



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Sciences

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**Pozorování četnosti šikany na druhém stupni ZŠ a nižším stupni víceletých gymnázií**

## **BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

Studijní program:

**SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA**

Autor: Aneta Kubičková

Vedoucí: PhDr. Olga Shivairová, Ph.D.

České Budějovice, 2021

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum:

Podpis studenta

Děkuji vedoucí bakalářské práce PhDr. Olze Shivairové, Ph.D. za cenné rady, metodickou a odbornou pomoc při zpracování mé práce a za veškerý čas a informace, které mi věnovala.

## Anotace

Hlavním cílem této bakalářské práce je studijní zmapování výskytu četnosti šikany na druhých stupních základních škol a v nižších ročnících víceletých gymnázií.

Práce se nejdříve zaměří na teoretický výklad šikany jako takové. Podrobněji představí samotný pojem „šikana“ spolu s jejími formami výskytu. Popíše jednotlivá stádia vývoje, a to jak z pohledu agresora a jeho oběti, tak z pohledu publika tvořeného zejména spolužáky obou hlavních aktérů. V neposlední řadě se práce rovněž zaměří na preventivní opatření, jak šikaně předcházet, či v opačném případě, jak šikanu odhalit, vyřešit a nakonec zcela eliminovat.

Praktická část bude věnována odpovědím z vypracovaného dotazníku, který bude určen žákům druhého stupně základní školy a studentům nižšího stupně víceletého gymnázia a který bude zaměřen právě na téma šikana (a to z hlediska teoretického i praktického).

Na základě jejich odpovědí budou následně vytvořeny grafy, které by měly sloužit jako výpověď o tom, v jaké míře se šikana vyskytuje na těchto dvou typech škol a do jaké míry jsou tito žáci a studenti vůbec srozuměni s „teoretickou stránkou“ tohoto patologického jevu.

## Annotation

The aim of this Bachelor thesis is to assess the frequency of bullying within the second level of primary schools and the lower grades of comprehensive schools.

The first part of the work will primarily focus on theoretical explanation of bullying itself. It will introduce this behaviour along with its forms of occurrence in more detail. It will describe its development, step by step, and not only from the aggressor and the victim's points of view, but also from the audience's point of view (the audience are made up mostly of the schoolmates from the same class). Last but not least, it will focus on the preventive measures, which are supposed to prevent bullying in schools, and also how to detect it, solve it and eventually eliminate it.

The practical part will pay attention to the responses obtained from the questionnaire which will be given to pupils from upper primary schools and students from lower levels of comprehensive schools. The questionnaire will be focused on bullying. Based on the respondents' answers, graphs will be generated which should tell us two things: firstly, to what extent bullying behaviour occurs within the specified levels at these two types of schools and, secondly, how much the pupils and the students are aware of bullying. In other words, how much theory they know about bullying.

## Klíčová slova

Teoretické vymezení pojmu „šikana“, projevy šikany, vývojová stádia, vyšetřování šikany, agresor a oběť, prevence, kyberšikana.

## Key words

Theoretical definition of the term „bullying“, manifestations of bullying, developmental stages, investigation of bullying, aggressor and victim, bullying prevention, cyberbullying.

## Obsah

Úvod .....	1
1 Teoretické vymezení pojmu „šikana“ .....	2
2 Šikana ve škole .....	3
2.1 Klima a prostředí třídy .....	4
3 Podmínky šikany - projevy .....	4
4 Vývojová stádia šikany .....	7
5 Náznaky, strategie vyšetřování a následky šikany .....	12
5.1 Varovné signály a náznaky .....	13
5.2 Strategie vyšetřování .....	14
5.3 Možné následky .....	16
5.3.1 Důsledky fyzické .....	16
5.3.2 Důsledky sociální .....	16
5.3.3 Důsledky intelektuální .....	17
5.3.4 Důsledky psychologické či citové .....	17
5.3.5 Důsledky spjaté se sebevědomím jedince .....	17
6 Jak zahojit staré rány? .....	17
6.1 Metoda vnějšího nátlaku .....	17
6.2 Metoda usmíření .....	18
7 Osobnost agresora a oběti .....	19
7.1 Agresor .....	19
7.2 Oběť .....	20
8 Školní intervence proti šikaně .....	20
8.1 Hradecký školní program proti šikaně .....	20
8.2 Minimalizace školy .....	21
9 Prevence šikany .....	21
9.1 Preventivní opatření .....	21
9.2 Role školního poradce v problematice šikany .....	22
10 Další směry šikany, aneb šikana nejen mezi dětmi .....	23
11 Kyberšikana .....	25
11.1 Kyberšikana v České republice .....	26
11.2 Kyberšikana v zahraničí .....	27
11.3 Prevence kyberšikany .....	27
11.4 Typy a způsoby virtuálních útoků .....	30

Praktická část.....	32
Základní škola Prachatice, Vodňanská 287 .....	32
Gymnázium Prachatice, Zlatá stezka 137.....	34
Základní škola Prachatice, Národní 1018 .....	36
Gymnázium Vodňany.....	38
Gymnázium České Budějovice, Jírovцова 8 .....	40
Církevní základní škola, Rudolfovská 23 .....	42
12    Závěr.....	44
13    Zdroje .....	45
14    Seznam příloh.....	46
Seznam obrázků.....	46
Dotazník.....	47



## Úvod

Nejistota. Samota. Strach. Bolest. Pocity, které nikdo z nás nerad zažívá a které bychom ani nikomu jinému neměli přát. Přesto přesně tyto pocity zažívají desítky a stovky dětí každý den. Doma. Na ulici. Ve škole.

Šikana tu byla už dlouhou dobu před námi. Vzpomeňme si například na otroky a gladiátory v antickém Římě, na nespravedlivé zacházení s „čarodějnicemi“ či na ne příliš dávnou minulost a krutost druhé světové války. Z míst určených pro vykonávání trestů, bojů, následně i válek, se kruté a násilné chování a zacházení s druhými lidmi přeneslo i do prostředí školy. Do míst, kde se děvčata a chlapci měli obohacovat o nové poznatky, vědomosti, kde měli přicházet do kontaktu s novými lidmi a měli se učit navazovat kladné a pozitivní vztahy s nimi. Do míst, kde se měli cítit bezpečně a chráněně. Bohužel, v dnešní době tomu tak zcela úplně není. Na některých školách místo pocitu klidu a pohody převládají ony zmíněné pocity strachu, nebezpečí a bolesti.

Šikana na školách není nic nového, to ovšem zcela jistě neznamená, že to není nic závažného nebo že není třeba věnovat tomu příliš velkou pozornost. Naopak. S rychlostí sociálního a technologického vývoje roste i jakási pomyslná úroveň propracovanosti, proveditelnosti a s ní spojené závažnosti šikany. Jinými slovy, dle mého názoru jde pokrok v oblasti šikany bok po boku s pokrokem v oblasti sociální, virtuální a technologické. A jelikož současná doba se posouvá ve všech těchto oblastech neskutečnou rychlostí, měli bychom se problému šikany věnovat ještě více a hlavně zodpovědně.

Právě z tohoto důvodu jsem si vybrala šikanu (a její četnost na základních školách a gymnáziích) jako téma své bakalářské práce. Jelikož já sama bych této problematice věnovala více času a více pozornosti, abych se pokusila ještě hlouběji prozkoumat samotnou podstatu šikany, pocity jejích hlavních aktérů a celkový svět šikany z vnějšího i vnitřního pohledu.

Koneckonců, říká se, že děti jsou naše budoucnost. A každý si přirozeně přeje budoucnost krásnou, klidnou a bez jakéhokoli násilí. Pro to je ale třeba něco udělat.

*„Děti jsou neskutečně důležité. Oni jsou budoucnost světa.“*

Elton John

## 1 Teoretické vymezení pojmu „šikana“

Za šikanu či šikanující chování lze považovat chování, jehož cílem a záměrem je ublížit druhému člověku, a to za použití manipulace a agrese. Jedná se především o ublížení opakované, avšak v některých případech je možno hovořit i o šikaně jednorázové (viz později).<sup>1</sup> Dle Michala Koláře, například, je šikana popisována následovně: „*Jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá a zotročuje spolužáka či spolužáky a používá k tomu agresi a manipulaci.*“<sup>2</sup> Dochází tedy ke zneužívání obětí v oblasti fyzické, psychické (s tím související citové a společenské).

Základním rysem šikany je i samotné a subjektivní (vlastní) vnímání celé situace – oběť se cítí sama a naprosto bezmocná.<sup>3</sup>

Je však třeba dávat si pozor na to, abychom nezaměňovali šikanu s tzv. *teasingem*. Teasing je takové chování, které šikanu může pouze připomínat. Obě strany jsou si vyrovnané, a proto v tomto případě není ani oběť, ani agresor. Typickým příkladem tohoto chování je např. nevinné provokování mezi dětmi na druhém stupni. Týká se to zejména chlapců, kteří takto škádlí dívky, které se tomu na oplátku pouze smějí, popřípadě se chichotají, špitají si apod. Ve výjimečných případech mohou na chlapce také jít žalovat, avšak učitel/učitelka vidí, že se nejedná o nic vážného a že ve výsledku není děvčatům toto chování jakkoli nepříjemné, a proto jejich stěžování si berou pouze formálně.<sup>4</sup>

Dále bychom měli stručně zmínit ještě dva termíny související s tímto chováním, a to *agresivita* a *agrese*. Pojmem *agresivita* označujeme určité sklony a tendence k útočnému způsobu reagování. Termínem *agrese* pak charakterizujeme přímý projev tohoto násilného chování.<sup>5</sup>

V neposlední řadě bychom neměli však opomenout ani na tzv. kyberšikanu, ke které dochází prostřednictvím elektronických zařízení a elektronických médií. Kyberšikanu jako takové se budeme podrobněji věnovat později.

---

<sup>1</sup>Rodiče pozor! Šikana mezi dětmi je skryté nebezpečí!. (cit. 8. 1. 2021).  
Dostupný na: <https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>.

<sup>2</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál, s. r. o., Praha 2011, str. 33.

<sup>3</sup>FIELDOVÁ, E. M. Jak se bránit šikaně. Finch Publishing, Sydney 2007, str. 24.

<sup>4</sup>MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 109.

<sup>5</sup>VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese. Portál s. r. o., Praha 2004. str. 757.

Forma šikany může být dvojího druhu – *fyzického* a *psychického*.

Fyzická šikana zahrnuje v první řadě fyzický útok na druhého člověka v podobě poškození dotyčného. V druhém případě, tedy během psychické šikany, dochází nejčastěji ke slovním útokům, a to v podobě nadávání, posmívání se, šíření pomluv, vydírání, ale také ponižování či vyhrožování. Přestože během psychické šikany nedochází k doslovnému (fyzickému) ublížení druhé osoby či osob, rozhodně se nejedná o lehčí či jakkoli méně závažnou formu šikany. Mnohdy bývá právě tato šikana mnohem horší a její důsledky bývají o to závažnější. Oběti této formy šikany si mohou v některých případech i samy následně pod tíhou slovních útoků a její bolesti samy způsobit fyzické ublížení (v některých případech může dojít až k pokusu o sebevraždu), aby se této „nefyzické“ bolesti zbavily.<sup>6</sup>

Nebezpečí šikany tkví zejména v její závažnosti a délce jejího působení. Tyto dva faktory mají vliv na související následky jak v psychickém i fyzickém životě oběti, tak agresora.<sup>7</sup>

## 2 Šikana ve škole

Na úvod bych ráda zmínila, že s výskytem šikany na školách (na vyšších stupních základních školy a na nižších ročnících gymnázií) a jejím povědomí mezi žáky a studenty se budu rovněž zabývat v praktické části této bakalářské práce.

Odhalení šikany či její přiznání ze strany agresorů, ale také ze strany školy, není nic samozřejmého či běžného. Skrytost šikanování, její vychytralost a promyšlenost je stále více a více zdokonalována, a to především díky rychlejšímu rozvoji technologií (sociální sítě, mobily, tablety apod.) a také díky díky/kvůli důmyslnějšímu uvažování dětí. Jinými slovy, o převážné většině šikany se bohužel neví.

Na základě výsledků zkoumání, jež bylo vedeno na různých typech škol Michalem Kolářem, autorem knihy *Bolest šikanování, cesta k zastavení epidemie šikanování ve školách*<sup>8</sup>, vyplývá, že nejvíce šikanou zasaženými školami jsou školy základní, školy zvláštní, učiliště a ústavní

---

<sup>6</sup>Rodiče pozor! Šikana mezi dětmi je skryté nebezpečí!. (cit. 8. 1. 2021).

Dostupný na: <https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>.

<sup>7</sup>Rodiče pozor! Šikana mezi dětmi je skryté nebezpečí!. (cit. 8. 1. 2021).

Dostupný na: <https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>.

<sup>8</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál s. r. o., Praha 2001.

výchovná zařízení. Nevylučuje tím však její přítomnost a existenci i v mateřských školách, na prvních stupních základních škol, na školách křesťanských, školách pro tělesně postižené, či dokonce na univerzitách.

## 2.1 Klima a prostředí třídy

Žák či skupina žáků je bezdůvodně, dlouhodobě či krátkodobě, fyzicky i psychicky napadána. Pokud se jedná o ubližování dlouhodobého charakteru, dochází postupem času až ke skupinové trestné činnosti, jež může mít v některých případech i rysy „žakovského“ organizovaného zločinu. Násilí a agrese, která není nikým potrestána, má za následek poškození charakteru všech jedinců skupiny – tedy jak agresorů, tak přihlížející skupiny, tak charakteru oběti. Dochází při tom k přehlížení norem mravního chování a tím pádem k upevňování antisociálních postojů a pocitů nadřazenosti/méněcennosti či bezvýznamnosti. To může vyústit v různé následky.

Jedním z nich – v případě agresorů - může být volba životního stylu. „Rozběhne“ se u nich touha po jakési životní cestě v roli kriminálního, které souvisí s nerespektováním zákonů a práv ostatních lidí.

Oběti (i svědkové), na druhé straně, tím ztrácí například důvěru nejen v druhé lidi, ale celkově v jakékoli autority a společnost jako takovou. Jsou přesvědčeni o tom, že nikdo a nic jim není schopno zajistit ochranu a bezpečí, a proto nemá cenu nebo smysl proti bezpráví jakkoli vzdorovat.

Dochází tedy k celkové destrukci životních, sociálních a osobních hodnot a postojů, a to jak na straně agresorů, tak na straně obětí.

## 3 Podmínky šikany - projevy

Pokud tedy zůstaneme u šikany jako takové, měli bychom si říci, co přesně musí toto chování splňovat.

