

# **Program proti šikanování**

**Obchodní akademie Dr. Albína Bráfa, Hotelová  
škola a Jazyková škola s právem státní  
jazykové zkoušky Třebíč, Sirotčí 4**



**Mgr. Libuše Kolářová, ředitelka školy**

**Zpracovala: Bc. Ivana Cejpková, školní metodik prevence**

**Obsah:**

1. Zmapování situace
2. Cíle programu
3. Motivování pedagogů pro změnu
4. Společné vzdělávání pedagogů
5. Odpovědnost za plnění programu
6. Realizační tým
7. Primární prevence v třídních hodinách
8. Primární prevence ve výuce
9. Primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování
10. Ochranný režim
11. Spolupráce se zákonnými zástupci
12. Školní poradenské pracoviště
13. Spolupráce se specializovanými zařízeními
14. Vztahy se školami v okolí
15. Evaluace
16. Společný postup při řešení šikanování
17. Odpovědnost školy chránit žáky před šikanou
18. Trestní postižitelnost šikanování
19. Šikana jako proces, její druhy a projevy
20. Kyberšikana
21. Postupy při řešení šikany
22. Situace, kdy potřebuje škola pomoc zvenku - Krizový plán pro komplikovanou pokročilou šikanu
23. Opatření, která škola přijímá v souvislosti s řešením šikanování
24. Šikana zaměřená na pedagoga
25. Přílohy
  - Informace pro zákonné zástupce a žáky
  - Důležité kontakty
  - Doporučená literatura z oblasti školního šikanování
  - Informace ke kyberšikaně
  - Návod k používání bezpečného internetu

## **Program proti šikanování**

(dle Metodického pokynu MŠMT)

Program proti šikanování vychází z Metodického pokynu ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních 2016 a je součástí školního Minimálního preventivního programu. Je vypracován v souladu s platným zněním Školního řádu OA a HŠ Třebíč.

Program proti šikanování slouží k vytvoření bezpečného prostředí ve škole. Zaměřuje se především na prevenci šikany a nabízí postupy při jejím řešení.

Školní program proti šikanování je program speciální prevence, protože se zaměřuje na specifickou primární prevenci a prevenci sekundární. Těžiště specifické primární prevence je v práci třídních učitelů.

### **1. Zmapování situace**

Naše střední škola je specifická svou velikostí i rozsahem zaměření oborů a integrací žáků se SVP. Zaměřujeme se proto na vytvoření a podporu zdravého sociálního klimatu ve třídách a celé škole.

#### ***Analýza situace:***

a) Seznamovací programy pro I. ročníky všech oborů.

V prvním týdnu školního vyučování probíhá adaptační kurz, kterého se účastní všichni žáci prvních ročníků školy.

Na tento program navazuje program Unplugged, ve kterém formou psychosociálních her a besed proběhne vzájemné poznání, posilování sociálních dovedností a nácvik komunikačních dovedností. Součástí tohoto programu jsou i dotazníky sociálního šetření, které mají načrtnout analýzu třídního kolektivu. Třídní učitelé jsou seznámeni s jeho výsledky.

b) Dotazníková šetření rozkrývající vztahy v třídním kolektivu jsou zařazovány podle aktuální potřeby ve třídách se vznikajícím problémem v komunikaci.

c) Vedení schránky důvěry – ve škole je zavedena e-schránka důvěry umístěná na stránkách školy.

d) Zpracování aktivit k prevenci rizikového chování – MPP.

e) Spolupráce se školní psychologem na diagnostikování sociálního klimatu tříd.

f) Dotazníkové šetření – Klima školy.

Dotazníkové šetření se účastní pedagogové, žáci a rodiče.

g) Online dotazníkové šetření „Rizikové oblasti u školní mládeže“.

Toto dotazníkové šetření poskytne škole podrobnou analýzu rizikového chování v devíti důležitých oblastech života dospívajících. Jedná se o oblasti volný čas - chování - zdravotní stav - duševní zdraví - sociální zdatnost - rodinný systém - škola - vztahy s vrstevníky - návykové látky.

j) Vytipování rizikových míst, jejich průběžné sledování a přijetí opatření ke snížení rizik: chodby v areálu celé školy, WC, zavřené dveře tříd během přestávky, šatny.

Šikana se na naší škole objevuje v minimální míře a vždy se jedná pouze o první stadium. Prozatím se pedagogickému týmu daří zamezit dalšímu negativnímu rozvoji šikany.

### **2. Cíle programu**

Škola představuje složitý sociální systém, který má své specifické charakteristiky.

Školní prostředí vyvolává různé emoce a nálady, ovlivňuje chování žáka a způsob jeho myšlení. Podstatou preventivního působení na žáky je vytvoření bezpečného prostředí a zdravého sociálního klimatu třídy.

Cílem prevence šikanování a násilí ve škole je podpora nejen pozitivních vzájemných vztahů mezi žáky, ale také mezi žáky a učiteli.

**Dlouhodobým cílem** programu proti šikanování je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí, vytvářet dobré vztahy uvnitř třídních kolektivů, a tím předcházet vzniku či šíření šikanujícího chování.

**Střednědobým cílem** programu je další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti problematiky vytváření dobrých vztahů, v práci s dynamikou skupiny, v podpoře a upevňování zdravých třídních norem a aplikace nových dovedností v každodenní práci. Celá tato oblast je klíčová pro prevenci šikanování v třídních kolektivech.

**Krátkodobým cílem** je seznámení pedagogů, žáků a rodičů s krizovým plánem při šikaně a s dalšími skutečnostmi, které se této problematice týkají (projevy šikany, možná pomoc apod.). Rozšíření komunikace s vychovatelkami domova mládeže. Sjednocení postupů při řešení případů šikany mezi žáky či vůči pedagogům.

