



Program proti šikanování

vypracován dle metodického pokynu ministryně školství, mládeže
a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských
zařízeních 2016

Dům dětí a mládeže Štětí



Obsah

Úvodní ustanovení	1
1 Charakteristika šikany	1
1.1 Přímá šikana	2
1.2 Nepřímá šikana	2
1.3 Kyberšikana	2
1.4 Podle M. Koláře prochází šikana pěti stádii:	2
1.5 Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování – viz Příloha č. 1	3
2 Šikana zaměřená na pedagoga	3
2.1 Specifika prevence šikany zaměřené na pedagoga.....	3
2.2 Specifika pro řešení šikany zaměřené na učitele – viz. Příloha č. 3	4
3 Preventivní aktivity zařízení	4
3.1 Spolupráce se specializovanými institucemi	4
4 Odpovědnost rodičů a DDM.....	4
4.1 Ohlašovací povinnost zařízení	5
5 Krizový plán zařízení při řešení šikany vůči účastníkovi	6
5.1 Počáteční stádia šikanování (bez nutné intervence ostatních institucí).....	6
5.2 Pokročilá šikana s neobvyklou formou.....	7
6 Krizový plán zařízení při řešení šikany vůči pedagogovi.....	7
Příloha č. 1 - Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování	8
Příloha č. 2 - Letáček pro rodiče	11
Příloha č. 3 - Specifika pro řešení šikany zaměřené na pedagoga.....	13
Příloha č. 4 – Na koho se obrátit.....	Chyba! Záložka není definována.

Úvodní ustanovení

Program proti šikanování vychází převážně z Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č. j. MSMT-21149/2016) a z ostatní aktuálně platné legislativy a metodických dokumentů MŠMT.

1 Charakteristika šikany

Dle metodického pokynu MŠMT je šikana definována následovně:



„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, nepříjemností útoku pro oběť a samoúčelností agrese.“

Metodický pokyn dále rozlišuje tři hlavní podoby šikany

1.1 Přímá šikana

- fyzická (např. bití, plivání, tahání za vlasy),
- verbální (např. vulgární nadávky, zraňující komentáře k rase, národnosti, etnicitě, náboženství nebo sexualitě, výhrůžky, násilné a manipulativní příkazy),
- 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).

1.2 Nepřímá šikana

- cílem způsobit emocionální a psychologické utrpení a poškodit sociální status oběti,
- vykonávána skrytě, tzn. navenek žádný negativní záměr není patrný,
- agresor neútočí přímo, často využívá prostředníka,
- většinou nefyzická, nejčastěji se jedná o záměrnou ignoraci nebo izolování žáka nebo učitele, rozšiřování pomluv a lží, neoprávněné nařčení ze sexuálního obtěžování nebo nespravedlivé hodnocení (u učitele), ničení pověsti a reputace, ponižování před ostatními žáky i pedagogy, nepříjemné sexuální provokace.

1.3 Kyberšikana

- zakládání falešných profilů na jméno žáka či učitele s dehonestujícím obsahem, prezentace ponižujících videí na portálech (např. youtube.com, facebook.com), prezentace zraňujících komentářů na webu, rozesílání vulgárních či výhrůžných koláží s tváří žáka nebo učitele či příslušníků jeho rodiny, výhrůžné sms nebo e-maily,
- vyznačuje se širším dosahem, tudíž i zhoršením prožívání situace obětí,
- často je doplňkem šikany přímé či nepřímé.

1.4 Podle M. Koláře prochází šikana pěti stádii:



1. Zrod ostrakismu

- mírné, převážně psychické formy násilí, oběť se necítí dobře, je neoblíben a není uznáván, projevuje se často odmítáním, pomluvami, intrikami.

2. Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

- v zátěžových situacích se začíná objevovat mírná fyzická agrese.

3. Vytvoření jádra

- systematická spolupráce agresorů, kteří začínají utvářet organizované jádro.

4. Většina přijímá normy

- normy agresorů jsou přijaty většinou a stávají se nepsaným zákonem, i mírní žáci se na základě tlaku ke konformnímu chování přizpůsobí a začnou se chovat krutě.

5. Totalita neboli dokonalá šikana

- násilí je jako norma přijato všemi členy třídy, žáci jsou rozděleni na „otrokáře“ a „otroky“.

