

**POLICEJNÍ AKADEMIE ČESKÉ REPUBLIKY
V PRAZE**

**Fakulta bezpečnostně právní
Katedra společenských věd**

Šikana mládeže ve sportovních klubech

Bakalářská práce

Bullying of youth in sports clubs

Bachelor thesis

**VEDOUCÍ PRÁCE
Mgr. Ludmila Fonferová, Ph.D.**

**AUTOR PRÁCE
Matěj Barták**

**PRAHA
2022**

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že předložená práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracoval samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem čerpal, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

V Praze, dne 14. 3. 2022

Matěj Barták

Poděkování

Tímto bych chtěl velice poděkovat paní Mgr. Ludmile Fonferové, Ph.D. za odborné vedení mé bakalářské práce, za pomoc při tvorbě dotazníku, a za ochotu a čas, který mi v průběhu zpracování práce věnovala. Dále bych chtěl vyjádřit vděk trenérům, kteří byli ochotni na této práci spolupracovat. V poslední řadě děkuji své rodině a partnerce za trpělivost a neustálou podporu.

Anotace

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou šikany mládeže a konkrétně její podobou ve sportovních klubech. V teoretické části je představen pojem šikana, její formy, podoby, šikana ve sportu, účastníci šikany, prevence a řešení šikany. Praktická část se zaměřuje na průzkum šikanování ve vybraných sportovních klubech. Průzkum byl uskutečněn formou dotazníkového šetření prováděného ve třech basketbalových týmech. Dotazník zjišťoval, jaké podoby projevů šikany se ve sportovních klubech vyskytují a v jaké míře.

Klíčová slova

šikana * sport * sportovní kluby * mládež * agresor * oběť * prevence

Anotation

This bachelor thesis deals with the issue of youth bullying and its form in sports clubs. The theoretical part introduces the concept of bullying, its forms, bullying in sports, bullying participants, prevention and tackling of bullying. The empirical part focuses on the research of bullying in selected sports clubs. The survey was conducted in the form of a questionnaire in three basketball teams. The questionnaire investigated what forms of bullying occur in sports clubs and to what extent.

Key words

bullying * sports * sports clubs * youth * aggressor * victim * prevention

Obsah

Úvod.....	7
Teoretická část.....	9
1 Šikana.....	9
1.1 Tři pohledy na šikanu	10
1.2 Formy a podoby šikany	12
1.3 Proč dochází k šikaně	15
1.4 Stadia šikany	17
1.5 Následky šikany.....	19
2 Účastníci šikany.....	21
2.1 Agresor.....	21
2.2 Oběť	23
2.3 Osoby přihlížející	24
2.4 Rodina	24
2.5 Vedoucí skupiny	25
2.6 Společnost.....	26
3 Šikana ve sportu	27
4 Řešení šikany	29
4.1 Prevence	29
4.2 Diagnostika.....	31
4.3 Léčba.....	33
Empirická část	35
5 Šikana mládeže ve sportovních klubech.....	35
5.1 Stanovení cílů a výzkumných otázek.....	35
5.2 Hypotézy průzkumu.....	35
5.3 Metodologie	36

5.4	Charakteristika výzkumného vzorku	38
5.5	Vyhodnocení průzkumu a analýza dat.....	40
5.5.1	Výsledky dotazníku pro děti	41
5.5.2	Výsledky dotazníku pro trenéry.....	49
5.6	Zhodnocení průzkumu.....	54
5.7	Diskuse.....	55
5.8	Doporučení pro praxi	59
Závěr	60
Seznam literatury	61
Seznam obrázků	63
Seznam tabulek	63
Seznam příloh	64

Úvod

Spousta lidí si pod slovem šikana představí klasickou situaci z televizní obrazovky, kde přerostlý hrubián šlape na pískovišti po uměleckých kresbách menších slabších dětiček a ty propukají v pláč. Celá situace se nakonec vyřeší tím, že hlavní hrdina najde na hrubiánovi slabé místo a pomocí něj ho porazí a nakonec se stanou přáteli. Idylická situace. V reálném životě je ovšem šikana komplexní problém. Agresorem není vždy ten největší a nejsilnější, projevy šikany jsou často velice dobře skryté a bohužel ne na každém pískovišti se nachází hrdina. Šikana se také nevyskytuje pouze u dětí, vyskytuje se v různých věkových skupinách a na různých místech.

Podob agresorů je asi tolik kolik je forem šikany, spousta. Existují určité rysy, které se mohou vyskytovat u větší části agresorů, ale výjimka potvrzuje pravidlo a i nejneviněji vypadající dítě může být dokonalý manipulátor a může být schopné ubližovat takovým způsobem, až z toho vyšetřovatelům šikany běhá mráz po zádech. Agresor však není jediný problém, bohužel i osoby, které by měly skupinu chránit a vést jí správným směrem, mohou svou činností, respektive nečinností znásobit ničivé následky šikany. Na druhou stranu, občas stačí jediný člen skupiny se správně nastaveným morálním kompasem a celá skupina může být před vlivem šikany ochráněna.

V literatuře existuje spousta případů šikany ze škol a učilišť, ale moje osobní zkušenost s šikanou je ze sportovního prostředí. To že se jednalo o šikanu jsem si ovšem uvědomil až později. Pro mne a mé spoluhráče to byla pouze hra která sloužila jako odreagování ze zátěže. Pro naši oběť to ovšem muselo být opravdové utrpení. Proto vím, že šikana se nezaměřuje pouze na školní prostředí. Tato nemoc může bujet v každé skupině a děti jsou k ní bohužel náchylnější. Z tohoto důvodu se bakalářská práce zaměřuje na problematiku šikany ve sportovních klubech.

Cílem práce je vytvořit soubor relevantních poznatků o psychologických aspektech a specifikách šikany ve vybraných mládežnických sportovních klubech, dynamice tohoto jevu, formách a následcích, prostředcích řešení a jeho prevenci.

Práce se dělí na teoretickou a empirickou část. Celkově je rozdělena do čtyř kapitol. První kapitola nás seznámí s pojmem šikana. V druhé kapitole jsou popsáni účastníci šikany. Třetí kapitola se zabývá prevencí a léčbou šikany. A poslední kapitola se zabývá vyhodnocením průzkumu šikany ve sportovních klubech.

V teoretické části práce jsou analyzovány a porovnávány literární zdroje a jsou shromážděny relevantní poznatky k tématu.

Cílem empirické části je v návaznosti na část teoretickou odpovědět na výzkumné otázky. Tyto otázky se ptají na podobu projevů šikany ve sportovních klubech, na to, jak vnímají šikanu mladí sportovci a jejich trenéři, na to, jak se šikana ve sportovních klubech řeší, a konečně na to, jestli existuje korelace mezi úrovní, na které děti sportují, a výskytem šikany. K získání odpovědi na výzkumné otázky byla použita metoda průzkumu ve třech basketbalových klubech formou dotazníkového šetření.

Informačních zdrojů zabývajících se přímo šikanou ve sportu není mnoho, existují spíše ojedinělé studie, proto bylo čerpáno primárně z děl zabývajících se šikanou mezi mládeží, sociální a sportovní psychologií a metodologií výzkumu.

Teoretická část

1 Šikana

„Šikana je agresivní chování ze strany žáka/ů vůči žákovi nebo skupině žáků či učiteli, které se v čase opakuje (nikoli nutně) a je založeno na vědomé, záměrné, úmyslné a obvykle skryté snaze ublížit fyzicky, emocionálně, sociálně a/nebo v případě šikany učitele také profesionálně. Šikana je dále charakteristická nepoměrem sil, bezmocností oběti, nepříjemností útoku pro oběť a samoúčelností agrese.“¹

Pojem šikana je v metodickém pokynu ministerstva školství vysvětlen velice jednoduše, téměř byrokraticky, tak, aby se dal tento pojem snadno uchopit a dalo se s ním pracovat na obecné rovině. Každý případ šikany si ovšem zaslouží individuální přístup, protože neexistuje univerzální klíč k jeho řešení. Tím není řečeno, že zobecnění je zbytečné, naopak je to první krok k osvětlení a řešení fenoménu jménem šikana, a je potřeba navázat na tento první krok dalším studiem.

Šikana by se dala přirovnat k zákeřné nemoci postihující rovnoprávnost a demokratičnost vztahů ve skupině. Jako když virus napadá lidské tělo. Zpočátku nevinně vypadající škádlení může vyústit až do chování připomínající systematické vykořisťování ze strany totalitních režimů.

Klasickým omylem je, že se šikanování vyskytuje pouze u dětí, ovšem opak je pravdou. Šikana se vyskytovala na vojně, vyskytuje se v zaměstnání, ve sportu, v rodinách, mezi sousedy, a dokonce i v domovech důchodců. Jedná se o celospolečenský problém, který prorůstá demokratickou společností a rozebírá ji zevnitř.² Vyskytovala se i v minulosti, ovšem systematicky zkoumat se začala až v 70. letech minulého století, a to primárně ve Skandinávii, následně se ke

¹ VĚSTNÍK MŠMT. LXXII. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Dostupné také z: <https://www.msmt.cz/dokumenty-3/vestnik-msmt-12-2016>. Str 3.

² KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

zkoumání připojily i další země jako USA, Velká Británie, Austrálie.³ V České republice se začaly vydávat publikace zabývající se šikanou až po roce 1989, protože myšlenka šikanování byla proti myšlence dokonalé rovnosti společnosti.

1.1 Tři pohledy na šikanu

S konceptem trojrozměrného pohledu na šikanování přišel PhDr. Michal Kolář. Dle něj je důležité na šikanu pohlížet jako na nemocné chování, na závislost a na poruchu vztahů ve skupině.

Když se podíváme na šikanu jako na nemocné chování, myslíme tím viditelné projevy agrese, které bývají nejnápadnější. Jedná se tedy o chování, kdy jedna nebo více osob opakovaně a s jasným úmyslem týrá své oběti za pomoci agrese a manipulace. Příkladem může být fyzická agrese, nadávání, vyhrožování, krádeže, násilná manipulace nebo třeba kyberšikana. Zjevné projevy násilí by pravděpodobně dokázala rozeznat každá odpovědná osoba, ty se ovšem nejčastěji dějí v momentech, kdy tato osoba není přítomna, proto je potřeba pozorovat mírnější projevy agrese, jako jsou kanadské žertíky nebo urážlivá přezdívka. Je také důležité rozeznat druhy agrese, protože ne vždy se musí jednat o šikanu. Pro posouzení existují důležité znaky, které na šikanu ukazují. Jedná se o záměr, nepoměr sil, samoučelnost agrese a opakování nebo hrozbu opakováním. Projevy šikany můžeme rozdělit do tří dimenzí, jejichž kombinací vznikne osm druhů šikanování. Členíme je na fyzické a verbální, aktivní a pasivní, přímé a nepřímé. Pomocí tohoto rozdělení můžeme odlišovat různé typy šikanování v různých skupinách.⁴

³ OLWEUS, Dan. Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* [online]. October 1994, **35**(7), 1171-1190 [cit. 2022-02-23]. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x>.

⁴ KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-014-3.

Dalším pohledem je šikana jako závislost. Závislost není pozorovatelná jako projevy agrese. Jedná se o vztah, který vzniká mezi agresorem a obětí, jež následně oba účastníky ovlivňuje, navzájem se potřebují. Nemusí se ovšem vždy jednat o oboustrannou závislost, vyskytuje se také závislost jednostranná ať už u agresora nebo u oběti. Šikanující se stává závislým na pocitu slasti, který mu přináší týrání a ovládání oběti. Jako u každé jiné závislosti se postupem času pocit slasti otupuje, a proto musí agresor své činy stupňovat, navyšovat intenzitu. Oběť se na druhou stranu snaží neodporovat, aby se vyhnula trestům. Chování agresora v ní vyvolává bezmoc a často dochází k sebeobviňování. Toto může přerůst až k identifikaci s agresorem, kdy si oběť říká, že na jeho místě by dělala to stejné. V nejhorších případech dochází dokonce k tomu, že si oběť vybuduje k agresorovi pouto, obdivuje ho a považuje ho za přítele. Takové chování připomíná chování obětí se Stockholmským syndromem. Blízkost agresora a oběti může být pro okolí matoucí, protože je může považovat za dobré kamarády. Proto je někdy velice obtížné na takovou šikanu přijít.⁵

Posledním pohledem je pohled na šikanu jako na poruchu vztahů ve skupině. Šikana není jen záležitostí agresora a oběti, jedná se o problém celé skupiny. Skupina, ve které se šikana vyskytuje, má poškozené vnitřní vztahy. Postupně lidem uvnitř mění jejich vnímání násilí, nahlodává jejich postoje a určuje nové skupinové normy. Vývoj prostoupení skupiny touto poruchou vyjadřujeme pomocí pěti stadií, kterými se zabývá následující část této práce.⁶

Při řešení šikany je důležité nepoužívat pouze jediný náhled na věc. Nejčastěji se stává, že se řeší pouze viditelné projevy chování, což je samozřejmě důležité, nesmí se ovšem zapomínat i na vnitřní stránku problému. Projevy chování jsou základem pro řešení šikany. Dovolují nám odlišit ji od pouhého škádlení, můžeme u nich posoudit znaky šikanování. Je to základ, od kterého se

⁵ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

⁶ *tamtéž*

můžeme odrazit. Znalost pohledu na šikanu jako na závislost nám pomáhá při diagnostice a léčbě. Také nám udává, že není dobré při vyšetřování šikany vyslýchat oběť s agresorem společně, protože se oběť může pod tlakem agresora zastávat anebo nebude schopná proti němu nic říct. Taktéž nám pomáhá nahlédnout na to, proč oběť udělala něco, co mohlo být proti zdravému rozumu a proti vlastnímu přesvědčení. A nakonec, znalost pohledu na šikanu jako na poruchu vztahů ve skupině nám umožňuje zachytit šikanu v raných stádiích a používat vhodné metody pro diagnostiku a léčbu, protože ty mnohou být v některých stádiích neefektivní, či dokonce až kontraproduktivní. Také pomáhá určit, kdy bude stačit povolat osobu se základními znalosti ohledně prvních stadií šikany, a kdy je potřeba povolat opravdového specialistu.⁷ Šikana je komplexní jev, který vyžaduje komplexní řešení, a proto je velmi důležité využívat všechny pohledy a nezaměřovat se pouze na jeden aspekt, jinak nebude léčba nikdy účinná.

1.2 Formy a podoby šikany

Pro léčbu šikany je klíčové vyznat se v jednotlivých formách šikany. Ty můžeme rozdělit na základní a neobvyklé. Základní formy šikany se dále dělí podle typu agrese, podle věku, pohlaví, podle typu skupiny a podle speciálních vzdělávacích potřeb aktérů. Různé formy šikany se často liší ve vnějších projevech agrese.⁸

⁷ tamtéž

⁸ tamtéž

Příklady základních forem a vnějších projevů šikany jsou uvedeny v tabulkách níže.

