

## ŠIKANA II

PhDr. David Čáp, 23. 11. 2012

### ÚVOD

- člověk má tendenci dokreslovat (vidět) ve všem „tvar“ → ten, komu je ubližováno si hledá vysvětlení/odůvodnění, ačkoliv je naprosto iracionální; sebeobviňování
- chlapci – typicky otevřená agrese X dívky – odizolování
- ubližování – fyzické nebo psychické
- šikana = úzký výsek ubližování

### ZNAKY ŠIKANY → ubližování je:

- **záměrné** = chci ublížit a vím to
  - **cílené** = je jasně vybrán ten, komu bude ubližováno
  - **opakované** – pozor, nemusí to být vizuálně zřetelné, např. když je cílem ubližování malá skupina a je ubližováno střídavě jednotlivým jejím členům – zdánlivě se to neopakuje, ale cíl je skupina dohromady!
  - **nerovnováha sil** (sociálního charakteru, týká se tedy vazeb ve skupině) = někdo nemá účinné nástroje na obranu
- ubližovat se dá všem, ale jen někdo se neumí bránit
- cíl je nějak nápadný, jeho projevy jsou pro útočníka dráždivé nebo přijde do skupiny později
- cíl někdy tak touží po kontaktu se skupinou, že jsou jeho projevy ještě provokativnější → bludný kruh
- když cíl reaguje tak, e se to útočníkovi líbí, mechanismus šikany se spouští
- ve skupině, kde jim není dobře → nejistota, frustrace, agrese
- **snižování lidské důstojnosti** = záměr něco vybojovat
  - **bezmoc a zneužití moci** – projev bezmocného – např. se stáhne, přestane chodit do školy

„Bezmoc je pro útočníka krásná.“

### KRITÉRIA ZÁVAŽNOSTI

- jsou důležitá pro školu, která má zvládat počáteční stadia šikany sama, pokročilejší předává dál

**1. šíře postojů** = když jsou ve skupině různé postoje, není to tak zlé, jako když mají všichni stejný („náckovská skupina“)

- hledáme, jestli je zde někdo, kdo se oběti zastane

**2. tolerance k jinakosti** – pokud se jinakost neodpouští a všichni mají stejné ideály, je to divné (nácci mají všechno stejné)

**3. počet aktérů** = kolik lidí se REÁLNĚ na ubližování podílí

- „Ubližují mi všichni, nikdo se mě nezastane.“ = pokročilé stadium šikany = pokud není oběť schopna vyjmenovat konkrétní útočníky

- „**bystanders**“ = ti, co přihlíží, neubližují

- pokud si stěžuje např. 12 dětí ze 20, že jim někdo ubližuje, je možné, že jsou ve fázi Stormingu nebo počátečním stadiu šikany

**4. intenzita a četnost útoků**

- ne kolik je útoků absolutně, ale jestli jejich počet **vzrůstá**

- v pokročilých stadiích roste výrazně, rychle

Se znaky a kritérii se dá pracovat jako s vodítkem – můžeme se na jednotlivé body tázat a hledat, co se objevuje a v jaké míře

**OSTRAKISMUS** = někoho tolerujeme, ale nebereme ho vážně → není to šikana, ale je ohrožen.

Např. opakovaně slyšíme vtip, který je namířen proti cíli ostrakismu

→ nekritizujeme to, nenadáváme, ale ptám se „Co jsem to teď slyšel/a?“ a necháme si to vysvětlit

- pokud útočník odejde ze skupiny, najde se záhy někdo, kdo ho nahradí, protože je to už ve skupině norma, útočit na obětního beránka

- v ČR zastavujeme agresi mířenou proti někomu, ale např. v Británii jsou o krok napřed – zastavují i to, co uráží nepřímo nějakou skupinu lidí („buznovskej telefon“)

**„Jsme emocionální bytosti, které občas používají rozum.“**

## **PRAVIDLA**

- bez infinitivů, zákazů a sloganů (tj. „mlčenlivost“ apod.)
- ideál – 1. os. č. j./mn.
- chyba je mít v hlavě sadu pravidel a tu skupině vecpat
- logicky – pohybujeme se v rámci ŠŘ, ten podléhá zákonným normám

### **• Třídní učitel**

- by měl věnovat vztahům ve třídě aspoň trochu času
- dobré je se v PO ráno zeptat „Jaký týden vás čeká?“ – zjistí, čeho se studenti bojí/těší se...

