

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI  
FAKULTA ZDRAVOTNICKÝCH STUDIÍ

# **BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**2017**

**Markéta Jediná**



FAKULTA ZDRAVOTNICKÝCH STUDIÍ

Studijní program: Veřejné zdravotnictví B5347

**Markéta Jediná**

Studijní obor: Asistent ochrany a podpory veřejného zdraví 5346R007

**ŠIKANA VE ŠKOLNÍM PROSTŘEDÍ, PREVENCE**

**Bakalářská práce**

Vedoucí práce: MUDr. Květuše Zikmundová, CSc.

PLZEŇ 2017

## Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a všechny použité prameny jsem uvedla v seznamu použitých zdrojů.

V Plzni dne 30. 3. 2017.

.....

vlastnoruční podpis

## Poděkování

Děkuji MUDr. Květuši Zikmundové, CSc. za odborné vedení práce, podporu, poskytování rad a ochotu, kterou mi v průběhu zpracování bakalářské práce poskytla. Dále bych chtěla poděkovat svému blízkému okolí za podporu.

## **Anotace**

Příjmení a jméno: Jediná Markéta

Katedra: Katedra záchranářství a technických oborů

Název práce: Šikana ve školním prostředí, prevence

Vedoucí práce: MUDr. Květuše Zikmundová, CSc

Počet stran – číslované: 55

Počet stran – nečíslované: 19

Počet příloh: 3

Počet titulů použité literatury: 17

Klíčová slova: šikana, agrese, agresivita, sociálně-patologické chování, prevence, následky, oběť, agresor

Souhrn:

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou šikany ve školním prostředí. Zahrnuje klasifikaci druhů šikany, její důsledky a předkládá různé možnosti její prevence. Zaměřuje se rovněž na typologii potenciálních obětí a agresorů a uvádí místa či instituce, na něž se lze v případě jejího výskytu obrátit. Cílem dotazníkového šetření dětí ve věku 10-14let bylo zjistit jejich znalosti o šikaně a problémů s tím spojených. Výsledky výzkumu a informace uvedené v teoretické části lze využít při zpracovávání materiálů cílených na její prevenci.

## **Annotation**

Surname and name: Jediná Markéta

Department: Department of paramedical rescue work and technical studies

Title of thesis: Bullying at school, prevention

Consultant: MUDr. Květuše Zikmundová, CSc

Number of pages – numbered: 55

Number of pages – unnumbered: 19

Number of appendices: 3

Number of literature items used: 17

Keywords: bullying, aggression, aggressiveness, socio-pathological behavior, prevention, consequences, victim, aggressor

### Summary:

The core of this bachelor's thesis is bullying at school. It classifies types of bullying, its consequences and conveys various ideas for bullying prevention. The thesis also contains a thorough typology of potential victims and aggressors and a listing of organisations that are at disposal if anyone should be concerned with bullying. The aim of the questionnaire study in the group of children in the age 10-14 years was to gather knowledge about bullying and relating issues. The research results presented in the theoretical part may be utilized at issuing written manuals focused on its prevention.

# OBSAH

ÚVOD.....	10
TEORETICKÁ ČÁST .....	12
1 AGRESE A AGRESIVITA .....	12
1.1 Vysvětlení pojmů agrese a agresivita .....	12
1.2 Příčiny vzniku .....	13
1.2.1 Potvrzení agrese.....	13
1.2.2 Nečitelná výchova .....	13
1.2.3 Disharmonie mezi školním a rodinným prostředím .....	14
1.2.4 Vliv party či jiné subkultury .....	15
1.2.5 Rozdělení žáků dle studijních potřeb .....	15
1.2.6 Média jako příčina násilí .....	15
1.3 Druhy agrese .....	16
1.3.1 Frustrační .....	16
1.3.2 Emocionální.....	16
1.3.3 Instrumentální .....	17
2 ŠIKANA .....	18
2.1 Vysvětlení pojmu šikana.....	18
2.2 Druhy šikany .....	18
2.2.1 Přímá šikana .....	18
2.2.2 Nepřímá šikana .....	19
2.3 Co už šikana není .....	19
2.4 Stádia šikany .....	21
2.4.1 Zrod ostrakismu .....	21
2.4.2 Fyzická agrese a přitvrzování manipulace.....	21
2.4.3 Klíčový moment – vytvoření jádra .....	21
2.4.4 Většina přijímá normy .....	22
2.4.5 Totalita neboli dokonalá šikana.....	22
2.5 Oběť .....	22
2.6 Agresor.....	24
3 NÁSLEDKY ŠIKANY .....	27
3.1 Oběť .....	27
3.2 Šikana z pohledu zákona.....	29
4 PREVENCE.....	31
4.1 Přehled organizací či projektů zaměřujících se na prevenci šikany .....	31
4.1.1 Rodičovská linka .....	31



4.1.2	Linka důvěry.....	31
4.1.3	Pedagogicko-psychologické poradny (PPP).....	31
4.1.4	Internetové poradny .....	31
4.1.5	Dětská psychiatrie, léčebny .....	32
4.1.6	Program Beat Bullying .....	32
4.1.7	Společenství proti šikaně.....	32
4.2	Když dojde ke zločinu .....	33
4.3	Prevence.....	35
4.4	Co dělat? Rady pro přihlížející .....	36
PRAKTICKÁ ČÁST .....		38
5	FORMULACE PROBLÉMU .....	38
6	CÍLE A HYPOTÉZY .....	39
7	METODIKA .....	40
8	CHARAKTERISTIKA SLEDOVANÉHO SOUBORU .....	41
9	PREZENTACE A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ .....	42
10	DISKUZE .....	59
10.1	Výsledky hypotéz.....	63
ZÁVĚR.....		64
LITERATURA A PRAMENY.....		66
SEZNAM GRAFŮ .....		68
SEZNAM TABULEK .....		69
SEZNAM PŘÍLOH .....		70

## ÚVOD

Šikana by se dala chápat jako epidemie této doby. Dnešní společnost, založená na demokracii a svobodě, platí za svou benevolenci. Někteří odborníci popisují šikanu jako všudypřítomné zlo, které zasáhlo bez výjimky každou školu. Už s prvním příchodem do mateřské školy se děti učí nebát se projevit názor a ozvat se ve chvíli, kdy se jim něco nelíbí. Otázkou je, jakým způsobem jsou děti vedené k tomu, jak tyto potřeby dávat najevo. Svobodná výchova rodičů jim tím pádem dává velký prostor a hranice slušnosti vymizí. Pokud hovoříme o rodičích a výchově, je nutné podotknout, že rodinné zázemí a vztahy mezi rodinnými příslušníky, jsou stěžejní částí k předcházení zrodu agrese a tím i samotné šikany. Dalším faktorem, přispívající ke zrodu šikany, jsou i média, ve kterých se agrese vyskytuje prakticky neustále. Problémem je, že právě děti nejsou na rozdíl od dospělých schopné oddělit tuto fikci od reality. Zmíněnou agresi tak přenášejí do běžného života a jsou přesvědčené, že je to v pořádku. Žijeme v 21. století, ve kterém mají média velký význam a vliv, proto je na místě zaměřit se i na ně.

Téma této bakalářské práce jsem si vybrala především proto, že jsem šikanu sama zažila. Jsem přesvědčená, že ten, kdo se v takové situaci neocítl, není schopen zcela pochopit, jak dokáže šikana člověka ovlivnit a změnit ho. V té době jsem navštěvovala 21. základní školu, kterou jsem proto záměrně použila při dotazníkovém šetření. Celý incident se odehrál na lyžařském výcviku, který měli na starost čtyři pedagogové. Známký šikany byly naprosto zřejmé – posmívání, zamykání v pokoji, braní věcí, vytěsnění z kolektivu a tak dále. Bohužel pedagogové nejevili zájem cokoli řešit. Neměla jsem odvahu se komukoli svěřovat. Jediný, kdo poznal, že se něco děje, byla moje matka. Byla jsem šťastná, že mi věří, že se to skutečně děje a okamžitě začala celou situaci s pedagogy řešit. Ti zastávali názor, že se šikana nestala. Po návratu žádný kázeňský postih šikanujících dívek neproběhl, proto jsem změnila školu.

Dalším důvodem, proč jsem se přiklonila k výběru tohoto tématu, je skutečnost, že se o šikaně málo hovoří. Šikana jakožto palčivý problém dnešní doby, se začal medializovat až v poslední době, ale stále v malém rozsahu. Problémem je pohodlnost a lhostejnost některých pedagogů nebo rodičů vůči tomuto problému a tím vzniká pomyslná bariéra mlčení. Dalším možným důvodem, proč je šikana tak zamlčována, je nevhodný přístup některých pedagogů a rodičů vůči dětem. Ty pak nemají k těmto osobám dostatečnou důvěru se svěřit, ale spíše strach a obavy.

Podle dostupných informací každý třetí žák byl někdy obětí šikany, což je alarmující zjištění. Už pokud vezmeme v potaz, že následky nevyumírá hned, často vůbec. Šikana je dále jednou z nejčastějších příčin sebevražd mladých lidí. Je proto nutné strhnout bariéru mlčení a začít se zajímat o problémy se šikanou spojené. Tímto způsobem předejdeme mnoha tragédiím.

V teoretické části, která má čtyři kapitoly, se zabýváme šikanou jako takovou, jejími druhy, stádii a jak ji rozlišit od toho, co už šikana není. Považujeme za vhodné tyto informace zmínit, jelikož by tato práce mohla případně sloužit jako edukační materiál pro rozpoznání známek šikany. Dále zmiňujeme typologii obětí a agresorů a následky šikany. Neodmyslitelnou součástí této práce je kapitola zabývající se prevencí. Pro úplnost jsme se rozhodli zpracovat i pojmy agrese a agresivita, které jsou stěžejní při vysvětlování samotné šikany.

Podle policie ČR se většina případů šikany mezi dětmi se odehrává ve škole, na cestě do školy nebo ze školy, případně v okolí bydliště. Vzhledem k místům, kde zpravidla k šikaně dochází, měli by to být zejména učitelé, kteří mohou náznakům šikany nebo šikaně zabránit. Pokud už k šikaně dojde, mělo by být jejich zájmem ji včas řešit s agresorem, obětí a jejich rodiči. Školním řád je závazný pro každého žáka, jeho porušení má stanovené důsledky.

Cílem této bakalářské práce je především zjistit informovanost žáků základní školy, týkající se šikany. Dotazovány byly děti ve věku 10-14 let. Pro vypracování praktické části. Pro vypracování praktické části byla zvolena kvantitativní metoda. Pomocí anonymního dotazníku (příloha 1) jsme zjišťovali, zda jsou žáci schopni pojem šikana vysvětlit, jak dalece dokáží rozpoznat šikanu od dalších druhů patologického chování. Zajímalo nás, zda se sami se šikanou setkali nebo zda znají někoho, o kom si myslí, že je šikanován. Výstupem této bakalářské práce je informační leták a kreslený komiks.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 AGRESE A AGRESIVITA

*V této kapitole jsou vysvětleny pojmy agrese a agresivita, jak souvisejí se šikanou jako takovou. Pokusíme se přijít na důvod, proč tento jev vzniká. V poslední části této kapitoly zmíníme druhy agrese.*

### 1.1 Vysvětlení pojmů agrese a agresivita

K tomu, abychom se mohli zaměřit na šikanu samotnou, je nutné říci si něco k agresi a agresivitě. Tyto dva pojmy nám pomohou pochopit šikanu jako zvláštní případ agrese.

Martínek pojem agresivita popisuje takto: „*Agresivita (z lat. Aggressivus – útočnost): vlastnost, postoj nebo vnitřní pohotovost k agresi. V širším slova smyslu se takto označuje schopnost organismu mobilizovat síly k zápasu o dosažení nějakého cíle a schopnost vzdorovat těžkostem.*“ (Martínek, 2015, str. 10)

Tento pojem do určité míry označuje charakteristický znak jedince. Každý z nás disponuje danou mírou agresivity, což je správně, jelikož by nikdo z nás neměl ve společnosti šanci přežít. Jsou mezi námi tací jedinci, kteří se zvládnutím agresivity mají problémy. Jejich život je od základů agresivitou ovlivněn. Tito lidé jsou často vztahovační, výbušní, urážliví a chybí jim empatie. Okolí se od takových jedinců odvrací, jelikož je s nimi velmi obtížná komunikace, často bez výsledku či kompromisu. Není proto divu, že jsou to samotáři a stojí prakticky na okraji společnosti. Naopak lidé s nízkou mírou agresivity jsou považováni za diplomaty. Takoví jedinci velmi dobře komunikují, nemají problém přistoupit na kompromis a často se snaží nastalý svár vyřešit dohodou. Dnešní společnost je nastavená tak, že bez určité míry agresivity nelze plně fungovat. Pokud je však jedinec schopen agresivitu přijatelně využít, posílí tak své sebevědomí, ba dokonce i postavení. (Martínek, 2015)

Martínek dále popisuje termín agrese: „*Agrese (z lat. Aggressio – výpad, útok): jednání, jímž se projevuje násilí vůči některému objektu, nebo nepřátelství a útočnost s výrazným záměrem ublížit.*“ (Martínek, 2015, str. 23)

Agrese je, jako valná většina lidského chování, naučená. Tento projev agresivity či pud si proto osvojíme na základě zkušenosti a v podstatě je zakořeněn v našich instinktech. Agresi uměli využít již naši předci v dávných dobách jako obranu před hrozícím nebezpečím. Jak šel čas, naše kultura se rozvíjela. Začali jsme se lišit od zvířat právě tím, že jsme tento pud dokázali potlačit a neřídíme se jím. Lidé často jednají agresivně z toho důvodu, že vědí, že se to vyplácí. (Martínek, 2015)

## **1.2 Příčiny vzniku**

Někteří psychologové tvrdí, že míra agrese v každém z nás je dědičná. Často se hovoří o faktu, že až 60% míry dědičnosti je předávána genetickou výbavou.

### **1.2.1 Potvrzení agrese**

Ačkoli je agresivita z velké části předána genetikou, jsou projevy, které nám genetika nepředá, ale člověk se je učí. Tento jev je dobře patrný v období vzrodu u dětí, které si vztekem, křikem, pláčem, hysterií, snaží vydobýt pozornost či jinou věc (dejme tomu hračku). V této fázi je velmi důležitý rodičovský přístup a způsob, jak dále směřovat výchovu. Pokud rodiče dovolí dítěti, aby se takto chovalo, stane se z něj jedinec, který agresi bude používat nadále i v pozdějším věku k získávání a prosazování svých záměrů. Často se stává, že se tyto jedinci pohybují na hraně zákona a mají tendenci k sociálně-patologickému chování. Nedokáží totiž odhadnout hranice, kam až jejich chování může zajít a neuvědomují si možné důsledky. Pokud tedy dojde k situaci, že se jejich představy nevyplní do posledního detailu nebo k jinému problému, vše řeší velmi agresivně.

### **1.2.2 Nečitelná výchova**

Dalším faktorem pro vznik agrese a agresivity je nečitelná či nepochopitelná výchova rodičů. Výchova by měla být jednotná, jasná, srozumitelná a oba rodiče by se na ní měli shodnout, aby nedošlo k odlišnému přístupu. Dítě by mělo vědět, za které činy přijde odměna a za které naopak trest. Pokud nad stejným prohřeškem poprvé mávneme rukou a po druhé dítě drsně potrestáme, dítě pocítuje zmatenost a nejistotu. Ztrácíme tak jeho důvěru.

Pokud se zaměříme na rodiče, často je viditelný jev „hra na zlého a hodného policajta“, kdy jeden z rodičů je velmi benevolentní a dítě v žádném případě nepotrestá, druhý rodič pro trest nejde daleko a občas trestá za naprosté malichernosti nebo přehnaně. (Martínek, 2015)

V takovém případě se dítě chová agresivně, objevuje se lhaní, podvádění, chození za školu nebo zhoršení školních výsledků. Rodiče se se svým potomkem nacházejí v bludném kruhu. Dítě je více trestáno za své chování, které je stále vážnější a jeho nejistota je větší. Nutná je pomoc psychologa či výchovného poradce.

Často se v takové situaci objeví i role pedagoga, který by měl spravedlivě hodnotit či rozdávat sankce jednotlivým žákům za své znalosti či prohřešky. Buďme upřímní – ne vždy to jde zcela objektivně. Nutná je komunikace mezi oběma stranami, a to jak mezi pedagogem a žákem, tak mezi rodiči a dítětem. Není možné dítě či žáka nevyslechnout, nevysvětlit mu vše podstatné a čekat, že se jeho chování změní či dokonce zcelalepší.

### **1.2.3 Disharmonie mezi školním a rodinným prostředím**

Z rodinného kruhu postupně přecházíme na půdu školních zařízení. Další ovlivňující faktor je právě nesoulad mezi školou a rodinou. Ve škole existuje školní řád, který má jasně vymezit pravidla týkající se chování žáků. V některých rodinách jsou pravidla chování benevolentnější nebo nejsou vůbec. Dítě takto vychovávané není schopno přejít z domova do školního prostředí, bez toho aniž by neporušilo pravidla, a následně za ně přijalo odpovědnost a trest. Z domova si odnáší jediné – vše je dovoleno. V situaci, kdy se dítě cítí dotčené za neuspokojivou reakci svého okolí, snaží se své postavení vydobýt silou. Často se setkáváme v katastrofálním přístupem rodičů, kteří své dítě hájí a škola je v takovém případě bezmocná.

Na druhou stranu rodina s opačným přístupem výchovy a nastavením pravidel, tzv. vojenská škola, není také pro dítě přínosem. Dítě má tvrdě nastolený režim, vše musí splnit do nejmenšího detailu, jakýkoli prohřešek je velice přísně potrestán. Jediné, co dítě pociťuje, je obrovský strach z trestů a rodičů, což se může časem přehoupnout až k samotné nenávisti. Vydobytí si svého postavení je tudíž možné jen ve školním prostředí. Takové děti jsou velmi citlivé a zároveň naprosto nezvladatelné a agresivní. Před zraky učitelů se jeví jako spořádaní vychovaní žáci, kteří mají učitelovu plnou důvěru. Po odchodu kantora se však chování těchto tzv. „kultivovaných agresorů“ rapidně změní. Po vyhlídnutí vhodné oběti si agresor najde vhodného pomocníka a šikana je na světě. Kolem tohoto agresora se vytvoří okruh přihlížejících, kteří nakonec jeho chování napodobují. Najít viníka v takové situaci je velmi obtížné a dost často je nutná terapie. (Martínek, 2015)

#### **1.2.4 Vliv party či jiné subkultury**

Ať chceme nebo ne, náš život ovlivňují skupiny, kterých jsme nějakým způsobem součástí. Jsou dvě skupiny – formální či neformální. Daleko větší vliv na nás má skupina neformální. Velice choulostivým a kritickým obdobím ve vývoji jedince je puberta a dospívání. V takovém čase jedinec přebírá z této skupiny hodnoty, normy nebo vzorce chování, které bývají ve většině případů nežádoucí. Jakmile v dané skupině patří mezi základní normy agrese, stane se toto chování naprosto přirozené pro všechny jedince skupiny. V období puberty a dospívání je takováto skupina pro mladého člověka velmi atraktivní. Ten má možnost svěřit se, podělit se o své pocity a zvlášť velkým lákadlem je fakt, že odpovědnost za jakékoli činy nese zodpovědnost celá skupina a ne jednotlivec.

Martínek ve svých studiích naráží na fakt, že sklon k agresivnímu chování a tužba být součástí skupiny, je otázkou prostředí, ve kterém jedinec vyrostl. Pokud dítě ve své rodině nikdy nepocítilo jistotu, bezpečí, lásku či uznání, hledá si naplnění svých tužeb v partě. To samé můžeme říci i o dětech vyrůstajících ve velmi přísném režimu, kde je trestáno za sebemenší prohřešek nebo ve které jsou na dítě kladeny velmi vysoké nároky. Jedná se o tzv „podmíněnou lásku“ – dítě si musí lásku rodičů zasloužit, tudíž musí splňovat veškeré jejich představy. Ani výchova, ve které se rodiče nedokáží shodnout a dítě tím tudíž velmi trpí a je zmatené, není výjimkou.

Další skupinou dětí, které inklinují k partě, jsou ti, kteří vyrostli v agresivním prostředí plné násilí nebo ti, kterým se rodiče nevěnují. Takové děti se nudí a zábavu hledají jinde.