### 1. „Převaha síly nad obětí“.

Ač se na první pohled může zdát, že podle názvu se jedná o sílu fyzickou, opak je pravdou. V mnoha případech jde právě o sílu psychickou, popřípadě mentální. Pod pojmem „převaha psychické síly“ si můžeme představit například šikanu ze strany psychicky odolnějšího či

statnějšího jedince vůči méně odolnému jedinci. Takovýto slabý jedinec se vyznačuje zejména menší fyzickou odlišností, neschopností komunikace s ostatními žáky, zaražeností. Kvůli těmto nedostatkům je/může být následně terčem různých urážek, nemístných narážek, výsměchů apod. V krajních případech může docházet až k takovým případům, že takto „slabý“ jedinec je manipulován či až vydírán k tomu, aby „silnějším“ jedincům sloužil nebo jakýmkoli způsobem pomáhal.<sup>9</sup>

Ovšem šikanovaný žák může být naopak i školně úspěšný, který se bohužel nijak nezačlenil do kolektivu třídy. Učitelé to pak mohou lehce přehlížet, jelikož si myslí, že když je žák úspěšný, je i automaticky oblíbený. Což rozhodně není pravidlem.

Převaha síly nad obětí se může týkat i převahy početní, kdy z názvu zcela jasně vyplývá, že jedinec či jedinci jsou šikanováni početnější skupinou útočníků. Dochází tak k vytváření tzv. třídních klanů tvořených silnějšími jedinci, kteří spolu se svými přívrženci šikanují jejich slabší spolužáky.<sup>10</sup>

Případy šikany se objevují jak na základních školách (zejména na druhých stupních), tak rovněž na středních školách či školách výběrových. Mnohdy jsou lidé mylně přesvědčeni o tom, že děti na gymnáziích či jiných středních školách jsou inteligentní a vzdělané, a proto ví, že by se takto chovat neměly. Zdání však může klamat, bohužel. I na takovýchto školách k šikaně dochází. A právě proto, že tyto děti jsou skutečně chytré a inteligentní, je o to jejich způsob šikany propracovanější, skrytější a, v některých případech, právě o to závažnější. Lze tedy říci, že šikana jako taková nemá s inteligencí nic společného, pouze to, do jaké míry je promyšlená.<sup>11</sup>

V neposlední řadě bychom neměli opomenout převahu tzv. mocenské síly. V tomto případě se jedná o to, že útočník či agresor je starší, popřípadě výše postavený oproti své oběti. Klasickým příkladem může být pro představu šikana ze strany žáka deváté třídy vůči žákovi třídy páté. Zde je pak naprosto zřejmé, že se opravdu jedná o záměrný útok (a také to, že inteligence – jelikož se jedná o šikanu ze strany staršího žáka – zde nehraje žádnou roli).<sup>12</sup>

---

<sup>9</sup> MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 110.

<sup>10</sup>MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 110.

<sup>11</sup>ibid.

<sup>12</sup> MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 111.

Přestože bych se ráda v této bakalářské práci věnovala hlavně a zejména šikaně (na základních školách a na gymnáziích) mezi dětmi, nutno však zdůraznit, že tento typ šikany – převaha mocenské síly nad obětí – se může objevit i ve vztahu učitel-žák, učitel-učitel či ředitel-učitel.

V případech, kdy dochází k šikaně i mezi školními pracovníky, mluvíme o tzv. *mobbingu* (učitel x učitel) a *bossingu* (ředitel x učitel). Těmto jednotlivým termínům se budeme více věnovat později (viz kapitola *Směry šikany*).

## 2. „Oběť vnímá útok jako něco nepříjemného“

Velmi často dochází k označování svých spolužáků různými přezdívkami. Většinou jsou tyto přezdívky neškodné a děti se s nimi ztotožní, přijmou je, popřípadě je naopak naprosto ignorují. V jiných případech to má však zcela jiný následek. Může dojít k tomu, že dítě nepřijme tuto přezdívku, odmítá ji a shledá ji spíše hanlivou či urážející. Zbytek třídy vidí, že jedinec se proti ní agresivně bouří a odmítá ji, a právě z tohoto důvodu ho tímto „označením“ provokují víc a víc. Oběti následně nezbývá nic než přezdívku odmítavě přijmout nebo se vzbouřit. A právě tato vzpoura je paradoxně brána jako projev agresora, nikoli (jak je tomu ve skutečnosti) jako projev oběti.<sup>13</sup>

Na tyto případy by si učitelé měli dávat velký pozor. Velmi často a snadno může totiž docházet k záměně agresora či původce problému s jeho obětí. Proto je dle mého názoru opravdu důležité, aby učitel zůstal objektivní, nestranný a dával si velký pozor na to, jak se k jednotlivým účastníkům chová, jak s nimi komunikuje, jak se při tom tváří. Děti jsou velmi chytrá stvoření a dokáží oproti dospělým číst mnohem lépe ve výrazech druhých lidí.

## 3. „Útok může být jak dlouhodobý, tak krátkodobý“

Většina z nás si velmi často pod pojmem šikana představí dlouhodobé negativní chování agresora vůči jeho oběti. Avšak je třeba podotknout, že nemusí jít pouze o dlouhodobý proces. V některých případech může docházet i k šikaně jednorázové, která paradoxně může probíhat zcela závažnějším způsobem. K takovýmto krátkodobým útokům dochází například v nepřítomnosti učitele, kdy se třída (nebo její „vůdčí jedinci“) nudí a vyhlídnou si mezi svými spolužáky snadnou oběť, které by využili ve svůj prospěch a ke své vlastní zábavě.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup>MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 111.

<sup>14</sup>MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 111.

V takovýchto případech je pak důležité, aby si to oběť nenechala sama pro sebe a aby učitel sehrál důležitou roli v řešení celého problému a útočníci tak neunikli náležitému potrestání.

## 4 Vývojová stádia šikany

Přestože šikana může být i aktem krátkodobým, ve většině případů se bohužel jedná o šikanu dlouhodobou. Následně i podrobněji popíšeme jednotlivá stádia.<sup>15</sup>

### 1. Ostrakismus

Ostrakismus, v řečtině „střepinový soud“, je první fází a zároveň fází, při které nedochází k doslova k fyzickému ublížení oběti. Oběť je „jen“ vyřazena z kolektivu. Ostatní ji nezdraví, nezvou ji na společné akce, ignorují ji nebo se s ní odmítají bavit jen proto, že se s ní nebaví ani nikdo další. Troufám si říci, že ve velké většině případů ostrakismu se jedná především o dívky, které úmyslně a záměrně „vytěsňují“ jejich spolužačky ze svého okolí, ale tím také z okolí jejich přátel.

Oběť si postupně začíná uvědomovat, že ve třídě nezbyl nikdo, kdo by se s ní bavil a kdo by si k ní sedl. Naopak, všichni ji odmítají, pomlouvají, různými způsoby ponižují. Zpočátku se tomuto stavu snaží oběť jakkoli bránit. Na základě tohoto „obranného mechanismu“ si však krůček po krůčku začíná vypěstovávat negativní vztah a později i negativní chování vůči svým spolužákům. Nadávkám a pomluvám se brání vztekem, ranami apod. Agresoři v tom ale vidí pouze úspěch svého úsilí, a proto se celá situace akorát více vyhrocuje. Oběť však po nějaké době nakonec pochopí, že její odpor je bezvýznamný a začne se tedy vztahovat sama do sebe, nemá ani nadále touhu, aby se s ní někdo bavil. Chce být sama.

Ve třídě tak vznikají jakési tři skupinky dětí. První skupinu tvoří agresor a jeho společníci. Další skupinou je tzv. neutrální jádro, které se nepřiklání ani ke straně agresora ani ke straně oběti. Do poslední skupiny řadíme právě oběť, a to zcela osamocenou.

V důsledku stálého odstrkávání a následného kompletního odloučení od zbytku třídy může docházet k těmto charakteristickým znakům – zhoršení prospěchu, zhoršení schopnosti udržet pozornost a navštěvování třídy nižšího ročníku, kde je k ní naopak vzhlíženo a ostatní se s ní baví a váží si ji.

---

<sup>15</sup> MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 117-129.

Způsobů, kterými lze oběti ublížit, je několik. O některých jsme si řekli již na začátku kapitoly, přesto si je pojďme ještě jednou zopakovat a doplnit k nim i některé další. Hlavním a naprosto charakteristickým způsobem ubližování ostatním ve stadiu ostrakismu je ignorování oběti – děti ji nezdraví, dělají a předstírají, že ji neslyší. Dívají se na oběť opovrhujícím pohledem. Oběti často chodí hanlivé a urážející zprávy, ostatní o ní šíří nepravdivé a ponižující povídky a informace. Agresoři se vysmívají jejímu prospěchu, jejím slabostem, stylu oblékání. Kromě jí samotné uráží i její rodiče a blízké. Velmi často ji záměrně a schválně provokují, aby oběť ztratila trpělivost a sama se agresivně a vztekle bránila, čemuž se následně všichni „pouze“ smějí atd.

## 2. Fyzické a psychické manipulování s obětí

Tato fáze nastává nejčastěji v období, kdy se třída dostane do stresové situace – čtvrtletí, pololetí, konec roku – a s tím spojené zkoušky, testy apod. Obětí je v těchto případech již dříve ostrakizovaný žák. Vnější tlak dopadá na všechny, avšak především agresoři si jej kompenzují tak, že si „vylévají“ vztek na svých obětech. Jinými slovy – agresor trestá oběť za to, že on sám může pociťovat stav nejistoty, nízkého sebevědomí či neúspěšnosti. V opačném případě může dojít ze strany agresora i k pocitům spojeným se stereotypními dny (plnými zkoušek, učení apod.) či nudy, a proto jako svůj způsob rozptýlení volí právě ubližování své oběti.

Ovšem nelze stoprocentně říci, že toto stádium je pouze a výlučně spojené s obdobím čtvrtletních či pololetních testů či zkoušek. K této fázi může a také dochází kdykoli během celého školního roku.

Hlavní změnou oproti ostrakismu je v tomto případě již doslovné fyzické ubližování a násilí. Oběť začíná být bita. Dále začíná být například nucena k úsluhám agresorů (např. dělání úkolů, odevzdávání svačiny, nošení tašek apod.). Toto můžeme označit za tzv. fyzickou manipulaci.

Co má naopak tato fáze společného s ostrakismem, je bez pochyby používání slovních narážek a urážek.

Jak sama podkapitola napovídá, dochází též k psychické manipulaci. Oběti je vyhrožováno, že pokud si bude někomu stěžovat, bude její trest o to horší, bolestivější a tvrdší. Oběť tak cítí ještě větší tlak a stres a přirozenou reakcí na tento duševní stav je snaha a touha utéci od tohoto strachu. Ta se může projevit v podobách jako je předstírání nevolnosti (tzv. somatizaci – předstírání a „útek“ do nemoci), záškoláctví, ale i skutečná bolest břicha, hlavy, až po úmyslné ubližování sama sebe (podřezávání, přejídání, odmítání jídla apod.).



Nevyhnutelným následkem je proto zhoršení prospěchu oběti a výrazná absence ve škole. Za své chování bývá oběť neprávem trestána jak ze strany školy, tak ze strany rodičů. Nikoho z nich bohužel v první chvíli nenapadne, nebo alespoň ve většině případů ne, že se jedná pouze o obrannou reakci oběti na její tíživou situaci.

Typickými způsoby, kterými je tedy oběti ubližováno, je jednoznačné bití, mlácení a s tím spojené vyhrožování, že bude zbita, pokud o tom někomu poví. Je jí vyhrožováno jak osobně, tak pomocí telefonních zpráv či přes různé prostředníky. Při této fázi šikany nemusí docházet „pouze“ k napadení oběti, ale rovněž i k ničení a útokům na její osobní věci (oblečení, školní pomůcky, školní či pracovní výsledky v podobě různých výkresů, výtvorů apod.). Jak bylo řečeno na začátku podkapitoly, oběť je mnohdy nucena sloužit agresorovi. Dělá za něj domácí úkoly, nosí mu svačinu, odevzdává mu své kapesné nebo mu například nosí tašku během cesty do školy. Aby se agresor či agresori zabavili, oběť může být nucena napodobovat a předstírat různé postavy z filmů, dostávat sama sebe do trapných situací či ztrapňovat sama sebe, aby pobavila ostatní. Při odmítnutí dochází, k již řečenému, vyhrožování – agresor naznačuje údery pěstí, přejíždí si prstem po krku (symbolizování podříznutí), významně a agresivně svou oběť neustále sleduje.

Složení třídy se postupně mění a z neutrální skupiny se oddělují menší skupinky. Jedni začínají sympatizovat s obětí, druzí naopak se stranou agresora.

K řešení výše uvedených stádií se používá především tzv. metoda usmíření. Tato metoda je prováděna prostřednictvím tzv. Vrstevnického programu. Podstatou programu je vytvoření si vlastních hranic chování, které si určují samy děti mezi sebou. Tím je mimo jiné posílení prosociálního jádra třídy a také autority a role třídního učitele. V nejlepším případě následně dochází k upuštění od potrestání agresora, ale to pouze v případě, že si to oběť sama přeje.

### 3. Vytvoření jádra

Tato fáze nastává při ignorování a nesprávném ošetření fáze předchozí. V tomto bodě si agresori již zcela uvědomují svou nadvládu. A to ne jen nad obětí samotnou, ale také nad celou třídou. Ostatní spolužáci nejsou sice nijak napadáni, ale jsou nuceni přidat se na stranu agresora. V opačném případě by došlo na postupné vydírání, později i násilí. Jako důsledek vzniká tedy tzv. pyramida šikanování. Základnu celé pyramidy tvoří oběti, popřípadě více obětí. Nad nimi stojí spolužáci, kteří jsou víceméně „odevzdaní“ agresorovi či agresorům, kteří stojí na samotné špičce pyramidy. Běžným smýšlením ostatních spolužáků, tedy pomyslnou střední vrstvou, jsou názory či myšlenky typu – „Já mu/jí nic nedělám. Mlátí ho oni, ne já. Není moje vina, co

se mu děje, netýká se mě to. Hlavně, že se nejedná o mě.“. Bohužel faktem zůstává, že přesto oni samotní se nedopouští žádného konkrétního činu, jejich „nicneděláním“ a pouhým přihlížením tomu jsou do jisté míry zodpovědní za probíhající chování.

Oběť je v tuto chvíli naprosto sama, ostatními zcela odmítána. Útoky na oběť se zvyšují, dochází i nadále k ostrakismu, k psychickému vydírání, manipulaci, fyzické agresi spojené s násilím a ubližováním. Lze říci, že se jedná o tzv. efekt sněhové koule – tedy stav, kdy se na oběť nabaluje více a více útoků, bolesti a strachu.

Agresor, na druhou stranu, má po svém boku více a více přívrženců. Někteří z nich se stávají tzv. hlídači, jejichž úkolem je dávat pozor na chodbách a varovat ostatní o tom, že se po chodbě blíží některý z pedagogů. Toto je hlavní důvod, proč nejběžnějším místem šikany je právě třída samotná.

