

## Kam se obrátit?

Policie ČR	158
Linka bezpečí	800 155 555
Tísňové volání z mobilního telefonu	112
Rodičovská linka	+420 2 83 852 222
Vzdělávací institut ochrany dětí	<a href="http://www.detskaprava.cz">www.detskaprava.cz</a> <a href="http://www.viod.cz">www.viod.cz</a>

Napsaly:

MUDr. J. Drtilová, Mgr. Jaroslava Hanušová

VIOD

U Pergamenky 1511/3, 170 00 Praha 7

tel.: +420 266 710 375, +420 266 722 231, fax: +420 266 722 231

© Vzdělávací institut ochrany dětí + MUDr. J. Drtilová, Mgr. Jaroslava Hanušová

[www.jp.d.viod.eu.com](http://www.jp.d.viod.eu.com)

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.



## Šikana - děti a rodiče

Šikanované dítě chodí domů zbité, umazané, chybějí mu části oděvu, požaduje pod libovolnými záminkami peníze na další den. Šikanované děti se snadno stávají záškoláky nebo se jim nechce do školy. Trpí poruchami soustředění, jsou smutné natolik, že se u nich může vyvinout patologický smutek (deprese). Jsou vystrašené, nemocné, opakovaně navštěvují lékaře.

Stanou-li se děti svědky šikany, mívají kromě strachu pocit studu a spoluviny, přestože se jí nezúčastní. Vždy svým dětem naslouchejte a nezlehčujte to, co vám vyprávějí. Snažte se přesně zjistit, co se dělo a kdo se šikany zúčastnil.

Šikana sama od sebe obvykle nepřestává. Máte-li podezření na šikanu, pak se spojte s ředitelem školy, zřizovatelem školy. Promluvte o věci s třídním učitelem. Podáte-li písemnou stížnost, mějte vždy kopii. Bude-li ji s vámi představitel školy projednávat ústně, dělejte si poznámky. Vytrvale, i když vždy zdvořile, se ptejte a nedejte se odbýt. Pomozte svému dítěti zvládnout zátěž: naučte je, jak se vyhnout nebezpečným situacím. Co odpovědět nebo jak nereagovat na provokaci. Nebojte se požádat o přeložení dítěte do jiné třídy, případně školy, ale ověřte si předem, jaké tam vládnou poměry.

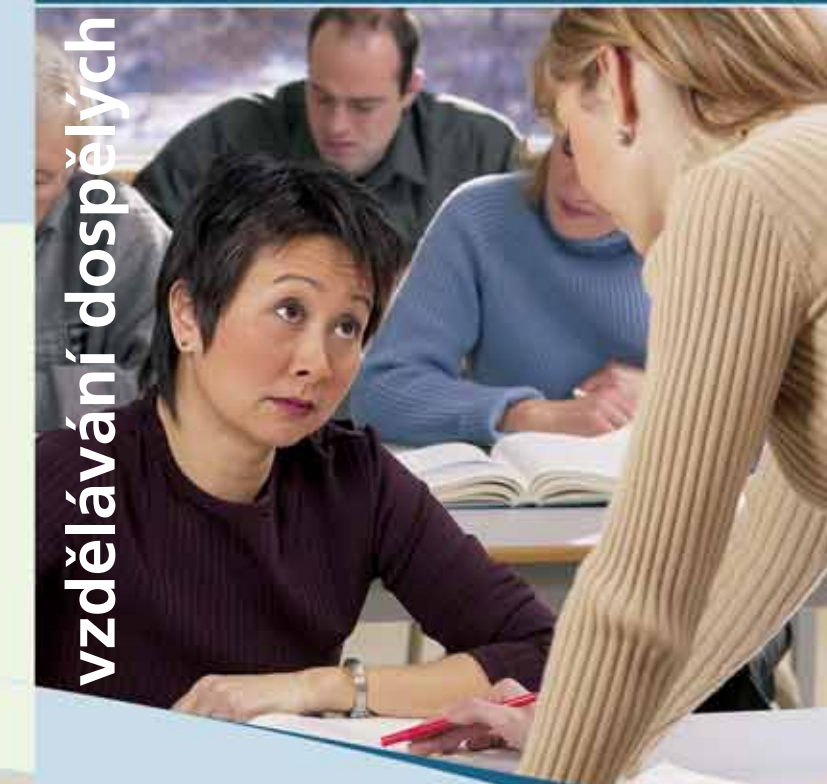
## Šikana a učitelé

Nepřesvědčujte sebe ani druhé, že ve Vaší škole šikana není (v nějaké podobě je v současnosti v každé škole, u nás i v cizině). Základním úkolem je prevence. Při každé příležitosti dětem vysvětlujte, co je šikana, jak se jí vyhnout i jak se bránit. Děti by vám měly důvěřovat. Zajistěte, aby každý ve škole věděl, co šikana je, včetně školníka a uklízečky. Věnujte pozornost dětem o přestávkách, na školním hřišti, v bezprostředním okolí školy, ve školní jídelně i jinde.