#### **1.2.5 Rozdělení žáků dle studijních potřeb**

Je stále vyšší procento žáků, kteří musí navštěvovat speciální školy či třídy. Jedná se zejména o děti s poruchou učení či chování. V takovém případě jsou tito žáci velmi snadným terčem pro posměch ostatních. Nesplňují totiž normy. Ale co je v takovém případě normou? Je nutné, aby rodiče zdravých dětí o zdravotních postiženích nebo poruchách učení hovořili se svými dětmi a tím je učili pochopení.

#### **1.2.6 Média jako příčina násilí**

Nikoho nepřekvapí fakt, že právě média jsou onen motor pro vznik násilného patologického chování. Aniž by si to kdokoli z nás uvědomoval, média ovlivňují celý náš život, myšlení, způsob jakým žijeme a jak se chováme. (Martínek, 2015)

V dnešní době je přístup k televizi či internetu prakticky brán za samozřejmost a vymanit se těchto privilegií moderní doby často ani nejde. Dítě je nevědomky už od útlého věku ovlivněno na příklad chováním superhrdiny v animovaném filmu či násilím v různých hrách. V dětském věku se každý z nás učil způsobem napodobování. Uvědomují si ale producenti, vývojáři a další lidé, kteří se podílejí na tomto byznysu, že dítě nedokáže smysluplně oddělit fikci od reality a je tak ovlivňováno jeho další chápání a chování? Je opravdu jednodušší dát dítěti, místo ilustrované knihy, tablet či zapnout televizi, aby se zabavilo a rodič tak měl čas na své potřeby? (Martínek, 2015)

### **1.3 Druhy agrese**

Druhů agrese je celá řada. My jsme vybrali to nejzákladnější rozdělení, které je pro naše téma nejprínosnější.

#### **1.3.1 Frustrační**

Samotný pojem frustrace znamená překážka, která nám brání k dosažení vytyčeného cíle. V takovém případě jedinec pociťuje vztek, který vyústí k agresivnímu chování. Frustraci může způsobit špatná výchova rodičů, kdy jsou neustále nespokojeni na příklad se studijním prospěchem dítěte. Tu samou chybu dělají i pedagogové, kteří pouze poukazují na negativní skutečnosti, ale za pozitiva nepochvívají.

Dalším extrémním případem nevyhovující výchovy je výchova liberální, kdy rodiče nedávají svému dítěti dostatečný prostor k tomu, aby se poučilo ze svých vlastních chyb, a je rozmazlováno. Naopak všechny nepříjemné frustrující překážky rodiče odstraňují. Takové děti mají ovšem problémy se správným začleněním se do skupiny a často jsou to původci tzv. „ekonomické šikany“. Hodnotí podle majetku, oblečení apod. a ve většině případů se přidávají další žáci. Nakonec je zesměšňovaný jedinec zcela vyloučen. Díky rodičům neznají hranice, vše je tudíž dovoleno. V pozdějším věku je život s běžnými potížemi pro takové jedince velmi náročný, frustrující. Takový stav vede k agresivním reakcím a ke sklonům k sociálně-patologickému chování.

#### **1.3.2 Emocionální**

Vznik tohoto druhu agrese je podpořen dlouhodobým působením negativních podnětů jako pře s pedagogy, rodiči nebo kamarády. Tyto prožitky se postupně hromadí a člověk se tak stává velmi citlivý a zranitelný na nejrůznější situace. (Martínek, 2015)



Na rozdíl od instrumentální agrese je emocionální agrese nepromyšlená, neplánovaná a jedinec ve chvíli propuknutí agrese nepomýšlí na důsledky svého jednání. V takové situaci se na jedinci projeví určité tělesné projevy (zatinání pěstí, nahrnutí krve do hlavy, zrychlení dechu), následuje křik, kopání, mlácení kolem sebe.

Pravidlem pro zvládnutí dané situace a agresivního člověka je nereagovat okamžitě, ale dát mu prostor pro uklidnění. To platí i v prostředí školy, kdy je nutné nechat dítě vyvztekát a až pak mu celou situaci vysvětlit a promluvit si o jeho chování. Není možné ho potrestat, aniž by nevěděl proč. Dítě se dostane do stavu nejistoty a to ho ve svém agresivním chování jen podpoří.

Jedinec s takovým druhem agrese je prchlivý, vznětlivý, impulzivní. Dítěti je vhodné dát polštář či matraci, aby jej použil jako boxovací pytel a svou agresi „dostal ze sebe ven“. Dozor dospělého je nutný.

### **1.3.3 Instrumentální**

Takový druh agrese se velmi liší od předešlých dvou druhů (emocionální, frustrační). Je cílená, promyšlená a jedinec je v tomto případě klidný a přesně ví, co dělá. Abychom tento typ agrese lépe pochopili, zmíníme příklad loupeže. Agresor má jasně stanovený cíl a tím je finanční hotovost. Situaci, kdy by použil svou zbraň a způsobil tím zranění či zabití, považuje jen za vedlejší produkt. Hlavní cíl je finanční obohacení, okolnosti ho nezajímají. Agrese vypukne ve chvíli, kdy agresorovi někdo zkříží plány.

Často se s instrumentální agresí setkají pedagogové ve chvíli, kdy se žáci na příklad agresivně dožadují zlepšení známky nebo při cíleném ubližování spolužákovi. V případě ubližování druhému můžeme vypočítat několik příčin. Ať už je sám doma trestán a jako oběť tudíž vidí slabšího jedince, nebo má potřebu zastrašovat druhé jen aby skryl svůj vlastní strach. Školní prostředí je prostředím velké konkurence. Pokud agresor nemá požadované studijní výsledky, závidí úspěšnějším studentům a ti se pak stávají terčem jeho útoků. Taková agrese se nazývá instrumentální žádoucí agrese.

Dalším podtypem je vynucená instrumentální agrese. Takovou agresi použil každý z nás v případě obrany. Můžeme se s ní setkat i ve škole, kdy agresor je překvapivě obětí. Ostatní jej neustále popichují, provokují a jediným způsobem, jak je schopný se bránit je křik a zuřivost. Přihlízející spolužáci se takovému chování posmívají, a tím celou situaci zhorší. Pedagog je v takovém případě nucen správně rozpoznat, kdo je ve skutečnosti agresor, kdo oběť a měl by rozhodnout, jaké řešení daná situace vyžaduje. (Martínek, 2015)

## 2 ŠIKANA

*V předešlé kapitole byly zmíněné pojmy agresivita a agrese jakožto prvotní náznak šikany. V této části bude vysvětlena šikana jako zvláštní případ agrese.*

### 2.1 Vysvětlení pojmu šikana

Slovo samotné má svůj původ z francouzského *chicane*, což znamená týrání, ubližování či úmyslné obtěžování. Definice tohoto negativního jevu je ale nespočet.

V předchozí kapitole jsme se pokoušeli objasnit pojmy jako agrese či agresivita a to z toho důvodu, že právě šikana je velmi specifický případ agrese. Šikanou rozumíme úmyslné a opakované fyzické či psychické ubližování, a to slabšímu jedinci, který se nemůže bránit, silnějším jedincem. Obvykle mluvíme o šikaně jako o jednání, které se opakuje. Jsou však velmi závažné případy, kdy šikana je jednání jednorázové, ale existuje zde pravděpodobnost opakování. (Říčan, 1995)

Šikana je nemoc celé společnosti. Jejím důsledkem je poškození zdraví nejen jedince a jeho rodiny, ale společnosti jako takové. (Kolář, 2011)

Šikana je přítomna ve školním prostředí od samých počátků, kdy školní systém teprve vznikal. Existují názory, že šikana je v našem životě přirozená věc. Celá společnost by měla ale brát na zřetel fakt, že právě šikana je strůjcem velkého množství sebevražd, vražd a násilí. Šikana pouze svědčí o nefunkčnosti školního systému. (Fieldová, 2009)

Tento fenomén postihuje každoročně přibližně 40% školáků. O nespočtu případů se nikdy nebude vědět, jelikož účastníci mají tendenci šikanu skrýt nebo ji popřít. Horší je popírání šikany ze strany učitelů či ředitele školy. (Minimalizace šikany, 2007)

### 2.2 Druhy šikany

Šikana se obvykle rozděluje na dva jednoduché základní druhy.

#### 2.2.1 Přímá šikana

Tento velmi rozmanitý druh šikany se projevuje jako nejrůznější druhy násilí. Hlavním cílem je způsobit co největší bolest a to fyzickým napadením jako bodáním, kopáním, pálením a tak podobně. (Říčan, Janošová, 2010)

V tomto případě ale nejde jen o fyzické napadání, ale i o psychické trýznění. Oběť dostává často ponižující tresty jako obnažování se nebo nucení sníst či vypít něco odporného.

Dalším charakteristickým znakem tohoto druhu šikany je i loupež kvalifikovaná dle zákona jako trestný čin. Agresor oběti bere osobní věci, oblečení, peníze či jídlo. Oběť je v podstatě zotročená a pod hrozbou mučení je nucena vykonat ponižující úkony nebo svému „pánovi sloužit“. Slovní napadání, posměch či urážení není výjimkou.

### **2.2.2 Nepřímá šikana**

Tato šikana spočívá v sociální izolaci oběti. Oběť je vylučována ze všech aktivit, debat či jiných činností skupiny. Zmíněný druh šikany je více využíván dívkami a je mnohdy daleko trýznivější než šikana přímá. Jedinec se zoufale snaží o zařazení do skupiny a zavděčit se jejím členům. Proto se často horší v prospěchu nebo zlobí jen proto, aby projevil solidaritu s celou skupinou. V takovém případě je vše jen horší, jelikož se v očích třídy více zesměšňuje. Druh nepřímé šikany se často kombinuje s šikanou přímou. (Říčan, Janošová, 2010)

### **2.3 Co už šikana není**

Pokud hovoříme o šikaně, často chybujeme. Je nutné odlišit různé druhy násilného chování od šikany, jejíž definice je zcela jiná. Jde především o typické třídní rvačky mezi žáky stejně starými nebo silnými. Výjimkou nejsou ani krádeže či pomluvy. Je nutné uvědomit si, zda tyto činy jsou nástrojem sociální izolace jedince, což ve většině případů nejsou.

Důležitým pojmem je škádlení. Tento jev je mezi žáky velmi častý a naprosto v pořádku. Jde o formu zábavy, díky níž se jedinci poznávají, sbližují se a navzájem spolu komunikují. Žák vnímá škádlení jako legraci, která ho těší, dává mu najevo pozornost. Ovšem problém nastává ve chvíli, kdy takový druh legrace přistane na jedince, který je velmi citlivý a tuto zábavu spíše vnímá jako urážení nebo ponížení. Pokud k takové situaci dochází opakovaně, pak se skutečně jedná o šikanu. Pro odhalení je ale zapotřebí velká empatie pedagoga, spousta zkušeností a být ve střehu. V mnoha případech šikany je škádlení velmi frekventovaný pojem, na který se vymlouvá jak agresor, tak i rodič či dokonce pedagog, který není ochoten nebo schopen danou situaci řešit. (Říčan, Janošová, 2010)

Michal Kolář ve své knize prakticky a přehledně porovnává rozdíly mezi škádlením a šikanou:

Tabulka 1: Rozdíl mezi škádlením a šikanováním

	ŠKÁDLENÍ	ŠIKANOVÁNÍ
Definice	Škádlení patří k rovnocenným, kamarádským nebo partnerským vztahům. Chápeme je jako projev přátelství. Za škádlení se považuje žertování (popichování, zlobení) za účelem dobré nálady a není v něm vítěz ani poražený.	Šikanování patří do násilných a závislostních vztahů. Za šikanování se považuje, když jeden nebo více žáků úmyslně a opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit, dělá, co je mu nepříjemné, co ho ponižuje nebo to prostě bolí.
Záměr	Vzájemná legrace, radost a dobrá nálada.	Ublížit, zranit, ponižit.
Motiv	Náklonnost, sblížení, seznamování, zájem o druhé. Rozpouštění napětí ve třídě a navozování uvolněné a pohodové atmosféry. Zvyšování odolnosti, zmužnění.	Základní tandem – moc a krutost. Další motivy: překonání samoty, zabíjení nudy, zvědavost á la Mengele, žárlivost, předcházení vlastnímu týrání, vykonávání něčeho velkého...
Postoj	Respekt k druhému a sebeúcta	Devalvace, znevážení druhého.
Citlivost	Vcítění se do druhých	Tvrdost a nelítostnost.
Zranitelnost	Dítě není zvýšeně zranitelné a přecitlivělé.	Bezbrannost, oběť se neumí, nemůže či nechce bránit.
Hranice	Obě strany mají možnost obhájit své osobní teritorium. Vzájemné vnímání a respektování verbálních i neverbálních limitů. Při divočejším škádlení žádný nepoužije plné síly nebo silnější mírní své akce.	Prolamování hranic, „znásilňování“ druhého. Silnější strana nebere ohled na slabšího. Oběť dává najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci pokračují dál. Někdy sadomasochistická interakce.
Právo a svobody	Rovnoprávnost účastníků. Dítě se může bránit a škádlení opřevovat, případně ho může zastavit a vystoupit z něho.	Bezpráví. Pokud se dítě brání, nebo dokonce „legraci“ oplátí, je tvrdě ztrestáno!
Důstojnost	Zachování důstojnosti. Dítě nemá pocit ponížení. Necítí se trapně a uboze.	Ponížení lidské důstojnosti. Dítě je zesměšňováno a ponižováno.
Emoční stav	Radost, vzrušení ze hry, lehké naštvání. I nepříjemné! Ale ne bezmoc.	Bezmoc! Strach, stud, bolest. Nepříjemné a bolestivé prožívání útoku.
Dopad	Podpora sebehodnoty, pozitivní nálada	Pochybnosti o sobě, nedostatek důvěry, úzkost, deprese. Dítě má strach ze školy.

(Kolář, 2011, str. 65)

Podle Evelyn M. Fieldové lze šikany oddělit od škádlení podle přehledné stupnice šikany. Ta začíná škádlením a následuje nepřátelská řeč těla. Dále agresivní fyzické chování jako kopání, mlácení. Poté následují pomluvy. Fieldová zmiňuje i rasistické chování, genderové či náboženské pronásledování. Nakonec je oběť zcela sociálně vyloučena. Mnoho obětí projde i stádiem zvaným hazing, tedy ponižujícími rituály, kterými se pokřtí – tyto metody jsou známé zejména z vojenského prostředí, kdy starší vojíni křtili nováčky. Dále následuje chování klasifikované jako trestný čin. Jedná se zejména o vydírání či uplácení, poškození majetku, použití zbraně až po samotné ublížení na zdraví nebo dokonce vražda.

Touto škálou E. M. Fieldová popisuje progresivní vývoj šikany od škádlení po kriminální trestnou činnost. (Fieldová, 2009)

## **2.4 Stádia šikany**

### **2.4.1 Zrod ostrakismu**

Tato převážně psychická forma šikany, kdy je oběť vylučována či zcela vytěsněná z kolektivu, je mírného charakteru. Jedinec se v kolektivu necítí dobře, je na samém okraji společnosti. Členové skupiny si jej nevšímají, ignorují ho, odmítají, pomlouvají a je terčem jejich legráček či posměchu. V takové situaci, dalo by se říci v samotném počátku šikany, je nutné včas zakročit.

### **2.4.2 Fyzická agrese a přitvrzování manipulace**

Školní prostředí je místem velké konkurence a psychické zátěže. Jakmile jsou ve skupině ostrakizovaní jedinci, spolužáci si na nich často vybíjejí nepříjemné pocity na příklad z očekávané prověrky nebo jen z důvodu toho, že je obtěžuje chodit do školy.

### **2.4.3 Klíčový moment – vytvoření jádra**

V tomto stádiu se vytvoří již zmíněné jádro ze skupiny agresorů, kteří začnou už ne náhodně ale zcela promyšleně a systematicky napadat vybraného jedince. Nejprve se zaměří na jedince, kteří se již stali obětí ostrakismu a mají na nich v podstatě odzkoušeno, že je jejich napadání úspěšné. Skupina přihlížejících spolužáků před takovým chováním často zavírá oči a raději se nijak nevyjadřují proti, aby se na konec terčem nestali oni sami. (Kolář, 1997)

#### **2.4.4 Většina přijímá normy**

Chování agresorů se stává jakýmsi pravidlem či zákonem, které je tolerováno a celá skupina jej přijala. V takovém případě platí, že pokud jedinec není zcela sžit s postojem agresorů, stává se v podstatě jejich nepřítelem – tudíž dalším terčem pro ostrakizování. I ti poslušní a hodní žáci se stávají bezcitnými a účastní se týrání slabších.

Otázkou je, zda jejich radost z ubližování je pravdivá, nefalšovaná nebo zda sami nechtějí být obětí a mají pouze strach.

#### **2.4.5 Totalita neboli dokonalá šikana**

Toto konečné stádium se charakterizuje vznikem dvou skupin. První skupina, jak zmiňuje Kolář, „otrokáři“, mají veškerá práva. Naopak druhá skupina, „otroci“, práva nemají žádná. Hlavní aktér šikanování se stává třídní jedničkou. Má nejlepší výsledky, vybrané chování a stává se hlavním pomocníkem pedagoga. (Kolář, 1997)

### **2.5 Oběť**

Největší újmu, jak fyzickou tak psychickou, si ze šikanování odnáší právě oběť. Možné vysvětlení lze najít v tom, že pokud je agresor znám, začíná navštěvovat psychologa či psychiatra nebo další poradny se sociálně-psychologickým zaměřením. O oběť se pak nejvíce zajímá. Rodiče takových dětí odmítají vracet se opakovaně k problému a jsou v podstatě rádi, že vše skončilo. Neuvědomují si však, že právě jejich chování je pomyslnou poslední kapkou. Proč se ale právě jejich dítě stalo terčem šikany, v drtivé většině rodiče neřeší. (Martínek, 2015)

Typické oběti šikany jsou žáci odlišní od ostatních žáků. Jejich fyziognomie je na první pohled velmi nápadná. Jsou to jedinci slabí, asteničtí, bázlivi, plaší až úzkostní. Oběti bývají oproti agresorům většinou menšího vzrůstu a nemají odvalu a schopnost slovně nebo fyzicky se bránit. (Bendl, 2003)

Další typ obětí jsou tzv. učitelské děti. Jsou to potomci učitelů, kteří učí na stejné škole nebo dokonce ve stejné třídě, kde se dítě nachází. Takové děti jsou pod neustálým dohledem všech učitelů, kteří ochotně hlásí veškeré prohřešky či chování svým kolegům – rodičům, a nikdy jim nic neprojde. Pokud dojde ke kázeňskému přestupku, kde figuruje větší počet žáků, největší podíl viny má právě zmíněný potomek. (Martínek, 2015)

Po příchodu domů rodiče používají fráze jako: „*Je mi jedno, že to dělali všichni ostatní, ty to dělat nebudeš. Děláš mi ostudu. Jak teď vypadám před kolegy.*“. Rodič je na své dítě daleko přísnější než na ostatní žáky, což může výrazně a trvale poznamenat vztah dítě – rodič. Problém je ale i ze strany ostatních žáků. Většina spolužáků učitelskému dítěti nevěří. Jsou přesvědčení o tom, že vždy ví o neplánovaných písémkách, zná zadání testů a při zkoušení je mu nadržováno. Nikdo takovému dítěti nevěří, jeho reálné známky a snaha jsou přehlíženy.

V dnešní době se začíná hovořit o integraci postižených dětí do školských zařízení. Celá společnost by si měla uvědomit, že ne všichni jedinci měli to štěstí přijít na svět zdraví nebo v průběhu života nebylo jejich zdraví zachováno. Pokud chceme, aby se postižený jedinec zařadil mezi zdravé jedince, musí se naučit samostatnosti a nutností je i přemýšlet nad potřebami, které jeho postižení vyžaduje. Učitel v takové chvíli nemá jednoduché postavení. Takoví žáci jsou díky své odlišnosti, nápadnosti, neschopností se bránit, velmi snadnými oběťmi. (Martínek, 2015)

Mezi další sortu obětí patří jedinci, kteří jsou určitým způsobem handicapováni. Ať už se jedná o jedince ze sociálně slabší rodiny, nebo jsou vzhledově či jinak fyzicky odlišní, jiné národnosti nebo rasy, vyznávají odlišné hodnoty a mají netradiční záliby. Spektrum handicapů je nespočetně mnoho a tím vzniká specifický druh šikany. Výjimkou nejsou ani žáci se specifickou poruchou učení.