1.5 Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování – viz Příloha č. 1

2 Šikana zaměřená na pedagoga

Šikana zaměřená na pedagoga ze strany účastníků se týká všech členů školského zařízení, není výsledkem pouze osobnostních charakteristik pedagoga nebo jeho sociálních a pedagogických kompetencí. Je specifická narušení jasně definovaných rolí, kdy pozice účastníka výrazně zesílí, nehledě na formálně vyšší moc a autoritu pedagoga, a to i na úroveň vyšší, než kde se nachází pozice vyučujícího. Odehrává se nejčastěji v prostorách zařízení, ale častá je i v kyberprostoru a jinde.

Výskyt šikany zaměřené na pedagoga ze strany účastníka výrazně zvyšuje např. agresivní chování s cílem ublížit pedagogovi ze strany vedení (nejčastěji jako *bossing*), kolegů (nejčastěji jako *mobbing*), podřízených kolegů (nejčastěji jako *staffing*), nebo šikana ze strany zákonných zástupců. Je proto nutné vytvořit, zachovat a posílit pozitivní pracovní a výchovně-vzdělávací atmosféru v zařízení (včetně řádné slušné a neironizující komunikace mezi všemi zúčastněnými stranami výchovně-vzdělávacího procesu). Na tom se podílí nejen vedení, ale všichni pedagogové a zaměstnanci DDM. Pedagogovi se tak usnadní případné požádání o pomoc (šikanu ze strany účastníků vůči své osobě může brát jako osobní selhání a s pocitem studu).

2.1 Specifika prevence šikany zaměřené na pedagoga

- důraz na dobré sociální klima zařízení, atmosféra důvěry,



- podpora pedagogů vedením a jejich ocenění,
- jasně stanovený způsob oznámení a řešení šikany zaměřené na pedagoga,
- včasné reagování pedagoga na porušení pravidel formou individuální konzultace, nikoliv formou konfrontace před ostatními,
- vytvoření podmínek pro dosažení úspěchu u všech účastníků, nikoliv pouze u několika vyvolených,
- zachování objektivity a nestrannosti při hodnocení účastníků, pedagog účastníky neponižuje a nezesměšňuje, vyhýbá se konfrontačnímu tónu,
- průběžné pozorování nálad, emocí a chování účastníků a včasné reagování na výrazné změny,
- řešení problémů ve spolupráci s vedením DDM.

2.2 Specifika pro řešení šikany zaměřené na učitele – viz. Příloha č. 3

3 Preventivní aktivity zařízení

Jedním ze základních principů, které by se měly stát společným cílem všech pedagogických pracovníků i rodičů, je zajistit účastníkům bezpečné prostředí podněcující rozvoj jejich osobností. Spolupráce DDM a rodičů je tedy bezpodmínečně nutná k tomu, aby se účastníci stali co nejvíce odolnými vůči rizikovému chování, jehož výskyt je stále hojnější. Samozřejmostí je snaha o splnění všech cílů Preventivního programu DDM.

3.1 Spolupráce se specializovanými institucemi

V oblasti prevence šikany a řešení konkrétních případů spolupracuje DDM s následujícími institucemi:

- PPP, SPC, okresním metodikem prevence,
- pediatři, psychologové a psychiatři,
- oddělení péče o rodinu a děti
- v těžších případech Policie ČR, orgány sociálně právní ochrany dítěte.

4 Odpovědnost rodičů a DDM

Rodičovská odpovědnost zahrnuje práva a povinnosti rodičů vztahujících se na péči o dítě (zejména péče o jeho zdraví, tělesný, citový, rozumový a mravní vývoj). Úloha rodičů ve výchově dítěte je rozhodující a jeho usměrňování výchovnými prostředky volí dle vlastního uvážení, vždy však odpovídající stupni vývoje dítěte, jakož i s ohledem na ochranu morálky, zdraví a práv dítěte i práv jiných osob a veřejného pořádku.

Škola či školské zařízení má jednoznačnou zodpovědnost za děti a žáky. V souladu s ustanovením § 29 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů,



jsou školy a školská zařízení povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit, a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu musí pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předcházet, jeho projevy neprodleně řešit a každé jeho oběti poskytnout okamžitou pomoc. Toto se vztahuje i prevenci či řešení projevů kyberšikany v jakémkoliv stádium.

