



Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta
Katedra křesťanské sociální práce

Bakalářský projekt

Studijní program

Sociální práce s dětmi a mládeží

Autor: Jitka Škárková
Vedoucí práce: Mgr. Pavla Macháčková, Ph.D.

Olomouc 2024



Univerzita Palackého v Olomouci

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Šikana a její primární preventivní opatření pro děti z dětských domovů

Bakalářský projekt

Studijní program

Sociální práce s dětmi a mládeží

Autor: Jitka Škárková

Vedoucí práce: Mgr. Pavla Macháčková, Ph.D.

Olomouc 2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracovala samostatně na základě použité literatury, kterou jsem uvedla v seznamu literatury.

V Olomouci dne 15. 4. 2024

Jitka Škárková

Poděkování

Ráda bych poděkovala mé vedoucí práce Mgr. Pavle Macháčkové, Ph.D., že vedla mou práci s trpělivostí a ochotou. Mé poděkování dále patří panu Mgr. Luďkovi Doleželovi z Dětského domova Přerov za jeho ochotu a cenný přínos k mé práci. Bez jeho spolupráce a cenných rozhovorů s dětmi by nebylo možné mé bakalářské téma tak komplexně zpracovat.

Obsah

Úvod.....	6
Rešerše zdrojů k danému tématu.....	8
1 Propojení tématu s teorií sociální práce	15
2 Etické hledisko sociální práce	19
3 Propojení tématu se sociální politikou – role státu	20
3.1 Vzdělávací politika.....	21
4 Propojení tématu s metodami a technikami sociální práce	23
5 Legislativa dané problematiky	26
6 Analýza potřebnosti.....	28
6.1 Faktory vedoucí k problému a jeho vliv na cílovou skupinu	28
6.2 Řešení dané problematiky v ČR.....	29
6.3 Řešení dané problematiky v zahraničí.....	30
6.4 Demografického složení a početního rozsahu cílové skupiny.....	31
6.4.1 Charakteristika cílové skupiny.....	31
7 Popis získání dat a vyhodnocení výchozího stavu	33
7.1 Analýza výchozí situace	34
7.2 Etické hledisko při získání dat.....	35
7.3 Specifikace stakeholderů	35
Praktická část.....	37
8 Cíl projektu.....	37
9 Cílové skupiny.....	39
10 Klíčové aktivity a indikátory.....	40
11 Management rizik.....	42
12 Závěr a výstup projektu.....	43
13 Popis přidané hodnoty projektu.....	44
14 Harmonogram.....	45

15	Rozpočet.....	50
16	Logframe projektu.....	51
17	Doporučení pro praxi	52
	Preventivní aktivity – Jednotlivé aktivity a práce s dětmi	53
	1. blok – Vzdělávací blok – Edukace	53
	Aktivita: <i>Vytvoř si příběh – co k sobě patří</i>	54
	Aktivita: <i>Pracovní list – Jak poznat šikanu</i>	57
	Aktivita: <i>Co je to šikana?</i>	59
	Aktivita: <i>Rozdíly mezi šikanou a škádlením</i>	60
	Aktivita: <i>Druhy šikany</i>	61
	Aktivita: <i>Kdo šikanu řeší a kdo ji může řešit</i>	62
	Aktivita: <i>Kdo dětem může pomoci</i>	66
	Aktivita: <i>Kdo dětem může pomoci II</i>	67
	2. blok – Výcvik asertivity a odolnosti	68
	Aktivita: <i>Poškozená gramofonová deska</i>	68
	Aktivita: <i>Kouzelná krabička</i>	69
	Aktivita: <i>Čeho si na tobě vážíme</i>	69
	Aktivita: <i>Asertivní NE</i>	70
	Aktivita: <i>Zed' sporů</i>	71
	Aktivita: <i>Otloukánek</i>	72
	Aktivita: <i>Mlžení</i>	72
	3. blok – a) Výcvik skupinové dynamiky	73
	Aktivita: <i>Ocenění dovedností a schopností</i>	73
	Aktivita: <i>Opora důvěry</i>	75
	Aktivita: <i>Putování a setkávání</i>	76
	Aktivita: <i>Palec nahoru, palec dolů</i>	76
	Aktivita: <i>Já chci, ty chceš a co bude!</i>	77

Aktivita: <i>Jeden musí vystoupit</i>	77
3. blok – b) Kohezní hry	78
Aktivita: <i>Deníček radosti</i>	79
Aktivita: <i>Společná kresba</i>	80
Aktivita: <i>Jak spolu vycházíme</i>	80
Aktivita: <i>Mám dost přátel</i>	81
Aktivita: <i>Jak ztrácíme přátele</i>	81
Aktivita: <i>Jak se ti daří</i>	82
3. blok – c) Stmelovací hry	83
Aktivita: <i>Masážní řetěz</i>	83
Aktivita: <i>Zmrzlé ruce</i>	84
Aktivita: <i>Co беру vážně</i>	85
Aktivita: <i>Skrytý slovní fotbal</i>	85
Aktivita: <i>Manželé Ruličkovi</i>	86
4. blok – Diskuze a evaluace	86
Závěr	88
Bibliografie	89
Seznam obrázků	98
Seznam tabulek	99
Použité zkratky	99
Přílohy	100
Informovaný souhlas	100
Struktura rozhovoru	101
Výsledky rozhovoru	103
Soupis navrhovaných her	111
Struktura projektu pro děti 9-12 let v dětských domovech na školní rok	113
Logframe projektu	117

Klasifikace typů šikany	119
Anotace.....	120

Úvod

Z hlediska prevence šikany je význačným prvkem postupná změna dětských domovů (dále jen „DD“) z původního internátního uspořádání na formu rodinného domova. Tato změna přinesla několik výhod, včetně zvýšení soukromí dětí, lepšího dohledu pracovníků DD a přátelské atmosféry. Na první pohled by se mohlo zdát, že tato nová struktura přináší ideální prostředí pro prevenci šikany. Nicméně i v těchto nových podmínkách mohou existovat skrytá rizika, jako je dlouhodobý pobyt v domově, sociální a emocionální izolace, problematická rodinná historie, a dokonce i zkušenost s domácím násilím. Všechny faktory mohou zvýšit pravděpodobnost, že duchovní a morální vývoj dětí v dětských domovech bude ohrožen, což může mít dopady na jejich mezilidské vztahy a zvýšit riziko šikany.

Nová forma rodinného domova nese s sebou pozitivní vzájemné propojení mezi dětmi a pracovníky dětského domova, což klade velké nároky na jejich osobnost. V tomto prostředí se vzájemné vztahy stávají otevřenějšími a méně formálními, což umožňuje snazší komunikaci a projevy emocí. Avšak zároveň tato blízkost může znamenat, že pracovník více prožívá různé stránky dětí a jejich mezilidské vztahy. Z vlastní zkušenosti, kdy jsem měla možnost během své praxe v dětském domově v Přerově pozorovat děti a práci vychovatelů či sociálního pracovníka, jsem si uvědomila, že pokud v dětském domově existují potenciální agresori nebo manipulátoři, může to pracovníky postavit do náročné pozice, kde musí zvládnout složitou skupinovou dynamiku.

Cílem předložené práce je vytvořit nový projekt s názvem "MY PROTI ŠIKANĚ" zaměřený na děti ve věku 9–12 let v dětském domově. Projekt by měl poskytovat prostor pro prevenci šikany a podporovat děti v této věkové skupině. Dílčím cílem projektu je provádět skupinová sezení, která budou zaměřena na práci se skupinovou dynamikou. Tato aktivita by měla pozitivně ovlivňovat vztahy mezi dětmi. Projekt bude obsahovat aktivity zaměřené na komunikaci a zlepšení schopnosti dětí spolupracovat a porozumět si navzájem. Činnosti zahrnují stmelovací aktivity a kohezní hry. Součástí projektu je představení nácviku odolnosti, který pomáhá dětem dosáhnout duševní harmonie a vyrovnanosti. Tím se také zvyšuje sebevědomí dětí, které byly nebo by mohly být šikanovány. Projekt se bude snažit vymezením pojmů a pomoci dětem pochopit, s kým se šikana řeší, a naučit je, jak o této problematice diskutovat. Projekt se zaměřuje na prevenci šikany a podporu dětí ve věku 9–12 let v rozvoji pozitivních mezilidských vztahů a odolnosti.

Před přípravou projektu bylo důležité analyzovat situaci ohledně výskytu a projevů šikany v dětském domově. Během pobytu v dětském domově jsem mohla sledovat dynamiku vývoje problematického chování u dětí. Také jsem postupně mohla zjistit, kdo byl přímým svědkem šikany, jaká je úroveň povědomí o této problematice, a jestli jednotlivci vědí, jak se bránit proti šikaně a zda mají schopnosti se bránit. K mé práci prospělo provést kvalitativní výzkum prostřednictvím rozhovorů s dětmi dětského domova. Hlavním záměrem bylo zjistit, co tyto děti vědí o šikaně, zda se samy s ní setkaly a jestli umí rozlišit škádlení neboli legraci a šikanu.

V mé práci jsem se inspirovala literaturou jak domácí, tak i zahraniční z oblasti sociální práce, psychologie a pedagogiky. Současně jsem získala cenné poznatky z právního rámce, týkajícího se primární prevence šikany v dětských domovech, a také jsem čerpala z webových stránek, které se zaměřují na tuto problematiku. V průběhu mého výzkumu jsem identifikovala několik klíčových zdrojů, které mě nasměrovaly k důležitým informacím a poznatkům v této oblasti. Zde zmiňuji jen krátký výčet autorů: Bendl, Říčan, Hermochová, Vágnerová, Novotná, Kolář či Thornberg.

Práce je strukturována do rešerše a sedmi hlavních kapitol, z nichž rešerše se věnuje zdrojům k danému tématu. Obsahem této kapitoly je definování pojmu šikana i druhy škádlení, vývojové stupně šikany, vliv osobnostních charakteristik na zvládnání šikany, skupinové dynamice, o následcích šikany a negativních důsledcích a o specifikaci problémů dětského domova. V první kapitole je o propojení tématu s teorií sociální práce. Druhá kapitola pojednává o etickém hledisku sociální práce. Třetí kapitola je věnována sociální politice státu v kontextu zvoleného tématu. Náplní čtvrté kapitoly jsou metody a techniky sociální práce. Pátá kapitola je věnována legislativě dané problematiky. Náplní šesté kapitoly je analýza potřebnosti, která může posloužit jako východisko pro zdůvodnění nutnosti vzniku nového projektu. V sedmé kapitole je popis získání dat a vyhodnocení výchozího stavu. V praktické části naleznete samotný projekt, jehož plánovaná realizace by měla přinést snížení rizika šikany zejména tím, že posílí děti v jejich schopnosti pracovat se strachem, čímž jim pomůže stát se odolnějšími a silnějšími jedinci.

Rešerše zdrojů k danému tématu

Některé děti nemají oporu v biologických rodičích a jsou tak označovány jako sociální sirotci. Některé z nich jsou umístěny do ústavní péče, kde mohou být vystaveny deprivacním vlivům, které přispívají k možnému sociálnímu selhání (Matoušek, Koláčková, Kodymová, 2005, s. 267–269). Šikana v dětských domovech je závažným problémem, kterým trpí některé děti a mládež umístěny v institucionální péči. Z uvedené analýzy týkající se důsledků psychické a citové deprivace u dětí, kterou autorka diplomové práce popisuje různé typy dětí, které by pravděpodobněji mohly figurovat jako aktéři šikany, vyplývá, že děti vyrůstající v dětských domovech jsou náchylnější k šikaně než jejich vrstevníci (Blahutová, 2008). Blahutová uvedla ve své práci průzkum názorů 55 pracovníků diagnostických ústavů, výchovných ústavů a dětských domovů, a to převážně v plzeňském regionu. Výsledky ukazují alarmující situaci, kdy se šikanování v těchto zařízeních vyskytuje v obrovském rozsahu. Výzkum odhaduje, že až 55 % dětí výchovných ústavů bylo vystaveno šikaně. V případě dětských domovů se odhaduje, že šikaně čelí 24 % dětí (Kolář, 2001).

Dále i podle výroční zprávy Dětského domova Přerov (dále jen „DDP“) byly zaznamenány čtyři případy agresivity, přičemž ve dvou z nich byly identifikovány prvky šikany. Kromě toho byl zaznamenán jeden případ neagresivních projevů rasismu ze strany dětí. Za účelem prevence rizikového chování probíhá v zařízení pouze prevence stanovená v Minimálním preventivním opatření (DDP, 2023a). Minimální preventivní program vychází z doporučení Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (dále jen „MŠMT“) č. j. 21291/2010-28, který obsahuje přílohy a identifikuje sociálně patologické jevy u dětí a mládeže, jako jsou drogové závislosti, alkoholismus, kouření, záškoláctví, šikanování, vandalismus a další formy násilného chování, hrubé chování a agresivita (MŠMT, 2010).

Metodický pokyn MŠMT definuje šikanu tak, že se jedná o formu násilí, která zahrnuje opakované a úmyslné psychické, fyzické nebo verbální zneužívání, s cílem ponižovat, zranit nebo vyloučit jednotlivce či skupinu z kolektivu (MŠMT, 2004, s. 1). Thornberg & Hanna Delby (2019, s. 143) popisují šikanu jako sociální postup. Záměrem je ublížit a to tak, kdy žák nemá silnou pozici a je soustavně urážen nebo vyřazen z kolektivu. Definicí šikany uvedl ve své knize i autor Kolář (2001, s. 27) a vystihuje ji takto: „*Jeden nebo více žáků úmyslně většinou týrá a zotročuje spolužáka či spolužáky a používám k tomu agresi a manipulaci.*“ Také autor Říčan (1995, s. 25) popisuje pojem co je šikana. „*Slovo šikana*

pochází z francouzského slova chicane, což znamená zlomyslné obtěžování, týrání, sužování, pronásledování.“

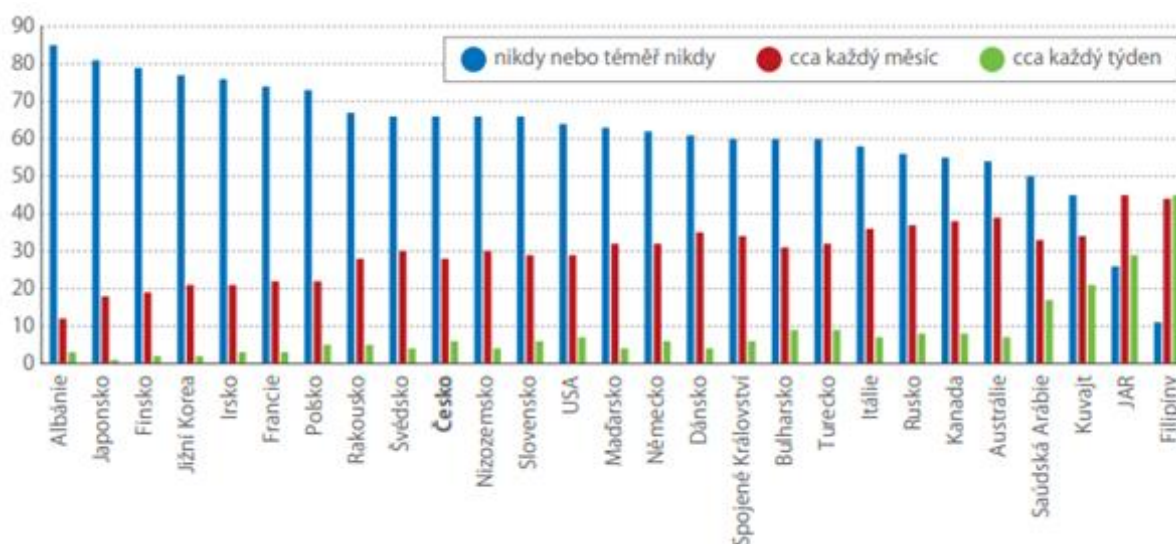
Pokud žáci projevují škádlení nebo agresi, které nejsou součástí systematického šikanování, nepovažuje se to za šikanu. Rozhodujícím faktorem je, zda jsou žáci schopni účinně reagovat na takové chování, bránit se mu nebo ho zastavit. Pokud se necítí schopni nebo nejsou schopni takové chování zastavit a situace pokračuje, může se vyvinout do šikanování (č. j. MSMT-21149/2016, s. 2).

Šikana je problémem dnešní doby a existuje celá řada způsobů, které se projevují mezi dětmi. Nejčastější z nich je psychická šikana, fyzická šikana, sociální šikana, skrytá šikana a kyberšikana. Specifické znaky pro *psychickou šikanu* jsou nevhodné nadávky, které soustavně ponižují jedince. Také neustálé upozorňování na chyby oběti, dávání rozkazů k plnění úkolů, aniž by to bylo pro jedince příjemné a též nepřívětivé používání sexuálních výrazů. Do *fyzické šikany* patří pravidelné útoky, nepříjemné dotyky a pohlavky, také soustavné žduchání, kopání či podkopávání. Do této formy šikany patří znemožňování pohybu oběti. Agresor ničí věci, pomalovává oděv či oběť sexuálně napadá. Do dalšího typu šikany řadíme *sociální šikanu*. Obětí je jedinec, kterého skupina ignoruje a je zbytkem kolektivu vyloučen. Záměrně jsou mu zatajovány potřebné údaje (V lavici, 2021). *Covert neboli skrytá šikana*, pochází z americké studie. Oběť neví, kdo ji šikanuje. Netuší, kdo nelichotivé informace o jedinci rozšiřuje (Storyboard that, 2024). Autoři Smith BW et. al. (2012, s. 112) zmiňují, že ke zvýšení *kyberšikany* pomohl vývoj komunikačních technologií. Virtuální svět neboli kyberprostor se stává dějištěm útoků. Smith BW et. al. (2012, s. 115) k tomu dále dodávají, že kyberprostor umožňuje šířit pomluvy pomocí sociálních sítí, či mobilních telefonů, zneužívání jiné identity nebo odtajnění intimních zpráv či obrázků.

V knize autora Koláře (2001, s. 32) se nachází detailní Tabulka 10: Druhy šikany, která klasifikuje různé typy šikany, která se nachází v příloze mé práce na straně 119. Tato tabulka poskytuje přehled konkrétních forem agresivního chování a manipulace. Autor považuje za nejpraktičtější rozdělení šikany na přímou a nepřímou, fyzickou a verbální, zahrnující aktivní a pasivní formy. Tímto způsobem vzniká osm různých druhů šikany. Autorova klasifikace umožňuje jasně rozlišit jednotlivé typy šikanování.

Česká školní inspekce (dále jen „ČŠI“) varuje, že šikana ve školách má vážné následky pro oběti i agresora, ovlivňuje snižování koncentrace při vzdělávání, zvyšování absence a negativně se projevuje na studijních výsledcích. Tyto důsledky mohou ovlivnit celý život postižených osob jak osobně, tak profesně. ČŠI aktivně sleduje a řeší tento problém na českých školách (Statistika & MY, 2023, s. 30). Z mezinárodního šetření TIMSS z roku 2019 vyplývá, že 66 % českých čtvrtáků se setkala se šikanou ve škole. Každý měsíc bylo šikaně vystaveno 28 % žáků a každý týden 6 %. Z grafu lze vyčíst, že Česká republika patří mezi země v mezinárodním srovnání do lepší poloviny. Šetření prokázalo, že šikana je spojena se zhoršením výsledků při studiu. Žáci, kteří byli šikanováni každý týden, dosáhli o 40–50 bodů méně než ti, kteří byli šikanováni měsíčně. Ve srovnání s těmi, kteří nebyli šikanováni nebo jen zřídka, tak se jejich výsledky zhoršily o 60 a více bodů.

Obrázek 1: Intenzita vystavení šikaně ve 4. ročníku ZŠ (% , 2019)



Zdroj: Statistika & MY, (2023, s. 30)

Důležitým tématem, kterým se Hawker a Boulton (2000) zabývají ve svém výzkumu, jsou možné problémy v mezilidských vztazích. Šikana může mít dlouhodobé negativní důsledky na fyzické a psychické zdraví dětí a také ovlivnit jejich sociální interakce. Děti, které jsou oběťmi šikany, mohou vykazovat známky úzkosti, deprese, nízké sebevědomí a sníženou motivaci se zapojovat do sociálních aktivit, což ovlivňuje život jedince do dospělosti (Sandoval, 2014). Robert Thornberg & Hanna Delby (2019, s. 142) uvedli, že díky zjištěním z analýzy by měli studenti pochopit sociální interakce, které jsou základními způsoby sociálního chování. Podrobné výzkumy pomohly vysvětlit v několika kategoriích, proč k šikaně dochází, a kteří jedinci se stali oběťmi šikany. Mezi kategorie náleží *sociální pozice*,

postavení oběti, normalizace šikany, prosazení pravidel, odpor k pravidlům a kulturní vzory, které se navzájem pojí. Zásadní postup určil sociální pozice, které je důležité získat a udržet. Oběť byla spjatá s nízkým postavením a byla popsána jako „jiná“ a „špatná“. Studie poukazuje, že si žáci neuvědomují, co si pod šikanou mají představit, proto by měli být na pohled šikany nápomocné diskuze s dětmi. Podstata tohoto výzkumu je snaha poukázat na závažnost vysvětlení situace šikany, jako je značná rozdílnost mezi dětmi s nežádoucím sociálním dopadem a nápor na ostatní děti se adaptovat.

Děti, které mají silnější sebevědomí a odolnost, jsou často schopny lépe reagovat na situaci šikany. Každý jedinec může být terčem šikany, existují určité charakteristiky, které mohou ale zvyšovat riziko. Tiché a uzavřené děti, které jsou často osamělé, mohou být identifikovány agresory jako potenciální oběti. Je důležité, aby tyto děti měly možnost zlepšit sociální dovednosti a sebevědomí. Autor Kolář (1997, s. 56–59) uvedl ve své knize, že pokud se dítě nechá šikanovat, není dostatečně odolné nebo neví, jak se má bránit. Každá skupina si umí najít nějakou oběť. Obětí může být kdokoliv, ale existují "typické" oběti, které jsou opakovaně týrané. Jedná se o nejslabší jedince. Tento jedinec neumí skrývat strach. Nejvíce je vidět jejich bojácnost, která nejvíce přitahuje agresory. Schopnost reagovat je primárně snížena v zátěžových situacích. Žáci, kteří umí skrývat strach a využít jejich temperament při zátěži, zvládají reagovat silněji. Kolář ve své knize uvádí případy obětí. Žák Zdeněk patří mezi tiché a uzavřené děti, který nemá moc kamarádů. Při hrách se děsil, že bude středem pozornosti, neuměl se bránit ani fyzicky ani psychicky. Strach slabšího žáka se silnějším a odolnějším žákům líbil. Zvyšuje se riziko šikany, pokud je oběť oslabena nebo se liší. Výraznější odlišnost vede k negativním vlivům. Ve zprávě ČŠI lze vyčíst, že šikana se často charakterizuje jako nerovnováha sil, kdy se oběť nachází v situaci, kde nemá dostatečné možnosti bránit se. Většinou jsou za oběti vybíráni děti, kteří jsou vnímáni jako zranitelní nebo slabší. Autorka Hermochová (2005a, s. 11) uvedla například, že v běžném životě se od nás očekává, že budeme empatičtí, ohleduplní a spolupracující, ale ve světě konkurence a soutěživosti je třeba být asertivní, abychom uspěli. Tyto protichůdné tendence se prolínají i do školního prostředí a mohou ovlivnit mezilidské vztahy, přátelství, sociální postavení jednotlivců. Důvody pro tuto nerovnováhu mohou být různé, jak je znázorněno v Tabulce 1.

Tabulka 1: Počet případů šikany podle převažujícího důvodu – podíl případů (v %)

Zástupný důvod	Podíl případů*
osobnostní charakteristika oběti	42,1
sociální znevýhodnění (např. oblékání, absence mobilního telefonu)	20,6
fyzická odlišnost (např. obezita, neobratnost, tělesně slabší jedinec)	18,3
zdravotní postižení / znevýhodnění	7,9
„nováčkovství“ (nově přichozí člen skupiny)	5,6
národnost, etnicita	4,8
jiné (nadřazenost starších žáků vůči mladším)	4,8
gender	4,0
homofobie, bifobie a transfobie	0,8

* Součet podílů případů nedává 100 % z důvodu možnosti výběru více důvodů současně.

Zdroj: ČŠI, (2016, s. 6,7).

Z tabulky vyplývá, že šikana byla nejčastěji motivována osobnostními charakteristikami oběti, což platilo v 42,1 % případů. Další běžné důvody zahrnovaly sociální znevýhodnění a fyzickou odlišnost žáků. Z tohoto zjištění vyplývá, že je klíčové posílit osobnost oběti prostřednictvím zvýšení sebevědomí a odolnosti vůči šikaně.

Dále jsou důležité **vývojové stupně šikany**, které popisuje Kolář (2001, s. 35). Lze je rozdělit na pět stádií. **První fáze** je označována jako ostrakismus. Na všech školních stupních často existují jedinci, kteří nejsou oblíbení a nacházejí se na tzv. "sociometrickém chvostu." Tito jedinci jsou označováni různými termíny, například "outsider" nebo "marginalizovaná osoba". Autorka Novotná (2010, s. 55) zmínila, že být ve skupině považován za marginála znamená, že jste na okraji skupiny a může to mít dvojí dimenzi. Můžete být považováni za marginála buď proto, že se odlišujete od většiny skupiny nebo proto, že v této skupině nemáte významnou pozici. Dále Kolář (2001, s. 36) uvedl, že když se neprovádí cílená práce na vztazích mezi žáky, ti na okraji skupiny mohou začít provádět psychické formy násilí, což se nazývá ostrakismus. Toto chování zahrnuje ignorování a nepřijímání okrajového člena, což jim způsobuje nepříjemné pocity a nedostatek uznání. **Druhé stádium**, jak je popsáno Kolářem, již obsahuje prvky fyzické agrese. Když se v této fázi objevuje strach, může být zneužit na úkor dítěte, které je terčem šikany. Autor zmínil u tohoto stupně příklad dívky z DD. Hanička v druhé třídě přišla do DD, kde byla považována za nasmělou a plachou dívku. Ostatní děti rychle poznaly její strach a začaly ho využívat proti ní. Hanička se nikdy nebránila, protože se bála konfliktů. Dívka se snažila zalíbit ostatním dětem tím, že jim půjčovala své věci a dělala různé nezbednosti. Snažila se dokázat, že je jako ostatní, ale její pokusy byly vždy odmítnuty, což ji velmi zasáhlo. Cítila se opuštěná a izolovaná. Ve **třetím**

stádiu šikany vytváří agresori jádro, které je tvořeno žáky, kteří jsou ve školní hierarchii vnímáni jako silní. Ve **čtvrtém stádiu** agresori prosazují své normy a ty se stávají pravidly, která většina ostatních žáků přijímá. Tato pravidla se stávají jakýmsi nepsaným zákonem a vytvářejí tlak na konformitu. Podle autorky Novotné (2010, s. 32) je konformní jedinec ten, který harmonicky souzní se sociální skupinou, a tím získává pocit spokojenosti. Jeho postoje a chování jsou v souladu se zájmy této skupiny a s jejími normami. V souvislosti s tím Kolář (2001, s. 40) popisuje, že uvnitř skupiny se formuje alternativní identita, která bezpodmínečně podléhá normám vůdců. I dříve mírní žáci se začínají chovat špatně a zapojují se do šikany. V **pátém stádiu** označovaném jako totalita nebo dokonalá šikana, jsou normy stanoveny agresory a všechny je respektují. To vytváří situaci, kterou lze nazvat stádiem vykořisťování.

V časopisu Sociální práce (2004, s. 101–107) je zdůrazněno, že každá sociální skupina má své specifické charakteristiky, včetně sdílených cílů, norem a vztahů mezi jednotlivými členy. Cíle skupiny obvykle odrážejí převažující hodnoty členů a normy, které vycházejí z těchto cílů, ovlivňují chování všech členů. Ve skupinách často vznikají podskupiny na základě společných zájmů, což může vést k vnitřním konfliktům. Koheze neboli míra soudržnosti ve skupině je klíčovým faktorem v dynamice skupiny. Silná koheze znamená důvěrnou atmosféru a pocit jednoty. Přítomnost "devianta" může udržovat kohezi tím, že členové řeší konflikty a udržují komunikaci. Tenze ve skupině je přirozená a může se projevat jako úzkost či agresivita. Důležité je, aby tenze nedosáhla příliš vysoké úrovně, což by vedlo k neustálým konfliktům. Klíčové je, aby členové chápali svou pozici a roli ve skupině. Ve srovnání s tím se Hermochová (2005a, s. 14) zmínila, že skupinová dynamika je ovlivněna řadou faktorů, jako je soudržnost skupin, způsob vedení, vliv jednotlivců na sdílené hodnoty ve skupině a také vliv skupinových norem na jednotlivce. Tyto faktory mají významný dopad na fungování skupiny a vzájemné vztahy mezi jejími členy.

Bendl (2003, s. 102) popsal studii, ve které se zeptali žáků na jejich reakce na násilí. Zjistilo se, že 54 % z nich by se postavilo proti agresorovi, zatímco 37 % by šikanu nahlásilo. Výsledky však ukázaly rozdíly v odpovědích podle pohlaví a věku. Chlapci by se spíše bránili, zatímco dívky by raději vše nahlásily. Někteří žáci navrhovali různé přístupy, například 16 % by volilo mlčení, 24 % by se vyhýbalo místům, kde došlo k šikaně, a 19 % by situaci řešilo výřečností. Bendl dále uvedl, že systematická práce s potenciálními oběťmi může úspěšně předcházet šikaně, což je zároveň potvrzeno v práci podle Glovera, Gougha, Johnsona a Cartwrighta (2000, s. 150). Také Řičan doporučil výcvik zaměřený na posílení

nebojácnosti a zvýšení sebevědomí (1995, s. 91). Erb (2000, s. 76–77, citovaný v Bendlovi, 2003, s. 109) radí ve své publikaci, že je dobré ukázat, že se dítě nebojí, jelikož odevzdanost i strach může vybízet k agresivnímu chování.

Mnohé výzvy, jimž čelí děti, mají své kořeny v širších společenských vlivech. Je patrné, že některé problémy, ať už se jedná o nerovnosti ve vzdělání, sociální tlaky nebo chudobu, nelze efektivně řešit izolovaně. Naopak jejich komplexní řešení může být dosaženo pouze prostřednictvím kolektivního úsilí na úrovni společnosti i v rámci volného času (Hermonchová, 2014d, s. 17). Hermonchová (2005a, s. 15–17) pojednává o skupinové dynamice, která zkoumá specifické faktory ovlivňující chování a život skupin. Téma zahrnuje strategie a taktiky intervencí do života skupin, jako je posilování soudržnosti, ovlivňování atmosféry a integrace nových členů. Skupinová dynamika má dva hlavní cíle. Těmi jsou změna vnímání sebe sama a změna chování jednotlivců. První cíl se soustředí na rozvoj citlivosti, schopnosti rozpoznat emocionální reakce a ujasnění osobních hodnot. Druhý cíl se zaměřuje na změnu chování, zejména v interakci s prostředím a ve vztazích ve skupině. Tyto cíle podporují osobní rozvoj, komunikaci a spolupráci v rámci skupin. Pozitivní skupinová dynamika může přispět k úspěšnosti preventivních programů proti šikaně tím, že podporuje učení, podporu a změnu norem a hodnot ve skupině. Uvolnění atmosféry, zvýšení důvěry a harmonizace hodnot jsou klíčové pro efektivní výcvik a rozvoj jednotlivců. Dále autorka uvedla, že je dobré využívat hry, jelikož snižují napětí a strach, tím se usnadňuje proces sociálních schopností (Hermonchová, 1994b, s. 12).

Z rešerše vyplývá, že problematika šikany v DD je závažným problémem. Studie ukazují, že děti DD mohou být obětí šikany. Klíčová je skutečnost, že tato skupina dětí je náchylnější k různým formám sociálního selhání, zejména k šikaně. Tento fakt zdůrazňuje naléhavou potřebu řešení problematiky a zlepšení podmínek pro děti v ústavní péči. Hermonchová dále upozorňuje na klíčovou roli výcvikových cílů ve skupině, které by měly nejen posilovat sebevědomí a sociální dovednosti, ale také vést k pozitivní změně v pohledu jednotlivce na sebe samého a v chování. Důležitost skupinové dynamiky a povědomí o různých typech šikany je také zdůrazněna, aby děti byly schopny rozpoznat a odvrátit potenciální šikanu v DD. Tyto informace poukazují na nutnost komplexního přístupu k problematice šikany v ústavní péči a poskytnutí podpory jak individuálně, tak skupinově, aby se vytvořilo bezpečné a podpůrné prostředí pro všechny děti.