Pokud dojde k šikaně, důležitou otázkou je, jakou roli v ní sehráli rodiče. Zda nejsou rodiče právě ti, kteří svou výchovou nezpůsobili neschopnost dítěte vyrovnat se se sociálním tlakem, a tím nevzniklo riziko, že jejich dítě bude náchylné na vznik šikany. (Bendl, 2003)

Někteří rodiče či prarodiče (nejčastěji matky a babičky) se nedokáží vyrovnat s faktem, že se jejich potomek stává samostatným individuem, které se umí samo rozhodovat. Jejich pohled se i přes to nezměnil – stále ve svém dítěti vidí malého jedince odkázaného na pomoc ostatních a musí jej bedlivě střežit. V extrémních případech takoví rodiče doprovázejí svou ratolest i několik měsíců po zahájení školní docházky do třídy a pomáhají mu s přípravou na první vyučující hodinu.

Takové chování provokuje okolí a žák se tak stává terčem výsměchu ostatních dětí, které jsou naopak vedeni k samostatnosti a jsou utvrzováni v tom, že jsou natolik velcí, aby byli celý den jen s paní učitelkou, a cítí se tak důležitě a zodpovědně. (Martínek, 2015)

V takové chvíli je nutný zásah pedagoga, který by měl při vhodné příležitosti promluvit s rodiči o nevhodnosti jejich chování a vysvětlit jim možné důsledky, které vyúsťují ve vytěsnění jejich ratolesti z kolektivu. (Martínek, 2015)

## 2.6 Agresor

Jaký je důvod, že se stane dítě agresorem? Tato otázka jistě napadla každého, kdo se setkal s takovým dítětem, které promyšleně a s radostí ubližuje druhým. Martínek ve své knize zmiňuje svůj osobní názor podpořen praxí, že vše se skrývá v rodinných vztazích.

Pokud se zaměříme na typologii agresora, zmíníme nejprve hrubého či fyzického agresora. Tento typ své oběti týrá fyzicky. Oběti mlátí, škrťá nebo jinak napadá a právě bolest druhého mu přináší nesmírnou radost a uspokojení. Jedinci používající takový typ týrání zažívají doma podobné chvíle. Jsou často velice tvrdě trestáni a po příchodu do školy páchají na oběti to, co jim samotným není příjemné. Dalším faktorem při vzniku agrese u dítěte je, jak jsme již zmínili v první kapitole zabývající se příčinou vzniku agrese, tzv. nečitelná výchova. Dítě je trestáno náhodně podle nálady rodičů. Při dobré náladě je vše odpuštěno, naopak při špatné náladě i sebemenší prohřešek je až přehnaně trestán. Bohužel jsou případy, kdy podobné hodnocení žáků využívají i pedagogové. Martínek ve své knize zmiňuje případ, kdy učitel hodnotil své žáky podle hokejových výsledků svého oblíbeného týmu. Takové nečitelné, nepochopitelné a zcela nepředvídatelné chování vyvolává v jedinci pocit nejistoty, který vyvolá napětí. Dítě je zmatené a toto napětí se snaží vykompenzovat právě fyzickým napadením slabšího žáka.

Dalším typem agresora je agresor kultivovaný, který je považován učitelem za sociometrickou jedničku třídy. Chová se, zejména k dospělým, slušně a je vždy schopen bez odmlouvání pomoci. Mnohdy jsou navrhováni jako mluvčí či předsedové třídy. Ve chvíli kdy pedagog opustí třídu, má agresor volné pole působnosti a začíná tvrdá šikana slabších. Zmíněný agresor však, velice chytře, stojí v pozadí a své „poskoky“ diriguje na dálku a ti ochotně plní jeho rozkazy. V případě kdy se na šikanu přijde a je vyšetřována se agresor odkazuje na ostatní a že on za nic nemůže.

Další situace, která může nastat při vyšetřování, je velmi absurdní. Učitel si vybere pomocníka, aby mu dopomohl k vyřešení šikany, aniž by ho napadlo, že právě jeho „pravá ruka“ je hledaný agresor. Takové vyšetřování je zcela zbytečné a neadekvátní. Pokud se zaměříme na rodinu agresora, je zde patrná výchova, kterou jsme také zmínili v první kapitole, tzv. vojenská škola. (Martínek, 2015)



Dítě musí plnit veškeré příkazy do nejmenších detailů a to pod dohledem. Při malé chybě následuje velký trest. I tato výchova vyvolá v dítěti pocit nejistoty a napětí, které si opět vybíjí na druhých.

Srandista agresor je opět jedinec, který je svým kantorům sympatický. U těchto dětí je velkým problémem jejich náhled na život a neschopnost postavit se problému a vyřešit jej. Neznají pocit zodpovědnosti a starosti jednoduše neřeší. Pokud takový jedinec ubližuje druhému a učitel se toho stane svědkem, vše jen zlehčuje. Jeho nejčastěji používaná fráze je: „*To byla jen sranda.*“. Opět se zaměříme na rodinu, která v tomto případě je velmi benevolentní a stejně jako agresor problémy neřeší. Učitele nevnímají jako autoritu, ale jako přítěž, která dělá potíže a musí se s ní žít. Dítě nemá jasně vytyčené hranice, co smí a co je nepřijatelné.

V poslední době je stále častějším typem agresora, který je původcem ekonomické šikany. Už děti na prvním stupni základní školy se učí, že se společnost rozděluje na vrstvy – nižší, střední a vyšší. To už v současné době platí stále méně. Společnost přichází o střední vrstvu a jsou zde lidé chudí nebo naopak bohatí. Právě děti z vyšší vrstvy jsou strůjci této šikany. Jejich priority jsou založené na materiálních věcech. Rodiče se snaží, aby jejich potomek v ničem nezaostával a byl ten nejlepší. Pokud dítě něco chce, okamžitě to dostane. Stane se, že po ničem dlouho netouží, ale už přesně vědí, že vše dostanou. Pro děti všech věkových kategorií je ale právě touha velmi důležitá. Jakmile má dítě všeho nadbytek a rodiče jej nenaučí vážit si svých věcí, nenaučí se proto ani vážit si vztahů mezi lidmi. Často takovým dětem chybí to nejcennější, co může rodič dítěti dát, a to rodičovská láska. Většina rodičů své dítě nabádá, s kým se má a nemá stýkat podle finančního zajištění, a velmi používaným slovem je „sociál“. Díky majetku agresora se třída rozdělí. Na pomyslném vrcholu nejsou nadaní žáci s výborným prospěchem, ale ti, co mají značkové oblečení či poslední model mobilního telefonu.

Pokud shrneme tuto podkapitolu zabývající se charakteristikou agresora, musíme zdůraznit fakt, že právě rodiče mají velký podíl na jednání svého potomka. Předpokladem a nezbytností při řešení jakýchkoli problémů týkající se chování dítěte, je spolupráce a vhodná komunikace rodičů se školou.

Někteří rodiče jsou takové spolupráci nakloněni a vítají ji. Jsou ale tací rodiče (a jsou to častější případy), kdy své dítě brání a za žádných okolností nepřipustí možnost, že by jejich ratolest cokoliv spáchala. Taková situace se řeší intenzivní rodinnou terapií, která ovšem probíhá za souhlasu rodičů. (Martínek, 2015)

Pokud rodiče nesouhlasí ani s tímto krokem a dohoda není možná, je nutné požádat o pomoc odbor sociálních věcí, speciálně vyškoleného odborníka zabývající se touto problematikou nebo Policii České republiky. (Martínek, 2015)

### 3 NÁSLEDKY ŠIKANY

*Tato kapitola pojednává o důsledcích, které s sebou šikana přináší a které se obtížně napravují. Pokud prevence selže, je nutné se zaměřit na nápravu, kterou tato situace vyžaduje.*

#### 3.1 Oběť

Nejvážnější stav po šikanování je bez pochyby u oběti. Nebezpečnost toho, jak šikana zapůsobí, je především v její závažnosti a opakování. Jedinec si často nese následky po celý zbytek života. Další důležitý faktor je i schopnost jedince se bránit. U hodnocení míry závažnosti následků šikany se používá pomyslných 5 stupňů.

První, druhý a třetí stupeň jsou počáteční stupně šikany. Valná většina se domnívá, že tyto nenápadné náznaky šikany nemohou nijak ovlivnit oběť a žádné důsledky s sebou nenesou. Následky jsou velmi nepatrné, sotva viditelné. O to destruktivnější jsou. Ostrakizovaný jedinec je dlouhodobě frustrován, ve školním prostředí se cítí špatně a škola v něm evokuje negativní pocity. Pokud je často vystavován tzv. subtilnímu násilí, kdy je izolován, ponižován, zesměšňován apod., jeho vývoj osobnosti je narušován. Takový tlak působí negativně na nervovou soustavu a vznikají tak neurózy či jiné psychosomatické obtíže. Setkáváme se i s názory, že šikana dětí zoceluje a připravuje je tak na drsný život dospělých. To je ovšem velký omyl, který je nutné vymýtit. Oběti šikany mají mnohdy problémy ve škole, což situaci a celkový stav oběti zhoršuje. Jedinec je nepozorný při výuce a jeho prospěch se rapidně horší. Má tendenci chodit za školu, aby se vyhnul nepříjemnostem, a často lže, že se necítí dobře, jen aby mohl zůstat doma – v bezpečí. Neustále a všeho se obává a na svou nahlíží velmi negativně. (Kolář 1997)

Ve chvíli, kdy má dítě neustále tendenci stěžovat si na svůj zdravotní stav a lékařská vyšetření nepřinesou žádná zjištění, je potřeba si s dítětem promluvit. Takové chování je prvotním znakem šikany. Mnoho takových dětí má problémy zejména ráno a dopoledne. Odpoledne, při příchodu domů, obtíže náhle zmizí a objeví se opět až večer, kdy si dítě představí další školní den. O víkendu je vše v pořádku, jakmile ale nastane neděle večer, obtíže se opět objeví. Rodiče by si takových situací měli všimnout a včas si se svým potomkem promluvit. (Krowatschek, Domsch, 2007)

V opravdu výjimečných případech se oběť agresorovi vzepře. Díky velkému strachu a tlaku, který je na oběť vynaložen, se může stát, že oběť použije nepřiměřenou sílu a agresorovi způsobí zranění či dokonce smrt.

Čtvrtý a pátek stupeň šikanování a následků jsou pro oběť ty nejzávažnější. Jsou to následky celoživotní a dotýkají se celé osobnosti oběti. Při opakovaném a dlouhodobém šikanování se jedinec zhroutí. Trpí záchvaty paniky, depresí, úzkostí a přemýšlí o smrti.

Ani poruchy spánku a noční můry nejsou výjimkou, stejně jako psychosomatické obtíže jako bolesti hlavy, zvracení, únava a dušení jako u astmatiků apod. Další skupina obětí se sice nezhroutí, za to má velké problémy se zařazením se do společnosti. Jsou nuceni opustit stávající školu a přejít na jinou, kde v nové třídě nejsou schopni adaptace. Takové děti mají sebezničující tendence a svou osobu hodnotí negativně.

U dětí, které šikanu zažili, můžeme vyzorovat dva vzorce chování. První skupina dětí se sice na první pohled jeví zcela v pořádku – fyzické rány jsou zahojené, ale ty hluboké psychické nikoli. Jakmile ale dojde na psychickou zátěž, rána se opět otevře a vzpomínky ožijí. Následují deprese a myšlenky na smrt. Naopak další skupina dětí, která se snaží vypořádat se s následky šikany, jsou tací, kteří se i přes přestup na jinou školu opět stávají oběťmi další šikany. Je až zvláštní, jak takoví jedinci přitahují agresory. Vše se opakuje a oběti mají opět sebedestruktivní myšlenky.

V nejhorších případech se oběť nedokáže vyrovnat s bolestí, kterou prošla, a jediným východiskem je sebevražda. Drtivá většina všech sebevražd dětí a mladistvých souvisí právě se šikanou. (Kolář, 1997)

Šikana se týká nejen oběti, ale i její rodiny, pedagogů, školy, přihlízejících a dalších. Pro rodiče, sourozence a samozřejmě i prarodiče je tato situace velmi těžká. Mnohdy agresori napadají oběť právě kvůli některému členu rodiny, což může ovlivnit vztah mezi obětí a dotyčnou osobou. Pokud hovoříme o roli pedagoga, je nutno poznamenat, že šikana ničí i vztah právě mezi pedagogy a žáky. Respekt vymizí a někteří učitelé považují šikanu jako svoje selhání, kdy se jim nepodařilo včas dítěti pomoci. Další skupina, která je také šikanou poznamenána, jsou přihlízející spolužáci. Faktem je, že jejich mlčení není vždy jen kvůli pohodlnosti, ale kvůli obavám, že se po nahlášení incidentu na vedení školy stanou terčem i oni sami.

Dalším důvodem, proč raději přihlížejí, je že nechtějí přijít o postavení ve skupině. Spolužáci by jej mohli považovat za „slabocha“ či „bonzáka“. (Fieldová, 2009)

Nesmíme opomenout i samotné agresory. I ti jsou svým způsobem oběťmi. Často jsou to děti s dysfunkční rodinou, špatným prospěchem, nízkým sebevědomím a s násilím se již setkali. Chybí jim empatie a konflikty jednoduše neřeší. Tito jedinci trpí depresemi, mají sebevražedné sklony a svá traumata si sebou nesou po celý život. (Fieldová, 2009)

### **3.2 Šikana z pohledu zákona**

Šikana sama o sobě stále není považována za trestní čin či protiprávní jednání. Ve většině případů, dle hlediska zákona, se neudálo nic závažného. I přes to, že u nás šikana nepodléhá právnímu hodnocení, protiprávní mohou být však některé projevy šikany. (Vágnerová a kolektiv, 2009)

- Pokud agresor nebo agresoři jakkoli oběť omezují ve volném pohybu (je zavírána, přivazována), pak je tento typ chování klasifikován jako trestný čin omezování osobní svobody.
- Z trestného činu vydírání je agresor obviněn ve chvíli, kdy násilím nutí svou oběť k činům, které sama oběť odmítá. Jakmile oběť nevykoná dané příkazy, agresor vyhrožuje fyzickým napadením.
- Ve chvíli, kdy agresor vyhrožuje usmrcením či jakýmkoli poškozením oběti, kdy je oběť pod velkým psychickým tlakem, hovoříme o trestném činu vzbuzením důvodné obavy.
- Násilně odebrané věci oběti, použití výhrůžek a násilí k zmocnění se majetku oběti nehledě na hodnotu daných věcí se takové chování klasifikuje jak trestný čin loupeže.
- Pokud hovoříme o majetku oběti, nemůžeme zapomenout na trestný čin poškozování cizí věci a to v případě, kdy agresor zničí předmět patřící oběti. Jako příklad můžeme uvést zničení školní tašky, oblečení či jiné pomůcky.
- V některých případech šikany se vyskytla i forma sexuálního obtěžování, svlékání do naha, osahávání. Mluvíme tedy o trestných činech znásilnění a pohlavního zneužití.
- Šikana se nevyskytuje jen ve formě psychického ubližování. Pokud se šikana projeví na těle a zdraví oběti, je tento stav klasifikován jako trestný čin ublížení na zdraví.
- Jak jsme již zmínili v předešlých kapitolách – rodiče mají velký vliv a podíl na tom, zda šikana propukla či propukne. Jakmile se rodiče nezajímají o své dítě, kde tráví volné večery nebo neřeší, že se jejich potomek dopouští protispolečenského chování, mohou být obviněni z ohrožování mrazní výchovy mládeže. (Martínek, 2015)

Nutné je uvést fakt, že pokud je věk agresora nižší než 15 let, nemůže být trestně stíhán. V současnosti je uvažováno o snížení právní odpovědnosti a to na 14 rok života. Ve chvíli, kdy dojde na těžký stupeň šikany a je potřeba ji řešit, je možné požádat soud pro děti a mládež o projednání takového případu. V moci této instituce je nařídít dohled probačního či mediačního pracovníka. Jsou však případy, kdy ani takový krok nepomůže a dítě musí být umístěno do diagnostického ústavu. Agresoři mladší 18ti let jsou odsouzeni k nepodmíněnému trestu odnětí svobody. Umístění jsou ve výchovném ústavu pro mládež.

Rodiče oběti, která si prošla šikanou ve školním zařízení, mohou požadovat po tomto školském zařízení náhradu škody a to jak na věcech, tak na psychickém či fyzickém zdraví. (Martínek, 2015)

Ve chvíli kdy k šikaně dojde právě na půdě školy, na příklad v průběhu vyučování, nese plnou odpovědnost školské zařízení za celkovou újmu. Má-li škola právní subjektivitu, plná odpovědnost padá na školu. Pokud tomu tak není, odpovědnost přebírá zřizovatel školy. Samozřejmě není vyloučena ani odpovědnost daného pedagoga, ředitele či zaměstnance školy. Pokud dítě není schopné navštěvovat školu, školské zařízení je povinno vykompenzovat vzniklé újmy rodičům jako uvolnění ze zaměstnání, zajištění hlídání dítěte atd. (Kolář, 1997)

Oběť často žádá své rodiče, aby incident na policii neoznámovali. Důvodem je zejména strach z odplaty a z toho, že jej okolí bude považovat za slabocha a „bonzáka“. Nabízí se otázka, zda mají rodiče svému potomku vyhovět. Důležité je uvědomit si, že jsou některá rozhodnutí, která jsou jen na rodičích a děti by se jimi neměly zabývat. Zda je nutné podat trestní oznámení je pouze na rodičích. (Burcet, Gravilonová, 2006)

## **4 PREVENCE**

*V této poslední kapitole zmíníme organizace, které se snaží pomoci v případě, že se dítě stalo účastníkem šikany.*

### **4.1 Přehled organizací či projektů zaměřujících se na prevenci šikany**

#### **4.1.1 Rodičovská linka**

Linka se zabývá odborným poradenstvím a snaží se pomoci rodičům a prarodičům dětí, kteří se setkali se šikanou. Poradenství funguje po celé České republice výhradně telefonním spojením. Důležitým aspektem, který tato forma pomoci respektuje, je anonymita. Klient nemusí, pokud nechce, sdělovat své osobní údaje. Poradenství na této lince zajišťuje tým speciálně vyškolených psychologů, kteří mají zkušenosti s řešením závažných sociálně-patologických jevů a jejich následků. Linka funguje každé pondělí, středa a pátek od 13:00 do 16:00, a každé úterý a čtvrtek od 16:00 do 19:00 na telefonním čísle 840 111 234.

#### **4.1.2 Linka důvěry**

Tato linka funguje na podobném principu jako Rodičovská linka. Volanému je poskytována pomoc po telefonu ve vážných krizových situacích. Pracovníci linky odkazují na koho se dále obrátit v místě bydliště a okolí

#### **4.1.3 Pedagogicko-psychologické poradny (PPP)**

Tyto instituce spadající pod školské poradenství, se nacházejí v každém regionu na území České republiky. Poradenství má za úkol pomoci v případě, že má dítě na příklad specifickou poruchu učení, behaviorální problémy, konflikty mezi stejně starými dětmi a samozřejmě i se šikanou. Tuto službu mohou využít rodiče kdykoli ve spolupráci se školou a to bezplatně. Pokud je podezření na určité patologické jevy v kolektivu, využívají se ke zmapování vztahů ve třídě dotazníky. Ty sice nedokáží přesně stanovit diagnózu šikany, ale lze díky nim sestavit intervenční plán kolektivu, který se v mnoha případech osvědčil.

#### **4.1.4 Internetové poradny**

V případě, že účastník nechce či nemůže využít telefonní linky, je zde možnost využít pomoci internetových poraden. (Vágnerová, 2009)

Nejprve je nutný přesný popis problému, který nastal a po té pracovník poradny vypracuje návrh dalších kroků a předá účastníkovi kontakty na specializovaná pracoviště. Kromě učitelů a rodičů tento způsob pomoci vyhledávají i děti. Pokud je problém kyberšikana, existuje stránka pomoci [www.internethelpline.cz](http://www.internethelpline.cz).