Jako účastník šikany může být označena sama škola, pokud se nesplní následující povinnosti dané trestním zákoníkem: povinnost přezkázat páchan nebo spáchání trestného činu (§ 367), neoznámení trestného činu (§ 368), apod.

Z hlediska trestního zákona může protiprávní jednání s prvky šikany být kvalifikováno jako některý z přestupků proti občanskému soužití. Závažnější forma šikany může naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění (dále jen trestných činů) vydírání (§ 235), omezování osobní svobody (§ 213), útisku (§ 237), ublížení na zdraví (§ 221-224), loupeže (§ 234), násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci (šikana na základě zdravotního postižení, etnicity, náboženství apod.) (zvláště § 197 a či § 355 a 356), poškozování cizí věci (§ 257), znásilnění (§ 241), kuplířství (§ 204) apod. V případě kyberšikany mohou činy agresora/ů naplňovat skutkovou podstatu např. nebezpečného pronásledování (§ 354), porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182), porušení tajemství listina a dokumentů uchovávaných v soukromí (např. zveřejnění fotografií z mobilu, § 183), šíření pornografie (např. sexting, § 191) apod.

Pedagogický pracovník, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení, případně nepřekazení trestného činu (§168, 167 trestního zákona). V úvahu přicházejí i další trestné činy jako např. nadřování (§ 166 tr. zákona) či schvalování trestného činu (§165 tr. zákona), v krajním případě i podněcování (§ 164 tr. zákona). Skutkovou podstatu účastenství na trestném činu (§ 10 tr. zákona) může jednání pedagogického pracovníka naplňovat v případě, že o chování žáků věděl a nezabránil spáchání trestného činu např. tím, že ponechal šikanovaného samotného mezi šikanujícími žáky apod.

4.1 Ohlašovací povinnost zařízení

- **Zákonným zástupcům účastníků** (agresorů i obětí) dojde-li k šikaně v průběhu zájmového vzdělávání, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb (§ 21 odst. 2 školského zákona)
 - Při řešení počátečního stadia šikany (lze vyšetřit během jednoho či dvou dnů) obecně platí, že jsou rodiče informováni až po jejím vyšetření.
 - Rodiče protagonistů šikany nejsou zváni do zařízení na počátku šetření šikany (musí být podány dostatečné informace) a rozhodně ne najednou.



- O výskytu šikany v kolektivu musí být náležitou formou (přípravenost, objektivnost, anonymita) informováni i ostatní rodiče, v případě pokročilé šikany je na místě svolat mimořádnou schůzku rodičů.
- **Orgánu sociálně-právní ochrany dětí** v případě, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný, nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo.
 - Tato situace musí trvat po takovou dobu nebo nabývat takové intenzity, že nepříznivě ovlivňuje vývoj dítěte anebo je nebo může být příčinou nepříznivého vývoje dítěte (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů).
 - V případě šikany se jedná o všechny případy nahlášené policejním orgánům či státnímu zástupci, popř. případy těmto nenahlášené, ale nasvědčující tomu, že se dítě nachází v nepříznivé sociální situaci (jeho přirozené prostředí nedokáže dostatečným způsobem naplňovat své funkce).
 - OSPOD využívá při následném řešení nahlášené šikany vyhodnocení situace dítěte a jeho rodiny, individuální plánování koordinované intervence, případové konference, na které může být pozván i zástupce školy (ze zákona je vázán mlčenlivostí (dle § 57 odst. 2 zákona o sociálně-právní ochraně dětí).
- **Policii ČR** či **státnímu zástupci**, pokud v souvislosti s šikanou dojde k naplnění skutkové podstaty přestupku či trestného činu (viz. Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č.j. MSMT-21149/2016 – čl. 10).

5 Krizový plán zařízení při řešení šikany vůči účastníkovi

5.1 Počáteční stádia šikanování (bez nutné intervence ostatních institucí)

Spolupráce pedagoga s metodikem prevence, popř. s ostatními kolegy, konzultace dalšího postupu na pravidelných schůzích. V případě kyberšikany je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru – toto mapování je pro správné řešení kyberšikany klíčové. Pokud přijdou rodiče žádat o pomoc ohledně šikany svého dítěte, pedagog nereaguje obranně a nedůvěřivě, nevyjadřuje pochybnosti a situaci nezlehčuje. Situace se nikdy nesmí podcenit a je nutné ji vždy účinně a bezpečně prošetřit.

Kontaktování rodičů případné oběti, spolupráce s nimi.