Naslouchejte dětem i rodičům. Jestliže s Vámi o šikaně mluví, nikdy nezlehčujte a nepodceňujte, co slyšíte. Vyšetřujete-li šikanu, mějte na mysli, že bývá skrytá a rafinovaná, těžko se dokazuje. Vždy spolupracujte s rodiči. Pamatujte, že se šikanované dítě bojí, v těžších případech hledá vinu v sobě a ztotožňuje se s útočníkem. Nebojte se pravidelně a opakovaně využívat anonymní dotazníky ověřující výskyt a druhy šikany ve škole. Mějte na mysli, že dlouhodobá šikana může oběti poškodit na celé roky, někdy celoživotně. Je pravděpodobné, že se šikana podílí na sebepoškození a sebevražedných pokusech dětí. Dospělí lidé, kteří byli v dětství obětí šikany, bývají náchylnější k úzkostným stavům, chorobnému smutku (depresi) a mívají obtíže ve vztahu k životním partnerům.

# ŠIKANA

vzdělávání dospělých





- šikana je nebezpečný sociálně patologický jev, při němž je omezována zejména osobní svoboda a svoboda rozhodování. Je ponižována lidská důstojnost a čest. Mnohdy je obětí ubližováno na zdraví či na majetku
- záměrem šikany je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného člověka, případně skupinu lidí. Zahrnuje fyzický útok: například bití nebo poškozování věcí druhého člověka, ale i útok slovní: od nadávek a ponižování po pomluvy. Šikana může být i nepřímá (šikanující se třeba chová tak, jako by druhý člověk neexistoval...)
- o šikaně mluvíme pouze tehdy, je-li oběť z jakéhokoli důvodu bezbranná (fyzický handicap, psychická odlišnost, neobratnost, izolovanost v kolektivu, skupinový útok...)
- její následky na duševním a tělesném zdraví mohou být vážné, ba i celoživotní

Šikanování je proces, který se vyvíjí postupně do pěti vývojových stadií (ostrakizmus, přitvrzování manipulace, nukleový základ, mlčící většina, dokonalá šikana). Toto rozdělení se používá především z didaktických důvodů. V praxi není možné vysledovat a určit přesné hranice mezi jednotlivými stadii, protože se různě překrývají a splývají.



**Šikana se vyskytuje ve školních třídách, v partách, ve vojenském prostředí, na pracovišti, ale i v rodinách.**

**Aby se šikana mohla plně rozvinout, je zapotřebí, aby byly splněny tyto podmínky:**

- přítomnost potencionálního šikanujícího agresora,
- přítomnost potencionální oběti šikanování,
- přítomnost takového klimatu skupiny, které šikanování připustí, resp. mu nezabrání.

## Kdo je obětí?

- fyzicky slabí či handicapovaní,
- s nezvyklými zájmy,
- sociálně znevýhodnění,
- psychicky nemocní,
- vysoce inteligentní či mentálně slabší osoby,
- lidé s rasovou či jinou odlišností.

**NENÍ PRAVDA**, že šikanovaného nikdo nepochopí. Není pravda, že mu nikdo nedokáže pomoci. Není pravda, že se odlišuje, že je jiný nebo horší.

**Vím, že se ptáte sám sebe, proč zrovna vy máte tohle trápení...**

**NENÍ TO PROTO**, že byste byl slabý, že byste byl špatný, že si to zasloužíte. Jenom jste uvěřil lži toho, kdo šikanuje.

**Vím, že se bojíte komukoliv říci, co se děje, kdo a jak Vám ubližuje. Ten, kdo Vám vyhrožuje, vychází z toho, že Váš strach je jeho nejlepší pomůcka, nástroj... Ten, kdo Vás trápí, ví, že šikaně se nejlépe daří v atmosféře tajemství...**