1 Propojení tématu s teorií sociální práce

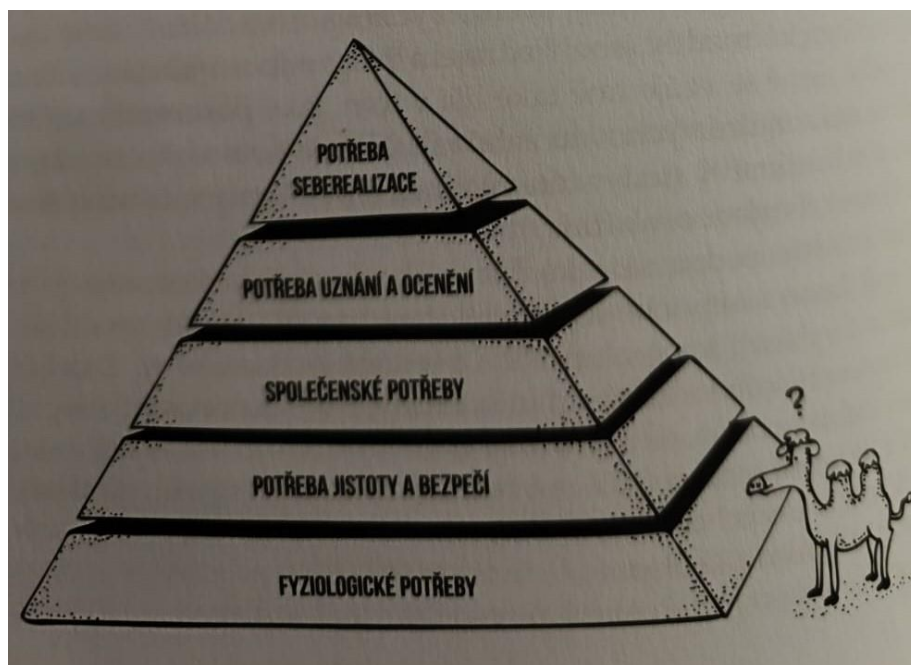
Lze považovat za velkým nedostatek, že se společnost zkoumá pouze povrchně. Preventivní opatření ve vzdělávání nemají dostatečný dosah na odhalení celkového problému, kterým děti čelí. Bylo by vhodné věnovat větší důvěru oblasti školské sociální práce, která má své kořeny již od roku 1926, kdy Alice Masaryková položila její základy. V současném vzdělávacím systému chybí metody primární prevence, které by aktivně identifikovaly rizikové vzory chování a negativní jevy mezi dětmi, a to včas a efektivně. Je důležité si uvědomit, že vývoj každého dítěte je provázen vznikem různých symptomů. Tyto symptomy jsou ovlivňovány genetickými i sociálními faktory, přičemž sociální aspekt hraje klíčovou roli. V tomto ohledu by měl být sociální kontext vždy na prvním místě při diagnostikování problémů (Hurychová 2022, s. 124).

Sociální pracovníci musí do své práce vložit své úsilí, aby mohli efektivně řešit problémy svých klientů (Řezníček, 1994, s. 19). Dále Řezníček (1994, s. 25) popsal, že praxe v užitečných profesích, především v oblasti psychoterapie nám ukazuje, že úspěšný vztah mezi profesionálem a klientem vyžaduje empatii, laskavost a opravdovost. Bez schopnosti vcítit se do situace klienta bez ochoty naslouchat a respektovat ho a bez jasné komunikace, může být pracovní vztah nefunkční a spolupráce s klienty může být výrazně problematická. Hermochová (2014d, s. 29) popisuje profesní kompetence jako soubor schopností, zkušeností, znalostí a osobní charakter. Bednář (2012, s. 120–121) uvádí, že profesní vzdělávání sociálních pracovníků není pouze vyžadováno podle § 111 Zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který ukládá zaměstnavatelům povinnost zabezpečit sociálním pracovníkům nejméně 24 hodin vzdělávání ročně. Je rovněž klíčovým kritériem pro standardy kvality sociálních služeb, zejména pro Standard č. 10. Tento standard vyžaduje, aby poskytovatel služeb měl písemný postup pro pravidelné hodnocení zaměstnanců, včetně stanovení a podpory osobních profesních cílů a potřeb další odborné kvalifikace. Zároveň by měl být vypracovaný program dalšího vzdělávání zaměstnanců, podle kterého se postupuje.

Podle **teorie potřeb** Abrahama Maslowa by bylo možné vytyčit několik potřeb, které jsou zaměřeny v projektu. Projekt může přispět k uspokojení potřeb dětí, jako je bezpečí a ochrana před šikanou. Nápomocné mohou být aktivity projektu, zejména ty zaměřené na prevenci šikany a podporu mezilidských vztahů, mohou naplňovat potřeby bezpečí a jistoty. Sociální potřeby jsou důležité k vytváření pozitivních mezilidských vztahů, což je spojeno s potřebou

sociálního uznání. Děti budou mít příležitost sdílet své pocity a názory, což může pomoci jejich sociální integraci. Část projektu je věnována vzdělávání dětí, zlepšení jejich chápání a znalosti problematiky šikany, cílí k naplňování kognitivních potřeb. Projekt lze vnímat jako iniciativu, která se snaží uspokojit potřeby dětí v DD ve smyslu bezpečí, sociálních vztahů, uznání a individuálního rozvoje. Hermochová (2014d, s. 20) poukazuje na význam neformální výchovy a lze obsah volného času interpretovat skrze známé schéma lidských potřeb. Zdůrazňuje, že zatímco formální vzdělávání a výchova klade důraz na individuální kognitivní úspěch, neformální výchova směřuje k posilování solidarity, kolektivnímu učení a získávání sociálních dovedností.

Obrázek 2: Hierarchie lidských potřeb podle Abrahama Maslowa



Zdroj: Hermochová (2014d, s. 20)

Transakční analýza je teoretický přístup, který zkoumá mezilidskou komunikaci a chování. Zaměřuje se na transakce, což jsou vzájemné interakce mezi lidmi a rozdělují člověka do tří rovin. Z toho vychází čtyři různé životní postoje jednotlivce, což umožňuje lidem změnit se a dosáhnout sebekontroly. Depresivní postoj se projevuje v pozici "Já nejsem OK, ty jsi OK," což znamená pocit bezmoci a závislosti na ostatních. Když dítě nenaplňuje některé potřeby, může si za to vyčítat a připisovat vinu sobě (Hennig, Pelz, 2008, s. 76–78). Hermochová (2014d, s. 38) zmiňuje, že úspěšná spolupráce vyžaduje přístup, který se opírá o základní princip: "Já jsem OK, ty jsi OK." Je nezbytné respektovat různé názory ostatních členů skupiny a stále mít na paměti společný cíl. Každý jednatel je zodpovědný za své činy i za

to, co záměrně nedělá. Efektivní skupinová práce předpokládá vzájemnou akceptaci členů skupiny, otevřenou komunikaci a aktivní účast v hledání společného cíle a cesty k jeho dosažení.

Sociální práce se zaměřuje na poskytování pomoci jednotlivcům, skupinám nebo komunitám s cílem zlepšit nebo obnovit jejich **sociální fungování**. V rámci paradigmat sociální práce rozlišujeme různé přístupy, nazývaná **malá paradigmata** (Matoušek, 2001, s. 184, 185). Podle Navrátila (c2001, s. 21) spočívá úkol sociálního pracovníka v podpoře sociálního fungování klienta, což zahrnuje pomoc při obnově nebo získání dovedností potřebných k zvládnutí požadavků prostředí. Sociální práce je multidisciplinární obor, který se věnuje řešení lidských problémů a navazuje na vztahy s ostatními disciplínami zabývajícími se člověkem. Řezníček (1994, s. 21) popisuje ve své knize, že sociální práce se snaží o přeměnu chování klientů. Profese sociální práce se zaměřuje převážně na mikrosociální a mezosociální úroveň, což zahrnuje přímý kontakt sociálních pracovníků s klienty a jejich sociálním prostředím. Klade důraz na sociální interakci a její potřebné změny. V rámci sociální politiky představují sociální pracovníci významný makrosociální nástroj pro integraci okrajových skupin a jednotlivců do hlavního proudu společnosti.

Navrátil (c2001, s. 14–16) popisuje **tři tzv. malá paradigmata** v oblasti sociální práce. První, nazývané terapeutické paradigma, klade důraz na duševní zdraví a pohodu klienta a využívá psychoterapie jak individuálně, tak ve skupině. Druhé, reformní paradigma, se zaměřuje na dosažení společenské rovnosti v různých oblastech života a poskytuje klientům možnost aktivní účasti na vlastních životech a na formování společenských změn. Třetí, poradenské paradigma, zdůrazňuje schopnost klienta řešit problémy a získávat informace s důrazem na individuální potřeby a zlepšování systému. Důležitým prvkem jsou neuspokojené potřeby klienta, které brání jeho možnostem a pomoc se zaměřuje na poskytování informací, poradenství a přístupu k zdrojům.

Navrátil (c2001, s. 38) v rámci **systemové teorie** popisuje sociální systémy, které mohou být jak mikrosystémy zahrnující jednotlivce, rodiny a skupiny, tak i makrosystémy zahrnující společnost, komunity a organizace. Tyto systémy jsou vzájemně propojeny a mohou vytvářet subsystémy z různých sociálních aspektů. Podle Comptonové a Galawaye (1999, citovaných v Navrátilovi, c2001, s. 38) lze sociální situace klientů analyzovat podle typu prostředí, které se skládá z několika úrovní, včetně individuální, skupinové, rodinné, komunitní, třídní

a kulturní úrovně. Chytil (2002, citovaný v Navrátilovi, c2001, s. 39, 40) zdůrazňuje využití tohoto konceptu v praxi sociální práce, kde sociální pracovník může pomocí tohoto schématu identifikovat cíle změny a budovat vztahy nejen s klienty, ale i s dalšími lidmi v jejich životním prostředí. Tento přístup propojuje obecné teorie systémů s ekologií a vytváří ekosystémovou perspektivu v sociální práci. Janebová (2014b, s. 104, 105) popisuje, že **ekologie** poskytuje základ pro **ekosystémovou perspektivu**, která zkoumá vzájemné vztahy mezi systémy a jejich prostředím, včetně jejich formování a ovlivňování. Hlavním zájmem ekologie je adaptace na okolní prostředí a identifikace silných stránek jak prostředí, tak i jednotlivce. V praxi to znamená aktivní hledání silných stránek klienta, které mu pomohou zvládat tlaky prostředí, a také identifikaci silných stránek prostředí, které mohou přispět k řešení klientových problémů. Janebová (2014b, 107,108) se dále zmiňuje, že ekosystémové perspektivy se zaměřujeme na potřeby jednotlivce v jeho prostředí. Cílem je posilovat schopnosti klientů uspokojovat své vlastní potřeby a adekvátně reagovat na požadavky svého prostředí. Tímto způsobem ovlivňujeme sociální prostředí tak, aby podporovalo uspokojení potřeb klientů a zlepšovalo jejich interakce s tímto prostředím.

Prevence je rozdělena do tří hlavních typů, kterými jsou primární, sekundární a terciární (Matoušek, Kroftová, 2003, s. 265). **Primární prevence** se realizuje v situacích, kdy šikana dosud nenastala. Je zaměřena na podporu vývoje harmonické osobnosti dítěte, zvyšování informovanosti a provádění preventivních aktivit, jako je podpora zdravého sebevědomí a výchova k odvaze. Nejefektivnějším způsobem, jak předejít šikaně, je budování otevřených, přátelských a bezpečných vztahů mezi vrstevníky (Bendl, 2003, s. 78). V kontextu primární prevence šikany je zdůrazněno, že by mělo být vynaloženo úsilí na ovlivnění skupinových norem a děti chovat se pozitivním způsobem. Klíčovým cílem je podporovat odpovědnost za pomoc obětem místo podněcování k šikaně. Těchto cílů lze nejlépe dosáhnout prostřednictvím aktivit, kde je možné zaměřit se na všechny děti jako na celkovou skupinu (Salmivalli et al., 2013, s. 88). Dále Bendl (2003, s. 78) popisuje **Sekundární prevenci**, která se využívá v případech, kdy již k šikaně došlo a je nutné přijmout opatření k nápravě a odstraňování problémů. To zahrnuje jednání s kolektivem, výchovnou práci s agresí a podporu sociálních dovedností. I když **terciární prevence** není běžně praktikována, stává se stále důležitější. Bendl ve své výzkumné zprávě o sociálním klimatu v českých základních školách uvedl, že terciární prevence může zahrnovat vytvoření specializovaných pracovišť, která by pracovala celodenně s agresory.

2 Etické hledisko sociální práce

Sociální pracovníci se musí řídit několika důležitými profesionálními hodnotami při výkonu své praxe. Jednou z těchto hodnot je respektování lidské důstojnosti klientů. Je však třeba poznamenat, že respektování svobodného rozhodování klientů má určité hranice, zejména pokud by mohlo dojít k závažnému omezování jejich práv. Další klíčovou profesionální hodnotou je důvěrnost sdělených informací. Profese sociální práce zahrnuje několik důležitých zásad provázejících výkon praxe. Patří sem dodržování sféry působnosti sociální práce, uvědomělé využívání osobního přístupu v praxi, udržování profesionální objektivity, respekt k rozmanitosti mezi lidmi, zejména v případě marginálních a menšinových osob a skupin. Těmito hodnotami jsou také přístup ke klientům, respektování jejich důstojnosti, individuální přístup, využívání silných stránek osobnosti klientů, maximální zapojení klientů do procesu, předávání praktických dovedností a schopnost podporovat klienty na cestě k jejich cílům. Těmito hodnotami jsou také způsob komunikace s klienty, ohled na jejich důstojnost, individuální přístup, využití silných stránek osobnosti klientů, aktivní angažovanost klientů, sdílení praktických dovedností a schopnosti podpory klientů na jejich cestě k dosažení cílů (Řezníček, 1994, s. 31,32).

Z etického kodexu sociálních pracovníků, který je dostupný na stránkách Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky (2023) vyplývá, že sociální pracovník nese odpovědnost za své neustálé celoživotní vzdělávání. Kodex zdůrazňuje důležitost udržování odborných znalostí, profesionálního chování a rozvoje dovedností v oblasti sociální práce.

3 Propojení tématu se sociální politikou – role státu

Sociální politika představuje soustavnou snahu různých sociálních subjektů, kteří aktivně usilují o transformaci nebo podporu rozvoje sociálního systému a nástrojů, jež slouží k provádění sociální politiky. Výsledkem tohoto dlouhodobého a cíleného úsilí jsou změny daného systému či nástroje. Toto úsilí se projevuje v různých postojích a činnostech sociálních subjektů (Tomeš, 2010, s. 29). Sociální politika je zaměřena na rozvoj sociální oblasti, což umožňuje aktivně formovat dynamiku a charakter společnosti (Krebs a kol., 2015, s. 18).

Mezi sociální funkce státu patří ochranné, pořádkové a hospodářské, socializační, integrační a reintegrační, kontrolní a solidaritní. Dále Tomeš popisuje, že funkce socializace, integrace a reintegrace spočívají v zapojení jednotlivce do kolektivu a umožňují lidem stát se součástí sociálního prostředí. Také pomáhá začlenit se do společenských struktur nebo se do nich vrátit, pokud byli dříve vyloučeni z různých důvodů. Tomeš se zmiňuje o solidaritě, která může mít různou povahu a rozsah. Existují tři hlavní pojetí solidarity, které jsou liberální (reziduální), korporativní a institucionální. Institucionální pojetí přebírá plnou odpovědnost za sociální péči, kde stát organizuje solidaritu mezi občany a zajišťuje redistribuci zdrojů (Tomeš, 2010, s. 23–24). Tomeš (2010, s. 30) popisuje cíle solidarity, které zahrnují podporu společenského rozvoje, boj proti společenským problémům. Zajišťují důstojnosti člověka, jeho práva na svobodu, účast v sociálních procesech, snahu o sociální začlenění a prevenci vyloučení.

Cíle solidarity mohou být dosahovány prostřednictvím prevence, ochrany, terapie, rehabilitace a reintegrace. Prevence zahrnuje ochranu lidských práv, zásahy proti jejich porušování ze strany jednotlivců, organizací nebo diskriminace a také pozitivní intervence pro zachování zdraví a života. Solidarita je v naší společnosti na odlišných úrovních mezi jednotlivci nebo různými skupinami. Funkce sociální prevence, vyhledávání případů ohrožených dětí a intervence jsou způsoby, jak chránit děti před patologickými jevy v rodině. Toto úsilí koordinují sociální odbory na místních úradech a v případě potřeby může zasáhnout i soud (Potůček, 1995, s. 105).

Tomeš (2010, s. 33, 34) zmiňuje pojem sociální ochrana. Jedná se o komplexní soubor systémů a nástrojů, které slouží k zajištění sociální ochrany a mají za cíl podporovat sociální

začlenění všech občanů a bojovat proti sociální vyloučenosti. Sociální ochrana dnes zahrnuje širokou škálu opatření a kontrolních mechanismů, které mají za cíl chránit život, důstojnost a sociální rozvoj jednotlivců. Preventivní sociální ochrana se zaměřuje na všechny nástroje a systémy, které předcházejí nebo zpomalují procesy vedoucí k sociálnímu vyloučení a ohrožují integritu osobnosti. Stejně tak Krebs (2015, s. 57) ukázal na to, že mezi hlavní cíle sociální politiky patří ochrana občanů a jejich efektivní integrace do společnosti. Právní řád má klíčovou roli v každé demokratické společnosti a jeho součástí je sociálně-právní legislativa. Z jiného úhlu lze sociální politiku chápat také jako systém daní a transferových plateb nebo jako síť institucí sociální politiky, jako jsou sociální služby a azyly. Dalším důležitým nástrojem jsou vzdělávací aktivity včetně poradenství (Krebs, 2015, s. 63).

Krebs (2015, s. 306–308) popisuje, že sociální pomoc využívá různé nástroje, včetně poradenství, prevence sociálně patologických jevů, sociálně-právní ochrany, dávek sociální pomoci a sociálních služeb. Poradenství má klíčovou roli při prevenci a odstraňování příčin nepříznivých podmínek a také při bránění jejich vzniku. Je však důležité, že dostupnost a kapacita poradenské péče mohou být nedostatečné. Sociálně-právní ochrana má značný význam, zejména pro nezletilé děti a občany bez způsobilosti k právním úkonům. Jedním z hlavních prvků této ochrany je aktivní vyhledávání a prevence sociálně patologických jevů, což je klíčová role sociální politiky, která se snaží předcházet rizikovému vývoji dětí a mládeže. Tyto aktivity mohou být organizovány nebo financovány přímo státem. Sociální prevence představuje důležitý nástroj sociální pomoci a zahrnuje řadu aktivit zaměřených na změnu nepříznivých podmínek, které přispívají ke vzniku a šíření sociálně patologických jevů. V této oblasti došlo ke zvýšení počtu sociálních pracovníků s důrazem na poskytování sociální péče v běžném prostředí jednotlivců.

3.1 Vzdělávací politika

Krebs (2015, s. 448) upozornil na důležitou roli dvou provázaných procesů, konkrétně výchovy a vzdělání. Výchova se zaměřuje na rozvoj a zdokonalení a má klíčový vliv na formování morálních kvalit jednotlivců. Vzdělávání je v tomto kontextu více zaměřeno na poskytování informací a znalostí. Krebs (2015, str. 450) v knize popsal dvě základní funkce preventivní a nápravnou. Preventivní funkce má široký dosah a zaměření na prevenci sociálních problémů, které spočívají v kultivaci jednotlivců a jejich integraci do společnosti.

Nápravná funkce je naopak vnímána jako reakce na již existující problémy, které se snaží korigovat a napravit.

Strategie vzdělávací politiky České republiky je dokument, který obsahuje cíle a opatření týkající se vzdělávacího systému v České republice. V rámci strategie jsou stanoveny cíle, které by měly být dosaženy v určitém časovém horizontu a jsou navrhována opatření a změny ve vzdělávacím systému, které mají vést k dosažení těchto cílů. Cílem strategie vzdělávací politiky je zlepšit kvalitu vzdělávání, zvýšit dostupnost vzdělání a přizpůsobit vzdělávací systém potřebám společnosti (Fryč, 2020). Rovné přístupy ke kvalitnímu vzdělání by měly zahrnovat veškeré děti v jednotlivých základních školách během celé povinné školní docházky. To má pozitivní vliv na sociální soudržnost, občanskou aktivitu a zvýšenou profesní flexibilitu, což může snížit riziko nezaměstnanosti. Rozdílný socioekonomický původ studentů ve středním školství vytváří nerovnosti v oblasti vzdělanosti, sociálních a lidských dovedností, což v konečném důsledku omezuje společenskou integraci a vyžaduje následné investice do odstraňování těchto nerovností (Fryč, 2020, s. 44). Rovněž Potůček (1995, s. 55) zmínil, že demokratizace vzdělání neboli zajištění rovného přístupu ke vzdělání pro všechny je jedním z hlavních cílů vzdělávací politiky a klíčových kritérií hodnocení vzdělávacích systémů. Fryč (2020, s. 33) uvádí v dokumentu Strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2030, že čeští žáci mají v porovnání s mezinárodním průměrem nepříznivý vztah ke škole, což platí zejména na konci prvního stupně, a to více u chlapců. Tento negativní vztah ke škole souvisí s problematikou rizikového chování, včetně špatných vztahů mezi spolužáky, porušování školních pravidel, šikany a kyberšikany. Kromě toho se v oblasti psychohygieny nedostatečně klade důraz na prevenci deprese, úzkosti a škodlivého stresu. Žáci mají nedostatek informací o duševním zdraví, což může vést k pocíťování úzkostí spojených se školou. Pro řešení těchto problémů je třeba více podporovat rozvoj funkčního sociálního chování u dětí ve vzdělávacím systému a zároveň vytvořit podmínky pro rozvoj tohoto chování i ve školním prostředí a ve formálním i neformálním vzdělávání. Dále Fryč (2020, s. 34) se zmínil o posílení bezpečného prostředí na školách, zlepšení práce s žáky, prevence rizikového chování a rozvoj vzdělávání učitelů. Koordinace školních poradenských služeb bude posílena a žáci budou více zodpovědní za své chování podle svého věku a vývoje.

4 Propojení tématu s metodami a technikami sociální práce

Sociální práce se skupinami je považována za tradiční metodu sociální práce (Navrátil, c2001, s. 125). Skupinová sociální práce využívá bohatou historii sociálních a psychologických poznatků o dynamice skupin. Vzdělávací skupiny jsou navrženy tak, aby rozšiřovaly osobní zkušenosti a dovednosti účastníků, jako je například asertivní trénink (Řezníček, 1994, s. 55).

Navrátil (c2001, s. 101–102) popisuje **asertivní trénink** jako klíčový prvek v práci se skupinami. Asertivní trénink je zaměřen na rozvoj schopnosti vyjádřit své názory, potřeby a pocity přímo. Zároveň respektuje práva ostatních. Tato schopnost je klíčová pro úspěšné fungování skupiny a také pro změnu chování, což je cílem behaviorální terapie. **Behaviorální terapie**, která se snaží o tuto změnu chování, často zahrnuje rozvoj nových dovedností a snižování intenzity chování, které může způsobovat obtíže. Tento přístup vychází z principů učení a využívá různé techniky, jako je právě trénink asertivity. Matoušek (2013, s. 18) dále uvádí, že asertivní trénink je zaměřen na výcvik jedinců, aby se naučili lépe prosadit. Tento typ výcviku je zejména užitečný pro ty, kteří mají potíže s vyjádřením svých názorů, cítí se zstrašeni nebo mají potíže se prosadit.

Kognitivně behaviorální terapie (KBT) se opírá o různé typy učení a klade zvláštní důraz na interakce s ostatními lidmi. Většina příčin, cílů lidského chování, obsah myšlení a emocí jsou odvozeny ze sociálního prostředí, které je pro jedince důležitým zdrojem motivace. Způsob, jakým jedinec vnímá sám sebe v kontextu svých vztahů s ostatními, hraje významnou roli v jeho osobním rozvoji. KBT je charakterizována svou strukturovaností a předem definovaným programem, který je zaměřen na řešení konkrétních problémů a cílů. Stanovuje jasné a dosažitelné cíle, jejichž dosažení je průběžně sledováno. Tato terapie klade důraz na konkrétní změny v životě klienta, má vzdělávací rozměr a směřuje k podpoře klientovy samostatnosti (Janský, 2009, s. 97–98).

Důležité k úspěchu **práce ve skupině** je stanovení jasných cílů, což zahrnuje motivaci jednotlivých členů a hodnocení jejich úspěchů (Řezníček, 1994, s. 56–57). Při zakládání skupiny je nezbytná pečlivá příprava, která by měla být zahájena uvolňujícím a sblížujícím způsobem s důrazem na budování pozitivní atmosféry spolupráce a podporu otevřené komunikace. Důležitým prvkem je také uzavření každé schůzky se shrnutím probíraných

témat (Řezníček, 1994, s. 58). Členové skupiny vzájemně ovlivňují své jednání a postoje. Společné sdílení cílů skupiny napomáhá procesu učení, rozvoje a budování vztahů. Účast v takové skupině umožňuje vzájemnou zpětnou vazbu mezi členy, což vytváří prostředí pro osobní rozvoj a může posilovat sebedůvěru jednotlivců. Síla a kolektivita skupiny pak nabízí možnost k pozitivním změnám, neboť jedinec má šanci změny svého postoje, chování a pocitů (Navrátil, c2001, s. 125). Navrátil (c2001, s. 126) zdůrazňuje, že účast ve skupině přináší mnoho příležitostí k učení prostřednictvím interakce mezi členy a sociálním pracovníkem. Existuje mnoho různých typologií skupin, které lze použít kategorizovat různými způsoby. Pappelová a Rothman (1966, citovaný v Navrátilovi, c2001, s. 126) identifikují tři základní druhy skupin. Terapeutické skupiny, vzájemné podpůrné skupiny (často známé jako samopomocné skupiny) a sociálně orientované skupiny, jejichž cíle často přesahují rámec samotné skupiny. Naopak Preston-Schoot (1987, citovaný v Navrátilovi, c2001, s. 126) rozlišuje více typů skupiny podle toho, na jaký účel jsou zaměřeny. Patří sem sociální nebo rekreační skupiny, psychoterapeutické skupiny, poradenské skupiny, vzdělávací skupiny, diskuzní skupiny, samopomocné skupiny a skupiny zaměřené na sociální akce. Whitaker (1985, citovaný v Navrátilovi, c2001, s. 126) identifikuje čtyři klíčové oblasti, které jsou zásadní pro úspěšné fungování skupiny. První z nich je organizační podpora, což znamená, že skupinové cíle musí být podporovány lidmi v organizaci. Druhá oblast, nazývaná skupinová podpora, se týká dosažení konsensu mezi členy skupiny ohledně cílů a metod, což přispívá k efektivitě skupiny. Třetí faktor, profesionální tvorba a vedení skupiny, zahrnuje strukturální aspekty skupiny, jako je velikost, složení a vztah mezi pracovníkem a členy skupiny. Nakonec je důležitá i účelnost skupiny, což znamená, že skupina by měla být ukončena, pokud ztratí svůj původní účel. Mezi běžně využívané techniky ve skupinové práci patří hry, diskuse a experimentální aktivity (Navrátil, c2001, s. 128).

Poradenský přístup v sociální práci, jak ho popisuje Matoušek (2013, str. 103), klade důraz na schopnost klienta zvládat své problémy a na dostupnost potřebných informací a služeb. Tento přístup se zaměřuje na individuální potřeby klientů a zároveň se snaží o zlepšení systému poskytovaných služeb. Jeho podstatné rysy spočívají v identifikaci překážek bránících klientům plnému využití dostupných zdrojů ke splnění svých potřeb. Z metodického hlediska se poradenský přístup projevuje především poskytováním konkrétních informací, zajištěním přístupu k zdrojům a mediace další pomoci a služeb. Tento přístup k sociální práci také zahrnuje snahu o změnu společnosti a jejích institucí s cílem lépe reagovat na potřeby občanů. Současně zdůrazňuje podporu osobního a sociálního rozvoje skrze individuální růst.

Ve své praxi se příznivci tohoto přístupu často zaměřují na drobné individuální změny, které ne vždy vedou k masivní sociální reformě. Jako příklady tohoto přístupu lze uvést úkolově orientovanou práci s klientem a model řešení problémů.

Frankl (1999, s. 130–135, citovaný v Matouškoví, 2013, s. 25) uvedl, že sociální pracovník skrze **rozhovory** podněcuje klienta k nalezení vlastní motivace pro účinné kroky ke zlepšení situace. Hlavním cílem je posílit klientovo uvědomění o **svobodě a odpovědnosti** vlastního života, což může vést k nalézání **smyslu** a cíle v jejich činnostech. Pracovník se snaží vytvořit podporující prostředí, které klientovi umožní aktivně řešit své problémy. Během rozhovorů klienti lépe poznávají své schopnosti a možnosti, což je motivuje k přijímání zodpovědnosti za své rozhodnutí a kroky. To pak může posílit jejich vnitřní sílu a touhu po změně, což přispívá k pozitivním výsledkům a lepšímu zvládnutí jejich životní situace.

Janebová (2014a, s. 30) zmiňuje, že "**Motivační rozhovory**" (dále jen „MR“) jsou široce používanou metodou v pomáhajících profesích, kterou vytvořili William R. Miller a Stephen Rollnick. Tato metoda je založena na klientem orientovaném přístupu především inspirovaném rogersovskou psychoterapií a obsahuje prvky systémové a kognitivně-behaviorální terapie. MR se vyznačuje nedirektivním přístupem a chápe "motivaci" jako stav odhodlání k dosažení určité změny nebo cíle. Každá změna v chování člověka prochází určitými stádii, která se mohou cyklicky opakovat, což je známo jako "kolo změny" (wheel of change). Tato metoda může být účinně využita i v projektu zaměřeném na motivaci dětí při aktivitách. Miller a Rollnick (2003, citovaní v Janebové, 2014a, s. 31) navrhují používat různé techniky v MR. Mezi ně patří například používání otevřených otázek, které pomáhají jak pracovníkovi, tak i klientovi lépe porozumět problému. Další důležitou technikou je reflektivní naslouchání, kde pracovník prostřednictvím reflexe ukazuje klientovi, že jej poslouchá a zároveň zjišťuje, zda mu dobře rozumí. Potvrzování je další technikou, která spočívá v oceňování a potvrzování klienta během procesu, což posiluje jeho sebevědomí a buduje vztah s pracovníkem. Shrnutí je v MR využíváno k ucelenému a přehlednému zopakování všech důležitých informací a podněcování sebe-motivujících výroků.

5 Legislativa dané problematiky

Dětské domovy v České republice, které poskytují péči a výchovu dětem, patří pod správu a dozor MŠMT. V počátcích roku 2009 byla v českých právních předpisech poprvé formulována potřeba stanovit kritéria kvality v oblasti ústavní výchovy a preventivní péče o děti. Tato potřeba vedla ke schválení Národního akčního plánu pro transformaci a sjednocení systému péče o ohrožené děti na období 2009–2011. Tato práce byla iniciována transformačními kroky, včetně vytvoření kvality péče a podpory preventivních opatření. Významným mezníkem bylo schválení Národní strategie ochrany práv dětí s názvem "Právo na dětství" v roce 2011, následované Akčním plánem na její naplnění v období 2012–2015. V roce 2009 byla vypracována Rámcová koncepce Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky pro systém náhradní výchovné péče o ohrožené děti ve školských zařízeních pro výkon ústavní výchovy nebo ochranné výchovy a pro preventivně výchovnou péči. Klíčovým okamžikem se stal rok 2012, kdy MŠMT předalo Národnímu ústavu pro vzdělávání úkol vytvořit standardy kvality pro ústavní výchovu, ochranu a zařízení preventivní výchovné péče. V tomto roce byla také schválena novela zákona č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivní výchově ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů, což stanovilo právní rámec pro tyto aktivity (Pacnerová a kol., s. 8, 2015).