Jakýmsi psychickým pohráváním s obětí může psychická hra „hodný a zlý“. Při této hře s obětí se jedná o to, že jeden z agresorů oběti pohrozí, že když udělá to či ono, vyslouží si za to trest. Nato za obětí přijde druhý agresor, který předstírá, že je na její straně, a nabídne ji, že onu činnost může udělat s ním, že ji ochrání. Po dlouhé době samoty a odloučení oběť slyší slova naděje, navíc od někoho, kdo ji dříve rovněž ubližoval, a souhlasí. V závěru, bohužel, je dojde k tomu, že oběť udělá, co jí bylo zakázáno. Trest přichází však jak ze strany „zlého“ agresora, tak ze strany „hodného“, který celou dobu pouze předstíral sympatie k oběti a tím ji akorát způsobil větší problémy a další bolest.

V případě, že dojde k výše uvedené situaci, oběť následně ztrácí veškerou důvěru v druhé – nevěří spolužákům, rodině, ani učitelům. Paradoxně dochází ale k tomu, že školu začne vnímat jako nejvíce bezpečné místo, jelikož se zde pohybují dospělí lidé, kteří se nebojí zasáhnout v případě, že by byla oběť znovu napadena. Začíná se tedy postupně držet v blízkosti pedagogů, avšak žádný přímý kontakt s nimi nenaváže. Stejně tak učitel by (takto všem na očích) neměl s žákem navazovat žádný kontakt. To by totiž oběti způsobil akorát další komplikace z možného stěžování si učitelů apod. Možnou variantou by mohlo být domluvit se s jiným kolegou, který by oběť poslal do svého kabinetu pro zapomenuté pomůcky, kde by na něj čekal další učitel, který by se opatrně a pomocí především otevřených otázek ptal žáčka na možné ubližování spojené s jeho osobou. Jednalo by se například o otázky typu – „Zdáš se mi nějaká/ý skleslý. Napadá mne, zda ti náhodou někdo neublížil?“ apod. Zde bych ráda zdůraznila jednu věc, a to, že v žádném případě by se učitel neměl ptát uzavřenými otázkami typu – „Šikaneje tě někdo?“

Jsi spokojený ve třídě?“ apod. Dítě bude lhát a popírat (ze strachu před následným trestem ze strany agresorů).

Znaky, které jsou charakteristické pro toto stádium, jsou tedy zejména závažnější fyzické útoky v podobě namáčení hlavy do záchodové mísy, strkání oběti do bahna pro pobavení ostatních, píchání špendlíků do oběti. Neméně bolestivé jsou však i psychické útoky – oběť je nucena nosit na oblečení připíchnutý vulgární a ponižující nápis, je nucena platit výkupné za „nezmlácení“, musí chodit v určitém odstupu od ostatních a mnoho dalšího.

Není dále žádným překvapením, že čím se zvyšuje stádium šikany, tím se snižuje její nápadnost. V tuto chvíli si všichni uvědomují závažnost situace a s tím spojený trest na možné/následné odhalení.

#### 4. Vytvoření norem

Pokud šikana stále není zastavena, celá situace přechází do fáze vytváření norem. Třída je zcela rozdělena na „vládnoucí třídu“ a „poddané“.

Oběť je již zcela smířená se svým osudem a stavem a přijímá tak roli sloužícího či poddaného. Dochází u ní až k paradoxnímu chování, kdy ona sama dobrovolně se začne chovat směšně, začne vyrušovat a v podstatě dělat vše, jen aby se agresorovi zavděčila („Lepší dělat toto, než aby přišlo něco horšího“). Z původně bezproblémového žáka se tak nyní stává žák zcela opačného charakteru – dostává špatné známky, poznámky za nemístné chování, vyrušování apod. Někdy se u těchto dětí mohou objevit náznaky posttraumatické stresové poruchy (PTSP) – pocity strachu, bezmoci a hrůzy způsobené těžkým psychickým i fyzickým traumatem, jež si prochází/procházela.

Agresoři jsou v této fázi již naprosto závislí na jejich šikanujícím chování. Dělají to pro svou radost a pobavení.

Charakteristickými znaky této fáze je změna přihlížejících jedinců, kteří se postupně také začínají aktivně podílet na ubližování oběti. Dále dochází k vytvoření a zavedení třídního slovníku. Agresoři se sami nazývají nadřazenou rasou, otrokáři či patricijové. Oběti jsou naopak označovány za rasu podřadnou, otroky a plebejce. Na středních školách a vyšších ročnících základní školy je rovněž vytvořen jakýsi slovník. V tom však nejsou používána označení z dob řecko-římské, ale z dob fašistické.

Jelikož dochází k „závislosti na šikanu“ na obou stranách, nelze tuto fázi vyřešit jinak, než s kompletním kolektivem třídy. Pedagog či ostatní pedagogičtí či sociální pracovníci by měli pomocí různých terapií intenzivně pracovat se všemi, a to neustálého dozoru.

Charakteristickými znaky může být například vyhrožování smrtí, nedobrovolným ostříháním oběti, nucením olizovat záchodové prkénko či se svléknout přede všemi do naha. Je již zcela jasné, že agresori se nebrání už žádnému prostředku či způsobu, jak své oběti ublížit.

## 5. Totalita

Poslední a konečné stádium. Tato fáze se stává zcela neřešitelnou a jediným vyústěním zbývá rozpuštění kolektivu.

Normy jsou jasně nastaveny. Agresori mají pod svou kontrolou celou třídu včetně pedagoga, který proti nim už nic nezmůže. Nyní se agresor nezastaví před ničím a před nikým a jeho touha po ublížení nezná hranic (v některých případech dochází dokonce až k vážnému zranění či dokonce usmrcení oběti).

U obětí dochází k tzv. Stockholskému syndromu, při kterém si nedokáží představit svůj život bez agresorů a jejich neustálého ubližování. Zcela dobrovolně plní všechny příkazy agresorů, nejeví žádné známky odporu, nechají ji ubližovat.

Zbytek třídy vnímá toto vše jako naprosto běžnou a samozřejmou součást jejich života ve škole, rovněž se aktivně podílejí na ubližování oběti.

Při šťastném odhalení šikany v této fázi by agresori měli být náležitě potrestáni a umístěni do nápravných výchovných zařízení. Pro oběť by byl nedílnou součástí jejího života dohled psychologů, psychiatrů a jejich dlouhodobá terapie. Je totiž více než jasné, že to, čím si oběť prošla, si pravděpodobně ponese po zbytek jejího života.

## 5 Náznaky, strategie vyšetřování a následky šikany

Aby byla šikana ze školního prostředí vymýcena a ještě předtím náležitě potrestána, je třeba, aby pedagogický pracovník odvedl svou práci poctivě a správně. Jeho osobnost hraje v celém sporu velmi důležitou roli.

Při vyšetřování přítomnosti šikany a její následné eliminaci by měl být tedy pedagog připraven na několik věcí.

V první řadě je to fakt, že se během celého procesu odhalování šikany stane do jisté míry psychoterapeutem, někdy až laickým kriminalistou. Na základě těchto „rolí“ by mělo být v silách pedagogického pracovníka poskytnout obětem pocit emoční podpory a především pocit ochrany. Mezi jeho vlastnosti by měl bezpodmínečně náležet pocit sebejistoty a neoblomnosti, a to v tom smyslu, že by se pedagog neměl nechat jakkoli obelhat, zmanipulovat či snad podlehnout nátlaku ze strany agresorů (popřípadě jejich rodičů).

S tím souvisí další věc. V tomto případě se jedná o časovou a emoční angažovanost. Šikanu, její důvod vzniku a její následné řešení a eliminaci nelze vyřešit během pár minut či během přestávky. Proto je třeba, aby pedagogický pracovník dopředu počítal s tím, že šikana a její vyšetřování může být tak říkajíc běh na dlouhou trať, a byl tedy ochoten věnovat svůj čas a pozornost její diagnostice a zastavení.<sup>16</sup>

## 5.1 Varovné signály a náznaky

Řešení sporu mezi jednotlivými aktéry je možné pouze tehdy, je-li šikana samotná odhalena. Uvedeme si dva hlavní důvody, které podněcují pádné důvody k jejímu vyšetřování. Jsou to *signály přímo alarmující* a *signály nepřímo varující*.<sup>17</sup>

První skupina, tedy signály přímo alarmující, zahrnuje signály, jež by se rozhodně neměly ponechat náhodě. Je na místě, aby byly systematicky vyhledávány. Toho lze dosáhnout například prostřednictvím anonymních dotazníků nebo také pomocí informačních letáků (ve kterých se oběti mohou dozvědět, u koho hledat pomoc). Naopak nepřímé varující signály jsou méně zjevné, avšak o nic méně důležité. Tato skupina zahrnuje jednak nenápadné projevy šikany, a to v přítomnosti učitele, jedna skryté volání o pomoc. Bohužel, tyto signály pedagogům často unikají a oběti tak nenaleznou to, po čem hledají.<sup>18</sup>

Konkrétní projevy volání o pomoc<sup>19</sup>:

- Nepříznivý emoční stav, který se projevuje pokleslou náladou, pocitem stísněnosti, strachu. Dítě působí nešťastně a vystrašeně.

---

<sup>16</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál, s. r. o., Praha 2001, str. 108.

<sup>17</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál, s. r. o., Praha 2001, str. 109.

<sup>18</sup> Ibid.

<sup>19</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál, s. r. o., Praha 2001, str. 110.

- Náhlé zhoršení prospěchu spojené s nesoustředěností během výuky a absencí výuky.
- Žák se s nikým nebaví a nikdo se nebaví s ním. Je ostatními označován za tzv. outsidersa.
- Na začátek hodiny přichází jako poslední a velmi často v těsné blízkosti pedagoga.
- Během přestávky tráví čas v nenápadné blízkosti kabinetu.
- Žák se cítí izolován, odmítán, mnohdy i přehlížen.
- Velmi často dochází k různým slovním útokům v podobě zesměšňování, ponižování, dávání různých, zejména hanlivých, přezdívek.
- Není pravidlem, bohužel ani výjimkou, že jedinec dostává příkazy, kterým musí vyhovět. Příkladem takovýchto příkazů může být pro představu „dobrovolné“ odevzdání svačiny či vypracování domácího úkolu.

Je třeba vzít v potaz jednu věc – tyto signály nelze automaticky brát jako projevy šikany. Důležitou roli hraje váha kontextu celé situace a frekvence jejich výskytů.

## 5.2 Strategie vyšetřování

Ve chvíli, kdy má pedagog vážné podezření na přítomnost šikany v jeho třídě, popřípadě na škole jako takové, je důležité, aby pečlivě vážil svá rozhodnutí a jednotlivé kroky k jejímu úspěšnému vyřešení. V první řadě by se měl snažit o ochranu informátorů před možnou pomstou agresorů, jinými slovy by si měl dávat pozor, aby vyšetřování šikany nebylo odhaleno příliš brzy. Počáteční stadium vyšetřování šikany hraje v jejím úspěšném zvládnutí klíčovou roli.

Strategii vyšetřování lze rozdělit na dva hlavní typy. Jsou jimi typ strategie vzhledem k úrovni cílů a typ podle rozsahu jejího vyšetřování.<sup>20</sup>

První typ strategie zahrnuje tzv. jevové stránky. Pod tímto pojmem si můžeme představit získání informací o vnějším obrazu a na základě toho následné zmapování jednotlivých symptomů. Dále tato strategie zahrnuje také zachycení vnitřního vývoje, a to ve smyslu postoje k šikanování.

Do druhého typu můžeme zařadit tzv. strategii globální (šetření se týká třídy jako celku) a strategii lokální (týká se již pouze konkrétních jedinců).<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> KOLÁŘ, Michal. Skrytý svět šikanování ve škole. Portál, Praha 2000, str. 94.

<sup>21</sup> Ibid.

Aby pedagog správně porozuměl všem náležitostem během šetření (a tedy během používání některé z těchto strategií), měl by postupovat jednotlivými kroky, které si následně popíšeme.<sup>22</sup>

#### 1. Rozhovor s informátory a oběťmi

Pedagog by si měl nejprve vyslechnout informátory, kteří mu donesli zprávu o možném výskytu šikany, a následně si vyslechnout oběť/oběti útoku.

#### 2. Nalezení vhodných svědků

V tomto kroku jde o vytipování jednotlivců skupiny, u kterých lze očekávat spolupráci a ochotu pravdivě vypovídat.

#### 3. Individuální rozhovory se svědky

Obvykle si pedagog postačí s mluvením s jednotlivými dětmi. Na co by si však měli učitelé dávat pozor, je společné vyšetřování jak svědků, tak agresorů.

#### 4. Zajištění ochrany obětem

Tento krok může mít zařazen i mnohem dříve, například pokud informátor sdělil informaci, z níž se pedagog dozvídá, že agresor bude vyčkávat na svou oběť po skončení vyučování apod. Pak je tedy na místě, aby tento krok předcházel všem ostatním a oběti bylo bezprostředně a neodkladně zajištěno bezpečí a ochrana.

#### 5. Rozhovor s agresory, případná konfrontace mezi nimi

Tento krok by naopak neměl nikdy předcházet předešlým krokům. Měl by tedy být v každém případě tím posledním. Důvodem je fakt, že dokud nemáme potřebné informace, důkazy a celkový vnější i vnitřní obraz, agresor může vše zapřít či vyvrátit a to bohužel s plným právem. Společný rozhovor či konfrontace, po získání všech náležitých informací, slouží k tomu, aby byl agresor okamžitě zastaven a oběť byla ochráněna před možnými následky. Velmi často pedagogové používají principu „přitlačení ke zdi“, kdy je agresor upozorněn, že při dalším pouhém náznaku šikany mu hrozí okamžitě vyloučení ze školy, popřípadě ohlášení na policii apod.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup>KOLÁŘ, Michal. Skrytý svět šikanování ve škole. Portál, Praha 2000, str. 95.

<sup>23</sup> KOLÁŘ, Michal. Skrytý svět šikanování ve škole. Portál, Praha 2000, str. 96.

### 5.3 Možné následky

Agresor by se v žádném případě neměl vyhnout zaslouženému trestu, díky čemuž by si měl uvědomit své chování a jednání, aby k tomu v budoucnu již nedocházelo. Trest by měl být přiměřený a především odpovídající závažnosti, popřípadě délce trvání, šikany. Co si z toho ale odnese oběť? Tam mohou být následky trvalejšího charakteru, a to jak fyzické, tak (zejména) psychické. Velkou roli v tom, jak těžké následky si oběť s sebou ponese a jak dlouho, hraje v první řadě osobnost oběti. Dalším důležitým faktorem je pomoc a podpora ze strany rodiny a školy, v neposlední řadě je to i druh a styl šikany. Pro představu, mezi ty nejbolestivější formy šikanování patří „pouhé“ škádlení či popichování, jejichž důsledky přetrvávají nejdéle.<sup>24</sup>

Podle E. M. Fieldové existuje celá řada důsledků, které si oběť může z celého aktu odnést. Patří sem například důsledky fyzické, sociální, intelektuální, psychologické a také důsledky spjaté se sebevědomím šikanovaného jedince. Nyní si k jednotlivým důsledkům či následkům uvedeme několik konkrétních příkladů, které sama autorka uvádí ve své knize *Jak se bránit šikaně*.<sup>25</sup>

#### 5.3.1 Důsledky fyzické

- a. Modřiny, škrábance, řezné rány.
- b. Nechutenství nebo naopak přejídání.
- c. Špatný spánek, noční můry, pomočování během spánku.
- d. Bolesti hlavy, bolesti zad, migrény.
- e. Špatné držení těla, vypadávání vlasů, bledý či nervózní vzhled.