### **3. Motivování pedagogů pro změnu**

Pedagogickému sboru je neustále k dispozici poradenská pomoc školního poradenského pracoviště, kterou mohou využívat v podobě konzultací nebo předání konkrétního problému k řešení.

Pedagogové jsou prokazatelně seznámeni s Metodickým pokynem ministryně školství a tělovýchovy z roku 2016 a se „Školním programem proti šikanování a krizovým plánem při výskytu šikany a kyberšikany“.

Aktuální informace k dané problematice jsou předávány prostřednictvím mailových zpráv, webových stránek školy a na pedagogických radách.

### **4. Společné vzdělávání a supervize**

Vedení školy maximálně podporuje (organizačně) společné vzdělávání zaměstnanců školy v problematice vztahů mezi žáky.

Vzdělávání pro pedagogické pracovníky probíhá prostřednictvím seminářů a besed zaměřených na práci s třídním kolektivem, návody na přímou práci s žáky, na řešení konfliktů, práci s agresivním žákem, na rozpoznání a řešení šikany a kyberšikany, na zvládání problematické třídy, na komunikační dovednosti apod.

Součástí vzdělávání je organizace akcí zaměřených na týmovou spolupráci zaměstnanců školy a zlepšení vzájemných vztahů.

### **5. Odpovědnost za plnění programu**

Na tvorbě a realizaci programu se podílejí všichni pedagogičtí pracovníci, jeho koordinace je v kompetenci školního metodika prevence.

Za realizaci a hodnocení programu odpovídá ředitelka školy.

Každý pedagog je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy a školy.

Je povinen zejména:

- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi žáky,
- jednat s žáky jako s partnery,

- udržovat ovzduší důvěry mezi žáky a pedagogy,
- v kritických situacích dát jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat,
- nebýt lhostejný k projevům agresivity,
- informovat žáky i rodiče, na koho se obrátit při problémech - třídní učitel, školní metodik prevence, výchovný poradce, školní psycholog, schránka důvěry, vedení školy, linka důvěry apod.

### **Ředitelka školy:**

- zajišťuje, aby ve školním řádu byla jasně stanovena pravidla chování včetně sankcí za jejich porušení,
- zajišťuje v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky ve škole i při školních akcích,
- spolupracuje se školním metodikem prevence (dále ŠMP) a třídními učiteli (dále TU) při řešení krizových situací,
- odpovídá za tvorbu a realizaci Minimálního preventivního programu a Programu proti šikanování,
- zajišťuje, aby pedagogičtí pracovníci, žáci i zákonní zástupci byli seznámeni s negativními důsledky šikanování, a to jak pro oběti, tak i pro agresory a jednotlivé třídní kolektivy,
- zajišťuje vzdělávání pracovníků v oblasti šikanování a rizikového chování obecně,
- je odpovědná za vyšetření podezření na šikanování, pokud oznámení učiní rodiče,
- je odpovědná za oznámení případu, pokud naplnil skutkovou podstatu trestného činu, Policii ČR,
- zajišťuje, aby vždy na začátku školního roku byli žáci i zákonní zástupci prokazatelně seznámeni s Minimálním preventivním programem a jeho součástmi.

### **Zástupce ředitelky školy:**

- spolupracuje s ředitelkou školy, se školním metodikem prevence, výchovným poradcem a třídním učitelem při řešení krizových situací.

### **Školní metodik prevence:**

- připravuje a koordinuje tvorbu plánu proti šikanování a následně s programem proti šikanování seznamuje všechny pedagogické pracovníky,
- spolupracuje s okresním metodikem prevence, zdravotnickými zařízeními nebo psychology, policií ČR, orgány sociálně právní ochrany dětí a mládeže a dalšími specializovanými státními i nestátními institucemi,
- připravuje a podílí se na aktivitách v rámci prevence šikany,
- pomáhá při mapování sociálního klimatu třídy,
- poskytuje krizovou intervenci a pomoc při zvládnání náročných životních situací žáků,
- podílí se na skupinové a komunitní práci se žáky,
- spolupracuje s třídními učiteli a vedením školy při řešení krizových situací,
- koordinuje práci se žáky v oblasti prevence rizikového chování,
- zajišťuje doplňování školní knihovny o literatury a výukové filmy z oblasti problematiky agresivního chování a šikanování.

### **Výchovný poradce:**

- spolupracuje se školním metodikem prevence,
- v součinnosti se školním metodikem prevence spolupracuje s třídními učiteli a vedením školy při řešení krizových situací,

- v součinnosti se školním metodikem prevence spolupracuje s policií ČR a orgány sociálně právní ochrany dítěte,
- v součinnosti se školním metodikem prevence spolupracuje s rodiči,
- vede výchovné komise,
- dodržuje výchovná opatření uvedená v klasifikačním řádu, při potrestání agresorů.

### **Školní psycholog:**

- pomáhá při mapování sociálního klimatu třídy,
- spolupracuje na prevenci šikany,
- podílí se na vytváření anket a dotazníků zaměřených na prevenci,
- poskytuje krizovou intervenci a pomoc při zvládnání náročných životních situací žáka a zpracování krize pro žáky a učitele,
- provádí individuální případovou práci s agresorem nebo obětí šikany,
- provádí krizovou intervenci pro žáky, pedagogické pracovníky a zákonné zástupce,
- provádí podporu spolupráce třídy a třídního učitele,

### **Třídní učitelé:**

- prokazatelně seznámí žáky a rodiče s Programem proti šikanování
- informují žáky i rodiče, na koho se obrátit při problémech ve škole (TU, ŠMP, výchovný poradce, vedení školy) i mimo školu,
- řeší okamžitě projevy sociálně patologického chování (ve spolupráci s ŠMP a výchovným poradcem),
- v průběhu školního roku diskutují se žáky o slušném chování i pozitivních mezilidských vztazích,
- posilují a vytvářejí podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy,
- dodržují výchovná opatření uvedená v klasifikačním řádu, při potrestání agresorů.