Tabulka 1 - Základní formy šikany⁹

Šikana podle typu agrese	Fyzická, psychická, smíšená, kyberšikana
Šikana podle věku	Mezi dětmi předškolního věku, mladšího/staršího školního věku, adolescenty, dospělými
Šikana podle pohlaví	Mezi chlapci, děvčaty, chlapci proti děvčatům, děvčata proti chlapcům
Šikana podle sociální skupiny	Ve škole, ve výchovném ústavu, v zájmové/sportovní skupině, v práci, v rodině a další
Šikana podle speciálních vzdělávacích potřeb aktérů	Tělesně/duševně znevýhodněných, nevidomých, neslyšících a podobné

Tabulka 2 - Vnější projevy šikany¹⁰

Druhy šikanování	Příklady projevů
Fyzické aktivní přímé	Bití, kopání, škrcení
Fyzické aktivní nepřímé	Ničení věcí oběti
Fyzické pasivní přímé	Bránění oběti v dosažení cíle
Fyzické pasivní nepřímé	Odmítnutí splnění požadavků
Verbální aktivní přímé	Nadávky, zesměšňování
Verbální aktivní nepřímé	Pomlouvání, urážlivé říkanky
Verbální pasivní přímé	Neodpovídání na otázky, na pozdrav
Verbální pasivní nepřímé	Spoluhráči se nezastanou oběti

⁹ tamtéž

¹⁰ tamtéž

Je dobré znát tyto základní formy a dokázat je identifikovat, abychom byli schopni šikanu odhalit a správně vyřešit. Například dívčí šikana se nejčastěji pojí s formou psychické šikany. Vztah mezi agresorkou a obětí je navenek kamarádský a oběť bývá častěji na útočníkovi závislá. Je proto těžší na takovou šikanu přijít. Naopak chlapecká šikana je převážně fyzického a smíšeného charakteru a agresor šikanuje oběť mimo okruh svých přátel. Šikana děvčat ze strany chlapců má obvykle sexuální podtext. U dětí v předškolním věku se objevují, spíše než šikana samotná, prvky šikanování. Jedná se o agresi hraničící s šikanou, protože není systematická a nevyskytuje se dlouhodobě. Prvky šikany mají k šikaně velice blízko, a tak mohou přerůst do jejích počátečních stadií. Ty nejhorší a nejbrutálnější případy šikany se stávají v kolektivech, kde jsou osoby nuceny žít pohromadě, například na internátech nebo v ústavech. V těchto institucích nemá oběť příliš na výběr a neexistuje pro ni bezpečné útočiště.¹¹

Speciální formou je kyberšikana, která se s rozkvětem technologií a sociálních sítí stává stále větším a větším problémem. Jedná se o zvláštní formu psychické šikany. Totožnost agresora může zůstat oběti skryta. Základními prvky kyberšikany jsou opakování a záměr chování, nerovnost mezi obětí a agresorem, útok je pro oběť nepříjemný a ubližuje jí, a celé se to děje prostřednictvím elektronických médií. Mezi projevy kyberšikany patří krádeže hesel, vydávání se za jinou osobu, vylučování oběti ze skupiny, které chce být součástí, verbální útoky pomocí zpráv, zahlcování enormním množstvím zpráv, vyhrožování a stalking na internetu, pomlouvání, které se v online světě šíří závratnou rychlostí, a zveřejňování osobních informací a fotografií oběti, případně nelichotivých materiálů pořízených agresorem. Kyberšikana probíhá nejčastěji skrze sociální sítě, ale vyskytuje se i v online hrách, e-mailech, mobilních zprávách a na internetových fórech a blozích.¹² Díky rychlému šíření jsou účinky kyberšikany pro

¹¹ Tamtéž

¹² ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-6374-7.

oběti drtivé a v již několika případech spáchala oběť sebevraždu.¹³ Výhodou u kyberšikany může být to, že zanechává stopy na fyzických nosičích i v online světě. Ovšem také je potřeba mít určitou úroveň technické zdatnosti, aby se takové stopy daly využít.

Neobvyklé formy šikany jsou takové formy, jenž nás překvapí svou podobou a vyžadují při řešení odchýlení od klasického postupu. Jedná se o šikany, které vážně ohrožují život oběti a bezpečí osoby dohlížející, a šikany se změnou v základním schématu. Do první skupiny patří brutální podoby fyzické šikany, které svou extrémností zaskočí toho, kdo se k nim náhodou nachomýtně a také šikana formou sexuálního násilí a ponižování, jež nás naprosto neočekávaně zaskočí svou podobou. V druhé skupině jsou šikany, ve kterých je diagnostika i léčba ztížena změnou základní podoby šikany, hlavně u účastníků šikany, například otec agresora je zároveň ředitelem ve škole, kde šikana probíhá. U neobvyklých forem šikany je již od začátku důležitá pomoc specialisty.¹⁴

1.3 Proč dochází k šikaně

V předchozích kapitolách jsme se podívali na šikanu jako takovou, nyní se zaměříme na to, proč tento fenomén vzniká.

Za vznikem stojí mnoho faktorů, těmi nejdůležitějšími jsou osobnostní charakteristiky agresorů a obětí, jejich vzájemný vztah a dynamika celé skupiny.¹⁵ Charakteristikou účastníků šikany se zabývá další kapitola.

Jako skupinovou dynamiku považujeme síly uvnitř skupiny, jenž vznikají ve vzájemných vztazích zúčastněných osob. Tyto síly jsou v každé skupině a je možné pomocí nich skupinu ovlivňovat. Ve skupinách se vyskytují normy, které

¹³ BYSTRONĚ, Marcel. Kyberšikana zabíjí!. *IDNES.cz: Blog* [online]. Praha: MAFRA, c1999-2022, 5. 1. 2009 [cit. 2022-02-26]. Dostupné z: <https://bystron.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=64160>.

¹⁴ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

¹⁵ tamtéž

jejich členové dodržují. V případě ovládnutí skupiny agresory dochází k převzetí jejich norem celou skupinou. Ty poté vedou k normalizaci projevů agrese a k morálnímu ospravedlnění útočníků.¹⁶ Osoby ve skupinách mají tendenci ke konformitě a k poslušnosti vůči autoritě. Těmito vlivy se zabývali některé psychologické experimenty. Například Ashův experiment se zabýval skupinovou konformitou a dospěl k výsledku, že lidé se raději připojí k názoru většiny, i když si myslí, že není správný, než aby šli proti proudu.¹⁷ Milgramův experiment a Stanfordský vězeňský experiment se zase zabývali poslušností vůči autoritě a prokázaly, že když má člověk možnost odvolat se na vyšší autoritu, tak je schopný provádět věci, které jsou proti jeho vlastnímu morálnímu přesvědčení.¹⁸ Proto se nelze divit, že se do šikany zapojují i žáci, kteří nepatří k pevnému jádru agresorů.

Dle Koláře existuje také několik motivů, které pohánějí agresory k tomu, aby ubližovali ostatním. Hlavními motivy jsou krutost a touha po moci. Útočníkovi dělá radost, když svou oběť vidí trpět a má potřebu jinými manipulovat, aby plnili jeho cíle. Mezi další motivy patří motiv upoutání pozornosti, agresor má potřebu být středem pozornosti a snaží se získat přízeň dalších osob ve skupině tím, že ponižuje oběť. Další je motiv zabíjení nudy, kde šikana slouží jako zaplnění dlouhé chvíle a pro pobavení znučeného tyrana. Dále je tu motiv Mengeleho, stejně jako pověstný nacistický doktor, chce útočník svou oběť rozebrat a prozkoumat, co všechno vydrží. Klasickým motivem je žárlivost, agresor může své oběti závidět intelektové nadání, přízeň ostatních a spoustu dalších vlastností a věcí. Dalším motivem je prevence. Oběť nechce být po přechodu do nové skupiny šikanována, a tak začne sama preventivně týrat ostatní. Poté tu máme motiv vykonat něco velkého, někteří útočníci nejsou schopni dosahovat dobrých výsledků v různých aspektech svých životů, proto si ubližováním dokazují, že jsou schopni v něčem

¹⁶ tamtéž

¹⁷ VYBÍRAL, Zdeněk. S konformitou to není tak jednoduché. *Psychologie dnes* [online]. Praha: PORTÁL, 2004, 2004(12) [cit. 2022-02-26]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/83195/s-konformitou-to-neni-tak-jednoduche>.

¹⁸ ZIMBARDO, Philip G. *Luciferův efekt: jak se z dobrých lidí stávají lidé zlí*. Praha: Academia, 2014. Společnost (Academia). ISBN 978-80-200-2346-9.

vynikat.¹⁹ Poslední je motiv překonání osamělosti, kde agrese funguje místo vztahu, který násilník není schopný normálně navázat. Na tomto nerovném vztahu k oběti může být dokonce závislý.²⁰

1.4 Stadia šikany

Šikanu můžeme dle Koláře rozdělit do pěti stadií. Ty vyjadřují postupné pokřívování vzájemných vztahů ve skupině a přechod k celoskupinové normalizaci chování agresorů k oběti. Pro vyléčení šikany je v každém stadiu potřeba jiný přístup a řešení. Dále se vyznačují různým zastoupením postoje k násilí. Od otevřeného nesouhlasu s násilím, přes ambivalentní postoj až k sympatizování a souhlasnému postoji.²¹

První stadium se nazývá Zrod ostrakismu. Jedná se o identifikaci a vyčlenění okrajových členů. Šikana může vzniknout prakticky v každém kolektivu, nemusí se jednat o problémové skupiny a sadistické jednotlivce, iniciátory se mohou stát i obyčejní chlapci a děvčata. Začíná to rozdělením skupiny na oblíbenější a ty méně oblíbené. Poté se vyčlení jedinci s nejmenší oblíbeností a sociálním vlivem. Často je označujeme jako obětní beránky, outsidersy nebo černé ovce. V této fázi převažuje mírná, psychická forma ubližování, ostatní si neoblíbeného jedince nevšímají, odmítají se s ním bavit, případně ho škádlí a dělají si z něj srandu. Tak vypadá zárodečná podoba šikany, u které je šance, že přitvrdí a přeroste do dalšího stadia.²² Ve sportu se tak stává při vzniku nového kolektivu nebo při příchodu nového člena, spoluhráči se oťukávají a všímají si vzájemných duševních a výkonnostních rozdílů.

¹⁹ KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-014-3.

²⁰ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

²¹ tamtéž

²² tamtéž

V druhém stadiu přichází přitvrzování manipulace a začíná se vyskytovat fyzická agrese, negativní proces ubližování slabším pokračuje. Za přechod do této fáze může nejčastěji nějaká krize ve skupině. V takovéto situaci, při nepřítomnosti schopného vedoucího, si začne skupina vybíjet napětí na nejvyčleněnějších jedincích. Ti fungují jako hromosvod pro negativní emoce a objevují se vůči nim lehčí formy fyzické agrese. Na rychlosti přechodu do tohoto stadia má velký podíl i to, kolik se ve skupině objeví nadměrně agresivních a manipulativních osob. V případě, že agresorům zachutná moc z pocitu převahy nad slabším členem skupiny, nastává opakující se agresivní chování. Jestliže má skupina vyšší obranyschopnost proti šikaně, například v případě, když mezi členy panuje soudržnost, přátelské vztahy a negativní postoj k ubližování slabším, tak se agrese neuchytí.²³ U sportovních skupin můžou být krizí zápasy či soutěže, případně náročné tréninky. Vina za prohru se dává obětnímu beránkovi a v šatně po zápase dochází ke slovním útokům a v nejhorších případech i k útokům fyzickým.

Ve třetím stadiu je klíčovým momentem vytvoření tvrdého jádra agresorů. V případě, že se agresorům nikdo nepostaví, vytvoří si skupinku, která začíná spolupracovat a systematicky šikanovat své oběti. Tato skupinka se začíná přes ostatní podskupiny v celku pomalu dostávat k moci. Postup může zastavit jen stejně silná nebo silnější pozitivní podskupina, ve které jsou charakterově slušné osoby. Pozitivních podskupin nebývá mnoho a mají oproti negativním podskupinám nevýhodu, protože dodržují nejen školní pravidla, ale i základní zákon skupiny, nežalují.²⁴

Ve čtvrtém stadiu začíná skupina přejímat normy agresorů. Projevuje se tlak na konformitu a téměř nikdo se mu nedokáže postavit. Navenek může skupina působit normálně, ale uvnitř platí tvrdá pravidla agresorů, a i ti nejhodnější a nejmírnější žáci se přidávají k týrání oběti.²⁵

²³ tamtéž

²⁴ tamtéž

²⁵ tamtéž

Páté stadium lze přirovnat k totalitnímu režimu. Naprostá většina skupiny přijímá a respektuje normy agresorů a dochází k nastolení zvrácené ideologie vykořisťování. Osoby ve skupině jsou rozděleny na otrokáře a otroky. Agresoři často přicházejí s různými názvy pro obě strany. Sami se označují za vládce, nadlidi, ministry, mazáky, na druhou stranu oběti označují za poddané, podlidi, nevolníky, bažanty. Agresoři zneužívají své oběti všemi způsoby, využívají jejich věci, peníze, znalosti i je samotné, a oběti už nejsou schopny se bránit, ba naopak jsou závislí na útočnících a ochotní pro ně udělat cokoli. V této fázi začíná šikana prorůstat do dalších struktur v zařízení, kde se vyskytuje. Když je agresorem inteligentní a sympatická osoba, která dokáže okouzlit dospělé, tak je často ovlivní natolik, že přehlíží volání o pomoc obětí, a dokonce agresora brání a obhajují.²⁶

V případě, že se jedná o pouze psychickou formu šikany, vyskytující se převážně v dívčích kolektivech, je těžší stadia rozpoznat a odlišovat. Může dojít k podcenění závažnosti situace a k použití nevhodných metod diagnostiky a léčby. I psychická šikana může dosáhnout pátého stupně a její následky jsou stejně závažné jako u brutálnějších forem fyzické agrese.²⁷

1.5 Následky šikany

Šikana ubližuje celé skupině. Následky si nese oběť, agresor, jejich rodiny, a nakonec i všichni kolem. Základním následkem je poškození tělesného a duševního zdraví oběti. V některých případech může mít oběť následkem šikany dlouhodobé zdravotní problémy a v krajních případech je v ohrožení dokonce její život. A to ať už přímým fyzickým útokem agresora, nebo jako následek surového týrání, kdy se oběť může pokusit o sebevraždu. Kromě fyzických zranění, jako jsou podlitiny, tržné či bodné rány, zlomeniny a další, se u šikanovaných vyskytují psychické problémy. Často se vyskytují psychosomatické potíže jako je bolest břicha, zvýšená teplota, bolest hlavy nebo únava. Především když se má dítě

²⁶ tamtéž

²⁷ KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-014-3.

vydat do školy nebo na trénink, kde k šikaně dochází. Může dojít k roztříštění identity oběti, ke ztrátě sebevědomí a sebeúcty, ke vzniku posttraumatické stresové poruchy, ke vzniku fobie a k vytvoření úzkostné poruchy. Vznik těchto následků se úzce pojí k resilienci oběti.²⁸

Účinky šikany na agresora jsou převážně na jeho morální a mravní vývoj. V případě, že se s agresorem nepracuje, dochází k zafixování antisociálních postojů a k pokřivení charakteru. Agresor se nenaučí dodržovat společenská pravidla, a to do budoucna vytváří předpoklady k páchání trestné činnosti.

Všem členům skupiny přináší jejich pasivní účast na šikaně zboření vidin o funkčnosti autorit a přichází pochybování o účinnosti daných norem chování. Jejich morální kompas se otřese a oni ztrácejí víru v systém rovnoprávnosti. Tím u nich vzniká velká šance, že skupinové normy poruší a k šikaně se připojí.²⁹

Rodiče oběti se mohou stejně jako jejich potomek potýkat s psychickými potížemi a pocit, že svému dítěti nemohou nijak pomoci, je může dohnat až k úplnému zhroucení.³⁰

²⁸ tamtéž

²⁹ tamtéž

³⁰ tamtéž

2 Účastníci šikany

Šikana není pouze o agresorovi a oběti, podíl na ní mají i další osoby v nakaženém kolektivu, jejich rodiče, dále osoby, které jsou za skupinu zodpovědné, což znamená učitelé, trenéři nebo vedoucí, a v neposlední řadě také kultura a společnost.