Rozhovor s informátory a oběťmi za účelem zjištění kdo je oběť, agresor, iniciátor, k jakému konkrétnímu projevu šikany došlo, kdy a kde. Již v tomto stádiu je nutné ochránit oběť před agresorem. Veškeré rozhovory probíhají za přítomnosti alespoň dvou dospělých osob, nikdy ne za přítomnosti ostatních žáků, výpovědi jsou zaznamenávány.

- Nalezení vhodných svědků, kteří jsou neutrální a nesympatizují s agresorem.



- Individuální, případně konfrontační rozhovor se svědky, nikdy nesmí dojít ke konfrontaci agresorů a obětí).
- Ochrana oběti před možnou další agresí po celou dobu vyšetřování.
- Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi. Tato fáze následuje až po shromáždění všech dostupných důkazů, i z důvodu možného zastrašení agresora informovaností pedagogů.
- Informování dalších pedagogů o dané situaci.
- Seznámení rodičů a účastníků s výsledky jednání výchovné komise, vhodné je v obecné rovině informovat po vyšetření a vyřešení situace i ostatní rodiče (že ve skupině šikana byla a že byla vyřešena).
- Vyvození důsledků (trestů) pro agresory – podmíněčné vyloučení nebo vyloučení ze zařízení.
- Navazující práce s kolektivem, diskuze o příčinách a důsledcích šikany, informování o trestech uložených agresorům.

5.2 Pokročilá šikana s neobvyklou formou

výbuch skupinového násilí vůči oběti (lynčování)

- Překonání šoku pedagogického pracovníka, bezprostřední záchrana oběti, izolace agresorů.
- Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování, informování vedení DDM a ostatních ped. pracovníků, posléze také rodičů oběti i agresora.
- Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
- Pokračující pomoc a podpora oběti.
- Vlastní vyšetřování (rozhovor s informátory a oběťmi, nalezení vhodných svědků, rozhovory s nimi, rozhovory s agresory).
- Nahlášení policii.
- Spolupráce s ostatními institucemi (PPP, OSPOD, SVP).
- Přijetí výchovných opatření.
- Seznámení všech účastníků s výsledky vyšetřování i přijatými výchovnými opatřeními.
- Navazující práce s agresorem i obětí a kolektivy, jichž jsou oba součástí.

6 Krizový plán zařízení při řešení šikany vůči pedagogovi

Pedagog, jenž je obětí šikany či pedagog, který je svědkem takovéto situace, kontaktuje některé z následujících:

- vedení DDM,
- školního metodika prevence,
- kolegu, ke kterému má důvěru,



- zřizovatele (pokud se jedná např. o bossing/mobbing či nebyla nahlášená šikana vyřešena),
- pro zdárné vyřešení šikany pedagoga je nutné informovat ředitelku DDM,
- v případě potřeby je pedagogovi zajištěno chráněné prostředí (např. hospitace ve skupině s výskytem šikany, změna pedagoga ve skupině),
- následné šetření provede tým školního poradenského pracoviště:
 - s obětí, se svědky,
 - s agresorem/y,
 - rozhovor by měl být náhlý a nečekáný (v ideálním případě souběžné šetření více členů týmu) → zabrání se tak případné domluvě agresorů na křivé výpovědi či konfliktu mezi nimi
- vedení DDM prokazatelně pozve (nejlépe doporučeným dopisem) zákonné zástupce agresora/rů do zařízení k pohovoru, je vytvořen společný postup řešení šikany, např.
 - doporučení odborné pomoci v PPP,
 - informování OSPOD,
 - v krajním případě (zvláště při nespolupráci zákonných zástupců) informování policie.
- ŘŠ udělí agresorovi/ům tresty,
- ze strany ŠMP a členů ŠPP dojde k posouzení sociálních vztahů ve skupině, v níž se šikana vůči pedagogovi vyskytla, a vyvodí odpovídající řešení (např. intervenční program atd.),
- pedagogovi je nabídnuta odborná pomoc a podpora (konzultace, zvýšená hospitační činnost, odkaz na odbornou péči (např. PPP),
- ze všech rozhovorů se pořizuje zápis,
- v případě závažnějšího případu šikany je ředitelkou DDM informována Policie ČR (viz Odpovědnost školy).

Vypracovala: PhDr. Bc. Gabriela Hrušková, metodik prevence

Ve Štětí dne 1. 9. 2023

Příloha č. 1 - Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.



- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřenin, modřin, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přízpusobovací konflikty nejsou vzácností!)

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- 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.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- 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.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmítnutí učitelům apod.

Zákonní zástupci žáků by si měli všimnout především těchto možných signálů šikanování:

- 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;
- nechce jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno pozorovat i strach;
- ztráta chuti k jídlu;



- dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o 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 ho trápí;
- dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze;
- dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí;
- dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, projevuje i zlobu vůči rodičům;
- 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;
- dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku.



Příloha č. 2 - Letáček pro rodiče

Šikana ve školním prostředí

Metodický pokyn MŠMT definuje šikanování následovně:

„Šikana je agresivní chování ze strany žáka/ů vůči žákovi nebo skupině žáků či učitelů, 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, nepříjemností útoku pro oběť a samoúčelností agrese.“

Jedná se o společenský jev, který stále více zasahuje i do nižších ročníků. Vzhledem k závažnosti tohoto problému a k faktu, že šikana má často dlouhodobý vliv na fyzickou i psychickou stránku osobnosti oběti, je nezbytné zaměřit se na preventivní opatření již u nejmladších žáků.

1. Jak odhalit šikanu z pohledu rodiče

- dítě je osamocené, domů za ním nedochází spolužáci, tráví většinu volného času doma,
- odkládá nebo se vyhýbá odchodu do školy, vymlouvá se na bolesti břicha, hlavy, ztrácí chuť k jídlu, zvrací,
- nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, požaduje odvoz autem,
- je hladové, přestože mělo zajištěnou svačinu i oběd,
- žádá o více peněz, vymlouvá se na jejich ztrátu,
- má poničené své osobní věci či je nemá vůbec,
- zhoršuje se jeho školní prospěch, ztrácí zájem o školu,
- ztrácí schopnost soustředit se, je apatické, dochází k častému střídání nálad,
- přestává komunikovat s rodiči, odmítá se svěřit se svým problémem, uzavírá se do sebe,
- objevují se poruchy spánku, noční můry,
- může se stát agresivním vůči sourozencům či ostatním kamarádům,
- na jeho těle se objevují stále nové modřiny a škrábance, které nedokáže uspokojivě vysvětlit.

2. Jak postupovat dál?

- v první řadě dítě podpořte, v případě, že se svěřilo samo, ho ujistěte, že udělalo správnou věc, neobviňujte ho, že je původcem těchto problémů,
- bezodkladně vaše dítě vyslechněte, berte vážně vše, co říká,
- zaměřte se na místo a čas, kde agrese probíhala a kdo všechno jí byl přítomen,
- v lehčích případech je dítě možno podpořit v tom, aby se ubránilo samo nebo za pomoci ostatních spolužáků, nenabádejte ho však ke zpětné agresi,



- v závažnějších případech kontaktujte školu (ředitele, třídního učitele, metodika prevence),
- chraňte vaše dítě před další konfrontací s agresorem (při cestě ze školy a do školy),
- více se dítěti věnujte, komunikujte s ním, ujist'ujte ho o vaší podpoře,
- kromě školy se můžete obrátit také na: Středisko výchovné péče, Pedagogicko-psychologickou poradnu, Linku bezpečí (116 111), Rodičovskou linku (840 111 234).

3. Další zdroje informací

- <http://www.poradenskecentrum.cz/>
- <http://www.sikana.org/>
- <http://www.linkabezpeci.cz/>
- <http://www.minimalizacesikany.cz/>

(na této adrese naleznete mj. i rady pro rodiče agresorů)

- Kolář, M.: Skrytý svět šikanování ve školách. Portál, Praha 1997, 2000.
- Kolář, M.: Bolest šikanování. Praha: Portál, 2001