#### 5.3.2 Důsledky sociální

- f. Omezení sociálního života, zhoršená schopnost navázání vztahů či kontaktů.
- g. Nedůvěra v druhé lidi spojená s jejich nerespektováním.
- h. Uzavírání se sama do sebe, vnitřní i vnější izolace.
- i. Podřizování se ostatním za účelem udržení si alespoň nějakého, částečného, kontaktu. Kvůli strachu, že o blízkého přijdou, nedávají najevo svoje pocity, touhy či názory.
- j. Odmítání ze strany svých vrstevníků (sportovní týmy, pokoje na škole v přírodě, tábory apod.).

---

<sup>24</sup> FIELDOVÁ, E. M. *Jak se bránit šikaně*. Finch Publishing, Sydney 2007, str. 65.

<sup>25</sup> FIELDOVÁ, E. M. *Jak se bránit šikaně*. Finch Publishing, Sydney 2007, str. 65-69.



### 5.3.3 Důsledky intelektuální

- k. Zhoršená pozornost během vyučování spojená se zhoršením prospěchu.
- l. Absence výuky jako takové (týká se to zejména hodin tělesné výchovy).
- m. Potíže s učením, s pamětí. Nedostatek motivace učit se a chodit do školy.
- n. Chytré děti se naopak bojí dát najevo své vědomosti a znalosti a dělají tak ze sebe „raději a dobrovolně“ méně inteligentně nadané.
- o. Přejít na jinou školu za účelem úniku šikany.

### 5.3.4 Důsledky psychologické či citové

- p. Neschopnost dosáhnout klidového stavu, jedinec je stále ve stavu napětí, strachu a ohrožení.
- q. Pocity zmatenosti, pasti, bezmoci.
- r. Tichá, mumlavá a rychlá mluva. Nesrozumitelnost slov i myšlenek.
- s. Potlačení pocitů (hněv, vztek, až agrese z toho, jak se k němu ostatní chovají) ve školním prostředí a následné „vylití si“ pocitů v prostředí domácím.
- t. Citové vyhoření, které následně vede až k disociaci.

### 5.3.5 Důsledky spjaté se sebevědomím jedince

- u. Opovrhování sebe sama, vnitřní odmítání, osamělost.
- v. Extrémní citlivost na kritiku, odmítání i kritiky konstruktivní (která je myšlena v jejich prospěch).
- w. Odmítáním sebe sama způsobuje, že je odmítáno i druhými („Nemá rád/a sama sebe, proč bychom ho měli mít rádi my?“).
- x. Nedůvěra v ostatní lidi.
- y. Sami začnou být kritičtí vůči ostatním i vůči (a zejména) sami sobě.

## 6 Jak zahojit staré rány?

Jakmile dojde k úspěšnému vyřešení a odhalení šikany, dalším důležitým krokem je náprava. Existují dva v zásadě odlišné přístupy – pomocí vnějšího nátlaku a pomocí usmíření.<sup>26</sup>

### 6.1 Metoda vnějšího nátlaku

---

<sup>26</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál s. r. o., Praha 2001, str. 121-130.

Zde je záměr poměrně prostý – pomocí strachu a pod výhružkou trestu jsou agresori donuceni k zastavení neakceptovatelného a agresivního chování vůči druhým a k pevnému dodržování daných norem. Pedagog tímto způsobem ochraňuje jakýsi „právní řád“ školy, který hraje důležitou roli v ochraně a bezpečí žáků. Tato metoda rovněž zajišťuje ochranu skupiny jako celého kolektivu.

Aby byla metoda vnějšího nátlaku účinná, je třeba, aby její postup zahrnoval následující tři důležité součásti. Jsou jimi: <sup>27</sup>

- a. Individuální nebo komisionální pohovor – individuální pohovor probíhá buď pouze v přítomnosti učitele a žáka, popřípadě i v přítomnosti rodičů. Oproti tomu, komisionální probíhá za přítomnosti komise složené nejčastěji z třídního učitele, ředitele či jeho zástupce a výchovného poradce. Na učilištích jsou přítomni ještě navíc mistr a vychovatel. Komisionální pohovor může rovněž sloužit jako určitý typ prevence, jejímž základem je skupinová dynamika, při které jsou používány různé tresty a sankce. V neposlední řadě má komise také k dispozici různá běžná, ale také mimořádná opatření, která slouží k potrestání agresorových činů
- b. Oznámení o potrestání agresorů před celou třídou – zde hraje velmi důležitou roli pedagog a jeho přesvědčovací schopnost třídy o tom, že pedagogové a všichni pracovníci školního zařízení mají ve svých silách zajistit ochranu a bezpečí všech svých žáků a důsledné dodržování kázeňských norem a nařízení.
- c. Ochrana obětí – jelikož se šikana se může znovu objevit, je na místě, aby pedagog vytvořil určité bezpečnostní pojistky (zejména a právě pro onu oběť šikany). Pod těmito pojistkami si můžeme představit například jmenování ochránců oběti, domluvené schůzky pedagoga se spolehlivými informátory či vytvoření „horké linky“ s rodiči apod.

## 6.2 Metoda usmíření

Tato metoda je používána pouze v některých výjimečnějších případech. Dochází při ní ke sledování naopak vnitřní proměny vztahů mezi jednotlivými aktéry sporu. Není při ní udělován žádný trest, naopak dochází ke společné snaze nalézt cestu k nápravě v neformálním prostředí. Důležitou roli zde hraje empatie ze strany agresora, jež se má pokusit vcítit se do kůže oběti. Ke změně v tomto případě tedy dochází prostřednictvím sdílení zcela odlišných pocitů (pocity oběti a pocity agresora). V nejlepších případech se celá situace zakončena dobrovolných

---

<sup>27</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál s. r. o., Praha 2001, str. 121-125.

odčiněním alespoň vratných škod ze strany agresora, což je pro zbytek třídy včetně oběti přijatelným trestem.

Metoda usmíření je v podstatě předstupeň minimální léčby celého kolektivu.

## 7 Osobnost agresora a oběti

### 7.1 Agresor

Jaká je vůbec osobnost agresora? „ *V drtivé většině to nejsou nemocní sadističtí psychopati. Jsou „pouze“ značně egoističtí a egocentričtí. Agrese a krutost, která je v nějaké míře v každém člověku, proto nemá větší zábrany vůči „rakovinnému“ bujení a je plně k dispozici jejich „kojeneckému“ charakteru.* “<sup>28</sup>

Agresora můžeme zařadit do významné skupiny lidí, kteří jsou na sobě závislí. Jejich vztahy k druhým jsou výlučně prospěchářské a parazitně manipulativní. Agresor se vyznačuje tím, že se aktivně účastní šikany, začíná ji a vede ji, je to tedy její iniciátor. Díky tomuto faktu je tak snazší odhadnout, kdo je agresorem či kdo by se jím mohl stát. Většinou to bývá tělesně zdatný, silný, pohotový žák. Na druhou stranu, toto není pravidlem. Šikanu dokáže vymyslet a zorganizovat i jedinec malý a slabý. Může jím tedy být i inteligentní, fyzicky slabší jedinec, který pro svůj záměr získá skupinu dětí, proti které je oběť bezmocná. Agresorem může dále například být i „rváč“ se vznětlivým temperamentem. Takovýto jedince jedná velmi impulzivně a často se tak dostává do konfliktů. V některých případech může být agresorem žák se špatným školním prospěchem, jehož příčinou bývá často jeho neukázněnost. U zbytku třídy je agresor neoblíbený, spolužáci se ho bojí. Agresor vůči nim působí bezohledně a bere ostatní členy třídy za méněcenné. Typickým chováním je jeho následné ovládnutí a manipulace s druhými, jejich využívání či ničení jejich věcí. Na druhou stranu, aktéři šikany mohou být i „srandisté“, kteří jsou naopak optimisticky naladěni. Šikanují pro zábavu jednak sebe, jednak ostatních. Ve většině případů je hlavním zdrojem tohoto špatného chování způsob výchovy ze strany rodičů. To zahrnuje především nedostatek vřelého zájmu, citový

chlad, fyzické a psychické násilí, ponižování, lhostejnost, samotné zacházení s dítětem a neméně důležité učení respektu k vrstevníkům či sourozencům.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál s. r. o., Praha 2011, str. 119.

<sup>29</sup> ŘÍČAN, P. – JANOŠOVÁ, P. Jak na šikanu. Grada, Praha 2010, str. 56.

## 7.2 Oběť

Přestože právě oběť by ze všech zúčastněných vyřešila celý problém a ukončila tak všechno to zlo, bývá to často právě ona, kdo mnohdy není schopna zásadněji pomoci. Má strach mluvit o tom, čím si prošla či prochází. Podřizuje se psychickému nátlaku agresora, aby mlčela, zažívá pocity úzkosti, strachu z možné pomsty, méněcennosti, nedůvěry sama v sebe i v jiné lidi a mnoho dalšího. Toto vše může do jisté míry značně „ztěžovat“ celý proces šetření a eliminace šikany.<sup>30</sup>

Kdo ale nejčastěji bývá obětí šikany? Ve škole to může být například nový žák, který přišel do již „zajetého“ kolektivu. Dále to může být i dítě s určitou osobní předností, jako je například výborný prospěch, bližší vztah s učitelem (obecně označován jako „šplhoun“) či naopak dítě ze sociálně slabé rodiny s nedostatkem finančních prostředků na koupi například drahého značkového oblečení či dávání kapesného. V jiných případech se může jednat o dítě fyzicky slabé, národnostně či rasově odlišné, nebo dítě osamělé, bez kamarádů.

Charakteristickými psychickými znaky obětí bývají například citlivost, plachost, nízké sebevědomí, nepříznivý vztah k násilí a hrubosti apod. Děti, které se stávají obětí šikany, jsou tiché a v případě náznaku konfliktu automaticky raději ustoupí.<sup>31</sup>

## 8 Školní intervence proti šikaně<sup>32</sup>

### 8.1 Hradecký školní program proti šikaně

Hradecký školní program proti šikanování, někdy zvaný též *Český školní program*, byl zaveden roku 2003 v rámci projektu MŠMT (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky).

Za čtyři měsíce se díky němu podařilo snížit výskyt šikany na experimentální škole o 42,5%. V jednotlivých třídách, kde pracovali členové projektového týmu, se šikana snížila dokonce o 50-75%. Díky těmto výsledkům lze účinnost Hradeckého školního programu srovnat s jedním z nejúspěšnějších programů na světě, a to s Preventivním programem proti šikanování norského

---

<sup>30</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál s. r. o., Praha 2011, str. 99.

<sup>31</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál s. r. o., Praha 2001, str. 87.

<sup>32</sup> KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál s. r. o., Praha 2011, str. 275.276.

profesora Dana Olweuse – *The Olweus Bullying Prevention Program (OBPP)*. V tomto programu bylo dosaženo snížení šikany o 50% během dvou let (jak u dívek, tak u chlapců). Tento Olweuseův program byl následně použit i na některých školách v USA, kde došlo rovněž ke snížení výskytu šikany, a to o více než 40%. Ovšem byly tu i výsledky opačného charakteru. V německém Šlesvicku-Holštýnsku či v Jižní Karolíně v USA se tyto úspěchy se snížením šikany neprokázaly.

Podstatou účinnosti Hradeckého programu je zejména aktivní vyhledávání a snaha řešit šikanu, a to za využití nové a ne příliš rizikové metodiky. Rovněž i spolupráce a propojení s obecným preventivním programem zvaným *Zdravá škola se speciálním programem proti šikaně* hraje nemalou, ale naopak podpůrnou roli.

## 8.2 Minimalizace školy

Zkušenosti, které pomohly s celkovou realizací a aplikací Hradeckého programu, byly získány v jiném projektu, a to v projektu Minimalizace šikany (MÍŠ). Postupně byl tento program zaváděn v 17 školách. Užitečné a cenné výsledky byly dosaženy mimo jiné i díky vzdělávání lektorů tohoto projektu a rovněž pedagogů z experimentálních škol.

## 9 Prevence šikany

### 9.1 Preventivní opatření

Existuje mnoho preventivních opatření, která by měla pomoci ke snížení výskytu šikany na našich školách.<sup>33</sup>

1. Komunita pedagogů, která díky své soudržnosti posiluje imunitu školního prostředí.
2. Program školy, který svou zaměřeností na šikanu a její prevenci dokáže její existenci brzy odhalit a zároveň ji pomůže co nejrychleji vyřešit a odstranit.
3. Služby, jejichž úkolem je dokázat poradit si s vyřešením šikany a zajistit preventivní opatření vůči jejímu vzniku. Jedná se zejména o nejrůznější pedagogicko-psychologické poradny, speciálně-pedagogická centra, diagnostické ústavy, střediska výchovné péče apod.

---

<sup>33</sup> KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Portál s. r. o., Praha 2001, str. 198.

4. Spolupráce školy a policie, s psychiatry či jinými odborníky a zástupci nestátních organizací, kteří se zabývají prevencí šikany.
5. Podpora a spolupráce s ministerstvem školství a s krajskými úřady při vytváření preventivních opatření.
6. Dohled a kontrola ze strany krajských úřadů, ministerstva školství a ze strany České školní inspekce o připravenosti a školy ochránit a zajistit bezpečí svým žákům před šikanováním.
7. Zabezpečování a neustálé sledování situace prostřednictvím nevládních organizací, jakými mohou být například Občanské sdružení proti šikanování, Amnesty International v ČR apod.

Samozřejmě je nezbytnou podmínkou, aby veškerí pracovníci v oblasti šikany byli speciálně vyškoleni pro jejich zaměření v oblasti prevence šikany. Toto se týká pracovníků typ výchovný poradce, školní inspektor, školní metodik prevenci či odborník ministerstva školství.

## 9.2 Role školního poradce v problematice šikany

Říká se, že méně je někdy více. V tomto smyslu to lze aplikovat i na pomoc školního poradce v problematice šikany. Už jen tím, že poradce bude oběti věnovat plnou a upřímnost pozornost, poskytne ji nemalou službu a pomoc.

Mnozí poradci však chtějí a udělají mnohem víc než toto. Podle Davida Fontanyho, autora knihy *Psychologie ve školní praxi*<sup>34</sup>, je to například:

- Nesoudící přístup: většina dětí, které se staly obětí šikany, mají nízké sebevědomí, cítí vnitřní pocit nedostatečnosti, neúspěchu. Proto je důležité, aby poradce oběť povzbudil, ukázal mu jeho upřímný zájem o něj samotného a poskytl mu pocit důvěry.
- Soustředění: soustředěnost by neměla vycházet pouze ze strany poradce, ale i ze strany dítěte. Oběť může mít tendenci odbočit od bolestného tématu. Mnohdy stačí, aby mu poradce připomenul navrácení se k tématu, a to slovy jako jsou například „Řekni mi ještě více o...“ nebo „Kdybys mi řekla ještě něco málo o..., pomohlo by mi to lépe pochopit.“ apod.