2.1 Agresor

Agresivita a krutost v určité míře se nachází v každém z nás, otázkou tedy je, proč nejsme všichni agresory. Odpovědí je naše svědomí a morálka, které slouží jako pojistka proti negativnímu chování. Ne u všech ovšem tato pojistka funguje na sto procent. Agresoři tedy nebývají duševně nemocní lidé, ale pouze lidé, kteří nemají v oblasti agrese stanovené vnitřní hranice.³¹

U agresorů můžeme pozorovat určité vlastnosti, které nám pomůžou najít rizikového člena skupiny, jenž se může této role chopit. Tyto vlastnosti nejsou stoprocentně směrodatné a existují u nich výjimky, proto není vždy účinné soudit knihu podle obalu. Nejčastěji bývá agresorem silný, tělesně zdatný člověk, to ale neznamena, že šikanovat nemohou i slabší osoby, což platí zejména u dívek, kde hrubou sílu nahrazuje inteligence s notnou dávkou krutosti. Šikanující bývá horkokrevný s výbušnou povahou a jde naproti konfliktům. Společně s šikanou bývá často spojováno porušování pravidel, například školního řádu, dále bývá přítomna nekázeň a slabší prospěch ve škole. Ve své skupině nebývá oblíbený a ostatní se s ním baví spíše ze strachu. Jak již bylo řečeno dříve, agresor nemá plně vyvinuté svědomí a morálku, s čímž se pojí i nedostatek empatie. Je rád, když může druhým přikazovat a ovládat je, ubližování druhým u něj vyvolává příjemné

³¹ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

pocity. Z agresorů se velice často v pozdějším věku stávají pachatelé trestných činů.³²

Kolář rozlišuje tři typy agresorů, které charakterizuje a připojuje k nim specifické vnější projevy šikany a rodinné pozadí.³³

Prvním typem je „Drsňák“. Jedná se o jednoduchého hrubého člověka, který je velice impulzivní, má problémy s autoritou a kázní a má předpoklady k páchání trestné činnosti. Šikanuje pomocí hrubé síly, tvrdě a bez slitování, používá agresi k zastrašování slabších. Jeho rodiče bývají brutální a agresivní, dochází tedy k nápodobování chování rodičů.³⁴

Druhým typem je „Slušňák“. „Slušňák“ bývá, jak už z názvu vyplývá, velice slušný, společenský, má dobré chování, ovšem mívá narcistické rysy a sexuálně sadistické tendence a je zvýšeně úzkostný. Nejčastěji se uchyluje k cílenému rafinovanému násilí, kterého se dopouští bez přítomnosti svědků. Rodiče takové osoby uplatňují důslednou, tvrdou a náročnou výchovu, která se podobá vojenskému výcviku a nedávají svému dítěti najevo lásku.³⁵

Posledním typem je „Srandista“. Tato osoba bývá optimistická, zábavná, s vysokým sebevědomím a výmluvností, a většinou bývá v kolektivu oblíbená. Šikanuje pro pobavení sebe i druhých, snaží se ukázat své útoky jako humorné a zábavné. U tohoto typu nebývají ve výchově zvláštnosti. Pouze obecně je častější citová subdeprivace a chybí vytváření mravních a duševních hodnot v rodině.³⁶

³² ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

³³ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

³⁴ tamtéž

³⁵ tamtéž

³⁶ tamtéž

2.2 Oběť

Určení typické oběti je obtížnější než určení agresora, protože ve špatné skupině a s trochou smůly se může otloukánkem stát každý. Přesto jsou určité znaky a skutečnosti, které napomáhají k viktimizaci a je pravděpodobné, že oběť v jedné skupině se stane obětí i potom, co přejde do skupiny jiné. Největší slabostí je zvýšená zranitelnost a zřetelná bojácnost. Dalším důležitým prvkem je jejich reakce na stresové situace, kdy typická oběť rychle propadá panice a ztrácí kontrolu.³⁷

Obětí často bývají osoby, které jsou hodné, slušné, nejsou agresivní a nedokážou se bránit. Riziková je v tomto ohledu tělesná či duševní slabost. Oběti mívají výrazný vnější znak. Tady se dá namítnout, že u každého se najde nějaký nápadný vnější znak, ovšem oběti se za tento svůj specifický znak stydí a mají kvůli němu pocit méněcennosti. Proto se mnohdy stávají obětí lidé s tělesným nebo duševním hendikepem. Dalším znakem může být také rasová příslušnost. Skupiny mohou být různorodé, obětmi většinou bývají osoby, které jsou ve skupině v menšině. Obětmi se stávají děti pocházející z chudších poměrů. Dále to jsou nemocné osoby, sobecké a pesimistické osoby, šplhouni, kteří se snaží vetřít do přízně vedoucího skupiny a nově přichozí do skupiny. Vliv má i rodinné prostředí, obětmi se stávají častěji děti pocházející z rodin, které neuznávají jakékoliv formy násilí, z rodiny s „jedináčkovskou“ formou výchovy, z rodin sociálně izolovaných, například členové náboženské sekty, a z puritánských rodin. Nakonec je potřeba říci, že i když tu jsou vyjmenované vlastnosti a znaky typických obětí, oběť za násilí nikdy nemůže, vina je vždy jen a pouze na straně agresora.³⁸

³⁷ tamtéž

³⁸ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

2.3 Osoby přihlížející

Osoby přihlížející jsou členové skupiny, kde šikana probíhá, kteří se do šikany aktivně nezapojují. Můžeme je nazvat pozorovateli. Pozorováním šikany je nahlodáván jejich pohled na společenská pravidla a postupně ztrácejí zábrany a morální cit. Jako když naši předci koukali na popravy, tak jsou lidé fascinováni projevy agrese. V případě dlouhodobého působení se mění mentalita skupiny a nestraníci se nakonec kloní na stranu agresorů, a nakonec se sami lynčování účastní, což zároveň slouží jako záruka, že nikomu nic neřeknou. Ve skupině se také mohou vyskytovat ochránci, kteří se zastávají obětí. Nebývá jich ovšem mnoho.³⁹

2.4 Rodina

I rodiče mohou mít podíl na šikaně, ať už se jedná o rodiče agresora nebo oběti. Rodiče většinou šikanu podceňují, protože si myslí, že zrovna jejich dítěti se to stát nemůže.

U rodičů oběti je větší šance, že se jim jejich potomek se svým problémem svěří. Někteří rodiče dokáží na tuto situaci zareagovat správně a poskytnou svým dětem citovou podporu, vloží svou energii do řešení problému a aktivně spolupracují s institucí, ve které k šikaně došlo. Může se však také stát, že rodiče chtějí, aby si to jejich dítě samo vyřešilo, aby přestalo provokovat agresory nebo se jim postavilo. Dokonce mohou proti vyšetřování šikany bojovat.⁴⁰

Rodiče agresora v drtivé většině případů vůbec netuší, že je jejich potomek agresorem. V případě, že se k nim tato informace dostane, mají tendenci ihned zaujmout obranný postoj a bránit svého andílka zuby nehty. Pro rodiče se sklony k agresi to může být záminka k potrestání dítěte, což vede ke zvýšení agrese ze strany tyрана. Občas se stává, že rodiče chování svého dítěte schvalují a berou

³⁹ tamtéž

⁴⁰ tamtéž

to jako informaci, že se jejich dítě o sebe dokáže postarat. Najdou se samozřejmě i rodiče, kteří dokáží uznat, že se jim výchova vymkla z rukou a snažit se situaci napravit.⁴¹

2.5 Vedoucí skupiny

Vedoucím skupiny může být například pedagog ve školní třídě, trenér ve sportovním klubu nebo vedoucí zájmové skupiny či táborového oddílu. Osobnost vedoucího skupiny je jeho největší zbraní při boji proti šikaně. Jeho osobnost musí být zralá, musí mít trošku nadání pro práci s dětmi a měl by být schopen ve své skupině vytvořit přátelskou atmosféru soucitu a porozumění a své svěřence motivovat a umravňovat. V případě vedoucích, kteří mají potřebu ovládat, přikazovat a hrát si na důležitou autoritu, je riziko vzniku šikany zvýšené. Osobnostně nevyzrálí vedoucí nejsou schopni nastolit ve skupině správnou atmosféru a také mají potíže s identifikací problémů skupinové dynamiky. Může se také stát, že vedoucí nechce ukázat svou vlastní neschopnost, a proto přehlíží znaky šikany a snaží se věc zamést pod koberec.⁴²

Vedoucí sám může šikanu přizívat, když veřejně kritizuje slabší členy skupiny, i když se jedná o kritiku oprávněnou. Také může zastávat názor, že nejlepší je, když si to členové skupiny vyřeší mezi sebou, což je v případě šikany kontraproduktivní. V případě, že je agresorem oblíbenec vedoucího, může sám vedoucí nepřímo k šikaně přispívat. V ten moment jsou oběti úplně bezbranné.⁴³

⁴¹ tamtéž

⁴²KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

⁴³ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

2.6 Společnost

Společnost má vliv na podobu šikany. V nedemokratických, totalitních režimech se s šikanou nedá efektivně pracovat, protože ji neidentifikují jako problém. V demokratické společnosti vidíme šikanu jako zlo, protože v infikované skupině dochází k úpadku demokratických hodnot a k postupné nadvládě totality. I přes veškeré snahy naší společnosti se však nedaří šikanu vymýtit. Každý člověk v sobě má předpoklady k agresi a konzumní styl moderní západní společnosti nenastavuje příliš vzorové morální předlohy, když největšími přednostmi jsou v dnešní době vliv a peníze.⁴⁴

Velký vliv na dění uvnitř mají média. Ta, ve své honbě za sledovaností, servírují lidem násilí na zlatém podnose.⁴⁵ Pro veřejnou ukázkou násilí nemusíme jít v dnešní době daleko. Podívejme se například na Ukrajinu, kde je jasně vidět, jak to vypadá, když silnější agresor útočí na někoho slabšího. Můžeme jen doufat, že si z toho budoucí generace vezme ponaučení a vlna solidarity, která se snesla směrem ke slabší straně bude sloužit jako exemplární příklad pro budoucí boj proti všem formám agrese.

⁴⁴ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

⁴⁵ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

3 Šikana ve sportu

Ve sportovních družstvech a v zájmových skupinách jsou lidé většinou z vlastní vůle a mohou je opustit, což je například odlišné od škol, kde je povinná docházka. Šikana tedy nemá takovou možnost přerůst do posledních stadií, protože oběť může svou činnost ukončit nebo přejít do jiné skupiny. Osoby v takovýchto zájmových skupinách se obvykle nescházejí každý den a tráví spolu méně času. K nejtvrdším projevům šikany může docházet na soustředěních, kde jsou sportovci neustále spolu a pro oběti nemají mnoho příležitostí vzdálit se od agresora.

Sportování přináší velké emoční vypjetí. Umožňuje nám směřovat a vybíjet agresi na stanovený cíl, který určují daná pravidla, tak abychom neškodili společnosti. V případě úspěchu na sportovišti nás naplňují pozitivní emoce, euforie, v těle se uvolňují endorfiny. Dobrá nálada při úspěchu v týmových sportech prochází celým kolektivem, od hráčů až po trenéry. Při soutěžení a zejména při prohře ovšem přichází i stres a pocit frustrace, a ty mohou vyvolat agresivní chování, které nejčastěji směřuje na nejslabší články týmu. Je jim dávána vina za prohru. Na tyto nejslabší kusy může směřovat agresivní chování před tréninkem, na tréninku i po něm a při splnění kritérií přerůstá agrese v šikanu. Rozpoznávání šikany ve sportu může být obtížné z důvodu, že je tolerována větší míra agrese mezi spoluhráči, takže je pro trenéry těžší odlišovat mezi zdravou soutěživostí a šikanou.⁴⁶ Vedoucí zájmových skupin a trenéři nebývají dostatečně informovaní v oblasti problematiky šikany.

Šikana se většinou neprojevuje přímo na tréninku, kde se agrese vybíjí fyzickou aktivitou, je tam přítomný dozor a není čas soustředit se na cokoliv jiného kromě tréninku. Nejvíce problematické bývá období před tréninkem, kdy se skupina schází v šatně, aby se sportovci mohli převléknout, a období po tréninku,

⁴⁶ SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. 3. vydání. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-4744-9.

kdy se chodí do sprch. V šatně ani ve sprchách nebývá dozor, a tudíž je zde vhodné prostředí pro bujení šikany.

U kolektivních sportů se šikana vyskytuje častěji než u sportů individuálních. Dle některých výzkumů se obětí šikany stalo až 31 procent sportovců v týmových sportech a pouze kolem 13 procent sportovců ve sportech individuálních.⁴⁷

⁴⁷ VVEINHARDT, Jolita a Vilija Bite FOMINIENE. Prevalence of bullying and harassment in youth sport: The case of different types of sport and participant role. *Journal of Human Sport and Exercise* [online]. Faculty of Education. University of Alicante, 28. září 2020 [cit. 2022-03-08]. ISSN 1988-5202. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2022.172.04>.

4 Řešení šikany

4.1 Prevence

Nejlepší zbraní proti šikaně je zajistit, aby k ní vůbec nedocházelo. Návody na prevenci se zaměřují převážně na školní prostředí, protože tam děti tráví nejvíce času, s výjimkou dětí v dětských domovech, diagnostických a výchovných ústavech nebo v internátech. Jednotlivé aspekty prevence se ovšem dají použít i v jiných než školních skupinách a například spousta sportovních trenérů je z řad pedagogů, takže jsou ze školy připraveni na prevenci a řešení šikany. Prevence se skládá z různých aktivit a opatření, které slouží k předcházení šikany a k vytvoření komplexní obrany proti tomuto fenoménu.

Kolář například uvádí model prevence skládající se ze sedmi bodů. Nejdříve je důležité mít funkční skupinu vyučujících, kteří pomáhají posilovat imunitu celé školy proti šikaně. Dále je potřeba mít interní návod, který pomáhá odhalovat šikanu v zárodečném stadiu a zároveň umožňuje její léčbu. Je potřeba navázat spolupráci s diagnostickými ústavy, pedagogicko-psychologickými poradnami a dalšími specializovanými centry, které jsou schopny poskytnout poradenství v řešení pokročilých stadií šikany a celkově se postarat o osvětu v oblasti prevence. Dále je důležité najít odborníky pracující v oblasti kriminality mládeže, sociálního kurátorství či dětské psychiatrie, kteří se zabývají školní šikanou. Přijímání podpory a pomoci ze strany Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy je také podstatné pro účinnou prevenci. Dalším bodem je kontrola toho, jak jsou školy připraveny ochránit své studenty, kterou provádí česká školní inspekce. Posledním bodem jsou nevládní organizace, jenž sledují situaci ve školách a dbají na ochranu práv dětí. Klíčové je také neustálé vzdělávání zodpovědných osob v problematice šikany.⁴⁸

⁴⁸ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

Dle Říčana, je důležité rozdělit prevenci na celoškolní úroveň, třídní úroveň a úroveň jednotlivce. Na úrovni celé školy je potřeba se v prevenci zaměřit na spolupráci vyučujících a na vzájemné dobré vztahy. Je nutné předcházet situacím, kdy jsou žáci bez dohledu pedagoga, pečlivou organizací dozoru na chodbách. Dále je potřeba implementovat do školního řádu zákaz násilí a obecné zásady slušného chování. Velkou pomocí může být výuka etické výchovy. Důležitou věcí je otevřenost komunikace školy vůči žákům a jejich rodičům v souvislosti s šikanou. Nakonec je také významné udržování dobrých vztahů mezi rodiči a školou. Přímo ve třídě je skvělým způsobem prevence utužení kolektivu, například rekreačním pobytem nebo třídním výletem. Také je dobré pravidelně mapovat situaci ve třídě pomocí anonymního dotazníku. Na úrovni jednotlivce je účinnou prevencí vyhledávání potencionální oběti a individuální rozhovory se studenty.⁴⁹

K prevenci se také vyjadřuje metodický pokyn ministerstva školství. Uvádí dvanáct úkonů, které by škola měla praktikovat k předcházení šikany. Mezi ně patří:

- Respektování individuality a jedinečnosti všech osob,
- vytváření bezpečného prostředí ředitelem školy,
- pověření jednoho pracovníka odpovědností za řešení šikany a její prevenci ve škole,
- ustanovení konkrétních a jasných pravidel chování ve školním řádu,
- ustanovení trestů v případě porušení těchto pravidel,
- vytvoření specifických pravidel na úrovni tříd, na jejichž kontrole se podílejí i samotní žáci,
- nastavení pravidelných kontrol, které mají zachytit příznaky šikany,
- předání základních informací o šikaně všem osobám ve škole,
- vytvoření konkrétního bezpečnostního plánu, který obsahuje návod na minimalizaci šikany a prevenci rizikového chování,
- zajištění vzdělávání v oblasti šikany pro všechny vyučující,

⁴⁹ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

- pravidelné třídnické hodiny,
- spolupráce s jinými subjekty, které se zabývají problematikou šikany, například pedagogicko-psychologické poradny, Policie ČR a krizová centra.⁵⁰

4.2 Diagnostika

Pro úspěšnou léčbu je potřeba nejdříve přijít na to, že se ve skupině šikana vyskytuje, jakou má podobu a v jaké fázi se nachází. Existuje několik možností, jak se na šikanu dá přijít. Nejčastěji se tak stává, když dojde k okamžitému provalení, které může být zapříčiněno příchodem dospělého, zrovna když agresor ubližuje oběti, nebo když jsou následky útoku tak velké, že není možné je schovat, například vážné zranění. Další je oznámení ze strany rodičů o podezření, že je jejich dítě šikanované, případně oznámení od samotné oběti nebo kamaráda, které je často formou anonymní zprávy. Méně časté je pak uvědomění vedoucího skupiny na základě varovných signálů. Mezi varovné signály se řadí skryté volání dítěte o pomoc a drobné projevy agrese. Příkladem můžeme uvést, že dítě chodí do školy či na tréninky nepravidelně, má hodně absence, je ve skupině osamocené, nemá kamarády, může působit smutně a nešťastně, není koncentrované a jeho výkony jsou slabší. Často je dítě přehlíženo, ostatní si ho všimají pouze, když na něj směřují své vtipy a provádějí mu naschvály, také mívá nelichotivou přezdívku. Tyto signály vedoucím skupiny často unikají. Pro jejich zachycení a vyhodnocení je důležité mít v oblasti šikany alespoň nějakou informovanost.⁵¹

Prvním krokem, po získání podezření, je určení, zda se opravdu jedná o šikanu, nebo o pouhé pošťuchování. Musíme vyhodnotit, zda se vyskytují znaky

⁵⁰ VĚSTNÍK MŠMT. LXXII. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Dostupné také z: <https://www.msmt.cz/dokumenty-3/vestnik-msmt-12-2016>. Str 4.-6.