#### **4.1.5 Dětská psychiatrie, léčebny**

Dítě, které si šikanou prošlo, dost často vyžaduje sledování odborníků. Jedná se zejména o vyšetření psychiatra a jeho následnou péči. V mnoha případech je dítě natolik traumatizované, až se u něj mohou rozvinout deprese, úzkosti, sebepoškozování či dokonce myšlenky na smrt. Pomoc psychiatra není ale jen pro oběť šikany, ale i pro agresora, který má problémy se zvládnutím agrese. Psychiatr po rozmluvě s dítětem a rodiči usoudí, zda se bude jednat o ambulantní léčbu, či postačí medikace, nebo je stav natolik vážný a nutná je hospitalizace. Důležité je zmínit, že pokud rodiče nesouhlasí s hospitalizací svého dítěte, ve vážných případech o ní může rozhodnout soud. (Vágnerová, 2009)

#### **4.1.6 Program Beat Bullying**

V překladu „Zbij Šikanu“. Tento unikátní program slouží jako pomoc mladým lidem při řešení problému šikanování. Jedná se o internetovou stránku <http://beatbullying.org>. Jelikož v dnešní době je internet stále aktuálnější, byla navržena právě tato webová stránka, která dává možnost obětem šikany svěřit se se svými problémy na chatu se speciálně vyškolenými pracovníky.

Hlavním cílem a myšlenkou projektu je především „peer-to-peer-mentoring“. Znamená to, že se vrstevníci navzájem učí. Děti absolvují několika denní školení, po jehož dokončení jsou schopné svým kamarádům poradit, co dělat v situacích jako je šikanování, obtěžování na internetu nebo při poruchách příjmu potravy. (Sobol, 2014)

#### **4.1.7 Společenství proti šikaně**

Dalším vhodným způsobem k vyhledání odborných rad či pomoci je toto dobrovolné občanské sdružení, ve kterém pracují nejen odborníci na problematiku šikování, ale i rodiče, kteří mají sami zkušenost se šikanou a s jejím zvládnutím. Hlavním cílem je prevence šikany ve školním prostředí, osvěta veřejnosti, iniciace legislativy, vzdělávání a školení, a vytváření preventivních programů. (Společenství proti šikaně, 2014)



## 4.2 Když dojde ke zločinu

*„Jestli se přes všechna bezpečnostní opatření něco stane, musíš to okamžitě oznámit. I když se jedná jen o sexuální obtěžování nebo o menší rvačku, o normální vydírání nebo o jiný přešůpek. Ze všeho nejdřív je tedy třeba informovat policii. Když nemáš odvahu učinit oznámení na policii, můžeš se zeptat rodičů, zda by se neměli obrátit na právníka. Poradit se můžeš také ve škole. Každým ohlášením přešůpku či zločinu na policii pomůžeš také ostatním. Poradit ti také mohou rodinný lékař nebo případně gynekolog, telefonní linka bezpečí, lékařská pohotovost, církevní poradny, sociální pracovníci a Bílý kruh bezpečí.“ (Erb, 2000, str. 101)*

M. Kolář podle svých vlastních zkušeností zastává názor, že správná kvalifikovaná pomoc při výskytu šikany je schovaná ve třech hlavních bodech

První krok je diferenciální diagnostika, kdy hlavní charakteristikou tohoto kroku je především detekce šikany. Zda se jedná skutečně o šikanu či o pouhé škádlení či jiných forem násilí.

Druhým krokem je diagnostika vnitřní. V tomto případě jsme si šikanou téměř jisti a snažíme se o vzniklé situaci dovědět co možná nejvíce. Především o jakou formu šikany se jedná, zda je nutná pomoc odborníků (policie České republiky, pedagogicko-psychologické porady, apod.), podmínky a příčiny.

Posledním krokem pomoci je určení typu scénáře pro základní směr léčby. Naprostým základem je vyhodnotit situaci – zda se jedná o počáteční stádium šikany (1, 2 a 3 stupeň), nebo o pokročilou šikanu (4 a 5 stupeň) – viz kapitola 3 Následky šikany. Dále je nutné rozhodnout, o jakou formu šikany se jedná, o běžnou či komplikovanou. Jakmile tyto dvě hlavní kritéria (forma a stádium) vyhodnotíme, je na místě vyhodnotit i typ řešení. Řešení v takovém případě jsou dvě. Jedná se o první pomoc a celkovou léčbu. Spojením těchto dvou klíčových faktorů vznikne 6 skupin scénářů (tab. 2), které nám názorně ukáží, zda je nutná pomoc odborníků či nikoli. (Kolář, 2011)

Tabulka 2: Klasifikace scénářů pomoci

Situace, které škola zvládne sama.	1. První pomoc pro obyčejnou počáteční šikanu.
	2. Celková léčba pro řešení prvních dvou stádií šikanování.
Scénáře, kdy škola potřebuje pomoc zvenku.	3. První pomoc pro komplikovanou počáteční šikanu.
	4. První pomoc pro obyčejnou pokročilou šikanu. (krizový scénář)
	5. První pomoc pro komplikovanou pokročilou šikanu jako například výbuch skupinového násilí. (krizový scénář)
	6. Celková léčba pro třetí stádium šikanování s běžnou i komplikovanou formou. Základní intervenční program

(Kolář, 2011)

Šikana je onemocnění, které postihuje celou skupinu. Vzájemné vztahy v kolektivu jsou tímto zásahem zcela narušeny. Proto je nutné zásady při vyšetřování šikany přesně dodržet, aby se pochybením při postupu vyšetřování oběti více neublížilo. Všechny školy v České republice jsou povinné vytvořit tzv. minimální preventivní program, který zahrnuje i prevenci šikany, se kterým musí být obeznámen každý pedagog školy. Další dokument, který je užitečný díky svým doporučením, která obsahuje, je Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování na školách a ve školských zařízeních. (Rodičovská linka)

Nejčastější chyby, kterých se pedagogové dopouštějí při vyšetřování, je zejména společné šetření jak s obětí, tak s agresorem. Vyšetřování je často natolik nepřijatelné, až oběť odmítá vypovídat a ze strachu lže. Agresora se dokonce pedagogové nevědomky zastávají, nepřipouští možnost, že by byl schopen šikany. Další chyba, kterou se pedagog často dopouští, je fakt, že nemá předem promyšlenou strategii. Jeho taktika je nahodilá. Nevhodná je i skutečnost, že se pedagog pokouší vinu spravedlivě rozdělit mezi šikanovaného a trýznitele. Velkou chybou je informování agresorů o vyšetřování. Ti mají tudíž dostatek času na ovlivnění svědků a naplánování své výpovědi. (Pedagogicko-psychologická poradna Plzeň, 2009)

### 4.3 Prevence

Pokud se zaměříme na prevenci šikany, je nutné poznamenat, že tato prevence je postavena na několika úrovních. První úroveň je prevence na úrovni školy jakožto celku. V tomto druhu prevence je nesmírně důležitá **vzájemná podpora mezi členy pedagogického sboru a ředitelem**. Dalším velmi účinným krokem k boji proti šikaně je **hustý dozor**. O přestávkách by se mělo více pedagogů pohybovat po chodbách a namátkou, nečekaně, vejít do třídy a situaci zkontrolovat. Záleží ale na technice, jakým se dozor provádí.

Není možné, aby pedagog stál po celou dobu přestávky na jednom místě. Je také žádoucí, aby byla kontrolována málo frekventovaná místa, ve kterých se neočekává přítomnost jiných osob. Je také možné zamezit vstup na taková místa a to za pomoci **školního řádu**, ve kterém se tato místa zmíní jakožto místa se zákazem vstupu bez pedagogického dohledu. Ve Velké Británii přišli s velmi zajímavou myšlenkou – starší žáci, jakožto rytíři, mají za úkol hlídat mladší spolužáky na příklad na hřišti při přestávce. Žáci se tak cítí důležití, užiteční a jsou důslední. Nesmíme zapomenout ani na účel **školního řádu**, podle kterého by se měl řídit každý žák školy. Jeho obsahem by mimo jiné mělo být i zákaz jakéhokoli násilí a všech forem chování, které je možno nazvat šikanou. Za porušení následuje náležitý kázeňský postih. Nutností je, aby o jeho obsahu byli žáci poučeni a rodiče informováni. Dalším bodem v prevenci na půdě školy je i určitá forma **etické výchovy**. Každému dítěti, nejen ve škole, musí být vštěpováno, že existují určité hodnoty, díky kterým je a bude naše společnost fungovat. Hodnoty jako úcta k druhému člověku, empatie, čest. Pokud hovoříme o půdě školy, nejúčinnější příklad těchto hodnot je fakt, že pedagog sám těchto hodnot využívá a je jakýmsi vzorem. Jakmile se pedagog dle těchto zásad či hodnot sám neřídí, o příkladu nemůže být řeč. Velmi vhodným přístupem pedagogů k této problematice je, že při hodinách tyto hodnoty jako je obětavost, úcta, čest, pomoc slabšímu, zapojí do výuky dané látky. Vysvětlíme si to na příkladu – proč se děti učí gramatice větami jako: „Ema má maso a máma mele maso.“? Vhodnější by bylo zařadit věty jako: „Ublížování slabým není správné.“ a podobně. Při hodinách dějepisu má pedagog příležitost zmínit rytíře, kteří chrabře ochraňovali bezmocné a slabé. Takové vštěpování je účinný způsob, jak děti přiučit co je a není správné na názorných příkladech. Pokud k šikaně dojde je **nutná informovanost mezi pedagogy a rodiči**. A to co nejdříve. (Říčan, Janošová, 2010)

Další prevencí, o které se zmíníme, je prevence na úrovni jednotlivých tříd.

V některých školách je využívána technika zvaná **Charta třídy**. Při této technice žáci s pedagogem hovoří o tom, jak si myslí, že by se měl žák chovat k učiteli a spolužákům, a jak by se měl naopak pedagog chovat ke svým žákům. Dbát by se mělo zejména na to, aby děti tyto zásady neoznačovaly jako zákazy. Tyto zásady jsou pak zapsány na list papíru, který se vyvěsí ve třídě na nástěnku a všichni ho tak měli na očích. Dalším vhodným způsobem komunikace ve třídě je **Symbolický kruh**. V tomto případě nejde o nic jiného, než že se pedagog se svými žáky usadí na příklad na koberec do kruhu a všechny záležitosti, problémy, konflikty, ale i příjemné informace jako pochvaly, se řeknou v tomto kruhu. Tento způsob je velmi vhodný na zlepšování vzájemné komunikace s pedagogem, ale i s ostatními žáky třídy. **Víkendové akce či pobyty** celé třídy jsou další metodou, která má za cíl stmelit kolektiv a naučit děti vzájemné spolupráce na příklad při bojovkách a různých hrách. Tyto akce jsou považovány za tzv. imunizaci proti šikaně.

Prevence na úrovni jednotlivců spočívá ve **sledování potencionální oběti**. Pokud žák již byl obětí šikany, je nutné jej pozorovat při běžných činnostech ve škole. To samé platí i o žácích, kteří jsou na příklad vzhledově rozdílní a mohli by se tak stát potencionálním terčem šikany. Pokud má pedagog podezření na začínající šikanu, kontaktuje rodiče a doporučí preventivní psychologické vyšetření. Dalším důležitým postupem, na který by pedagogové neměli zapomínat, jsou i **pravidelné rozhovory se všemi žáky**. Učitel se tímto způsobem komunikace dostává hlouběji do třídního systému, zná vztahy, které ve třídě panují a žáci ho považují za vhodnou osobu, které se mohou svěřit. (Říčan, Janošová, 2010)

#### **4.4 Co dělat? Rady pro přihlízející**

Vynikající mistr ve své knize zmiňuje Andrew Matthews, který radí přihlízejícím co dělat v situaci, když jsou svědkem šikany. Jeho názor na mlčení je ten, že pokud přihlízející nic neudělá, dává tím najevo tyranovi, že je jí to jedno a že si to oběť zaslouží. Co Matthews radí přihlízejícím, co mají udělat?

Říct tyranovi, ať to nedělá. – „Prosím tě, nech ji být.“, „Nesmíš se tak k němu chovat.“ (Matthews, 2011)

Říct oběti, aby odešla spolu s přihlížejícím. Nejhorší na šikanování je pocit, že je člověk sám. Proto je vhodné vybidnout šikanované dítě, aby místo opustila a jít s ní.

Být přítelem oběti. Opět jde o pocit nebýt sám, vědět, že je zde někdo, kdo tu vždy bude při těch hrozných chvílích.

Bavit se s obětí. Tím se tyranovi dá najevo, že jsi proti němu. Zároveň je zde možnost oběť přesvědčit, že nejlepším řešením je obrátit se na rodiče či učitele. Dát odvahu k takovému činu je to nejrozmumnější, co může člověk udělat. (Matthews, 2011)

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 5 FORMULACE PROBLÉMU

Šikana je nemoc společnosti, která nepostihuje pouze děti, na které je tato práce zaměřena, ale i na dospělé. Doprovází nás tedy po celý život. V České republice je výskyt tohoto sociálně-patologického jevu velmi vysoký a stále častější. Skutečný stav a počet traumatizovaných obětí šikany lze jen odhadovat. Podle dostupných informací je každé třetí dítě ve školách v České republice onou obětí.

Tento problém byl za minulého režimu veřejnosti znám především z vojenského či vězeňského prostředí. Šikana zřejmě existuje jako lidstvo samo. V současné době, v demokratické společnosti, je zdůrazňována svoboda a práva každého člověka. Proto je větší zájem veřejnosti o porušování svobod, práv a nevhodné chování v populaci zejména dětí a mládeže. Jedná se zejména o problém šikany vyskytující se na školách. Tento způsob chování se může objevit dokonce i v pracovním prostředí, znám pod pojmem mobbing.

Výzkumný problém jsme směřovali na děti školního věku, u kterých jsme přesvědčeni, že je prevence zcela na místě. Je žádoucí, aby byli tito žáci informováni o šikaně a jejích důsledcích. Měli by umět účinně proti ní bojovat. Forma dotazníku mohla přispět k zamyšlení samotných respondentů nad problémem šikany. Díky šetření se děti zamyslely eventuálně i nad důsledky svých činů a možná i svého chování nebo svých spolužáků.

Výzkumný problém zní: *Jaká je informovanost adolescentů týkající se šikany?*

## 6 CÍLE A HYPOTÉZY

### **Cíl č. 1:**

Zjistit zda jsou dotazovaní informováni problematikou šikanování a jsou schopni tento pojem vysvětlit.

### **Cíl č. 2:**

Zjistit kolik procent dotazovaných se již se šikanou setkalo.

### **Cíl č. 3:**

Zjistit zda dotazovaní vědí, jakými prvky je šikana charakteristická.

Na tyto cíle navazují následující hypotézy.

### **Hypotéza č. 1:**

*Předpokládáme, že více než 50% dotazovaných ví, co znamená pojem šikana a dokáže jej vysvětlit.*

Tato hypotéza má za úkol doložit, zda jsou dotazovaní žáci informováni školou a dalšími způsoby, co je to šikana a jsou díky tomu schopni se bránit.

### **Hypotéza č. 2**

*Předpokládáme, že více než 50% dotazovaných se již se šikanou setkalo.*

Následující hypotézu jsme zvolili z důvodu vysokého výskytu šikany ve všech školských zařízeních.

### **Hypotéza č. 3**

*Předpokládáme, že dotazovaní znají charakteristické prvky šikany.*

Hypotézu č. 3 jsme záměrně zvolili, abychom zjistili, zda jsou žáci schopni popsat charakteristiku šikany a rozpoznat tak chování, které není považováno za šikanu.

## 7 METODIKA

Pro vypracování praktické části této bakalářské práce jsme se rozhodli využít kvantitativní metodu a na základě toho jsme vytvořili anonymní dotazník (příloha 1). Dotazník byl určen pro žáky 2. stupně základní školy, konkrétně žáky páté a osmé třídy. Věkové rozpětí žáků nebylo široké, jelikož jsme se zaměřili na rizikové skupiny dětí a v mnoha oslovených školách nám nebylo umožněno provést dotazníkové šetření. Šikana se ale stále častěji vyskytuje i u mladších dětí, je proto nutné další výzkum a prevenci směřovat na mladší věkovou kategorii. Dotazník byl anonymní a obsahoval celkem 20 otázek. Většina otázek byly otázky uzavřené, jedna polouzavřená a čtyři otevřené.

Sběr dat proběhl v měsíci prosinec 2016 až měsíc únor 2017. Odevzdaly jsme 150 dotazníků 21. základní škole, a tyto dotazníky byly určeny čtyřem třídám, konkrétně páté a osmé třídě. Prvotním záměrem bylo vstoupit do výuky s těmito dotazníky a po dobu vyplňování žáky pozorovat, případně odpovídat na jejich dotazy, což jsme chtěli zapojit do této bakalářské práce. Bohužel nám tento krok nebyl umožněn a dostalo se nám dotazníků pouze ze dvou tříd, 5. tříd. Celkem tedy 50. Využili jsme proto pro naše šetření další školu a to Masarykovu základní školu Zruč-Senec, která nám umožnila vyplnění dotazníků ve dvou třídách, 8. tříd. Celkem tedy 54.

Vyhledání škol, které by byly ochotné s námi spolupracovat, bylo velmi obtížné. I přes vysvětlení záměru našeho dotazníku, tj. zjistit informovanost žáků, zda vědí, co šikana je, nás mnoho škol odmítlo nebo na naši prosbu o spolupráci nijak nereagovaly. Podle našeho názoru tento postoj k dané problematice svědčí pouze o strachu ze strany vedení škol, abychom případně probíhající šikanu neodhalili.



## 8 CHARAKTERISTIKA SLEDOVANÉHO SOUBORU

Vzorek respondentů byli žáci 2. stupně základní školy. Pro zjištění potřebných informací jsme vybrali Masarykovu základní školu Zruč-Senec a 21. základní školu v Plzni.

21. základní škola nám poskytla data z pátých tříd. Tato škola má přehledně na svých webových stránkách zveřejněné krizový plán při šikaně, krizová pracoviště, krizovou pomoc a další dokumenty akcí týkajících se primární prevence. Práci školního metodika prevence hodnotíme jako ukázkovou.

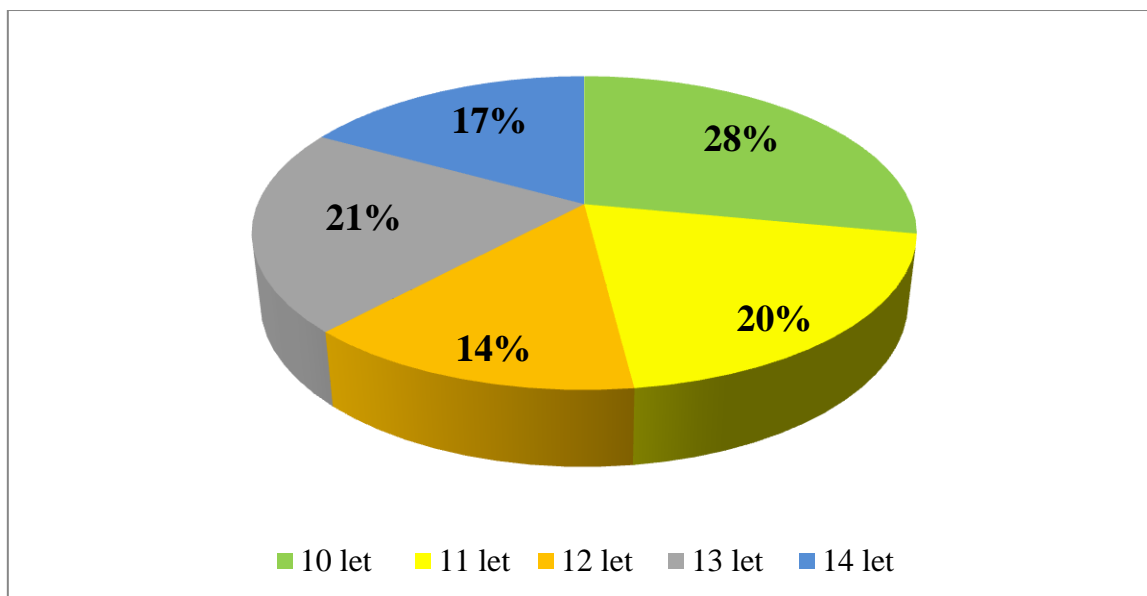
Masarykova základní škola Zruč-Senec nám poskytla data z osmých tříd. I tato škola na svých webových stránkách prezentuje vhodné informace, týkající se prevence šikany.

Vzorek dotazovaných byli žáci základní školy druhého stupně. Záměrně jsme vybrali věkovou kategorii 10-14 let, jelikož jsme přesvědčeni, že právě tato věková kategorie je nejrizikovější, co se propuknutí šikany týče. Požádali jsme o spolupráci při dotazníkovém šetření 21. základní školu Plzeň a základní školu Zruč-Senec. Výběr škol nebyl zcela náhodný – 21. základní školu jsem sama navštěvovala a zažila jsem při studiu na této škole šikanu. Základní školu Zruč-Senec jsme zvolili z důvodu vynikající komunikace.

