



Školní program proti šikanování

Číslo jednací: 13/2025

1. Definice šikany

Šikana je dlouhodobé a záměrné chování, jehož cílem je ohrožovat nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických nebo psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo se z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít též formu sexuálního obtěžování až zneužívání.

Specifickou formou šikany je také kyberšikana, která probíhá prostřednictvím online komunikace. Šikana se poté může projevit i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků. Nebezpečnost působení šikany spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a nezřídka v celoživotních následcích na duševním nebo tělesném zdraví oběti.

2. Školní program proti šikanování

Školní program proti šikanování vymezuje postoj školy k problému výskytu šikany. V souvislosti s preventivním programem školy je jeho hlavním cílem vytvářet bezpečné, respektující a vstřícné prostředí, ve kterém se mohou všichni žáci cítit přijímaní a chránění.

Program reaguje na prevenci šikany – tedy na předcházení situacím, které by mohly vést k ubližování či vyčleňování jednotlivců i na konkrétní postupy a opatření, jak škola postupuje v případě, že se šikana objeví.

Je určen nejen pedagogickým pracovníkům, ale i všem dalším zaměstnancům školy, žákům a jejich rodičům. Nezapomíná také na spolupráci s rodinami a otevřenou komunikaci mezi školou a rodiči. Základem účinné prevence je především podpora pozitivních vztahů – mezi žáky navzájem, ale také mezi žáky a učiteli. Proto se ve škole pravidelně věnujeme aktivitám, které posilují týmovou spolupráci, respekt a vzájemnou důvěru.

3. Znaky šikany

Šikana s sebou nese **přímé i nepřímé projevy různého charakteru**, které nemusí být vždy snadno rozpoznatelné. Zatímco přímé projevy, jako je fyzické napadání, nadávky nebo vyhrožování, bývají viditelné a zřejmé, nepřímé projevy jsou často skryté a mohou na první pohled působit nenápadně, ale jejich dopad na oběť je mnohdy stejně závažný jako u přímých útoků. Proto je důležité sledovat i **jemné změny v chování dítěte**, jeho prožívání a vztazích se spolužáky.

Některé nepřímé znaky šikanování:

- žák je často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády,
- při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními,
- o přestávkách vyhledává blízkost učitelů,
- má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený,
- působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči,
- stává se více uzavřeným,
- jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje,
- jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené,
- stále postrádá nějaké své věci,
- odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá výmluvy,
- mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy,
- začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole,
- má stopy po fyzickém násilí, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Některé přímé znaky šikanování:

- posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet,
- kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem,
- nátlak na žáka, aby dával dary agresorovi nebo za něj platil,
- příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje,
- nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či ke spoluúčasti,
- honění, strkání, údery, které nemusí být zvlášť silné, ale oběť je neoplácí.

4. Stádia šikany

První stadium: Zrod ostrakismu

V této fázi se objevují mírné, převážně psychické formy ubližování. Okrajový člen skupiny se necítí dobře, protože není oblíbený ani přijímaný. Ostatní spolužáci ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho nebo si z něj dělají legraci. Přestože se může zdát, že jde jen o „drobnou šikanu“, právě tato situace je zárodkem šikanování a skrývá riziko dalšího negativního vývoje. Jde také o fázi, která umožňuje stále poměrně dostatek prostoru a možností pro to, aby nedošlo k přerodu do další fáze, která již může vyžadovat náročnější intervenci.

Druhé stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

Když se ve třídě z různých důvodů zvyšuje napětí, ostrakizovaní žáci začnou sloužit jako „hromosvod“. Spolužáci si na nich vybíjejí své frustrace. K původnímu psychickému tlaku se přidává subtilní fyzická agrese – strkání, kopance, poštuchování. Manipulace se přitvrzuje a oběť se dostává pod stále větší tlak.