Zákon č. 109/2002 Sb. je český právní předpis, který upravuje výkon ústavní výchovy, ochranné výchovy a preventivně výchovné péče ve školských zařízeních. Zákon se týká situací, kdy je nezbytné poskytnout speciální výchovu a péči dětem a mladistvým, kteří se nacházejí ve zvláštních životních situacích jako je trestná činnost, ohrožení vlastního zdraví nebo správného vývoje, či sociální problémy. Zákon se také zabývá otázkami týkajícími se práv dětí a mladistvých v těchto zařízeních, včetně práva na vzdělání, zdraví a rodičovskou péči. Zákon stanovuje postupy pro umístění do ústavní výchovy či ochranné výchovy a upravuje spolupráci mezi různými institucemi a orgány, které se v oblasti dětské péče a výchovy podílejí. Zákon slouží k zajištění adekvátní péče a výchovy pro děti a mladistvé, kteří se ocitli v obtížných životních situacích a vyžadují speciální podporu a dohled (Česko, 2002). Rovněž **Zákon č. 359/1999 Sb.** Zákon o sociálně-právní ochraně dětí se zabývá ustanovením týkající se prevence a řešení šikany v DD. Tento zákon se věnuje ochraně práv dětí a stanoví povinnosti a pravomoci orgánů sociálně-právní ochrany dětí. Orgán sociálně právní ochrany dětí (dále jen „OSPOD“) je státní orgán, který je zaměřen na výkon sociálně-

právní ochrany dětí, který klade důraz na blaho dítěte a jeho zájmy. OSPOD má preventivní a poradenskou činnost, proto je povinen podle § 6, 7 a 10 dohlížet na nepříznivé vlivy na děti a identifikovat jejich původní příčinu a oznámit případy šikany. V § 32 se zaměřuje na prevenci negativních vlivů dětí. Pomáhá dětem překonat problémy, které mohou ovlivnit jejich chování. Sociální kurátoři analyzují sociálně patologické jevy u dětí a mládeže a navrhnou preventivní opatření. Navíc se účastní přestupkových a trestních řízení a zároveň zajišťuje ochranu dětí před sociálně patologickými jevy. § 38 zase zajišťuje hodnocení preventivních sociálních programů na ochranu týraných, zneužívaných a zanedbávaných dětí a předkládá opatření pro pomoc dětem a rodinám. Komise spolupracuje na tvorbě programů a koncepcí v oblasti služeb pro rodiny s dětmi, náhradní rodinné péče a prevence sociálně patologických jevů (Česko, 1999).

Práva dětí jsou rovněž chráněna **úmluvou** OSN, zejména Článkem 19 odst. 1, který ukládá smluvním státům povinnost přijmout opatření k ochraně dětí před různými formami násilí, včetně fyzického nebo duševního násilí, zranění, zneužívání nebo týrání. Důležité ustanovení obsahuje i Článek 28 odst. 2, který zdůrazňuje nutnost uplatňování školní kázně v souladu s lidskou důstojností dítěte. Článek 37 pak mluví o povinnosti států zajistit, aby žádné dítě nebylo vystaveno mučení nebo jinému krutému, nelidskému nebo ponižujícímu zacházení nebo trestu (1991, Sdělení č. 104/1991 Sb. Sdělení federálního ministerstva zahraničních věcí o sjednání Úmluvy o právech dítěte, citovaný v Milli, 2017, s. 9).

Škola má podle právních předpisů značnou odpovědnost za prevenci a řešení šikany. **Narizení vlády č. 108/1994** stanovuje, že škola je odpovědná za škodu vzniklou žákům v souvislosti s výukou (Česko, 1994). Podobná pravidla platí podle **zákona č. 561/2004 Sb.**, který ukládá školám povinnost zajistit bezpečnost a ochranu zdraví dětí (Česko, 2004). Ředitel školy má také povinnost podle **zákona č. 262/2006 Zákoníku práce** aktivně předcházet a řešit případy šikanování (Česko, 2006). **Metodický pokyn MŠMT (2004) č. j. 28 275/2000–22**, vydaný k prevenci a řešení šikany. **Vyhláška č. 263/2007 stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení (2007)**, stanoví povinnost dohledu nad žáky k zajištění bezpečnosti a ochrany. Kromě toho **Metodický pokyn MŠMT (2016, č. j. 21149/2016)** k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních definuje konkrétní opatření pro prevenci a řešení šikany. Legislativní rámec pro práci školního metodika prevence se zaměřuje na primární prevenci ve školním prostředí i DD a zahrnuje také aspekty jako komunikaci s rodinami a hodnocení prevence a sociálně nežádoucích jevů.

6 Analýza potřebnosti

V rámci mé bakalářské práce jsem provedla analýzu potřeb, která měla za cíl identifikovat nejaktuálnější a nejnaléhavější kroky jako odpověď na potřebu vzniku projektu.

Podle průzkumu Mapa školy ze stránek Scio většina dětí na prvním stupni vnímá školu jako bezpečné prostředí, přestože čtyři procenta žáků na prvním stupni přiznávají, že mají často strach z některých spolužáků. Vedoucí projektu Anna Tzurna zdůraznila důležitost nelehkomyslného přístupu k i nejmenším obavám zachyceným v průzkumu. K otázkám se loni vyjádřilo 15 700 žáků prvního stupně, 13 800 žáků druhého stupně a 21 300 rodičů. Devět procent dětí bylo přímými svědky šikany, 12 procent se stalo oběťmi šikany a dvě procenta žáků přiznala, že šikanovali druhé. Pětina dotázaných dětí uvedla, že se ve třídách běžně stává, že někdo někomu ubližuje slovně a další čtvrtina odpověděla, že se to děje docela často. Odborníci varují před narůstajícím ponižováním spolužáků na internetu a sociálních sítích (Aktuálně.cz, 2023).

6.1 Faktory vedoucí k problému a jeho vliv na cílovou skupinu

Příčinou šikany může být určitá charakteristika dítěte a klíčovým faktorem je nemožnost nebo neschopnost se bránit. Agresor si vybírá oběť na základě této nemožnosti nebo neschopnosti (Česká školní inspekce, 2016, s. 4). Podle výsledků ČSI za období let 2012–2015 lze konstatovat, že téměř každá druhá základní škola (47,2 %) v uvedeném časovém rozpětí řešila nějaký případ šikany (ČŠI, 2016, s. 6). Podle profesora Dietera Wolkeho, specialisty na vývojovou psychologii na University of Warwick, mají lidé, kteří se v dětství stávají oběťmi šikany, poškozené nejen psychické a fyzické zdraví. Šikana rovněž negativně ovlivňuje jejich školní výsledky, vedou k častějším absencím a předčasnému ukončení školní docházky. Tyto faktory následně přispívají k horší a hůře placené práci. Sociální důsledky šikany zahrnují narušené vztahy s kolegy, přáteli a rodinou, nedostatek přátel a nízké sebevědomí. Celkově lze konstatovat, že šikana má negativní dopady na zdraví, sociální fungování a ekonomickou perspektivu postižených jednotlivců (Wolke, Dieter A Suzet Tanya Lereya, 2015, s. 879–885).

Rozhovory s dětmi v DD hrají klíčovou roli v identifikaci problémů a potřeb pro plánování preventivního projektu v oblasti primární prevence šikany. Získaná data naznačují, že některé

děti v domově čelí nepřátelskému chování a málo si uvědomují formy šikany. Důležité je, že některé děti se nechtějí nebo neumí svěřit o svých negativních zážitcích. Projekt se zaměří na vytvoření bezpečného prostoru pro otevřenou komunikaci a skupinová sezení s důrazem na pozitivní skupinovou dynamiku. Cílem je zlepšit vztahy mezi dětmi a připravit je na úspěšný přechod do samostatného života. Stávající preventivní programy v domově Přerov jsou nedostatečné v informování o šikaně, a proto je tento projekt klíčový pro posílení odolnosti dětí vůči tomuto problému.

6.2 Řešení dané problematiky v ČR

V oblasti boje proti šikaně v České republice funguje několik organizací a projektů, které se zaměřují především na primární prevenci. Jedním z těchto projektů je "**Nenech to být – boj proti šikaně**", který vytvořil online schránku důvěry. Tato schránka je přístupná jak na webových stránkách, tak i prostřednictvím mobilní aplikace. Studenti mohou anonymně nahlásit případy šikany, i když jejich škola není zaregistrována. Tým projektu Nenech to být, informuje odesílatele, že nemůže zaručit doručení upozornění přímo do školy. Nicméně se snaží najít vhodný kontakt na webových stránkách školy a poskytuje jim informace v zaheslovaném PDF, ke kterému získají přístup po bezplatné registraci. V případě, že je škola součástí programu Nenech to být, má možnost využít odborné poradenství a online diagnostiku třídy (Šance dětem, 2023). Dalším zajímavým projektem v oblasti bezpečnosti online prostoru je **E-Bezpečí**, který představuje certifikovaný celorepublikový program. Projekt se specializuje na prevenci, vzdělávání, výzkum, intervence a osvětu v oblasti rizikového chování spojeného s internetem a dalšími jevy. V nedávné době se projekt soustřeďuje i na pozitivní využití informačních technologií ve vzdělávání a každodenním životě (E-Bezpečí, 2022). Michal Kolář je expertem v oblasti boje proti šikaně s více než pětadvaceti lety zkušeností. Aktivně přispívá k řešení šikanování pomocí vytváření teorií a metod zaměřených na léčbu této problematiky a je autorem několika knih věnovaných tomuto tématu. Kromě publikací v odborných časopisech poskytuje poradenské služby a vede kurzy zaměřené na prevenci šikanování. Jeho spolupráce s MŠMT svědčí o jeho významném přínosu v oblasti prevence šikany. Zvláště důležité je podtrhnout, že Michal Kolář zastává pozici předsedy sdružení **Společenství proti šikaně**, což je dobrovolné humanitární sdružení. Toto společenství poskytuje nejen školení odborníků v oblasti léčby šikany, ale také se zaměřuje na poskytování odborné pomoci obětem šikanování a realizaci preventivních programů (Společenství proti šikaně, 2023). V rámci prevence jsou také významnými

subjekty **Linky důvěry, Prev – centrum, Bílý kruh bezpečí, Lata a dobrovolnické centrum Big brothers, Big sisters** (Bendl, 2003, s. 197). Od roku 2020 je dostupný program proti šikaně **KiVa**, níže popisují více o jeho účinku v zahraničí (Šance dětem, 2024). Organizace **Kappa Help**, působící přímo v Přerově, v minulosti spolupracovala s DD Přerov a dalšími podobnými institucemi. Jedná se o centrum sociální prevence, které se zaměřuje na poskytování dlouhodobých i jednorázových aktivit specifické primární prevence. Cílem Kappa Help je aktivně předcházet vzniku a rozvoji rizikových jevů a rizikového chování, a to prostřednictvím svých sociálních programů (Kappa Help, 2024). V roce 2004/2005 vznikla v Přerově **Preventivní skupina**, která se zaměřuje na prevenci ve spolupráci s několika místními organizacemi. Každá z těchto organizací provádí svůj vlastní preventivní program, spolupracuje individuálně a účastní se různých akcí pro děti a mládež (Přerov statutární město, 2023).

6.3 Řešení dané problematiky v zahraničí

Ve Francii je k dispozici specializovaná poradna, která poskytuje informace o řešení šikany a ve Švédsku je implementován zákon zaměřený na boj proti šikaně. V Británii existuje speciální telefonní linka zaměřená na šikanování pracující podobně jako Linka důvěry. Inspirací mohou sloužit osvědčená preventivní opatření zavedená v zahraničí, která přinesla pozitivní zkušenosti. Zahraniční ministerstva se aktivně podílejí na podpoře škol prostřednictvím poskytování metodických materiálů zdarma. Například nevládní organizace **Kidspace**, specializující se na výrobu výukových materiálů, pořádají konference a pracovní setkání. Pravidelně šíří informační videa v televizi zaměřená na problematiku a boj proti šikaně, přičemž do těchto aktivit investují značné finanční prostředky (Kolář, 2001, s. 202).

Výcvikové programy zaměřené na vnímání skupinové dynamiky byly v U SA, Anglii, Francii a Německu a následně se rozšířily i k nám. V rámci výcviku skupiny se projevují procesy, jako je často uvolnění napětí, budování vzájemné důvěry, zlepšování komunikace, respektování a reflektování emocí druhých, harmonizace hodnot členů a postupné sbližování (Hermonchová, 2005a, s. 17–18).

Ráda bych upozornila na významné účinky programu **KiVa** v boji proti šikaně, což je projekt podporovaný Ministerstvem školství Finska. Tento inovativní program se zaměřuje na výzkum a identifikaci potřeby prevence šikany. KiVa přináší do škol 20 hodin výukových osnov, které byly speciálně navrženy s cílem zlepšit postoj žáků k šikaně. Lekce zahrnují

různé aktivity, jako jsou diskuse, skupinová práce a další intervenční prvky. Tým programu úzce spolupracuje se školami a učiteli, což posiluje efektivitu a účinnost opatření zaměřených na prevenci šikanování (Williford et. al., 2011, s. 290, 291).

6.4 Demografického složení a početního rozsahu cílové skupiny

Na webových stránkách organizace Dítě a rodina (2019) jsem získala informace o celkovém počtu DD v České republice, kterých je přibližně 139. Tyto domovy poskytují péči pro celkem 4 208 dětí. Celkový počet zaměstnanců zahrnující jak pedagogický, tak i další personál, dosahuje přibližně 3 100 lidí, z nichž kolem 1 950 tvoří pedagogický personál podle informací z MŠMT, Českého statistického úřadu (ČSÚ) a webových stránek DD z roku 2019.

Kvůli nedostupnosti přesných dat o počtu dětí ve věku 9–12 let v DD jsem provedla analýzu tří různých domovů z různých krajů. Z výročních zpráv těchto domovů jsem zjistila, že v Olomouci je ve věkové skupině mladšího školního věku 6 dětí a ve skupině staršího školního věku 22 dětí (DD Olomouc, 2023). Podobně v Ostravě-Slezské Ostravě jsou 3 děti ve věkové skupině mladšího školního věku a 21 dětí ve skupině staršího školního věku (Dětský domov Vizina, 2023). V Uherském Hradišti jsou 4 děti mladšího školního věku a 14 dětí ve skupině staršího školního věku (Dětský domov Uherské Hradiště, 2023). Pokud předpokládáme, že každý z těch 139 DD má minimálně 10 dětí v požadovaném věku, pak můžeme odhadovat, že minimálně 1 390 dětí v celé České republice patří do této specifické věkové skupiny v DD. Je třeba si však uvědomit, že tyto údaje jsou pouze orientační, protože přesné rozdělení dětí podle věku není dostupné pro všechny zařízení, a proto jsem vycházela pouze z vybraných DD v České republice.

6.4.1 Charakteristika cílové skupiny

Projekt vychází z poznatků z knihy Vágnerové (2021, s. 144–154), která zdůrazňuje klíčovost středního školního věku pro rozvoj kognitivních a sociálních schopností dětí. Ve skupině vrstevníků se děti učí aktivní komunikaci, spolupráci i soutěži a snaží se zaujmout přijatelnou pozici. Toto období je klíčové pro formování sociální identity, kde děti začínají utvářet skupinovou dynamiku, která může mít jak pozitivní, tak negativní účinky, včetně možnosti projevu šikanování. Selhání v sociálních dovednostech může způsobit pocit osamělosti. Projekt je zaměřen na posílení těchto dovedností a podporu vztahů mezi dětmi. Erikson (1963, citovaný ve Vágnerové, 2021, s. 144–154) zdůrazňuje potřebu kontaktu s vrstevníky jako

nejvýznamnější potřebu školního věku. Projekt by měl pomoci dětem porozumět sociálním tlakům ve skupině a tím předejít nežádoucím jevům, včetně šikany.

Výzkum autorky Novotné, která pracovala v DD, odhalil specifika rodinných skupinek v tomto prostředí. Rodinné skupinky se uzavírají do svých pokojů, vytvářejíce vlastní svět s jedinečnou dynamikou a sociálním prostředím. Tento způsob organizace, který může nabízet větší soukromí, přináší však určitá rizika. Navzdory zdánlivé ochraně před šikanou může skrytý svět, jak ukazuje autorka, podporovat vznik rizikových znaků šikany, jako je sociální izolace, problematické rodinné zázemí a zkušenosti s násilím. Tyto faktory mohou negativně ovlivnit morální vývoj a vzájemné vztahy dětí v DD (Novotná, 2014).

Ústavní výchova je označení pro situaci, kdy rodina není schopna z různých důvodů poskytovat dítěti zcela potřebnou péči a tato péče selhává (Průcha a kol., 2003). Ústavní výchova je forma výchovy dětí a mladistvých do 18 let věku, která je zaručená státem a nařízena soudem. Vykonává se prostřednictvím pobytových zařízení. Mezi takové zařízení patří právě DD. Dětský domov je instituce poskytující ústavní výchovu pro děti ve věku 3 až 18 let, nebo dokud nedokončí svou přípravu na budoucí povolání. Jejich cílem je nahradit rodičovskou péči adekvátní náhradní péčí. Dětské domovy obvykle pracují ve formě rodinných skupin o velikosti 5 až 8 dětí, s důrazem na udržení rodinných vazeb mezi sourozenci. Struktura, denní režim a komunikace v DD se snaží co nejvíce přiblížit běžné rodině (Jedlička, 2011, s. 310). V DD často vznikají rizikové faktory šikany zejména tam, kde jsou děti nuceny sdílet prostor s agresory. Situace doprovází pevný hierarchický a autoritativní přístup, který klade důraz na přísnou vnější disciplínu. Zejména dlouhodobý pobyt mimo domov, například v internátech nebo ústavech, představuje významné riziko pro šikanu (Kolář, 2001, s. 50).

7 Popis získání dat a vyhodnocení výchozího stavu

Základní výzkumnou metodou byl použit rozhovor s ohledem na věk dětí. Zvolila jsem metodu polostrukturovaného rozhovoru k získání dat, protože dal dětem širší prostor k vyjádření. Polostrukturovaný rozhovor, známý též jako rozhovor pomocí návodu je částečně řízený. Vyznačuje se přítomností připravených otázek, které jsou stanoveny předem. Tazatel má flexibilitu měnit formulace otázek a zároveň je důležité, aby v průběhu rozhovoru byla zahrnuta všechna témata. Tato struktura poskytuje tazateli určitou volnost v navazování přirozenějšího kontaktu s respondenty, ačkoliv je stále možné položit doplňující otázky podle potřeby. Celkově vzato, tato určitá flexibilita se ukazuje jako vhodná pro vytvoření přirozenějšího dialogu (Reichel, 2009, s. 111).

Rozhovor byl z většiny případů řízený s předem zpracovanými otázkami. Otázky se změnily během rozhovoru podle reakce dětí. K výzkumu byla také použita publikace od Hendla. V kvalitativním výzkumu výzkumník obvykle definuje téma a základní otázky na začátku a může je dále upřesňovat v průběhu studie, což dává tomuto typu výzkumu pružnost. Provádí se prostřednictvím delšího a důkladného kontaktu nebo sledováním situací jednotlivce nebo skupiny. Klíčovým nástrojem je samotný výzkumník. V kvalitativním výzkumu jsou data tvořena přepisy pozorování a rozhovorů (Hendl, 2008, s. 50–54).

Způsob, jakým klademe otázky, je klíčovým prvkem účinné komunikace. Vhodně formulované otázky hrají klíčovou roli v udržování plynulého a přesného průběhu rozhovoru. Existuje několik typů otázek, z nichž každý má svůj specifický účel. Otevřené otázky podporují dialog a širší diskuzi, uzavřené otázky slouží k získání konkrétních informací a doplňující otázky pomáhají rozšířit a doplnit detaily (Řezníček, 1994, s. 50). Děti nejenže jednoduše odpovídaly "ano" nebo "ne" na uzavřené otázky, ale také projevovaly zájem o podrobnější rozhovor a chtěly se více rozprávět. Věnovala jsem se dětem nepřetržitě a poskytovala jim dostatek prostoru pro vyjádření. Jak uvedla i Hermochová (2014d, s. 50) zásadním aspektem dialogu je dovednost naslouchat, zdržet se přerušování a aktivně vnímat sdělení, a to jak slovně, tak i prostřednictvím verbálních projevů. Hendl (2008, s. 191) popisuje, že pozorování hraje klíčovou roli v pokusu získat reálný pohled na dění. Schopnost pozorovat, podobně jako schopnost vést rozhovor, je běžné i v každodenním životě, ale v kvalitativním výzkumu je důležité její uvážené využívání. Tato schopnost zahrnuje nejen vizuální, ale často i sluchové, čichové a pocitové vnímání.

Během mé letní praxe v roce 2023 jsem uskutečnila rozhovory s šesti respondenty, z nichž pět byli chlapci a jedna dívka z DD Přerov viz. Tabulka 2. Tito respondenti byli vybráni z různých rodinných skupin a jejich věkový rozsah byl 9–12 let. Individuální rozhovory probíhaly v denní místnosti, kde bylo zajištěno soukromí a děti se cítily bezpečně. Získané informace jsem následně vyhodnotila a zpracovala do přehledných grafů uvedené v příloze této práce. Na základě rozhovoru jsem zvolila obsah mého projektu.

Tabulka 2: Účastníci rozhovoru

Rozhovor	Fiktivní jméno
1	Dominik
2	Dušan
3	Lukáš
4	Matyáš
5	Natálie
6	Josef

Zdroj: Vlastní výroba

7.1 Analýza výchozí situace

Z výsledků rozhovorů vyplývá, že je důležité brát v úvahu návrh preventivních opatření. Zjištění ukazují, že některé děti v domově neuvádějí kamarády z domova jako zdroj radosti, což naznačuje potřebu posílení sounáležitosti mezi dětmi v domově. Vzhledem k existenci rozdílných vnímání legrace, hry a šikany mezi dětmi zdůrazňují potřebu preventivních opatření. Důležitým zjištěním je povědomí dětí o různých projevech šikany. Některé děti vyjádřily nejistotu nebo nevědomost v několika případech. To naznačuje potřebu edukace a informování dětí o různých formách šikany. Projekt by měl kladně ovlivnit povědomí o šikaně a posílit dovednosti řešení konfliktů. Z výsledků dále vyplývá, že šikana byla opakujícím se jevem v pěti případech a často se vyskytovala v domově. To zdůrazňuje potřebu preventivních opatření v konkrétním prostředí domova. Informace o tom, že několik dětí nevyhledalo podporu nebo se nesvěřilo s projevy šikany, zdůrazňuje potřebu posílení důvěry a otevřené komunikace mezi dětmi. Navrhovaný projekt by mohl zahrnovat aktivity podporující vzájemnou důvěru a efektivní komunikaci. Některé děti zaznamenaly projevy šikany, přičemž nejčastěji uváděnými formami byly vyhrůžky a verbální útoky (nadávky).

Děti by měly být informovány a edukovány o různých formách šikany. Projekt by měl zahrnovat asertivní, stmelovací a kohezní aktivity, které podporují schopnosti dětí odolávat šikaně a zlepšují vzájemné vztahy. Analyzované informace jsou klíčové pro formulaci účinných preventivních opatření v rámci DD zaměřeného na posílení odolnosti a sebevědomí dětí v dětském DD.

7.2 Etické hledisko při získání dat

Otázka ochrany soukromí popisuje autor Hendl ve své knize. Před začátkem rozhovoru byla respondentům zaručena naprostá anonymita. Mnozí lidé preferují uchování svého soukromí, zejména pokud mají vědomí, že jejich informace mohou být zveřejněny. Proto je zachování soukromí klíčovým požadavkem tohoto výzkumu (Hendl, 2008, s. 155). Informovaný souhlas představuje standardní dokument v každém výzkumu s lidskými jedinci (Hendl, 2008, s. 156). Proto jsem předala řediteli DD informovaný souhlas, v němž bylo jasně uvedeno, že rozhovory a jejich výsledky budou zcela anonymní a využity pouze pro mé studijní účely. Ukázka informovaného souhlasu je připojena v příloze této práce. Před zahájením praxe jsem rovněž podepsala dohodu o mlčenlivosti, zavazující mě k zachování soukromí dětí. Hendl (2008, 156) se zmiňuje, že při kvalitativním rozhovoru se často dotýkáme emocionálně citlivých témat, což platilo i pro můj rozhovor. Otázky jsou často hlubší a citlivější povahy, a proto je důležité postupovat obezřetně a s přípravou. Děti mne znaly, což mi umožnilo důvěrnější atmosféru. Je však klíčové, aby výzkumník citlivě řídil situaci, zejména s ohledem na to, že respondenti jsou děti, a respektoval jejich věk a emoční citlivost. Pro zajištění anonymizace jsem se rozhodla použít fiktivní jména respondentů.

7.3 Specifikace stakeholderů

Primární prevence šikany v DD v Přerově by mohla být ovlivněna následujícími stakeholdery.

Zaměstnanci DD jsou klíčovými stakeholdery při implementaci programů prevence šikany. Nejlepší možnosti jsou jednotlivci, kteří se mohou aktivně zapojit do primární prevence šikany, neboť mají pravidelně a přímý kontakt s dětmi v domově. Jsou klíčoví pozorovatelé a mohou rychle identifikovat příznaky šikany či potenciálních konfliktů mezi dětmi. Jejich účast v implementaci preventivních programů zajišťuje, že mohou reagovat na specifické potřeby a dynamiky skupiny. Kvalitní školení zaměstnanců a motivace k aktivnímu zapojení jsou klíčové pro úspěch primární prevence šikany v DD v Přerově. V DDP se využívají

v oblasti prevence sociálně patologické jevy pro děti mnoho forem a v rámci implementace opatření MPP, kdy je možné zapojit externí partnery, kteří by mohli být i navrženými stakeholdery. Formy MMP v jednotlivých oblastech dle plánu VVČ jsou výhradně besedy, stmelovací víkendové pobyty, prázdninové rekreace a volnočasové aktivity. Nabízená spolupráce je především s dorostovým lékařem (průběžná péče, přednášky, besedy), spolupráce s Městskou policií (náhodný dohled, vzájemná informovanost, ukázky, diskuse), spolupráce s Policií ČR (nahlášení a následné vyšetřování, přednášky, diskuse), spolupráce s PPP Přerov (odborná vyšetření, poradenská péče, koordinace s okresním metodikem prevence rizikového chování), spolupráce s krajským a okresním školním koordinátorem prevence, spolupráce s orgány sociálně právní ochrany dětí a jejich sociálními pracovníky a kurátory pro mládež, dále konzultace s dětským psychiatrem a klinickým psychologem, u kterého je možnost odborná vyšetření a dále lze zapojit zákonné zástupce (DDP, Vnitřní řád, 2020b).

Místní komunita, včetně škol a organizací zaměřených na děti, může být považována za stakeholdery, kteří by mohli přinést podporu a zdroje pro prevenci šikany. Dobrovolníci z místní komunity mohou poskytnout dětem dodatečnou podporu. Spolupráce s dalšími DD umožní výměnu osvědčených postupů a zkušeností v oblasti prevence šikany. Spolupráce s dalšími organizacemi, jako jsou nadace zaměřené na děti, zdraví a sociální služby, může přinést další zdroje a odbornou podporu v oblasti prevence šikany. Zajištění koordinované spolupráce se všemi těmito stakeholdery a jejich začlenění do celkové strategie primární prevence šikany v DDP, je klíčové pro úspěch projektu.

Praktická část

8 Cíl projektu

V zájmu dosažení cíle projektu bylo nezbytné provést podrobnou analýzu situace v DD týkající se výskytu a projevů šikany. Před samotnou přípravou projektu jsem sledovala dynamiku rozvoje problematického chování u dětí v tomto prostředí. Mým cílem bylo získat komplexní povědomí o rozsahu šikany, identifikovat faktory, které ji mohou ovlivňovat a porozumět potřebám dětí ve věku 9–12 let. Během mé praxe v DDP jsem postupně identifikovala děti, které byly přímými svědky šikany a zjišťovala u nich úroveň povědomí o této problematice. Dále jsem se snažila zjistit, zda jednotlivci vědí, jak se efektivně bránit proti šikaně a zda mají dostatečné schopnosti na takovou situaci reagovat.

V kapitole „Cíl projektu“ je vhodné krátce popsat metodiku SMART, která slouží k definování a strukturování cílů projektu. Tato metoda pomáhá zajistit, aby cíle byly **specifické, měřitelné, dosažitelné, realistické a časově ohraničené**. V kontextu mého projektu, který se zabývá problematikou šikany v DD, je SMART metoda klíčová pro stanovení konkrétních cílů a měření úspěšnosti projektu. **Specifické cíle** pomohou jasně definovat, co chceme dosáhnout v oblasti prevence šikany a posílení sociálních dovedností dětí. **Měřitelnost cílů** nám umožní monitorovat pokrok a úspěšnost našich intervencí. **Dosažitelnost a realističnost cílů** zajistí, že naše snahy budou reálné a realizovatelné v daném kontextu DD. Nakonec nám **časové ohraničení cílů** poskytne jasný časový rámec pro dosažení stanovených výsledků. SMART metoda nám tedy pomáhá strukturovat a plánovat naše úsilí tak, abychom efektivněji dosáhli pozitivních změn v DD ohledně problematiky šikany.

Mimo to jsem provedla kvalitativní výzkum prostřednictvím rozhovorů s dětmi DDP. Tím jsem si stanovila další cíle, jako zjistit, jaké znalosti děti mají o šikaně, zda se samy setkaly s tímto negativním jevem a jestli jsou schopny rozlišovat mezi škádlením a šikanou. Tyto informace mi posloužily jako klíčový prvek při formování projektu a jeho aktivit, které cílí na konkrétní potřeby, s nimiž se děti setkávají v jejich každodenním životě v DD. Na základě získaných informací z rozhovorů s dětmi v DDP jsem identifikovala klíčové oblasti potřeb, kterým děti věnují pozornost. S ohledem na tato zjištění byl vytvořen projekt, který se zaměřuje na stmelovací aktivity a kohezní hry. Tyto aktivity jsou koncipovány tak, aby

podporovaly lepší vzájemné vztahy mezi dětmi a posilovaly jejich skupinovou dynamiku. Stmelovací aktivity a nácvik odolnosti mají za cíl zlepšit mezilidské vztahy, vytvořit pozitivní prostředí a podpořit děti v rozvoji sebevědomí. Projekt klade důraz na prevenci šikany prostřednictvím konkrétních aktivit, které nejenže zvyšují povědomí dětí o šikaně, ale také posilují jejich vztahy a přispívají k rozvoji odolnosti a sebevědomí ve zvládnání obtížných situací.

9 Cílové skupiny

V rámci této práce se zaměřuji na věkovou kategorii 9–12 let z hlediska vývojové psychologie, což odpovídá střednímu školnímu věku. Erikson zmiňuje (1963, citovaný ve Vágnerové, 2021, s. 267–268), že v této vývojové fázi dochází k rozličným proměnám, které představují přechod k období dospívání. Děti vytvářejí svou identitu a hledají své místo ve školním prostředí a ve vrstevnických skupinách, aby se dítě cítilo akceptováno. Dále uvedla, že se jedná o dobu citové vyrovnanosti.

Celková kapacita DD Přerov je od 1. září 2007 stanovena na 24 dětí, ale aktuální stav k datu 1. září 2023 ukazuje, že v domově pobývá 21 dětí. Děti v DD Přerov jsou organizovány do tří rodinných skupin. Věkové složení dětí v péči zařízení od 1. září 2022 do 31. srpna 2023 ukazuje, že v mladším školním věku (1. – 5. třída) je 9 dětí a ve starším školním věku (6. – 9. třída) jsou 4 děti. V rámci rozhovorů, které byly provedeny se zaměřením na děti ve věku 9–12 let, bylo zahrnuto 6 dětí. Celkově můžeme říci, že tato věková skupina čítá zhruba 10 dětí, což představuje hlavní cílovou skupinu pro projekt (DDP, 2023a).

10 Klíčové aktivity a indikátory

Cílem mé práce je vytvoření nového projektu "MY PROTI ŠIKANĚ", který bude zaměřen na spolupráci s pracovníky DD. Klíčové aktivity projektu jsou navrženy tak, aby vedly k dosažení tohoto cíle a úspěšné realizaci preventivních opatření proti šikaně. Projekt se zaměřuje na realizaci aktivit ve spolupráci s pracovníky DD, mezi něž patří vychovatelé a sociální pracovníce. Sociální pracovníce se podílí na přípravné fázi, plánují postup aktivit a dohlíží na vypracování materiálů a spolu s vychovateli se starají o samotnou realizaci programu a účastní se všech aktivit. Projekt je rozdělen do čtyř fází, z nichž každá má svůj specifický úkol a přínos.