⁵¹ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

šikany: jasná převaha agresora, opakování, úmysl a použití agrese nebo manipulace.⁵²

Dalším krokem je zjišťování informací. Je potřeba zjistit formu šikany a posoudit ji ze všech tří pohledů. Z pohledu na šikanu jako na nemocné chování je potřeba zjistit, jak dlouho šikana probíhá, jaká je četnost a podoba útoků, kolik je agresorů a kdo všechno jsou oběti. Z pohledu na šikanu jako na poruchu vztahů ve skupině je potřeba zjistit, v jakém stadiu se šikana nachází. A z pohledu na šikanu jako na závislost musíme zjistit, jaký je vztah mezi agresorem a obětí. S těmito informacemi a poté, co se nám podaří zjistit, jestli se jedná o základní nebo neobvyklou formu šikany, můžeme určit další postup. V případě základní formy následuje rozhovor s obětí a s těmi, kteří o šikaně podali informace, další je výslech svědků a ochrana oběti, dokud se situace nevyřeší. U pokročilých fází šikany je těžší nalézt osoby ochotné svědčit, proto je důležité najít ve skupině nejslabší článek, který by mohl podlehnout tlaku a vynést informace o šikaně na povrch. Zároveň je důležité, aby tuto situaci řešil někdo, kdo má v problematice šikany výcvik. V případě neobvyklých forem šikany je žádoucí přizvat si na pomoc nezávislého odborníka a uzpůsobit neobvyklému formátu způsob vyšetřování.⁵³

Když dojde k okamžitému provalení je důležité zachovat klid a neztrácet hlavu, nejdříve zarazíme pokračování útoku, postaráme se o oběť a rozdělíme agresory a svědky, aby se nemohli domlouvat na společné výpovědi. V případě znaků trestného činu u jednání agresorů zavoláme Policii ČR. Poté pokračujeme ve zjišťování informací.⁵⁴

⁵² *tamtéž*

⁵³ *tamtéž*

⁵⁴ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

4.3 Léčba

Po zajištění co nejvíce důkazů a informací přichází fáze konání. Základní část léčby můžeme přirovnat k první pomoci. Cílem je minimalizovat škody a zajistit funkčnost skupiny. V případě, že se jedná o první nebo druhý stupeň šikany, která se stala v kolektivu dětí mladšího školního věku, je možné použít metodu usmíření. Jde o snahu vyvolat u útočníka empatii k oběti a společným úsilím dospět k nápravě vztahů v poškozené části skupiny. Metodu je možné použít jen ve velice specifických případech, kdy je agresor ochoten spolupracovat na nápravě. Na konec se při setkání celé skupiny udělá vyhodnocení této spolupráce. Další formou první pomoci, jejíž použití je univerzálnější, je udělení trestu agresorovi. V mírnějších případech stačí pro rozhodnutí o trestu rozhovor s agresorem, případně i s jeho rodiči, při kterém se rozhodne o trestu. V případě závažnější šikany je důležité před vydáním rozhodnutí vytvořit komisi, která o trestu rozhodne. Ta nejdříve informuje rodiče o problému, poté se k situaci vyjádří všichni vedoucí skupin v daném kolektivu, dále se vyjádří agresor a následně se vyjádří rodiče. Po vyjádřeních se komise odebere do jiné místnosti a rozhoduje o trestu bez přítomnosti dalších osob. O výsledku následně informuje všechny přítomné. Mezi tresty se řadí výchovná opatření, což znamená učitelská nebo ředitelská důtka, snížení známky z chování, převedení do jiné skupiny, podmíněčné vyloučení nebo okamžité vyloučení, a nakonec umístění do diagnostického ústavu nebo do střediska pro mládež. Trest je poté oznámen celé skupině. Závěrem první pomoci je práce s celou nakaženou skupinou, vyléčení vnitřních vztahů a vytvoření nové přátelské atmosféry.⁵⁵

Po zvládnutí podání první pomoci je potřeba zapracovat na celkové léčbě. U agresora je potřeba, aby změnil své postoje a pochopil, že jeho chování bylo nepřijatelné. Je důležité u něj podporovat tvorbu ctností jako je empatie, morálka a smysl pro spravedlnost. Je ovšem důležité zdůraznit, že neodsuzujeme přímo

⁵⁵ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

dítě, ale pouze jeho čin. Oběť je potřeba ochránit před dalším ubližováním a zajistit jí psychologickou péči. Také je dobré naučit oběť se bránit.⁵⁶

Celková léčba skupiny je trochu složitější a odvíjí se od stupně šikany. V prvních dvou stádiích většinou postačí použít metodu usmíření celé třídy, nebo vybudování bezpečnějšího prostředí a silnějších osobností skrze sociální výchovu. Ve třetím stadiu již existuje jádro agresorů a probíhá infikování skupiny, proto je potřeba použít speciální program proti šikaně. Tento program se nazývá Základní intervenční program. Jeho cílem je zastavení šíření agrese a začátek ozdravného procesu skupiny. Základem je přesná diagnostika pomocí speciálních testů a dotazníků. K léčbě vztahů uvnitř skupiny jsou použity různé hry a aktivity, ve kterých se pracuje se skupinovou dynamikou. A konečnou fází je vytvoření imunity proti šikaně pomocí znovuzavedení demokratických hodnot a pravidel. Ve čtvrtém a pátém stadiu je potřeba úplně vykořenit jádro agresorů ze skupiny a rozdělit zbytek tak, aby se menší infikované skupinky dostaly do zdravých skupin, ve kterých jsou silné pozitivní osobnosti.⁵⁷

⁵⁶ ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

⁵⁷ KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

Empirická část

5 Šikana mládeže ve sportovních klubech

Teoretická část nám dala podklady k vytvoření vhodných nástrojů na zkoumání šikany v praxi. Cílem praktické části bylo zjistit, zda se šikana v konkrétních sportovních klubech vyskytuje, jakými způsoby se projevuje, jak se řeší a jak vnímají členové družstev projevy šikany.

5.1 Stanovení cílů a výzkumných otázek

Hlavním cílem výzkumného šetření je zjistit, jaké projevy šikany se v mládežnických sportovních klubech vyskytují. Dílčím cílem bylo zjistit, jak vnímají členové sportovních družstev šikanu, jak se uvnitř sportovních klubů šikana řeší a jestli existuje korelace mezi úrovní soutěže a četností výskytu šikany. S ohledem na cíle byly zvoleny výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka:

- ***Jaké projevy šikany se v mládežnických sportovních klubech vyskytují?***

Dílčí výzkumné otázky:

- ***Jak vnímají šikanu ve sportovních klubech děti?***
- ***Jak vnímají šikanu ve sportovních klubech trenéři?***
- ***Jak se šikana ve sportovních klubech řeší?***
- ***Existuje spojení mezi úrovní soutěže, na které děti sportují, a četností výskytu šikany?***

5.2 Hypotézy průzkumu

Pro výzkumné šetření byly zvoleny dvě hypotézy, které budou pomocí výsledků šetření potvrzeny nebo vyvráceny.

- 1. Šikana ve sportu se nedostává do pokročilých stadií.**
- 2. Sportovní kluby nemají ve své struktuře implementované návody na řešení šikany a jejich řešení tohoto problému tedy není efektivní.**

5.3 Metodologie

Jako výzkumná metoda byl zvolen průzkum pomocí nestandardizovaného dotazníkového šetření, který se řadí mezi kvantitativní výzkumné metody. Dotazník je forma strukturovaného rozhovoru v písemné podobě. Tato forma byla vybrána zejména proto, aby bylo možné oslovit větší počet respondentů, zaručit jim naprostou anonymitu a jednoduše kvantifikovat data. Nevýhodami tohoto formátu jsou menší flexibilita, protože není možné se respondentů v průběhu vyplňování doptávat, možná špatná srozumitelnost formulace otázek pro některé respondenty a vyšší pravděpodobnost, že respondent neodpovídá podle skutečnosti.⁵⁸ Dotazník byl vytvořen na základě hypotéz a prostudované literatury za asistence vedoucí práce. Příprava dotazníku trvala od konce prosince do konce ledna a samotný průzkum probíhal od 1. února do 28. února.

Dotazníky byly vytvořeny pomocí internetové aplikace *Google Forms* a byly distribuovány přes internetový odkaz rozeslaný do společných skupin družstev. Výběr této komunikační platformy byl zkontrolován s vedoucími týmů. Důvodem pro toto řešení byla nízká účast dětí na trénincích, kvůli nadále trvající pandemii koronaviru. Komunikace probíhala převážně přes internet a telefon. Na dálku bylo těžké kontrolovat distribuci dotazníků. Po prvním rozeslání přišlo pouze malé množství vyplněných dotazníků zpět, a tak bylo potřeba v průběhu sbírání výsledků opakovaně žádat o jejich rozeslání k dětem i dalším trenérům a jejich vyplnění. Tím, že bylo vyplňování dotazníku zcela dobrovolné, jednalo se o příležitostný výběr výzkumného vzorku.⁵⁹

⁵⁸ FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: jak zkoumat lidskou duši*. Vyd. 2. Přeložil Petr BAKALÁŘ. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-815-9.

⁵⁹ tamtéž

Připraveny byly dva dotazníky, z nichž jeden byl adresován mládeži a druhý trenérům, aby bylo možné odpovědět na výzkumné otázky a ověřit vytyčené hypotézy. Položky v dotazníku byly formulovány ve spolupráci s vedoucí práce a poté byla dvakrát testována jejich srozumitelnost. Nejprve na výběru osob ve školním věku z vlastní rodiny a blízkého okolí. Následně byl dotazník testován na náhodném vzorku z cílové skupiny respondentů, kdy bylo vybráno deset dětí z jednoho klubu, které dotazník vyplnily a podaly zpětnou vazbu. Zároveň byly dotazníky schváleny šéftrenéry klubů.

Dotazník pro mládež obsahoval 17 položek. Položky číslo 1, 2, 3, 5, 9, 10, 11, 12, 15 a 16 byly uzavřené otázky s možností označení pouze jedné odpovědi. Položka číslo 13 byla uzavřená otázka s možností zvolení více odpovědí. Položka číslo 4 byla polouzavřenou otázkou, kde bylo možné označit pouze jednu odpověď, nebo uvést odpověď vlastní. Položky číslo 8, 14 a 17 byly také polouzavřené otázky, ale s možností označení více odpovědí. Položky číslo 6 a 7 byly polouzavřené otázky s možností označení více odpovědí v kombinaci se stupňovitou škálou. U dotazníku pro děti byly položky číslo 8 až 15 doplňující k položce číslo 7. V případě, že respondent nezaškrtnul v položce číslo 7 žádnou možnost, mohl položky 8 až 15 přeskočit a pokračovat u položky 16.

Dotazník pro trenéry se skládal z 11 položek. Položky číslo 1, 2, 3, 4, 10 a 11 byly uzavřené otázky s možností označení jedné odpovědi. Položka číslo 5 byla otevřená otázka s možností označení více odpovědí. Položka číslo 7 byla uzavřená otázka s odpovědí ve formě stupňovité škály. Položka číslo 8 byla formou polouzavřené otázky s možností označení více odpovědí. Položka číslo 6 byla formou polouzavřené otázky s možností označení více odpovědí v kombinaci se stupňovitou škálou. Položka číslo 9 byla ve formě otevřené otázky.

K ověření první hypotézy byla v dotazníku pro děti použita položka číslo 6 a v dotazníku pro trenéry taktéž položka číslo 6. K ověření druhé hypotézy byly v dotazníku pro děti použity položky číslo 5, 14, 15 a v dotazníku pro trenéry byly použity položky číslo 8, 9, 10, a 11.

Na hlavní výzkumnou otázku odpovídaly položky číslo 7, 9, 10, 11, 12 a 13 z dotazníku pro děti a položka číslo 7 z dotazníku pro trenéry.

Na dílčí výzkumné otázky odpovídaly položky číslo 6, 7, 8, 14 a 15 z dotazníku pro děti. a položky číslo 6, 8, 9, 10 a 11 z dotazníku pro trenéry.

5.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Řešení šikany je pro některé osoby citlivým tématem, zvláště když se má zkoumat v jejich vlastní instituci. Jako výzkumný vzorek měli sloužit členové několika sportovních klubů v Praze a ve Středočeském kraji. Vzhledem k tomu, že jsem hrál basketbal a nyní působím jako rozhodčí, mám v basketbalové komunitě kontakty. Proto byli jako výzkumný vzorek zvoleni trenéři a mládež z basketbalových klubů. Otevřené spolupráci nakonec byly pouze tři z kontaktovaných družstev, všechny z Prahy.

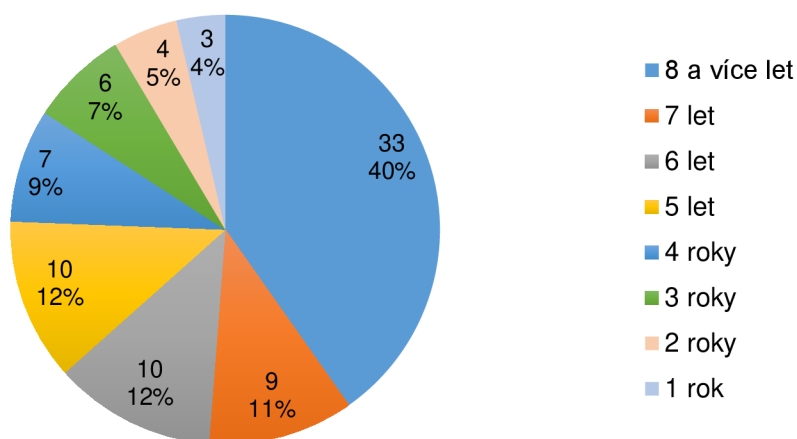
Prvním byl tým **Basketbalový klub Kačeři Kunratice**, který působí spíše na lokální úrovni a je přidružený k Základní škole Kunratice. V mladších kategoriích má namixované skupiny chlapců i děvčat, ale ve starších jsou pouze chlapci. Druhým týmem byl **Sokol Jižní Supi**, který se zaměřuje pouze na chlapecký basketbal. Na začátku klub také působil pouze na lokální úrovni, ovšem v posledních letech se vypracoval na úroveň celorepublikových soutěží, a dokonce se v několika kategoriích probojoval do nejvyšší soutěže, extraligy. Posledním účastníkem byl tým **Basketbalová škola Tygři Praha**. Tygři jsou největším týmem z výzkumného vzorku a hrají chlapecké i dívčí soutěže na všech úrovních, od krajských soutěží až po extraligu.

Vzhledem k formě distribuce a snaze zachovat anonymitu, není možné přiřadit respondenty k jednotlivým klubům. U dětí byla určena věková skupina od jedenácti do osmnácti let. U trenérů nebyla určena věková hranice, pouze se počítalo s tím, že trénovat nemůže osoba mladší patnácti let, protože trénování je forma práce a dle zákona smí v České republice pracovat pouze osoby starší

patnácti let⁶⁰. Položky 1 až 4 v dotazníku pro děti a položky 1 až 5 sloužily ke konkrétnějšímu rozřazení výzkumného vzorku.