## 9 PREZENTACE A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ

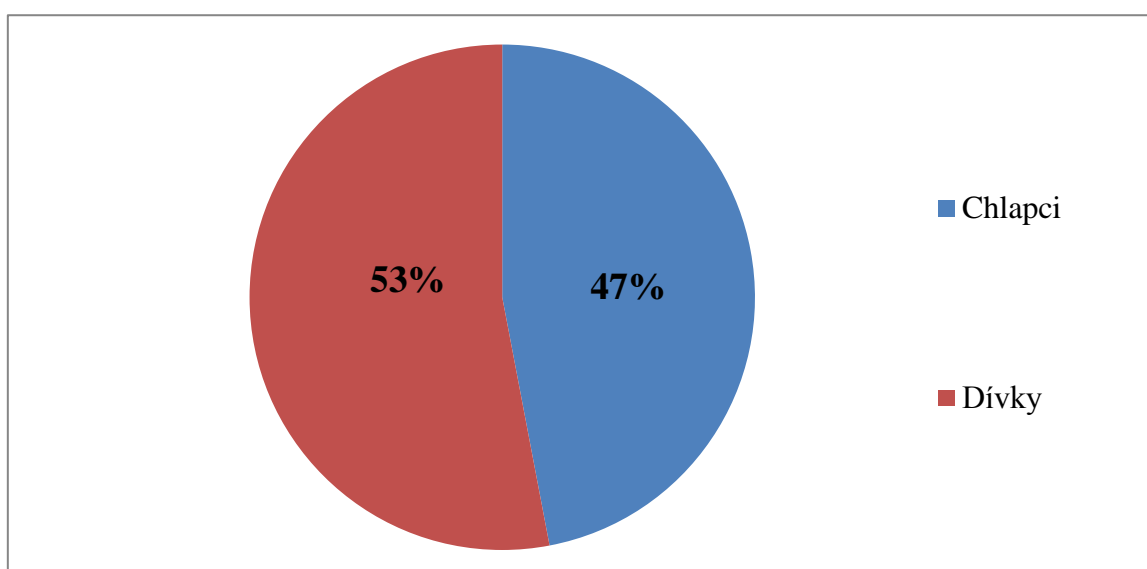
*Vyhodnocení otázky č. 1 – Kolik ti je let?*

**Graf č. 1 Věk respondentů**



*Vyhodnocení otázky č. 2 – Jsi dívka nebo chlapec?*

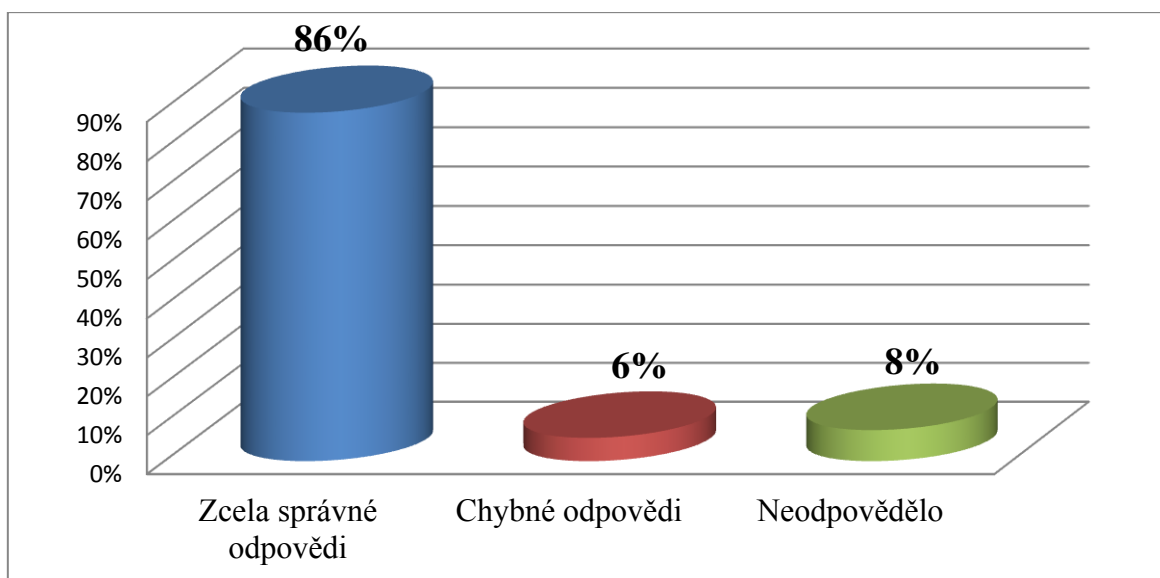
**Graf č. 2 Pohlaví respondentů**



### Vyhodnocení otázky č. 3: Dokázal/a bys odpovědět, co je to šikana?

Na otevřenou otázku č. 3, která byla pro naše šetření stěžejní, odpovědělo 86% (90) respondentů zcela správně. 6% (6) odpovědí bylo chybných a 8% (8) na tuto otázku neodpovědělo

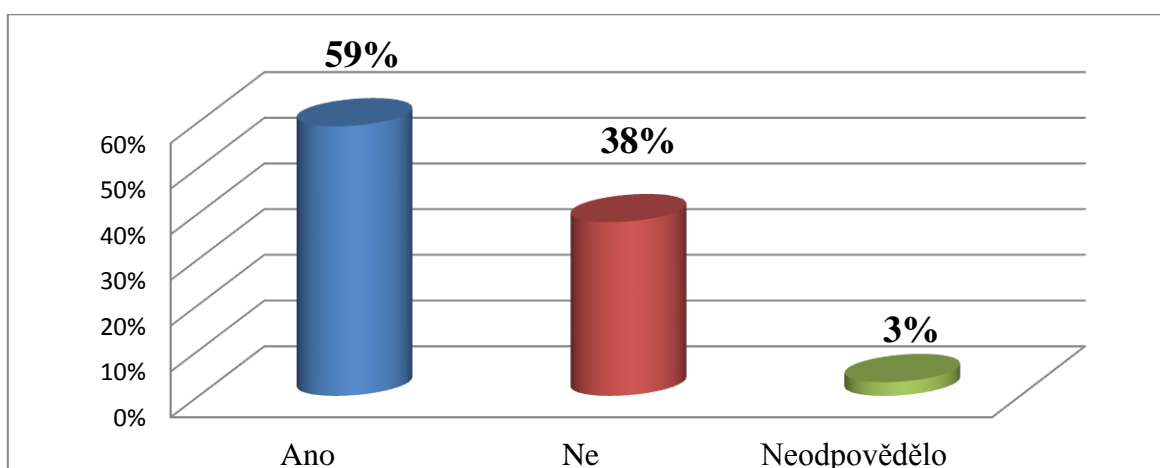
**Graf 3. Co je to šikana**



### Vyhodnocení otázky č. 4: Víš o někom, kdo byl šikanován?

Na otázku číslo 4, která měla za úkol zjistit, zda se dotazovaní setkali s obětí šikany, odpovědělo 59% (61) respondentů že ano. 38% (40) respondentů odpovědělo ne a zbylá 3% (3) tvořily nezodpovězené odpovědi.

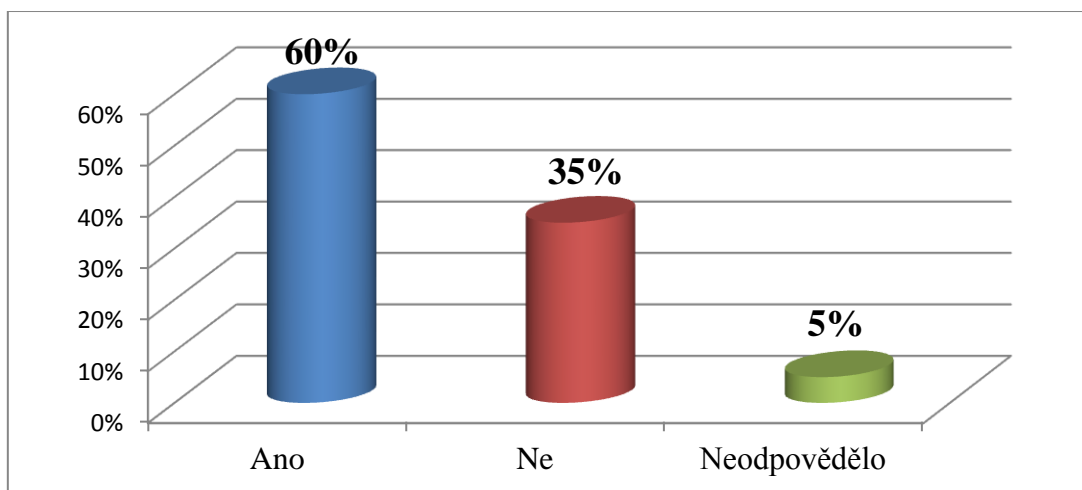
**Graf č. 4 Víš o někom, kdo byl šikanován?**



### Vyhodnocení otázky č. 5: Víš o někom, kdo někoho někdy šikanoval?

Na tuto otázku č. 5, která měla naopak zjistit, zda se dotazovaní setkali s agresorem, odpovědělo kladně 60% (62) žáků. Odpověď ne v dotazníku uvedlo 35% (37) dotazovaných. Zbýlých 5% (5) respondentů neodpovědělo.

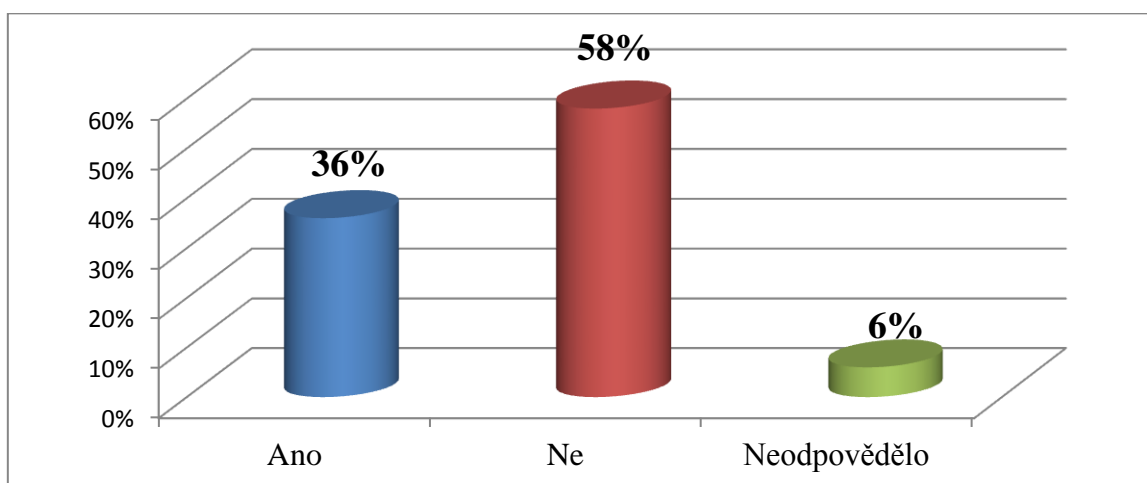
**Graf č. 5 Víš o někom, kdo někoho někdy šikanoval?**



### Vyhodnocení otázky č. 6 – Máš pocit, že je někdo ve tvém okolí šikanovaný?

Tato otázka směřovala ke zmapování situace, zda si dotazovaní všimají svého okolí. Na tuto otázku odpovědělo celkem 94% (98) respondentů, zbylých 6% (6) respondentů do dotazníku nevedly žádnou informaci. Z odpovědí, kterých se nám dostalo, odpovědělo Ano 36% (38) žáků, 58% (60) žáků odpovědělo Ne.

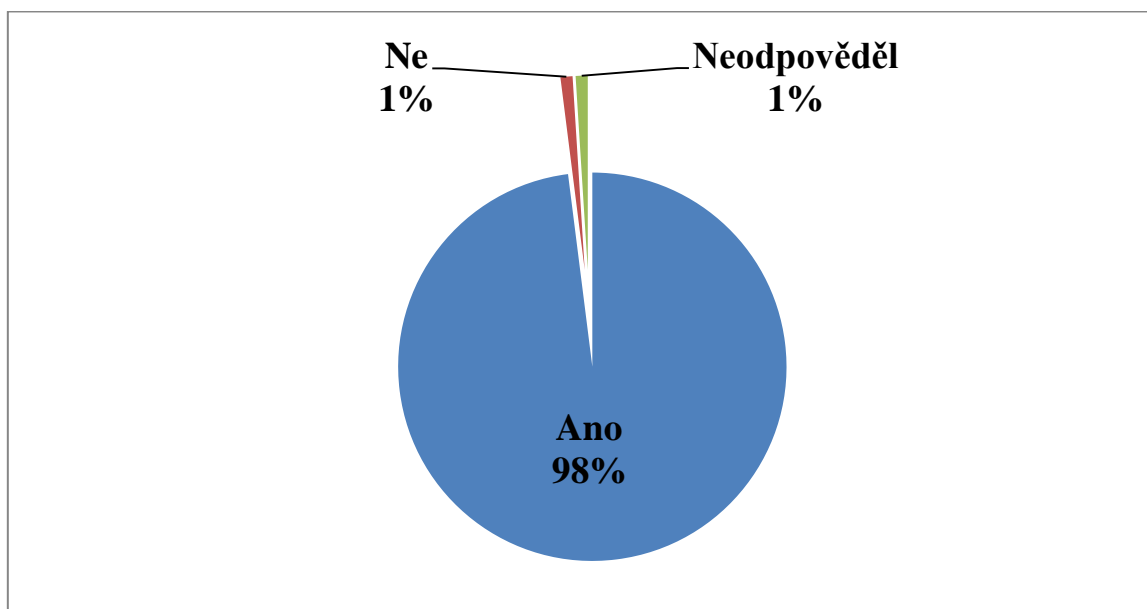
**Graf č. 6 Máš pocit, že je někdo ve tvém okolí šikanovaný?**



*Vyhodnocení otázky č. 7 – Pomohl/a bys svému spolužákovi, kdyby byl šikanovaný?*

Otázka č. 7 směřovala teoretickou cestou, kdyby šikana nastala. U této odpovědi jsme očekávali 100% výsledek, že všichni dotazovaní odpoví kladně. Tato naše hypotéza se v podstatě splnila. 98%, tedy 102 dotazovaných, odpovědělo, že by v situaci šikanování pomohli svému spolužákovi. 1%, tedy 1 žák odpověděl Ne, a zbylé 1%, také 1 žák, neodpověděl vůbec.

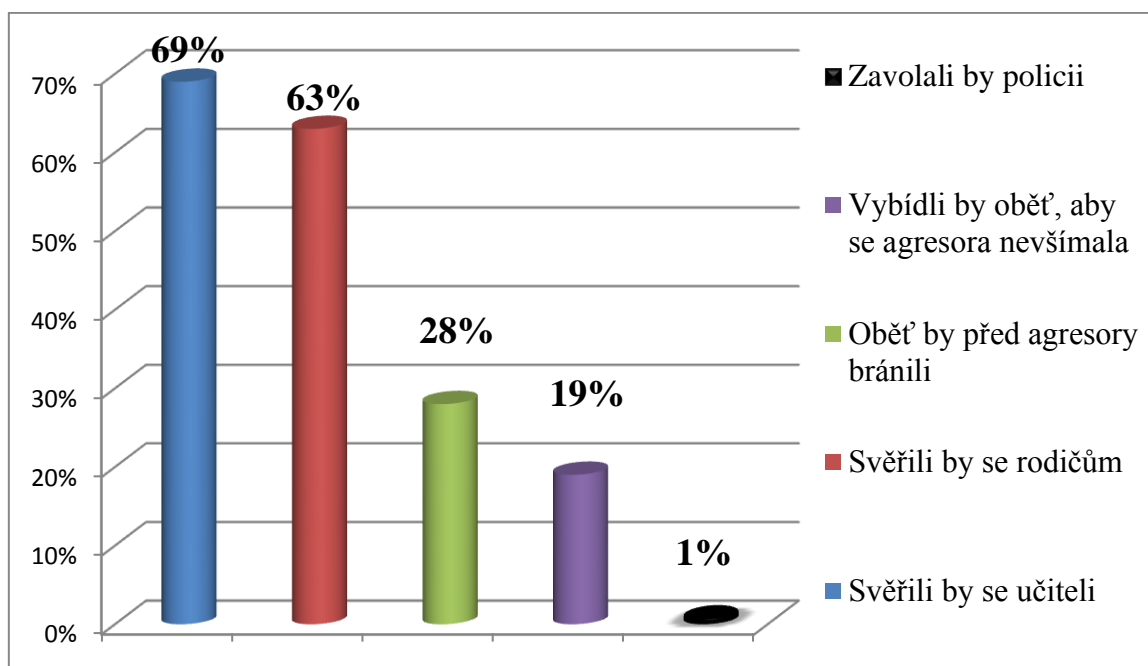
**Graf č. 7 Pomohl/a bys svému spolužákovi, kdyby byl šikanovaný?**



### Vyhodnocení otázky č. 8 – Jak by ses v takové situaci zachoval/a?

Otázka č. 8 je otevřená, očekávali jsme proto mnoho rozmanitých odpovědí. Jelikož odpovědi tvořily kombinace několika frází, procenta neodpovídají běžnému výsledku při procentuální kalkulaci. Nejčastější odpovědi dotazovaných bylo, že by šli za učitelem a o šikaně by mu řekli 69% (54), nebo by celý incident řekli rodičům 63% (49). Další odpovědí bylo, že by svého spolužáka bránili před agresory 28% (22). Třetí nejčastější odpovědí bylo, že by si s obětí promluvili, aby si agresorů nevšímala 19% (15). Jedna odpověď, tedy 1%, zněla, že by dotyčný zavolal na policii.

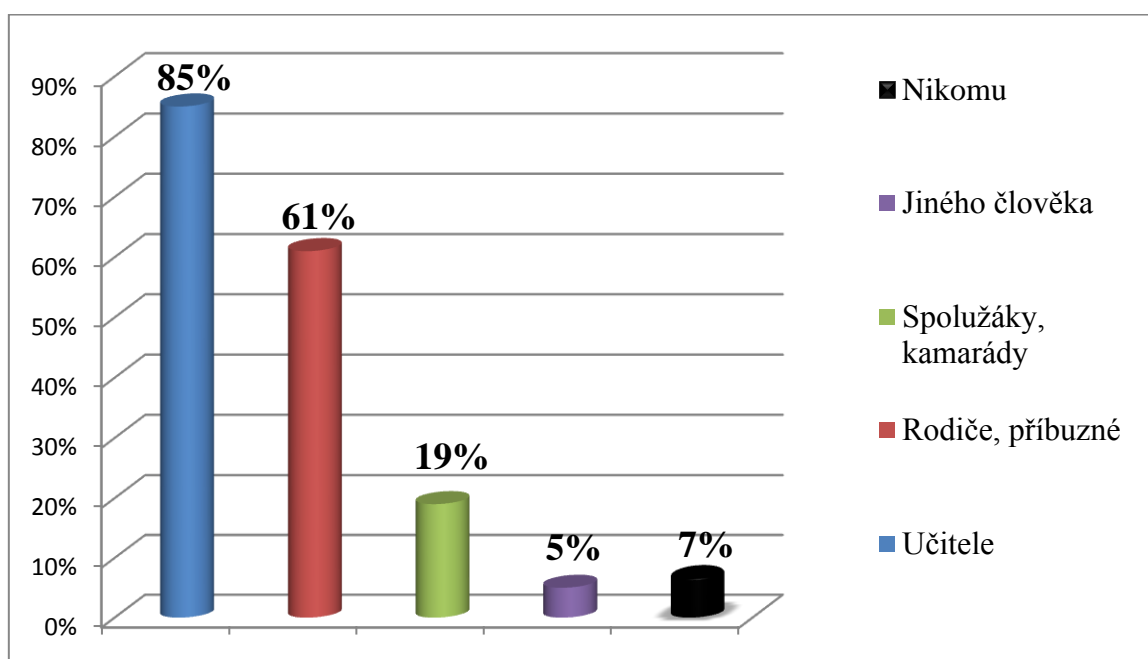
Graf č. 8



Vyhodnocení otázky č. 9 – Koho bys informoval/a v případě, že bys byl/a svědkem nebo obětí šikany?