První fáze se soustředí na důkladnou přípravu postupu aktivit, který respektuje potřeby účastníků. Je klíčové, aby tento postup nejen obsahoval detailní plán aktivit, ale také poskytoval flexibilitu pro případné úpravy či adaptace během realizace. Důraz je kladen na to, aby každý pracovník DD měl jasný obraz o průběhu a obsahu jednotlivých aktivit, což napomůže efektivnímu řízení programu.

Indikátorem plnění této fáze je vypracovaný postup navržených aktivit a připravenost všech potřebných podkladů pro nadcházející program.

Ve **druhé fázi** jsou pracovníci připravováni na aktivity prostřednictvím vzdělávacích kurzů, které je seznámí s cíli a metodami projektu. Zároveň mají možnost se detailně seznámit s dostupnými aktivitami a případně předložit své návrhy či doporučení k jejich zlepšení. Komunikace s pracovníky DD je zde klíčová, aby byli informováni o svých rolích a povinnostech v rámci projektu.

Indikátorem plnění této fáze je úspěšná spolupráce se sociálním pracovníkem a získání zpětné vazby o srozumitelnosti plánovaných aktivit a pochopení problematiky.

Třetí fáze se zaměřuje na konkrétní přípravu výukových materiálů, tisk a zajištění potřebných pomůcek k realizaci programu. Tento proces vyžaduje pečlivou organizaci a koordinaci, aby byly materiály připraveny včas a odpovídaly potřebám účastníků. Současně zde probíhá aktivní informování účastníků a jejich zákonných zástupců o nadcházejícím programu, což je klíčové pro zajištění jejich účasti a zapojení.

Indikátorem plnění této fáze jsou správně připravené výukové materiály, tisk a pomůcky k programu a také informovanost všech účastníků a jejich zákonných zástupců o nadcházejícím programu.

Poslední, **čtvrtá fáze** je věnována průběžnému hodnocení a evaluaci aktivit. Pracovníci se snaží neustále zlepšovat kvalitu projektu prostřednictvím průběžných diskuzí, individuálních rozhovorů s účastníky a získávat zpětnou vazbu. Důraz je kladen na to, aby byly reflektovány potřeby a očekávání účastníků a aby se na základě jejich zpětné vazby projekt neustále vyvíjel a přizpůsoboval se novým situacím a požadavkům.

Indikátorem plnění této fáze je průběžné hodnocení a získání zpětné vazby od účastníků programu po každé aktivitě, a také zapojení všech účastníků do diskuzí a individuálních rozhovorů s pracovníky DD.

11 Management rizik

Řízení rizik je klíčovým aspektem projektového managementu uvedeno v Tabulce 3, který se zaměřuje na identifikaci, hodnocení a minimalizaci potenciálních problémů, jež by mohly ovlivnit průběh projektu. Cílem je aktivně předcházet a řešit možné nežádoucí události, které by mohly mít negativní dopad na dosažení projektových cílů. Identifikovaná rizika jsou ohodnocena podle pravděpodobnosti a dopadu na projekt, což umožňuje dát prioritní pozornost těm, která mají největší potenciální dopad. Následně jsou navržena preventivní opatření ke snížení rizik na přijatelnou úroveň a ke zlepšení celkového řízení projektu.

Tabulka 3: Management rizik

Identifikace předpokládaných rizik	Hodnocení rizika	Návrhy preventivních opatření
Nedostatečné finanční zdroje na pomůcky a provoz	Nízká pravděpodobnost, střední vliv na naplnění cílů.	Pravidelné sledování finančních prostředků. Rozpracování alternativních zdrojů financování.
Změny v legislativě	Střední pravděpodobnost, střední vliv na naplnění cílů.	Pravidelný monitoring změn v legislativě.
Nesprávná komunikace mezi stakeholdery	Střední pravděpodobnost, střední vliv na naplnění cílů.	Zavedení pravidelných schůzek. Vytvoření jasných komunikačních kanálů a přehledného nástroje k evidenci schůzek a rozdělení rolí a odpovědností.
Stakeholdeři mohou projevovat malý zájem o účast na kurzech	Nízká pravděpodobnost, výrazný vliv na naplnění cílů.	Zlepšení finančního ohodnocení. Zaškolení, osobní a profesní rozvoj. Dostatečné informace o projektu a jejich významu pro děti.
Technické poruchy zařízení	Střední pravděpodobnost, střední vliv na naplnění cílů.	Pravidelná údržba zařízení. Zavedení systému rychlého zálohování dat.
Nemotivované děti do nabízených aktivit	Nízká pravděpodobnost, střední vliv na naplnění cílů.	Zapojení dětí do procesu výběru aktivit. Nabídka aktivit interaktivní formou.
Odhod klíčových členů týmu	Nízká pravděpodobnost, potenciálně velký vliv na naplnění cílů.	Vytvoření plánu případného nástupu nových členů.

Zdroj: Vlastní výroba

12 Závěr a výstup projektu

Projekt je vytvořený tak, že poskytne důležité informace, posílí povědomí a jasné pojmy o šikaně. Bude jim nápomocen, s kým se šikana řeší a jak o ní diskutovat. Děti budou lépe informovány a schopny rozlišovat mezi pojmy šikana a škádlení. Tato edukace jim umožní lépe se bránit a komunikovat o svých zážitcích. Přepokládané výsledky úspěšně předchází šikaně tím, že děti získávají nástroje a dovednosti, jak se bránit šikaně a jak ji rozpoznat. Díky nácviku odolnosti zaručí dětem větší schopnost odolávat tlaku vrstevníků a šikanujících jedinců. Projekt dává možnost dětem zvýšit jejich sebevědomí tím, že se jim poskytne příležitost k rozvoji dovedností a schopností. Dále si děti budou více vědomy svých silných stránek a lépe se k šikaně postaví. Projekt dětem nabídne prostor, jak lépe porozumět a řešit konflikty ve skupině. Otevře cestu k vytvoření přátelštějšího a respektujícího prostředí. Nabídne prostředí, kde děti navzájem lépe komunikují a podporují se. Zlepšené vztahy mezi dětmi jsou klíčovým prvkem pro jejich pohodu a pocit jistoty.

13 Popis přidané hodnoty projektu

Přínosem projektu je vedle šikany i orientace na problematiku kyberšikany a poskytnutí dětem konkrétních dovedností a nástrojů k ochraně před ní. Projekt reaguje na současný problém, kde se kyberprostor stává častým místem útoků a zneužívání. Nabízí informace o různých formách šikany včetně kyberšikany a přináší preventivní aktivity a hry, které podporují porozumění této problematice a posilují schopnost dětí reagovat na obtížné situace.

Práce s dynamikou skupiny jsou klíčovou součástí projektu. Tato práce pomáhá dětem lépe porozumět vzájemným vztahům ve skupině. Když děti pochopí, jak fungují dynamiky mezi členy skupiny, mohou lépe identifikovat, ve kterých by mohlo docházet k šikaně a aktivně jim předcházet. Dále se zlepší schopnost dětí efektivně komunikovat s ostatními a vyjádřit své potřeby a názory. To vede k vytváření zdravějších vztahů mezi dětmi a ke snížení rizika výskytu šikany. Přátelštějších prostorů, ve kterých se dítě cítí jistější a zvyšujících celkovou pohodu dítěte. Příjemné a přátelské prostředí posiluje sebevědomí a podporuje otevřenost ke spolupráci a komunikaci. Nejen děti jsou více informovány a nebojí se mluvit. I samotní pracovníci DD umí více pracovat s touto oblastí. Děti, které čelí šikaně v domově i ve škole, budou potřebovat v budoucnu větší podporu. Vychovatelé a sociální pracovníci pochopí, jak pracovat s dětmi a zaměří se především na primární prevenci tohoto problému. Díky nácviku odolnosti se děti naučí lépe reagovat na obtížné situace a lépe se vyrovnávat s negativními vlivy. Když se děti cítí jistější v sobě a ve svých schopnostech, mají tendenci bránit se šikaně a odmítají být obětí. Tím se celkově snižuje riziko, že budou šikanováni a tím tento projekt podporuje psychickou pohodu dětí.

Přidanou hodnotou nového projektu zaměřeného na primární prevenci dětí v DD je příprava dětí na úspěšný přechod na samostatný život mimo zařízení. Projekt bude klást důraz na rozvoj asertivnějšího chování a poskytne dětem dovednosti, které jim pomohou lépe se chovat v různých situacích a efektivněji řešit případné nepříjemnosti. Tímto způsobem bude přispívat k celkovému rozvoji schopností a sebejistoty dětí, což má zásadní význam pro úspěšné začlenění do samostatného života po opuštění DD.

14 Harmonogram

Klíčové aktivity, které jsou popsány v Tabulce 4, představují zásadní fázi plánování a realizace projektu. Aktivity jsou pečlivě navrženy a strukturovány za účelem dosažení stanovených cílů a zajištění úspěšného průběhu programu.

1. fáze – Přípravná fáze: Během této fáze se pracovníci DD důkladně připravují na spuštění programu. To zahrnuje výběr vhodných aktivit, plánování postupu a detailní výrobu výukových materiálů. Důraz je kladen na to, aby všichni pracovníci měli jasnou představu o průběhu a obsahu jednotlivých aktivit a byli připraveni flexibilně reagovat na potřeby dětí.

2. fáze – Školení pracovníků, rozdělení rolí a doporučení ke zlepšení programu: Školení šesti pracovníků DD proběhnou v období před plánovaným zahájením programu. Dvě školení začnou během dubna až června, která zahrnují kurz motivačních rozhovorů a problematiku šikany v sociální skupině, aby program byl efektivnější. Zároveň mají možnost se detailně seznámit s dostupnými aktivitami a případně předložit své návrhy či doporučení k jejich zlepšení. Komunikace s pracovníky DD je zde klíčová, aby byli informováni o svých rolích a povinnostech v rámci projektu. Dochází také k rozdělení rolí pracovníků DD, aby každý věděl, jaké má povinnosti v rámci projektu.

3. fáze – Příprava materiálu a informování zákonných zástupců: Cílem je připravit detailní výukové materiály, zajistit jejich tisk a potřebné pomůcky pro provádění programu. Proces vyžaduje důkladnou organizaci a koordinaci, aby materiály byly připraveny včas a odpovídaly potřebám účastníků. Pracovníci DD budou společně pracovat na vytvoření a zajištění materiálů, jako jsou pracovní listy, prezentace nebo herní prvky. Zároveň je důležité aktivně informovat zákonné zástupce dětí o nadcházejícím programu. To zahrnuje sdělování časových termínů, cílů a metod projektu, aby byli zákonní zástupci dobře informováni a mohli podpořit účast dětí na aktivitách projektu. Zajištění jejich informovanosti a podpory je podstatné pro to, aby se všechny děti mohly účastnit programu a zapojit se do něj. Tato fáze je nezbytná pro dosažení úspěšné realizace projektu a naplnění jeho cílů.

4. fáze – Hodnocení a evaluaci aktivit:

Průběžné hodnocení s dětmi: Vzhledem k tomu, že program probíhá dvakrát měsíčně, sociální pracovník by měl využít volný týden mezi setkáními k individuálnímu setkání s dětmi. Během

individuálních setkání by se mohlo zaměřit na získání zpětné vazby od dětí ohledně probíhajících aktivit. Může se ptát na jejich dojmy, co se jim líbilo, co by chtěly zlepšit a jak se cítí. Průběžná zpětná vazba umožní lépe porozumět potřebám dětí a případně upravit budoucí aktivity programu.

Průběžné hodnocení pracovníků DD: Pracovníci DD se také scházejí průběžně dvakrát měsíčně. Během setkání si vyměňují zkušenosti a poskytují si navzájem zpětnou vazbu ohledně probíhajícího programu. Diskutují o pozorovaných změnách v chování dětí, účinnosti jednotlivých aktivit a případně navrhují zlepšení. Průběžná evaluace pomáhá pracovníkům lépe reagovat na potřeby dětí a přizpůsobit program tak, aby dosáhl co nejlepších výsledků.

Po ukončení programu v posledním týdnu v červnu proběhne závěrečné vyhodnocení, které se zaměří na posouzení úspěšnosti projektu. Na základě této evaluace se bude i nadále zaměřovat na práci s dětmi jako s kolektivem, přičemž budou brány v úvahu zjištěné informace a doporučení pro budoucnost. Bude provedena důkladná analýza jak slabých, tak silných stránek programu s cílem neustále zlepšovat kvalitu práce s dětmi.

Tabulka 4: Plán klíčových aktivit

Klíčové aktivity	Časový rozsah	Popis
1. fáze – Přípravná fáze	Červenec–Srpen	Pracovníci se scházejí a pečlivě vybírají aktivity pro vypracování detailního plánu.
2. fáze – Školení pracovníků, rozdělení rolí a doporučení ke zlepšení programu	Duben–Červen	Školení pracovníků, účastní se 6 pracovníků na dvou školeních průběžně od dubna do června. Rozdělení rolí pracovníků DD. Doporučení a návrhy ke zlepšení programu.
3. fáze – Příprava materiálů a informování zákonných zástupců	Srpen	Příprava výukových materiálů, tisk a zajištění pomůcek těsně před zahájením programu. Informování zákonných zástupců během června až srpna.
4. fáze – Průběžné hodnocení a evaluace aktivit	Během a po skončení programu (poslední týden v červnu)	Pracovníci domova se scházejí průběžně dvakrát měsíčně a diskutují o průběhu programu a změnách v chování dětí. Sociální pracovník využívá volných týdnů k individuálním setkáním s dětmi a získávání zpětné vazby.

Zdroj: Vlastní výroba

Pracovníci domova budou klíčovými osobami v projektu, protože mají blízko k dětem. Realizace projektu bude jednou za 14 dní po celý školní rok 2024/2025. Setkání dětí jsou naplánována dvakrát měsíčně a budou probíhat celý školní rok. Vychovatelé a sociální

pracovnice se budou střídat z důvodu kapacity. Setkání jsou strukturována do čtyř bloků, jak je popsáno v Tabulka 8: Struktura projektu na straně 113. **První blok** bude trvat 30 minut zaměřený na vzdělávací blok. **Druhý blok** bude zahrnovat aktivity asertivity a odolnosti, který bude trvat 30 minut. **Třetí blok** bude probíhat 30 minut. Kohezní hry a stmelovací aktivity pro posílení skupinové dynamiky. V rámci **čtvrtého bloku** bude diskuze a hodnocení, který bude trvat 15 minut. Mezi bloky je zajištěna pauza na občerstvení a využití toalety, zejména s ohledem na mladší věk dětí. Zjednodušená tabulka ukazuje rozdělení týdnů a bloků v průběhu celého školního roku. Jednotlivé aktivity jsou uvedené v praktické části mého projektu a přehledný výpis aktivit jsem vložila do přílohy v Tabulka 7: Soupis navrhovaných her na straně 111. Projekt bude probíhat od září do června s dvěma setkáními měsíci. V prvním pololetí se setkají 8krát, od ledna do června 12krát, což dohromady tvoří 20 setkání.

1. Blok – Vzdělávací blok – Edukace

V části praktického projektu jsou představeny ukázky vzdělávacích aktivit pro děti, které mají za cíl jejich vzdělání týkající se problematiky šikany. Během této části bloku jsou dětem představeny základní pojmy spojené s šikanou, včetně samotné definice různých forem šikany, škádlení a druhů šikany. Důležitým aspektem tohoto bloku je, aby děti získaly schopnost rozlišit mezi hrou a samotnou šikanou. Zároveň jsem v této části projektu zdůraznila interaktivní přístup, který má za cíl zaujmout děti a zpříjemnit proces vzdělávání. Interaktivní průběh tohoto bloku zahrnuje různé aktivity, které dětem poskytují aktivně se účastnit a zapojit se do diskuzí, což zlepšuje jejich chápání tématu a jejich schopnost rozpoznat různé situace týkající se šikany. Tímto způsobem se dětem pomáhá lépe porozumět problematice šikany a rozlišovat mezi různými situacemi, což je klíčové pro prevenci a ochranu dětí před šikanou. Částečně jsem i autorkou předložených aktivit.

2. Blok výcviku asertivity a odolnosti

Asertivita a odolnost jsou klíčové v mezilidských vztazích a umožňují dětem lépe porozumět a reagovat na skupinovou dynamiku. V praktické části této práce jsou prezentovány výcviky a hry, které cíleně rozvíjejí tyto dovednosti a přispívají k posílení sebevědomí dětí. Záleská (2009/2010, str. 58) ve své diplomové práci zdůrazňuje význam tréninku asertivity. Asertivní chování ukazuje schopnost lidí dosáhnout svých cílů s respektem k sobě i ostatním, což vede k pocitu sebejistoty a uznání ostatními. Asertivní chování má za cíl rozvíjet komunikaci a zlepšit mezilidské vztahy (Jakubowski, Lange, 1978, cit., dle Perryové a Carringtonové, 1997). Bendl (2003, s. 113) zdůrazňuje význam tréninku asertivity pro skupiny dětí, které

mohou být obětmi šikany. Tento trénink podporuje rozvoj jejich sebevědomí a zaměřuje se nejen na oběti, ale i na agresory, kteří často projevují hrubé chování z důvodu méněcennosti. Uplatňování strategií jako pravidelná chvála a oceňování může pozitivně ovlivnit jejich sebevědomí. Záleská (2009/2010, s. 59) zmínila publikaci od Perryové, Carringtonové, (1997), kde je důležité uskutečnit asertivní výcvik všech dětí v kolektivu. Každá příležitost je prospěšná.

Bendl také cituje Hermochovou (1994, s. 119–121) a doporučuje její hry jako projev úcty k dětem a účinný způsob, jak poskytnout dávku sebevědomí. Návik odolnosti podle Říčana (1995) je klíčovým prvkem v prevenci sociálně-patologického chování, přičemž přispívá k duševní vyrovnanosti a pohodě jedince. Tyto hry, které jsou popsány v Bendlově publikaci (2003, s. 104–107), jsou účinným prostředkem pro posilování odolnosti. Názvy některých her, jako *Zed' sporů* a *Otloukánek*, naznačují jejich obsah a jsou podrobně popsány v praktické části této práce.

3. Blok – a) výcvik skupinové dynamiky, b) kohezní hry a c) stmelovací hry

Výcvik skupinové dynamiky, kohezní a stmelovací hry mohou dětem pomoci pochopit, jak funguje skupinový proces a jakým způsobem mohou lépe komunikovat a spolupracovat v rámci skupin. V rámci preventivního programu zaměřeného na šikanu hraje skupinová dynamika důležitou roli, což je podrobněji popsáno v rešerši mé práce. Skupinová dynamika může ovlivnit úspěšnost tohoto programu. Vytváření pozitivní skupinové dynamiky je důležité pro budování důvěry a vzájemné podpory mezi dětmi. Když se členové skupiny cítí bezpečně a důvěřují si, jsou ochotnější sdílet své zkušenosti a obavy týkající se šikany. Otevřená komunikace je klíčová pro efektivitu programu. Skupiny fungují také jako prostředek vzájemné podpory a učení. Děti mohou sdílet osvědčené postupy vypořádávání se se šikanou a nabízet podporu těm, kdo se cítí zranitelněji. Tato forma vzájemného učení vytváří solidární prostředí. Skupinová dynamika hraje roli v prevenci šikany tím, že podporuje inkluzivní prostředí, kde jsou respektovány odlišnosti. Všechny členy skupiny aktivně zapojuje do snah o prevenci šikany. Díky skupinové dynamice se děti učí efektivně komunikovat a řešit konflikty, což snižuje pravděpodobnost vážnějších problémů se šikanou a spolupracovat k celkovému úspěchu programu. Praktická část programu podrobně popisuje aktivity, které podporují aspekty skupinové dynamiky. Hry jsou zaměřeny na posilování a stmelování vztahů a upevňování soudržnosti ve skupině. Názvy jednotlivých her a jejich průběh naleznete v praktické části mé práce a tyto aktivity patří k dosažení stanovených cílů.

4. Blok diskuze a evaluace

Blok diskuze a hodnocení na konci každého týdenního bloku je klíčovým prvkem programu, kde se děti mohou projevovat, vyjadřovat své pocity a získat zpětnou vazbu. Fáze diskuze a hodnocení podporuje sounáležitost ve skupině a posiluje pozitivní atmosféru projektu. Blok může trvat přibližně 10–15 minut, ale může se přizpůsobit potřebám skupin. Přestávka před tímto blokem není nutná, ale záleží na potřebách dětí a celkovém setkání. Pokud jsou děti ve stavu, kdy potřebují krátkou pauzu, přestávka může být vhodná. Může trvat 5 minut a poskytne jim možnost načerpat novou energii před diskuzí a hodnocením. Význam bloku diskuze a evaluace slouží nejen k reflexi proběhlých aktivit, ale také k budování komunikace ve skupině. Poskytuje prostor pro individuální vyjádření a zároveň podporuje kolektivní uvědomění. Přítomnost v tomto bloku může pomoci cítit sounáležitosti a důvěry ve skupině.

15 Rozpočet

Náklady se navýší z důvodu školení pracovníků DD. Česká asociace Streetwork (2018) měla v nabídce kurz motivačních rozhovorů za cenu 10 500 Kč. Edupol (2024) pořádá kurz s názvem "Šikana jako porucha vztahů v sociální skupině" za cenu 1 800 Kč na účastníka. Minimálně se očekává 6 účastníků. Celkové náklady za kurzy se předpokládají na jeden DD v hodnotě 73 800 Kč. Možné snížení nákladů je zohledněno při hledání darů a sponzorských příspěvků, které ředitel přerovského DD pravidelně shání pro akce domova.

Projekt v rámci DD bude realizován s minimálními náklady, protože domov aktivně zapojí své zaměstnance a využije dostupné prostory. Zaměstnanci budou potřebovat zmiňované školení a seznámení se s materiály projektu. Případné další náklady se omezí na vnitřní potřeby instituce, jako je výroba a tisk materiálů pro aktivity. Projekt je navržen tak, aby byl co nejefektivnější a minimalizoval využití finančních prostředků domova.

16 Logframe projektu

Projektový management je klíčovým nástrojem pro efektivní realizaci projektů. Přináší komplexní přehled. Projekt se zaměřuje na posílení odolnosti proti šikaně a boj se strachem u dětí ve věku 9–12 let v DD. Cílem projektu je naučit děti formou interaktivních aktivit zvládat šikanu a předávat dětem nové informace o šikaně. Posilovat sebevědomí a aktivně se zapojovat do diskuzí o problematice šikany. Pro dosažení dlouhodobé udržitelnosti a přínosů pro děti jsem vypracovala plán. Tabulka 9: Logframe projektu je uvedena v příloze na straně 117, poskytuje podrobný přehled plánu a výhod projektu, stanovených cílů, cestě k jejich dosažení, efektivitě a trvalé stabilitě. Každý prvek je doplněn ukazateli úspěchu, způsoby ověření a identifikovanými riziky, které hrají klíčovou roli při sledování a hodnocení úspěšnosti projektu.

17 Doporučení pro praxi

Rozhovory s dětmi poskytly cenné informace a náměty, které mohou být klíčovým základem pro praktická opatření v prostředí DD. Doporučení získaná z rozhovorů mohou být implementována prostřednictvím konkrétních opatření a změn v praxi dětského DD. Zavedení pravidelných školení pro pracovníky DD zaměřených na komunikaci, emoční podporu a detekci možných známek šikany. Vytvoření individuálních plánů pro každé dítě, které budou obsahovat konkrétní kroky a strategie pro jeho emocionální a sociální podporu. Organizace akcí a setkání, která podporují vytváření pozitivních vztahů a budování společného prostředí. Zavedení pravidelných evaluací a zpětné vazby od dětí a pracovníků k neustálému zlepšování implementovaných opatření. Doporučení by měla sloužit jako praktický návod s cílem vytvořit prostředí založené na důvěře, respektu a prevenci šikany. Implementace těchto kroků by měla přinést konkrétní a měřitelné vylepšení v mezilidských vztazích v DD.

Preventivní aktivity – Jednotlivé aktivity a práce s dětmi

Rozděleno do bloků a každý blok obsahuje různé aktivity.

1. blok – Vzdělávací blok – Edukace

Popisuje se zde rozsah aktivit zaměřené na zlepšení povědomí dětí o formách šikany, rozpoznávání šikany a na koho se obrátit v případě šikany. Některé z nich jsou odkazovány na autory, kteří se specializují na vzdělávání dětí v oblasti šikany. Nicméně větší část tohoto bloku je vlastní tvorby, kde je cílem vytvořit interaktivní aktivity, které zaujmou děti a budou se jim líbit. Autorů, kteří se zabývají vzděláváním dětí v problematice šikany, je mnoho. Mezi ty, kteří byli využiti v rámci tohoto projektu, patří Perry a Carrington, Bendl, Říčan a další.

V publikaci od Perryové a Carringtonové (1997, s. 101) je uvedený fiktivní příběh s názvem *Sandřin problém*, který lze v rámci tohoto bloku sdílet s dětmi. Mohou se také vytvářet jiné příběhy, které budou v rámci diskuze motivovat děti k úvahám o tom, jak pomoci oběti a jak by mohly být celé situace řešeny. Jak uvádí Bendl (2003, s. 135), diskuze týkající se šikanování mohou hraním různých rolí nebo scénářů přispět k rozvoji diskuse na téma šikany. Další vzorové aktivity, jak je popsáno v Bendlovi (2003, s. 135–139), se týkají problematiky šikany. Cílem těchto aktivit je seznámit děti s problematickou šikanou, aby pochopily její základní znaky a příčiny. Aktivity se zaměřují na hraní různých rolí, poskytující dětem vcítit se do situace oběti i agresora. Mezi vzorové přípravy patří *Postavičky*, *Rozhlasové vysílání*, *Příběh* a *Modelová hra*. V publikaci 100 her pro práci s (kyber)šikanou jsou uvedené preventivní hry proti šikaně. Hra *Už vím, co je to šikana* má za cíl společné vyhodnocení prvků šikany (Rossa, 2023, s. 86). Rossa (2023, s. 55) nabízí spoustu aktivit, zaměřená na účinné zásahy proti kyberšikaně a hry na pochopení, jak se cítí oběť jako například aktivita *Co čumíš?*

Dále bych se zmínila o preventivních online edukačních programech, jako je například program Dobrounati. Učí žáky od 3 do 5 tříd, jak adekvátně reagovat na konfliktní situace, které se vyskytují v třídních kolektivech. Konflikty, pokud jsou opomíjeny nebo neřešeny náležitým způsobem, mohou přispět k rozvoji šikany. Účinnost programu potvrdili i odborníci z Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně (Dobrounati, 2024). Například je doporučována karetní hra *Dobrounati*.

Aktivita: Vytvoř si příběh – co k sobě patří



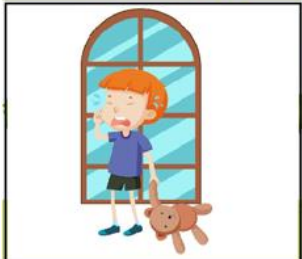
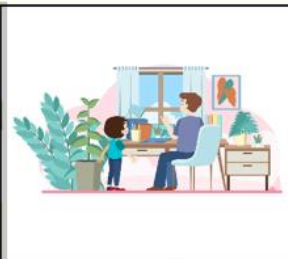
Cíl: Aktivita má za cíl zlepšit povědomí dětí o různých formách šikany a pomoci jim lépe rozumět situacím, které jsou šikanou. Děti také získají dovednosti v tvorbě příběhů, což jim umožní lépe vyjadřovat své myšlenky a pocity ohledně tématu šikany.

Průběh aktivity: Aktivita je zaměřena na zapojení dětí do tvorby příběhů, které se týkají spojených situací se šikanou. Činnost zahrnuje čtyři obrázkové kartičky, které lze vytisknout, zalaminovat a vystříhnout. Každá kartička zobrazuje jiný obrázek nebo text, který představuje určitou situaci nebo událost ve škole nebo mezi vrstevníky. Děti budou moci kartičky použít k tomu, aby si vytvořily příběh z obrázků a textů. Během toho budou muset děti rozhodnout, zda situaci, kterou popisuje, může být příběh zaměřen na šikanu. Pokud ano, pokusí se identifikovat, o jaký druh šikany jde (např. fyzická, verbální).

Ukázka příběhů

1. Příběh: Verbální šikana – Dítě stojí osamocně v parku, zatímco ostatní děti se smějí a ukazují na něj prstem. Z tohoto začátku příběhu se otevírá pohled na situaci, kterou toto dítě prožívá a na potenciální šikanu.

Obrázek 3: 1. blok – 1. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu

	Obrázek 1: Dítě stojí osamocně v parku		Obrázek 2: Dítě je obklopeno spolužáky, kteří se mu posmívají a vyjadřují se ponižujícím způsobem. Tato situace se nestala poprvé.
	Obrázek 3: Dítě se vrací do domova s pláčem a hlubokým zklamáním, což poukazuje na to, že bylo něčím zraněné.		Obrázek 4: Probíhá diskuse s pracovníkem domova o situaci. Dítě má prostor sdílet své pocity a zkušenosti. Dítě dostává podporu a popis, jak se vypořádat s touto situací.

Zdroj: Obrázky Freepik, (2023), popis obrázku vlastní výroba

2. příběh: Konflikt v dětském domově – Příběh se odehrává v dětském domově. Děti jsou z různých rodinných skupin a sdílejí společné prostory. Dítě hledá svoji oblíbenou hračku a nachází ji u dítěte z jiné rodinné skupiny. Začíná konflikt, který se na první pohled může zdát jako šikana, ale ve skutečnosti je to situace, ve které děti řeší konflikt. Pracovník DD

rychle zasahuje a snaží se zklidnit situaci pomocí komunikace a řešení. Děti se následně učí, jak řešit konflikty bez použití šikany a jak se dorozumět, aby se podobné situace v budoucnu vyhnuly.

Obrázek 4: 1. blok – 2. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu



Zdroj: Obrázky OPENAI ChatGPT– 4 (AI program, 2023), popis obrázku vlastní výroba

3. příběh: Online šikana – V příběhu se podíváme do světa online komunikace, kde dítě čelí nepříjemným zprávám na svém mobilním telefonu. Online šikana může být pro dítě velmi obtížná, protože se nachází ve virtuálním prostředí bez fyzické ochrany. Je však důležité, že toto dítě najde odvahu mluvit o svých online zážitcích s pracovníkem DD, který mu poskytne podporu a ochranu před tímto druhem šikany. V rámci tohoto příběhu se dítě učí, jak zvládat online šikanu a chránit se před ní.

Obrázek 5: 1. blok – 3. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu

	<p>Obrázek 1: Dítě si píše na mobilním telefonu zprávy. Chodí mu zprávy ze školní skupinky.</p>		<p>Obrázek 2: Dítě čte nepříjemné zprávy a komentáře na svém mobilním telefonu. Dítě je smutné kvůli urážkám a ponižujícím zprávám.</p>
	<p>Obrázek 3: Dítě mluví o zprávách a o tom, jak se cítí s vychovatelem, který pomáhá dítěti s ochranou před online šikanou.</p>		<p>Obrázek 4: Dítě získá informace, jak se vypořádat s online šikanou a na koho se obrátit.</p>

Zdroj: Obrázky Freepik, (2023), popis obrázku vlastní výroba

4. příběh: Problémy s vrstevníky – Tento příběh uvádí situaci, kdy se dítě snaží zapojit do hry s vrstevníky, ale je odmítnuto. To však nemusí být považováno za šikanu, pro dítě může být toto odmítnutí a pocit osamocení velmi obtížné. Významným prvkem tohoto příběhu je, že pracovník DD si všímá problémů dítěte a podává mu podporu. Pomáhá dítěti získat dovednosti na budování vztahů s vrstevníky, což mu umožňuje postupně se zapojovat do skupiny a cítit se lépe ve svém sociálním prostředí. Tento příběh ukazuje, jak důležitý je vývoj sociálních dovedností a podpora dětí při vytváření zdravých vztahů s vrstevníky.

Obrázek 6: 1. blok – 4. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu

	<p>Obrázek 1: Dítě se pokouší zapojit do hry s vrstevníky, ale je odmítnuto.</p>		<p>Obrázek 2: Dítě se cítí osamoceně a smutně, když si ostatní hrají bez něj.</p>
	<p>Obrázek 3: Vychovatel sleduje situaci a všímá si problémů dítěte. Vychovatel mluví s dítětem o tom, jak se cítí.</p>		<p>Obrázek 4: Vychovatel nabízí dítěti podporu, kdy dítě získá důvěru k vrstevníkům a postupně se zapojuje do skupiny.</p>

Zdroj: Obrázky Freepik, (2023), popis obrázku vlastní výroba

5. příběh: Fyzická šikana ve školní šatně – Příběh se odehrává ve školní šatně, kde se odehrává opakující se fyzická šikana. Chlapec, který se stane obětí, musí najít odvahu nahlásit tento problém pracovníkovi DD. Pracovníci DD následně podnikají kroky k řešení této fyzické šikany a spolupracují se školou, aby zajistili ochranu dítěti proti dalšímu opakování podobných situací. Tento příběh nám připomíná důležitost reakce na fyzickou šikanu a poskytování podpory dětem.