---

<sup>34</sup> FONTANA, David. *Psychologie ve školní praxi*. Portál, Praha 1997, str. 322-323.

- Odpovědnost: vždy je na místě učit děti, aby za své činy byly schopny přebírat plnou zodpovědnost. Úkolem školy však není „formovat“ povahu a osobnost dítěte. Je jím pouze snaha a péle naučit je tuto potřebu - aby o sobě a svém chování dokázaly správně a rozumně rozhodovat a nést za to veškerou odpovědnost. Poradce by v dětech měl postupně probouzet tento pocit odpovědnosti a podněcovat je, aby byly schopné myslet samy za sebe a za své činy.
- Nevтіravost: aby byl celý problém šikany odhalen a eliminován, je třeba, aby oběť byla upřímná a otevřená. Avšak pokud se cítí nejistě, je zastrašena a má strach či zcela odmítá zacházet do větších detailů, poradce by toto rozhodnutí měl respektovat a dítě do ničeho nenutit. V opačném případě by dítě mohlo ztratit veškerou důvěru k pedagogickému pracovníkovi a cítilo by se tak zastrašeně či zahanbeně z příliš detailního dotazování a odhalování sebe sama.
- Direktivita: ač je důležité odhalit šikany co nejrychleji a co nejdříve, poradci by neměli být příliš direktivní a neměli by se tedy snažit vyřešit tento problém „za každou cenu“. V současné době proto převažuje názor, že děti samy by se měly, alespoň z určité části, podílet na rozhodování o dalším postupu řešení. Hlavním důvodem je to, že pouze dítě samotné (tedy oběť) zná celou situaci nejlépe a tedy najisto ví, že některá rozhodnutí či návrhy ze strany poradce by nemusela být ta správná. Cílem poradců je v tomto případě pomoc dítěti uvést problém do souvislostí a rozpoznat a následně pochopit jednotlivé proměnné. Toho lze dosáhnout kladením otázek, podněcováním dítěte k uvažování o celé situaci ze všech úhlů, dotazováním se na názory dítěte ohledně ostatních lidí, které jsou součástí celé situace apod. Dále je třeba, aby dítě bylo povzbuzeno, aby mu poradce projevil upřímný a opravdový zájem o dítě a v neposlední řadě, aby mu dal jasně najevo, že mu rozumí.

Díky uvedení veškerých informací do souvislostí a uvažováním o všech proměnných získá dítě lepší vhléd nejen do celého problému, ale i do sebe sama. To může mít za následek zvyšování sebedůvěry oběti a zdokonalení vynalézavosti a objektivnosti.

## 10 Další směry šikany, aneb šikana nejen mezi dětmi<sup>35</sup>

Když se řekne „šikana“, velká většina lidí si představí velkého silného jedince, který fyzicky či duševně napadá mnohem slabšího, ostatními ne příliš oblíbeného, spolužáka. Na co se tím

---

<sup>35</sup>MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní krádeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009, str. 113-117.

pádem velmi často opomíná, je fakt, že šikana nemusí probíhat pouze mezi dětmi samotnými, nýbrž i mezi pedagogy a jejich žáky, mezi žáky a rodiči, mezi dětmi a rodič apod. V této kapitole bych ráda krátce představila i tyto (jiné) směry šikany než pouze běžný směr „dítě x dítě“.

V první řadě bych ráda zmínila spor mezi učitelem a žákem. V tomto případě dochází především k nespravedlivému jednání ze strany učitele. Pod tímto jednáním si můžeme představit například učitelovo vyptávání se na těžší a záludnější otázky při zkoušení či různé provokování, narážky, popř. nespravedlivá klasifikace.

Ovšem, ač se to může zdát nepravděpodobné, existuje i opačný směr této formy šikany, tedy žák/žáci útočící na svého učitele či učitelku. V takovýchto sporech jsou obětmi převážně ženy učitelky nebo obecněpedagogové s jakýmkoli druhem handicapu. V případě žen učitelek se jedná zejména o učitelky, které se nechají snadno vyprovokovat a které mají tendenci reagovat přehnaně, až vznětlivě. Děti toho následně zneužívají a „popichují“ učitelku o to více. V případě pedagogů s handicapem se může jednat o handicap jak fyzický (slabozrakost, fyzická stránka, styl oblékání apod.), tak „osobní“. „Osobní handicap“ (pozn. tento název není přejatý z žádného knižního/internetového zdroje, jedná čistě o mé osobní pojmenování) je druh duševního handicapu, za který je zodpovědný zbytek pedagogického sboru, a to v tom smyslu, že sami o konkrétním pedagogovi, jejich kolegovi, mluví před žáky s nedostatkem respektu vůči němu, a naopak ho mohou zesměšňovat, negativně hodnotit či naznačovat, že oni sami si ho neváží.

S tímto souvisí i následující směr šikany – učitel x učitel. Zde se pak jedná jinými slovy o tzv. *mobbing*. Tato situace může nastat například při začlenění nového pedagoga, který je naplněn novými metodami a možnostmi postupů při výuce, do „starého“ kolektivu, který naopak jakékoli pokusy o novoty či změny odmítá. Dále k tomuto sporu může docházet naopak v případě „omlazení“ pedagogického sboru. Převážná část sboru je tvořena mladými učiteli, kteří jak úmyslně, tak neúmyslně mohou zesměšňovat jejich starší kolegy pro jejich nemoderní styl a vedení výuky.

S *mobbingem* souvisí i následující forma šikany, a to tzv. *bossing*, při kterém dochází ke konfliktu mezi ředitelem a učitelem. Ředitel si v takovýchto případech požaduje po svých zaměstnancích nesmyslné úkoly, přichází s přehnanými nařízeními, příkazy či některé pedagogy schválně zesměšňuje a poukazuje na jejich neschopnost.

V neposlední řadě se jedná o konflikt mezi rodičem a učitelem. Rodič si mnohdy myslí a je zcela přesvědčen o tom, že právě oni vědí všechno nejlépe – jak vést školu, výuku, jak zacházet



s dětmi apod. Stejně tak jsou ve velké většině případů přesvědčeni o nevině svých ratolestí, když dojde k nějaké kolizi či problému, a nepřipouští ani nejmenší náznak uznání chyby. Pravdou však zůstává, že na tento směr šikany si škola může často „nahrát“ sama. Týká se to například úniku informací z pedagogického sboru, které by se neměly dostat na veřejnost (hádky mezi učiteli, problém, mzda apod.) či postavení učitele ve společnosti.

Na závěr bych zmínila poslední směr šikany, a to učitel x rodič. Při tomto konfliktu jsou oběťmi často rodiče problémového dítěte. Namísto toho, aby bylo dítě poučeno, jak se má a nemá chovat, dostává rodič lekce o tom, jak špatně své dítě vychoval a jak s ní má následně pracovat. To může mít za následek, že se rodič doma „vyřádí“ na svém potomkovi, který následně ve škole opět dělá neplechu a tím pádem rodič dostane další poučení. Jedná se tedy o jakýsi nekonečný kruh. Otázkou zůstává, jak z toho ven. A odpověď je jasná a velmi jednoduchá – jakožto pedagogové bychom se měli snažit naopak podpořit rodiče a povzbudit ho v jeho snaze vyřešit problém s chováním dítěte. Být mu oporou a dát mu najevo, že na to není sám a že mu pomůžeme nalézt společnou cestu k nápravě. Neméně významným gestem může být i poukázání na kladné stránky dítěte. Každopádně bychom měli rodiče ujistit a přesvědčit o tom, že každý problém má své řešení a že na toto řešení není sám.

## 11 Kyberšikana

*„Kyberšikanu definujeme jako trýznění, hrozby, obtěžování, ponižování, ztrapňování nebo jiné útoky prostřednictvím internetu, interaktivních a digitálních technologií nebo mobilních telefonů.“<sup>36</sup>*

Jinými slovy, jedná se o šikanu prostřednictvím sociálních sítí, používáním telefonů, počítačů a jiných elektronických zařízení, ale také o zveřejňování a šíření hanlivých nadávek a fotografií oběti. Je tak zcela samozřejmé, že rozvoj šikany souvisí tedy s mediální vybaveností. V dnešní době má víceméně každé dítě alespoň nějaký druh elektronického zařízení (mobilní telefon, tablet, notebook, počítač apod.).

Zásadní rozdíl mezi šikanou a kyberšikanou tedy v podstatě není. Stejně jako při „běžné“ šikaně, i zde je hlavním cílem zesměšnit, ponížit a ublížit někomu druhému. I tato šikana je

---

<sup>36</sup> KREJČÍ, Veronika. Kyberšikana – kybernetická šikana, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Olomouc 2010, str. 72.

zcela úmyslná, jednorázová či déletrvající. Jediným rozdílem však zůstává to, že během kyberšikany hrají hlavní roli elektronická zařízení a různé sociální sítě.

Jedním z klíčových znaků kyberšikany se tak stává anonymita agresora, který se obává svého odhalení a odhalení své pravé identity. Je si vědom toho, že šikana (tedy i kyberšikana) je protizákonné chování a jednání a může mu hrozit až trest odnětí svobody, z tohoto důvodu se často skrývá pod jiným jménem, popřípadě pod nějakou přezdívkou.

Naneštěstí pro agresora, štěstí pro oběť, dnešní svět v oblasti technologií a znalostí týkajících se sociálního života a elektroniky je natolik vyspělý, že zabere poměrně krátkou dobu, než je pravý viník odhalen.<sup>37</sup>

## 11.1 Kyberšikana v České republice

I u nás se více a více začínají objevovat případy kyberšikany.

První výzkumy týkající se její existence byly uveřejněny v letech 2009 a 2010. Mezi ty klíčové patří zejména výzkum Minimalizace školy ve spolupráci s Mediaresearch a dále projekt E-Bezpečí.<sup>38</sup>

Výsledky obou výzkumů ukázaly mírně odlišná čísla a odpovědi, závěr byl však stejný, a to ten, že nejčastějším způsobem ublížení bylo prostřednictvím mobilního telefonu – hanlivé, nepravdivé a ponižující SMS zprávy. Dalším prostředkem kyberšikany bylo využívání e-mailu a „chatování“ na sociálních sítích. Dalším zjištěním výzkumů bylo, že pouhá jedna třetina obětí se s tím svěřila své rodině, méně než 10% dotázaných se svěřilo svému učiteli a zbytek dětí se svěřil buď svým přátelům, popřípadě si to nechaly pro sebe ze strachu z možného dalšího útoku. V neposlední řadě výzkumy odhalily, že ve více jak 80% byl agresor ze stejné třídy, popřípadě stejné školy, jako jeho oběť. Jinými slovy, „pouhých“ 20% agresorů není ze stejné školy a je tedy neznámý.<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> ČERNÁ, Alena a kol. Kyberšikana: průvodce novým fenoménem. Grada, Praha 2013, str. 150.

<sup>38</sup> ROGERS, Vanessa. Kyberšikana. Portál s. r. o., Praha 2011, str. 12.

<sup>39</sup> Ibid.

## 11.2 Kyberšikana v zahraničí

V celosvětové populaci se přibližně jedna třetina rodin setkala s kyberšikanou, při které se stalo právě jejich dítě obětí celé aféry. Velká většina z nich má při tom pocit a stojí si za tím, že ve školách nejsou vůči jejímu výskytu prováděna a zajišťována dostatečná preventivní opatření. Dospělí lidé celkově, převážně v roli jakýchsi pomyslných „přihlížejících“ celého problému, tedy požadují, aby se její prevenci věnovalo mnohem více pozornosti, a to jak ve škole, tak i v rodinách samotných.

Nedávný výzkum, vedený prostřednictvím organizace zvané *Ipsos*<sup>40</sup> a který byl prováděn ve 28 státech světa, prokázal, že povědomí o existenci kyberšikany vzrostlo od roku 2011 o 9%. Nyní je tedy o skutečnosti výskytu tohoto typu „virtuální“ šikany obeznámeno přibližně 75% obyvatel. Na samotné špičce přitom stojí Švédsko a Itálie (každý s 91%), na opačném konci pak Saudská Arábie (37%).

Dále výzkum ukázal, že od roku 2011 se počet nahlášených obětí (nahlášených rodiči nebo lidmi v blízkém okolí oběti) vzrostl z 26% na 33%. Na základě těchto čísel lze tedy říci, že ve světové populaci je jeden ze tří rodičů rodičem oběti kyberšikany.

V neposlední řadě výsledky zkoumání prokázaly, že v 51% ze všech nahlášených případů byl agresor spolužákem oběti, která byla napadena. Nejvyššího počtu takovýchto „spolužákovských“ útoků bylo doloženo v Severní Americe (65%), naopak nejmenší počty případů, týkajících se agresora a oběti v rámci jedné třídy, byly potvrzeny na Středním Východě a v Africe (39%).<sup>41</sup>

## 11.3 Prevence kyberšikany

### 1. Prevence v rodině

Rodina hraje v životě dětí podstatnou a nenahraditelnou roli. Stejně tak je tomu při prevenci kyberšikany. Klíčovou zásadou je otevřená komunikace za využití otázek typu „Jak jsi dnes

---

<sup>40</sup>*Ipsos* – globální lídr v oblasti výzkumu trhu a veřejného mínění.

<sup>41</sup> Světový pohled na Kyberšikanu (cit. 21. 1. 2021).

K dispozici na: <https://www.ipsos.com/en/global-views-cyberbullying>.

trávil čas na mobilu.. na tabletu“ apod. Nikdy určitě nepoužívejme přímé a netaktní otázky, například: „Někdo tě obtěžuje?“ atd.

Preventivní zásady lze rozdělit do tří základních bodů. Jsou jimi<sup>42</sup>:

a) Nastavení si „on-line“ pravidel

V první řadě zdůraznit a vysvětlit, proč jsou tato pravidla vůbec zavedena. Spolu s tím si hned ze začátku nastavit a odsouhlasit jejich dodržování. Jedná se o pravidla, při kterých by si rodič měl s dítětem domluvit, jak dlouho bude dítě na internetu, jaké stránky smí/nesmí navštěvovat. Dále by rodič měl zdůraznit diskrétnost týkajících se příspěvků, které by jeho potomek chtěl zveřejňovat (řeč je zejména o fotografiích). Ve své podstatě by rodiče měli vést své děti k nepsané virtuální etiketě.

b) Být dítěti podporou a oporou

Rodiče by měli v případě pouze udělat maximum, aby dětem zajistili ochranu a bezpečí. Pokud se však zdá všechno v pořádku, měli by jim dopřát určité soukromí a nekontrolovat přehnaně každý jejich krok.