### **• Sankce**

- nemají ve vztahových pravidlech význam – trest je přirozený → nebude jim tam dobře

Fyzické tresty

= obrana proti nejistotě → pedagog je v koncích, neví kudy kam, tak dítěti ubalí ránu

- protože je to zakázané, učitelé to často ventilují známkou, urážkou, ...

**IVYP** = individuální výchovný plán

**„Škola nevyslýchá, nevyšetřuje, ale vede rozhovory.“**

## **POSTUP**

### **1) Informace**

- dozvíme se, že se někomu něco zlého děje
- všimnu si (pak konzultuji s kolegou, který se se skupinou také setkává)
- někdo mi to přijde říct

- důležité a vhodné je zaznamenání na papír toho co jsem slyšela a viděla (zapisujeme konkrétně! „Píčo jedna zasraná zkurvená.“ Ne „Chová se ošklivě.“) → abych to pak mohl/mohla ukázat rodičům, dalším stranám... u závažných případů -  
Výchovná komise

- když vidím něco nepatřičného, ale nic o tom nevím, ptám se „Co se tady děje?“

**Rybí kost** – je dobré mít v hlavě ☺

- model, schéma, podle kterého klademe otázky:

- **kdo, co, kde, kdy, jakým způsobem, jak dlouho/často?**

**Otázka PROČ?**

- vyvolává sebeobviňování, nebo odpověď Nevím, Protože...

- nepoužíváme u oběti, útočníka se ptáme na PROČ jiným způsobem: „Co tě k tomu vedlo?“ → zjišťujeme motivaci

**Bonzování X informování**

- **bonzuju**, chci-li někoho **poškodit**, **informuju**, chci-li někomu **pomoci**

**2) Oběť**

**V rozhovoru s obětí obecně platí:**

- navážeme kontakt

- „Nikdo se nedozví, že mám informace od tebe.“

- neříkáme oběti, komu to budeme potom říkat

- klademe otevřené otázky

- pouze, když vím nějakou informaci od důvěryhodného zdroje, můžu položit uzavřenou otázku, ale je to riskantní

- ověřujeme znaky šikany a kritéria závažnosti

- kromě rybí kosti se ptáme na další otázky, např.: Komu jsi to už řekl/a?

- shrnujeme

- ověřujeme si, jestli tomu dobře rozumíme

- zjistíme, jestli je ještě někdo, kdo situaci viděl/ví o ní

- vyjadřujeme účast, pochopení

- ujistíme, že „Není v pořádku, že to tohle dělají.“
  - potvrdíme oběti, že není divná a důležitost toho, že se svěřila (Nikdy „Jsi odvážná, že ses svěřila.“, ale „Je důležité, že...“)
  - nehodnotíme chování útočníka
  - probíjíme se k informacím, dalšímu informačnímu zdroji (tj. např. kamarád, na kterého oběť odkáže)
  - není dobré tajit, že se mi oběť svěřila
  - ptáme se věcně, ale hlídáme si tón, abychom nezněli moc tvrdě
- TRIK:** „Je dobré, že mi tohle říkáš, udělám, co bude v mých silách, abychom to vyřešili a z toho důvodu potřebuju vědět to, to a to.“
- ptáme se, jestli se to děje někomu dalšímu

**„Cíl je profesně pomoci, ne spasit nebo utřít slzičky.“**

### **3) Svědek**

- zjišťujeme to samé, jako u oběti
- konkrétně
- potřebuje podobná ujištění jako oběť
- vysvětlím, proč s ním chci mluvit (např., že jsem si všimla určité situace)
- „Co myslíš, že je k tomu vede?“ – může použít fantazii
- zjistíme, zda si něčeho nevšiml už dříve
- neříkám, od koho informace mám
- ptám se na jeho názor, protože „tomu nerozumím“
- **pozor** – nikdy si nesmíme být jistí, kdo tam s námi sedí (ani u oběti, ani tady, ani u agresora)!