Příloha č. 3 - Specifika pro řešení šikany zaměřené na pedagoga

- Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v dané situaci v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by vyhledat pomoc ostatních. Nelze očekávat, že situaci, kterou lze klasifikovat jako šikanu, vyřeší pedagog v pozici oběti sám. Proto je zapotřebí, aby tuto skutečnost škola neočekávala a nevyžadovala. Naopak je zapotřebí, aby podporovala své pedagogy k vyhledání pomoci, zajistila bezpečí pro pedagoga a řešila vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy.
- Škola musí mít připravený krizový plán, ve kterém bude specifikováno, jak se v situaci naplnění tohoto rizika zachová, jakou roli a možnosti řešení krizové situace má sám pedagog, jakou roli vedení školy, školní poradenské pracoviště apod. Plán rovněž zahrnuje pokyny pro zajištění bezpečí pro ohroženého pedagoga a žáky.
- V případě bezprostředního ohrožení pedagoga žákem/žáky se pedagog řídí krizovým plánem školy. Pokud je tento plán nedostatečný, zajistí si pedagog pro sebe bezpečí (odejde ze třídy, přivolá si pomoc apod.) a požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace.
- Je zapotřebí, aby pedagog sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že pedagog byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je proto zapotřebí dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkosti, zvýšená citlivost, nechut' k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.
- Šikana pedagoga bývá často spojena s šikanou mezi žáky. Škola zajistí posouzení sociálních vztahů ve třídě a na základě výsledků nastaví odpovídající řešení.
- Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě (jedná se o program selektivní nebo indikované primární prevence, nikoli všeobecné prevence).



- Stejně jako u šikany mezi žáky i zde je potřeba, aby po takové situaci škola revidovala mechanismy a postupy (krizový plán), aby bylo zřejmé, jak zacházet s případnými podobnými situacemi v budoucnu.
- V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.

NA KOHO SE OBRÁTIT?

kontakt a tipy na linky důvěry a krizová centra

ÚSTECKÝ KRAJ		
LINKA DUŠEVNÍ TÍSNĚ – Most k naději	nonstop tel: 476 701 444 www.mostknadeji.eu	domácí násilí, vztahové potíže, sebevražedné tendence, lidé v krizi aj.
CENTRUM KRIZOVÉ INTERVENCE – Spirála (Ústí nad Labem)	nonstop tel: 475 603 390 www.spirala-ul.cz	práce s osobami v krizi
INTERVENČNÍ CENTRUM (Ústí nad Labem)	tel: 475 511 811 www.spirala-ul.cz	odborné soc. právní poradenství pro osoby ohrožené domácím násilím
KRIZOVÁ PORADNA – Děčín	tel. 732 599 451 www.krizovaporadna.cz	odborné soc. právní poradenství pro osoby ohrožené domácím násilím
CENTRUM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ – Fokus Labe	tel.: 733 184 376 www.fokuslabe.cz	pro osoby v náročné životní situaci, oběti trestné činnosti, rodinné problémy

VYBRANÉ WEBOVÉ STRÁNKY VĚNUJÍCÍ SE DUŠEVNÍMU ZDRAVÍ

- [NUDZ](#)
- [Opatruj.se](#)
- [Psychoportál](#)
- [Psychiatrie](#)
- [Dusevnizdravi.edu](#)
- [Reformapsychiatrie](#)
- [Addp](#)
- [Narovinu](#)
- [Nepanikar](#)
- [Nevypusť duši](#)
- [Fokus](#)
- [Centrumlocika](#)
- [Blaznis-no-a](#)
- [Ne.JSEM.cv.OK/?](#)
- [Chatbotnumi](#)
- [Loono](#)
- [Vsech-pet-pohromade](#)
- [SOFA](#)
- [Triaspekta](#)

NA KOHO SE OBRÁTIT?