Celkem bylo 82 respondentů z řad mládeže a 19 respondentů z řad trenérů. V dětském vzorku bylo 51 chlapců a 31 dívek. Zastoupeny byly všechny vybrané věkové kategorie. Nejméně bylo jedenáctiletých sportovců, pouze 4, dvanáctiletých a osmnáctiletých respondentů bylo shodně 6, třináctiletých bylo 7, čtrnáctiletých bylo 17, patnáctiletých bylo 12, šestnáctiletých bylo 19, sedmnáctiletých bylo 11. Největší část respondentů se závodně sportu věnovala 8 a více let, další možnosti byly poměrně rovnoměrně zastoupeny (Obr. 1). Nejméně bylo dětí, které hrály pouze rok. 30 dětí uvedlo, že hraje basketbal na úrovni pražského přeboru nebo krajské soutěže. 1 respondent uvedl ve vlastní odpovědi, že hraje nadregionální ligu, což odpovídá krajské soutěži. 23 dětí uvedlo, že hraje na ligové úrovni a 27 dětí uvedlo, že hraje extraligu. 1 respondent uvedl ve vlastní odpovědi, že žádnou soutěž nehraje, čímž je pravděpodobně myšleno, že pouze trénuje a nehraje zápasy.

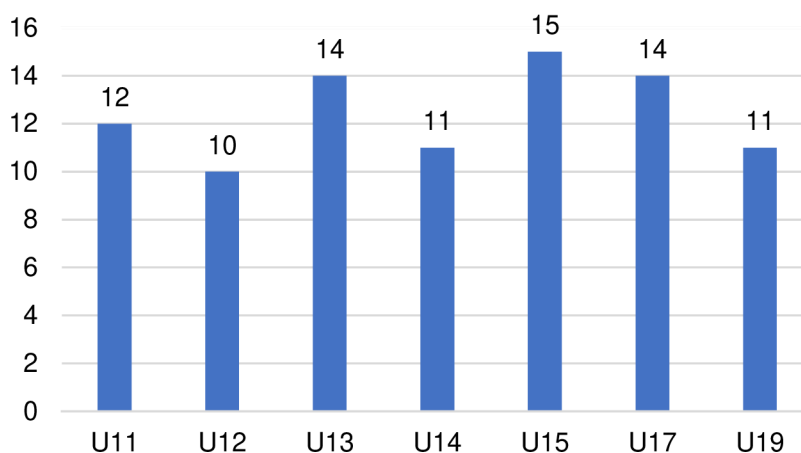
Obrázek 1 - Jak dlouho se děti závodně věnují sportu



⁶⁰ ČESKO. § 34 odst. 1 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník - znění od 1. 7. 2021. In: *Zákony pro lidi.cz* [online]. © AION CS 2010-2022 [cit. 9. 3. 2022]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89#p34-1>.

U trenérského vzorku bylo 15 mužů a 4 ženy. 9 respondentů bylo ve věkové skupině 20 až 29 let, 5 respondentů bylo ve věkové skupině 30 až 39 let, 2 respondenti byli ve věkových skupinách 40 až 49 a 50 až 59 let, ve věkové skupině 15 až 19 let byl pouze 1 respondent. 7 respondentů uvedlo se věnují trénování 6 až 10 let, 5 respondentů uvedlo se věnují trénování 11 až 15 let a stejný počet uvedl, že se věnují trénování 1 až 5 let, 2 respondenti uvedli, že se trénování věnují 16 až 20 let. 8 respondentů se věnovalo pouze trénování chlapců, 3 trénovali pouze dívky a zbytek se věnoval oběma pohlavím. Všichni respondenti měli zkušenosti s trénováním více kategorií, nejčastěji byly označeny kategorie U13, U15 a U17 (U je v tomto případě zkratka slova under. Ve sportu se takto označují věkové kategorie. Například U11 značí kategorii do 11 let). Podrobné rozložení trénovaných kategorií je na obrázku 2.

Obrázek 2 - Se kterými kategoriemi mají trenéři zkušenosti



5.5 Vyhodnocení průzkumu a analýza dat

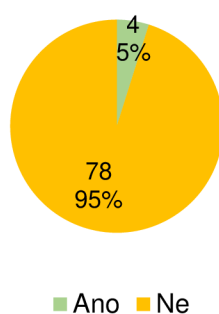
Data z dotazníků pro trenéry, kromě položky číslo 9, a dotazníku pro děti byla zpracována pomocí statistické analýzy za použití programu *Microsoft Excel*. Poté byla data vyhodnocena a převedena do podoby grafů. Vyhodnocené položky, kde se dalo označit více možností a škály dostaly podobu sloupcového grafu a položky

s pouze jednou odpovědí podobu koláčového grafu. Celá čísla v grafech znázorňují četnost a procenta znázorňují relativní četnost. Nejdříve byl zpracován dotazník pro děti, kde se začínalo od položky číslo 5. Na položky číslo 5, 6, 15 a 16 odpověděli všichni respondenti.

5.5.1 Výsledky dotazníku pro děti

Položka č. 5 - děti: Probíral s vámi někdy trenér, co je to šikana?

Obrázek 3 - Probíral s dětmi trenér, co je to šikana



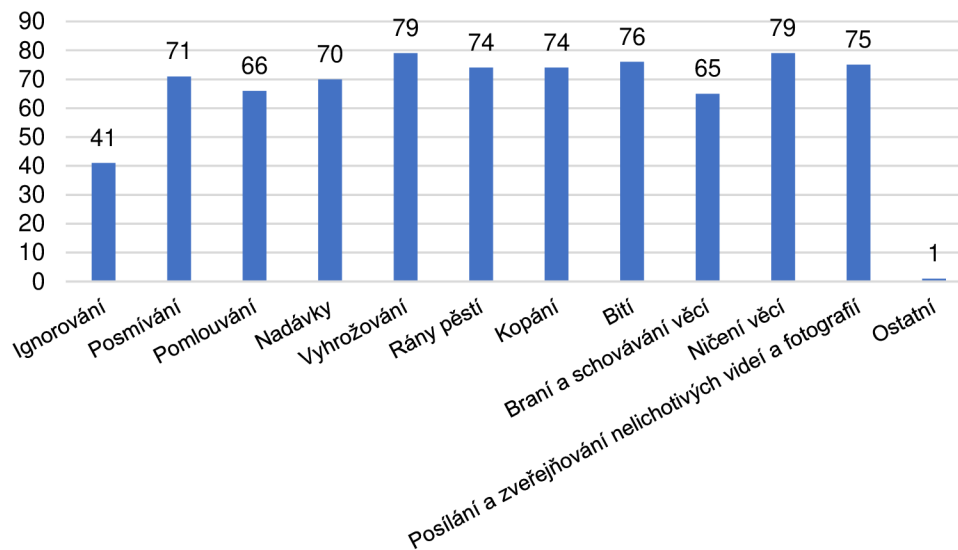
Drtivá většina dětí uvedla, že s nimi trenér pojem šikana nikdy neprobíral. Pouze 5 % dětí označilo u této položky v dotazníku kladnou odpověď.

Položka č. 6 - děti: Zaškrtněte, které chování (v případě, že se děje opakovaně) považujete za šikanu, u zaškrtnutých projevů poté na škále označte, jak závažné vám připadají. Zhodnoťte závažnost na škále 1-5, kde 1 znamená mírný projev a 5 znamená závažný projev.

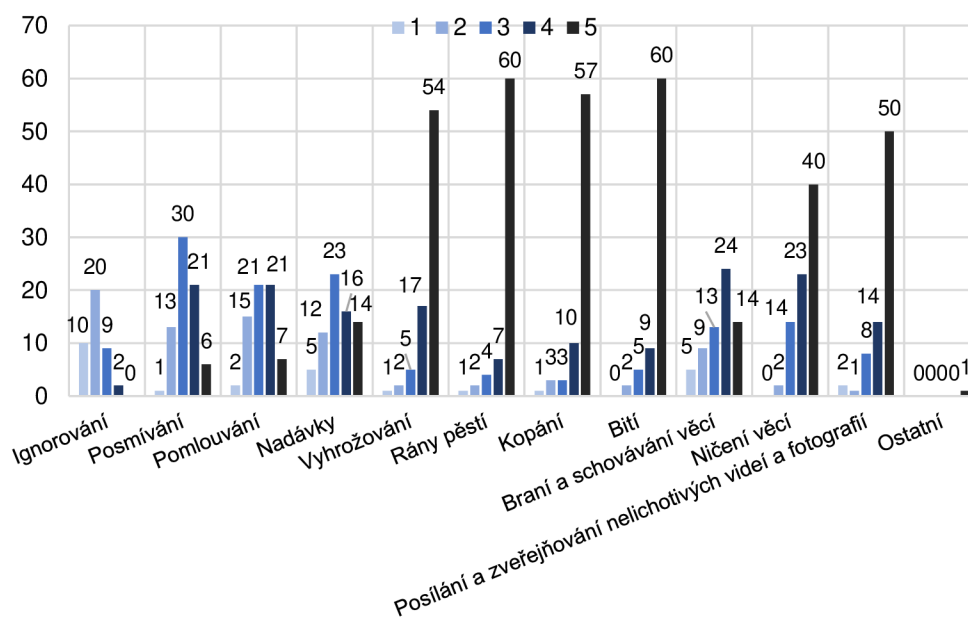
Žádný z projevů nebyl označen všemi respondenty, ovšem kromě ignorování byly všechny možnosti označovány skoro vždy. Ignorování jako projev šikany označila pouze půlka respondentů. Při zkombinování hodnot projevů s jejich závažností vyšlo, že za nezávažnější projevy považovali mladí sportovci vyhrožování následované fyzickými projevy, ničením věcí a projevy kyberšikany. Méně závažně hodnotili zbylé verbální projevy a braní a schovávání věcí a jako nejméně závažné bylo hodnoceno ignorování.

Pouze jeden respondent využil možnosti vlastní odpovědi. Jeho odpověď byla „Cokoliv co uděláte naschvál aby se ten druhý cítil špatně, trapně“. Na škále tuto odpověď označil číslem 5.

Obrázek 5 - Co děti považují za šikanu

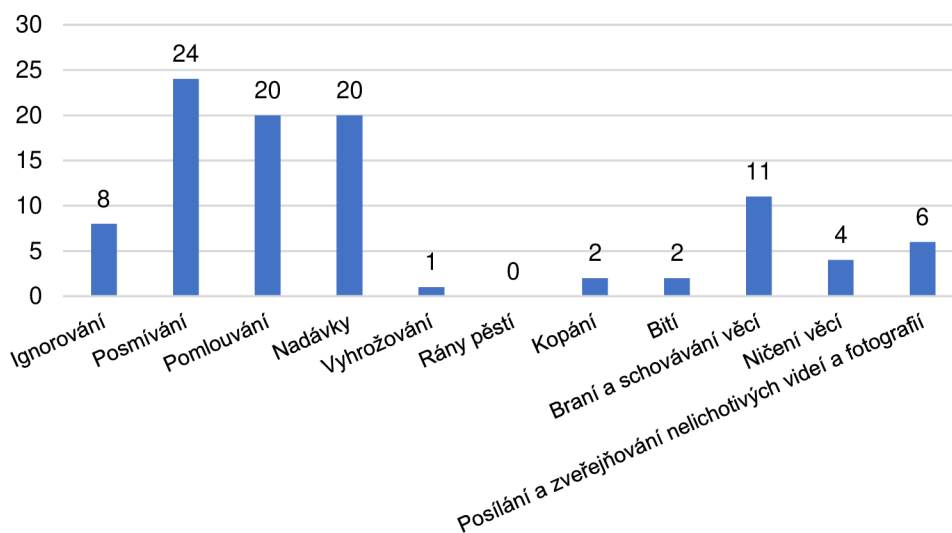


Obrázek 4 - Škála závažnosti projevů, které děti považují za šikanu

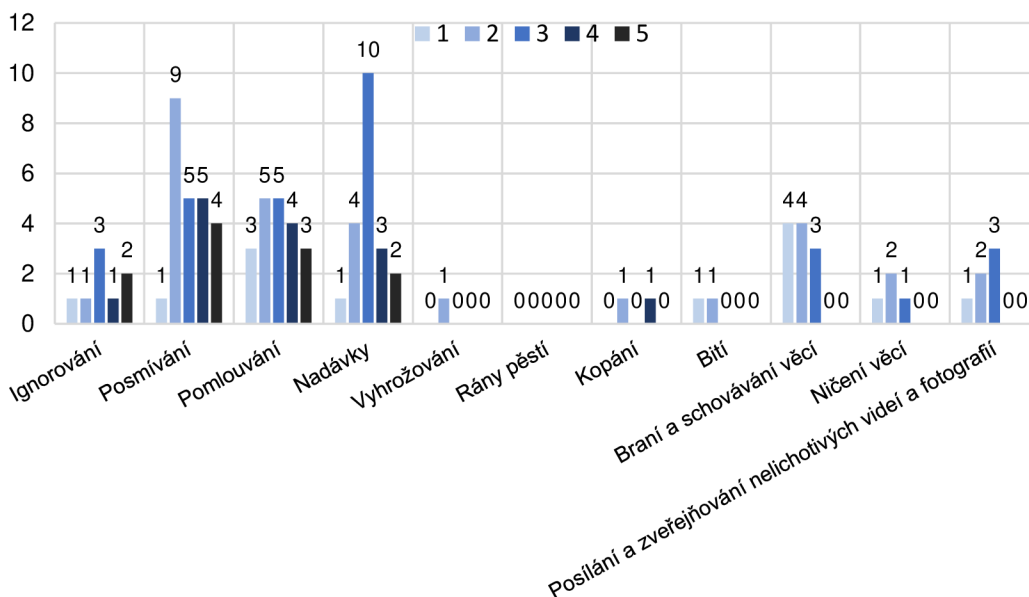


Položka č. 7 - děti: Pokud jste byli vystaveni takovému jednání, ze strany spoluhráčů, zaškrtněte ho a na škále označte jeho četnost. Zhodnoťte četnost na škále 1-5, kde 1 znamená málokdy a 5 znamená často

Obrázek 6 - Jakému chování byli děti vystaveny



Obrázek 7 - Četnost výskytu agresivního chování u dětí



Tuto položku vyplňovali pouze ti, kterým bylo při jejich působení ve sportovním klubu ubližováno. Celkem vyplnilo 33 neboli 40 % respondentů. Nikdo z nich nevyužil možnost vlastní odpovědi. Nejčastěji se ve sportovních klubech

vyskytovaly verbální projevy šikany. Hlavně posmívání, pomlouvání a nadávky. Několikrát se zde vyskytoval útok na majetek, ignorování a projevy kyberšikany. Fyzické násilí se až na výjimky nevyskytovalo. Z dat můžeme vyzorovat, že výskyt agresivních projevů byl přibližně uprostřed mezi velkou četností a malou četností a spíše se klonil k četnosti menší.

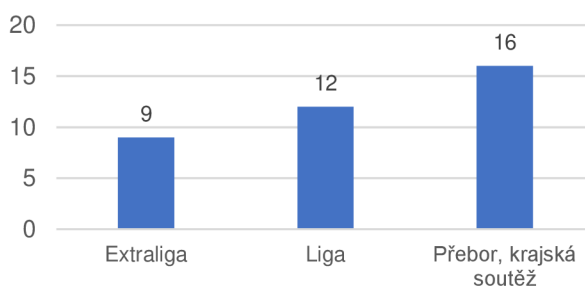
Zajímavé je srovnání s předchozí položkou, nejčastěji se vyskytovaly projevy, které byly dětmi hodnoceny jako méně závažné. Největší četnost výskytu u vážněji hodnocených projevů byla u posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií a u ničení věcí. Nejzávažněji hodnocené fyzické projevy se ve sportovních klubech skoro vůbec nevyskytovaly.

K položce číslo 7 byly přiřazeny položky 8 až 15 jako doplňující otázky. Respondenti byli vyzváni, aby na ně odpovídali pouze v případě, že označili jakoukoliv možnost u položky číslo 7.

Položka č. 8 - děti: Jakou jste hráli soutěž, když jste byli vystaveni tomuto jednání?

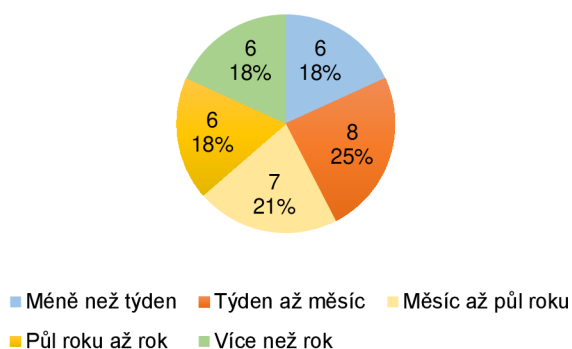
Na výběr byly 3 možnosti a doplnění vlastní odpovědi, čehož nikdo z dotazovaných nevyužil. Bylo možno označit více odpovědí. Ukázalo se, že nejvíce případů agresivního chování se vyskytlo v nižší soutěži a nejméně v nejvyšší soutěži

Obrázek 8 - V jaké soutěži se chování vyskytlo



Položka č. 9 - děti: Jak dlouho toto jednání trvalo?

