

Střední odborné učiliště, Domažlice, Prokopa Velikého 644
Místo poskytovaného vzdělávání Stod, Plzeňská 245

Program proti šikaně a kyberšikaně školní rok 2023/2024

Zpracováno podle metodického pokynu MŠMT č. j. 21149/2016 k prevenci řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení

- Obsah:
1. Definice šikany
 2. Varovné signály šikany
 3. Rysy kyberšikany
 4. Minimum pro rodiče
 5. Práce pedagogického sboru
 6. Postupy při řešení šikany
 7. Postupy při řešení kyberšikany
 8. Příloha č. 1
 9. Příloha č. 2

Vypracovaly: Mgr. Ivana Vondrovicová – školní metodička prevence rizikového chování
Mgr. Alena Sedláčková – zástupkyně ředitelky školy (škola Stod), výchovný poradce

Úvod

Šikanování je mimořádně nebezpečná forma násilí, která ohrožuje základní výchovné a vzdělávací cíle školy. Šikanování se v určité míře vyskytuje prakticky na všech školách. Pocit bezpečí jedince a jeho začlenění do třídního kolektivu je základní podmínkou dobrého sociálního klimatu třídy a školy.

Odborníci se shodují, že k šikaně je třeba přistupovat jako k závažné chorobě skupiny, která se bez léčení může stát zhoubou. Výzkumy a praxe bohužel ukázaly, že ani to nejlepší demokratické společenství neumí šikaně zabránit. Pokud ovšem budou vedení školy a pedagogové na řešení šikany odborně připraveni a navíc podpořeni rodiči, bude možno se šikanou úspěšně bojovat.

1.Co je to šikana a kyberšikana, stádia šikany

Šikana

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a opakované užití fyzických a psychických útoků jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání.

Kyberšikana

Definujeme ji jako zneužití ICT (informačních komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určuje její závažnost. Předpona kyber - značí prostředí, ve kterém se šikana odehrává, tedy kybernetický svět počítačů, internetu a mobilních telefonů. Kyberšikana může samozřejmě probíhat i přes jiné technické komunikační prostředky, např. pagery, v české realitě jsou však v drtivé většině využívány právě výše zmíněné mobilní telefony a internet.

Stádia šikanování

1. **Ostrakismus** – mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen necítí dobře, je neoblíbený, neuznávaný, ostatní se s ním nebaví, pomlouvají ho dělají mu různé legrácky apod.
2. **Fyzická agrese a přitvrzování manipulace** – dochází k přitvrzování manipulace agrese na bázi „obětního beránka“
3. **Vytvoření jádra** – utvoření skupinky agresorů , kteří mezi sebou začnou spolupracovat a šikanovat oběť
4. **Většina přejímá normy agresorů** – ve skupině vznikají normy poplatné vůdcům, které jsou převzaty většinou, většinový názor vede k tomu, že se i jindy mírní a klidní členové skupiny začínají chovat krutě a stávají se z nich aktivní účastníci šikany
5. **Totalita neboli dokonalá šikana** – nastolení totalitní ideologie šikanování, normy agresorů jsou respektovány a přijímány téměř všemi členy skupiny, která je jasně rozdělena na ovládající a ovládané, hlavním motivem chování je strach z týrání

2. Varovné signály šikany

Přímé:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávislným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem.
- Skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.

- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.
- Žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmlouvání učitelům apod.

Nepřímé:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- Při přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Jednotlivé body nevypovídají o tom, že musí jít o šikanu. Důležité jsou i další okolnosti např. frekvence opakování, množství projevů, celková situace apod.

3. Rysy kyberšikany:

- Není omezena časem (lze ji provádět prakticky kdykoliv – i ve vyučování) ani místem (nemusí splňovat podmínku přítomnosti oběti a agresora na stejném místě)
- Je dostupná mnohem širšímu publiku a ponížení je obětí prožíváno o to intenzivněji
- Její obsah se šíří velmi rychle
- Pachatel je anonymní a zpravidla je obtížné ho vystopovat
- Její anonymní podstata umožňuje každému stát se agresorem – není výjimkou, že existuje souvislost mezi přímou šikanou a kyberšikanou, kdy se role agresora a oběti obrátí
- Je třeba brát v úvahu možnou neúmyslnost - pachatel činu nemusí svůj krok vnímat jako útok, ale může být zneužit třetí osobou – skutečným kyberagresorem