Obrázek 7: 1. blok – 5. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu

	<p>Obrázek 1: Chlapec se nachází ve školní šatně s ostatními dětmi.</p>		<p>Obrázek 2: Jeden z chlapců z šatny začíná dítě fyzicky napadat tím, že ho bije pěstí. Fyzický útok se opakuje a ostatní děti se smějí.</p>
	<p>Obrázek 3: Chlapec, který byl napaden, se rozhodne nahlásit problém vychovatelům v dětském domově.</p>		<p>Obrázek 4: Vychovatel se dozví o fyzické šikaně ve školní šatně. Rozhoduje se zasáhnout. Vychovatel spolupracuje se školou, všichni pracují na řešení problému a zajištění bezpečí dítěte.</p>

Zdroj: Obrázky OPENAI ChatGPT-4 (AI program, 2023), popis obrázku vlastní výroba

Aktivita: Pracovní list – Jak poznat šikanu

Cíl: Pracovní list je vhodný a prospěšný pro děti, protože pomáhá rozvíjet jejich dovednosti při rozpoznávání a pochopení situací spojených se šikanou. Také jim umožňuje aktivně zapojit se do diskuzí, sdílet své názory. Tímto způsobem děti získají větší povědomí o problematice šikany. Děti budou aktivně a interaktivně pracovat na rozvoji dovednosti na rozpoznání šikany.

Průběh práce s pracovním listem:

Úvod: Dětem by mělo být vysvětleno, co znamená šikana, jaké formy může mít a proč je důležité ji rozpoznat.

Představení scénářů: Dětem by měly být představeny různé scénáře spojené se šikanou. Každý scénář by měl obsahovat krátký popis situace a dvě možnosti označení "Š" pro šikanu a "N" pro nešikanu (hra nebo škádlení).

Samostatná práce: Děti by měly pracovat samostatně. Měly by si pečlivě přečíst jednotlivé situace.

Skupinová diskuse: Po dokončení práce by děti měly být rozděleny do malých skupin. Každá skupina by měla projít své odpovědi a diskutovat o tom, proč se rozhodly označit určitou situaci za šikanu a jiné za nešikanu.

Otevřená diskuse: Po skupinových diskuzích by se měla konat otevřená diskuse, kde by děti mohly sdílet své názory a závěry. Měly by se také dozvědět, jaká byla správná odpověď na každý scénář.

Závěr a reflexe: Pracovní list by měl být zakončen krátkou reflexí, kde by děti mohly sdílet, co se naučily a jak by se cítily, kdyby se ocitly v podobné situaci ve skutečnosti. Dále by se dětem položily otázky: Co byste udělaly, kdybyste byly svědky šikany? Jak byste mohly pomoci oběti šikany?

Ukázka pracovního listu

Ukažte, které situace jsou příklady šikany. Označte je "Š" pro šikanu a "N" pro nešikanu.

Situace v dětském domově:

- Dítě A nechce dítěti B půjčit svou hračku, protože ji nikdy nikomu nepůjčí.
- Dítě A opakovaně dítěti B říká urážky a posmívá se mu.

Situace při společném obědě:

- Dítě A a dítě B sedí spolu u stolu a nedá nikomu ochutnat své jídlo.
- Dítě A neustále bere dítěti B jeho jídlo a posmívá se mu za to.

Situace na hřišti:

- Dítě A a dítě B si nechtějí hrát spolu ve stejné skupině, protože každý má jiné zájmy.

- Dítě A opakovaně nechává dítě B stranou a nikdy ho nepustí do své hry.

Situace při společných aktivitách:

- Skupina dětí si hraje a zapomene na jednoho z dětí.
- Skupina dětí opakovaně vylučuje jedno z dětí a říká mu urážlivá slova.

Situace při večerním čtení v knihovně:

- Dítě A a dítě B sedí u stolu a čtou si samy své knihy.
- Dítě A zničí knihu, kterou si dítě B právě půjčilo, a posmívá se mu za to.

Situace na internetu:

- Dítě A na sociální síti zveřejňuje urážky a ponižující komentáře o dítěti B.
- Dítě A a dítě B spolu online nesouhlasí s názory s ostatními v konverzaci.

Situace při sportovním tréninku:

- Dítě A se opakovaně směje, když dítě B nesplní určitý cvik.
- Dítě A pomáhá dítěti B, když má problémy s cvičením.

Aktivita: Co je to šikana?

Cíl: Pomáhat dětem pochopit rozdíly mezi šikanou a škádlením, a tak podporovat vztahy v prostředí kolektivu. Děti budou moci vytvořit své vlastní definice pojmu "šikana" a "škádlení". Poté mohou sdílet své definice a diskutovat o tom, co tyto termíny znamenají.

Průběh aktivity:

Úvod: Začne se krátkým úvodem k tématu šikany a škádlení.

Vysvětlí se dětem, že budou mít možnost vytvořit vlastní definici těchto pojmů.

Individuální tvorba definice: Poskytne se dětem papíry a tužky nebo jiné kreativní pomůcky.

Děti se požádají, aby napsaly nebo nakreslily své osobní definice slov "šikana" a "škádlení".

Skupinová práce: Po dokončení práce by měly být děti rozděleny do malých skupin. Ve skupině by mělo dojít k výměně svých definic. Dále by následovala diskuze o tom, co pro ně tyto pojmy znamenají.

Prezentace ve skupině:

Po skupinové diskusi se může dát každé skupině příležitost prezentovat své práce. Pracovník DD podporuje otázky a komentáře ostatních dětí.

Aktivita: *Rozdíly mezi šikanou a škádlením*

Cíl: Cílem aktivity je povzbuzovat děti k rozlišování mezi situacemi, které jsou příklady šikany a ty, které jsou příklady škádlení. Aktivita má za cíl dosáhnout porozumění rozdílům mezi těmito dvěma pojmy a podnítit diskusi o tom, jak vytvořit pozitivní a podporující prostředí.

Průběh aktivity:

Úvod: Děti budou mít za úkol rozlišit situace, které jsou příklady šikany a těmi, které jsou příklady škádlení. To může být provedeno skupinově, kde děti prezentují své zjištění a diskutují o nich.

Skupinová práce: Děti se rozdělí do skupin, a každá skupina dostane úkol najít příklady situací na lístečkách, které jsou buď šikanou nebo škádlením.

Vyhledávání příkladů: Skupiny prochází různé scénáře nebo situace, které jsou uvedené na lístečkách. Mají za úkol správně přiřadit, zda jsou tyto situace příkladem šikany nebo škádlení.

Vytvoření prezentace: Každá skupina připraví krátkou prezentaci, kde prezentuje své příklady a proč je považována za šikanu nebo škádlení.

Diskuze a názory ostatních: Po každé prezentaci následuje krátká diskuse, kde ostatní skupiny mohou přidat své názory nebo otázky. Děti mohou hlasovat, zda považují danou situaci za šikanu nebo škádlení. To může oživit diskusi a přidat další interaktivní rozměr.

Hodnocení a diskuse: Celková diskuse na konci aktivity může zdůraznit důležitost porozumění rozdílů mezi šikanou a škádlením pro vytváření zdravého sociálního prostředí.

Ukázka aktivity: Rozdíly mezi šikanou a šikádlením

Obrázek 8: 1. blok – Aktivita Rozdíly mezi šikanou a šikádlením: aktivita k vzdělávacímu programu

Skupina dětí se směje spolužákovi, který nesprávně odpověděl ve třídě. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Jeden ze spolužáků opakovaně ignoruje jiného, když se snaží zapojit do skupinové aktivity. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
Dvě děti se navzájem pošťuchují při skupinové práci. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Skupina dětí vytvoří anonymní účet a začne posílat ponižující zprávy jednomu ze spolužáků. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
Jedno z dětí v tělocvičně se během hry neustále posmívá slabšímu spolužákovi. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Skupina dětí si hraje společně na hřišti a navzájem se v průběhu hry žduchají. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
Dva spolužáci se perou na dvorku a následně se usmíří a obejmou. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Skupina dětí vytvoří tým na školním sportovním dni a jednoho z dětí opakovaně nechťejí do svého týmu. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
Jedno dítě se neustále chová nepřátelsky a pomlouvá ostatní spolužáky. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Nový spolužák se snaží zapojit mezi skupinu dětí. Spolužáka si neustále nevšímají. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
Skupina dětí na chodbě školy často pomlouvá spolužáka kvůli jeho zálibám a oblečení. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Cestou do domova začne skupina dětí pokřikovat na svého spolužáka, pak ho začne bít a vyhrožovat mu. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?
V dětském domově se jedno dítě neustále vysmívá a pomlouvá ostatní. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?	Ve třídě několik dětí pravidelně a záměrně ničí věci jednomu spolužákům a šíří nepravdivé příběhy. Otázka: Je to příklad šikany nebo šikádlení?

Zdroj: Vlastní výroba

Aktivita: *Druhy šikany*

Cíl: Cílem aktivity je podporovat povědomí dětí o různých druzích šikany (fyzická, verbální, sociální, kyberšikana) prostřednictvím kreativní prezentace a diskuse. Aktivita také slouží k povzbuzení týmové spolupráce.

Průběh aktivity:

Úvod: Začne se krátkým úvodem o vyjmenování druhů šikany.

Skupinová práce: Děti jsou rozděleny do skupin. Každá skupina dostane jedno téma druhu šikany (fyzická, verbální, sociální, kyberšikana).

Prezentace: Každá skupina provede krátkou diskuzi na své téma a vytvoří prezentaci (např. krátkou hru, plakát, příběh). Ilustrace v prezentaci musí charakterizovat daný druh šikany.

Představení a diskuse: Skupiny představí své prezentace. Po každé prezentaci následuje krátká diskuse o tom, jak by se mohly cítit v situaci šikany daného druhu a jak by se dala taková situace řešit.

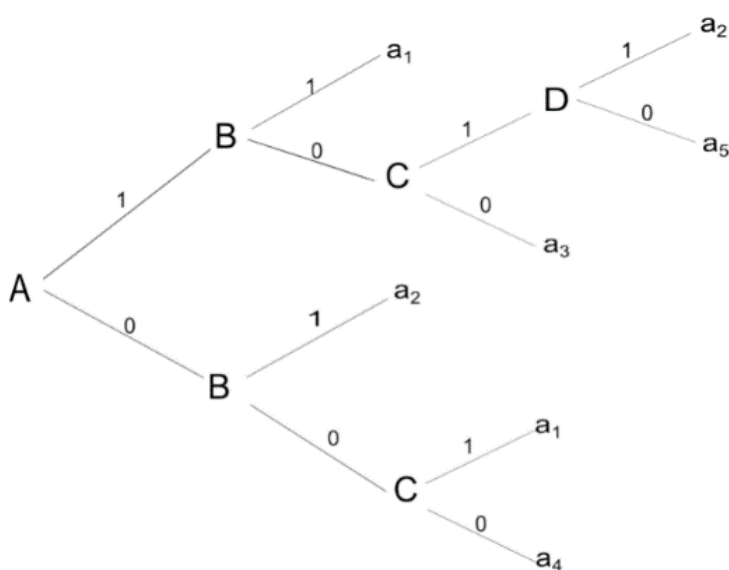
Kviz nebo soutěž: Po prezentacích lze zorganizovat kviz nebo soutěž, kde se děti mohou podílet na hodnocení a odpovídat na otázky týkající se témat šikany.

Hodnocení a diskuse: Po všech prezentacích může následovat diskuse o významu prevence. Dále by se dětem položily otázky: Jaký vliv měla aktivita na povědomí o různých druzích šikany? Jak by se děti cítily v reálných situacích šikany a co by mohly udělat v těchto situacích?

Aktivita: Kdo šikanu řeší a kdo ji může řešit

Rozhodovací stromy patří do oblasti nazývané dobývání znalostí, což je rozsáhlý obor s mnoha různými metodami. Hlavním cílem tohoto oboru je automatické odhalování zajímavých informací z nashromážděných dat, ideálně bez lidského zásahu. Rozhodovací stromy, které jsem zvolila jako pomůcku při této aktivitě, slouží k identifikaci skrytých závislostí v datech a klasifikaci příkladů do různých tříd. Rozhodovací stromy se dnes používají i například pro zefektivnění práce (Jahoda, 2004, s. 7).

Obrázek 9: Konstrukce rozhodovací stromů



Zdroj: Wikisofia, (2023)

Cíl: Děti mohou vytvořit strom rozhodovacího procesu, který ukazuje, jaké kroky by měly podniknout, pokud jsou svědky šikany nebo samy se staly obětí šikany. Diskutujte o různých rolích, jako jsou učitelé, vychovatelé, sociální pracovníci, vrstevníci a další, kteří mohou pomoci řešit šikanu. Účelem tohoto stromu je posílit schopnost jednat a hledat pomoc, když je to potřeba.

Průběh aktivity: Strom rozhodovacího procesu

Úvod: Začne se vysvětlením aktivity. Šikana může postihnout kohokoliv a je důležité vědět, jak reagovat a hledat pomoc. Rozhodovací strom provede několika klíčovými otázkami a kroky, které se mohou podniknout v případě, že se dítě ocitne v situaci, kde je šikana problémem. Cílem tohoto stromu je poskytnout jasný návod na rozhodování a nabídnout různé možnosti, jak s problémem naložit. Otázky, na něž se společně děti podívají a pokusí se najít odpovědi. Položené otázky: Představte si, že jste svědkem šikany nebo jste sami postiženi. Co dělat? Jaké jsou vaše možnosti?

Pomůcky pro aktivitu "Rozhodovací strom pro řešení šikany"

- Papír A3, fixy a pastelky: Pro grafické znázornění větví stromu.
- Tabule nebo flipchart: Pro zaznamenávání myšlenek, reakcí a klíčových bodů, které vzniknou během diskuse.
- Příklady situací: Několik konkrétních příkladů situací šikany, které mohou být použity pro simulované rozhodování.

Na této úrovni žák zvažuje, zda byl svědkem situace šikany.

První úroveň: "Jsi svědkem šikany?"

Ano: Přesuň se na druhou úroveň.

Ne: Konec.

Pokud je žák obětí, přesune se na třetí úroveň, kde se může dozvědět, kam může jít pro pomoc. Pokud je pouze svědkem, přesune se na čtvrtou úroveň, aby zvážil, jak může pomoci.

Druhá úroveň: "Jsi obětí šikany nebo jen svědkem?"

Oběť: Podívej se na třetí úroveň.

Svědék: Podívej se na čtvrtou úroveň.

Zde se dítě rozhoduje, kde hledat pomoc. Možnosti zahrnují učitele nebo sociálního pracovníka/vychovatele v DD.

Třetí úroveň: "Kam můžeš jít pro pomoc, když jsi obětí šikany?"

Učitel: Přesuň se na pátou úroveň.

Rodiče: Přesuň se na pátou úroveň.

Další možnosti: Přesuň se na pátou úroveň.

Pokud je žák svědkem, musí zvážit různé možnosti, jak může pomoci. To může zahrnovat nahlášení učiteli, podporu oběti nebo konzultaci s pracovníkem DD.

Čtvrtá úroveň: "Jak můžeš pomoci, když jsi svědkem šikany?"

Nahlásit učiteli: Přesuň se na pátou úroveň.

Podpořit oběť: Přesuň se na pátou úroveň.

Oznámit rodičům: Přesuň se na pátou úroveň.

Na této úrovni žák zvažuje další kroky. Může diskutovat o situaci ve třídě nebo hledat další pomoc.

Pátá úroveň: "Co dál?"

Diskutuj o situaci ve třídě: Konec.

Hledej další pomoc: Konec.

Aktivita končí, protože žák došel až na konec rozhodovacího procesu a vybral si konkrétní kroky podle své role (oběť nebo svědek) a okolností. Konec symbolizuje uzavření situace a provedení vybraných opatření k řešení problému.

Hodnocení a diskuse:

Co se vám líbilo nebo bylo těžké při spojování postav s odpovídajícími osobami při pomoci?

Který krok ve stromu rozhodovacího procesu byl pro vás nejjasnější a proč?

Která situace vás nejvíce zaujala?

Byla některá situace obtížnější než ostatní?

Máte nějakou vlastní zkušenost s šikanou nebo situací, kdy jste potřebovali pomoc?

Kdo vám v takové situaci pomohl a co jste se z této zkušenosti naučili?

Jak jste se cítili při diskuzi ve skupině?

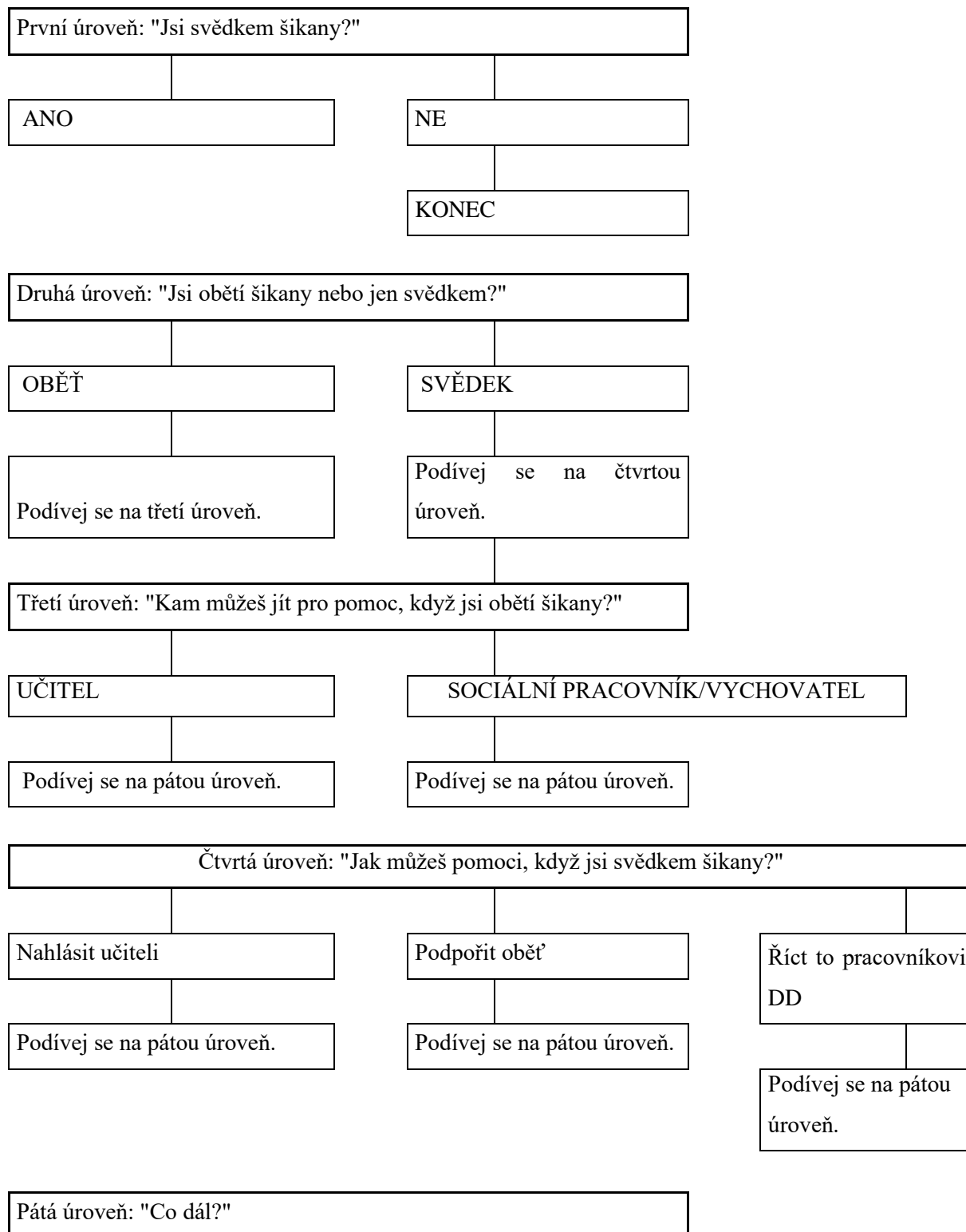
Měli jste nějaké obtíže při přiřazování postav k situacím nebo to bylo snadné?

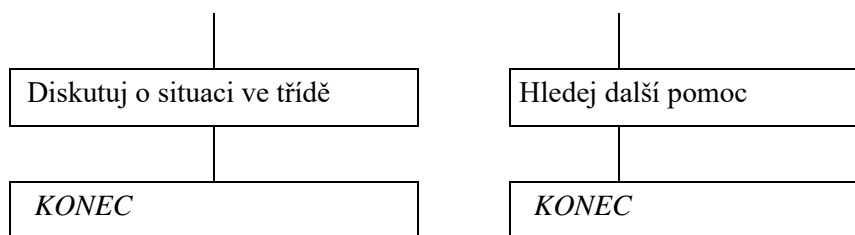
Které postavy (učitel, vychovatel, sociální pracovník, vrstevník atd.) vás nejvíce zaujali a proč?

Co jste se naučili o možnostech pomoci v situaci šikany?

Máte teď pocit, že byste věděli, kam se obrátit, kdybyste se dostali do podobné situace?

Tabulka 5: Ukázka: Jednotlivé úrovně stromu rozhodovacího procesu





Zdroj: Vlastní výroba

Aktivita: *Kdo dětem může pomoci*

Cíl: Děti budou mít za úkol spojit postavy s odpovídajícími osobami, které mohou dětem pomoci v situaci šikany. Například spojit dítě s učitelem, který může poskytnout podporu.

Všechny tyto aktivity by měly být doprovázeny diskuzemi, kde děti mohou sdílet své myšlenky, otázky a zkušenosti týkající se šikany. Diskuze by měly být podněcovány otázkami. Hlavním cílem je lépe porozumět různým pomocníkům a zdrojům, na které se děti mohou obrátit v případě, že se ocitnou v situaci šikany. Děti se také dozví, že mohou vyhledat různé zdroje pomoci, a to nejen od učitelů, ale i od dalších dospělých a vrstevníků ve škole.

Průběh aktivity:

Úvod: V aktivitě se bude zabývat důležitou otázkou: "Kdo dětem může pomoci?" Šikana může být obtížnou situací, ale je důležité vědět, že existuje mnoho lidí kolem nás, kteří jsou připraveni poskytnout pomoc a podporu.

Pomůcky pro aktivitu: „Kdo dětem může pomoci“

- Obrázky reprezentující různé postavy s odpovídajícími osobami, které mohou dětem pomoci v situaci šikany.
- Plakát nebo tabule pro prezentaci.
- Seznam otázek pro diskuzi.
- Barevné fixy pro označení spojení postav.
- Prostor pro diskuzi a zaznamenání myšlenek na tabuli nebo flipchartu.

Přiřazování postav a pomocníků:

Každé dítě obdrží obrázek postavy (například učitel, vychovatel, sociální pracovník, rodič, kamarád, školní psycholog) a jeho úkolem bude spojit postavy s odpovídajícími osobami, které potřebují pomoci v situaci šikany. Diskuze během této části aktivity by měla být podněcována otázkami vedoucího.

Diskuze:

Výměna myšlenek: Děti budou povzbuzeny sdílet své myšlenky, otázky a zkušenosti.

Otázky pro diskuzi:

Kdo byl nejčastěji přiřazován k pomoci v různých situacích šikany?

Proč si myslíte, že některé postavy byly vybrány častěji než jiné?

Máte osobní zkušenosti s někým, kdo vám pomohl v situaci šikany?

Závěr a hodnocení:

Shrnutí: Vedoucí aktivity shrne klíčové body diskuse a zdůrazní důležitost spolupráce a komunikace.

Hodnocení: Diskuze o tom, co děti z aktivity odnesly a jak mohou využít nově získané poznatky v reálném životě.

Aktivita: *Kdo dětem může pomoci II*

Cíl hry: Hra je zaměřena na to, aby dětem pomohla lépe porozumět, kdo může poskytnout pomoc v situaci šikany a kdo jsou ti, na které by se mohly obrátit.

Průběh aktivity:

Úvod: Připravit kartičky nebo obrázky postav, které reprezentují různé osoby, které by mohly pomoci dětem v případě šikany. Může to být učitel, školní psycholog, rodiče, vrstevník, ředitel školy atd. Každá postava by měla mít svůj obrázek a název. Děti budou rozděleny do menších skupin (ideálně 4–5 dětí). Každá skupina obdrží sadu kartiček s postavami, které by mohly pomoci v situaci šikany.

Přiřazení postav k situacím: Úkolem skupiny je přiřadit každou postavu k jednomu nebo více možným situacím šikany, které budou na kartách popsány. Například na kartě s popisem "Dítě je v tělocvičně vydíráno svými spolužáky" by měly děti přiřadit postavy, které by mohly pomoci v této situaci.

Vytvoření seznamu osob: Skupiny by měly vytvořit seznam postav, které mohou pomoci v různých situacích šikany a následně tento seznam prezentovat zbytku skupiny.

Diskuze: Po dokončení hry můžete vést diskuzi, aby se děti mohly podělit o své myšlenky.

Otázky pro diskuzi:

Kdo byl nejčastěji přiřazován v různých situacích šikany?

Proč si myslíte, že některé postavy byly vybrány častěji než jiné?

Máte osobní zkušenosti s někým, kdo vám pomohl v situaci šikany?

Jak se cítíte ve vztahu k tématu šikany?

Jak byste reagovali na situaci šikany?

Jak můžete pomoci kamarádovi, který je obětí šikany?

Kam byste se obrátili, kdybyste potřebovali pomoc s řešením šikany?

2. blok – Výcvik asertivity a odolnosti

Ráda bych odkázala na autory, kteří se věnují tematice výcviku asertivity v problematice šikany. Zde popisují aktivity od autorů Perryové a Carringtonové, Bendla, Říčana, Hermochové z publikací „Hry pro život 1, 2. Popis aktivit jsem vybrala pro představu, nelze zde vypsát všechny hry, proto zde odkazuji na dané publikace. Například další vhodné aktivity, které bych doporučila do bloku se nazývají *Obraz mého jména*, *Dopis do ciziny*, *Největší úspěch v tomto roce*, *Moje klady*, *Kdo jsem*, *Magická krabice*, *Vizitka*, *Jak vidím sám sebe*, *Dopis trosečníka*, *Tři přání*, *Linky a city* z publikace *Hry pro život 1* (Hermochová, 1994b, s. 37–51, 165) nebo aktivita *Nadávky* z publikace *Hry pro život 2* (Hermochová, 1994c, s. 85, 86). Podrobný popis vybraných aktivit ze zmíněných publikací je uveden pod tímto úryvkem. V příloze naleznete soupis navrhovaných her. Ráda bych zmínila publikaci od autorů Rossů (2023), která nabízí i hry zaměřené na rozvoj odolnosti a sebevědomí šikanovaných dětí. Hry na boj s nadávkami a urážkami bych uvedla například *Ulička urážek*, *Pohotové odpovědi a Pingpongová slova* (Rossa, 2023, s. 38–47).

Aktivita: Poškozená gramofonová deska

Cíl: Techniku lze použít, když je někdo pod tlakem nebo je vystaven nežádoucímu jednání. Naučit se respektovat lidská práva jako je právo jednat s úctou, každý má právo říct ne, právo naslouchat ostatní a vážit si ho, právo něčemu nerozumět a mít právo si požádat o informace.

Popis aktivity: Aktivita připomíná situaci, kdy je gramofon zaseknutý v jedné drážce a neustále opakuje stejný zvuk. Než začne někdo opakovat určité vyjádření, musí si být jist,

co chce říci, a přitom zůstat důsledný. V případě, že někdo žádá o něco, může začít vlídně a opakovat svůj požadavek, například: "Je mi líto, že nemáš tužku, ale tohle je moje tužka a chci ji zpět. To je moje tužka, a dej mi ji zpět." (Perry a Carrington, 1997, s. 66).

Hodnocení a diskuse:

Jak jste se cítili, když jste byli v roli "poškozené gramofonové desky"?

Bylo obtížné zůstat důsledný ve svém názoru?

Jaký byl váš vnitřní pocit, když jste to opakovali?

Může být tato technika efektivní, když na vás bude vyvíjen nátlak?

Co jste se o sobě dozvěděli?

Aktivita: Kouzelná krabička

Cíl: Hlavním záměrem aktivity je upevnit přesvědčení, že i děti hrají klíčovou roli ve společnosti.

Popis aktivity: Aktivita s kouzelnou krabičkou trvá přibližně 30 minut. Připravte krabičku tak, aby na jejím dnu bylo přilepeno zrcátko umožňující každému, kdo do krabičky pohlédne, spatřit sám sebe. Pracovník zahájí aktivitu otázkou: "Znáte někoho, kdo je velmi zvláštní? Jaký je to člověk?" Představte kouzelnou krabičku s vysvětlením, že se každý může podívat a uvidět zvláštního pro něho důležitého člověka. Účastníci si prohlédnou krabičku a neprozradí, koho viděli, protože to má být tajemstvím. Pracovník pak položí otázku: "Kdo byl tím zvláštním člověkem?" Během hry může pracovník použít uvolňující poznámky a zajímat se o dojmy účastníků (Hermochová, 1994c, s. 119–120).

Hodnocení a diskuse:

Jaký byl dojem z aktivity?

Proč si myslíte, že každý z nás má něco zvláštního?

Co mě dělá jedinečným?

Jakými způsoby jsme si podobní?

Jak se nyní cítím po této aktivitě?

Aktivita: Čeho si na tobě vážíme

Cíl: Cíl aktivity spočívá v zařazování opakujícího se skupinového rituálu, kde se každý člen skupiny stává středem pozornosti a ostatní vyjadřují pozitivní aspekty, což podporuje proces

přátelské akceptace. Při prvním zahájení se vytvoří figurka a zaměří se pozornost skupiny na jedno dítě a následně se cvičení pravidelně opakuje, aby postupně zahrnuje všechny děti. Vyrobené figurky jsou umístěny na zeď, protože vytvořili vizuální ukázkou počtu milých dětí ve skupině.

Popis aktivity: K aktivitě je nutné si připravit pomůcky, velký papír A3 tvrdého typu a pro každé dítě psací potřeby a nůžky. Pracovník začne tím, že zdůrazní, jak snadné je kritizovat a zesměšňovat někoho, ale jak je mnohem konstruktivnější zaměřit se na pozitivní stránky. Účastníci této aktivity pracují ve dvojicích. Každý z nich nakreslí hrubý obrys svého partnera, vystříhne ho a následně společně vybarví tak, aby bylo jasné, o které dítě jde. Tato výroba trvá přibližně 30 minut. První dobrovolník se pak nechá pozvat k představení a zjištění, jaké pozitivní vlastnosti ostatní ve skupině vidí na něm. Ostatní děti napíší na papír všechny hezké myšlenky a pocity o něm, které poté jeho blízký kamarád přečte. Tyto zápisy jsou připojeny k figurce, aby bylo možné je případně doplnit při vhodné příležitosti. Je důležité dohodnout si termín pro další pokračování, který je třeba dodržet (Hermonchová, 1994c, s. 120–121).

Hodnocení:

Jak se vám cvičení líbilo?

Jaký pocit má první dobrovolník, který byl v centru pozornosti?

Jak se cítí ostatní po absolvování této aktivity?

Aktivita: *Asertivní NE*

Cíl: Aktivitu lze pravidelně využívat při blocích nácviku asertivity. Cíl hry spočívá v procvičování dovedností asertivity a odolnosti vůči nátlaku. Účastníci se učí rozpoznávat a chápat různé strategie, jak přesvědčovat i odolávat nátlaku od druhých. Hra posiluje schopnost účastníků vyjádřit své vlastní potřeby a hranice a zároveň rozvíjí dovednosti empatie a respektu k rozhodnutím druhých.

Popis aktivity: Techniku lze procvičovat ve dvojicích, kde jedna osoba (dítě) přesvědčuje druhou osobu (dítě), aby jí něco půjčila nebo aby s ní někam šla. Scénář může vypadat například takto:

Dítě č. 1 má nové kolo, které právě dostalo k narozeninám.

Dítě č. 2 chce se na jeho kole projet.

Dítě č. 2 má za úkol přemluvit dítě č. 1, aby mu půjčilo své kolo.

Dítě č. 1 to však nechce udělat a jejím úkolem je odolat veškerému přesvědčování.