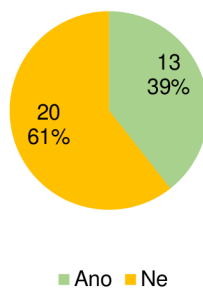
Obrázek 9 - Jak dlouho docházelo k agresi



Dle výsledků trvala agrese nejčastěji od jednoho týdne do půl roku. U 18 % případů trvalo agresivní chování vůči nim více než rok a shodné procento respondentů uvedlo časové období menší než jeden týden a půl roku až rok.

Položka č. 10 - děti: Zhoršovalo se časem toto chování? (zvyšovala se intenzita, četnost)

Obrázek 10 - Zhoršovalo se časem agresivní chování

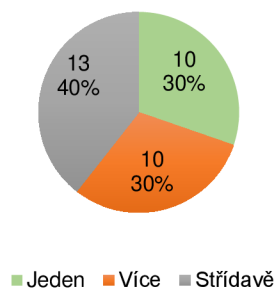


Většina respondentů uvedla, že u nich nedocházelo ke zhoršování agrese. Pouze u 39 % případů se agresivní chování stupňovalo.

Položka č. 11 - děti: Podílel se na ubližování jeden spoluhráč, více spoluhráčů, nebo se to střídalo?

U této otázky byla nejčastější odpověď, že se počet agresorů střídal. Odpovědělo tak 40 % respondentů. Shodně po 30 % respondentů měly dvě zbývající možnosti.

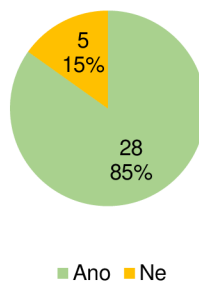
Obrázek 11 - Kolik bylo agresorů



Položka č. 12 - děti: Ublížovaly vám stále stejné osoby?

Pouze 15 % respondentů uvedlo, že jim neublížovaly stále stejné osoby, u většiny se tak stávalo.

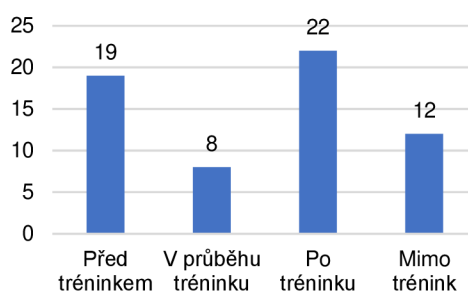
Obrázek 12 - Ublížovaly dětem stále stejné osoby



Položka č.13 - děti: Kdy se toto chování odehrávalo?

Podle očekávání se nejméně často agrese projevovala v průběhu tréninku, kde je většinou přítomen dozor. Naopak přímo před a po tréninku se agrese objevovala nejčastěji, u více než 50 % případů. Mimo trénink se agrese objevila u 36 % případů.

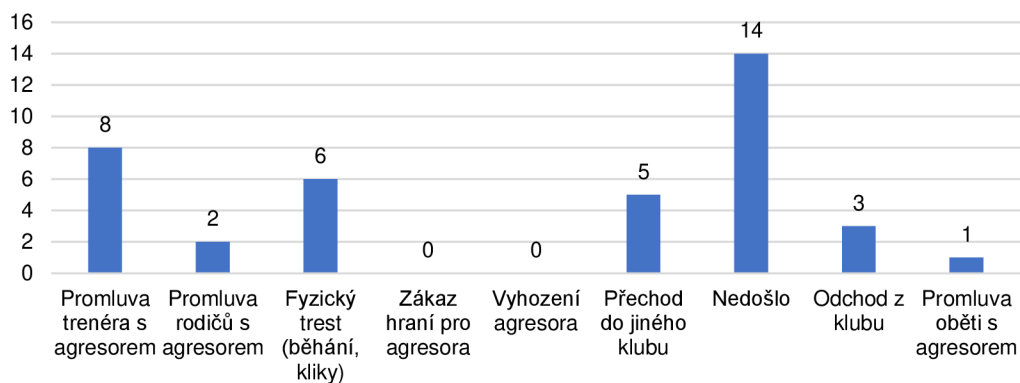
Obrázek 13 - Kdy docházelo k agresi



Položka č. 14 - děti: Došlo k nějaké nápravě?

U této položky 4 respondenti uvedli svou vlastní odpověď, z toho 3 byly podobného ražení. Jednalo se o ukončení působení v klubu bez přechodu do klubu jiného. 1 respondent uvedl, že si to sám s agresorem vyříkal. Ve 42 % případů k nápravě vůbec nedošlo. Zákaz hraní a vyhození agresora nikdo z respondentů neoznačil. Zbytek odpovědí se vyskytoval u 3 % až 24 % respondentů

Obrázek 14 - Podoby nápravy

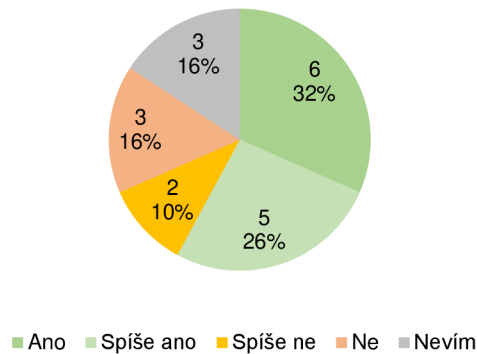


Položka č. 15 - děti: Hodnotíte nápravu jako dostatečnou?

U této otázky byli respondenti instruováni, aby na ni odpovídali pouze v případě, že k nějaké nápravě došlo. Odpovědělo 58 % respondentů. Většina respondentů zvolila ano a spíše ano. 16 % respondentů odpověděli, že neví jak

nápravu zhodnotit. Zbytek označil ne a spíše ne. Z celkového počtu obětí se tedy pouze 33 % dočkalo uspokojivého řešení

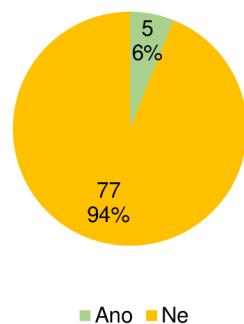
Obrázek 15 - Byla náprava dostatečná



Položka č. 16 - děti: Ublížovali jste někdy vy sami spoluhráči?

U této položky opět odpovídali všichni respondenti. Položka sloužila k získání informací, zda se agresori účastní průzkumu. Výsledek byl relativně překvapivý, protože drtivá většina uvedla, že svým spolužákům nikdy neublížovala, pouze 6 % respondentů uvedlo jako svou odpověď ano.

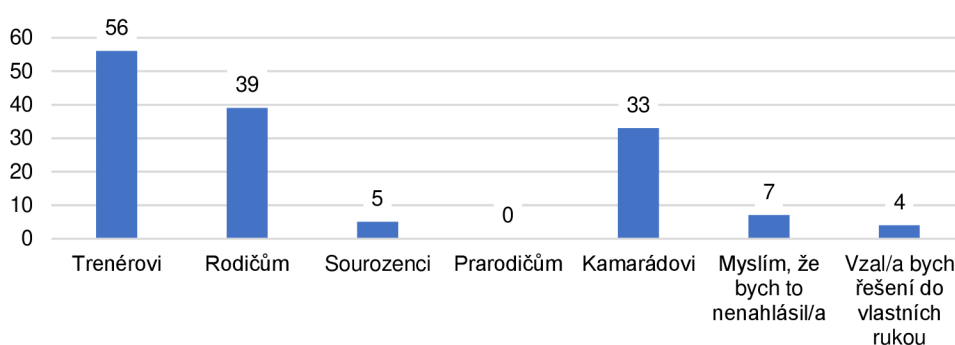
Obrázek 16 - Ublížovali jste někdy spoluhráči



Položka č. 17 - děti: Kdybyste se stali svědkem takové události, nahlásili byste to někomu, probírali byste to s někým?

Tato položka sloužila ke sledování informační nasycenosti. Hledala odpovědi v teoretické rovině. Několik respondentů využilo možnost napsat vlastní odpověď, 3 uvedli, že by vzali věci do svých vlastních rukou a šli si promluvit s agresorem nebo obětí. 1 respondent napsal, že by šel tajně za trenérem, aby nevypadal jako „práskač“, tato odpověď bude při statistickém vyhodnocení přidána k možnosti, že by to osoba řekla trenérovi. Většina respondentů by se obrátila na trenéra, rodiče nebo kamaráda. Na prarodiče by se neobrátil nikdo. Pouze 9 % osob si myslelo, že by šikanu nikomu nenahlásilo. 6 % respondentů by se svěřilo sourozenci a 5 % by vzalo řešení do vlastních rukou.

Obrázek 17 - Komu by sportovci nahlásili šikanu



5.5.2 Výsledky dotazníku pro trenéry

Vyhodnocení dotazník pro trenéry začíná položkou č. 6. Na každou položku kromě položky číslo 9 odpověděli všichni respondenti.

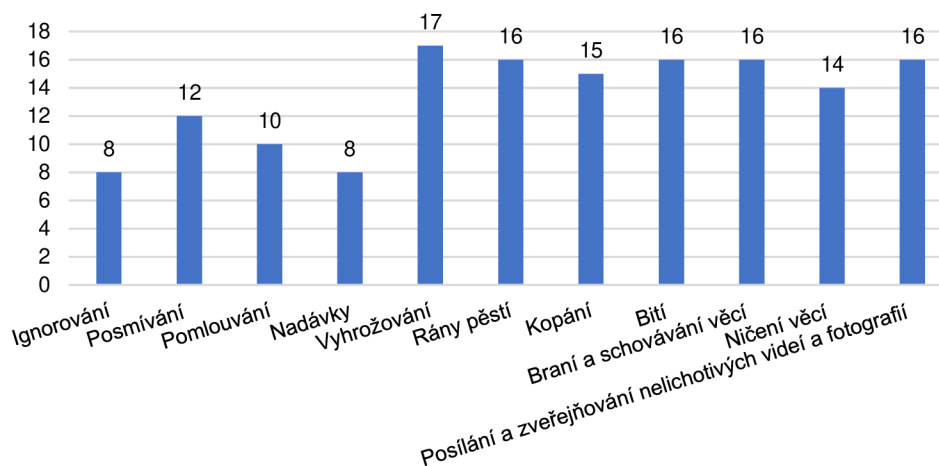
Položka č. 6 - trenéři: Zaškrtněte, které chování (v případě, že se děje opakovaně) považujete za šikanu, u zaškrtnutých projevů poté na škále označte, jak závažné vám připadají. Zhodnoťte závažnost na škále 1-5, kde 1 znamená mírný projev a 5 znamená závažný projev.

Pouze necelá půlka označila ignorování a nadávky za projevy šikany. Nejvíce označované bylo vyhrožování, které zaškrtnulo 90 % respondentů, následované fyzickými projevy, kyberšikanou a braním a ničením věcí. Při

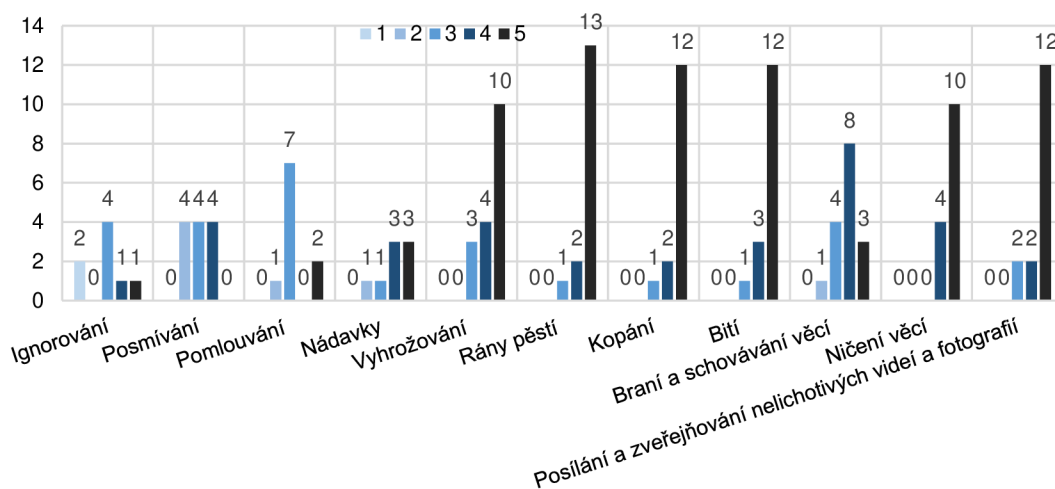
zkombinování hodnot projevů s jejich závažností vyšlo, že za nejzávažnější projevy považovali trenéři rány pěstí následované vyhrožováním, dalšími projevy fyzické agrese a kyberšikany. O trochu méně závažně hodnotili projevy týkající se majetku oběti. Nejméně závažné byly podle trenérů ostatní verbální projevy a úplně nejniže se umístilo ignorování.

Tato položka byla totožná s položkou číslo 6 u dětského dotazníku. Nikdo z respondentů nevyužil možnost napsání vlastní odpovědi. Stejně jako u dětí, ani tady nebyla žádná z možností označena všemi respondenty. Oproti dětem označovali trenéři méně verbální projevy šikany. V hodnocení závažnosti se trenéři s dětmi ve velké míře shodovali.

Obrázek 18 - Co trenéři považují za šikanu

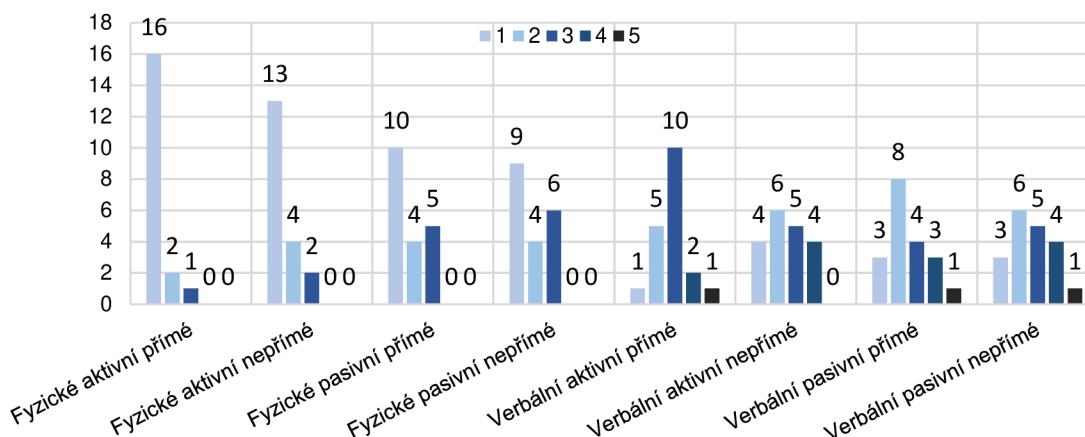


Obrázek 19 - Škála závažnosti projevů, které trenéři považují za šikanu



Položka č. 7- trenéři: Jak často se s jednotlivými druhy projevů šikany setkáváte?

Obrázek 20 - Četnost setkání trenérů s projevy šikany

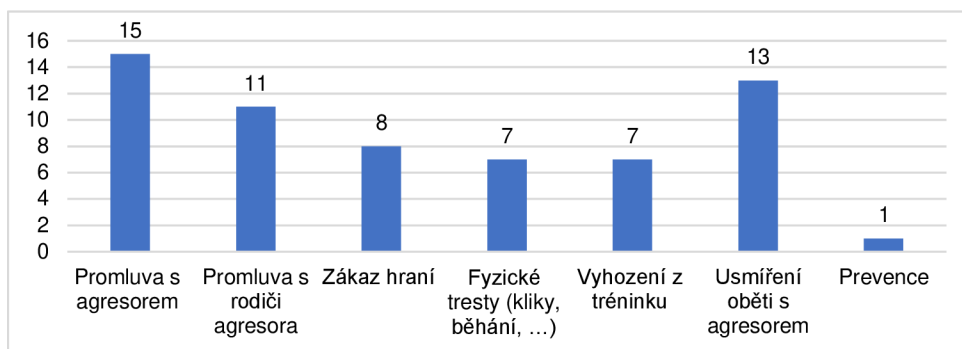


V této položce označovali trenéři na škále 1 až 5, jak často se ve svém klubu s jednotlivými druhy projevů šikany setkávají. 1 na škále značilo nulovou četnost výskytu a 5 značilo častý výskyt. Nejčastěji se tedy trenéři setkávali se přímými aktivními verbálními projevy, které v četnosti následovaly další verbální projevy. Aktivní fyzické projevy přímé byly nejméně časté a další fyzické projevy se také příliš často neobjevovaly.