Třetí stadium: Vytvoření jádra

V této fázi už nejde o nahodilé útoky, ale o cílené a systematické ubližování. Vytváří se skupina agresorů – tzv. úderné jádro. Tito žáci spolupracují a zaměřují se na nejvhodnější oběti, kterými bývají ti, kdo už byli dříve vyčleňováni a stojí v hierarchii třídy nejnižší. Oběti bývají vnímány jako „slabé“ a stávají se snadným terčem.

Čtvrté stadium: Většina přijímá normy

Agresorům se daří prosadit své chování jako nepsané pravidlo. Většina třídy postupně přijímá jejich normy a přizpůsobuje se tlaku. Vzniká nová skupinová „identita“, která je podřízena vůdcům. Dokonce i původně mírní a ukáznění žáci se začínají chovat krutě – aktivně se účastní šikany spolužáka a nacházejí v tom uspokojení. Odpor proti skupině je v této fázi velmi obtížný a možnosti školy jen velmi omezené.

Páté stadium: Totalita neboli dokonalá šikana

V posledním stadiu se násilí stává normou pro celou třídu. Šikanování už není jen chování jednotlivců, ale skupinovým programem. Vytváří se jasné rozdělení na „silnější“ a „slabší“ – obrazně řečeno na „otrokáře“ a „otroky“. Silní mají všechna práva a vliv, slabí nemají žádná. V této fázi je situace oběti nejvážnější a škola již nemůže v žádném případě vyřešit tuto situaci bez intervence externích odborníků.

5. Doporučení pro rodiče

Významnou roli při správné identifikaci šikany hrají také rodiče žáků, protože identifikace šikany často vyžaduje **hlubší porozumění kontextu celé situace** a zapojení více aktérů bývá klíčové. Rodiče mohou škole pomoci včas odhalit, že se dítě stává obětí nebo naopak iniciátorem šikany, díky čemuž lze přijmout účinná opatření k ochraně všech zúčastněných.

Rodiče mohou sledovat např. následující situace:

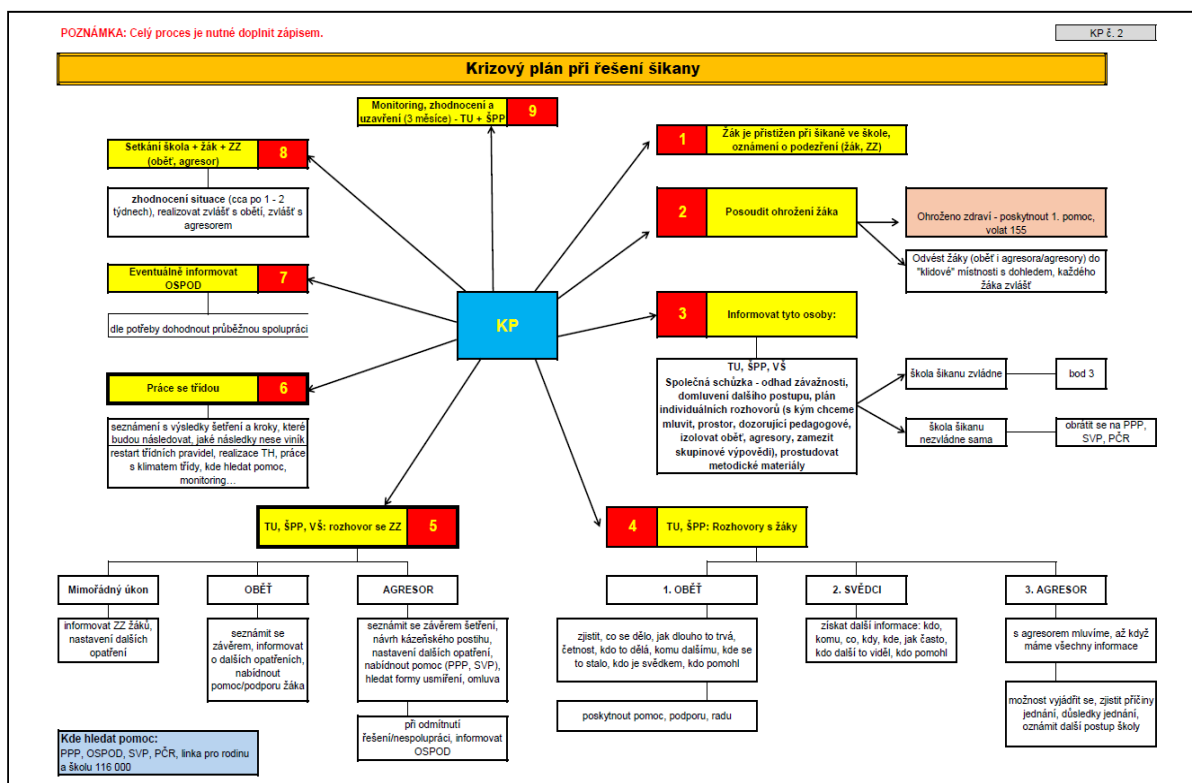
- za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi,
- dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas,
- dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem,
- dítě má nechuť jít ráno do školy nebo odkládá odchod z domova,
- dítě má nevysvětlitelnou ztrátu chuti k jídlu,
- dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, prosí o dovoz autem,
- dítě chodí domů ze školy hladové, protože mu někdo bere svačinu,
- dítě usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu,
- dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně,
- dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují časté výkyvy nálad,
- dítě se odmítá svěřit s tím, co jej trápí,
- dítě neopodstatněně žádá o peníze, případně doma krade peníze,
- dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí,
- dítě je neobvykle agresivní k sourozencům nebo rodičům,
- dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat,
- dítě se vyhýbá docházce do školy,
- dítě se zdržuje doma více, než mělo ve zvyku.

