>b) rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku)</li> </ol> </li> <li>7. Realizace vhodné metody:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) metoda usmíření</li> <li>b) metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči)</li> </ol> </li> <li>8. Třídní hodina             <ol style="list-style-type: none"> <li>a) efekt metody usmíření</li> <li>b) oznámení potrestání agresorů</li> </ol> </li> <li>9. Rozhovor s rodiči oběti</li> <li>10. Třídní schůzka</li> <li>11. Práce s celou třídou.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>A. První (alarmující) kroky pomoci</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti formy šikany</li> <li>2. Bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí</li> </ol> </li> <li><b>B. Příprava podmínek pro vyšetřování</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy</li> <li>4. Zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi</li> <li>5. Pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře)</li> <li>6. Oznámení na Policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanu, informace rodičům</li> </ol> </li> <li><b>C. Vyšetřování</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Rozhovor s obětí a informátory</li> <li>8. Nalezení nejslabších článků, nespolupracujících svědků</li> <li>9. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky</li> <li>10. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi)</li> </ol> </li> <li><b>D. Náprava</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.</li> </ol> </li> </ol>
<p><i>Podrobnější komentář k jednotlivým krokům postupu viz kniha Nová cesta k léčbě šikany – Kolář M. (2011)</i></p>	

<sup>17</sup> Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení. Čj.:28 275/2000-22. MÜHLPACHR, P. Sociální patologie. Brno: MU Pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80210-2511-5.

# **PRAKTICKÁ ČÁST**

## **ŠIKANÁ JAKO BEZPROSTŘEDNÍ RIZIKO PRO DEMOKRATICKOU KULTURU NA ŠKOLÁCH**

## VYUŽITÍ PROSTŘEDKŮ PROŽITKOVÉHO VZDĚLÁVÁNÍ V PREVENCI PROTI ŠIKANĚ

Naše metodiky směřují především k využití technika a metod specifické práce prožitkového vzdělávání, kterými jsou strukturované drama a divadlo fórum. Oběma tématům jsou věnované samostatné metodiky, které vám pomohou připravit konkrétní práci pro vaši skupinu dětí ušitou na míru. Následující aktivity slouží pouze jako inspirace a nástin toho, jak se může vaše práce odvíjet.

### HRY NA ROZEHRÁTÍ

Tento typ her pomáhá dětem aktivně se odreagovat od předchozích aktivit, rozhýbat se, zapojit celé tělo. Čím více děti mají možnost odreagování se ve smysluplném pohybu, tím méně se u nich projevuje frustrace ze sedavých aktivit, která se projevuje nejrůznějšími (často negativními) způsoby.

#### ČERNÁ, BÍLÁ, STRAKATÁ

**Instrukce** Prostor rozdělíme na dvě části (křídou na zem, provázkem, lepenkou apod.). V jedné části je nápis černá, ve druhé bílá. Na pokyn lektora musí všichni účastníci být na určeném území. Lektor vyvolává barvy nepravidelně, nečekaně a rychle střídá pokyny. V okamžiku, kdy lektor vysloví příkaz „strakatá“, postaví se hráči na hranici tak, že jednu nohu mají na černém území a druhou na bílém.

**Závěr** Po aktivitě následuje reflexe, ve které lektor vede děti k uvědomění si paralely s reálným životem. Kdo rozhoduje o tom, zda jsme v daném okamžiku „bílí“ či „černí“? Jak se cítíme, pokud o tom rozhoduje někdo jiný, než my sami? Jak důležité je pro nás někde patřit? Jak příslušnost k určité skupině ovlivňuje to, jak nás ostatní vnímají? Jak se asi cítí ten, který do žádné skupiny nezapadá?

#### SOCIOMETRICKÉ ŘADY

**Instrukce** Práce s těmito řadami má o to větší efekt, pokud s nimi pracujeme pravidelně. Dává dětem možnost učit se společně komunikovat, děti při nich na vlastní kůži zažijí, že přestože některé spolužáky považujeme za od nás velmi odlišné, můžeme přijít na to, že mám přeci jen něco společného a naopak. Možná zjistíme, že spolužák, který je nám blízký, se od nás může v něčem velmi lišit. Účastníci mají za úkol seřadit se do řady podle zadání lektora:

- ➔ Od nejmenšího po největšího
- ➔ Podle abecedy
- ➔ Podle délky vlasů
- ➔ Podle obratnosti ve sportu
- ➔ Podle počtu sourozenců
- ➔ Podle počtu plyšáků

S řadami je vhodné dále pracovat. U některého zadání můžeme diskutovat o tom, jaké moje místo v řadě nese v životě výhody, co je naopak nevýhodné.

Další variantou může být rozdělení skupiny na dvě části. Obě skupiny pak soupeří, která bude dle zadaného pokynu dříve seřazená.