### **Všichni pedagogičtí pracovníci:**

- rozvíjejí pozitivní mezilidské vztahy,
- v kritických situacích dají jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat,
- nejsou lhostejní k projevům agresivity,
- neprodleně řeší projevy rizikového chování (ve spolupráci s třídním učitelem, výchovným poradcem a školním metodikem prevence),
- orientují se v problematice rizikového chování, především šikanování,
- podporují solidaritu a toleranci, podporují vědomí sounáležitosti,
- upevňují spolupráci mezi žáky a rozvíjejí jejich vzájemný respekt,
- posilují chování a jednání v souladu s právními normami, s důrazem na právní odpovědnost jedince,
- rozpoznají přímé i nepřímé projevy šikanování a znají metody vyšetřování šikany (počáteční i pokročilé).

### **Zákonní zástupci:**

- v případě podezření na šikanu týkající se nejen jejich dítěte, ale i ostatních spolužáků, informují TU nebo jiného pedagoga, ŠMP, VP, školního psychologa nebo přímo vedení školy,
- spolupracují se školou při řešení problému,
- vzdělávají se v dané oblasti, věnují pozornost informacím, které jim škola k dané problematice poskytuje,
- spolupracují s PPP či jinými odbornými pracovišti v případě problémů.

## **6. Realizační tým**

Školní metodik prevence, výchovný poradce, školní psycholog, třídní učitel a vedení školy.

## **7. Primární prevence v třídnických hodinách**

Třídní učitelé vedou pravidelné třídnické hodiny, jejichž součástí je i téma prevence šikany a podpora zdravých vztahů v třídní skupině.

Témata pro třídnické hodiny:

- dlouhodobý plán práce se třídou – podle aktuální vývojové fáze skupiny, skupinové dynamiky, struktury a věkových zvláštností,
- podpora mezilidských vztahů – úcta, respekt,
- stanovování a respektování limitu vlastních i cizích – rozvoj kázně a sebekázně, stanovení pravidel, schopnost sebereflexe,
- zvládání konfliktních situací – způsob řešení, rozvoj pozitivní komunikace
- vztah k autoritám,
- řešení aktuálních problémů,
- schopnost sdělit, obhájit, respektovat, změnit názory, postoje.

Systematická a odborná práce se třídou je další nutnou podmínkou prevence šikanování. Jde především o práci třídních učitelů se skupinovou dynamikou třídy.

Třídní učitel musí alespoň minimálně podporovat růst pozitivních vztahů ve skupině.

V případě potřeby využívají třídní učitelé aktuální informace předkládané školním metodikem prevence, nebo si mohou na třídnickou hodinu pozvat některého člena školního poradenského pracoviště.

## **8. Primární prevence ve výuce**

Témata prevence rizikového chování včetně problematiky agresivního chování, šikany a kyberšikany jsou součástí jednotlivých ŠVP.

K preventivnímu působení na žáky lze využít různé organizační formy, jako např. třídnické hodiny, výuku v jednotlivých předmětech, lyžařské kurzy, exkurze, tematické zájezdy, apod.

Žáci vědí, co je a co není šikana, a jak se zachovat, když se v jejich blízkosti objeví.

## **9. Primární prevence ve školních i mimoškolních programech**

Škola realizuje každoročně primární prevenci rizikového chování podle Minimálního preventivního programu, který je dostupný na webových stránkách školy. Obsahem dokumentu je náplň a zaměření jednotlivých aktivit.

Součástí primární prevence při společných akcích jsou pravidla, která je nutné respektovat a dodržovat (řídí se jimi jak žáci, tak i učitelé).

Patří k nim:

- rozdělení žáků do menších skupin – každý odpovídá za každého,
- problémové žáky rozdělit do různých skupin tak, aby spolu nepřišli do kontaktu jako potencionální agresori a oběti,
- rizikové typy pověřovat raději drobnými úkoly,
- učitel musí být se skupinami v neustálém kontaktu,
- je nutno provádět společné hodnocení chování skupiny,
- v problémových skupinách je třeba posílit pedagogický dozor,
- je nutné propojit aktivity školy s rodičovskou veřejností.

## **10. Ochranný režim ve škole**

Účinný ochranný režim před šikanováním má celoškolskou působnost.

Základem pro jeho zajištění je školní řád a dozory učitelů.

V zájmu ochrany žáků a studentů školy jsou součástí školního řádu body jednoznačně popisující postoj školy k projevům šikany a kyberšikany a body popisující nápravná opatření v případě zjištění šikany nebo kyberšikany.

Ředitelkou školy je stanoven pevný rozvrh dohledů pedagogických pracovníků v prostorách školy před vyučováním a o přestávkách.

*Dokumenty a legislativa:*

- Školní řád OAHŠ Třebíč,
- Minimální preventivní program, součástí je i Školní program proti šikanování,
- Krizový plán školy,
- Metodický pokyn ministryně MŠMT k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních 2016,
- Metodický pokyn k primární prevenci sociálně patologických jevu u dětí, žáků a studentu ve školách a školských zařízeních č. j. 24 246/2008-6.

### **11. Spolupráce se zákonnými zástupci**

Škola informuje zákonné zástupce žáků o svém postoji vůči projevům šikany a kyberšikany prostřednictvím vlastních internetových stránek a při třídních schůzkách.

Zákonní zástupci mají možnost kdykoli využít služeb školního poradenského pracoviště a konzultovat včas své podezření, podílet se na jeho řešení, případně také přijmout pomoc s řešením následků.

Detailní popis působnosti a rozsahu služeb školního poradenského pracoviště je k dispozici žákům, studentům i jejich zákonným zástupcům na internetových stránkách školy, a to včetně podrobných kontaktních informací.

Zákonní zástupci jsou prokazatelně seznámeni s Programem proti šikanování, který je umístěn na webových stránkách školy.