Po skončení prvního dialogu si žáci vymění role, takže dítě, které původně přesvědčovalo, nyní bude odolávat nátlaku. Následuje diskuse, ve které se děti vyjadřují k sehraným scénkám. Snaží se porozumět tomu, proč někdo přesvědčování odolal a druhý ne. Hledají různé možnosti, jak účinně odolat nátlaku dítěte nebo skupiny dětí. Scénky mohou být sehrány v různých posloupnostech, aby děti měly možnost zkoumat různé aspekty situace a lépe pochopit dynamiku přesvědčování a odolávání. Diskuse po skončení scének umožní dětem sdílet své pocity a zkušenosti a společně hledat strategie pro účinné odolávání přesvědčování (Bendl, 2003, s. 111).

Hodnocení a diskuse:

Jaké pocity jste zažily během této aktivity, ať už jste byly v roli přesvědčující nebo odolávající osobou?

Jak se vám dařilo odolávat nátlaku? Bylo to obtížné nebo snadné?

Jaké strategie jste použili pro odolávání přesvědčování, nebo co byste mohli vyzkoušet příště?

Můžete si představit situace ve skutečném životě, kdy byste mohly využít dovednosti odolávání přesvědčování?

Aktivita: Zed' sporů

Cíl: Cílem této aktivity je schopnost dětí kontrolovat svou reakci na provokaci a vyvinout větší emocionální odolnost. Jedním z důležitých aspektů této aktivity je podpora vcítění do situace druhých, čímž pomoci této hry lze snížit agresivitu a nevhodné chování. Tato aktivita byla inspirována z knihy Jana Bláhy (Bláha, 1968), která požaduje, že mravní výchova zahrnuje schopnost vcítit se do situace jiných lidí. Aktivita má za cíl ukázat účastníkům, jak nepříjemné zážitky mohou být spojeny s jejich vlastním chováním. Vzhledem k tomu, že tato aktivita je důležitá, aby pracovník přistupoval k ní s opatrností a měl na zřeteli, že nadávky by neměly být používány jako spouštěč reakcí jednotlivců na provokaci

Popis aktivity: Aktivita, která je především určena pro chlapce, má za cíl naučit účastníky, jak snášet urážky a nadávky na svou adresu, aniž by na ně reagovali stejným způsobem nebo přecházeli od verbálního sporu k fyzickému násilí. Děti jsou rozděleny do dvou skupin a postaví se proti sobě. Mezi ně je vytyčena hranice, kterou nikdo z účastníků nesmí překročit. Jedna skupina začne po dobu zhruba 30 sekund nadávat druhé skupině, která nesmí na

nadávky a urážky reagovat slovně ani fyzicky. Role obou skupin se poté mění (Bendl, 2003, s. 104).

Hodnocení a diskuse:

Jak jste se cítili, když jste byli v roli, která dostává nadávky a urážky?

Měli jste potíže s nevyjadřováním emocí nebo reakcí na urážky?

Jak myslíte, že tato aktivita pomohla?

Jak jste vnímali pocit vcítění do situace druhých během této aktivity?

Jak by tato aktivita mohla přispět k prevenci agresivního chování ve skupině?

Aktivita: *Otloukánek*

Cíl: Jeden z účastníků hry (dobrovolník) vstoupí do středu kruhu a ostatní účastníci ho začnou verbálně napadat. Každý účastník v kruhu má současně úkol, jak danou aktivitu úspěšně zvládnout.

Popis aktivity: Úkolem napadeného je udržet klid a klidně reagovat na nadávky namířené na svou osobu. Například, pokud slyší: "Ty jsi strašný debil," odpoví: "Ano, jsem strašný debil." Důležité je, že v této aktivitě nejde o pravdivost či nepravdivost kritiky, ani o oprávněnost. Aktivita pod názvem "Otloukánek" je podobná aktivitě "zdi sporů," avšak s tím rozdílem, že jednotlivec stojí sám uprostřed kruhu tvořeného spolužáky a je vystaven ostré kritice. Cílem této aktivity je desenzibilizace jedince vůči ostré kritice a verbálnímu napadání ze strany druhých osob, což znamená snížení citlivosti na psychický tlak a zvýšení odolnosti vůči němu (Bendl, 2003, s. 105).

Hodnocení a diskuse:

Jak jste se cítili, když jste byli v roli, která dostává nadávky a urážky?

Měli jste potíže s nevyjadřováním emocí nebo reakcí na urážky?

Jak myslíte, že tato aktivita pomohla?

Jak jste vnímali pocit vcítění do situace druhých během této aktivity?

Jak byste měli reagovat na urážky ve skutečném životě?

Aktivita: *Mlžení*

Cíl: Cílem je pomoci dětem pochopit, proč lidé používají nadávky a kdy můžeme použít jazyk k uvědomění si a komunikace, zejména při konfliktech.

Popis aktivity: Mlžení pohlcuje urážky podobně, jako velká mlhová stěna pohlcuje obrazy a zvuky. Když druzí vyslovují zraňující poznámky, nemusíme se zapojovat do hádek nebo se rozčilovat. Můžeme se proměnit v mlhu a absorbovat to, co říkají. Pokud je to pravda, odpovíme jednoduše "Máš pravdu." Pokud to neplatí, můžeme reagovat slovy "Možná máš pravdu" nebo "Je to možné." V rámci různých her a cvičení děti zapisují různé nadávky na tabuli, následně je kategorizují (vtipné, urážlivé, diskriminující, zrazující) a společně diskutují o celé situaci. Snaží se najít motivaci a příčiny chování dětí a navrhují vhodnější způsoby řešení sporů (Bendl, 2003, s. 106).

Hodnocení a diskuze:

Jak jste se cítili během této aktivity?

Které nadávky vás nejvíce ovlivnily a proč?

Co jste se dozvěděli o sobě a o druhých během této aktivity?

3. blok – a) Výcvik skupinové dynamiky

Ráda bych odkázala na autory, kteří se věnují tématice skupinové dynamiky u dětí v problematice šikany. Zde popisují aktivity od autorky Hermochové, část je i vlastní výroba. Podrobný popis aktivit jsem vybrala pro představu, nelze zde vypsát všechny hry, proto zde odkazuji na dané publikace. Ostatní jsou uvedeny pod tímto úryvkem. V příloze naleznete soupis navrhovaných her.

Dále bych uvedla i online aktivity, které se zabývají skupinovou dynamikou na webových stránkách České odborné společnosti pro inkluzivní vzdělávání (ČOSIV). V publikaci lze najít aktivity zaměřené na zlepšení skupinové dynamiky. Publikace může sloužit jako praktický nástroj, který lze využít s dětmi v tomto projektu. Zmínila bych aktivity *Pohybové masky*, *Čtyři uši*, *Kohoutí hádky*, *Poslouchej a mluv* (ČOSIV, 2018).

Aktivita: Ocenění dovedností a schopností

Cíl: Cílem aktivity je řešit vztahy mezi dětmi ve skupině a podporovat pozitivní dynamiku. Dítě má příležitost napsat a získat ocenění od svých vrstevníků za různé dovednosti a schopnosti. Tímto způsobem vytváříme prostředí uznání a podpory, což posiluje vzájemné vztahy a celkovou soudržnost ve skupině.

Popis aktivity: Vytvoří se skupinky po třech dětech. Každé dítě obdrží dva papírky. Na každý papírek napíše tři dovednosti nebo schopnosti svých kamarádů, přičemž se mohou inspirovat ze soupisu dovedností a schopností podle druhů. Děti si mohou mezi sebou povídat o svých výběrech a diskutovat o tom, jaké dovednosti a schopnosti si na sobě navzájem všímají. Každá skupina vytvoří seznam dovedností a schopností pro každého člena. Skupiny prezentují své seznamy a vysvětlují, proč si vybraly konkrétní dovednosti pro každého člena. Pomůcky k aktivitě se použije soupis dovedností a schopností podle druhů, papírky a psací potřeby. Soupis dovedností je inspirován knihou od Fořtíkové (2009, s. 73).

Tabulka 6: Soupis dovedností

Kreativní schopnosti	Technické schopnosti	Sociální schopnosti	Fyzické schopnosti
dovednost tvoření	dovednost pracovat se stroji	dovednost pracovat s ostatními a komunikace	dovednost tělesných aktivit a fyzických výkonů
smysl pro humor	orientační schopnosti	umět se soustředit na jednu věc	trenérství
imaginární myšlení	vynalézavost	naslouchání	zlepšování se
tvořivost	kreativní myšlení	upřímnost	týmový duch
malování	strategické myšlení	trpělivost	kontrola nad sebou
skládání hudby	logické uvažování	poctivost	disciplína
tanec	řešení problémů	optimismus	rychlost
jazyky	rozhodnost	spojování lidí	síla
herecké nadání	práce se stroji	skromnost	vytrvalost
umí zlepšovat myšlenky	umět opravit stroje	láska	důslednost
zkouší nové techniky	matematické uvažování	schopnost odpouštět	soutěživost
rád se hlásí o účast ve školních hrách	konstrukční dovednosti	umět přijmout ostatní	koncentrace
snadno vypráví příběhy	výroba technických produktů	spolupráce s ostatními	odolnost
zkušený v hraní rolí	pracovat s technickými nástroji	dobrá komunikace s druhými	obratnost
snadno se vcítí do nálad postav		umí mluvit rovnou k věci	koordinace pohybů

dokáže napodobovat druhé		vysvětluje věci přesně	dokáže rychle běžet
hra na hudební nástroj		zajímavým vypravěčem	dokáže rychle skákat
přicházení s novými nápady		odvaha, statečnost	dokáže daleko házet
schopnost řešení situací		zlepšovat se,	dokáže dlouho plavat
		schopnost bavit ostatní	dokáže obratně tančit
		dlouhodobý zájem o určité téma	dokáže přesně střílet z luku
		vytrvale dosahuje cíle	

Zdroj: Vlastní výroba

Hodnocení a otázky:

Jak se vám cvičení líbilo?

Jaký byl váš pocit při přijímání ocenění od ostatních?

Jak se změnila atmosféra ve skupině po této aktivitě?

Co jste se dozvěděli o svých kamarádech, co jste předtím nevěděli?

Jak může tato aktivita přispět k lepšímu porozumění a respektu mezi členy skupiny? (Vlastní výroba)

Aktivita: Opora důvěry

Cíl: Cílem aktivity je prověřit důvěru mezi dětmi.

Popis aktivity: Děti si vzájemně vyberou partnera a vytvoří dvojici. Jeden z dětí stojí čelem ke svému partnerovi a určí vzdálenost, na kterou je ochoten se spustit. Musí si uvědomit, že jeho úkolem je být zachycen. Přední hráč s rozpaženýma rukama a zavřenýma očima padá dozadu, aniž by se ohlížel. Poté si děti vymění roli, následuje rozhovor, kde sdílejí své pocity z obou rolí, včetně míry důvěry a emocí při zachycování (Hermonchová, 1994b, s. 101).

Hodnocení a otázky:

Jak se ti cvičení líbilo?

Jaký si měl pocit, když si padal?

Věřil si, že dopadneš v pořádku?

Změnila se důvěra k druhému?

Měl bys obavy při pádu u nějaké osoby?

Aktivita: *Putování a potkávání*

Cíl: Aktivita je zaměřená na pocity, které máme ve vztahu k opačnému pohlaví.

Popis aktivity: Pracovník dětem položí otázku: Představte si, že máte neobvyklý sen. Když usnete v noci a probudíte se ráno, zjistíte, že chlapani jsou teď dívky a dívky se změnilly na chlapance. Co by se stalo dál? Jak by tato situace ovlivnila vás? Jak byste se cítili a co byste si o tom všem mysleli? Jak byste reagovali na tuto změnu a co by nová situace mohla přinést? Co byste teď nemohli dělat? Co by bylo jinak? Každý si tuto situaci zaznamená do zápisníku a poté se všechny zápisky přečtou nahlas. Nejprve kluci sdílí své myšlenky a pak následují holky. Tato aktivita by měla trvat přibližně 20 minut (Herlichová, 1994b, s. 114, 115).

Hodnocení a otázky:

Jak se ti aktivita líbila?

Co bylo obtížné si představit?

Co bylo pro tebe lehké?

Co si jako dívka myslíš o představách chlapanů? A naopak co si jako chlapek myslíš o představách dívek?

Aktivita: *Palec nahoru, palec dolů*

Cíl: Cílem aktivity je podporovat péči o atmosféru ve skupině. Poskytuje dětem příležitost rychle vyjádřit své vlastní pocity a myšlenky, i když se mohou objevit od ostatních. Informace z této činnosti jsou dostupné jak pro pracovníka, tak pro všechny děti ve skupině. Toto cvičení lze začlenit do práce kdykoliv. Je však důležité zajistit, aby diskuse o názorech vedla k propojení informací a jejich hlubšímu porozumění. Tuto činnost lze vhodně využít na závěr programu při hodnocení průběhu celého daného dne.

Popis aktivity: Tato krátká aktivita zabere pouze několik minut. Pracovník všem sdělí: "Dnes se naučíme rychlým způsobem vyjádřit, jak se nám daří a co si myslíme a jak se cítíme. Zvednutí palce pravé ruky symbolizuje ano, čím výše držíte palec, tím silněji myslíte souhlas. Když zvednete palec levé ruky dolů, znamená to ne. Čím níže spustíte levou ruku, tím výrazněji dosáhnete své ne. Pokud pociťujete současně ano i ne, máte použít oba palce

najednou." Pro praktickou ukázkou můžeme položit několik otázek: "Jste dnes spokojeni? Měli jste včera dobrý den? Jak se vám líbilo dnešní cvičení? Zažili jste něco nepříjemného? Jste spokojeni sami se sebou? Má někdo potřebu něco sdělit?" (Hermonchová, 1994b, s. 173).

Aktivita: *Já chci, ty chceš a co bude!*

Cíl: Hra může přispět k lepšímu porozumění dynamice skupiny a interakcím mezi jednotlivci. Diskuse o různých pohledech a možných řešeních může podnítit reflexi a vzájemné pochopení. Aktivita má za úkol posílit schopnost účinněji řešit konflikty, rozhodovat se a jednat v rámci skupiny.

Popis aktivity: Hra bude trvat 60 minut a bude rozdělena do několika fází. Skupiny po pěti dětech vytvoří životní situace týkající se rozhodování a zahrnující několik postav. Každá skupina prezentuje svůj pohled, postoj a řešení situace, přičemž důraz bude kladen na formulaci přání pro řešení. Následně každý účastník představí alternativní řešení a možné ústupky. Hra vyzdvihne důsledky přehlasování a podnítí účastníky ke zvažování dopadů svých rozhodnutí (Hermonchová, 2014, s. 113).

Hodnocení s otázkami:

Byly ovlivněné vztahy při hledání společného řešení?

Jak jsi reagoval/a na odlišné pohledy a názory v rámci skupiny?

Jakým způsobem ses snažil /a dosáhnout shody bez hlasování?

Jak by mohly získané dovednosti z této aktivity přispět k posílení Vašich vztahů?

Co bylo největší výzvou při hledání kompromisů a společného řešení?

Jak bylo možné rozpoznat různé role a postoje účastníků během hry?

Aktivita: *Jeden musí vystoupit*

Cíl: Účastníci se učí pracovat s tlakem skupiny a rozvíjet strategie, jak úspěšně vystoupit a prosadit své názory. Hra se zaměřuje na interakce v rámci skupiny, procesy ovlivňující chování jednotlivců ve skupině a schopnost skupiny reagovat na jednotlivé členy. Účastníci jsou vedeni k vzájemné interakci, komunikaci a spolupráci během hry.

Popis aktivity: Aktivita trvá 30 až 60 minut. Probíhá ve skupinkách po šesti. Vytvoří se pevný kruh, ve kterém stojí jeden jedinec uprostřed. Úkolem středového jedince je pokusit se

uniknout z kruhu. Zbylí členové skupiny se snaží udržet středového jedince v kruhu pomocí otázek, přemlouvání, domlouvání nebo fyzického zadržování (Hermonchová, 2014, s. 153).

Hodnocení s otázkami:

Jakým způsobem si reagoval na středového jedince, který se snažil uniknout?

Jak se skupina vyrovnala s tlakem a jakým způsobem reagovala na pokusy úniku?

Jak se středový jedinec cítil během aktivity a co ho motivovalo k pokusu o únik?

Jak skupina reagovala na případné úspěšné vystoupení jedince z kruhu?

Jaká dovednost byla nejvíce posílena u středového jedince i u členů skupiny?

Jaký byl hlavní cíl skupiny – udržet středového jedince v kruhu nebo ho nechat vystoupit?

Jaký význam má tato aktivita v prosazování vlastních zájmů ve skupině?

3. blok – b) Kohezní hry

Kohezní a stmelovací hry jsou aktivity, které jsou navrženy s cílem dosáhnout soudržnosti a týmové spolupráce. Tyto aktivity bývají často začleněny do týmových her a cvičení. Bendl (2003, s. 140) popisuje jaký má význam důvěra, spolupráce a vzájemně si pomoci při komunikaci. Aktivity jsou zaměřené na budování důvěry a rozvíjení spolupráce. Například hra *Prkno* je situace, kdy si děti navzájem poskytují pomoc a musí se na sebe spolehnout. Další aktivitou je *Vyvažování*, kterou lze začlenit do bloku kohezních her. V této části představuji několik aktivit od autorů Rossa a Hermonchové a část aktivit je také mým vlastním příspěvkem. Podrobnější popis vybraných aktivit je uveden níže, avšak nelze vypsát všechny hry. Pro další inspiraci bych doporučila příslušné aktivity, jako je například *Místo pro zábavu*, *Můj svět*, *Postoje* z knihy *Hry pro život 1* (Hermonchová, 1994, s. 144, 153, 170) nebo aktivity *Nouzový plán*, *Outsider*, *Hluboká jáma*, *Totálně out*, *Skryté emoce* a *Dobré důvody* od autora Rossa (2023, s. 26–35, 112–125). V příloze naleznete seznam navrhovaných her, které jsou zařazeny do jednotlivých bloků.

Dále bych zmínila online program, který se zabývá kohezními hrami na webových stránkách Inkluzivní škola. Aktivity lze využít pro podporu dobrých vztahů mezi dětmi. Mezi takové hry patří *Podpisovka*, *Ruce*, *Lego*, *Tyčka*, *Otevřená ruka*, *Upír*, *Tečky*, *Strom třídy*, *Loutky* a *Vláčky* (Inkluzivní škola, 2023, s. 21–127).

Aktivita: *Deníček radosti*

Aktivitu je vhodné zahrnout do tohoto bloku opakovaně. Její pravidelné opakování může pomoci vytvořit zdravé návyky u dětí a zajistit pozitivní atmosféru v týdenním bloku.

Cíl: Aktivita může pozitivně ovlivnit vzájemné vztahy mezi členy skupiny a přispět k celkovému pocitu sounáležitosti. Zároveň může posloužit jako nástroj pro rozvoj pozitivního myšlení a sebehodnocení, což odpovídá kohezním cílům. Rozvíjet pozitivní atmosféru ve skupině. Při aktivitě se bude podporovat sebehodnocení a uvědomování si pozitivních aspektů.

Popis aktivity: Každé dítě si před spaním píše do svého deníčku radosti. Zaznamenává situace, za které je vděčné, úspěchy, kterých dosáhlo a pozitivní zážitky. Může kreslit symboly nebo malé obrázky ke každé pozitivní události. Pomůcky jsou deníčky pro každé dítě, psací a kreslicí potřeby (vlastní výroba).

Hodnocení s otázkami:

Jak se cítíš po psaní do svého deníčku?

Pozoruješ nějaké změny ve svém vnímání a postoji k ostatním?

Jak může tato aktivita ovlivnit vztahy ve skupině?

Aktivita: *Mrkaná*

Cíl: Cílem aktivity je uvolnění a pozitivní nálada mezi dětmi. Zároveň umožňuje účastníkům vypořádat se s agresivitou, soutěživostí a podporou odstranění nepřátelských postojů.

Popis aktivity: Průběh hry trvá přibližně 15 minut. Děti vytvoří kruh ze židlí, přičemž polovina sedí a druhá polovina stojí za židlemi s prázdnými židlemi před sebou. V případě sudého počtu dětí se pracovník přidá a začíná hrát s prázdnou židlí před sebou. Pracovník se rozhlíží po sedících dětech a snaží se někoho "mrknutím" přivolat ke své židli. Dítě, které zareaguje, se snaží rychle posadit na prázdnou židli. Ti, kdo stojí za ním, se mu v tom snaží zabránit, aniž by opustili své místo za židlí. Pokud se někomu podaří zůstat stát za prázdnou židlí, plní stejnou roli jako pracovník na začátku hry. Po přibližně 5 minutách si stojící a sedící vymění roli (Hermonchová, 1994, s. 21).

Hodnocení s otázkami:

Co se ti na hře líbilo?

Co se ti naopak nelíbilo?

Bylo pro tebe lepší mrkat, nebo chytat?

Aktivita: *Společná kresba*

Cíl: Aktivita je zaměřená na sociální kontakty a vyžaduje úzkou spolupráci a dohodu mezi dětmi.

Popis aktivita: Každá dvojice dostane jeden list papíru a psací potřeby. Jejich úkolem je vytvořit obrázek, ale podmínka je, aby oba žáci kreslili současně jednou tužkou, kterou drží najednou. Na začátku aktivity se děti radí ohledně toho, kdo jakou rukou bude držet tužku a mohou si vzájemně vyměnit místa nebo se dohodnout na podrobnostech, jako je velikost obrázku nebo téma. Během kreslení spolu děti komunikují, domlouvají se a řeší postup (Bendl, 2003, s. 143).

Hodnocení s otázkami:

Jak jste se rozhodovaly ohledně toho, kdo bude držet tužku a jakou rukou?

Bylo něco, co vám při této spolupráci přišlo zábavné?

Jak jste se společně dohodli na téma nebo velikosti obrázku?

Měly jste nějaké potíže s komunikací?

Aktivita: *Jak spolu vycházíme*

Cíl: Chlapci i dívky se mohou vyjádřit k problémům a jejich vzájemným vztahům.

Popis aktivity: Aktivita vyžaduje delší čas, přibližně více než 30 minut. Pracovník postupně předkládá dětem otázky týkající se jejich vzájemných vztahů: „Kdy si dívky ve skupině naposledy dělaly legraci z některého chlapce? Kdy si chlapci naposledy dělali legraci na úkor některých z dívek? Co si myslíte, že chlapci nerozumí dívkám a naopak?“ Děti jsou vyzvány k otevřené diskuzi o problémech, které mohou mít chlapci v kontaktu s dívkami a naopak. Při diskuzi by se měly vyhýbat konkrétním jménům a hovořit spíše obecně například o situacích, kdy se děvčata smějí nebo chlapci podráždějí nohy. Všechny obtíže budou zaznamenány a poté společně projednány (Hermonchová, 1994, s. 117).

Hodnocení s otázkami:

Jak se ti rozhovory líbily?

Na co jsou dívky nebo chlapci citliví?

Čeho si dívky na chlapcích váží a čeho si neváží?

V čem jsou názory dívek a chlapců stejné, a naopak v čem jiné?

Co se může udělat pro to, abyste lépe vycházeli?

Aktivita: *Mám dost přátel*

Cíl: Aktivita může pomoci přivést zejména osamocené děti k myšlence, že svou schopnost navazovat přátelství mohou zlepšit.

Popis aktivity: V průběhu hry, která trvá více než 30 minut, pracovník klade otázky, jako například: „Co se stane, když má někdo hodně kamarádů? Můžeme někdy mít příliš málo kamarádů? Jaké to má pro nás důsledky?“ Účastníci se rozdělí do menších skupin, kde si sednou do kroužku a začnou pozorně sledovat ostatní děti. Mají za úkol přemýšlet o tom, co se odehrává a co by chtěli s konkrétními dětmi dělat. Poté všichni sdílí své myšlenky, začínající větou typu: „Michale, s tebou bych chtěl (a) navázat kontakt tím, že budeme spolu hrát fotbal," nebo „Zuzano, s tebou bych chtěl(a) navázat kontakt tím, že se na tebe usměju," atd. Některé návrhy mohou být i negativní a pracovník v této fázi nezasahuje ani nekomentuje. Během diskuse se pravděpodobně objeví, jak některé varianty kontaktů mohou zmenšit šance na přátelské vztahy. Po sdělení všech návrhů kontaktů následuje rozvoj rozhovoru nejprve ve skupinkách a poté společně všichni (Hermochová, 1994b, s. 138).

Hodnocení s otázkami:

Jak se ti aktivita líbila?

Máš dost přátel?

Co budeš dělat, když se chceš s někým blíže seznámit?

Jak můžeš poznat, že někdo stojí o tvé přátelství?

Aktivita: *Jak ztrácíme přátele*

Cíl: Cíl aktivity spočívá v uvědomění si, že některé destruktivní chování může negativně ovlivňovat přátelství.

Popis aktivity: Aktivita vyžaduje delší čas, téměř hodinu, a proto může zasahovat i do jiného bloku. Každá skupina dostane připravené sešity a psací potřeby. Pracovník položí otázky: „Víte, čím můžete ztratit přátele? Čím můžete lézt kamarádům na nervy? Čím můžete

kamarády zklamat?" Během této aktivity budou děti společně přemýšlet a zároveň zaznamenávat své myšlenky, přičemž lze přidat i vtipné prvky. Skupiny složené ze čtyř dětí, budou mít příležitost psát a diskutovat o tom, jak by nejlépe ztratily přítele. Tato část aktivity zabere minimálně půl hodiny, přičemž všechny skupiny si vzájemně předčítají své rady. Pracovník může také přispět vlastními zkušenostmi a připravenými doplňky (Hermochová, 1994b, s. 139).

Hodnocení s otázkami:

Jak se ti aktivita líbila?

Jakých chyb se dopouštíš ke vztahu ke svým kamarádům?

Které chyby ti vadí na kamarádech?

Umíš si udržet přátelství?

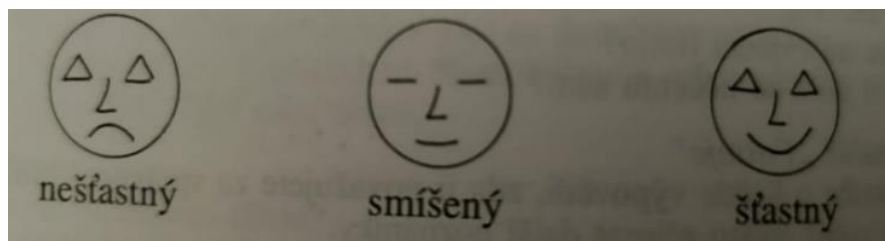
Jak se ti ve skupince spolupracovalo?

Aktivita: *Jak se ti daří*

Cíl: Cílem aktivity je poskytnout krátkou činnost, kterou lze nejlépe začleňovat na počátku bloku. S rostoucím věkem dětí může být aktivita stále užitečná a měla by být zařazována častěji, aby se děti snáze naučily vyjadřovat své pocity s ostatními. Při prvním použití by měl být vyhrazen dostatečný časový prostor, protože se mohou objevit i velmi složité emocionální stavy.

Popis aktivity: Doba trvání aktivity představuje zhruba 45 minut. Pro tuto činnost budeme potřebovat namalovat tři obličeje na tabuli, na které následně přidáme popisky. Jak se daří? Pod obrázky musí být dostatek místa pro podpisy všech dětí. Pracovník položí otázku: „Chtěl bych vědět, jak se vám daří?“ Abychom dostali odpovědi, poskytneme si dostatek času. Poté pracovník řekne: „Namaloval jsem tři obličeje a děti prosím, abyste se podepsaly pod obličej, který nejlépe popisuje vaši náladu.“ Po podpisech dětí se shrnou výsledky. Nejprve se vyžádá od dětí, aby sdělily, co je dělá šťastnými, například: „Jsem šťastný, protože...“, následně mohou promluvit děti, které se podepsaly pod středním obrázkem, s mottem: „Cítil bych se lépe, kdyby...“ Tím se přechází ke třetí skupině, se kterou se mluví nakonec. S touto skupinou je třeba zacházet citlivě a jsou dvě možnosti. Buď sdělit, co je trápí, nebo odložit rozhovor na vhodnější čas (Hermochová, 1994b, s. 172).

Obrázek 10: Obrázky k aktivitě " Jak se ti daří"



Zdroj: Hermochová (1994b, s. 172)

Hodnocení s otázkami:

Jak jste se cítili během této aktivity?

Cítíte, že bylo snadné vyjádřit své pocity prostřednictvím obličeje?

Máte nějaké nápady, jak bychom mohli tuto aktivitu v budoucnu vylepšit?

3. blok – c) Stmelovací hry

Tak jak jsem uvedla u kohezních her, tak i stmelovací hry jsou zaměřené na soudržnost a týmovou spolupráci. Jejich cílem je podporovat jednotnost a vzájemnou spolupráci. Ráda bych odkázala na autory, kteří se věnují tematice stmelovacích her pro děti v problematice šikany. Zde popisují aktivity od autorů Hermochové z publikace *Hry pro život 1*, Flaschsově z publikace *Hry pro děti na živo*. Podrobný popis aktivit jsem vybrala pro představu, nelze vypsát všechny hry, proto zde odkazuji na dané publikace. Podrobný popis vybraných aktivit je uveden pod tímto úryvkem. V příloze naleznete soupis navrhovaných her.

Rovněž je možné využít online hry dostupné na webových stránkách Centra pro demokratické učení (2023), kde je možnost zhlédnout bohatý výběr her zaměřených na podporu pozitivních mezilidských vztahů ve třídním kolektivu. Pro inspiraci jsem vybrala několik aktivit. Mezi stmelovací hry patří například *Kamarádi* a *Pavouk*, které podporují vzájemné porozumění a posilují pouta v kolektivu. Dalšími aktivitami zaměřenými na komunikaci jsou *Jaký jsem?*, *Horké křeslo* a *Výměnný obchod*, které podněcují otevřenou a respektující komunikaci mezi dětmi. Pro situace, kdy je třeba uklidnit emoce a vytvořit klidné prostředí, lze využít her jako *Moucha*, *Sopka* a *Pracující*.

Aktivita: Masážní řetěz

Cíl: Aktivita je zaměřena na prohloubení vzájemných vztahů a rozvíjení dovedností projevoování vřelosti. Předpokládá se, že děti se již znají a mezi nimi existuje určitá důvěra.

Popis aktivity: Celá hra trvá přibližně 10 minut. Děti sedí v kruhu, přičemž jsou otočené zády k sousedovi po levé straně (opěradlo židle je na vnější straně kruhu) a jsou v dostatečné vzdálenosti, aby na sebe mohly snadno dosáhnout. Účastníci jsou vyzváni, aby jemně namasírovaly ramena dítěte před sebou. Cílem je vyvolat u souseda příjemný pocit uvolnění. Masírovaná osoba reaguje na různé zvuky, ale bez slov, aby dala najevo, jak prožívá masáž. Děti vysílají zvuky dozadu a sledují reakce svých sousedů. Pro lepší koncentraci je vhodné pracovat se zavřenýma očima. Po ukončení masáže se každý otočí k sousedovi, který ho masíroval a cvičení se opakuje. Probíhá rozhovor ve dvojicích o tom, jak každý prožíval masáž a jak si dobře rozuměli při vzájemných signálech. Celkově aktivita napomáhá uvolnění napětí a agresivity ve skupině a zároveň posiluje pocit sounáležitosti (Hermonchová, 1994b, s. 24, 25).

Hodnocení s otázkami:

Jak se cítíš?

Co se ti hlavně líbilo?

Je něco, co bylo obtížné nebo se ti nelíbilo?

Už tě někdo masíroval?

Co bylo pro tebe příjemnější – masírovat nebo být masírován?

Aktivita: Zmrzlé ruce

Cíl: Aktivita má za cíl pocít jistoty a prohloubení vzájemných vztahů mezi dětmi. Hra je vhodná zejména pro děti, které mohou mít malé zkušenosti s láskyplným dotekem. Je však možné, že některé děti se mohou této aktivitě chtít vyhnout, zejména pokud prožily nedostatek něhy v minulosti.

Popis aktivity: K této aktivitě je potřeba pleťového mléka. Děti jsou rozděleny do dvojic a posadí se proti sobě. Předstírají, že jeden z členů byl dlouho venku v mrazu a má prochládlé ruce. Pro odstranění chladu slouží pleťové mléko, které však účinkuje pouze tehdy, když je opatrně vtíráno do rukou. Po nějaké době se role mění a dvojice si následně mění pocity ze cvičení. Diskutují o tom, která role byla příjemnější, zda má teď dotyčný teplejší ruce, jaký měl pocit během natírání a jaký měl ten, kdo byl natírán (Hermonchová, 1994b, s. 25).