Tato otázka byla do dotazníku záměrně použita, abychom zmapovali nejčastější okruh lidí, ke kterým se s prosbou o pomoc obětí či přihlížející uchýlí. U této otázky byla možnost kombinace více odpovědí. Nejčastější odpovědí bylo, že by dotazovaní šli za učitelem 82% (85). Rodiči nebo jiné příbuzné by informovalo 61% (63) dotazovaných. Kamarádům či spolužákům by se svěřilo 19% (20) žáků. Jiné osobě by se svěřilo 5%, tedy 5 respondentů. Nikomu by se nepsvěřilo 7%, tedy sedm žáků.

**Graf č. 9 Koho bys informoval/a v případě, že bys byl/a svědkem nebo obětí šikany?**

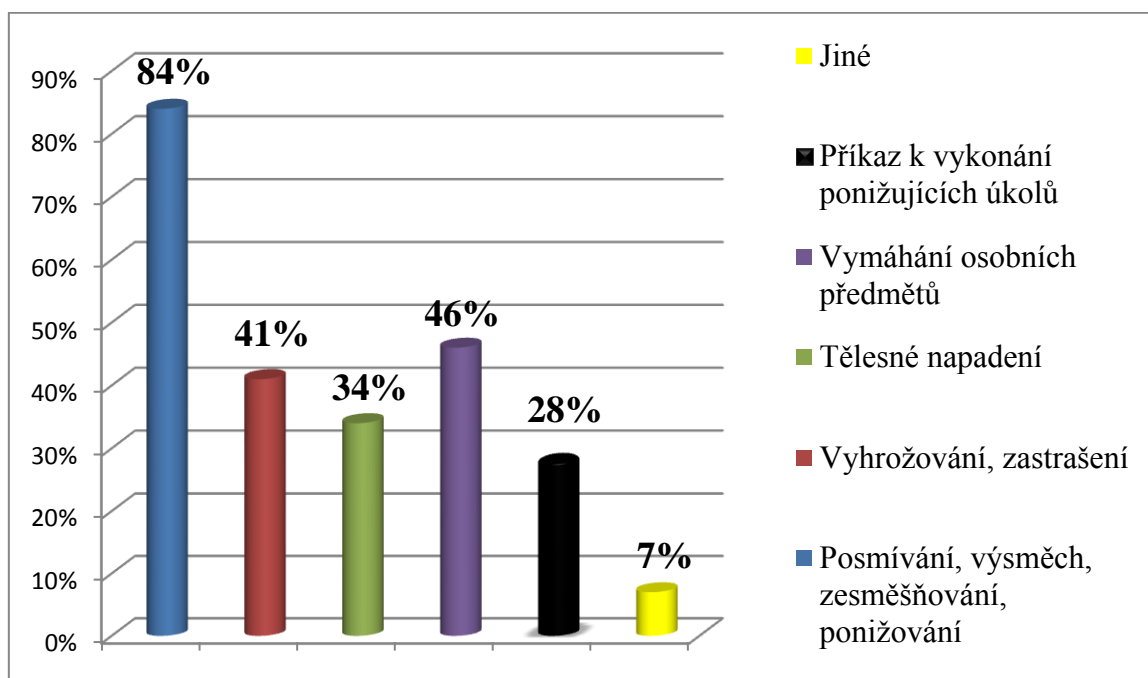


Otázky č. 10 a 11 byly určeny pro respondenty, kteří se již se šikanou setkali. Na tyto dvě otázky odpovědělo 65% (68) respondentů, zbylých 35% (36) respondentů neodpovědělo, tudíž předpokládáme, že se se šikanou nesetkali.

*Vyhodnocení otázky č. 10 – V jaké to bylo situaci?*

Na tuto otázku zareagovalo 65% (68) dotazovaných kladně, tedy že se se šikanou setkali. (Proto následující hodnoty výsledků neodpovídají běžnému procentuálnímu kalkulu – celkový počet odpovědí 65% respondentů považujeme za 100%.) Úkolem této otázky bylo zjistit, v jaké situaci se tito dotazovaní se šikanou setkali. Opět jsme dali respondentům možnost vybrat více odpovědí. 84% (57) žáků odpovědělo, že se se šikanou setkali ve formě posmívání, výsměchu, zesměšňování, ponižování. 41% (28) dotazovaných uvedlo, že se setkali s šikanou při vyhrožování, zastrašení. Tělesné napadení označilo 34% (28) dotazovaných. Se šikanou, jakožto s vymáháním osobních předmětů, se setkalo 46 % (31) žáků. 28 % (19) dotazovaných označilo, že se šikana objevila ve formě příkazů k ponižujícím úkolům. Odpověď „Jiné“ označilo 7% (5) dotazovaných.

**Graf č. 10 V jaké situaci jsi se se šikanou setkal/a?**





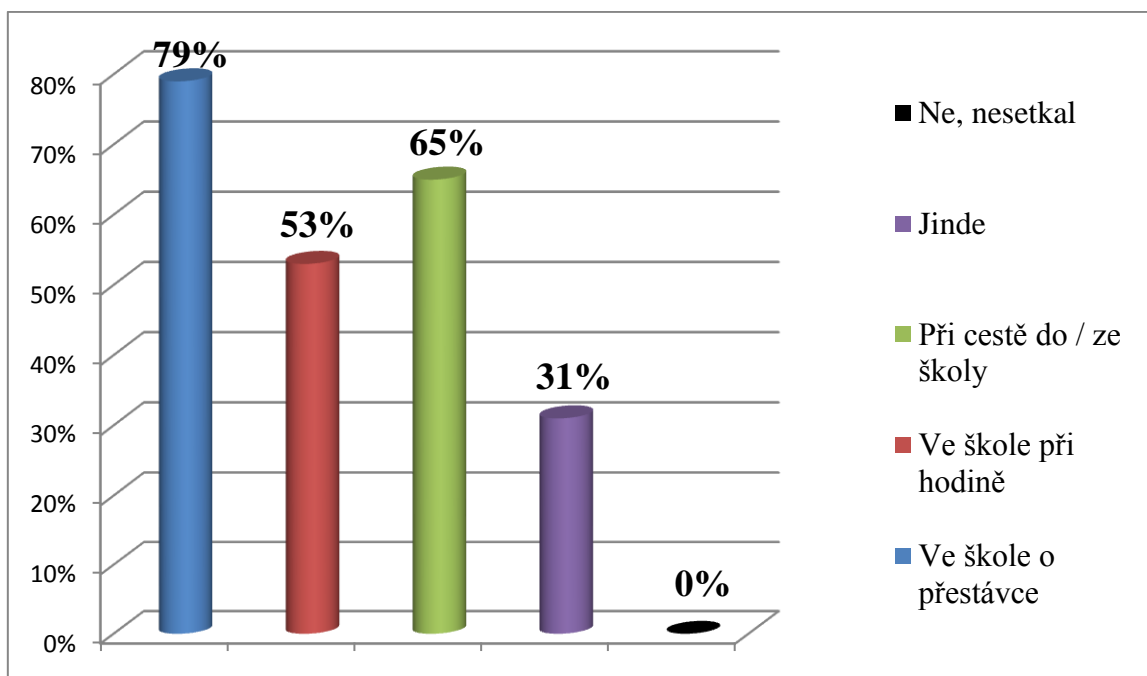
### Vyhodnocení otázky č. 11 – Kde ses setkal/a se šikanou?

I tato otázka, č. 11, byla složena z více možností odpovědí. Jako u předchozí otázky, č. 10, která navazovala na tuto otázku, odpověděl stejný počet respondentů, tedy 65% (68) – což ve smyslu otázek souhlasí.

Na tuto otázku zareagovalo 65% (68) dotazovaných kladně, tedy že se se šikanou setkali. (Proto následující hodnoty výsledků neodpovídají běžnému procentuálnímu kalkulu – celkový počet odpovědí 65% respondentů považujeme za 100%.)

79% (54) dotazovaných odpovědělo, že se se šikanou setkali ve škole o přestávce. 53% (36) se setkalo se šikanou v hodině ve škole. Odpověď Při cestě do školy nebo ze školy označilo 65% (44) dotazovaných. Jinde uvedlo v dotazníku 31% (21). Pro kontrolu, zda žáci, kterým jsme dotazník předložili, skutečně zaznamenávají pravdivé odpovědi, jsme v této otázce dali jako jednu z možností odpověď „Ne, nesetkal“, což se přímo vylučuje s touto otázkou. Ani jednou tato odpověď nebyla označena.

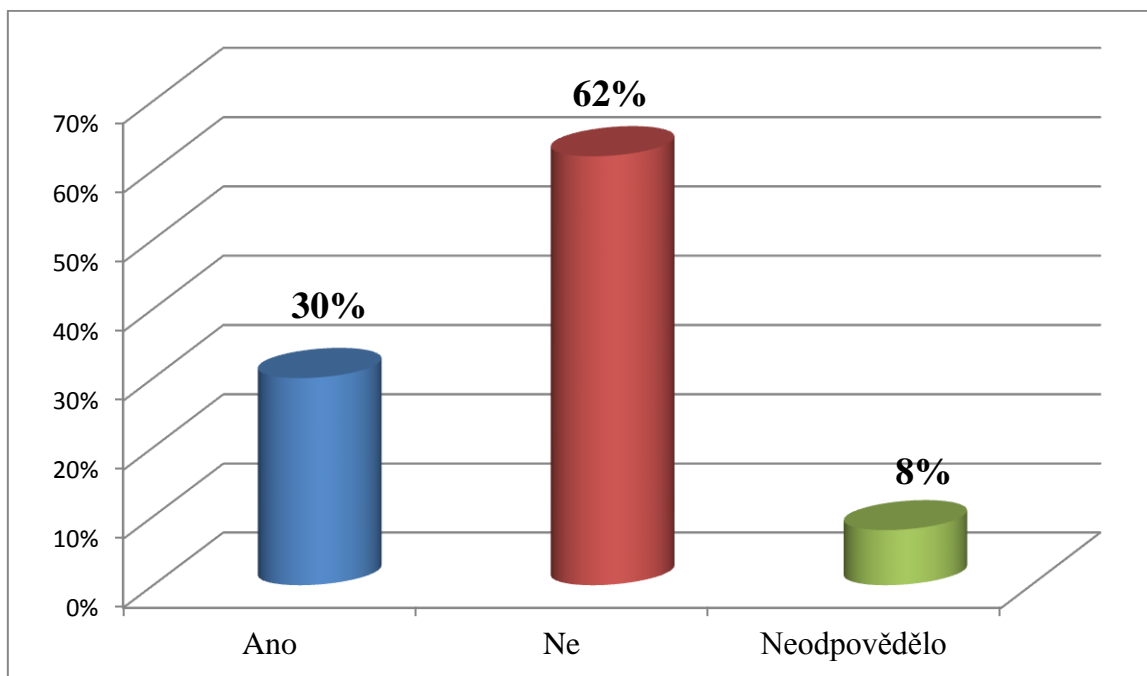
**Graf č. 11 Kde ses setkal/a se šikanou?**



*Vyhodnocení otázky č. 12 – Zažil/a jsi sám/sama šikanu?*

Na otázku č. 12 odpovědělo Ano 30% (31) respondentů. U 62% (65) případů byla odpověď Ne. Zbýlých 8% (8) dotazovaných neodpovědělo.

**Graf č. 12 Zažil/a jsi sám/sama šikanu?**



Otázka č. 13 navazuje na otázku č. 12 a je určena těm žákům, kteří na předešlou otázku odpověděli Ano, tedy že sami zažili šikanu. Podle otázky č. 12, na kterou odpovědělo 30% (31) dotazovaných jsme předpokládali stejný počet odpovědí i u této otázky. Na otázku č. 13 odpovědělo stejné procento dotazovaných, jako na otázku č. 12, což považujeme jako známku důvěry hodného vzorku a výsledků.

(Zmíněný vzorek odpovědí 31 respondentů na tuto otázku považujeme jako za 100%.)

Tato otázka obsahuje 6 otázek, z toho 2 otázky jsou uzavřené, zbylé jsou otevřené.

### Vyhodnocení otázky č. 13

#### - Kde se to stalo?

Ve škole odpovědělo 71% (21) žáků

Ve školní jídelně odpovědělo 32% (10) žáků

Ve školní družině odpovědělo 16% (5) žáků

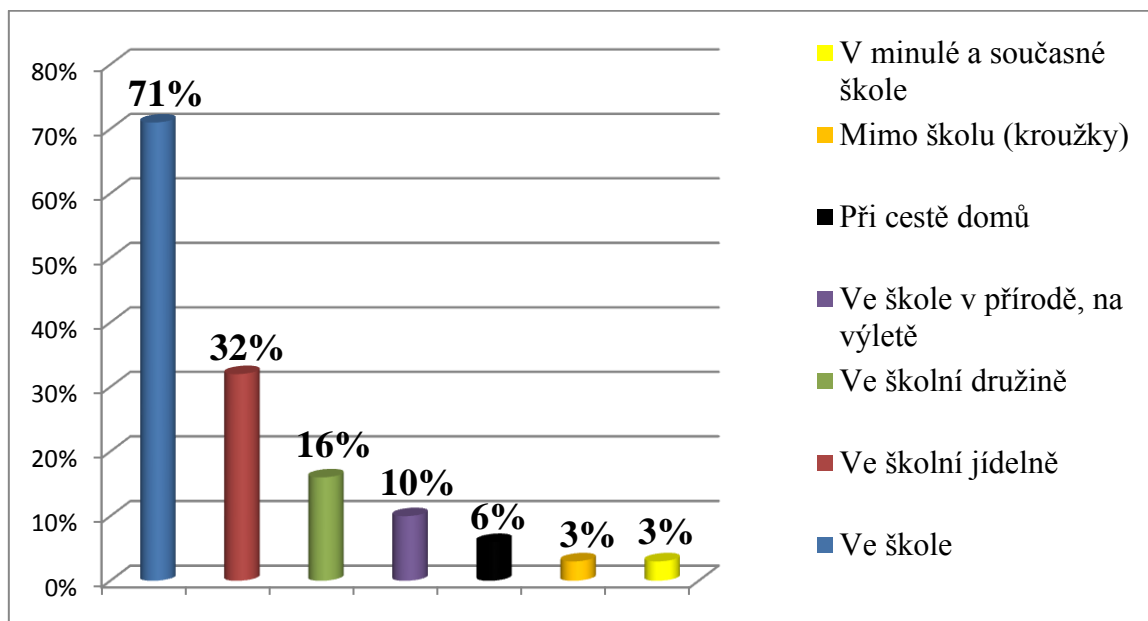
Ve škole v přírodě, na výletě odpovědělo 10% (3) žáků

Při cestě domů odpověděli 6% (2) žáci

Mimo školu (kroužky) odpověděl jeden žák, tedy 3%

V minulé škole a v této taky odpověděl jeden žák, tedy 3%

**Graf č. 13a Kde se to stalo?**



- O jaký druh šikany šlo?

Vysmívání, posměch, ponižování, zesměšňování odpovědělo 90% (26) žáků

Braní věcí odpovědělo 24% (7) žáků

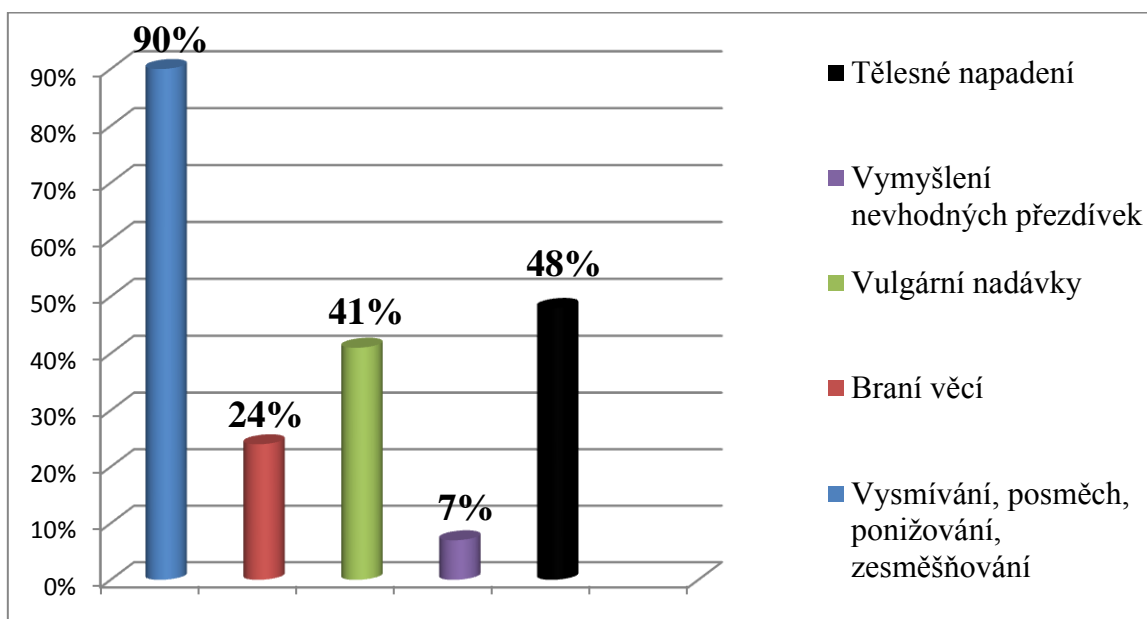
Vulgární nadávky odpovědělo 41% (12) žáků

Vymyšlení nevhodných přezdívek odpovědělo 7% (2) žáků

Tělesné napadení odpovědělo 48% (14) žáků

Dvě kolonky zůstaly bez odpovědi.

Graf č. 13b O jaký druh šikany šlo?

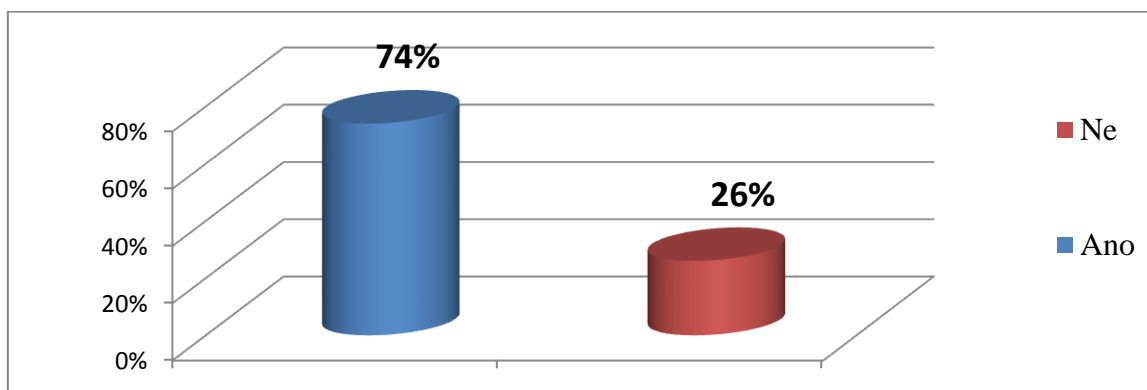


- Stalo se to opakovaně?

Ano odpovědělo 74% (23) žáků

Ne odpovědělo 26% (8) žáků

**Graf č. 13c Stalo se to opakovaně?**



- Komu ses svěřil?

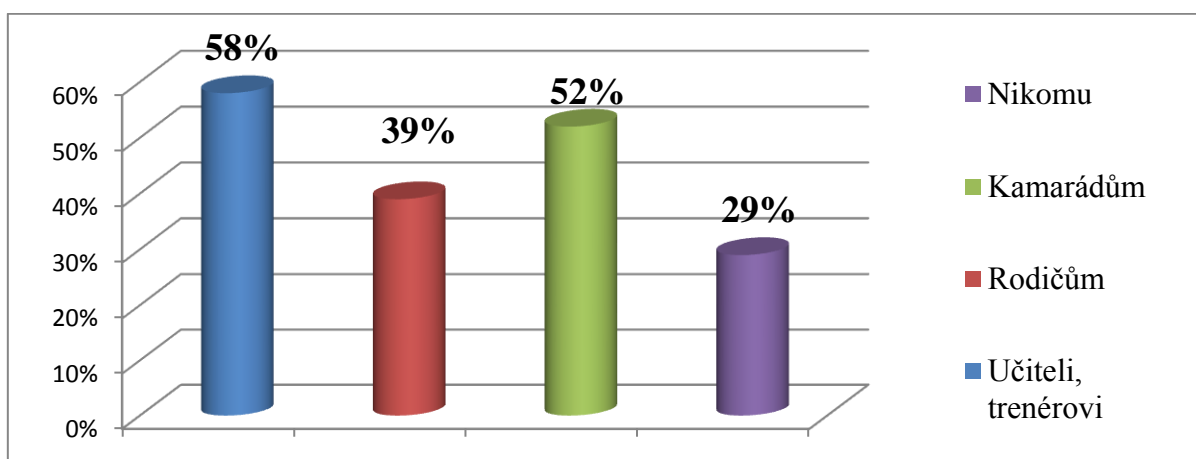
Učiteli, trenérovi odpovědělo 58% (18) žáků

Rodičům odpovědělo 39% (12) žáků

Kamarádům odpovědělo 52% (16) žáků

Nikommu odpovědělo 29% (9) žáků

**Graf č. 13d Komu ses svěřil?**



- Kdo Ti pomohl?