Spolupráce se zákonnými zástupci i je zajišťována formou třídních schůzek a konzultačních hodin. Dále jsou k dispozici Dny otevřených dveří a Školská rada.

*Prohloubení spolupráce se zákonnými zástupci:*

- častější spolupráce u ohrožených dětí,
- usnadnění kontaktu zákonným zástupcům s pedagogem – e-mail, konzultační hodiny, elektronické žákovské knížky apod.,
- beseda s odborníky,

### **12. Školní poradenské pracoviště**

Ve škole působí školské poradenské pracoviště (dále ŠPP), které zajišťuje odborné poradenství v oblasti preventivní, výchovné, speciálně pedagogické, sociální a kariérové. V rámci tohoto ŠPP se řeší celá řada vzdělávacích i výchovných problémů.

Jednou z priorit práce ŠPP je vytvářet a podporovat příznivé sociální klima ve třídách, zvláště u prvních ročníků, se zaměřením na úspěšnou integraci žáků se SVP, vytvoření zdravého sociálního klimatu ve třídách prostřednictvím seznamovacích programů, diagnostiky tříd a vytvořením nástrojů pro včasnou intervenci.

Úkolem metodika prevence je garance tvorby a evaluace speciálního programu proti šikaně.

Náplní práce v této oblasti je také:



- spolupráce s třídními učiteli a vyučujícími,
- zajištění vzdělávacích programů pro pedagogy,
- dotazníková šetření,
- diagnostika problémových tříd,
- v případě potvrzení sociální patologie – šikanování, zajistit první pomoc, poskytnutí krizové intervence,
- individuální práce s protagonisty šikanování, skupinová práce se třídou, práce s rodinou, zákonnými zástupci obětí a agresorů,
- spolupráce s institucemi, které se přímo podílejí na prevenci šikanování,
- zajištění metodických pomůcek a materiálů,
- vedení evidence žáků s rizikovým chováním.

### **13. Spolupráce se specializovanými zařízeními**

Při preventivním působení i během případného řešení výskytu projevů šikany úzce spolupracuje celé školní poradenské pracoviště s třídním učitelem, vedením školy a současně i s externími organizacemi. Jsou to zejména:

Pedagogicko-psychologická poradna v Třebíči (průběžná spolupráce),

Středisko výchovné péče STŘED Třebíč (v případě nutnosti – dle konkrétní situace),

Odbor sociálně-právní ochrany dětí Třebíč (v případě nutnosti – dle konkrétní situace),

Policie ČR (dle závažnosti šikany),

Městská policie (dle závažnosti šikany),

Střed Třebíč (průběžně v rámci dlouhodobého preventivního programu školy, nárazově dle potřeby – intervence).

### **14. Vztahy se školami v okolí**

Problematická situace nastává v případě násilí mimo školu. Mezi školní a mimoškolní šikanou neexistuje ostrá hranice. Jako mimoškolní šikanu označujeme nežádoucí chování, které se děje mimo areál školy, nicméně se nějakým způsobem vztahuje ke škole. Škola může být vyzvána k řešení případu. Přístup k takovéto situaci bude nestandardní. Je zapotřebí navázat spolupráci s dalšími institucemi, kterých se daný problém týká. Významnou úlohu zde hraje spolupráce se sociálními kurátory a policií.

### **15. Evaluace**

Každý intervenční program vyžaduje zpětnou vazbu, která ověří míru jeho funkčnosti a efektivitu. V Programu proti šikanování je evaluace realizována prostřednictvím otevřených diskuzí se žáky a průběžně formou dotazníků. Na zpětné vazbě se podílí nejen třídní učitelé, ale všichni pedagogové, kteří v konkrétní třídě vyučují.

Nástroje k vyhodnocení:

- dotazníková šetření pro žáky i rodiče,
- vyhodnocení šetřených jevů a podezření,
- vyhodnocení udělení a účinnosti udělených kázeňských opatření,
- vyhodnocení preventivního programu,
- vyhodnocení intervencí a mapování třídních kolektivů,
- vyhodnocení účinnosti jednání se zákonnými zástupci žáků,
- zprávy školských poradenských pracovišť,
- zápisy z pedagogických rad.

Vyhodnocení se provádí pravidelně jednou ročně a jeho výstupy obsahuje vyhodnocení Minimálního preventivního programu i Výroční zpráva školy. Případně

náměty na úpravu školního programu proti šikaně nebo školního řádu jsou pak do těchto dokumentů přeneseny formou jejich aktualizace.

Na vyhodnocení se podílí především metodik prevence, vedení školy a užší realizační tým. Zpráva z tohoto vyhodnocení je pak zpracována do září následujícího školního roku.

## **16. Společný postup při řešení šikanování**

### **Vymezení pojmů**

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vymežilo šikanu v Metodickém pokynu ministryně MŠMT k řešení šikany ve školách a školských zařízeních 2016 takto:

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

*„Jednou z nejčastějších forem šikany je také elektronická šikana, tj. **kyberšikana**, která může mít podobu např. zakládání falešných profilů na jméno žáka či učitele s dehonostujícím obsahem, prezentace ponižujících videí na portálech, jako je youtube.com, spoluzaci.cz nebo facebook.com apod., prezentace zraňujících komentářů na webu, rozesílání vulgárních nebo výhružných koláží s tváří žáka nebo učitele či příslušníků jeho rodiny, výhružné SMS nebo e-maily apod. 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 může být svědkem (ale i útočником) stejného chování i několik desítek tisíc lidí. Kyberšikana bývá u dětí školního věku často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Je tedy důležité při řešení prověřit případné souvislosti s klasickou šikanou. Tedy pokud probíhá klasická šikana (např. nadávky, ponižování), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat apod.) a naopak. Škola by se kyberšikanou měla zabývat vždy, když se o ní dozví. Základním úkolem musí být zmapování konkrétního případu, které škole pomůže rozhodnout se pro správný postup řešení“.*

## **17. Odpovědnost školy chránit žáky před šikanou**

Škola má jednoznačnou odpovědnost za žáky a má tedy povinnost chránit žáky před šikanou. Pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předchází, jeho projevy neprodleně řeší a každé oběti šikanování poskytne okamžitou pomoc.

Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech:

- dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu; obrací se škola na Policii ČR.

Trestní oznámení je možné podat také na státní zastupitelství;

- dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který byl útočником, tak žáka, který byl obětí. Tato povinnost vyplývá ze školského zákona (§ 21 odst. 2 školského zákona, dle něhož mají zákonní zástupci nezletilých žáků právo mj. na informace o průběhu

a výsledcích vzdělávání dítěte či žáka a právo vyjadřovat se ke všem rozhodnutím týkajícím se podstatných záležitostí jejich vzdělávání);

- škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný, nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb. o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů).

### **Odpovědnost zákonných zástupců**

Může být stanovena v souladu s trestním zákonem, který definuje odpovědnost rodičů, zákonných zástupců zanedbávajících výchovu svých dětí. Podle trestného činu ohrožení mravní výchovy dítěte lze postihnout rodiče, jejichž děti se dopouštějí protisociálního a asociálního jednání.

### **18. Trestní postižitelnost šikanování**

Z hlediska zákona č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „TZ“), může šikanování žáků naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění:

- vydírání § 175 TZ, omezování osobní svobody § 171 TZ,
- zbavení osobní svobody § 170 TZ,
- útisku § 177 TZ,
- těžkého ublížení na zdraví podle § 145,
- ublížení na zdraví §146 TZ, § 146a TZ,
- vraždy § 140 TZ, loupeže § 173 TZ, krádeže § 205 TZ,
- násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci § 352 TZ,
- poškození cizí věci § 228 TZ,
- znásilnění § 185 TZ, kuplířství § 189 TZ,
- pohlavního zneužití § 187 TZ, apod. + nebezpečné vyhrožování § 353 TZ, nebezpečné pronásledování § 354 TZ,
- mučení a jiného nelidského a krutého zacházení § 149 TZ.

### **Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně**

Kyberšikana obdobně jako školní šikana není sice sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu, např. těchto trestných činů:

- nebezpečné pronásledování (stalking, § 354 TZ) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pociťuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých;
- účast na sebevraždě (§ 144 TZ) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem vyvolat u ní rozhodnutí k sebevraždě;
- porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 TZ) – např. „odposlech“ odesílaného e-mailu;
- porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí (§ 183 TZ), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti;
- pomluva (§ 184 TZ) – např. vytvoření webových stránek zesměšňujících oběť.

Pedagogický pracovník, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení, případně nepřekažení trestného činu (§ 367 TZ). V úvahu přicházejí i další trestné činy, jako např. nadřívání (§ 366 TZ) či schvalování trestného činu (§365 TZ), v krajním případě i podněcování (§ 364 TZ).

## **19. Šikana jako proces, její druhy a projevy**

### **Stadia šikanování**

První stádium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený, na jehož úkor je prima si dělat "legrácky". Pak to ale jde dál, skupina si najde jakéhosi „otloukánka“. Třetí stádium už je klíčové – vydělí se jádro útočníků a systematicky začne šikanovat nejvhodnější oběti. Do této chvíle lze věci jasně řešit. Následně ale dojde k bodu zlomu, kdy se šikanování stane nepsaným zákonem i pro opravdu slušné děti a celá skupina se stává krutou. V pátém stadiu – totalitě – se stane šikanování skupinovým programem.

#### **První stádium:**

Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet drobné legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

#### **Druhé stádium:**

Fyzická agrese a přitvrzování manipulace V zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou někteří žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevují se ponejvíce prvky fyzické agrese.

#### **Třetí stádium (klíčový moment):**

Vytvoření jádra Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé "viru" začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou v hierarchii třídy nejnižší, tedy ti "slabí".

#### **Čtvrté stádium:**

Většina přijímá normy agresorů, jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem, kterému se málokdo dokáže postavit. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

#### **Páté stádium:**

Totalita neboli dokonalá šikana Násilí jako noru přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává forma "vykořisťování". Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí - "otrokáře" a "otroky". Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Stadia šikanování podle Michala Koláře: Bolest šikanování (Portál)

#### **Šikanou tedy není:**

- jednorázová rvačka, nevhodný vtip či konflikt, byť s převahou jedné strany
- vyčlenění dítěte z kolektivu, pokud není motivováno snahou ublížit či pobavit se na jeho úkor

## **Projevy onemocnění kolektivu**

**Počáteční stadium:** Oběť otevřeně mluví o tom, co se stalo. Svědkové vyjadřují nesouhlas se šikanováním, pravdivě vypovídají. Ostatní členové skupiny projevují soucit s obětí a neférovost ubližování silnějším slabším. Atmosféra ve skupině malá soudržnost, nespolutpráce, omezená svoboda projevu a názoru. Atmosféra přesto ještě živá.

**Pokročilé stadium:** Oběť je ustrašená, zapírá, svá zranění apod. vysvětlují naprosto nepravděpodobnými výmluvami. Odmítají vypovídat (bojí se), nic neviděli, neslyšeli, výpovědi působí podezřele. Ostatní členové skupiny oceňují agresory, hledají pro ně polehčující okolnosti. Atmosféra ve skupině těžká, atmosféra strachu, napětí, nesvobody. Špatně se zde dýchá.

### **Šikana a škádlení:**

Vnitřní rozdíl mezi šikanou a škádlením je veliký.

Jestliže svého kamaráda škádlím, tak očekávám, že to bude legrace nejen pro mě, ale i pro něj. Ale když vidím, že to jako legraci nebere, že je zraněný, pak pocítím lítost a omluvím se mu.