**Do chvíle, než jdeme mluvit s agresorem, musíme mít hotový odhad závažnosti, viz kritéria závažnosti.**

### **4) Agresor**

- neurážíme, neponižujeme, ale chceme to zastavit
- můžeme být v převaze
- „Vím, že se stalo bla bla bla, teď máš možnost se k tomu vyjádřit.“

- klíčová věta: „**Nesouhlasím s tím co se děje, ale ani tobě nesmí nikdo ubližovat.**“

- stojíme si za svým, mluvíme za sebe

- nastavení na chování, ne na člověka

- „Chápu, že se ti nelíbí chování jiných spolužáků, ale tohle není správné řešení. Můžeme se dohodnout na tom, že se to nebude opakovat?“

## **ZÁVĚR**

- nás se týká práce s třídou

Vidím, že se děje něco nepatřičného „Co to vidím? Tomu nerozumím!“

- nerozčiluji se, když se mi nedostane odpovědi

-vyjádřím svůj postoj

- mohu si nenápadně vzít pak oběť stranou a promluvit si s ní

- „**Zaznamenal jsem to, to a to, ale nebudeme to teď řešit. Není to o tom, že by byl někdo zlý. Chci vám dát najevo, že tohle nebudu tolerovat. Kdokoliv za mnou může přijít a popovídat si o tom. S kým jsem potřeboval, jsem už mluvil. Nemusíte být kamarádi, ale bylo by dobré naučit se chovat tak, abyste si neubližovali.**“

**PaedDr. Zdeněk Martínek – zápisky z jeho přednášky**

(odkaz na rozhovor: [http://www.youtube.com/watch?v=k\\_1YLt5g6fg](http://www.youtube.com/watch?v=k_1YLt5g6fg))

## Rozpoznání šikany

### A. Agresivita

- skrytě agresivní matka, dítě ji vnímá jako zrádkyni
- ve škole reagují již na drobné provokace velmi intenzivně (diag. ADHD, LMD)
- Okolo 3 let první vzdor, pokud matka ustoupí je to jasným signálem, že to funguje
- chování, které se dítě vstíjí okolo pěti let, se pak opakuje v pubertě
- cesta pouze skrze změnu rodičovského výchovného stylu (rodinná psychoterapie)
- my můžeme odstranit zrcadlo agrese, tím že ji necháme vyhasnout (nebudeme na ni reagovat)

důvody: organické poškození mozku, nedonošené děti, nechtěné děti, děti, které nezažily bazální jistotu

### B. Agrese

= Konkrétní čin

- Vybitá na neživém předmětu (dveře)
- Autoagrese – stereotypní (retardovaní, autisti), automutilace (psych. porucha snížení prahu bolesti), kompulzivní (mimořádně nadaní, je z nudy – př. Masturbace mezi 9-10 rokem), impulzivní (reakce na silné psychické napětí – kousání nehtů, pálení kůže, řezání)

Agrese: emocionální nebo instrumentální (promyšlená)

**Filmy:** Zkažená mládež (estonský), Mezi stěnami (preventivní film), Šikana, If (z chlapeckého internátu)

### Aktéři

- Ze sociálně slabších rodin
- Neměli možnost zažít nebezpečné situace v bezpečném prostředí
- Častý výchovný přístup „dělej si, co chceš, ale neotravuj“
- Chybí jim: směřování (nuda odpor k organizované činnosti), výběrovost (přesycení aktivitami), souznění (ohraničená touha = “naučit se toužit, abychom si vážili“)

## **Agresoři**

- Brutální – klasika vulgární a fyzicky agresivní
- Kultivovaný – intelektuál – přísná výchova
- Srandista - na první pohled těžko rozeznatelné
- Ekonomicky šikanující – podnikatelské děti

## **Oběti**

- Přitahující násilí – „sedí a čumí“
- Hyperprotektivní rodiče – ještě ve druhé třídě za ručičku až do levice
- Děti učitelů
- Handicapované

## **Příčiny zvýšeného výskytu agrese u dětí**

- Nečitelný učitel (hodnotí podle nálady či sympatií)
- Nesoulad výchovného působení školy a rodičů
- Předčasná selekce dětí (odchod na víceletá gymnázia, elitářství)
- Vliv násilí v médiích