Položka č. 8 - trenéři: Které formy intervence považujete za užitečné?

V této otázce využil 1 respondent možnost vytvoření vlastní odpovědi a napsal, že nejlepší formou intervence je šikaně předejít vytvořením správného prostředí, kde se šikaně nedaří, tato odpověď byla zanesena do grafu jako prevence. Za užitečnou formu prevence považovala většina trenérů promluvu jak s agresorem, tak s jeho rodiči a usmíření oběti a agresora. Nejméně označované byly možnosti fyzických trestů, vyhození z tréninku a zákaz hraní. Jako fyzické tresty se ve sportu neberou pohlavky a rákoska, ale posilování a nepříjemná běžecká cvičení.

Obrázek 21 - Nejužitečnější formy intervence



Položka č. 9 - trenéři: Co se vám osvědčilo při řešení šikany?

Toto byla jediná položka, tvořená otevřenou otázkou. Pouze 18 respondentů odpovědělo. Pro účely vyhodnocení byly odpovědi rozřazeny do kategorií na základě podobnosti. Kategorie byly s odpověďmi převedeny do podoby tabulky.

Tabulka 3 - Kategorizace odpovědí položky číslo 9

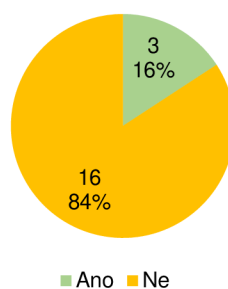
Kategorie	Odpovědi
Žádné zkušenosti s řešením šikany	„Nemám moc zkušeností“
	„Nikdy jsem ji osobně řešit nemusel.“
	„Nemám zkušenost“
	„Neřešila jsem“
Řešení formou komunikace	„Promluva s agresorem“
	„Hned zasáhnout, vysvětlit, že se takhle k druhým nechováme“
	„Komunikace se všemi, stanovení pravidel“
	„dialog, vysvětlování“
	„Osobní promluva a rázné vysvětlení agresorovi“
Řešení formou trestu	„Výhružka vyhozením z týmu“
	„Fyzické tresty, Zákaz hraní“

Řešení podporou skupinových vztahů	„Šikanu jako takovou v pokročilém stadiu jsem nikdy řešit nemusel. Většinou vše chytíme v zárodku, protože máme k hráčům blíže a víme, co se v kolektivu děje a neděje. Osvědčil se nám partnerský přístup k hráčům už od nižších kategorií (např. U13). Velmi to pomáhá vytvořit prostředí, kde pro šikanu vlastně není prostor. Případné konflikty mezi hráči řešíme již na počátku a do stadia šikany se vlastně nedostaneme. Oběma stranám, ale i skupině, pak nabídneme možnosti řešení. Zodpovědnost za cestu, kterou si aktéři zvolí, je však zcela na nich samotných i na skupině.“
	„Ukázat, že tým o to nestojí a je to zbytečný problém navíc. Agresor se nechal ztrhnout většinou týmu.“
	„Nejlepší je ukázat dětem, že musí fungovat jako tým, protože bez spolupráce nemůžou vyhrávat.“
Externí spolupráce	„Policie“
	„Rodiče“
Pozornost	„Mít oči na šťopkách a uši nastražené - strůjce šikany málokdy bývá tak rafinovaný, aby své jednání před pozorným trenérem utajil.“
Ostatní	„Spravedlnost“

Položka č. 10 - trenéři: Máte v družstvu interní návod, co dělat v případě šikany?

Tato položka zkoumala, zda mají družstva implementovány různé pokyny k rozpoznávání a řešení šikany podobně jako školy či nikoliv. Interní návod se vyskytuje v klubech pouze výjimečně, nebo o něm trenéři nevědí. Pouze 16 % respondentů odpovědělo kladně.

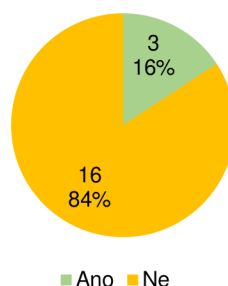
Obrázek 22 - Mají družstva interní návod na řešení šikany



Položka č. 11 - trenéři: Absolvovali jste někdy kurz nebo školení zaměřené na šikany?

V poslední položce bylo zjišťováno, zda se trenéři aktivně vzdělávají v problematice šikany. Trenéři dohlížejí na skupiny mládeže, které jsou náchylné k rozvoji šikany, a proto by se vzdělávání v dané problematice mohlo zdát vhodné. Pouze 16 % respondentů takovéto školení absolvovali.

Obrázek 23 - Proškolení trenérů v oblasti šikany



5.6 Zhodnocení průzkumu

Průzkum formou dotazníku měl své výhody i nevýhody. Výhodou byla možnost většího výzkumného vzorku, jednoduchá distribuce a kvantifikovatelnost dat a menší nákladnost šetření. Nevýhodou byla nepřímá komunikace s respondenty a menší návratnost. Také by bylo lepší zjednodušit formulaci některých otázek, aby nebyla možnost misinterpretace ze strany respondentů.

Za pomoci výsledků průzkumu byly ověřeny hypotézy.

1. Šikana ve sportu se nedostává do pokročilých stadií.

První hypotéza byla prokázána. Projevy šikany ve sportovních klubech ukazují na výskyt prvních tří stadií šikany.

2. Sportovní kluby nemají ve své struktuře implementované návody na řešení šikany a jejich řešení tohoto problému tedy není efektivní.

Druhá hypotéza byla také prokázána. Sportovní kluby nemají interní návod na řešení šikany a pokud ano, tak o nich většina trenérů neví. Řešení šikany klubů se ukázalo jako neefektivní, protože ve většině případů se šikana vůbec neřešila, nebo si ji vyřešili sami sportovci odchodem z klubu nebo přechodem do jiného klubu.

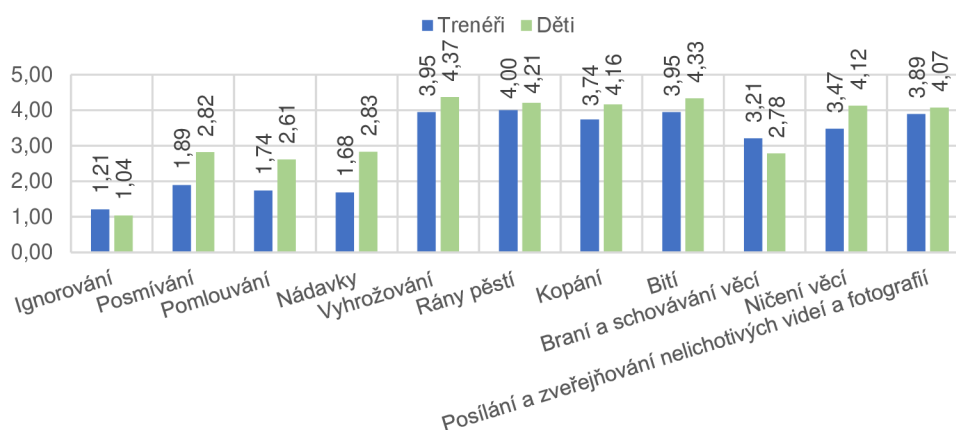
5.7 Diskuse

Problémy s praktickou částí se objevily ještě před dokončením vytváření dotazníku. I přes mnoho vazeb na různá sportovní družstva, bylo těžké získat svolení s provedením průzkumu. Po domluvě a vytvoření dotazníku ovšem přišla nejtěžší část. Získávání odpovědí. Člověk by si myslel, že v dnešní době, kdy má skoro každé dítě na prvním stupni základní školy telefon, tak bude distribuce a získávání respondentů hračka. Ovšem opak byl pravdou. I přes upřímnou snahu šéftrenérů družstev, se kterými jsem komunikoval, přicházelo málo odpovědí a místo plánovaného týdne byly výsledky sbírány celý měsíc. Z více než dvou stovek mladých sportovců v těchto klubech, kteří spadali do věkové kategorie od 11 do 18 let, se podařilo přesvědčit pouze 82 osob, aby na dotazník odpovědělo, i přes to, že byla zaručena naprostá anonymita. Ve výsledcích se vyskytla jen velice malá část dětí, které by někdy ubližovali svým spoluhráčům. Tím vyplová na povrch otázka, zda se v klubech neskrývá více agresorů, kteří na sebe nechtějí upozornit tím, že by se průzkumu zúčastnili.

Zajímavou položkou, kterou by bylo dobré zmínit, je položka číslo 6, která byla v obou dotaznících a můžeme v ní vidět srovnání mezi názorem trenérů a

dětí. V grafu byly znázorněny zprůměrované hodnoty výběru na osobu, aby byl smazán rozdíl mezi počtem respondentů. Z grafu bylo možno zjistit, že děti hodnotily všechny projevy, kromě ignorování a braní a schovávání věcí, závažněji než trenéři. Největší rozdíl byl u aktivních verbálních projevů (posmívání, pomlouvání, nadávky) a nepřímých aktivních fyzických projevů (ničení věcí). Nejvíce se obě skupiny shodovaly u verbálních pasivních projevů (ignorování) a u projevů kyberšikany (posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií).

Obrázek 24 - srovnání hodnocení projevů



Výsledky z dotazníkového šetření posloužily k zodpovězení výzkumných otázek.

Díličí výzkumné otázky:

- ***Jak vnímají šikanu ve sportovních klubech děti?***

Dle výsledků vnímají děti ve sportovních družstvech jako projevy šikany ve větší míře všechny uvedené projevy kromě ignorování. Všechny projevy kromě ignorování byly označeny více než třemi čtvrtinami respondentů. Za nezávažnější projevy považují mladí sportovci ignorování, přímé fyzické projevy šikany (bití, kopání, údery pěstí) a projevy kyberšikany (posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií). Verbální aktivní projevy šikany (posmívání, pomlouvání, nadávky) byly hodnoceny jako středně až více závažné a verbální pasivní

(ignorování) jako méně závažné. Odpovědi ukazují, že děti jsou nejcitlivější vůči fyzickým projevům šikany a projevům kyberšikany a spíše citlivé vůči verbálním projevům šikany.

- ***Jak vnímají šikanu ve sportovních klubech trenéři?***

Na tuto otázku odpovídaly výsledky položka číslo 6 z dotazníku pro trenéry.

Trenéři jako projevy šikany označovali hlavně fyzické projevy a projevy kyberšikany. Ani polovina z nich neoznačila za projevy šikany ignorování a nadávky a jen lehce víc než půlka označila za projevy šikany posmívání a pomlouvání. Z hlediska závažnosti posuzovali trenéři podobně jako děti. Nejzávažnější jim připadají přímé fyzické projevy šikany (bití, kopání, údery pěstí), projevy kyberšikany (posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií) a vyhrožování, jako spíše závažné jim připadaly nepřímé fyzické projevy šikany (braní a ničení věcí) a nadávání. Jako středně závažné označili trenéři zbylé verbální projevy šikany (pomlouvání, ignorování, posmívání). Z těchto odpovědí můžeme vyčíst, že trenéři jsou citliví na fyzické projevy šikany a projevy kyberšikany a na vyhrožování. Na ostatní projevy verbální šikany jsou trenéři méně citliví.

- ***Jak se šikana ve sportovních klubech řeší?***

Na tuto otázku odpovídaly výsledky položek číslo 14 a 15 z dotazníku pro děti a položky číslo 8, 9, 10 a 11 z dotazníku pro trenéry.

Z výsledků vyplynulo, že pravděpodobně pouze jeden z klubů má nějaký interní návod na to, jak řešit šikanu, ale ne všichni trenéři z toho klubu o tom vědí. Samostatně se v problematice šikany vzdělávalo pouze malé procento trenérů. Tito nejspíše pracují ve školství, a tak mají lepší přístup ke vzdělávání v oblasti šikany. Za nejlepší formu intervence je trenéry považována promluva s agresorem, rodiči agresora a usmíření oběti s agresorem. Méně trenérů volilo formu trestání. Také bylo poukázáno na potřebu prevence. Co se trenérům

osvědčilo při řešení agrese by se dalo rozdělit do několika kategorií: řešení formou komunikace, řešení formou trestu, řešení podporou skupinových vztahu, řešení pomocí externích spolupráce, řešení pomocí zvýšené pozornosti a spravedlnosti. Někteří z trenérů se s šikanou nesetkali a neměli tudíž osvědčené postupy řešení. Z pohledu dětí probíhalo řešení nejčastěji formou odchodu z klubu nebo přechodem do klubu jiného a promluvou trenéra s agresorem. Další možností byly tresty formou běhání a posilování a promluva rodičů s agresorem. Děti byly spíše spokojené s řešením. Nejméně spokojené byly děti, které z klubu odešly. U skoro poloviny obětí k žádnému řešení nedošlo.

- ***Existuje spojení mezi úrovní soutěže, na které děti sportují, a četností výskytu šikany?***

Na tuto otázku odpovídaly opět výsledky položky číslo 7 společně s položkou číslo 6 z dotazníku pro děti.

Dle výsledků se šikana nejvíce vyskytovala na úrovni krajské soutěže a přeboru, méně případů se vyskytlo v lize a nejméně v extralize. Toto zjištění ukazuje na nepřímou úměru mezi úrovní soutěže a četností výskytu šikany, protože respondentů bylo přibližně stejně ze všech tří soutěží.

Hlavní výzkumná otázka:

- ***Jaké projevy šikany se v mládežnických sportovních klubech vyskytují?***

Výsledky ukazují, že ve sportovních klubech se v největší míře vyskytují verbální projevy šikany, jako je posmívání, nadávky, pomlouvání a ignorování, které jsou hodnoceny jako méně závažné. V menší míře se vyskytují projevy s vyšší mírou závažnosti jako je kyberšikana ve formě posílání a zveřejňování medií, na kterých je oběť, a nepřímá agrese proti vlastnictví oběti ve formě braní a ničení těchto předmětů. Pouze ojediněle se vyskytly projevy s vysokou mírou

závažnosti, kterými jsou přímá fyzická aktivní agrese a vyhrožování, s vysokou mírou závažnosti.

Agrese u dětí trvala různě od týdne až po více než rok. U více než třetiny případů agrese časem nabírala na síle. Obětem ubližovali v podobné míře jeden i více agresorů a většinou se jednalo o stále stejné osoby. Agrese probíhala v nejmenší míře na přímo na tréninku, většinou k ní docházelo přímo před tréninkem nebo po tréninku, pravděpodobně v šatně. Všechny tyto aspekty poukazují na to, že se ve sportovních družstvech vyskytují spíše počáteční stadia šikany.

5.8 Doporučení pro praxi

Z našeho průzkumu vyplynulo, že je důležité, aby se trenéři vzdělávali v oblasti šikany, a to především v oblasti vyhledávání a řešení prvních tří stupňů šikany, protože se ve sportovních družstvech, stejně jako v dalších podobných skupinách dětí, šikana vyskytuje. Také by bylo dobré, aby se kluby snažily přijmout určitá preventivní opatření, například připojením metodického pokynu MŠMT k prevenci a řešení šikany do vnitřních řádů.

Nejdůležitější pro praktické řešení šikany je snaha vytvořit prostředí, ve kterém šikana nemůže bujet. Vytvořit pevné vztahy mezi skupinou a jejím vedoucím a uvnitř skupiny samotné.

Řešení šikany může být pro trenéry nepříjemné. Nemají takové nástroje a výcvik jako pedagogové. Ovšem i přes to by se neměli od problému odvracet, aktivně sledovat příznaky šikany a mít odhodlání ji řešit, protože tím prokazují velkou službu dětem i dalším institucím, které tyto děti navštěvují. Při zaražení šikanování v začátcích je nejvyšší šance, že nikdo nebude trpět vážnějšími následky.

Závěr

Cílem této bakalářské práce bylo zjistit, jak vypadá šikana v mládežnických sportovních klubech a jak jednotlivé projevy šikany vnímají samotné děti a trenéři. V teoretické části byla za pomoci literárních zdrojů popsána celkově šikana u dětí. Pojem šikana, její formy, stadia, účastníci, způsoby prevence a léčby.