U šikany je to obráceně. Agresor chce druhému ublížit, chce ho ranit a má z toho radost. Nejenom, že se mu neomluví, ale své chování opakuje a většinou násilí stupňuje. Rozhodnout, zda se jedná o šikanu a nejde jen o škádlení, je velmi důležité pro první orientaci a především nápravu. Rozhodující pro posouzení, zda jde o šikanu, je subjektivní vnímání agresora a oběti, tedy na jedné straně prospěch a potěšení, na druhé rostoucí utrpení.

### **Škádlení:**

Člověk se může bránit a může škádlení opětovat. Člověk se baví nebo prožívá lehké naštvaní. Když dáme jasně najevo, že je nám to nepříjemné, škádlení přestane.

Cílem škádlení je zábava pro všechny, i pro toho, kdo je škádlen.

### **Šikana:**

Pokud by se člověk bránil nebo ubližování oplatil, násilí se proti němu obyčejně vystupňuje. Oběť prožívá strach, ponížení. Může prožívat i naštvaní, nicméně pocity bezmoci, strachu, studu a ponížení převažují. Když dá oběť jasně najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci klidně pokračují dál. Šikana je samoučelná, jejím jediným cílem je zdeptat a zotročit oběť.

### **Osm druhů šikanování:**

Fyzické aktivní přímé - útočníci oběť věší, škrtní, kopou, fackují.

Fyzické aktivní nepřímé - kápo pošle nohsledy, aby oběť zbili, oběti jsou ničeny věci.

Fyzické pasivní přímé - agresor nedovolí oběti, aby si sedla do lavice (fyzické bránění oběti v dosahování jejích cílů).

Fyzicky pasivní nepřímé - agresor odmítne oběť na její požádání pustit ze třídy na záchod (odmítnutí splnění požadavků).

Verbální aktivní přímé - nadávání, urážení, zesměšňování.

Verbální aktivní nepřímé - rozšiřování pomluv. Patří sem i tzv. symbolická agrese, která může být vyjádřena v kresbách, básních apod.

Verbální pasivní přímé - neodpovídání na pozdrav, otázky apod.

Verbální pasivní nepřímé - spolužáci se nezastanou oběti, je-li nespravedlivě obviněna z něčeho, co udělali její trýznitelé.

Smíšená šikana - kombinace verbální a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.).

### ***Nepřímé projevy šikany***

- projevy outsidera – osamocený žák, s nikým se nebaví, nemá kamaráda,
- dítě je velmi často stísněné, má špatnou náladu, působí ustrašeně a nešťastně,
- tělesné potíže spojené se strachem jít ráno do školy (zvracení, bolest hlavy, břicha apod.),
- žák vchází s učitelem do třídy, nenápadně postává o přestávce u kabinetu, všude chodí jako poslední,
- opakované ztráty peněz a osobních věcí, drobné krádeže,
- rozházené, poškozené, nebo znečištěné věci a oděv,
- náhlé zhoršení prospěchu, nesoustředěnost, záškoláctví,
- modřiny, škrábance, které nedovede přesvědčivě vysvětlit,
- nadměrná absence, zvláště v hodinách tělocviku.

### ***Přímé projevy šikany***

- žák je okázale přehlížen, odmítán a izolován, o přestávkách často osamocený,
- při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními,
- o přestávkách vyhledává blízkost učitelů,
- má-li promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený,
- ponižování, zesměšňování, kanadské žertíky ze strany spolužáků,
- povýšené příkazy, komandování, kterému se dítě podřizuje,
- honění, strkání, poštuchování, které není zvláště silné, ale je jednostranné a oběť je neoplácí,
- rvačky, kdy jeden je zřetelně slabší a snaží se uniknout,
- kritika, posměch, přezdívký, pomlouvání a intriky (kritériem je to, do jaké míry je dítě tímto chováním zranitelné),
- žák se snaží bránit cestou zvýšené agrese, podrážděnosti, odmítnutí učitelům apod.

## **20. Kyberšikana**

Tímto termínem je označován druh šikany, který zneužívá ICT prostředky k poškození oběti. Vždy se jedná o psychickou újmu ponižující jednotlivce či skupinu, popřípadě může kyberšikana sloužit k posilování klasických forem šikany, nejčastěji prostřednictvím nahrání scény na mobilní telefon a jejího následného rozeslání známým dotyčného, popřípadě vystavení na internetu. Nejčastěji využívané elektronické prostředky jsou mobilní telefony, videoportály, e-maily, chaty, instant messaging, blogy, webové stránky, pagery, sociální sítě a jiné internetové služby. Řada jejích projevů může spadat do oblasti kriminálních činů.

### **Projevy kyberšikany:**

Kyberšikana může mít různou podobu. Mezi její nejobvyklejší projevy patří:

- zasílání obtěžujících, urážejících či útočných emailů a sms, vytváření stránek a blogů,
- zasílání výhrůžných a krutých emailů a SMS zpráv, výhrůžné telefonáty nebo obtěžování přes chat,

- vytváření webových stránek, které různými způsoby (verbálně, graficky, zvukově...) oběť šikany uráží a zesměšňují,
- posílání obrázků, fotografií a videonahrávek spolužákům online – kde je oběť zesměšňována a karikována,
- vyvěšení pornografických fotografií s tváří oběti na internetu,
- případy, kdy agresori získají hesla a identifikační údaje oběti a pod jeho/jejím jménem zasílají ostatním vulgární, obtěžující zprávy, fotografie, videa,
- fotografování, nahrávání oběti, kdy jsou pořízené záběry posílány ostatním spolužákům.

Kyberšikana znesnadňuje kontrolu jak ze strany rodičů, tak i školy, chybí u ní klasické znaky šikanování, kterých by si mohli dospělí všimnout.

Kyberšikanou například není oprávněná kritika na internetu bez zlého úmyslu, bez nadávek a ponižování.