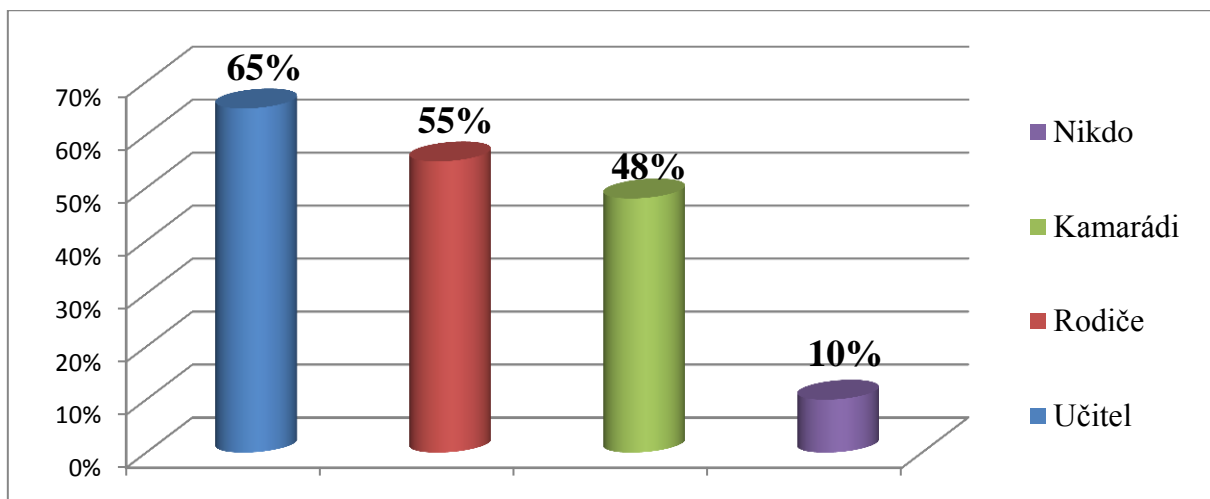
Učitel odpovědělo 65% (20) žáků

Rodiče odpovědělo 55% (17) žáků

Kamarád/i odpovědělo 48% (15) žáků

Nikdo odpovědělo 10% (3) žáků

**Graf č. 13e Kdo ti pomohl?**

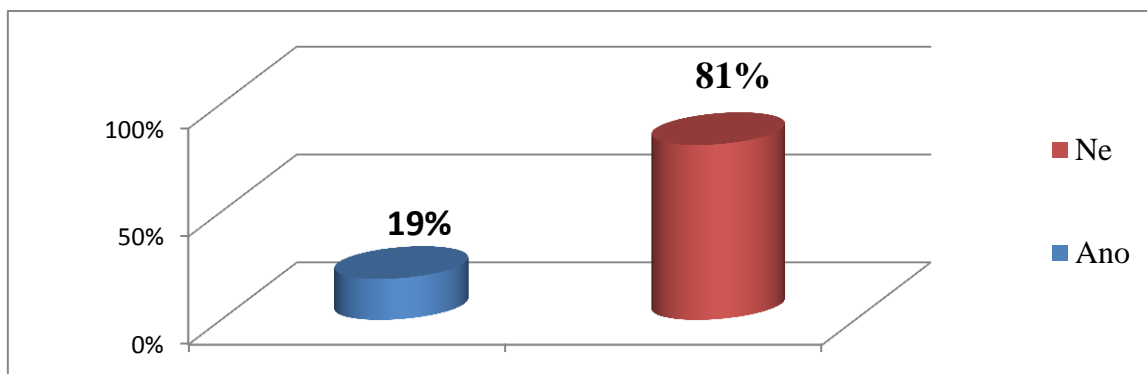


- Jsi stále šikanován/a?

Ano odpovědělo 19% (6) žáků

Ne odpovědělo žáků 81% (25) žáků

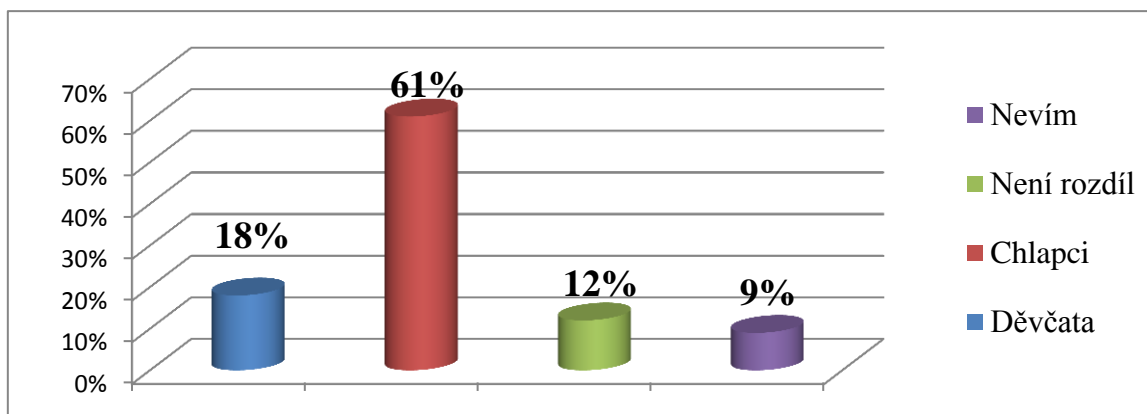
**Graf č. 13f Jsi stále šikanován/a?**



### Vyhodnocení otázky č. 14 – Kdo myslíš, že více šikanuje?

Otázka č. 14 měla za úkol zmapovat, co si myslí žáci o šikaně, které pohlaví je častěji v roli agresora. Na výběr bylo ze 4 odpovědí. Děvčata označilo 18% (19) dotazovaných. Naopak chlapce jakožto agresory označilo 61% (64) žáků. 12% (12) žáků si myslí, že není rozdíl a Nevím odpovědělo 9% (9) dotazovaných.

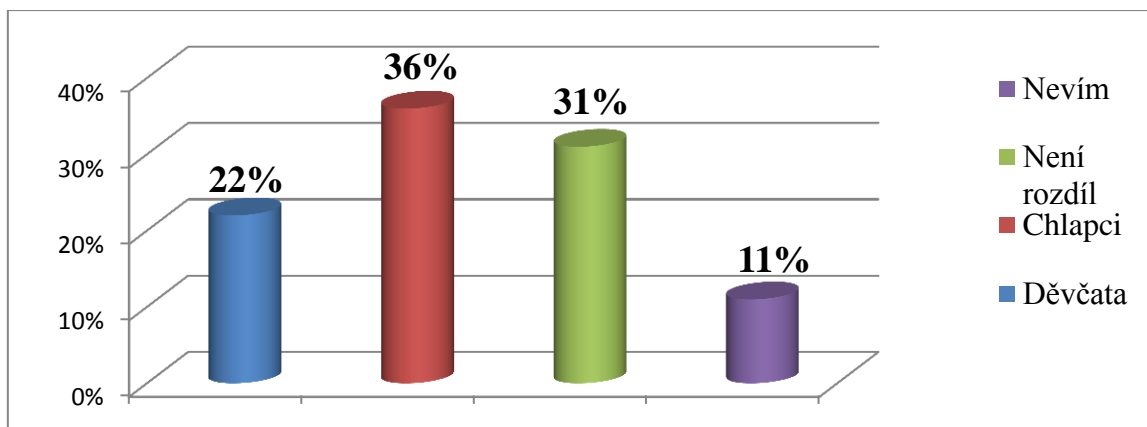
**Graf č. 14 Kdo myslíš, že více šikanuje?**



### Vyhodnocení otázky č. 15 – Myslíš si, že jsou častěji šikanována děvčata či chlapci?

Otázka č. 15 se naopak zaměřila na pohlaví potenciálních obětí. Dívčata označilo 22% (23) dotazovaných. Chlapce označilo 36% (37) dotazovaných a Není rozdíl 31% (32). 11% (12) označilo jako svou odpověď Nevím.

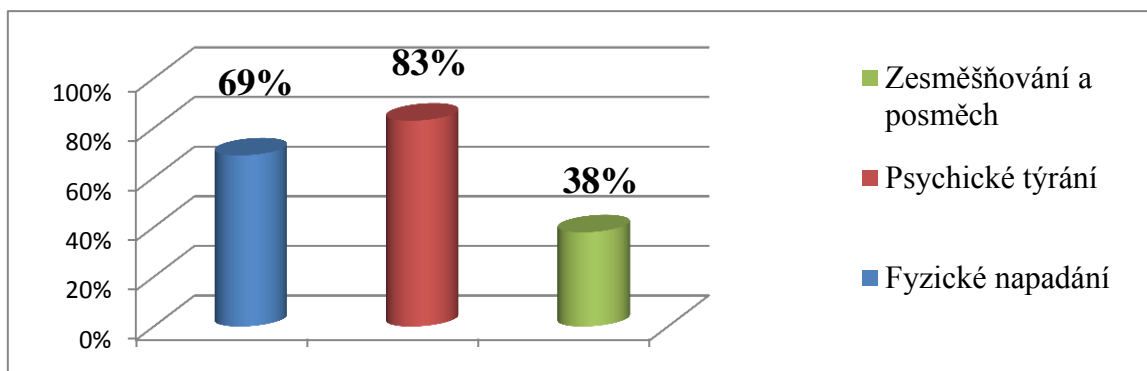
**Graf č. 15 Myslíš si, že jsou častěji šikanována děvčata či chlapci?**



*Vyhodnocení otázky č. 16 – Jaký druh šikany si myslíš, že je nejčastější?*

Otázka č. 16 je otevřená. Očekávali jsme proto různé formulace. Fyzické napadání bylo zmíněno v 69%, odpovědělo tak 72 respondentů. Psychické týrání tvořilo 83% odpovědí 86 respondentů. Zesměšňování a posměch bylo poznamenáno v 38%, tedy tak odpovědělo 40 respondentů.

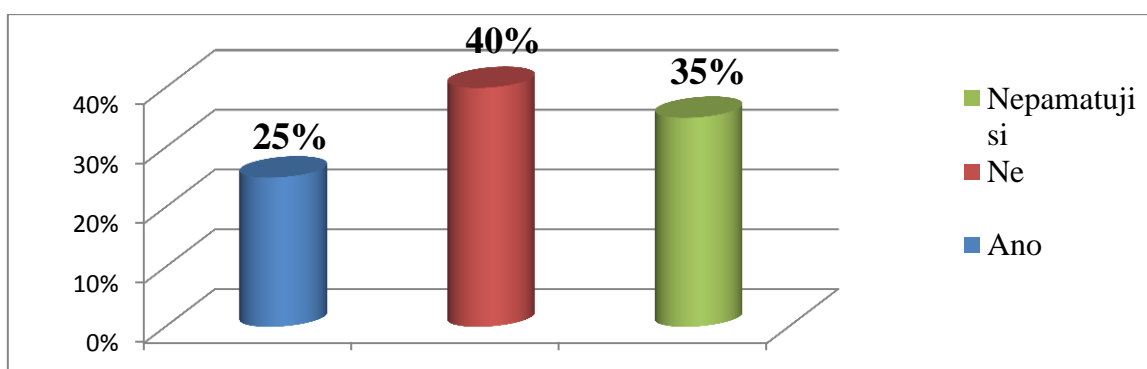
**Graf č. 16 Jaký druh šikany si myslíš, že je nejčastější?**



*Vyhodnocení otázky č. 17 – Proběhla u vás v tomto roce ve škole beseda (sezení, diskuze...) na téma šikana?*

Otázka č. 17 byla v našem šetření stěžejní, abychom zjistili, jak funguje prevence na školách. 25% (26) odpovědělo Ano, 40% (42) odpovědělo Ne. 35% (36) žáků si nepamatuje

**Graf č. 17 Proběhla u vás v tomto roce ve škole beseda (sezení, diskuze...) na téma šikana?**

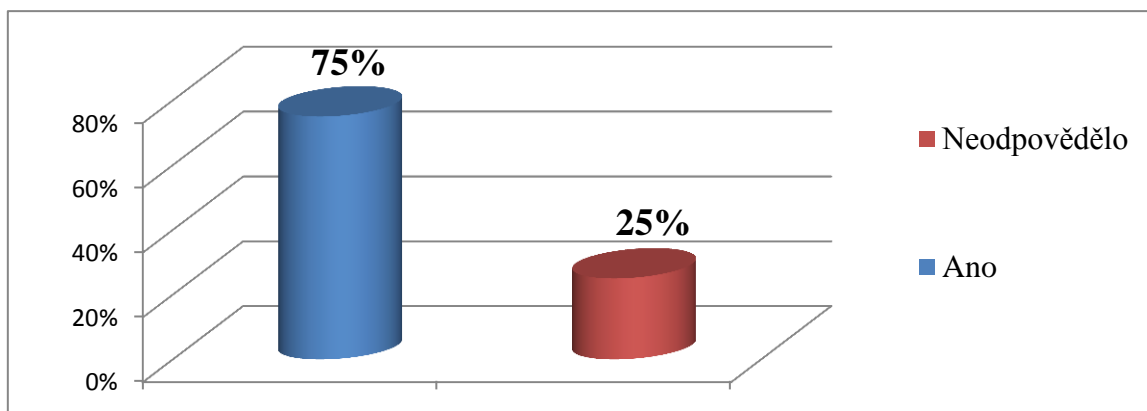




*Vyhodnocení otázky č. 18 – Pokud taková beseda proběhla, zamyslel/a ses nad jejím smyslem a obsahem?*

Na otázku č. 18 odpovědělo Ano 75% (78), zbylých 25% (26) dotazovaných neodpovědělo.

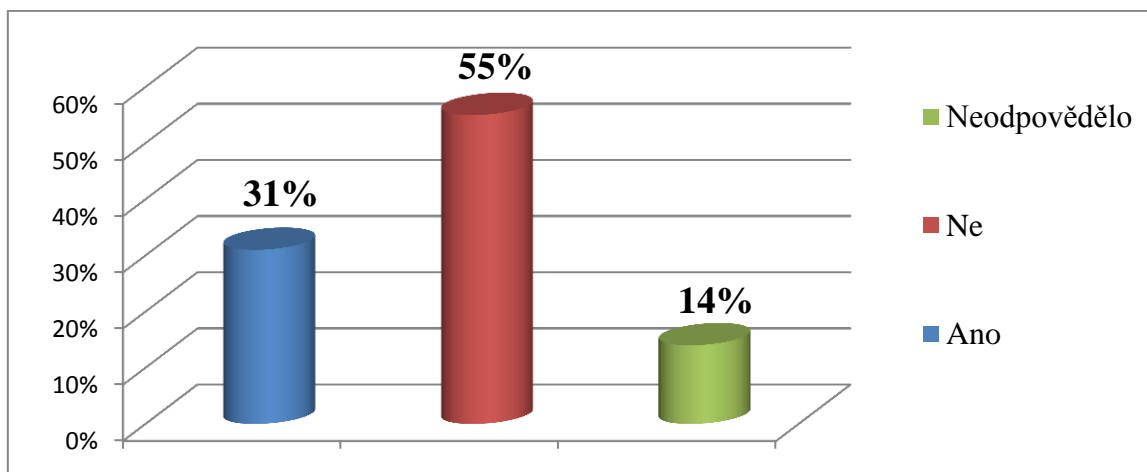
**Graf č. 18 Pokud taková beseda proběhla, zamyslel/a ses nad jejím smyslem a obsahem?**



*Vyhodnocení otázky č. 19 – Byl někdo, kdo tuto besedu zesměšnil a přišla mu zbytečná?*

Na otázku č. 19 odpovědělo Ano 31% (32), Ne odpovědělo 55% (57). Zbylých 14% (15) respondentů neodpovědělo.

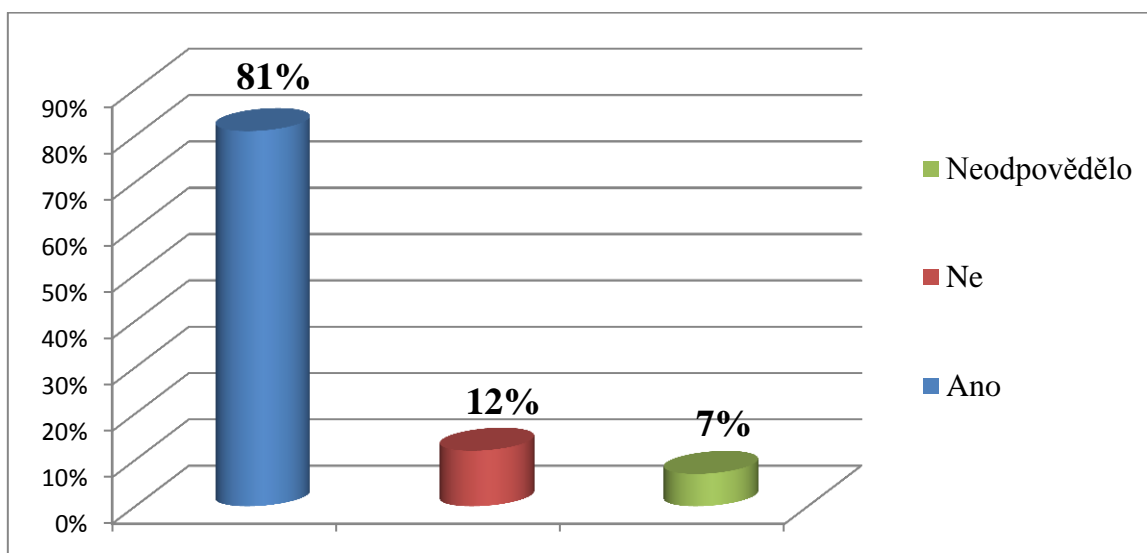
**Graf č. 19 Byl někdo, kdo tuto besedu zesměšnil a přišla mu zbytečná?**



Vyhodnocení otázky č. 20 – Máš ve třídě dobré kamarády, kteří by ti v případě šikany pomohli?

Na otázku č. 20, týkající se třídního kolektivu, odpovědělo Ano 81% (84), Ne odpovědělo 12% (13). 7% (7) respondentů neodpovědělo.

**Graf č. 20 Máš ve třídě dobré kamarády, kteří by ti v případě šikany pomohli?**



## 10 DISKUZE

Tato bakalářská práce měla za cíl zjistit, jaká je informovanost adolescentů ve věku 10-14 let o šikaně a zda vědí, jaké jsou charakteristické prvky šikany. Výzkum byl zaměřen i na zmapování okruhu lidí, u kterých se předpokládá, že je oběť či jiný účastník šikany osloví. Dále jsme zjišťovali, zda se mezi dotazovanými vyskytují osoby, které byly obětí šikany, a za jakých podmínek šikanování probíhalo. Neopomenuli jsme ani možnost, že se mezi dotazovanými vyskytne jedinec, který je v současnosti obětí nebo ví o probíhající šikaně.

V této kapitole budou vyhodnoceny výsledky našeho výzkumu a doplníme je o vlastní názor.

Výzkumné šetření bylo založené na kvantitativní metodě. Anonymní dotazník obsahoval 20 otázek. Byl určen pro žáky 2. stupně základních škol ve věku 10-14 let. Myslíme si, že by tento dotazník nebyl vhodný pro mladší věkovou kategorii kvůli náročnosti formulací. Je však potřeba zaměřit se právě i na první stupeň základních škol, ne-li na mateřské školy. Šikana se může objevit i u mladších dětí.