Měli by je ujistit, že s nimi mohou otevřeně mluvit o čemkoli a že tam pro ně jsou a budou kdykoli. Třebaže by došlo k mírnému nedodržení dříve nastavených pravidel, neměli by rodiče automaticky vyhrožovat dítěti zabavením zařízení. Právě naopak, měli by být aktivnější a malými krůčky zjišťovat, zda je všechno v pořádku.

c) Komunikace

Jak již bylo zmíněno výše, komunikace je velmi důležitá a klíčová. Nejen že by rodiče měli se svými dětmi komunikovat o běžných záležitostech, neměli by se bát mluvit ani o konkrétních nástrahách, na které mohou během svého života narazit, jako právě na onu kyberšikanu.

Ráda bych v tomto kontextu zdůraznila jeden fakt a to, že všechny tyto kroky prevence se netýkají pouze obětí, nýbrž i agresorů samotných. I oni (a právě oni) by měli vědět, co se smí a co nesmí, co je správné a není. Měli by vědět a být tedy poučeni o tom, že v případě nezákonného, neetického a špatného chování bude následovat trest a s ním spojené následky různého charakteru.

---

<sup>42</sup> ŠVESTKOVÁ, R. – SOLDÁN, L. – ŘEHKA, M. Kyberšikana. ZSF JU v Českých Budějovicích. České Budějovice 2019, str. 32-33.

## 2. Prevence na školách

Prevenci šikany na školách jsme se věnovali již v předešlé kapitole. Zde bych však ještě ráda dodala několik málo dalších náležitostí.

Jednou z povinností školy je zajištění fyzické i duševní ochrany a bezpečí jejich žáků, spolu s tím rovněž vytvořit a posléze nastavit určité podmínky pro předcházení vzniku jakýchkoli sociálně-patologických jevů. Tato povinnost je dokonce podložena školským zákonem, který zaměřuje právě na zdraví, bezpečí a ochranu na základních školách v České republice – jedná se o zákon č. 561/200 Sb., 2012.

Škola by měla být vybavena určitými strategickými dokumenty, které by měly upravovat prevenci rizikového chování. Mezi tyto dokumenty řadíme<sup>43</sup>:

- Školní preventivní strategie
- Krizový plán
- Vnitřní řád školského zařízení
- Školní řád
- Preventivní program školy

Dále by na škole měl být přítomen výchovný poradce, školní metodik prevence, popřípadě školní psycholog či školní speciální pedagog a jejich konzultační tým tvořený některými pedagogy školy. Cílem výše zmíněných pracovníků je jednoznačně být podporou jak žáků, tak jejich rodičů, a také pedagogů.<sup>44</sup>

Nejrůznější strategie, programy a řady platí jak pro klasickou šikanu, tak pro kyberšikanu. Pojďme se nyní zaměřit na některá preventivní opatření týkající se té virtuální šikany, kyberšikany, která například doporučují Kopecký a Szotkowski<sup>45</sup>:

---

<sup>43</sup> ŠVESTKOVÁ, R. – SOLDÁN, L. – ŘEHKA, M. Kyberšikana. ZSF JU v Českých Budějovicích. České Budějovice 2019, str. 45-50.

<sup>44</sup> CIKLOVÁ, Kateřina. Rizikové chování ve škole s vazbou na legislativní úpravu. Ekonom Press, Praha 2016, str. 160.

<sup>45</sup> KOPECKÝ, K. – SZOTKOWSKI, R. Intervence pedagoga: Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept Příloha č. 7. Praha: Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy České republiky, str. 52. (cit. 21. 1 2021).

Dostupné na: <http://docplayer.cz/3923128-Co-delat-kdyz-intervence-pedagoga-rizikove-chovani-ve-skolnim-prostredi-ramcovy-koncept-priloha-c-7-kybersikana-html>

- Obeznamit žáky a také jejich rodiče o etiketě a „listině práv na internetu.
- Informovat žáky o rizikovém chování na internetu.
- Zařadit do školního řádu pravidla používání ICT, internetového připojení a využívání mobilních telefonů či jiných elektronických zařízení během výuky i během pauzy.
- Nainstalovat software, díky kterému bude vyučující prostřednictvím svého počítače plně informován o tom, co žák dělá na svém zařízení.
- S tím související vzdělanost pedagogů v této oblasti (technika, sociální sítě apod.).
- Začlenit do výuky témata spojená s rizikovým a nezákonným chováním na internetu.
- Podporovat pozitivní využívání technologií – komunikační média, informační média, atd.
- Učitelé by měli být vzory svých žáků v rámci vhodného využívání internetu a používání elektronických zařízení

#### 11.4 Typy a způsoby virtuálních útoků

V této podkapitole bych se ráda detailněji zaměřila na různé způsoby kyberútoků, kterých existuje celá řada. Nejtypičtějším z nich je například zasílání výhrůžných či urážlivých zpráv, krádež osobních údajů nebo osobního virtuálního vlastnictví, zesměšňování druhých prostřednictvím sdílení a hromadného rozesílání nevhodných fotografií či videí.

Velmi často dochází ke kyberšikaně mimo školní prostředí, pak mluvíme o tzv. kyberprostoru (virtuálním světě).<sup>46</sup>

Kyberútoky můžeme rozdělit na nepřímé (agresor je zastoupen někým jiným, svým komplicem) a přímé (agresor vykonává činnost osobně).<sup>47</sup>

Příklady přímých útoků<sup>48</sup>:

- Internetové hlasování – publikum odpovídá na urážející otázku vytvořenou agresorem, jejímž cílem je zesměšnit oběť.

<sup>46</sup> ŘÍČAN, P. – JANOŠOVÁ, P. Jak na šikanu. Grada, Praha 2010, str. 160.

<sup>47</sup> ŠVESTKOVÁ, R. – SOLDÁN, L. – ŘEHKA, M. Kyberšikana. ZSF JU v Českých Budějovicích. České Budějovice 2019, str. 14.

<sup>48</sup> ŠVESTKOVÁ, R. – SOLDÁN, L. – ŘEHKA, M. Kyberšikana. ZSF JU v Českých Budějovicích. České Budějovice 2019, str. 15-18.

- Internetové soutěžení – jeden žák nominuje dalšího ve vykonávání nějaké činnosti, kterou má následně sdílet na sociálních sítích.
- Cyberstalking – virtuální verze stalkingu.
- Catfishing – krádež osobních dat za účelem vytvoření vlastní, avšak falešné identity.
- Blogování – zveřejňování intimních informací či šíření pomluv prostřednictvím blogu.
- Bluejacking – posílání nevyžádaných zpráv (obrázků) na mobilní telefon pomocí funkce Bluetooth.
- Exclusion – úmyslně odstranění jedince ze sociální skupiny.
- Dissing – zneužití a zveřejnění důvěrné a kamarádské informace (fotografie, video, zpráva, ...).
- Fake profile – vytvoření falešného profilu.
- Kyberbullying – zveřejňování intimních nebo nepravdivých materiálů na webových stránkách a jejich následné šíření.
- Kybergrooming – vytváření důvěrných vztahů agresora se svou obětí za účelem následného vylákání k osobnímu setkání a posléze zneužití (sexuální zneužití, donucení k nelegální činnosti).
- Outing – s cílem zesměšnit svou oběť útočník zveřejňuje intimní či nepravdivé informace o oběti na nejrůznějších veřejných serverech s různým zaměřením.
- Harassment – posílání urážejících, hanlivých a obtěžujících zpráv.
- Happyslapping – „veselé fackování“ – nečekané fyzické napadení oběti, jež je po celou dobu nahráváno a video je následně zveřejněno na sociálních sítích pro pobavení ostatních.
- Phising – krádež hesel a s tím spojené následné zneužívání účtů na sociálních sítích či na e-mailu.
- Trolling – zveřejnění příspěvku či odeslání zprávy se záměrem vyprovokovat svou oběť k následné on-line reakci.
- Fraping – v podstatě velmi podobný „Fake profilu“ – vytvoření falešné stránky pod jménem a fotografií oběti, kam jsou následně umístovány nepravdivé, soukromé nebo ponižující informace týkající se oběti.

## Praktická část

Základní škola Prachatice, Vodňanská 287

Dotazník vyplnilo v ZŠ Vodňanská celkem 91 dětí.

Na odpověď, zda se některé z nich stalo obětí šikany, odpovědělo 86 dětí. Přičemž 57 odpovědělo „NE“ a 29 dětí odpovědělo „ANO“. Z toho lze vyvodit, že tedy zhruba třetina žáků se někdy v minulosti stala obětí šikany.

Z dalšího grafu je patrné, že ve většině případů se tento problém vyřešil (konkrétně ve 22 případech). U zbytku případů však nikoliv. Mimo jiné je třeba zdůraznit to, že u této otázky byl počet ne/vyřešených případů dohromady 30, nikoli 29. Jedno z možných vysvětlení může být to, že se tento žák bál v předešlé otázce přiznat (proto zaškrtl „NE“), ale v této otázce se již „nebál“, a tedy zaškrtl jednu z variant, zda byl problém vyřešen. Možná je však i ta možnost, že to byla pouze chyba z nepozornosti při samotném vyplňování dotazníku.

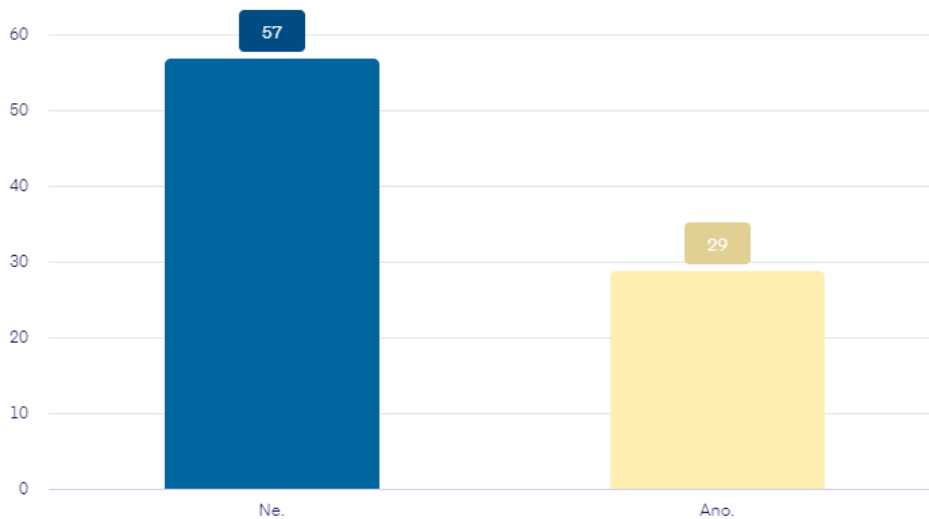
Dalším cílem práce bylo zjistit, do jaké míry jsou děti obeznámeny s teoretickou stránkou šikany. 2 děti vlastními slovy odpověděly, že neví, co šikana znamená. Zbytek žáků se již s tímto pojmem někdy setkala a jejich odpovědi byly tedy správné (avšak pokaždé zformulované a popsány jiným způsobem). Děti odpovídaly jak jednoslovně, tak za použití celých vět.

Ve většině případů si děti myslí, že agresorem jsou spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotě IQ. Oběťmi jsou podle dotázaných rovněž spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotu IQ.

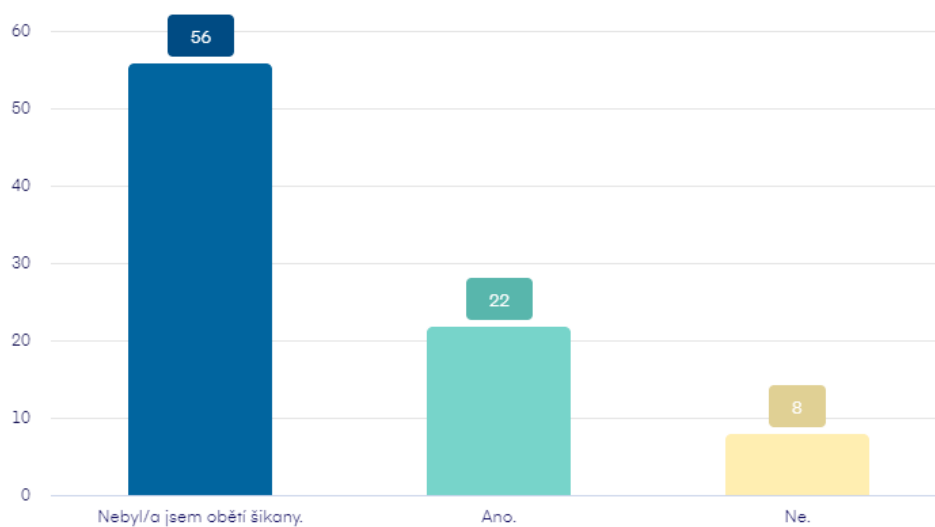
Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *když první člověk nějakým způsobem napadá druhého*
- *nadávání nebo ubližování slabším*
- *jakékoliv záměrné a opakované chování, jehož cílem je ublížit člověku nebo skupině lidí*
- *Obtěžování*
- *mlácení*





Obrázek č. 1 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 2 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## Gymnázium Prachatice, Zlatá stezka 137

Dotazník vyplnilo na prachatickém gymnáziu celkem 15 dětí.

Na odpověď, zda se některé z nich stalo obětí šikany, odpovědělo 14 dětí. Přičemž 9 odpovědělo „NE“ a 5 dětí „ANO“. Z toho tedy můžeme vyvodit, že cca třetina se někdy v minulosti stala obětí šikany.

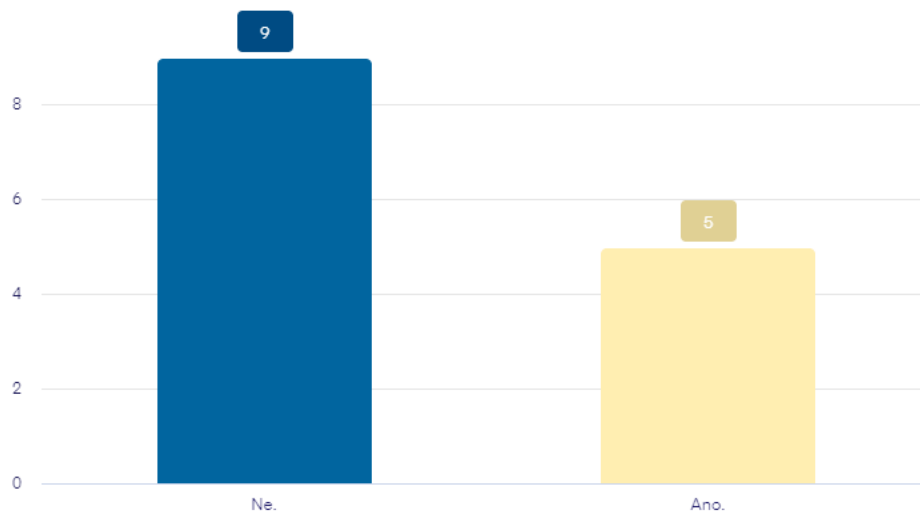
Z druhého grafu je zřejmé, že ve většině případů se tento problém vyřešil (konkrétně ve 4 případech). U jednoho případu však nikoliv.