6. Krizový plán školy

Krizový plán školy vychází z metodických doporučení MŠMT a představuje důležitý nástroj, který pomáhá účinně reagovat na výskyt šikany ve školním prostředí. Slouží jako jasný a přehledný postup pro všechny pedagogické i nepedagogické pracovníky školy.

Díky své struktuře funguje krizový plán jako „praktická kuchařka“, která krok za krokem popisuje, jak mají zaměstnanci školy postupovat při podezření na šikanu, při jejím potvrzení i při následném řešení. Obsahuje pravidla pro bezpečné a citlivé zacházení s obětí, stanovení odpovědnosti jednotlivých pracovníků, spolupráci s rodiči i zapojení odborných institucí.

Cílem krizového plánu není pouze rychlé a správné řešení konkrétního případu, ale také ochrana všech žáků, obnova bezpečného klimatu ve třídě a předcházení dalšímu opakování šikany.



7. Spolupráce školy se specializovanými institucemi

Při předcházení i samotném řešení šikany je důležité, aby škola nespolehala jen na vlastní síly, ale úzce spolupracovala s dalšími odbornými institucemi a orgány. Jen díky propojení více zdrojů pomoci je možné zajistit účinnou ochranu obětí a nastavit dlouhodobá opatření, která předcházejí opakování problému. Smyslem této spolupráce je nejen rychlé a efektivní řešení konkrétní situace, ale také dlouhodobá podpora bezpečného prostředí a posilování důvěry mezi školou, žáky a rodiči.

Škola může spolupracovat s následující institucemi:

- pedagogicko-psychologickými poradnami, středisky výchovné péče, speciálně pedagogickými centry,
- pediatry a odbornými lékaři, dětskými psychology, psychiatry a zařízeními, která poskytují odbornou poradenskou a terapeutickou péči, včetně individuální a rodinné terapie,
- oddělením péče o rodinu a děti, s oddělením sociální prevence, případně s NNO specializujícími se na prevenci a řešení šikany,
- orgány činné v trestním řízení, obecním úřadem, orgánem sociálně právní ochrany dětí (OSPOD).

V Praze dne 1. září 2025

Bc. Josef Chamula
vedoucí ŠPP

Mgr. Bc. Ivo Hrstka, MBA
ředitel školy