kontakt a tipy na linky důvěry a krizová centra

NÁRODNÍ KRIZOVÉ LINKY – CELOSTÁTNÍ PŮSOBNOST		
LINKA BEZPEČÍ	nonstop tel.: 116 111 linkabezpeci.cz	pro děti a mladistvé do 26 let
LINKA PRO RODINU A ŠKOLU	nonstop tel.: 116 000 linkaztracenedite.cz	pro rodiče, příbuzné, pedagogy a děti
RODIČOVSKÁ LINKA	tel.: 606 021 021 rodicovskalinka.cz	pro rodiče, příbuzné, pedagogické pracovníky a všechny ty, co mají nějakou starost o dítě
LINKA PRVNÍ PSYCHICKÉ POMOCI	nonstop tel.: 116 123 linkapsychickepomoci.cz	krizová pomoc pro dospělé
PORADNA VIGVAM	tel.: 606 160 646 https://poradna-vigvam.cz/	podpora rodiny, které zasáhla smrt blízkého, nabízí školám konzultace, vzdělávání a intervenci ve škole v případě úmrtí
PRAŽSKÁ LINKA DŮVĚRY	nonstop tel.: 222 580 697 www.chat-pomoc.cz	krizová pomoc a základní poradenství pro osoby v náročné životní situaci
SOCIÁLNÍ KLINIKA	tel.: 733 644 268 www.socialniklinika.cz	psychologická pomoc lidem, kteří se nacházejí v náročné životní situaci a nemohou si služby z finančních důvodů dovolit
LINKA DŮVĚRY DĚTSKÉHO KRIZOVÉHO CENTRA	nonstop tel.: 241 484 149, 777 715 215 www.ditekrize.cz	pro ohrožené děti a dospívající
LINKA ANABEL	tel.: 774 467 293 kontaktní centra: Brno 724 824 619, Praha 775 904 778, Ostrava 602 236 457, anabell.cz	krizová pomoc pro problematiku spojenou s okruhem poruch příjmu potravy
MODRÁ LINKA	tel.: 608 902 410, 731 197 477 modralinka.cz	pomoc v obtížných životních situacích pro děti i dospělé
KRIZOVÉ CENTRUM PRO DĚTI A DOSPÍVAJÍCÍ – Brno	tel.: 541 229 298, 723 006 004 Krizové centrum pro děti a dospívající	ambulantní i pobytové služby

KRIZOVÉ CENTRUM RIAPS – centrum sociálních služeb Praha	tel.: 222 586 768 Centrum sociálních služeb Praha	služby pro osoby v krizi, sociálně právní poradenství, terénní, ambulantní i pobytové služby
SOS CENTRUM – Diakonie	tel.: 222 514 040, 777 734 173, 608 004 444 SOS centrum Diakonie	krizová intervence, odborná pomoc, podpora a informace lidem v obtížné životní situaci, pro osoby od 11 let
KRIZOVÉ CENTRUM SPONDEA – Brno	tel.: 608 118 088 Spondea.cz	linka pro rodiny a děti
KRIZOVÉ CENTRUM FAKULTNÍ NEMOCNICE BRNO	tel.: 532 232 078 Centrum krizové péče	poskytuje psychiatrickou a psychologickou pomoc při ztrátě duševní rovnováhy, při smutku a bezradě, v krizových životních situacích pro děti i dospělé
LINKA POMOCI OBĚTEM KRIMINALITY A DOMÁCIHO NÁSILÍ – Bílý kruh bezpečí	nonstop www.116006.cz	pomoc pro oběti a pozůstalé
DONA LINKA	nonstop tel.: 251 51 13 13 www.donalinka.cz	krizová pomoc pro osoby ohrožené domácím násilím
MAGDALENIUM	nonstop tel.: 776 718 459 www.magdalenium.cz	linka pro oběti domácího násilí
NÁRODNÍ LINKA PRO ODVYKÁNÍ	tel.: 800 350 000 www.chciodvykat.cz	pomáhá překonávat závislosti všech druhů, prevence závislostních onemocnění
PERSEFONA	tel.: 737 834 345 545 245 996 www.persefona.cz	linka pro oběti domácího násilí, sexuálního zneužívání a znásilnění
SOS LINKA ROSA	tel.: 602 246 102, www.rosacentrum.cz	pro ženy s akutním problémem násilí v rodině
CENTRUM PRO OBĚTI DOMÁCIHO A SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ – ProFem	tel.: 608 222 277 www.profem.cz	poradenství, přímá podpora pro oběti domácího a sexuálního násilí, prevence, osvěta
SEXUOLOGICKÁ TÉMATA	MUDr. Hana Fífková tel.: 222 317 185 www.fifkova.cz	sexuologická a psychoterapeutická ordinace pro děti i dospělé
LINKA PRO DĚTI OHROŽENÉ NÁSILÍM – Centrum LOCIKA	tel.: 734 441 233, 601 500 196 www.centrumlocika.cz	minimalizace dopadů násilí v rodině na vývoj dítěte, pro rodiče a děti
KRAJSKÁ ADIKTOLOGICKÁ AMBULANCE A PORADNA PRO DĚTI A DOROST	tel.: 607 451 588 poradna@drugout.cz https://socialnisluzby.kr-ustecky.cz/socialni-sluzby/krajaska-adiktologicka-ambulance-a-poradna-pro-deti-a-dorost-1276/	pro děti 11 – 15 let a dorost 16 – 18 let, které mají problém se závislostí