Z výpovědí dětí bylo zcela patrné, že všechny byly s pojmem „šikana“ velmi dobře obeznámeny a veškeré odpovědi byly tedy správné. I samotný popis šikany (vlastními slovy) byl na vyšší úrovni oproti některým odpovědím z jiných škol, a to jak z hlediska gramatického, tak faktického.

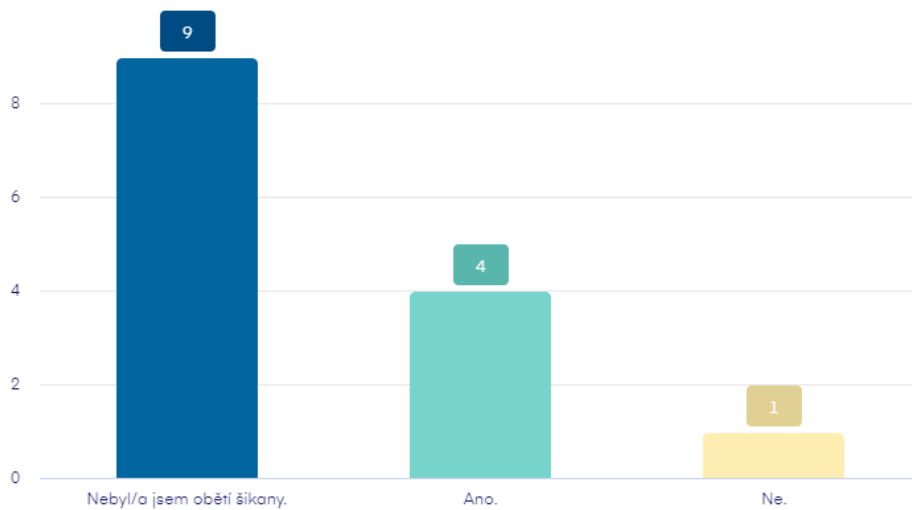
Velká většina dětí se domnívá, že agresorem jsou spíše chlapci bez ohledu na hodnotě jejich IQ. Oběťmi jsou podle dotázaných spíše dívky bez ohledu na jejich IQ.

Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *Úmyslné psychické či fyzické ubližování jinému člověku ve společnosti v rámci nejrůznějších pohnutek, např. pro zábavu nebo za účelem vydírání, často mířeno proti lidem mimo mainstream (postižení, šprti, jiná barva pleti,...).*
- *Vědomé, opakované ubližování (psychické i fyzické) slabšímu jedinci.*
- *Jako šikanu považují opakované chování jedince či skupiny vůči jinému jedinci či skupině, které není protistraně příjemné a negativně ovlivňuje její život.*
- *Zesměšňování, urážení nebo ponižování druhé osoby, za účelem pobavit se*
- *Dokazování si dominance na základě urážení a ponižování ostatních*



Obrázek č. 3 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 4 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## Základní škola Prachatice, Národní 1018

Dotazník vyplnilo v ZŠ Národní celkem 15 dětí.

Z toho 14 dětí odpovědělo, že se v minulosti nikdy nestalo obětmi šikany. V jednom případě byla však odpověď opačná.

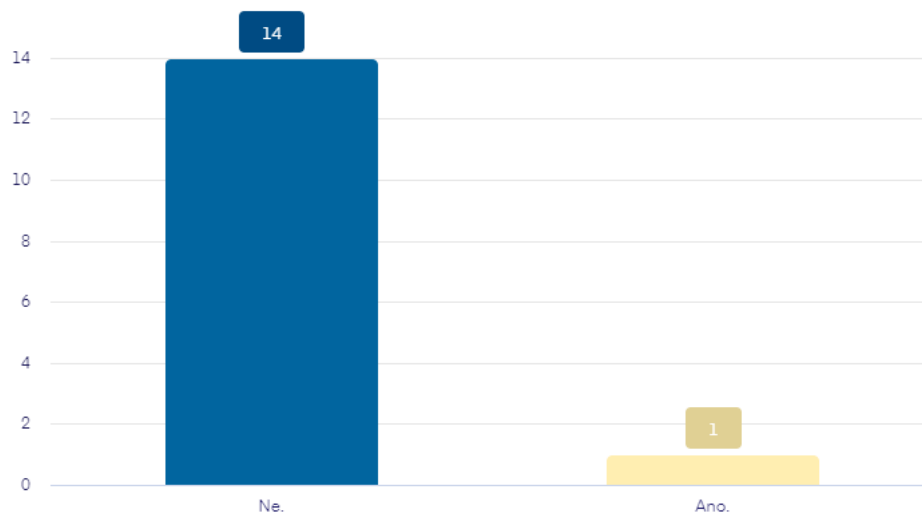
Následující graf ukazuje, že tento případ šikany vyřešen nebyl. Avšak zde je třeba opět podotknout, že na otázku, zda se tento problém vyřešil, odpověděly děti 2 (přestože na otázku, zda se někdo z nich stal obětí šikany, odpovědělo pouze jedno dítě). Podobně tomu bylo u ZŠ Vodňanská.

V teoretické oblasti problému týkajícího se šikany odpovídaly děti především jedním slovem (popřípadě několikaslovním spojením), přesto však správně.

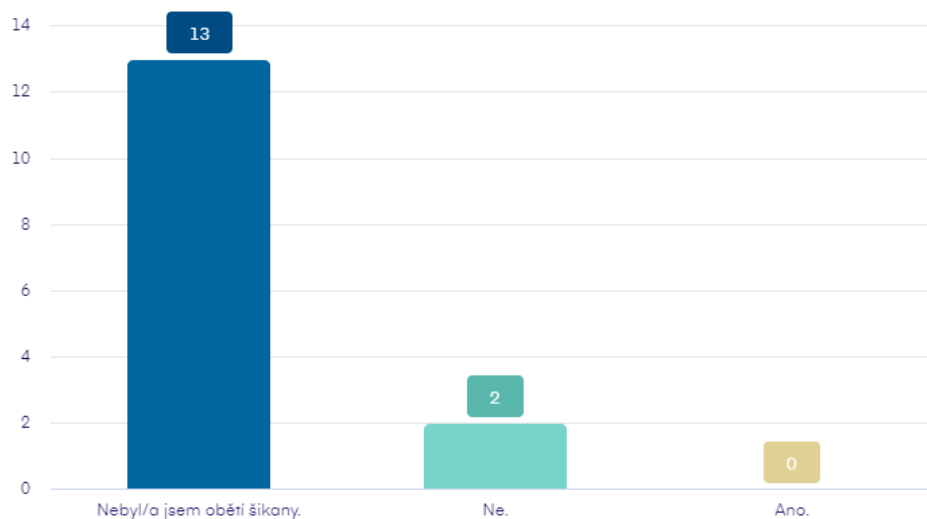
I v této škole převažuje názor dětí, že agresorem i obětí (tedy oba účastníci šikany) je spíše chlapec bez ohledu na hodnotě IQ.

Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *Ublížení.*
- *Mlácení, nadávání.*
- *Ublížení druhým úmyslně.*
- *Ponížení*
- *Urážení*



Obrázek č. 5 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 6 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## Gymnázium Vodňany

Dotazník na gymnáziu ve Vodňanech vyplnilo celkem 9 dětí.

Na odpověď, zda se některé z nich stalo v minulosti obětí šikany, odpověděly všechny děti. Přičemž 7 z nich odpovědělo „NE“ a 2 děti odpověděly, že se staly oběťmi šikany (tedy zhruba pětina dotázaných).

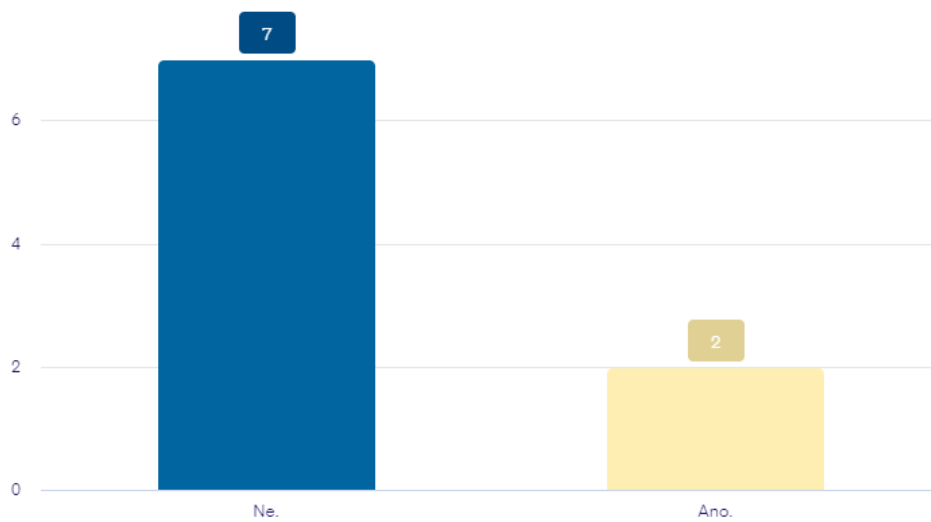
U 2 dětí byl tento problém vyřešen, u jednoho žáka bohužel nikoliv (opět i v tomto případě je třeba podotknout, že na předchozí otázku odpověděly pouze 2 děti, že se staly oběťmi šikany, a zde byly k dispozici odpovědi - týkající se vyřešení šikany - 3).

Odpovědi na otázku, jak by popsaly šikanu vlastními slovy, byly jak jednoslovné, tak zapsány celou větou. V některých případech byla použita i metafora. Veškeré odpovědi však odpovídaly popisu šikany, a proto všechny děti byly dle dostupných odpovědí velmi dobře obeznámeny s tímto patologickým jevem chování.

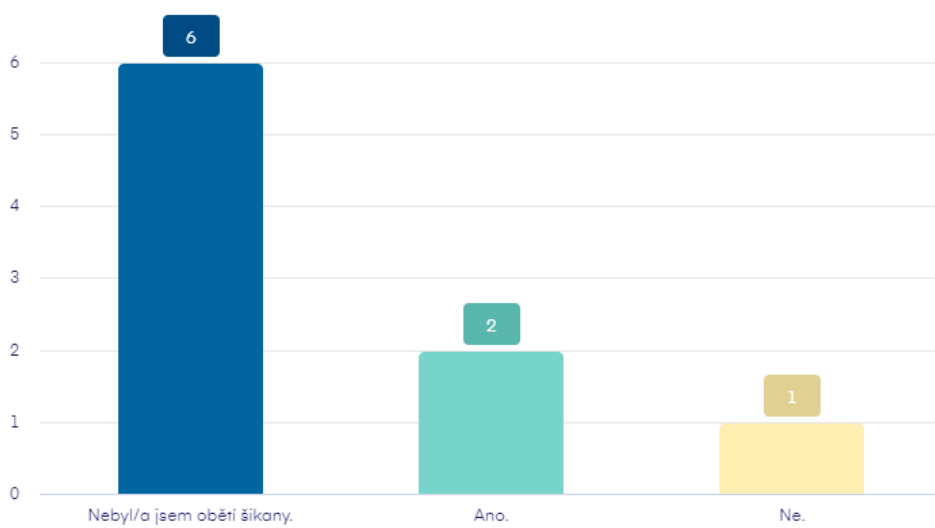
Agresorem je dle odpovědí dětí spíše chlapec s nižší hodnotou IQ, obětí pak podle dotázaných spíše chlapec s vyšším IQ.

Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *Ublížení na zdraví, pošramocení psychiky*
- *Hra na kočku a myš*
- *Ublížení*
- *Fyzické napadání, zesměšňování před třídou*
- *Když někdo někoho mlátí nebo mu nadává*



Obrázek č. 7 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 8 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## Gymnázium České Budějovice, Jírovцова 8

Na dotazník odpovědělo celkem 13 dětí.

Z toho 4 děti odpověděly, že se někdy v minulosti staly oběťmi šikany (toto číslo odpovídá cca třetině dotázaných). Oproti tomu zbytek dětí odpovědělo, že se obětí šikany nestaly.

Avšak i v tomto případě bylo více odpovědí na otázku týkající se vyřešení problému, než by mělo být. Přesto z grafů lze vyvodit, že v 5 případech šikana vyřešena nebyla, v jednom případě ano. Podobně tomu bylo i u odpovědí některých předchozích škol.

Jak již bylo zmíněno dříve, jeden možný závěr může být ten, že se děti nejprve možná bály přiznat se a odvahu našly až už otázky následující (kde se právě řeší to, zda šikana byla/nebyla vyřešena). Možná je však i pouhá chyba z nepozornosti při vyplňování.

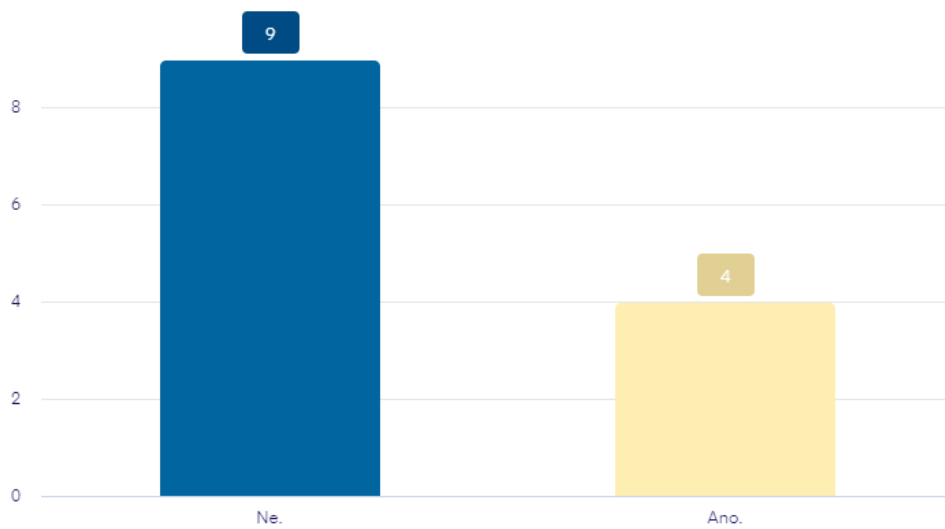
Dle odpovědí dětí samotných bylo zcela očividné, že všechny mají dobrý přehled o tom, co šikana znamená, a všechny tak správně popsaly, co si pod tímto pojmem představují. Vyjadřovaly se převážně v celých větách (občas s menšími gramatickými chybami).

Mezi dotázanými převažuje názor, že agresorem je spíše chlapec bez ohledu na jeho IQ. Obětí je podle nich rovněž chlapec bez ohledu na hodnotu jeho IQ.