## VYTVÁŘÍME SOUSOŠÍ

**Instrukce** Práce s vytvářením sousoší je jedna ze základních technik divadla utlačovaných. Dá se tedy použít u všech témat v nejrůznějších variacích. Stejně tak ji můžeme využít při práci se strukturovaným dramatem. Je skvělým pomocníkem pro rozjetí následné dramatické práce, ať už je jím příběh divadlo fórum, nebo ponoření se do tématu šikany pomocí strukturované dramatické práce.

Všichni účastníci se pohybují po místnosti tak, aby se vyplnil celý prostor. Během tohoto pohybu je vyzvěte, aby vytvořili skupiny na základě stejné barvy jejich oblečení, nebo barvy očí. Poté se znovu všichni pohybují po prostoru. Tentokrát utvoří skupiny na základě vzdálenosti jejich domova od školy.

Poté se znovu rozejděte po místnosti. Tentokrát účastníci utvoří skupiny na základě měsíce jejich narození, ale nesmí u toho mluvit. Zkuste vytvořit skupiny asi po čtyřech. Poté zkombinujte dvě nebo tři skupiny dohromady, případně rozdělte. Cílem je, aby se hráči rozpohybovali a poté utvořili nové skupinky.

Jeden člen každé ze skupin je vybrán za sochaře, který má za úkol vytvořit sousoší ze zbylých členů skupiny na téma šikany, které určí pedagog. Ten může zadávat pokyny tak, že vyslovená věta bude názvem daného sousoší. Například: Ty tady sedět nebudeš; Počkáme si na tebe za školou; Dej sem svačinu; Dám ti facku; Opovaž se to někomu říct; apod.

Na vytvoření sousoší mají žáci asi minutu. Vše se vytváří tak, aniž by sochaři sahali na své sochy. Sochy samotné jen reagují na pohyb sochaře tak, jako by opravdu docházelo k dotyku. Jde tedy i o rozvoj citlivosti každého jednotlivého člena sousoší. Dejte si také během práce dostatek času na to, aby si vzájemně mohli sochy všichni prohlédnout.

Se sousoším můžeme následně pracovat několika způsoby. Například v okamžiku, kdy sochař dokončí své dílo, označí jednoho člena sousoší a vymění si s ním místo. Nový sochař změní sousoší ve svou verzi daného tématu. Po dokončení opět vybere jednu „sochu“ a vymění si role. Tento způsob ještě více podpoří formu dialogu mezi hráči.

Pokud směřuje naše aktivita k divadelnímu tvaru, může následně každá skupina prezentovat svoje sousoší před ostatními. Diváci diskutují o tom, co vidí. Pokud sousoší není příliš jasné, srozumitelné, můžeme využít dalších technik, jako například krátké rozpohybování soch, nebo je můžeme dotykem rozmluvit a zeptat se jich, co v tuto chvíli cítí, prožívají apod.

Společně s dětmi zhodnotíme celou aktivitu. Byla zadané téma obtížné? Víím, co si pod jednotlivými pojmy konkrétně představít? Bylo obtížné zobrazené situace identifikovat? Co jsem se naučil? Co nového jsem zjistil o sobě?

## ZÁVĚREM

Jak ve strukturovaném dramatu, tak při přípravě divadla fórum myslíme na to, že je důležité do příběhu zařadit co nejvíce úhlů pohledu na dané téma. V případě šikany jsou těmito aktéry agresor, oběť a přihlížející většina. Nezapomínáme ale také na to, že tyto role se v průběhu času mohou také vyvíjet a měnit. Nežřídká se stává, že agresor je zároveň v jiném prostředí obětí. Častým jevem je také postoj – raději se přidám k agresorům, abych sám nebyl obětí. Zkrátka šikana je jevem složitým s velmi vážnými důsledky. Proto je důležité ji nepodceňovat a učit se citlivosti při vnímání jejich počátečních stádií tak, abychom mohli dětem včas pomoci v jejich trápeních a starostech, aby se z nich časem nevyvinuli problémy, které by je ovlivnili negativně na zbytek života.

## SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY

1. BENDL S., Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003. Pedagogika (ISV).  
ISBN 80-866-4208-9.
2. JILČÍK J.; PLŠKOVÁ A.; ZAPLETAL L., Sociologie II – Úvod do problematiky sociálně patologických jevů. Brno, 1999.
3. KOLÁŘ M., Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-8715.
4. KOLÁŘ M., Skrytý svět šikanování ve školách: příčiny, diagnostika a praktická pomoc. Vyd. 2. Praha: Portál, 2000. Pedagogická praxe. ISBN 80-717-8409-5.
5. Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení. Čj.:28 275/2000-22. MÜHLPACHR, P. Sociální patologie. Brno: MU Pedagogická fakulta, 2001.  
ISBN 80210-2511-5.
6. Metodický pokyn MŠMT k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže.  
Čj. 14 514/2000-51.
7. Všeobecná encyklopedie DIDEROT. Nakladatelský dům OP, Praha. 1998.
8. ŠIMANOVSKÝ Z. Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu. Praha: Portál 2015.  
ISBN 978-80-262-0887-7.