První dvě otázky se týkaly pohlaví a věku respondentů. Graf č. 1 znázorňuje zastoupení žáků dle věku. Graf č. 2 se týkal procentuálního zastoupení chlapců a dívek. Oba tyto grafy ukázaly, že se obě zmíněné skupiny počtem respondentů podobají.

Další otázka, číslo 3, se týkala samotné šikany a měla za úkol zjistit, zda jsou žáci schopni popsat vlastními slovy pojem šikana. Záměrně jsme zvolili otázku otevřenou, abychom dali žákům prostor při projevení svých znalostí a myšlenek. Na tuto otázku odpovědělo zcela správně 89% respondentů. 6% odpovědí jsme vyhodnotili jako chybné a 8% respondentů na tuto otázku neodpovědělo vůbec. Očekávali bychom zcela správné odpovědi. Chybu přisuzujeme nedostatečnému systému prevence na školách, tedy rezervám v oblasti prevence na školách. Považujeme za žádoucí, aby všichni žáci bez výjimky bezpečně znali tento pojem a jeho projevy. Takovou skutečnost lze následně vyhodnotit jako správný krok k prevenci.

Následující otázky č. 4 a 5 se týkaly obětí a agresorů – zda se dotazovaní setkali s obětí šikany nebo naopak se samotným agresorem. 59% respondentů se s obětí šikany setkalo a 60% se setkalo s agresorem. Těmito otázkami jsme chtěli docílit zjištění, zda mají dotazovaní zkušenost se šikanou a zda si všimají svého okolí.

Otázku číslo 6 jsme vytvořili opět se záměrem, zda si dotazovaní všimají situací a lidí ve svém okolí, a zda dokáží zhodnotit celou nastalou situaci. Otázka měla zjistit, zda se respondenti domnívají, že je někdo v jejich blízkosti šikanován. 38% odpovědí bylo kladných, tedy že ano. 58% se domnívá, že ne. Zbylí respondenti na otázku neodpověděli. Výsledkem tedy bylo, že 38% respondentů má za to, že se vyskytuje v jejich blízkosti osoba, která je šikanována. Vzhledem k tomuto zjištění doporučíme daným školám, které s námi spolupracovaly, podrobnější sledování tohoto problému.

Další otázky byly směřovány teoreticky. Zda by respondenti pomohli oběti šikany a jak by se případně zachovali. 98% respondentů odpovědělo, že by mohli. To je velmi příjemný výsledek. Otázka č. 8 byla otevřená, a měla za úkol zjistit, jak by se respondenti při své pomoci oběti přesně zachovali. Nejčastější odpovědí (69%) bylo, že by dotazovaný šel za pedagogem a o šikaně by mu řekl. Další odpovědí 63% respondentů bylo, že by vše řekli rodičům. 28% respondentů by oběť bránili před agresory a to jak slovně, tak i fyzicky. 19% respondentů by oběť nabádali k tomu, aby si agresora neвшímala. 1% tvořila odpověď, že by dotazovaný celý incident nahlásil na policii.

Otázka číslo 9 se dotazovaných ptala, jakou osobu, či osoby, by informovali v případě, že by byli svědky šikanování. Dali jsme respondentům možnost, aby podle svých pocitů označili i více odpovědí. 82% respondentů by o problému šikanování informovali učitele, a 61% rodiče či jiné příbuzné. Kamarádům či spolužákům by se svěřilo 19% respondentů a 5% jiné osobě. 7% respondentů by nikoho neinformovali. Vzhledem k výsledkům otázek č. 8 a 9 by byl okruh lidí, kteří jsou nejčastěji informováni o šikaně, tvořen zejména pedagogy a rodiči. Proto doporučujeme, aby pedagogové a rodiče byli další cílovou skupinou, na které je třeba se zaměřit. Největším problémem je právě onen neodborný postup při řešení šikany. Školení těmto osobám ukáže správný směr, jak postupovat při řešení tohoto problému a tím se předejde nepříjemnostem, které vznikají díky chybám z neznalosti.

Následující dvě otázky, č. 10 a 11, byly určeny těm respondentům, kteří se se šikanou setkali. Na tyto otázky zareagovalo 68 respondentů (65%) z celkového počtu. Proto následující hodnoty výsledků neodpovídají běžnému procentuálnímu kalkulu – celkový počet odpovědí 68 respondentů považujeme za 100%. Otázka č. 10 měla zjistit, v jaké situaci to bylo. Opět jsme respondentům dali možnost označit více odpovědí. Nejčastější odpověď respondentů (84%) byla, že se se šikanou setkali ve formě posmívání, výsměchu, zesměšňování a ponižování.

Další odpověď (41%) zněla, že se se šikanou setkali při vyhrožování nebo zastrašení. Také tělesné napadení (34%) a vymáhání osobních předmětů (28%) jsme zaznamenaly jako odpovědi na tuto otázku. Zmíněná byla i odpověď „jiné“ (7%). Dále nás zajímalo, kde se se šikanou tito respondenti, setkali. Na otázku č. 11 odpověděla drtivá většina všech respondentů, že se se šikanou setkali ve školním prostředí. Školní zařízení lze považovat za místo, ve kterém je výskyt šikany nejčastější.

Šikanu zažilo 30% žáků. 8% respondentů na tuto otázku neodpovědělo. Nejčastější místa, kde se šikana odehrála, byla právě místa ve školním zařízení nebo v blízkosti školy. Jen malé procento odpovědí tvořily odpovědi „mimo školu“. Jednalo se zejména o vysmívání, posměch, ponižování, zesměšňování a vulgární nadávky. Toto alarmující zjištění přisuzujeme lhostejnosti některých pedagogů, ale i dalším zúčastněným, kteří jsou náhodnými svědky nevhodného chování. 74% respondentů odpovědělo, že se u nich šikana stala opakovaně. Nejčastější okruh lidí, kterým se tito respondenti „oběti“ svěřili, byli pedagogové a kamarádi. Další otázkou jsme zjistili, že nejčastější zmíněnou osobou, která pomohla při vyřešení šikany, byli zejména pedagogové a rodiče. Mimo to jsme použili otázku, zda jsou stále šikanováni, abychom zjistili pravý stav věci. 19% respondentů se domnívá, že jsou stále obětí šikany. I toto zjištění předáme zainteresovaným školám, aby se na tuto skutečnost zaměřili.

Otázka č. 14 měla za úkol zjistit názor respondentů na to, zda více šikanují dívky či naopak chlapci. Většina (61%) respondentů se domnívá, že více agresorů zastupují chlapci. Nikoho by nenapadlo, že právě dívky, zástupkyně něžného pohlaví, začínají šikanovat stále častěji než chlapci. Rozdílem je, že chlapci šikanují spíše fyzickou formou. Naopak děvčata ničí oběť systematicky a využívají nepřímou šikanu, která se dá snadněji skrýt. Další otázka se vztahovala na potencionální oběti – zda si respondenti myslí, že jsou více šikanována děvčata či naopak chlapci. Odpovědi chlapci, děvčata nebo není rozdíl, se počtem názorů shodovaly. Považujeme toto zjištění za dobré, jelikož potencionální oběti může být kdokoli.

Šestnáctou otázkou jsme chtěli zjistit, jaký druh šikany považují respondenti za nejčastější. Odpovědi respondentů nám ukázaly, že jsou správně informováni a uvědomují si, že je šikana směsicí psychického terorizování a fyzického napadání.

Další otázka byla v našem šetření stěžejní. Zjišťovala, jak funguje prevence ve zmíněných školách. Na otázku, zda proběhla v daném roce na dotazovaných školách beseda nebo jiná forma osvěty týkající se šikany, odpovědělo 25% ano, 40% ne a zbylých 35% respondentů si nevzpomíná.

Toto zjištění je pro alarmující. Otázkami č. 18 a 19 jsme chtěli zjistit, jak úspěšná tato beseda byla. Je velmi důležité, aby taková forma prevence žáky zaujala a přiměla je naslouchat. Díky odpovědím na tyto otázky jsme toho názoru, že je zapotřebí zapracovat na další prevenci a žákům nabídnout lepší formu osvěty tohoto problému.

Poslední otázkou, zda mají respondenti kamarády ve třídě, jsme chtěli docílit zjištění, zda se v daných třídách nevyskytují potencionální oběti šikany. Je prokázáno, že děti samotáři, jsou daleko více napadány a stávají se snadněji obětmi. Převážná většina všech respondentů má ve třídě kamaráda, což nás uspokojilo.

## 10.1 Výsledky hypotéz

### **Hypotéza č. 1:**

*Předpokládáme, že více než 50% dotazovaných ví, co znamená pojem šikana a dokáže jej vysvětlit.*

Pro zhodnocení této hypotézy jsme v dotazníku využili otázky č. 3, 10, 13 a 16. Na všechny otázky respondenti odpověděli správně – způsobem, který hodnotíme jako vyhovující. Tato hypotéza, č.1, byla tedy potvrzena.

### **Hypotéza č. 2**

*Předpokládáme, že více než 50% dotazovaných se již se šikanou setkalo.*

Abychom mohli vyhodnotit hypotézu č. 2, využili jsme otázek č. 4, 5, 6, 10, 11, 12, a 13. Vzhledem ke všem odpovědím byla tato hypotéza, č.2, potvrzena.

### **Hypotéza č. 3**

*Předpokládáme, že dotazovaní znají charakteristické prvky šikany.*

Hypotézu č. 3 jsme vyhodnotili na základě otázek č. 13 a 16. Díky všem odpovědím, které jsme zaznamenali, byla tato hypotéza, č. 3, potvrzena.

## ZÁVĚR

V teoretické části jsou obsaženy informace týkající se agrese a agresivity. Tyto pojmy jsou důležité pro další studování samotné šikany. Kapitoly zahrnují poznatky nejen o typologii agresorů a obětí, ale i následků šikany. Tyto následky pro oběti jsou často doživotní. Je proto nutné zajistit dostatečnou prevenci. Ta by měla být zaměřena zejména na školní prostředí, kde nejčastěji k šikaně dochází.

Cílem této práce bylo zjistit jaká je znalost žáků ve věku 10-14 let týkající se šikany. Výsledky výzkumu ukázaly, že žáci mají informace o tom, co šikana je a jaké jsou příznaky. Odpovědi však nebyly zcela dostačující. Prevence by měla směřovat právě tímto směrem, k lepší informovanosti dětí a rodičů. Proto, aby se šikaně dalo účinně předcházet, je nutná znalost této problematiky nejen ze stran pedagogů, ale i samotných žáků a jejich rodičů. Ve chvíli, kdy všichni žáci budou přesně vědět, co se pod pojmem šikana ukrývá a jaké má znaky, by se dalo hovořit o úspěšném kroku k prevenci tohoto sociálně-patologického chování.

Výstupem této práce pro praxi jsme vytvořili informační materiál ve formě letáku (příloha 2) a komiksu (příloha 3). Informační leták má za úkol přimět nejen oběti, ale i mlčící pozorovatele, promluvit o problému šikany. Největším problémem šikany je, že mají účastníci strach se s tímto problémem svěřit. Cílem bylo, aby byl tento materiál především jednoduchý, jelikož je určen nejen adolescentům, ale i mladším dětem na prvním stupni základní školy. Použili jsme proto jednoduchý náčrt obrázku, který je vhodný k dané problematice, pro někoho vtipný a snad zaujme. Text jsme zvolili ve formě jasných hesel, aby dlouhý text adolescenty či jiné osoby neodradil od čtení. Barva hesel využitá při tisku letáku, není stěžejní pro tuto problematiku, proto je možné jej vytisknout i černobíle.

Další materiál, který jsme vytvořili, je ručně kreslený komiks. Prvotním záměrem tvorby tohoto materiálu bylo zaměření na děti předškolního věku. Aby tyto děti při nástupu do školy alespoň přibližně věděly, co je šikana a také jim doporučit, jaké chování proti tomu je nejlepší. Nakonec jsme usoudili, že je komiks vhodný i pro starší děti, ne-li pro samotné adolescenty. Děti všech věkových kategorií stále méně čtou, proto je vhodné oslovit i takovým způsobem.



Tyto materiály, které jsme vytvořili, jsou velmi málo pro to, co všechno se dá proti šikaně udělat. Pokud se ale nad tímto tématem zamyslí alespoň jedno dítě a promluví o šikaně i to může být pro prevenci tohoto jevu prospěšné.

V posledních letech česká média upozorňují na vzrůstající agresivitu dětí ve školách. Mnohdy je agresivita (např. zabíjení) považována za hrdinství, např. ve filmech. Dokonce i pohádky pro děti se vyznačují někdy agresivními aktivitami (boj, vítězství). V současné době neexistuje žádný právní předpis, který by se speciálně zabýval otázkou šikanování mezi dětmi.

Podle statistik se s určitou formou šikany na škole setká přes 40 % dětí.

S technickým vývojem se objevuje tzv. kyberšikana. Je rafinovanější verzí šikany. Agresor může být v anonymitě. Pro rodiče i učitele je těžko rozpoznatelná. Vzhledem k přístupu na internet jsou možnosti kyberšikany prakticky neomezené. Bolesti hlavy, nevolnosti, dýchací problémy, závratě nebo bolesti břicha mohou být pro rodiče signálem šikany. Nemusí se jednat o zdravotní problémy. Rodiče by mohlo upozornit, že se dětem uleví, když nejdou do školy nebo do prostředí, kde k šikaně dochází (kroužky, sportovní družstva apod.)

## LITERATURA A PRAMENY

Knižní zdroje:

1. BENDL, Stanislav. *Prevence a řešení šikany ve škole*. 1. vydání. Praha: ISV, 2003. ISBN 80-86642-08-9
2. BOURCET, Stéphane, GRAVILLONOVÁ, Isabelle. *Šikana ve škole, na ulici, doma. Jak bránit své dítě*. 1. Vydání. Praha: Albatros, 2006. ISBN 80-00-01552-8
3. ERB, Helmut. *Násilí ve škole a jak mu čelit*. 1. Vydání. Praha: Amulet, 2000. ISBN 80-86299-22-8
4. FIELDOVÁ, M. Evelyn. *Jak se bránit šikaně*. 1. Vydání. Přeložila Petra Diestlerová. Praha: Ikar, 2009. ISBN 978-80-249-1176-2
5. KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. 1. Vydání. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5
6. KOLÁŘ, Michal. *Skrytý svět šikanování ve školách: Příčiny, diagnostika a praktická pomoc*. 1. Vydání. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-123-1
7. KROWATSCHEK, Dieter, DOMSCH, Holger. *Do školy beze strachu*. 1. Vydání. Přeložila Lenka Chroboczková. Brno: Computer Press, a.s., 2007. ISBN 978-80-251-1767-5
8. MARTÍNEK, Zdeněk. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5309-6
9. MATTHEWS, Andrew. *Stop the bullying!* 1. Vydání. Praha: Baroque partners, s.r.o., 2011. ISBN 978-80-87923-06-1
10. ŘÍČAN, Pavel. *Agresivita a šikana mezi dětmi: Jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-049-9.4554
11. ŘÍČAN, Pavel, JÁNOŠOVÁ, Pavlína. *Jak na šikanu*. 1. Vydání. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2991-6
12. VÁGNEROVÁ, Kateřina, kolektiv. *Minimalizace šikany*. 1. Vydání. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-611-7

Internetové zdroje:

13. SOBOL, Vladislav. 2014. *Týdeník ŠKOLSTVÍ: Projekt BeatBullying pomáhá dětem čelit problémům se šikanou* [Online]. (09) [Citace 10. 3. 2017]. Dostupné z: <http://www.tydenik-skolstvi.cz/archiv-cisel/2014/09/projekt-beatbullying-pomaha-detem-celit-problemum-se-sikanou/>
14. Rodičovská linka: Šikana. Rodičovská linka [Online]. [Citace 10. 3. 2017]. Dostupné z: <https://www.rodicovskalinka.cz/poradna/skola/sikana/>
15. Společenství proti šikaně. 2014. [Online]. [Citace 8. 3. 2017]. Dostupné z: <http://www.sikana.org/>
16. Minimalizace šikany. 2007. Škola a šikana. [Online]. [Citace 12. 3. 2017]. Dostupné z: <http://www.minimalizacesikany.cz/2015-03-12-15-14-13/o-programu-mis>
17. Pedagogicko-psychologická poradna Plzeň, 2009. Prevence šikany a agresivního chování. [Online]. [Citace 5. 3. 2017]. Dostupné z: <http://www.kapezet.cz/index.php?object=General&articleId=154&leveMenu=0>

## SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1 Pohlaví respondentů

Graf č. 2 Věk respondentů

Graf č. 3 Co je to šikana

Graf č. 4 Víš o někom, kdo byl šikanován?

Graf č. 5 Víš o někom, kdo někoho někdy šikanoval?

Graf č. 6 Máš pocit, že je někdo ve tvém okolí šikanovaný?

Graf č. 7 Pomohl/a bys svému spolužákovi, kdyby byl šikanovaný?

Graf č. 8 Jak by ses v takové situaci zachoval/a?

Graf č. 9 Koho bys informoval/a v případě, že bys byl/a svědkem nebo obětí šikany?

Graf č. 10 V jaké situaci jsi se se šikanou setkal/a?

Graf č. 11 Kde ses setkal/a se šikanou?

Graf č. 12 Zažil/a jsi sám/sama šikanu?

Graf č. 13a Kde se to stalo?

Graf č. 13b O jaký druh šikany šlo?

Graf č. 13c Stalo se to opakovaně?

Graf č. 13d Komu ses svěřil?

Graf č. 13e Kdo Ti pomohl?

Graf č. 13f Jsi stále šikanován/a?

Graf č. 14 Kdo myslíš, že více šikanuje?

Graf č. 15 Myslíš si, že jsou častěji šikanována děvčata či chlapci?

Graf č. 16 Jaký druh šikany si myslíš, že je nejčastější?

Graf č. 17 Proběhla u vás v tomto roce ve škole beseda (sezení, diskuze...) na téma šikana?

Graf č. 18 Pokud taková beseda proběhla, zamyslel/a ses nad jejím smyslem a obsahem?

Graf č. 19 Byl někdo, kdo tuto besedu zesměšnil a přišla mu zbytečná?

Graf č. 20 Máš ve třídě dobré kamarády, kteří by ti v případě šikany pomohli?

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1: Rozdíl mezi škádlením a šikanováním

Tabulka 2: Klasifikace scénářů pomoci

# **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha 1 – Dotazník

Příloha 2 – Informační leták

Příloha 3 – Komiks



E Příkaz k vykonání ponižujících úkolů

F Jiné

**Otázka č. 11 - Kde ses setkal/a se šikanou?**

A Ve škole o přestávce      C Při cestě do školy nebo ze školy      E Ne, nesetkal

B Ve škole při hodině      D Jinde

**Otázka č. 12 – Zažil/a jsi sám šikanu?**      Ano      Ne

**Otázka č. 13 – Pokud je tvá odpověď Ano, odpověď prosím na následující otázky:**

Kde se to stalo?.....

O jaký druh šikany šlo?.....

Stalo se to opakovaně?      Ano      Ne

Komu ses svěřil ? .....

Kdo Ti pomohl?.....

Jsi stále šikanován(a)      Ano      Ne

**Otázka č. 14 – Kdo myslíš, že více šikanuje?**

A Děvčata      B Chlapci      C Není rozdíl      D Nevím

**Otázka č. 15 – Myslíš si, že jsou častěji šikanována**

A Děvčata      B Chlapci      C Není rozdíl      D Nevím

**Otázka č. 16. – Jaký druh šikany si myslíš, že je nejčastější? (Pokud si nejsi jistý/á odpověď, pomoz si příklady v otázce č. 10)**

.....

**Otázka č. 17 – Proběhla u vás v tomto roce ve škole beseda (sezení, diskuze...) na téma šikana?**

Ano      Ne      Nepamatuji si

**Otázka č. 18 – Pokud taková beseda proběhla, zamyslel/a ses nad jejím smyslem a obsahem?**

Ano      Ne

**Otázka č. 19 – Byl někdo, kdo tuto besedu zsměšnil a přišla mu zbytečná?**

Ano      Ne

**Otázka č. 20 – Máš ve třídě dobré kamarády, kteří by ti v případě šikany pomohli?**

Ano      Ne      Nevím

Děkuji za pomoc! ☺ Jediná Markéta



Nemluvíš ?

Neslyšíš ?

Nevidíš ?

Pocítíš !



**Neboj se a zastav ŠIKANU !**

Příloha 3 - Komiks



*Jeden člověk může vše změnit. Můžeš to být i TY!*