### **Jak se bránit proti kyberšikaně?**

- ukončete komunikace, nereagujte – neodpovídejte agresorovi, protože konstruktivní debata není stejně možná;
- uchovejte důkazy - uložit, vytisknout, popř. jinak uchovat emaily, SMSky, apod. jako důkazní materiál;
- blokujte útočníka - zamezte útočnickovi přístup k vašemu účtu nebo telefonnímu číslu (zablokujte si přijímání útočnickových zpráv či hovorů, změňte svou virtuální identitu, vystupujte pod jinou přezdívku), vytvořte si jiný email, změňte SIM kartu...;
- dodržujte pravidla bezpečného užívání ICT - nikde neuvádět svou skutečnou identitu – jméno, věk, adresu, telefon... Neuvádějte žádné údaje o sobě a blízkých, podle kterých byste byli pro agresora identifikovatelní. Vystupujte pod obecnou nic neříkající přezdívku;
- v případě, že se stanete obětí kyberšikany, zkuste vypátrat, kdo je agresor (prohlédněte si jeho osobní údaje apod.);
- oznamte útok - kontaktujte poskytovatele serveru, z něhož vás agresor šikanuje, a zamezte mu přístup;
- podejte trestní oznámení;
- svěťte se rodičům, učitelům, jiné dospělé osobě;

Rodiče, škola, popřípadě policie pak v ideálním případě spolupracují jako jeden tým a společně hledají to nejlepší možné řešení.

### **21. Postupy při řešení šikany**

#### ***Postup pedagoga při podezření, že ve třídě probíhá šikana***

- odhadnout, závažnost neobvyklého chování žáků,
- konfrontovat svá pozorování s ostatními kolegy,
- sepsat přímé i nepřímé známky šikanování u potencionální oběti i u potencionálních agresorů,
- informovat školního metodika prevence, v jeho nepřítomnosti výchovného poradce, nebo školního psychologa,
- informovat třídního učitele, třídní učitel však nesmí být hlavní vyšetřovatel,
- následuje podrobné vyšetřování (viz následující).

## Situace, které zvládne škola sama

### Schéma strategie vyšetřování:

1. Odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany.
2. Oddělení agresorů od kolektivu ostatních žáků ve třídě – bezprostředně po zjištění šikany, aby nemohli ovlivnit svědky.
3. Rozhovor s informátory a oběťmi – **s každým zvlášť!**
4. Nalezení vhodných svědků: Žáci, kteří s obětí sympatizují, kamarádi s ní, nebo ji alespoň neodmítají a žáci nezávislí na agresorech, kteří nepřijímají normy šikanování.
5. Individuální rozhovory se svědky a agresory:
  - oddělené vyšetřování svědků a agresorů - zápisy si nechat podepsat!
  - nepřijatelné je společné vyšetřování agresorů a svědků,
  - hrubou chybou je konfrontace oběti s agresory.

### Při vyšetřování používáme tyto metody:

- individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoliv konfrontace oběti a agresorů!),
- zahřívací předkolo (navodit moment překvapení, šokovat, vyšetřovaného zaskočit),
- monolog (svědek nebo obviněný agresor musí pokud možno souvisle vypovídat, co se ve třídě dělo),
- dialog (kladení otázek vyšetřovanému žákovi a jeho odpovědi na ně),
- konfrontace (mezi svědky nebo i mezi agresory),

### 6. Zajištění ochrany obětem.

Dohoda o vzájemné informovanosti mezi rodiči a školou.

### 7. Volba vhodné metody řešení k okamžitému zastavení agrese:

a) *Cestou vnějšího tlaku* - rozhovory s agresory a pomocí kázeňských opatření zastavit nevhodné chování a zabránit opakování situace. Oznámení o potrestání agresorů před celou třídou.

b) *Cestou usmíření* – postupné rozhovory s oběťmi, rozhovory s agresory, snižování napětí, zmenšování vzájemné antipatie. Místo donucení k vnější poslušnosti se jedná o vnitřní proměnu vztahů mezi oběťmi a agresory. Je zde akcentováno řešení problému, tedy rozmrznutí agresivního postoje, domluva a usmíření mezi aktéry šikanování. Trestání se zde nekoná. Místo toho nastupuje řízené společné hledání nápravy v neformální atmosféře.

### 8. Realizace zvolené metody řešení

- usmíření,
- výchovná komise – rozhodnutí o výchovných opatřeních.

### 9. Třídnická hodina

- skupinová reflexe efektu usmíření nebo oznámení o potrestání agresorů.

### 10. Rozhovor s rodiči oběti

- rodiče informujeme o zjištěních a závěrech školy. Domluvíme se na dalším postupu, případně nabídneme pomoc s řešením následků proběhlé šikany. Rodiče oběti podrobně seznámíme s řešením případu a s opatřeními, které škola učinila k nápravě situace. Také obdrží podepsaný zápis z jednání.

11. Individuální schůzky rodičů aktérů celého případu (agresorů, oběti) - schůzky rodičů agresorů budou probíhat jednotlivě, za přítomnosti výchovného poradce, školního metodika prevence, příp. zástupce vedení školy, třídního učitele. Je vhodné, aby se na schůzku dostavili pokud možno oba rodiče žáka. Rodiče jsou seznámeni s



celým případem a opatřením, které bude agresorovi ze strany školy uděleno. Je zhotoven zápis z jednání, který obdrží jak škola, tak rodiče. Zápis z jednání je stvrzen podpisem obou jednajících stran. Rodičům je nabídnuto případné specializované vyšetření žáka (např. PPP, SVP, školní psycholog). Záleží na závažnosti a okolnostech případu.

#### 12. Práce s celou třídou

- pracovat na změně vnitřních norem a rolí,  
- nezapomenout pracovat s „mlčící většinou“, pomoci žákům bezpečně zpracovat zážitek, že byli svědky agrese a nezasáhli.