## **Podmínky šikany**

- Převaha síly – nejen fyzicky, ale i mentálně
- Oběť vnímá útok nepříjemně
- Opakovanost, dlouhodobost

## **Vývojová stádia šikany**

### **1, Ostrakismus**

- vyčleňování, klasická psychická šikana, oběť to vrací a oni stupňují, oběť ustoupí a nastává osamělost
- Jde dolů prospěch
- V hodinách je mimo, nereaguje
- Začne se kamarádit s nižšími ročníky
- Doptávat se oběti na podrobnosti pouze v soukromí

### **2, Fyzická agrese a psychická manipulace**

- Napadení, materiální škody, vyhrožování pěstí



- Oběť má strach, objevuje se záškoláctví
- Psychosomatické problémy – chronická onemocnění, pomočování, autoagrese, pokus o sebevraždu
- Kolektiv se rozdělí na dvě části
- Zde je možné, že se to zastaví samo, pokud je jádro sympatizantů silnější než jádro agresorů

TYTO DVĚ STÁDIA ŘEŠÍME V RÁMCI PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ

### 3, Vytváření jádra

- Zostřování fyzických nátlaků na oběť
- O šikaně vědí, oběť je pro ně velice výhodná (svačiny)
- Agresoři hrají hru na hodného a zlého policajta
- Oběť vyhledává přítomnost učitele či dospělého
- Čím vyšší stádium, tím vyšší skrytost

### 4, Vytváření norem

- Šikanují naplno aktivně i pasivně
- Typický slovník nadřazenosti a podřazenosti i před učitelem
- Agresoři jsou plně závislí na šikaně
- Paradoxní převrat – oběť ze sebe dělá blbce dobrovolně v rámci sebezáchovného chování
- Oběť se na agresorech stává závislá

ŘEŠÍ SE METODOU VNĚJŠÍHO NÁTĚLU – POLICIE, OSPOD, SOCIÁLNÍ PRACOVNÍCI, TERAPUETI A DALŠÍ ODBORNÍCI, SOUD – POKUD NEPOMŮŽE, ROZPOUŠTÍ SE KOLEKTIV

### Varovné signály šikany

- Záškoláctví
- Osamělost
- Vyhýbání tělocviku (fyzické stopy)
- Zhoršení prospěchu

- Náhlá změna prospěchu
- Pomočování, noční děsy
- Častá ztráta věcí
- Začne chození na záchod o hodinách
- Vyskytne se dovolávání k vyšší moci („já mám bráchu v devítce, až budu mít psa...“)
- Náhlé volání o pomoc, u těch, kteří to normálně nedělají
- Dobré poslouchat cestou na chodbě, kdo si, co povídá ... (rada pro učitelku)

## **Projektivní metody pro diagnostiku školní šikany**

### **1, Lodičky**

- od 3. třídy po maturanty
- Instrukce: na papír A3 nakreslí na dálku velkou širokou řeku a směr proudu, na řece plují tři lodičky
- Každého žáka ve třídě musí posadit na jednu ze tří lodiček
- První lodička: je rychlá, vždycky musí být první, na nikoho nepočká, nesnesla by, aby jí někdo předhonil, „vezme pádlo, třískne a nepustí“
- Druhá lodička: má pohodové tempo, je spokojená ani první ani poslední, má čas chytat ryby a na dně má lano, které když je potřeba vyhodí a pomůže
- Třetí lodička: je stará praskající, nabírá vodu, musí ji vylévat, je poslední, nemůže je dohonit, často potřebuje lano od prostřední

### **2, Tričko (doplňkové)**

- Instrukce:  
vezměte si pastelky a udělejte si návrh trička, jaké by se vám líbilo  
uprostřed nechte bílý pruh  
koho byste si napsali do trička k srdci?  
Koho byste si napsali zezadu na záda? (oběť píše agresora, agresor oběť)

### **3, Postava (doplňkové)**

- Hlava: řídí a pomáhá

- Srdce: pořád pracuje a miluje
- Ruce: pracují, hladí, brání
- Nohy: celý den nás nosí, ale kopou
- Instrukce: napiš do každé části jednoho člověka

(hlava a ruce – nejpozitivněji vnímaná osoba, hlava a nohy – kultivovaný agresor)