Hodnocení s otázkami:

Co se ti nejvíce líbilo?

Bylo pro tebe něco obtížné?

Už o tebe někdo takto pečoval?

Aktivita: *Co беру vážně*

Cíl: Účelem této aktivity je umožnit účastníkům sdílet to, co považovat za důležité, a to bez omezení společenskými normami či hodnotami. Cvičení je velmi zajímavé, protože umožňuje dětem objevovat, v čem jsou si podobné, případně v čem se odlišují a zároveň se učí tyto rozdíly akceptovat. Je výhodné, když se této aktivity účastní i pracovník, což přispívá k otevřené a respektující atmosféře.

Popis aktivity: Trvání aktivity je 40 minut a je nutné zajistit kolonky na tabuli pro každé dítě. Pracovník představí úkol dětem následovně: „Dnes se vzájemně podělíme o to, co považujeme v životě za důležité. Důležitost nemusí vždy znamenat, že to máme rádi. Něco můžeme brát vážně i přesto, že to odmítáme. Může jít o věci, které považujeme za důležité už dlouho nebo naopak, které se pro nás staly až nedávno.“ Dětem bude řečeno, aby přistoupily k tabuli a do jedné části nakreslily symbol toho, co považujeme za důležité, ať už v kladném smyslu (hodnotím to vysoko) nebo v záporném smyslu (odsuzuji to). Kreslit může i několik dětí současně. Při vysvětlování symbolických kreseb nebude pracovník přerušovat děti, protože bude příležitost k diskuzi a vyhodnocení později (Hermonchová, 1994c, s. 71).

Hodnocení s otázkami:

Co se ti na aktivitě líbilo?

Napadlo tě něco nového?

Překvapila tě nějaká kresba? A čím?

Co tě nejvíce potěšilo?

Aktivita: *Skrytý slovní fotbal*

Cíl: Hra zdůrazňuje zlepšení komunikace v kolektivu a rozvoj sociálních dovedností. Cílem hry je rozvíjet slovní zásobu, kultivovat slovní projev, přijímat všechny úspěchy a prohry vlastních i druhých. Využít poznatky k dalším činnostem.

Popis aktivity: V této aktivitě se pracovník ptá dětí, zda znají základní variantu hry slovního fotbalu. Probíhá rozhovor o tom, jak děti hru znají a následně se zopakuje jednoduchá forma hry slovního fotbalu. Děti si určí pořadí, ve kterém budou hráči pokládat a řešit otázky. První

hráč si myslí slovo, které neřekne nahlas, ale popíše. Následující hráč rozluští slova v duchu a na jeho poslední slabiku myslí svoje vlastní slovo, které opět popíše. Postup se opakuje, dokud se všechny děti nevystřídají. Po ukončení děti společně zopakují skrytá slova a sečtou trestné body ze všech kol hry. Trestný bod má ten, kdo nevěděl, jak pokračovat. Rozluštěné slova nesmí děti říct nahlas (Flaschsová, 2022, s. 118).

Hodnocení s otázkami:

Jaký máš celkový dojem ze hry?

Jak jsi zvládl/a přijímat úspěchy a prohry a jak to ovlivnilo atmosféru hry?

Aktivita: Manželé Ruličkovi

Cíl: Cílem hry je zlepšit komunikaci v kolektivu a spolupracovat na tvorbě společného příběhu. Dětem se prostřednictvím interaktivního vyprávění představí příběh a následně se podílejí na jeho rozvíjení.

Popis aktivity: Dětem se přečte úvodní část příběhu o domečku v lese. Následně se v průběhu interakce s dětmi představí situace, kdy rodina se třemi dětmi objeví prázdnou toaletní papírovou ruličku v lese. Děti mají za úkol společně s pracovníkem dokončit příběh, přičemž mohou použít různé metody, jako jsou střídání po slovech, po větách nebo pantomimické vyprávění. Na závěr se děti pokusí dovyprávět příběh společně s pracovníkem. Proces dokončení příběhu může zahrnovat různé metody, včetně rozdělení rolí v rodině Ruličkových. Děti mohou příběh nakonec namalovat a vytvořit svou představu o rodině Ruličkových (Flaschsová, 2022, s. 130).

Hodnocení s otázkami:

Jak jsi vnímal/a spolupráci při tvorbě příběhu?

Jak jsi zvládl/a přijímat a respektovat nápady ostatních?

Jaký význam má pro Tebe vytváření příběhu společně s ostatními?

Jaké dojmy a emoce Ti příběh vyvolal a co se Ti líbilo nejvíce?

4. blok – Diskuze a evaluace

Činnost nazvanou Aktivita: *Palec nahoru, palec dolů*, která byla představena v bloku výcviku skupinové dynamiky na straně 76 lze také využít i zde. Aktivitu můžeme efektivně použít i na konci programu při hodnocení celého dne.

Popis bloku diskuze a hodnocení

Shrnutí aktivit: Pracovník se krátce vrací k aktivitám proběhlým během programu, připomíná klíčové momenty a zážitky.

Sdílení pocitů

Dětem se poskytne prostor k vyjádření jejich emocí a dojmů z proběhlých aktivit. Mohou se podělit o to, co je potěšilo, co se naučily nebo co považují za zajímavé.

Zpětná vazba

Pracovník může poskytnout kladnou zpětnou vazbu za aktivní účast, spolupráci a přínos skupiny. Důležité jsou pozitivní aspekty.

Diskuze o zlepšení

Skupina se může zaměřit na to, co fungovalo dobře a kde by mohly být případné možnosti zlepšení. To může podnítit reflexi a aktivní účast.

Návrhy na další aktivity

Děti mohou přinést nápady na další aktivity nebo téma, kterým by se chtěly zabývat v následujících sezeních. To podporuje jejich aktivní zapojení.

Závěrečná diskuse a evaluace

Děti mohou zhodnotit, co se naučily během celého programu a sdílet své dojmy a otázky. Tímto způsobem se program rozšiřuje o vzdělávání o šikaně a zahrnuje diskuzi a evaluaci na konci každého bloku.

Závěr

První část této práce si klade za cíl umístit dané téma do kontextu sociální práce na teoretické úrovni. V rešerši jsou uvedené zdroje zabývající se výskytem šikany, s níž se potýká část dětí umístěných v dětských domovech. Cílem je připravit děti na bezpečné prostředí a vybavit je dovednostmi potřebnými k odolání šikaně, protože jak rozhovory, tak poznatky naznačují, že jsou často oběťmi šikany a současně jim chybí dostatečné dovednosti v této oblasti, aby se uměly bránit a byly asertivní. Sociální pracovník může hrát klíčovou roli v oblasti šikany, zejména na úrovních mikro a mezzo. Zde má možnost poskytovat poradenskou podporu a organizovat skupinové intervence, což může vést k efektivnímu řešení problémů spojených se šikanou. V rámci makroúrovně je téma šikany propojeno s vzdělávací politikou a poskytováním sociálních služeb v rámci celostátní sociální politiky.

Druhá část práce se soustředí na konkrétní projekt, jehož cílem je zlepšit situaci dětí v dětských domovech. Navrhuji implementaci skupinových aktivit zaměřených na komunikaci a odolnost, které jsou klíčové pro posílení sociálních dovedností a podporu mezilidských vztahů dětí v těchto institucích.

V závěru této práce je zřejmé, že prevence šikany a podpora dětí v dětských domovech jsou zásadními aspekty, které mohou pozitivně ovlivnit jejich vývoj a mezilidské vztahy. Skupinové aktivity zaměřené na komunikaci a odolnost se jeví jako účinný nástroj pro vytvoření bezpečnějšího prostředí pro děti. Navrhuji, aby tato doporučení byla implementována v praxi a dále zkoumána s důrazem na zkušenosti dětí, které by měly být brány v úvahu při plánování prevence šikany a podpory dětí v dětských domovech. Věřím, že moje práce může posloužit jako základ pro další výzkumy a projekty v této oblasti.

Bibliografie

AKTUALNĚ.CZ, 2023. *Starší děti se do školy neteší. Šikanu zažije dvanáct procent z nich, uvádí Scio*. Online. Dostupné z: <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/starsi-deti-se-do-skoly-netesi-sikanu-zazije-dvanact-procent/r~71e2cd3a888a11ee8b4e0cc47ab5f122/>. [citováno: 2024-02-24].

ASOCIACE POSKYTOVATELŮ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB ČESKÉ REPUBLIKY, 2017. *Etický kodex sociálních pracovníků a členů Profesionálního svazu sociálních pracovníků v sociálních službách APSS ČR*. Online. Dostupné z: <https://profesni-svaz-socialnich-pracovniku.apsscr.cz/ckfinder/userfiles/files/Etick%C3%BD%20kodex.pdf>. [citováno: 2023-02-22].

BENDL, Stanislav, 2003. *Prevence a řešení šikany ve škole*. Pedagogika (ISV). Praha: ISV. ISBN 80-86642-08-9.

BEDNÁŘ, Martin, 2012. *Kvalita v sociálních službách*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, ISBN isbn978-80-244-3069-0.

BLAHUTOVÁ, Michaela, 2008. *Zkušenost dětí z dětského domova se šikanou*. Brno, Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta pedagogická. [citováno: 2024-02-03].

CENTRUM PRO DEMOKRATICKÉ UČENÍ, 2023. *Hry pro žákovský parlament nebo třídní kolektiv*. Online. Dostupné z: <https://cedu.cz/hry>. [citováno: 2024-01-03].

ČESKÁ ODBORNÁ SPOLEČNOST PRO INKLUZIVNÍ VZDĚLÁVÁNÍ (ČOSIV), 2018. *Emoční management: aktivity a hry*. Dostupné z: <https://www.podporainkluze.cz/wp-content/uploads/2021/02/EMO-hry-aktivity.pdf>. [staženo: 2024-02-01].

ČESKÁ ŠKOLNÍ INSPEKCE (ČŠI), 2016. *Tematická zpráva – Prevence a řešení šikany a dalších projevů rizikového chování ve školách*. Online. Dostupné z: <https://www.csicr.cz/cz/Dokumenty/Tematicke-zpravy/Tematicka-zprava-Prevence-a-reseni-sikany-a-dalsic>. [staženo: 2023-10-30].

ČESKO, 1994. § 27 odst. 2 nařízení vlády č. 108/1994 Sb. Nařízení vlády, kterým se provádí zákoník práce a některé další zákony – znění 1. 10. 2004 - 31.12. 2006. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1994-108?text=%C5%A1kola>. [citováno: 2023-09-11].

ČESKO, 1999. § 6, 7, 10, 32 a 38 zákona č. 359/1999 Sb. Zákon o sociálně-právní ochraně dětí – znění 30. 12. 2023 - 31. 12. 2024. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-359>. [citováno: 2023-09-14].

ČESKO, 2002. zákona č. 109/2002 Sb. Zákon o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů – znění 01. 01. 2014 - 31. 12. 2024. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-109>. [citováno: 2023-09-16].

ČESKO, 2004. zákona č. 561/2004 Sb., Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) – znění 01. 01. 2024 - 30. 09. 2025. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561>. [citováno: 2023-09-13].

ČESKO, 2006a. § 111 zákona č. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách – znění 01. 01. 2024 - 31. 12. 2024. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>. [citováno: 2023-010-12].

ČESKO, 2006b. § 101 a 102 zákona 262/2006 Sb., Zákoník práce, ve znění pozdějších předpisů – znění 1. 1. 2024 - 30 6. 2024. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262?text=%C5%99editel>. [citováno: 2023-09-12].

ČESKO, 2007. § 6 odst. 1 vyhláška č. 263/2007 Sb. Vyhláška, kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí – znění 1. 11. 2007. Zákony pro lidi.cz. AION CS. Online. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2007-263>. [citováno: 2023-08-19].

DĚTSKÝ DOMOV PŘEROV (DDP), 2020b. *Vnitřní řád zařízení*. Online. Dostupné z: https://ddprerov.cz/wp-content/uploads/2021/11/vnitрни_rad_zarizeni2020.pdf. [citováno: 2023-11-9].

DĚTSKÝ DOMOV PŘEROV (DDP), 2023a. *Výroční zpráva 2022–2023*. Online. Dostupné z: <https://ddprerov.cz/wp-content/uploads/2023/10/VYROCNI-ZPRAVA-22-23.pdf>. [citováno: 2023-11-9].

DĚTSKÝ DOMOV VIZINA, 2023. *Výroční zpráva 2022–2023*. Online. Dostupné z: <https://www.domov-vizina.cz/o-nas/vyrocn-zpravy.php>. [citováno: 2024-01-28].

DĚTSKÝ DOMOV UHERSKÉ HRADIŠTĚ, 2023. *Výroční zpráva 2022–2023*. Online. Dostupné z: <https://www.detskydomov.com/o-nas/>. [citováno: 2024-01-28].

DÍTĚ A RODINA, 2019. *Mapa*. Online. Dostupné z: <https://mapa.ditearodina.cz/>. [citováno: 2024-01-28].

DOBRONAUTI, 2024. *Dobronauti, hry pro nové hrdiny*. Online. Dostupné z: <https://www.dobronauti.cz/>. [citováno: 2024-01-02].

E-BEZPEČÍ, 2022. *Online svět v dětských domovech*. Online. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/153-online-svet-v-detskych-domovech-2022-vyzkumna-zprava/file>. [citováno: 2024-01-02].

EDUPOL, 2024. *Katalog kurzů*. Online. Dostupné z: <https://www.edupol.cz/kurz.html?kurz=321>. [citováno: 2024-02-22].

FLACHSOVÁ, Lada, 2022. *Hry pro děti naživo i on-line*. Ilustroval Libor DROBNÝ. Praha: Portál. ISBN 9788026219248.

FOŘTÍKOVÁ, Jitka, 2009. *Talent a nadání: jejich rozvoj ve volném čase*. Aktualiz. vyd. Praha: NIDM – Národní institut dětí a mládeže MŠMT. ISBN isbn978-80-86784-75-5.

FREEPIK, 2024. *Freepik. Free Vectors, Stock Photos & PSD Downloads*. Online. Dostupné z: <https://www.freepik.com/>. [staženo: 2023-11-11].

FRYČ, Jindřich; MATUŠKOVÁ, Zuzana; KATZOVÁ, Pavla; KOVÁŘ, Karel; BERAN, Jaromír et al, 2020. *Strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2030+*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. ISBN 978-80-87601-46-4.

HAWKER, D. S. J., & Boulton, M. J, (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 41, 441-445. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00629>. [staženo: 2023-10-22].

HENDL, Jan, 2008. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace. 2.*, aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-485-4.

HERMOCHOVÁ, Soňa, 1994b. *Hry pro život 1: Sociálně psychologické hry pro děti a mládež*. Praha: Portál. ISBN 8085282798.

HERMOCHOVÁ, Soňa, 1994c. *Hry pro život 2: Sociálně psychologické hry pro děti a mládež*. Praha: Portál. ISBN 8085282801.

HERMOCHOVÁ, Soňa, 2005a. *Skupinová dynamika ve školní třídě*. 1. vyd. Kladno: AISIS, 169 s. ISBN 8023956124.

HERMOCHOVÁ, Soňa a VAŇKOVÁ, Jana, 2014d. *Hry pro rozvoj skupinové spolupráce*. Praha: Portál. ISBN 9788026207276.

HURYCHOVÁ, Eva a PTÁČKOVÁ, Blanka, 2022. *Sociální práce ve školství*. Praha: Grada, Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-271-3313-0.

INKLUZIVNÍ ŠKOLA, 2023. *Nápadník Scio 65 aktivit – Třída v pohodě aneb aktivity pro podporu dobrých vztahů mezi žáky*. Online. Dostupné z <https://inkluzivniskola.cz/napadnik-scio>. [citováno: 2024-01-02].

JAHODA, Miroslav, 2009. *Rozhodovací stromy*. Praha. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Vedoucí práce Doc. RNDr. Iveta Mrázová, CSc. [citováno: 2024-01-22].

JANEBOVÁ, Radka, 2014a. *Pojetí norem v SP a specifika SP s rizikovými skupinami*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 978-80-7435-455-7.

JANEBOVÁ, Radka, 2014 b. *Teorie a metody sociální práce – reflexivní přístup*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 978-80-7435-374-1.

JANSKÝ, Pavel, 2009. *Problémové dítě a náhradní výchovná péče ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy*. Dizertační práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Oddělení pro vědeckou činnost. Vedoucí práce Hadj – Moussová, Zuzana. [citováno: 2024-01-07].

JEDLIČKA, R., 2011. *Výchovné problémy s žáky z pohledu hlubinné psychologie*. Praha: Portál. 2011. ISBN 978-80-7367-788-6.

KAPPA HELP, 2024. *Primární prevence*. Online. Dostupné z: https://www.kappa-help.cz/ePrimarni_prevence/index.htm. [citováno: 2024-02-02].

KOLÁŘ, Michal, 1997. *Skrytý svět šikanování ve školách: příčiny, diagnostika a praktická pomoc*. Pedagogická praxe. Praha: Portál. ISBN 8071781231.

KOLÁŘ, Michal, 2001. *Bolest šikanování: cesta k zastavení epidemie šikanování ve školách*. Praha: Portál. 80-7178-513-X.

KREBS, Vojtěch a DURDISOVÁ, Jaroslava, 2015. *Sociální politika*. Praha: Codex Bohemia . ISBN 978-80-7478-921-2.

MATOUŠEK, Oldřich, KŘIŠŤAN, Alois (ed.), 2013. *Encyklopedie sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0366-7.

MATOUŠEK, Oldřich, 2001. *Základy sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-473-7.

MATOUŠEK, O., KODYMOVÁ, P., KOLÁČKOVÁ, J., 2005. *Sociální práce v praxi*. vydání první, Praha: Portál. ISBN 80-7367-002-X.

MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., 2003. *Mládež a delikvence*. vyd. 2., aktualizované, Praha: Portál. ISBN 80-7178-771-X.

MILLI, E., 2017. *Baseline Study on the State of Art of Bullying in Europe. European Schools Cooperating to be Bullying Free*. Online. From Peer to Peer. Dostupné z: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/c30e4089-e975-4aa8-840a-a80944f4e486/O3%20-%20Baseline%20study%20on%20Bullying%20-%20v0.6.pdf>. [citováno: 2024-02-03].

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY (MŠMT), 2004. *Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení, č. j. 28 275/2000 - 22í*. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicky-pokyn-k-sikanovani>. [staženo: 2023-08-03].

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY (MŠMT), 2010. *Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování, č.j.21291/2010-28*. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>. [staženo: 2023-08-03].

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY (MŠMT), 2016. *Metodický pokyn k prevenci a řešení šikany ve školách, č.j. 21149/2016*. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>. [staženo: 2023-08-10].

NAVRÁTIL, Pavel, c2001. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman. ISBN 80-903070-0-0.

NOVOTNÁ, Eliška, 2010. *Sociologie sociálních skupin*. Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-2957-2.

NOVOTNÁ, Jana, 2014. *Šikana a typy jejích agresorů v dětském domově*. Brno. Závěrečná práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta pedagogická. Vedoucí práce PhDr. Věra Vojtová, Ph.D. [citováno: 2024-02-05].

OPENAI, 2023. *ChatGPT-4 [AI program]*. Online. Dostupný z: <https://openai.com/blog/chatgpt>. [staženo: 2023-11-11].

PACNEROVÁ, Helena, 2015. *Standardy kvality péče o děti ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy a preventivně výchovné péče*. Vydání první. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků. ISBN 9788074811388.

PERRY, Jean a Carrington, Gillian, 2006. *Čelíme šikanování: sborník metod: metodický materiál Institutu pedagogicko-psychologického poradenství ČR*. Praha: Institut pedagogicko-psychologického poradenství ČR, 1997, dotisk. 114 s. ISBN 80-86856-24-0.

POTŮČEK, Martin, 1995. *Sociální politika*. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 808585001x.

PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ, 2003. *Pedagogický slovník. 4., aktualiz. vyd.* Praha: Portál. 322 s. ISBN 80-7178-772-8.

PŘEROV STATUTÁRNÍ MĚSTO, 2023. *Pracovní skupina primární prevence*. Online. Dostupné z: <https://www.prerov.eu/cs/magistrat/socialni-oblast-a-zdravotnictvi/socialni-prevence/pracovni-skupina-primarni-prevence/>. [citováno: 2024-02-01].

SALMIVALLI, CH., Poskiparta, Ahtola, & Haataja, 2013. *The Implementation and Effectiveness of the KiVa Antibullying Program in Finland 18(2)*, European Psychologist. 79-88. Online. Dostupné z: <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000140>. [staženo: 2023-12-01].

SANDOVAL, A., Praško, J., Ocisková, M., Kamarádová, D., Jelenová, D., Látalová, K., 2014. *Šikana v dětství jako predisponující faktor pro psychické problémy v dospělosti*. Česká a slovenská psychiatrie; 110(6): 317–325.

SMART Goals, Nedatováno. *How to Make Your Goals Achievable*. Online. Dostupné z: <https://www.mindtools.com/a4wo118/smart-goals>. [citováno: 2024-02-22]

SMITH BW., Dempsey AG., Jackson SE, Olenchak FR., Gaa J., 2012. *Cyberbullying among gifted children*. *Gifted Education International*, 28(1): 112-126. Online. Dostupné z: : <https://doi.org/10.1177/0261429411427652>. [staženo: 2023-08-25]

SOCIÁLNÍ PRÁCE, 2004. *Dynamika malých sociálních skupin*. Online. Dostupné z: <https://socialniprace.cz/wp-content/uploads/2020/10/2004-1.pdf>. [staženo: 2023-10-25].

STATISTIKA & MY, 2023. *Měsíčník Českého statistického úřadu (05/2023)*. Online. Dostupné z: <https://www.statistikaamy.cz/wp-content/uploads/2023/05/18042305.pdf>. [citováno: 2023-10-30].

STORYBOARD THAT, 2024. *Druhy Šikany*. Online. Dostupné z: <https://www.storyboardthat.com/cs/articles/e/%C5%A1koln%C3%AD-%C5%A1ikana>. [citováno: 2024-02-03].

ŠANCE DĚTEM, 2023. *Projekt nenech to být – boj proti šikaně od studentů pro studenty*. Online. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/projekt-nenech-byt-boj-proti-sikane-od-studentu-pro-studenty>. [citováno: 2024-01-28].

ŠANCE DĚTEM, 2024. *KiVa: Finský program proti šikaně mění školní prostředí*. Online. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/kiva-finsky-program-proti-sikane-meni-skolni-prostredi>. [citováno: 2024-02-01].

SPOLEČENSTVÍ PROTI ŠIKANĚ, 2023. <https://www.sikana.org/>. Online. [citováno: 2024-01-29].

STREETWORK, 2018. *Kurz motivačních rozhovorů*. Online. Dostupné z: <https://www.streetwork.cz/kalendar/kurzy/detail/2653/kurz-motivacnich-rozhovoru>. [citováno: 22. 2. 2024].

ŘEZNÍČEK, Ivo, 1994. *Metody sociální práce: Podklady ke stážíím studentů a ke kazuistickým seminářům*. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN isbn80-8585000-1.

ŘÍČAN, Pavel, 1995. *Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál, Pedagogická praxe. 80-7178-049-9.

ROSSA, Julia a ROSSA, Robert, 2023. *100 her pro práci s (kyber)šikanou: s dětmi 6-12 let*. Přeložil Jindra HUBKOVÁ. Praha: Portál. ISBN 9788026219927.

TOMEŠ, Igor, 2010. *Úvod do teorie a metodologie sociální politiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-680-3.

THORNBERG Robert & Delby Hanna, 2019. *How do secondary school students explain bullying?* Educational Research, 61:2, 142-160. Online. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/00131881.2019.1600376>. [staženo: 2023-07-10].

V LAVICI, 2021. *Moje webináře*. Online. Dostupné z: <https://vlavici.cz/moje-webinare>. [staženo: 2021-07-10].

HENNIG, Gudrun a PELZ, Georg, 2008. *Transakční analýza: terapie a poradenství*. Psyché (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1363-2.

VÁGNEROVÁ, Marie a LISÁ, Lidka, 2021. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání třetí, přepracované a doplněné. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-246-4961-0.

WIKISOFIA, Nedatováno. *Konstrukce rozhodovacích stromů*. Online. Dostupné z: [https://wikisofia.cz/wiki/Konstrukce_rozhodovac%C3%ADch_strom%C5%AF_\(princip_sni%C5%BEov%C3%A1n%C3%AD_entropie\)](https://wikisofia.cz/wiki/Konstrukce_rozhodovac%C3%ADch_strom%C5%AF_(princip_sni%C5%BEov%C3%A1n%C3%AD_entropie)). [citováno: 2023-11-17].

WILLIFORD, A., Boulton, A., Noland, B., Little, TD, Kärnä, A., & Salmivalli, C., 2011. *Effects of the KiVa Anti-bullying Program on Adolescents' Depression, Anxiety, and*

Perception of Peers. Journal of Abnormal Child Psychology, 40 (2), 289–300. Online. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s10802-011-9551-1>. [staženo: 2023-08-21].

WOLKE, Dieter a Suzet Tanya LEREYA, 2015. Long-term effects of bullying. *Archives of Disease in Childhood*. 100(9), 879-885. Online. ISSN 0003-9888. Dostupné z: <https://doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>. [staženo: 2023-06-20].

ZÁLESKÁ, Lenka, 2009/2010. *Zkušenosti žáků ZŠ s prevencí šikany na školách ve Svitavách a okolí*. České Budějovice. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Fakulta pedagogická. Vedoucí práce Zuzana Bílková, Mgr.

Seznam obrázků

Obrázek 1: Intenzita vystavení šikaně ve 4. ročníku ZŠ (% , 2019)	10
Obrázek 2: Hierarchie lidských potřeb podle Abrahama Maslowa	16
Obrázek 3: 1. blok – 1. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu	54
Obrázek 4: 1. blok – 2. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu	55
Obrázek 5: 1. blok – 3. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu	56
Obrázek 6: 1. blok – 4. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu	56
Obrázek 7: 1. blok – 5. příběh: aktivita k vzdělávacímu programu	57
Obrázek 8: 1. blok – Aktivita Rozdíly mezi šikanou a škádlením: aktivita k vzdělávacímu programu	61
Obrázek 9: Konstrukce rozhodovací stromů	62
Obrázek 10: Obrázky k aktivitě " Jak se ti daří"	83
Obrázek 11: Otázka č. 1	103
Obrázek 12: Otázka č. 2	104
Obrázek 13: Otázka č. 3	104
Obrázek 14: Otázka č. 4	105
Obrázek 15: Otázka č. 5	106
Obrázek 16: Otázka č. 6	107
Obrázek 17: Otázka č. 6	107
Obrázek 18: Otázka č. 7	107
Obrázek 19: Otázka č. 8	108
Obrázek 20: Otázka č. 10	108

Obrázek 21: Otázka č. 11	109
Obrázek 22: Otázka č. 12	109
Obrázek 23: Otázka č. 13	110

Seznam tabulek

Tabulka 1: Počet případů šikany podle převažujícího důvodu – podíl případů (v %)	12
Tabulka 2: Účastníci rozhovoru	34
Tabulka 3: Management rizik	42
Tabulka 4: Plán klíčových aktivit.....	46
Tabulka 5: Ukázka: Jednotlivé úrovně stromu rozhodovacího procesu	65
Tabulka 6: Soupis dovedností	74
Tabulka 7: Soupis navrhovaných her	111
Tabulka 8: Struktura projektu	113
Tabulka 9: Logframe projektu.....	117
Tabulka 10: Druhy šikany	119

Použité zkratky

ČOSIV – Česká odborná společnost pro inkluzivní vzdělávání

ČŠI – Česká školní inspekce

DD – Dětský domov

DDP – Dětský domov Přerov

KBT – Kognitivně behaviorální terapie

MPP – Minimální preventivní program

MPSV – Ministerstvo práce a sociálních věcí

MR – Motivační rozhovory

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

OSN – Organizace spojených národů

OSPOD – Orgán sociálně – právní ochrany dětí

PPP – Pedagogicko psychologická poradna

SMART – Specific Measurable Agreed Realistic Timed

VVČ – výchovně vzdělávací činnosti

ZŠ – Základní škola

Přílohy

Informovaný souhlas

Při mém nástupu na praxi do Dětského domova v Přerově jsem respektovala etické směrnice, což zahrnovalo i podepsání dohody o mlčenlivosti. Před zahájením rozhovorů s dětmi jsem požádala o informovaný souhlas od pana ředitele domova. Souhlasem jsem se zavázala k dodržování etických principů a zabezpečení důvěrnosti informací získaných během výzkumu.

INFORMOVANÝ SOUHLAS S VÝZKUMEM BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Vážený pane řediteli,

žádám Vás o udělení souhlasu s účastí dětí ve výzkumu k mé bakalářské práci. Výzkum bude realizován formou rozhovoru. Rozhovor a jejich výsledky budou zcela anonymní a použity pouze k mým studijním účelům.

Rozhovorů by se zúčastnily děti ve věku 9 – 12let z Dětského domova Přerov. Bakalářská práce je spojena s projektem: „Šikana a její primární preventivní opatření pro děti z dětských domovů.“

Děkuji za Váš čas.

S pozdravem a přáním krásného dne

Jitka Škŕková

Souhlasím s účastí ve výzkumu bakalářské práce: ANO x NE

Datum: podpis

Struktura rozhovoru

Rozhovor, jehož cílem je identifikovat případ šikany:

Struktura:

1. Jak se ti líbí v domově a ve škole?
 - a. 1 – velmi se mi líbí (nevyměnila bych tuto školu či domov za jiný),
 - b. 2 – moc se mi líbí
 - c. 3 – líbí se mi
 - d. 4 – spíš se mi nelíbí
 - e. 5 – nelíbí se mi vůbec (nejradši bych šel na jinou školu či do domova)

2. Je někdo, kdo v domově nebo ve škole Ti přináší největší radost, s kým je Ti dobře?
 - a) Kamarád z domova
 - b) Vychovatel nebo pracovník z domova
 - c) Kamarád ze školy
 - d) Učitel ze školy nebo pracovník ze školy
 - e) Rodina
 - f) Nikdo

3. Je vaše třída nebo rodinné skupiny rozdělené na party? ANO / NE
.....
4. Co si myslíš, jaký je rozdíl mezi legrací, hrou a šikanou?
.....

5. Zvažuješ, zda jsou některé z následujících projevů šikana? ANO / NE / NEVÍM
Fyzické napadání (bít někoho) ... ano / ne / nevím
Verbální posměšky a urážky ... ano / ne / nevím
Krádež nebo půjčování věcí bez souhlasu ... ano / ne / nevím
Ignorování nebo přehlížení někoho ... ano / ne / nevím
Verbální útoky nebo nadávky ... ano / ne / nevím
Šíření pomluv o někom ... ano / ne / nevím
Ponižování někoho ... ano / ne / nevím
Používání vulgárních slov na adresu někoho ... ano / ne / nevím

Vytváření urážlivých přezdívek pro někoho ... ano / ne / nevím

Nevhodné dotyky nebo osahávání ... ano / ne / nevím

Šíření urážlivých informací o někom na sociálních sítích ... ano / ne / nevím

Ztrapňování někoho před ostatními ... ano / ne / nevím

(Dále se dítě dozví, že všechny tyto projevy mohou být formou šikany.)

6. Bylo něco z toho, co je v seznamu projevů šikany, se kterými ses setkal v domově nebo ve škole? Pokud ano, co to bylo?

.....

7. Zopakovalo se to několikrát? ANO / NE

.....

8. Kde se to stalo? Například: ve škole, na cestě do školy, v pokoji, při sportování, při jídle, nebo jiné místo?

.....

9. Víš o někom v domově, kdo trpí šikanou? ANO / NE

.....

10. Svěřil ses někomu? ANO / NE

Třídní učitel / kamarád / sociální pracovníci / vychovatel / někdo jiný?

.....

11. Pomohl ti ten, komu ses svěřil? ANO / NE

.....

12. Máš strach z někoho ze školy či z domova? ANO / NE

.....

13. Existuje někdo ve škole nebo v domově, kdo pomlouvá ostatní za jejich zády? ANO / NE

.....

14. Cítíš se lépe, když ten, co tě pomlouvá, není přítomen ve škole či v domově? ANO / NE

.....