Nejčastější motivy kyberagresora:

- Snaží se ovládat druhé prostřednictvím strachu, touží po moci. Obvykle potřebuje pro svou činnost publikum.
- Znuděný, hledá zábavu, narcistický... Kyberšikana je obvykle páchána ve skupině, nebo je ve skupině alespoň plánována.
- Bere právo do svých rukou (zlonapravující, uděluje lekci,...). Pracuje většinou sám, ale může své aktivity a motivy sdílet se svými nejbližšími přáteli.
- Má tendenci odpovídat ve vzteku nebo frustraci – pomsta, kompenzace. (někdy může být obětí klasické šikany)

- Má sklon vystupovat na internetu jako někdo jiný. Zneužívat ICT technologie, bez vědomí závažnosti tohoto jednání. Motivem jsou dva hlavní důvody: a) Můžu b) Je to legrace.

4. Minimum pro rodiče :

1. Rodiče by si měli všimnout nejvýznamnějších projevů, které by mohly být známkou šikany a kyberšikany. Mohou to být například změny v chování a nálady dítěte, nevolnosti před cestou do školy, poničené školní pomůcky, stálý nedostatek peněz apod.
2. Pokud se dítě svěří se svým trápením, je důležité, aby mu rodiče věřili a maximálně ho citově podpořili.
3. Je potřeba, aby rodič zjistil, co, kdy, kde a jak se stalo
4. Následuje návštěva školy. Zde je nutné informovat třídního učitele a ředitele. Současně je nutné zjistit, zda je škola schopna odborně pomoci.
5. Jestliže to pedagogové neumí, obrátit se na specialistu v oboru šikany (pedagogicko-psychologická poradna, středisko výchovné péče...)
6. Důležité je, aby rodiče něco o šikaně věděli. K tomu jim může pomoci kniha „Bolest šikany“, z nakladatelství Portál, „Skrytý svět šikany“ nebo „Sborník z první celostátní konference o školním šikanování“ konané v Olomouci 30. 3. 2004 Tyto odkazy lze získat na webu www.minimalizacesikany.cz včetně odkazů na další servery.

5. Prevence ze strany pedagogů:

- Utváření příznivého klimatu třídy
- Zaměření se na místa a situace, kde a kdy by mohlo docházet k šikaně
- Vytváření příznivé atmosféry ve třídách
- Diskuse se žáky o pravidlech chování, o druzích šikany, o jejich řešení (nejen v úvodních třídnických hodinách)
- Vytváření příznivé atmosféry ve třídách
- Zaměření pozornosti na žáky, kteří by mohli být terčem šikany, zlepšení jejich pozice
- Jakýkoliv náznak šikany okamžitě řešit
- Okamžitá ochrana oběti šikany, výchovné působení na skupinu
- Zaměření se na témata šikany ve společenskovědních předmětech
- Při vhodných příležitostech vysvětlovat žákům rozdíl mezi „udavačstvím“ a „nutným svědectvím“
- Spolupráce všech pedagogů navzájem
- Spolupráce s rodiči
- Spolupráce školy s odborníky
- Možnost anonymního oznámení šikany - oběti i účastníci šikany – schránka důvěry na škole

6. Postupy při řešení šikany

a) Základní scénář pro počáteční šikanu s běžnou formou:

1. Odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany
 - Rozhovor s informátory a oběťmi
 - Nesmí docházet k přímé konfrontaci pachatele a oběti