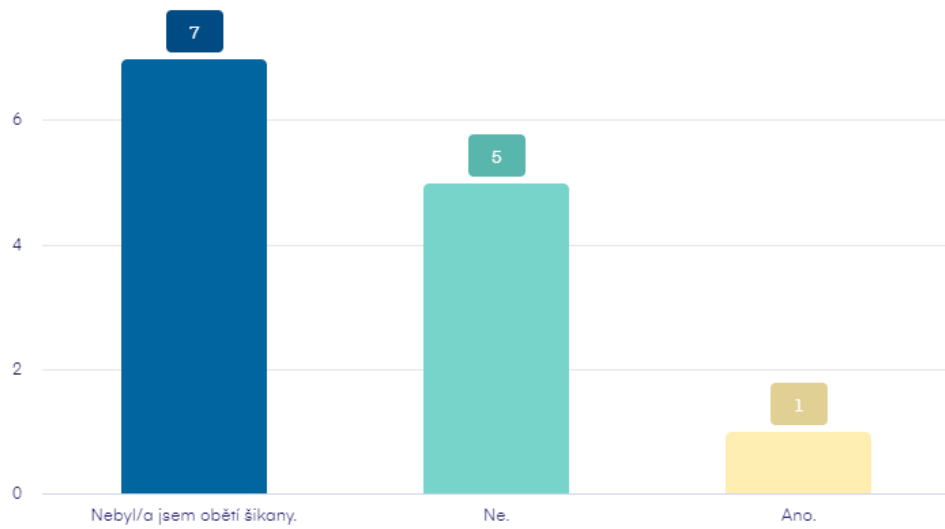
Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *Šikana je nějaké omezování vlastní svobody*
- *nepříjemná činnost obtěžující jiné lidi*
- *Útok na slabšího jedince*
- *Chtene ublížení druhému člověku*
- *Ublížení na zdraví, psychice, poškozování majetku*





Obrázek č. 9 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 10 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## Církevní základní škola, Rudolfovská 23

Na dotazník odpovědělo celkem 27 dětí.

6 dětí z celkového počtu, tedy zhruba pětina, odpovědělo, že se někdy v minulosti stalo obětí šikany. Zbytek dětí zvolilo variantu opačnou, tedy „NE“, nestaly se nikdy dříve oběťmi šikany.

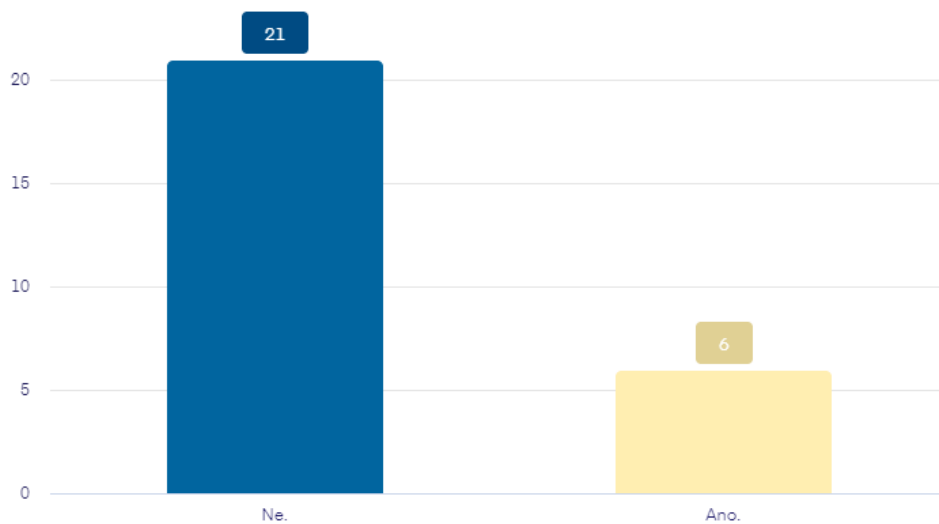
Následující graf na otázku, zda se problém s šikanou vyřešil, nám ukazuje, že ve většině případů (konkrétně v 5 případech) se to nevyřešilo, v jednom případě však ano.

Z odpovědí, které se týkaly dotazu, jak by děti samy vlastními slovy popsaly šikanu a co si pod tímto pojmem mohou představit, jasně vyplývalo, že jsou dobře obeznámeny s tímto jevem. Jejich odpovědi byly správné, a to jak fakticky, tak i gramaticky. Při popisu používaly jak víceslovný popis, tak popis celou větou.

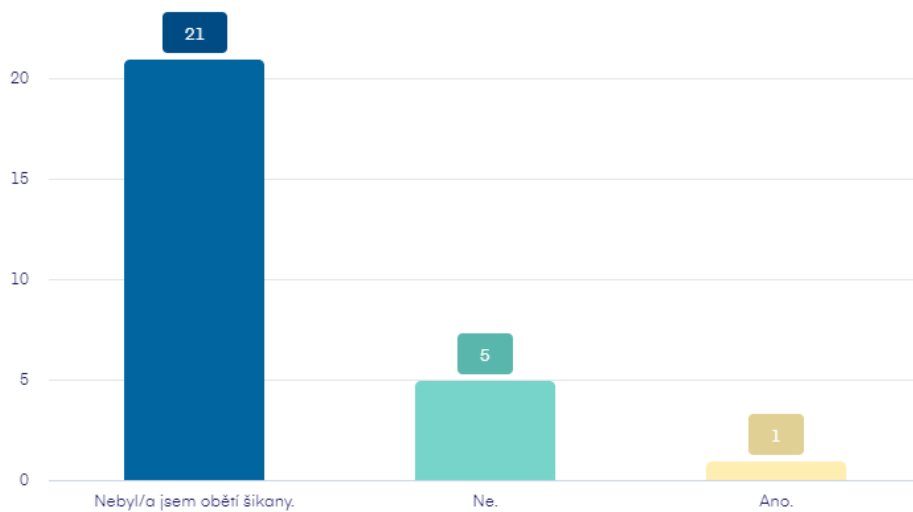
I zde převažoval názor, že agresorem jsou spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotě IQ. Rovněž je tomu u oběti - i zde si ve většině případů děti myslí, že představitelem jsou spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotu IQ.

Příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“:

- *Týrání slabšího, záměrné napadání a odvozování věci,*
- *Napadání slabší osoby silnější osobou , jak fyzické tak psychické*
- *Fyzické napadání, zesměšňování před kolektivem*
- *Fyzické napadání, které se děje opakovaně*
- *ublížování, zneužívání*



Obrázek č. 11 – odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“



Obrázek č. 12 – odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## 12 Závěr

Hlavním cílem práce bylo zmapovat četnost výskytu šikany na nižším stupni gymnázií a na druhém stupni základních škol. Jelikož se počet získaných odpovědí (odpovědí na speciálně vytvořený anonymní dotazník zaslaný na jednotlivé školy) značně lišil, je tedy trochu obtížnější dojít k přesnému závěru, který by alespoň částečně odhalil to, zda se šikana vyskytuje spíše na gymnáziu, či na základní škole. Jedním (prvním) jistým závěrem je však to, že na obou typech škol se šikana v minulosti vyskytla a s tím dále související fakt, že ne vždy byl tento problém vyřešen.

Dále - na základě získaných odpovědí - lze rovněž odvodit další závěr. Tento se týká znalosti dětí v oblasti teoretické stránky šikany. Dle výpovědí byly všechny děti velmi dobře obeznámeny s pojmem „šikana“ a dokázaly tak svými slovy správně a smysluplně tento jev popsat. K popisu používaly jak jednoslovné odpovědi, tak celé věty (v některých případech byla použita i metafora).

V neposlední řadě bylo možné z dotazníku vyčíst i to, že mezi všemi dotázanými převládá názor, že agresorem bývají spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotu IQ a rovněž i oběťmi bývají podle dotázaných spíše chlapci bez ohledu na jejich hodnotu IQ.

Celkově lze tedy říci, že i přes nejrůznější prevence a jiná opáření tu šikana mezi dětmi stále je, a to jak na školách základních, tak i na gymnáziích. Neměli bychom to proto brát na lehkou váhu a naopak bychom se měli i nadále co nejvíce snažit zredukovat či zcela eliminovat tento problém, a to za každou cenu.

Koneckonců, děti jsou naše přítomnost, ale i budoucnost..

## Zdroje

CIKLOVÁ, Kateřina. Rizikové chování ve škole s vazbou na legislativní úpravu. Ekonom Press, Praha 2016.

ČERNÁ, Alena a kol. Kyberšikana: průvodce novým fenoménem. Grada, Praha 2013.

FIELD, Evelyn M. Jak se bránit šikaně. Praktický rádce pro děti, rodiče i učitele. Finch Publishing, Sydney 2007.

FONTANA, David. Psychologie ve školní praxi. Příručka pro učitele. Portál, Praha 1997.

KOLÁŘ, Michal. Bolest šikanování. Cesta k zastavení epidemie šikanování ve školách. Portál s. r. o., Praha 2001.

KOLÁŘ, Michal. Nová cesta k léčbě šikany. Portál s. r. o., Praha 2011.

KOLÁŘ, Michal. Skrytý svět šikanování ve školách. Příčiny, diagnostika a praktická pomoc. Portál s. r. o., Praha 2000.

KOPECKÝ, K. – SZOTKOWSKI, R. Intervence pedagoga: Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept Příloha č. 7. Praha: Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy České republiky.

KREJČÍ, Veronika. Kyberšikana – kybernetická šikana, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Olomouc 2010.

MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada Publishing a. s., Praha 2009.

ROGERS, Vanessa. Kyberšikana. Portál s. r. o., Praha 2011.

ŘÍČAN, P. – JANOŠOVÁ, P. Jak na šikanu. Grada, Praha 2010.

ŠVESTKOVÁ, R. – SOLDÁN, L. – ŘEHKA, M. Kyberšikana. ZSF JU v Českých Budějovicích. České Budějovice 2019.

VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese. Portál s. r. o., Praha 2004.

Elektronické zdroje

<https://www.ipsos.com/en/global-views-cyberbullying>.

<https://www.policie.cz/clanek/preventivni-informace-sikana.aspx>

## 13 Seznam příloh

Do přílohy je přiložen dotazník vytvořený pouze a záměrně pro splnění cílů této bakalářské práce, a to pro zmapování výskytu četnosti šikany na druhém stupni základních škol a nižším stupni gymnázií a pro získání přehledu o tom, zda jsou tyto děti obeznámeny s teoretickou stránkou tohoto jevu (popřípadě do jaké míry).

Dotazník byl odeslán celkem do 6 škol (3 školy základní a 3 gymnázia).

Celkem bylo získáno 170 odpovědí. Jelikož je tento počet odpovědí poměrně velký, nejsou odpovědi žáků součástí bakalářské práce. Použity byly pouze některé odpovědi, viz příklady odpovědí na otázku „Popiš vlastními slovy, co je šikana...“.

### 13.1 Seznam obrázků

- Obrázky č. 1, č. 3, č. 5, č. 7, č. 9, č. 11: odpovědi na otázku „Stal/a ses někdy obětí šikany?“
- Obrázky č. 2, č. 4, č. 6, č. 8, č. 10, č. 12: odpovědi na otázku „Vyřešilo se to?“

## 13.2 Dotazník

Milí žáci,

prosím vás o vyplnění tohoto krátkého dotazníku. Dotazník je anonymní a slouží pouze pro účely vypracování praktické části mé bakalářské práce. Získané údaje tedy nebudou nijak dále rozšířeny či poskytnuty někomu jinému.

Všechny odpovědi uvádějte, prosím, popravdě.

Předem vám všem velmi děkuji za spolupráci a za váš čas!

Aneta Kubičková

### Šikana – anonymní dotazník

(6. – 7. třída)

Věk:

Chlapec / Dívka

Třída:

Škola:

1. Popiš vlastními slovy, co je šikana.....
2. Jaké znáš typy šikany?
3. Častěji dochází k šikaně...
  - a. Ve škole.
  - b. Mimo školu.
4. Častější je šikana...
  - a. Fyzická.
  - b. Psychická (slovní).

5. Závažnější je šikana...
  - a. Fyzická.
  - b. Psychická (slovní).
6. Ve většině případů je agresorem...
  - a. Kluk.
  - b. Holka.
7. Ve většině případů je obětí...
  - a. Kluk.
  - b. Holka.
8. Agresorem je obvykle...
  - a. Někdo s nižším IQ.
  - b. Někdo s vyšším IQ.
  - c. Na hodnotě IQ nezáleží.
9. Obětí je obvykle...
  - a. Někdo s menším IQ.
  - b. Někdo s vyšším IQ.
  - c. Na hodnotě IQ nezáleží.
10. Agresor je obvykle někdo...
  - a. Rozmazlený, s bezproblémovým rodinným a sociálním zázemím.
  - b. Z problematické rodiny, s osobními/rodinnými/sociálními problémy.
  - c. Na okolnostech nezáleží.
  - d. Jiná odpověď.
11. Obětí je obvykle někdo...
  - a. Rozmazlený, s bezproblémovým rodinným a sociálním zázemím.
  - b. Z problematické rodiny, s osobními/rodinnými/sociálními problémy.
  - c. Na okolnostech nezáleží.
  - d. Jiná odpověď.
12. Kdyby ses stal/a svědkem šikany, zasáhl/a bys?
  - a. Ano.
  - b. Ne.



13. Kdybys věděl/a o šikaně na vaší škole, řekl/a bys o tom...
- a. Třídnímu učiteli/třídní učitelce.
  - b. Řediteli/ředitelce školy.
  - c. Rodičům.
  - d. Kamarádům.
  - e. Nikomu.
14. Proběhla na vaší škole přednáška na téma „Šikana“?
- a. Ano.
  - b. Ne.
15. Myslíš si, že mají přednášky na téma „Šikana“ nějaký smysl?
- a. Ano, někteří si tak uvědomí, že je to špatné.
  - b. Ne, nic se tím nezmění.
  - c. Nevím.
16. Chtěl/a bys, aby na vaší škole proběhly nějaké/nějaké další přednášky na téma „Šikana“?
- a. Ano.
  - b. Ne.
  - c. Je mi to jedno.
17. Stal/a ses někdy obětí šikany?
- a. Ano.
  - b. Ne.
18. Řekl/a jsi o tom někomu?
- a. Ano.
  - b. Ne.
  - c. Nebyl/a jsem obětí šikany.
19. Vyřešilo se to?
- a. Ano.
  - b. Ne.
  - c. Nebyl/a jsem obětí šikany.

20. Je podle tebe i nějaký jiný a účinnější způsob (kromě přednášek, akcí, různých organizací proti šikaně atd.), jak přesvědčit agresivní jedince o tom, že šikana je špatná a neměli by ji dělat?
- a. Ano.
  - b. Ne.
  - c. Nevím.
21. Je podle tebe vůbec možné přesvědčit agresivního jedince o tom, že jeho chování je špatné a docílit tím zamezení další šikaně?
- a. Ano.
  - b. Ne.
  - c. Nevím.
22. Co bys řekl/a člověku, který šikanuje někoho jiného, aby s tím přestal a uvědomil si své jednání? (napiš vlastní názor)