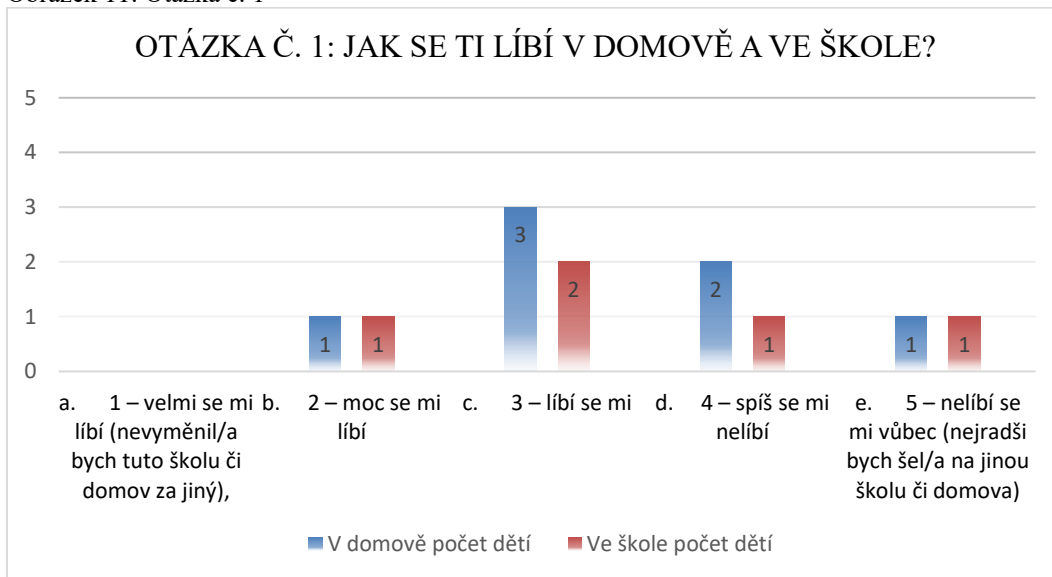
Děkuji ti za tvé odpovědi. Chtěla bych zdůraznit, že šikana může mít vážné důsledky pro obě strany a je důležité, abys věděl, že je šikana nebezpečná a není správná.

Výsledky rozhovoru

Otázka č. 1: Jak se ti líbí v domově a ve škole?

- 1 – velmi se mi líbí (nevyměnila bych tuto školu či domov za jiný),
- 2 – moc se mi líbí
- 3 – líbí se mi
- 4 – spíš se mi nelíbí
- 5 – nelíbí se mi vůbec (nejradši bych šel na jinou školu či do domova)

Obrázek 11: Otázka č. 1



Zdroj: Vlastní výroba

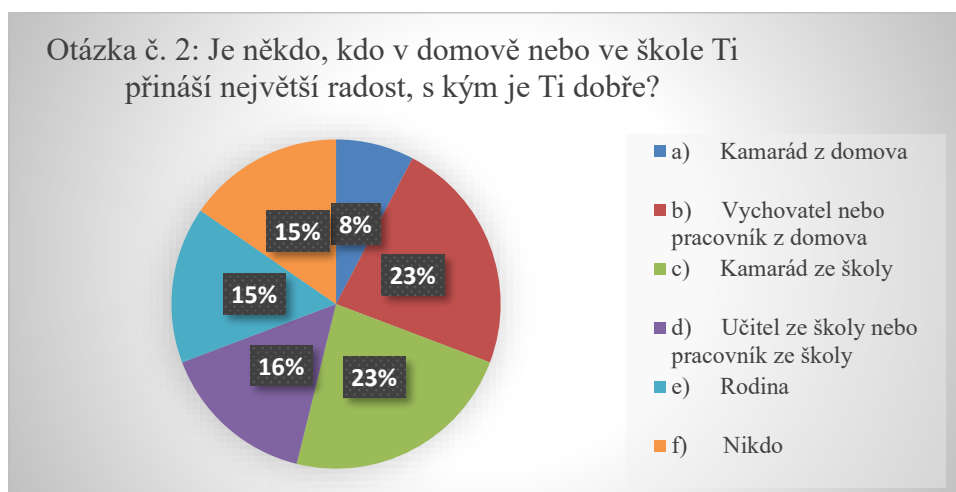
Z odpovědí dětí vyplývá, že obdobný podíl dětí v domově a ve škole má pozitivní pocity. Obě prostředí mají podobný poměr odpovědí, přičemž v domově má o něco vyšší podíl dětí, že se jim domov líbí. Je důležité vzít v úvahu tyto pocity při navrhování preventivních opatření pro děti v obou prostředích.

Otázka č. 2: Je někdo, kdo v domově nebo ve škole Ti přináší největší radost, s kým je Ti dobře?

- Kamarád z domova
- Vychovatel nebo pracovník z domova
- Kamarád ze školy
- Učitel ze školy nebo pracovník ze školy
- Rodina

f) Nikdo

Obrázek 12: Otázka č. 2



Zdroj: Vlastní výroba

Z odpovědí na druhou otázku je zřejmé, že děti z DD nejčastěji neuvádějí kamarády z domova jako zdroj své největší radosti nebo s kým je jim dobře. Je to důležitý ukazatel, který naznačuje možnou absenci sounáležitosti mezi dětmi v domově. Odpovědi, které převážně zmiňují kamarády ze školy, vychovatele nebo pracovníky z domova jako zdroj radosti, mohou svědčit o tom, že děti hledají a nacházejí podporu a pohodu mimo kolektiv DD. Tato situace může být interpretována jako ukazatel potřeby posílení vztahů mezi dětmi v domově. V rámci preventivního opatření by tak měl být kladen důraz na podporu formování pevných vazeb mezi dětmi v domově.

Otázka č. 3: Je vaše třída nebo rodinná skupina rozdělená na party? ANO / NE

Obrázek 13: Otázka č. 3

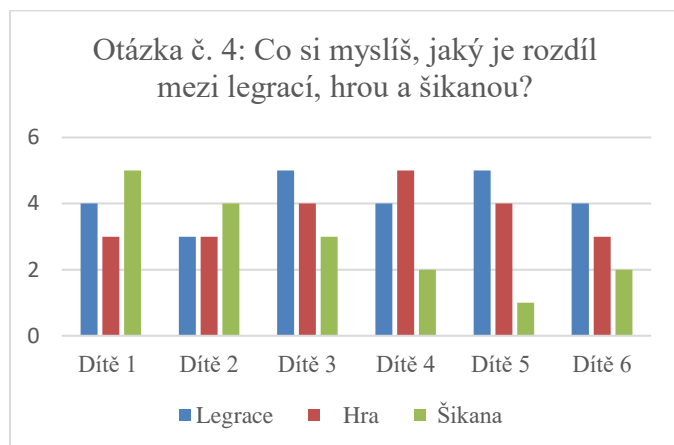


Zdroj: Vlastní výroba

Většina dětí v DD i ve škole vnímá určité rozdělení na party. Zjištění může poukazovat na potřebu zkoumat a podporovat sociální interakce mezi dětmi zejména v prostředí DD.

Otázka č. 4: Co si myslíš, jaký je rozdíl mezi legrací, hrou a šikanou?

Obrázek 14: Otázka č. 4



Zdroj: Vlastní výroba

Děti u této otázky své odpovědi rozváděly. Aby hodnoty byly přehlednější, znázornila jsem hodnoty od 1–5. Hodnota 1 znamená, že dítě hodnotí daný aspekt (legraci, hru, šikanu) velmi nízce a vnímá ho negativně. Hodnota 5 naopak značí, že dítě hodnotí daný aspekt velmi vysoko a vnímá ho pozitivně. Tedy čím vyšší hodnota, tím pozitivnější vnímání. Z odpovědí vyplývá, že děti mají různé představy o legraci, hře a šikaně. Některé zdůrazňují smích a radost, zatímco jiné spojují šikanu s opakujícím se negativním chováním, zejména opakovaným fyzickým napadáním. Je vidět, že každé dítě vnímá tyto pojmy odlišně, což může být důležité pro navrhování preventivních opatření v DD.

Otázka č. 5: Zvažuješ, zda jsou některé z následujících projevů šikana? ANO / NE / NEVÍM

Fyzické napadání (bít někoho) ... ano / ne / nevím

Verbální posměšky a urážky ... ano / ne / nevím

Krádež nebo půjčování věcí bez souhlasu ... ano / ne / nevím

Ignorování nebo přehlížení někoho ... ano / ne / nevím

Verbální útoky nebo nadávky ... ano / ne / nevím

Šíření pomluv o někom ... ano / ne / nevím

Ponižování někoho ... ano / ne / nevím

Používání vulgárních slov na adresu někoho ... ano / ne / nevím

Vytváření urážlivých přezdivek pro někoho ... ano / ne / nevím

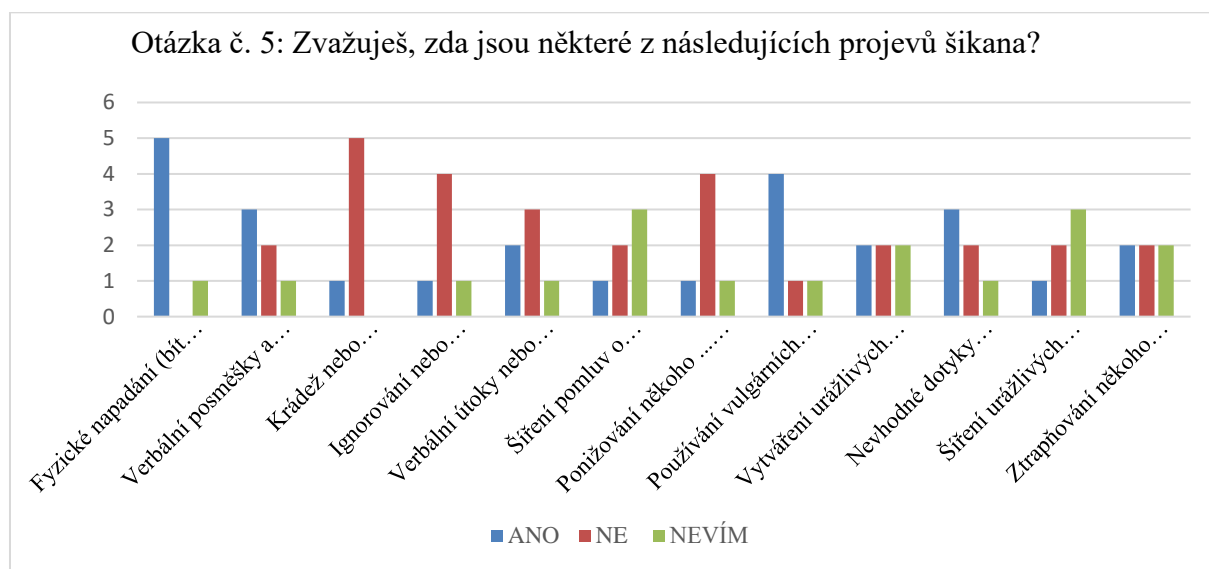
Nevhodné dotyky nebo osahávání ... ano / ne / nevím

Šíření urážlivých informací o někom na sociálních sítích ... ano / ne / nevím

Ztrapňování někoho před ostatními ... ano / ne / nevím

(Dále se dítě dozví, že všechny tyto projevy mohou být formou šikany.)

Obrázek 15: Otázka č. 5



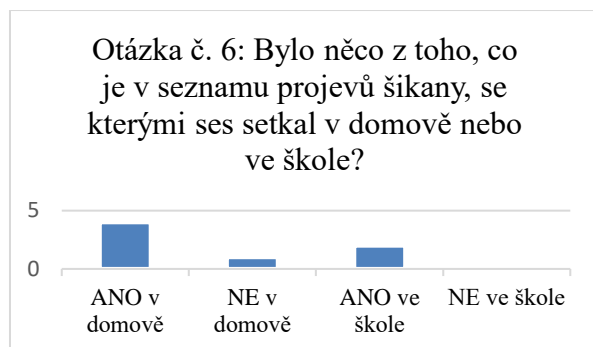
Zdroj: Vlastní výroba

Odpovědi dětí naznačují, že existuje povědomí mezi dětmi různých projevů šikany. Většina dětí rozpoznává fyzické napadání (bít někoho) a používání vulgárních útoků jako formy šikany. Odpovědi také ukazují, že některé děti si nebyly jisté, zda některé projevy jsou skutečně šikanou a vyjádřily nejistotu nebo nevědomost v několika případech. Některé děti uvedly, že nevěděly, ale trochu si to myslely nebo že nebyly si jisté, jestli je to vážné. Může to naznačovat, že existuje potřeba edukace a informování dětí o různých formách šikany a o tom, jak je rozpoznat. Výsledky ukazují na důležitost prevence šikany a vzdělávání dětí o této problematice. Navržený preventivní projekt by mohl klást důraz na povědomí o různých projevech šikany a posilování dovedností řešení konfliktů.

Otázka č. 6: Bylo něco z toho, co je v seznamu projevů šikany, se kterými ses setkal v domově nebo ve škole? Pokud ano, co to bylo?

Obrázek 16: Otázka č. 6

Obrázek 17: Otázka č. 6



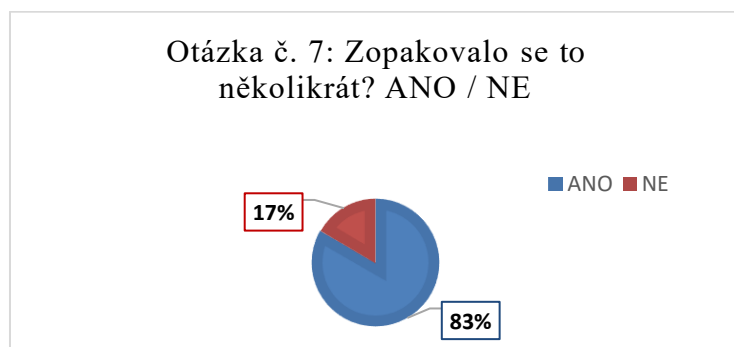
Zdroj: Vlastní výroba



Analýza otázky č. 6 ukázala, že některé děti zaznamenaly projevy šikany, přičemž nejčastěji uváděnými formami byly vyhrůžky a verbální útoky (nadávky). Tyto poznatky zdůrazňují potřebu preventivního projektu zaměřeného na posílení odolnosti a soudržnosti dětí v DD. V rámci projektu je navrženo začlenění asertivních, stmelovacích a kohezních her, které by mohly posílit schopnosti dětí odolávat šikaně a zlepšit vzájemné vztahy.

Otázka č. 7: Zopakovalo se to několikrát? ANO / NE

Obrázek 18: Otázka č. 7

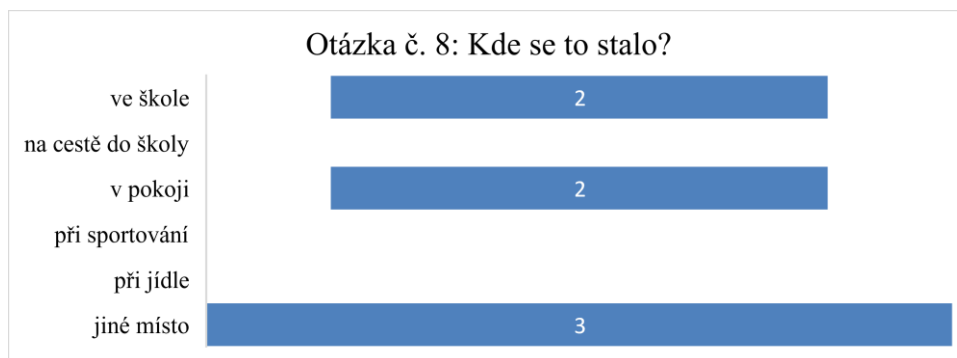


Zdroj: Vlastní výroba

Z odpovědí na otázku č. 7 vyplývá, že šikana byla opakujícím se jevem, a to v pěti případech. Tato skutečnost zdůrazňuje potřebu projektu zaměřeného na prevenci a řešení opakujících se situací šikany.

Otázka č. 8: Kde se to stalo? Například: ve škole, na cestě do školy, v pokoji, při sportování, při jídle, nebo jiné místo?

Obrázek 19: Otázka č. 8



Zdroj: Vlastní výroba

Podle odpovědí na otázku č. 8 bylo zjištěno, že šikana se vyskytovala na různých místech. Nejčastěji byla uváděna v domově (pokoj, jiné místo), což poukazuje na potřebu preventivních opatření v tomto konkrétním prostředí.

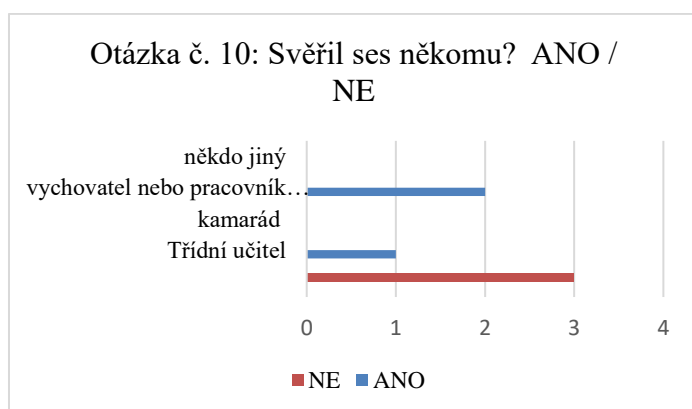
Otázka č. 9: Viš o někom v domově, kdo trpí šikanou? ANO / NE

Všechny děti odpověděly, že ví o někom v domově, kdo trpí šikanou. Tato informace by mohla být důležitá při navrhování preventivních opatření, aby se mohlo podporovat bezpečné a zdravé prostředí.

Otázka č. 10: Svěřil ses někomu? ANO / NE

Třídní učitel / kamarád / sociální pracovníci / vychovatel / někdo jiný?

Obrázek 20: Otázka č. 10



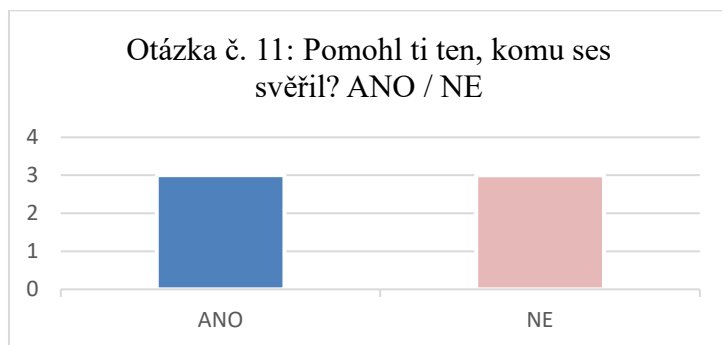
Zdroj: Vlastní výroba

Tři děti se neobrátily na nikoho a vyjádřily obavy. Dvě děti hovořily s vychovatelem nebo pracovníkem domova, jedno s třídním učitelem. Z výsledků vyplývá, že několik dětí

nevyhledalo podporu nebo se nesvěřilo s projevy šikany. Tím se zdůrazňuje potřeba posílení důvěry a otevřené komunikace mezi dětmi o šikaně. Navrhovaný projekt by mohl zahrnovat aktivity a hry podporující vzájemnou důvěru a efektivní komunikaci.

Otázka č. 11: Pomohl ti ten, komu ses svěřil? ANO / NE

Obrázek 21: Otázka č. 11

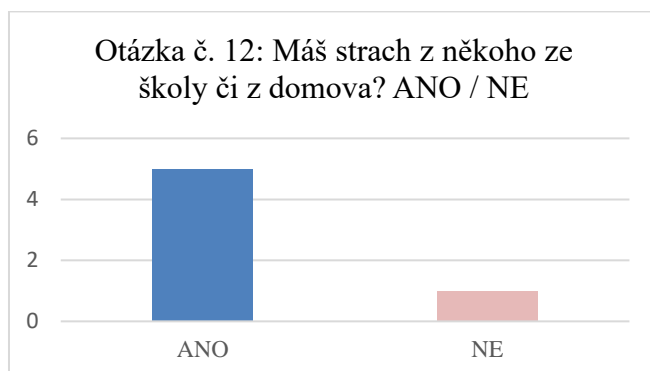


Zdroj: Vlastní výroba

Tři děti se nesvěřily z důvodu obav. Tato vyrovnanost v odpovědích naznačuje, že je nutné vytvořit bezpečné prostředí, kde se děti budou cítit schopny sdílet své problémy a najít pomoc, pokud to budou potřebovat.

Otázka č. 12: Máš strach z někoho ze školy či z domova? ANO / NE

Obrázek 22: Otázka č. 12

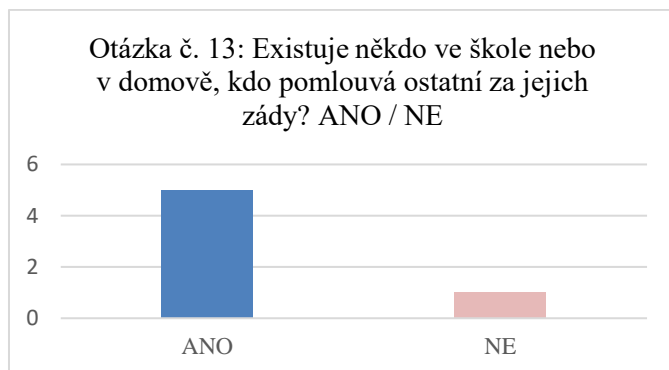


Zdroj: Vlastní výroba

Děti odpověděly na otázku o strachu různě. Pět z nich uvedlo, že mají strach, zatímco jedno dítě raději mlčí, ale strach nemá. Tato variabilita v odpovědích naznačuje, že existuje různý stupeň strachu u jednotlivých dětí.

Otázka č. 13: Existuje někdo ve škole nebo v domově, kdo pomlouvá ostatní za jejich zády?
ANO / NE

Obrázek 23: Otázka č. 13



Zdroj: Vlastní výroba

Děti poskytly rozmanité odpovědi na otázku ohledně pomlouvání za zády. Pět z nich potvrdilo, že existuje někdo, kdo pomlouvá ve škole nebo v domově. Jedno dítě uvedlo, že se snaží toho nevídat, a jedno nevědělo, ale spíše se přiklonilo k odpovědi ANO. Celkově tato různorodost svědčí o existenci problému pomlouvání, který může ovlivňovat dětský kolektiv.

Otázka č. 14: Cítíš se lépe, když ten, co tě pomlouvá, není přítomen ve škole či v domově?
ANO / NE

Všech šest dětí odpovědělo, že se cítí lépe, když osoba, která je pomlouvá, není přítomna ve škole nebo v domově. Odpovědi naznačují, že nepřítomnost pomlouvající osoby přispívá ke zlepšení pohody a bezpečí v dětském prostředí.

Soupis navrhovaných her

Tabulka 7: Soupis navrhovaných her

Jednotlivé bloky	Aktivity pro jednotlivé bloky (příklady)	Doporučené aktivity	
Vzdělávací blok – Edukace	<p>Vytvoř si příběh: Co k sobě patří?</p> <p>Pracovní list: Jak poznat šikanu?</p> <p>Aktivita: Co je to šikana?</p> <p>Aktivita: Rozdíly mezi šikanou a škádlením.</p> <p>Aktivita: Druhy šikany</p> <p>Aktivita: Kdo šikanu řeší a kdo ji může řešit?</p> <p>Aktivita: Kdo dětem může pomoci?</p> <p>Aktivita: Kdo dětem může pomoci II</p>	<p>Sandřin problém</p> <p>Postavičky</p> <p>Rozhlasové vysílání</p> <p>Příběh</p> <p>Modelové hry</p> <p>Už vím, co je šikana</p> <p>Co čumíš?</p> <p>Dobronauti (online) - Karetní hra</p> <p>DOBRONAUTI</p>	
Výcvik odolnosti a asertivity	<p>Aktivita: Poškozená gramofonová deska</p> <p>Aktivita: Kouzelná krabička</p> <p>Aktivita: Čeho si na tobě vážíme</p> <p>Aktivita: Asertivní NE</p> <p>Aktivita: Zeď sporů</p> <p>Aktivita: Otloukánek</p> <p>Aktivita: Mlžení</p>	<p>Obraz mého jména</p> <p>Dopis do ciziny</p> <p>Největší úspěchy</p> <p>Moje klady</p> <p>Kdo jsem</p> <p>Magická krabička</p> <p>Vizitka</p>	<p>Jak vidím sám sebe</p> <p>Dopis trosečníka</p> <p>Tři přání</p> <p>Linky a city</p> <p>Nadávky</p> <p>Ulička</p> <p>urážek</p> <p>Pohotové odpovědi</p> <p>Pingpongová slova</p>
Výcvik skupinové dynamiky	<p>Aktivita: Ocenění dovedností a schopností</p> <p>Aktivita: Opora důvěry</p> <p>Aktivita: Putování a potkávání</p> <p>Aktivita: Palec nahoru, palec dolů</p> <p>Aktivita: Já chci, ty chceš a co bude!</p> <p>Aktivita: Jeden musí vystoupit</p>	<p>Pohybové masky</p> <p>Čtyři uši</p> <p>Kohoutí hádky</p> <p>Poslouchej a mluv</p>	

Kohezní hry	Aktivita: Deníček radosti Aktivita: Společná kresba Aktivita: Jak spolu vycházíme Aktivita: Mám dost přátel Aktivita: Jak ztrácíme přátele Aktivita: Jak se ti daří	Prkno Vyvažování Místo pro zábavu Můj svět Postoje Nouzový plán Outsider Hluboká jáma Totálně out Skryté emoce	Dobré důvody Podpisovka Ruce Lego Tyčka Otevřená ruka Upír Tečky Strom třídy Loutky Vláčky
Stmelovací hry	Aktivita: Masážní řetěz Aktivita: Zmrzlé ruce Aktivita: Co беру vážně Aktivita: Skrytý slovní fotbal Aktivita: Manželé Ruličkovi	Kamarádi Pavouk Jaký jsem? Horký křeslo Výměnný obchod Moucha	Sopka Pracující
Diskuze a hodnocení	Shrnutí aktivit Sdílení pocitů Zpětná vazba Diskuze o zlepšení Návrhy na další aktivity Závěrečná diskuse a evaluace Aktivita: Palec nahoru, palec dolů		

Zdroj: Vlastní výroba

Struktura projektu pro děti 9-12 let v dětských domovech na školní rok

Tabulka 8: Struktura projektu

Měsíc		1. blok	Pauza	2. blok	Pauza	3. blok	Pauza	4. blok
Září	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Říjen	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Listopad	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity	15 minut	a) Výcvik skupinové	5 minut	Diskuze, evaluace

				a odolnosti		dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry		
Prosinec	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Leden	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Únor	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity	15 minut	a) Výcvik skupinové	5 minut	Diskuze, evaluace

				a odolnosti		dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry		
Březen	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Duben	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
Květen	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity	15 minut	a) Výcvik skupinové	5 minut	Diskuze, evaluace

				a odolnosti		dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry		
Červen	Týden 1	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace
	Týden 2	Vzdělávací blok	5 minut	Výcvik asertivity a odolnosti	15 minut	a) Výcvik skupinové dynamiky, b) Kohezní a c) Stmelovací hry	5 minut	Diskuze, evaluace

Zdroj: Vlastní výroba

Logframe projektu

Tabulka 9: Logframe projektu

Logframe projektu				
	Popis projektu	Ukazatele úspěchu	Způsoby ověření	Rizika
Plán a Výhody projektu	Vytvoření bezpečného a podpůrného prostředí pro děti ve věku 9-12 let v dětském domově. Poskytovat dětem nástroje k odolání vůči šikaně a podporovat jejich duševní rovnováhu. Zaměřené na dosažení dlouhodobé udržitelnosti a přínosů pro děti.	Zlepšení mezilidských vztahů. Zvyšování sebevědomí dětí a posílení odolnosti vůči šikaně. Stabilní tým pracovníků a zapojení pracovníků.	Pravidelné hodnotící rozhovory, pozorování chování, simulace situací.	Nejasně definované cíle, nedostatečné měřitelné ukazatele.
Cíle projektu	Prostřednictvím interaktivních aktivit předávat dětem nové poznatky o šikaně, rozvíjet jejich komunikační dovednosti, posilovat sebevědomí a učit je aktivně diskutovat o této problematice.	Pochopení šikany a její efektivní řešení, což povede k vytváření bezpečného a pozitivního prostředí pro všechny zapojené.	Analýza definice cílů, sledování ukazatelů úspěchu.	Odmítání účasti a nezájem o dané aktivity, nepředvídatelné chování dětí. Omezené množství dostupných pracovních sil k práci na projektu. (Možnost spolupráce s dobrovolníky.)
Cesta k dosažení cílů	Plán interaktivních aktivit, jako jsou stmelovací aktivity a kohezní hry, skupinová sezení, která budou zaměřena na skupinovou dynamiku.	Zhodnocení dosažených výsledků ve srovnání s původními cíli.	Analýza plánu k dosažení cílů a sledování realizace postupů.	Nedostatečně strukturovaný plán a špatně zvolený postup. Nepřípravenost pracovníka na jednotlivé aktivity.
Efektivita	Měření efektivity	Zhodnocení	Analýza	Nízká efektivita

	projektů v dosažení stanovených cílů. Měření efektivity zahrnuje sledování pokroku a hodnocení.	dosažených výsledků ve srovnání s původními cíli.	dosažených výsledků, hodnocení efektivity procesů.	opatření, neúspěch v dosažení cílů. (Nedostačená účast dětí na plánovaných aktivitách nebo neúspěšné využití vzdělávacích aktivit.)
Trvalá stabilita projektu	Snaha o zajištění dlouhodobé udržitelnosti projektu po jeho ukončení.	Plány na udržení úspěšnosti. Využití naučených dovedností. Pravidelná konzultace dětí s pracovníkem.	Analýza plánů udržitelnosti, hodnocení přetrvávání přínosů.	Nedostatečné plány udržitelnosti, nepřipravenost na změny v prostředí po ukončení projektu. (Vytvoření detailní dlouhodobé strategie, která bude obsahovat plány na udržení pozitivních změn. Zapojení klíčových stakeholderů. Pravidelné konzultace s dětmi pro získání zpětné vazby. Poskytnutí specifických školení pracovníkům ohledně udržitelnosti projektu. Využívat nabídek preventivních programů v domově.)

Zdroj: Vlastní výroba

Klasifikace typů šikany

Tabulka 10: Druhy šikany

Osm druhů šikanování	Příklady projevů
Fyzické aktivní přímé	Agresor napadá oběť fyzicky, např. škrťí, kope, fackuje.
Fyzické aktivní nepřímé	Iniciátor šikany působí zprostředkovaně pomocí jiných, kteří jsou nabádáni, aby oběť napadli, kápo pošle své lidi, aby oběť zbili.
Fyzické pasivní přímé	Fyzická zábrana v dosahování cílů oběti např. sednout si do lavice.
Fyzické pasivní nepřímé	odmítnutí splnění požadavků, např. agresor odmítne oběť na její požádání pustit ze třídy na záchod.
Verbální aktivní přímé	Nadávání, urážení, zesměšňování, nucení k ponižujícím akcím.
Verbální aktivní nepřímé	Rozšiřování pomluv, ale i symbolická agrese pomocí různých výtvorů – kresby, básně apod.
Verbální pasivní přímé	Neodpovídání na pozdrav, na otázku, ignorace.
Verbální pasivní nepřímé	Spolužáci se nezastanou oběti, je-li nespravedlivě obviněna z něčeho, co jí provedl ten, kdo jí ublížil.

Zdroj: Druhy šikany (Kolář, 2001, s. 32)

Anotace

Bakalářská práce s názvem *Šikana a její primární preventivní opatření pro děti z dětských domovů* se zaměřuje na problematiku šikany mezi dětmi ve věku 9–12. Cílem práce je vytvořit projekt nazvaný "MY PROTI ŠIKANĚ", který bude poskytovat prostor pro prevenci šikany a podporu dětí v této věkové skupině. Projekt se bude zabývat aktivitami zaměřenými na komunikaci, rozvoj sebevědomí a odolnosti a posílení vzájemných vztahů mezi dětmi.

Klíčová slova: šikana, primární prevence, prevence šikany, dětské domovy, asertivita, odolnost, vzájemné vztahy, skupinová dynamika

Annotation

The bachelor's project entitled *Bullying and its primary preventive measures for children from children's homes* focuses on the issue of bullying amongst children aged 9–12. The goal of the work is to create a project that will provide space for bullying prevention and support for children in this age group. The project will deal with activities focused on communication, the development of self-confidence and resilience and the strengthening of mutual relations between children.

Keywords: bullying, primary prevention, bullying prevention, children's homes, assertiveness, resilience, interpersonal relationships, group dynamics