2. Rozhovor s informátory a oběťmi
 - Po rozhovoru s informátorem následuje rozhovor s obětí (ne s podezřelými pachateli)
 - Při rozhovoru s obětí je nutné, aby o tom nevěděli ostatní žáci (ochrana oběti před agresory)
3. Nalezení vhodných svědků
 - Vytipovat členy skupiny, kteří budou vypovídat (vybrat žáky, kteří s obětí sympatizují, kamarádí se s ní, nebo ji alespoň neodmítají, žáky nezávislé na agresorech, žáky, kteří nepřijímají normy agresorů)
4. Individuální rozhovory se svědky
 - Rozhovory zorganizovat tak, aby o nich ostatní žáci nevěděli
 - Vyskytnou-li se těžkosti, lze uskutečnit doplňující a zpřesňující rozhovory nebo konfrontaci dvou svědků
 - Vážnou chybou je společné vyšetřování svědků a agresorů, zcela zásadní chybou je konfrontace oběti a agresorů
5. Ochrana oběti
6. Předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovoru
 - a) Rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření)
 - b) Rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku)
7. Realizace vhodné metody
 - a) Metoda usmíření – postupné rozhovory s oběťmi, rozhovory s agresory, snižování napětí, zmenšování vzájemné antipatie
 - b) Metoda vnějšího nátlaku - výchovný pohovor nebo výchovná komise, hledání způsobu a míry kázeňského opatření
8. Třídní hodina
 - a) Efekt metody usmíření
 - b) Oznámení potrestání agresorů
9. Rozhovor s rodiči oběti – je třeba rodiče informovat o zjištěních a závěrech školy a domluvit se na dalším postupu, případně nabídnout pomoc
10. Práce s celou třídou
 - Pracovat na změně vnitřních norem a rolí
 - Nezapomenout pracovat s „mlčící většinou“, pomoci žákům bezpečně zpracovat zážitky

Omyly při vyšetřování

- Pozor na „haló efekt“ v subjektivním vjemu žáků – velmi často je agresorem slušný žák, kterého mají učitelé v oblibě, pověřují ho různými úkoly v kolektivu třídy.
- Snaha vyšetřovat údajné agresory hned od počátku a ještě k tomu před celou třídou.
- Bezprostředně konfrontovat výpověď týraného žáka s výpověďmi mučitelů (oběť se velmi často snaží agresorovi zavděčit, nic nepřizná).
- Snažit se o způsob závěru „tak si podejte ruce přede všemi na usmířenou“.
- Šikanou není jen fyzické ubližování, ale daleko závažnější formou je psychický teror, kterým se projevují zejména dívky.

Dodržet zásady

- Zabránit prozrazení toho, kdo o šikaně informoval
- Vyšetřování vést tak, aby ostatní nemohli vyhodnotit, co kdo řekl
- Snažit se o dokončení šetření ještě v týž den
- Zabránit domluvě pachatelů a křivé skupinové výpovědi
- Využít moment překvapení, kdy agresor neví, že bylo vše prozrazeno
- Využít argumenty znalosti jeho úlohy v šikaně

Během šetření zmapovat šikanu z těchto pohledů

- Kdo je oběť, kolik je obětí, kdo je agresor
- Kdo je iniciátor a kdo se aktivně na šikanování účastní
- Co, kdy, kde a jak dělali agresoři konkrétní oběti
- K jak závažným projevům došlo
- Jak dlouho šikana trvá

b) Pokročilá šikana s neobvyklou formou

Jedná se o projevy výbuchu skupinového násilí, které nelze zvládnout jen v rámci školy a je nutná spolupráce s policií a případné šetření oběti.

- Překonání šoku pedagogického pracovníka a bezprostřední záchrana oběti:
 1. Pedagog musí přivolat alespoň jednoho nebo více kolegů.
 2. S jeho pomocí se již rozdělí úkoly – jeden pomáhá oběti, přivolá lékařskou pomoc, druhý informuje někoho z vedení školy a sám zajistí izolaci ostatních žáků, kteří byli šikaně přítomni, zabrání jejich vzájemnému domlouvání.
- Nahlášení Policii ČR
- Informování rodičů oběti
- Vlastní vyšetřování – řídí vedení školy a školní metodik prevence ve spolupráci s Policií ČR

Dodržet zásady

- Nenechávat žáky ani chvíli bez dozoru
- Zabránění vzájemné komunikaci mezi žáky
- Možnost rozdělení třídy do malých skupin
- Zmapování vnějšího obrazu šikanování
- Následné zprostředkování psychoterapeutické pomoci
- Takto pokročilá šikana vyžaduje vždy následnou péči s odbornými pracovišti, která pomohou s analýzou stavu a následným ozdravením situace ve škole
Při šikaně s brutálními a kriminálními rysy je nutné spolupracovat s dalšími institucemi a orgány – PPP, OSPOD, střediska výchovné péče, Policie ČR.