V empirické části byla popsána metodika výzkumného šetření, které proběhlo průzkumem ve třech sportovních basketbalových klubech pomocí dotazníku. Byla vytyčena jedna hlavní výzkumná otázka a čtyři vedlejší. Dále byly za pomoci teoretické části formulovány dvě hypotézy. Výzkumné otázky zjišťovaly, jak se šikana ve sportovních klubech projevuje, jak vnímají šikanu děti a trenéři, jak se šikana ve sportovních klubech řeší a jestli má úroveň soutěže vliv na výskyt šikany.

Bylo zjištěno, že se ve sportovních klubech vyskytují nejčastěji verbální projevy šikany, následované projevy kyberšikany a nepřímými fyzickými projevy šikany. Přímé fyzické projevy šikany se ve sportovních klubech téměř nevyskytují. Šikana probíhá převážně mimo trénink a ve většině případů se časem nezhoršuje. Děti jsou na projevy šikany citlivé, za nejzávažnější považují fyzické projevy šikany, vyhrožování a projevy kyberšikany. Trenéři jsou oproti tomu méně citliví k projevům šikany, ale stejně jako děti považují za nejzávažnější fyzické projevy šikany, vyhrožování a projevy kyberšikany. Řešení šikany ve sportovních klubech bývá převážně formou promluvy. Mnoho obětí se ovšem žádného řešení nedočkal ani nebo řešili šikanu odchodem z kolektivu. Nejvíce šikany se vyskytovalo v nejnižších soutěžích a nejméně v soutěži nejvyšší.

Šikana je problém, před kterým nemůžeme přivírat oči v žádném kolektivu. Je třeba jí předcházet pomocí účinné prevence a řešit ji hned v zárodku, protože jinak může přerůst do monstrózních rozměrů a poškodit nejen oběť, ale všechny členy zasažené skupiny.

Seznam literatury

ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-6374-7.

FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: jak zkoumat lidskou duši*. Vyd. 2. Přeložil Petr BAKALÁŘ. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-815-9.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Ilustroval Karel NEPRAŠ. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.

KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-014-3.

NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 1999. ISBN 80-200-0690-7.

ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. 3. vydání. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-4744-9.

VÁGNEROVÁ, Kateřina. *Minimalizace šikany: praktické rady pro rodiče*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-912-5.

ZIMBARDO, Philip G. *Luciferův efekt: jak se z dobrých lidí stávají lidé zlí*. Praha: Academia, 2014. Společnost (Academia). ISBN 978-80-200-2346-9.

OLWEUS, Dan. Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* [online]. October 1994, 35(7), 1171-1190 [cit. 2022-02-23]. Dostupné z: doi: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x>.

OLWEUS, Dan. School Bullying: Development and Some Important Challenges. *Annual Review of Clinical Psychology* [online]. San Mateo: Annual Reviews, 2013, 3. ledna 2013, **9**, 751-180 [cit. 2022-02-26]. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516>.

VVEINHARDT, Jolita a Vilija Bite FOMINIENE. Prevalence of bullying and harassment in youth sport: The case of different types of sport and participant role. *Journal of Human Sport and Exercise* [online]. Faculty of Education. University of Alicante, 28. září 2020 [cit. 2022-03-08]. ISSN 1988-5202. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.14198/jhse.2022.172.04>.

VYBÍRAL, Zdeněk. S konformitou to není tak jednoduché. *Psychologie dnes* [online]. Praha: PORTÁL, 2004, **2004**(12) [cit. 2022-02-26]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/83195/s-konformitou-to-neni-tak-jednoduche>.

PHILIPPOVÁ, L., JANOŠOVÁ P. (Eds.), *Šikana jako etický, psychologický a pedagogický problém*. Sborník z konference konané 19. 3. 2009 v Praze, Brno: Tribun EU, 2009. 270 s. ISBN 978-80-7399-857-8. Dostupné také z: http://www.sikana.org/Sbornik_Sikana_2009.pdf.

VĚSTNÍK MŠMT. LXXII. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Dostupné také z: <https://www.msmt.cz/dokumenty-3/vestnik-msmt-12-2016>.

ČESKO. § 34 odst. 1 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník - znění od 1. 7. 2021. In: *Zákony pro lidi.cz* [online]. © AION CS 2010-2022 [cit. 6. 3. 2022]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89#p34-1>.

BYSTRONĚ, Marcel. Kyberšikana zabíjí!. *IDNES.cz: Blog* [online]. Praha: MAFRA, c1999-2022, 5. 1. 2009 [cit. 2022-02-26]. Dostupné z: <https://bystron.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=64160>.

Společenství proti šikaně [online]. Praha, 2004 [cit. 2022-02-02]. Dostupné z: <https://www.sikana.org/>.

Seznam obrázků

Obrázek 1 - Jak dlouho se děti závodně věnují sportu	39
Obrázek 2 - Se kterými kategoriemi mají trenéři zkušenosti	40
Obrázek 3 - Probíral s dětmi trenér, co je to šikana	41
Obrázek 4 - Co děti považují za šikanu	42
Obrázek 5 - Škála závažnosti projevů, které děti považují za šikanu	42
Obrázek 6 - Jakému chování byli děti vystaveny	43
Obrázek 7 - Četnost výskytu agresivního chování u dětí	43
Obrázek 8 - V jaké soutěži se chování vyskytlo	44
Obrázek 9 - Jak dlouho docházelo k agresii	45
Obrázek 10 - Zhoršovalo se časem agresivní chování	45
Obrázek 11 - Kolik bylo agresorů	46
Obrázek 12 - Ublížovaly dětem stále stejné osoby	46
Obrázek 13 - Kdy docházelo k agresii	47
Obrázek 14 - Podoby nápravy	47
Obrázek 15 - Byla náprava dostatečná	48
Obrázek 16 - Ublížovali jste někdy spoluhráči	48
Obrázek 17 - Komu by sportovci nahlásili šikanu	49
Obrázek 18 - Co trenéři považují za šikanu	50
Obrázek 19 - Škála závažnosti projevů, které trenéři považují za šikanu ..	50
Obrázek 20 - Četnost setkání trenérů s projevy šikany	51
Obrázek 21 - Nejužitečnější formy intervence	52
Obrázek 22 - Mají družstva interní návod na řešení šikany	54
Obrázek 23 - Proškolení trenérů v oblasti šikany	54
Obrázek 24 - srovnání hodnocení projevů	56

Seznam tabulek

Tabulka 1 - Základní formy šikany	13
Tabulka 2 - Vnější projevy šikany	13
Tabulka 3 - Kategorizace odpovědí položky číslo 9	52

Seznam příloh

Příloha č. 1 - Dotazník pro trenéry

Příloha č. 2 - Dotazník pro děti

Příloha č. 1 - Dotazník pro trenéry

Šikana ve sportovních klubech - trenéři

Tento dotazník slouží jako podklad pro bakalářskou práci věnující se šikaně ve sportovních klubech. Dotazník je zcela anonymní a bude sloužit pouze pro potřeby bakalářské práce. V dotazníku je 11 otázek a zabere vám přibližně 10 minut. Při označení odpovědi Other (Jiné), napište prosím svou odpověď/odpovědi. Povinné otázky jsou označeny červenou hvězdičkou. Prosím, vyplňte dotazník pravdivě. Předem děkuji za spolupráci!

1. Pohlaví respondenta *

- Muž
 Žena

2. Věk respondenta *

- 15-19
 20-29
 30-39
 40-49
 50-59
 60+

3. Jak dlouho se věnujete trénování? *

- 1-5 let
 6-10 let
 11-15 let
 16-20 let
 21+ let

4. Koho trénujete? *

- Chlapce
 Dívky
 Obojí

5. S trénováním jakých mládežnických kategorií máte zkušenosti? *

- U11
 U12
 U13
 U14
 U15
 U17
 U19

6. Zaškrtněte, které chování (v případě, že se děje opakovaně) považujete za šikanu, u zaškrtnutých projevů poté na škále označte, jak závažné vám připadají. Zhodnoťte závažnost na škále 1-5, kde 1 znamená mírný projev a 5 znamená závažný projev. *

- Ignorování
 Posmívání
 Pomlouvání
 Nadávky
 Vyhrožování
 Rány pěstí
 Kopání
 Bítí
 Braní a schovávání věcí
 Ničení věcí
 Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií
 Other: _____

Ignorování

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Posmívání

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Pomlouvání

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Nadávky

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Vyhrožování

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

<p>Rány pěstí</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>7. Jak často se s jednotlivými druhy projevů šikany setkáváte?</p> <p>Zhodnotte četnost na škále 1-5, kde 1 znamená nikdy a 5 znamená často</p>
<p>Kopání</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Fyzické aktivní přímé (bití, kopání, fackování, ...) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
<p>Bití</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Fyzické aktivní nepřímé (hlavní představitel pošle nohsledy, aby oběť zbil, ničení věcí) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
<p>Braní a schovávání věcí</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Fyzické pasivní přímé (agresor fyzicky brání oběti v dosažení cíle) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
<p>Ničení věcí</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Fyzické pasivní nepřímé (agresor odmítne splnit požadavky, stojí v cestě a odmítá ustoupit) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
<p>Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Verbální aktivní přímé (nadávání, zesměšňování, ...) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
<p>Jiné</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Mírný projev <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Závažný projev</p>	<p>Verbální aktivní nepřímé (rozšiřování pomluv, posílání urážlivých obrázků, ...) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
	<p>Verbální pasivní přímé (neodpovídání na pozdrav, na otázky, ...) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>
	<p>Verbální pasivní nepřímé (spoluhráči se nezastanou oběti, když na ni agresor svádí vinu, ...) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Nikdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> často</p>

8. Které formy intervence považujete za užitečné? *

- Promluva s agresorem
- Promluva s rodiči agresora
- Zákaz hraní
- Fyzické tresty (klíky, běhání, ...)
- Vyhození z tréninku
- Usmíření oběti s agresorem
- Other: _____

9. Co se vám osvědčilo při řešení šikany? *

Your answer _____

10. Máte v družstvu interní návod, co dělat v případě šikany? *

- Ano
- Ne



11. Absolvovali jste někdy kurz nebo školení zaměřené na šikanu? *

- Ano
- Ne

Příloha č. 2 - Dotazník pro děti

Šikana ve sportovních klubech

Tento dotazník slouží jako podklad pro bakalářskou práci věnující se šikaně ve sportovních klubech. Dotazník je zcela anonymní a bude sloužit pouze pro potřeby bakalářské práce. V dotazníku je 17 otázek a zabere vám přibližně 10 minut. Při označení odpovědi Other (Jiné), napište prosím svou odpověď/odpovědi. Povinné otázky jsou označeny červenou hvězdičkou. Prosím, vyplňte dotazník pravdivě. Předem děkuji za spolupráci!

 bartak.matej@gmail.com (not shared) [Switch account](#) 

* Required

1. Pohlaví respondenta *

Muž

Žena

2. Věk respondenta (v letech) *

11

12

13

14

15

16

17

18

3. Jak dlouho se závodně věnujete sportu? (v letech) *

1

2

3

4

5

6

7

8 a více

4. Jakou nejvyšší soutěž hrajete? *

Extraliga

Liga

Krajská soutěž, Přebor

Other: _____

5. Probíral s vámi někdy trenér, co je to šikana? *

Ano

Ne

6. Zaškrtněte, které chování (v případě, že se děje opakovaně) považujete za šikanu, u zaškrtnutých projevů poté na škále označte, jak závažné vám připadají. Zhodnotte závažnost na škále 1-5, kde 1 znamená mírný projev a 5 znamená závažný projev. *

- Ignorování
- Posmívání
- Pomlouvání
- Nadávky
- Vyhrožování
- Rány pěstí
- Kopání
- Bítí
- Braní a schovávání věcí
- Ničení věcí
- Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií
- Other: _____

Ignorování

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Posmívání

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Pomlouvání

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Nadávky

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Vyhrožování

	1	2	3	4	5	
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Závažný projev

Rány pěstí					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Kopání					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Bíť					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Braní a schovávání věcí					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Ničení věcí					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev
Jiné					
	1	2	3	4	5
Mírný projev	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Závažný projev

7. Pokud jste byli vystaveni takovému jednání, ze strany spoluhráčů, zaškrtněte ho a na škále označte jeho četnost. Zhodnotte četnost na škále 1-5, kde 1 znamená málokdy a 5 znamená často

- Ignorování
- Posmívání
- Pomlouvání
- Nadávky
- Vyhrůžování
- Rány pěstí
- Kopání
- Bíť
- Braní a schovávání věcí
- Ničení věcí
- Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií
- Other: _____

Ignorování					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Posmívání					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Pomlouvání					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Nadávky					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Vyhrůžování					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Rány pěstí					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často
Kopání					
	1	2	3	4	5
Málokdy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
					Často

<p>Bití</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Málokdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Často</p>	<p>11. Podílel se na ubližování jeden spoluhráč, více spoluhráčů, nebo se to střídalo?</p> <p><input type="radio"/> Jeden</p> <p><input type="radio"/> Více</p> <p><input type="radio"/> Střídavě</p>
<p>Braní a schovávání věci</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Málokdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Často</p>	<p>12. Ublížovaly vám stále stejné osoby?</p> <p><input type="radio"/> Ano</p> <p><input type="radio"/> Ne</p>
<p>Ničení věci</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Málokdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Často</p>	<p>13. Kdy se toto chování odehrávalo?</p> <p><input type="checkbox"/> Před tréninkem</p> <p><input type="checkbox"/> V průběhu tréninku</p> <p><input type="checkbox"/> Po tréninku</p> <p><input type="checkbox"/> Mimo trénink</p>
<p>Posílání a zveřejňování nelichotivých videí a fotografií</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Málokdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Často</p>	<p>14. Došlo k nějaké nápravě?</p> <p><input type="checkbox"/> Promluva trenéra s agresorem</p> <p><input type="checkbox"/> Promluva rodičů s agresorem</p> <p><input type="checkbox"/> Trest fyzickou formou (běhání, klikování...)</p> <p><input type="checkbox"/> Zákaz hraní pro agresora</p> <p><input type="checkbox"/> Vyhození agresora</p> <p><input type="checkbox"/> Přechod do jiného klubu</p> <p><input type="checkbox"/> Nedošlo</p> <p><input type="checkbox"/> Other: _____</p>
<p>Jiné</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Málokdy <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Často</p>	<p>15. Hodnotíte nápravu jako dostatečnou? (v případě, že k nápravě nedošlo, prosím neodpovídejte)</p> <p><input type="radio"/> Ne</p> <p><input type="radio"/> Spíše ne</p> <p><input type="radio"/> Nevím</p> <p><input type="radio"/> Spíše ano</p> <p><input type="radio"/> Ano</p>
<p>Otázky č. 8 - č. 15 jsou doplňující k otázce č. 7 (odpovídejte prosím pouze v případě, že jste označili jakoukoliv odpověď v předchozí otázce)</p>	<p>16. Ublížovali jste někdy vy sami spoluhráči? *</p> <p><input type="radio"/> Ano</p> <p><input type="radio"/> Ne</p>
<p>8. Jakou jste hráli soutěž, když jste byli vystaveni tomuto jednání?</p> <p><input type="checkbox"/> Extraliga</p> <p><input type="checkbox"/> Liga</p> <p><input type="checkbox"/> Krajská soutěž, Přebor</p> <p><input type="checkbox"/> Other: _____</p>	<p>17. Kdybyste se stali svědkem takové události, nahlásili byste to někomu, probírali byste to s někým? *</p> <p><input type="checkbox"/> Trenérovi</p> <p><input type="checkbox"/> Rodičům</p> <p><input type="checkbox"/> Sourozenci</p> <p><input type="checkbox"/> Prarodičům</p> <p><input type="checkbox"/> Kamarádovi</p> <p><input type="checkbox"/> Myslím, že bych to nenahlásil/a</p> <p><input type="checkbox"/> Other: _____</p>
<p>9. Jak dlouho toto jednání trvalo?</p> <p><input type="radio"/> Méně než týden</p> <p><input type="radio"/> Týden až měsíc</p> <p><input type="radio"/> Měsíc až půl roku</p> <p><input type="radio"/> Půl roku až rok</p> <p><input type="radio"/> Více než rok</p>	
<p>10. Zhoršovalo se časem toto chování? (zvyšovala se intenzita, četnost)</p> <p><input type="radio"/> Ano</p> <p><input type="radio"/> Ne</p>	