7. Postupy při řešení kyberšikany

Zvláštnosti kyberšikany oproti tradiční nepřímé (psychické) šikaně

Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana ze své podstaty mnohem větší dosah, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Pokud je oběť šikanována ve třídě, svědky pomluv, nadávek,

posmívání a ztrapňování je max. několik desítek lidí. V prostředí internetu je svědkem (ale i útočníkem) stejného chování klidně i několik desítek tisíc lidí.

Anonymita

- oběť o napadení leckdy ani nemusí dlouhou dobu vědět
- oběť není vždy schopná identifikovat či vystopovat agresora
- vnímání dopadu jednání (útočník nevidí přímou reakci oběti na útok)
- odosobněnost útoku

Čas

- útoky se prostřednictvím internetu šíří mnohem rychleji než v realitě
- probíhají bez přestávek - oběť je šikanována 24 hodin denně, 7 dní v týdnu.
- útok je možné provést kdykoli (0:00, při hodině matematiky, apod.)
- příprava a realizace útoku není časově limitována

Místo

- agresor může provést útok odkudkoli (škola, hřiště, kavárna, doma,...)
- není nutná přítomnost agresora a oběti na stejném místě

Proměna profilu agresora i oběti

- pro útok není nutná fyzická, psychická či sociální zdatnost (oběť „klasické šikany“ může být kyberagresorem)
- podmínkou provedení útoku je „kyber–gramotnost“ a její úroveň
- kyber - prostor je dostupný komukoli

Co dělat?

1. Zajistit ochranu oběti

- Kontaktovat operátora mobilní sítě nebo zřizovatele www stránek, profilu...atd.
- Doporučit nereagovat na útoky agresora
- Doporučit ukončit jakoukoliv komunikaci s útočníkem
- Doporučit naprosté odtržení útočníka od možnosti realizovat další útok – odhlásit se z profilu, změnit telefonní číslo, změnit mailovou adresu...
- Společně s obětí projít všechny možnosti, kterými může být napadána

2. Zajistit dostupné důkazy s podporou IT kolegy

- Domluvit se s obětí, aby nějaký čas pořizovala screenshoty (klávesy PrintScreen nebo Alt+ PrintScreen)
- Pokusit si od poskytovatele zajistit další důkazy

3. Důkladně vyšetřit a žádat odbornou pomoc

- Vyšetřit všechny souvislosti se zjištěným incidentem
- Zajistit podporu a pomoc externího pracovníka (IT expert, PPP, policie,...)
- Kontaktovat a spolupracovat s MySpace, Facebookem, nebo jakýmkoli jiným webovým prostředím, kde ke kyberšikaně došlo

4. Opatření

- Zvolit takové opatření a řešení, které je odpovídající závažnosti prohřešku a důsledkům, které agresor způsobil

5. Informovat a poučit rodiče

- Informovat rodiče oběti i rodiče kyberagresora. Postup a zásady sdělování informací jsou stejné jako u „klasické šikany“ (např. NE konfrontace oběti a agresora)
- Poučit rodiče o tom, koho mohou (je vhodné) kontaktovat (Policie ČR, OSPOD, PPP, právní zástupce atd.)- některé případy kyberšikany nespadají do kompetence školy.

6. Postih

- Při postizích agresorů postupovat v souladu se Školním řádem a již vypracovaným krizovým plánem.

Pokud má učitel jistotu, že byl spáchán trestný čin, má ze zákona povinnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení, pokud má podezření, zákon určuje školskému zařízení za povinnost nahlásit tuto skutečnost obecnímu úřadu, tedy sociálnímu pracovníkovi z orgánu sociálně právní ochrany dětí (OSPOD). V případě, že se rodiče odmítají spolupracovat se školou a odmítají se zúčastňovat výchovných komisí, je škola opět oprávněna vyrozumět OSPOD.

Příloha č.1

Jak se zachovat – aneb rychlá orientace

Týká se kyberšikana žáka mé školy (ať už v pozici oběti či útočníka)?

→ **Ne:** Jak jsem se informaci dozvěděl?

→ Nahlásil mi to můj žák: Pokud k vám mají děti důvěru, mohou se vám svěřovat i s problémy např. svých kamarádů z jiných škol. Měli byste žáka vyslechnout a dát mu praktické rady, kam se jeho kamarád může obrátit pro pomoc, jak má zajistit důkazy apod. Zeptejte se po pár dnech svého žáka, který vám věc nahlásil, jak vše pokračuje. Leckdy může znamenat „kamarádovi se stalo“ naopak „mně se děje, ale ještě nemám odvahu o tom mluvit“.

→ Zaslchl(a) jsem to z důvěryhodných zdrojů: Zde záleží na vašem přístupu, zda se v případě chcete osobně angažovat, např. radou. Není to věcí školy.

→ **Ano:** Děje se kyberšikana během vyučování?

→ **Ne:** Škola nemůže udělovat kázeňské tresty, popř. snížené známky z chování za činnost, která se nestala během vyučování. To ovšem neznamená, že by škola neměla kyberšikana řešit alespoň v následujících základních bodech:

- Zjistěte informace o tom, jakých všech tříd se případ kyberšikany týká. Ve všech zasažených třídách pak proveďte sociometrii – z 80% je kyberšikana pouze doplňkem šikany tváří v tvář, a proto je velice pravděpodobné, že šikana ve vaší škole probíhá. Pokud se toto podezření potvrdí, postupujte podle zpracovaného krizového plánu na šikanu.
- Doporučte rodičům oběti, aby se v případě kyberšikany svého dítěte obrátili na Policii ČR, popř. podali žalobu k soudu.
- Informujte (se souhlasem zletilého žáka nebo zákonného zástupce žáka nezletilého) zasažené žáky o postupu při řešení kyberšikany. Sdělte jim, že škola trestat v tomto případě nemůže, a proto byl případ předán policii/soudu. Děti potřebují vědět, že za každé nepřiměřené chování přijde trest.

→ **Ano:**

- Škola pomůže oběti zajistit důkazy.
- Škola postupuje podle krizového plánu na šikanu.
- V závažnějších případech kyberšikany (kyberšikana naplňuje skutkovou podstatu trestného činu) škola kontaktuje Policii ČR a Orgán sociálně-právní ochrany dětí.
- Škola informuje zasažené žáky o výsledcích šetření ve škole a udělených trestech.

Příloha č.2

Jak uchovat důkazy kyberšikany?

Používejte Google (www.google.cz): v případě, že máte podezření nebo již zajišťujete důkazy ke kyberšikaně, **napište do okénka vyhledávače (Googlu) např. jméno oběti** či jinou indicii a uvidíte, zda se na internetu ještě něco dalšího najde.

Klávesové zkratky

Klávesa Print screen (Print Scrn): tato klávesa „vyfotí“ aktuální zobrazení obrazovky, které následně uložíte v programu Word, malování, apod pomocí klávesy Ctrl V.

Ctrl C (copy) a Ctrl V (vložit): klávesové zkratky pro kopírování a vložení. Např. pokud vyfotíme pomocí klávesy Print scrn obsah nějaké stránky, tak pomocí Ctrl V vložíme tuto fotku např. do MS Word, Windows Malování apod..

Ctrl A (all – vše): označí vše a pak je možné obsah kopírovat pomocí Ctrl C

Ctrl F (find – hledat): po zmáčknutí se otevře okénko, do kterého můžete napsat jakékoli slovo a počítač ho automaticky vyhledá.

Ctrl P (print – tisk): pomocí této stránky vytisknete aktuální zobrazení obrazovky.

Adresa – odkaz: v každém prohlížeči je podlouhlé okénko, kde se zobrazuje aktuální **www adresa** dané stránky (např. www.seznam.cz). Je vždy umístěné zhruba 1 – 2 cm od shora obrazovky a je součástí ovládací nástrojové lišty prohlížeče (např. E-exploreru). Opět je možné i tuto adresu zkopírovat a uložit.

Webové stránky s tematikou šikany

www.linkabezpeci.cz - Sdružení Linka bezpečí (116 111)

www.sikana.org - Společenství proti šikaně

www.internetporadna.cz – internet. poradna

www.msmt.cz – metodické pokyny, metodická doporučení

www.prevence-info.cz – informace o nežádoucím a rizikovém chování

www.saferinternet.cz – informace na téma kyberšikana, ochrana osobních údajů

www.protisikane.cz – informace o šikaně a kyberšikaně, tipy pro rodiče

www.minimalizacesikany.cz – praktické rady pro pedagogy a děti

www.e-bezpeci.cz - prevence rizikového chování na internetu

www.e-nebezpeci.cz – informace pro pedagogy