#### 13. Pokračující podpora a pomoc oběti.

#### **Praktický postup (zápis) – nalézt odpovědi na následující otázky:**

- Kdo je obětí, popřípadě kolik je obětí?
- Kdo je obětí i agresorem, popřípadě kolik je těchto „obojetných“ žáků?
- Kdo je agresorem, popřípadě kolik je agresorů? Kdo z nich je iniciátor a kdo je aktivní účastník šikanování?
- Co, kdy, kde a jak dělali agresori konkrétním obětím?
- K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo?
- Jak dlouho šikanování trvalo?
- Vše si nechat podepsat!

Výpovědi k jednotlivým otázkám je nutné důkladně zapsat a uspořádat do kvalitního důkazního materiálu. Musí být jistota, jak šikanování konkrétně probíhalo. Nejdůležitější je vypracování přehledu hlavních typů agresorů (iniciátorů, aktivních účastníků a agresorů, kteří jsou současně obětí), u jejichž jmen si poznamenejme přesné údaje kdy, kde, jak a komu co udělali.

#### ***Překážky a chyby při vyšetřování:***

- Od oběti lze těžko získat podrobnější a často i objektivní informace.
- Agresori často úporně a vynalézavě lžou, používají falešných svědků a nutí oběti ke lhaní či odvolání výpovědi.
- Pro ostatní členy nemocné skupiny je příznačný strach vypovídat, chápou to jako „bonzování“.
- Někteří rodiče agresorů chrání své děti za každou cenu.
- Někteří rodiče oběti se obávají spolupracovat při vyšetřování.
- Při některých typech pokročilých šikan pedagogové chrání vůdce agresorů a nevědomě brání vyšetřování. Agresor je osoba sympatická, v učení úspěšná, pedagogům vychází vstříc.
- Někteří učitelé vidí v šikaně své selhání a neohlásí ji.
- Vyšetřování agresorů i oběti probíhá současně.
- Berou se vážně výpovědi falešných svědků.
- Zlehčování celé události.
- Oběť se nechá odejít ze školy, případně se převede do vedlejší třídy.
- Nerozlišuje se mezi počáteční a pokročilou šikanou.
- Pedagog vyšetřuje šikanu přímo ve třídě.

#### **Náprava:**

- Jakmile je vyšetřování šikany dokončeno a víme, co jsme potřebovali vědět, přistoupíme k nápravě.
- Vyšetřování, byť úspěšné, samo o sobě nemá zásadnější vliv na změnu situace.

## **22. Situace, kdy potřebuje škola pomoc zvenku**

### **Krizový plán pro komplikovanou pokročilou šikanu**

Postup při řešení pokročilé šikany – např. výbuch skupinového násilí, tzv. školní lynčování;

#### **A. První (alarmující) kroky pomoci**

1. Zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany, rychle odhadnout vlastní možnosti k záchraně oběti (nevystavovat se nepřiměřenému ohrožení).
2. Bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.  
Zachránit oběť – nebo přivolat pomoc a společně zachránit oběť.  
Zastavit skupinovou agresi.

#### **B. Příprava podmínek pro vyšetřování**

1. Informovat vedení školy, přivolat si na pomoc další pedagogy, nenechávat třídu ani na chvíli samotnou.
2. Svou neustálou přítomností zabránit agresorům a svědkům domluvit se na křivé výpovědi.
3. Souběžně – pokračovat v pomoci oběti (přivolání lékaře, kolegy, který odvede oběť na klidné a bezpečné místo). Postupovat podle Krizového plánu školy.
4. Přivolat některou z pracovníků školního poradenského pracoviště.
5. Oznamit rodičům oběti, případně i Policii ČR.

Vše si nechat podepsat

6. ŠPP zahájí vlastní vyšetřování a současně naváže kontakt se specialistou na pokročilou šikanu.

#### **C. Vlastní vyšetřování:**

1. Rozhovor s obětí a informátory.
2. Rozhovory se svědky / informátory.
3. Nalezení nejslabších článků nespolupracujících svědků.
4. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky.
5. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi).
6. Nalezení případných nesouladů ve výpovědích a konfrontace svědků.

#### **D. Opatření:**

1. Metodou vnějšího nátlaku – výchovná komise a návazná výchovná/kázeňská opatření.
2. Důkladná práce se třídní skupinou.

## **23. Opatření, která škola přijímá v souvislosti s řešením šikanování:**

### **Nápravná opatření**

#### **A. Běžná nápravná opatření:**

- Napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele, podmíněčné vyloučení a vyloučení ze studia na střední škole.
- Snížení známky z chování.

### B. Mimořádná nápravná opatření:

- Převedení do jiné třídy, pracovní či jiné výchovné skupiny (je třeba individuálně posoudit efektivitu tohoto opatření, aby nedošlo k přesunutí šikany do nového prostředí a podmínek).
- Doporučení rodičům obětí i agresorů návštěvy v ambulantním oddělení střediska výchovné péče pro děti a mládež (SVP).
- Vyrozměnění policejního orgánu, došlo-li k závažnějšímu případu šikanování.
- Škola umožní agresorovi individuální výchovný plán.

Doporučuje se dále pracovat s agresorem (vedení k náhledu na vlastní chování, motivy apod.) i s obětí šikany. V případě potřeby doporučit zákonnému zástupci péči dítěte v PPP, SVP nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů, případně převedení do jiné třídy.

## 24. Šikana zaměřená na pedagoga:

### Definice z metodiky MŠMT

*„Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků je specifickou formou šikany a týká se všech členů školy. Není pouze výsledkem osobnostních charakteristik učitele nebo jeho sociálních či pedagogických kompetencí a nelze ji považovat v žádném případě za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. Odpovědnost za prevenci a řešení šikany nese vedení školy, potažmo také zřizovatel.*

*Je specifická také tím, že dojde k narušení jasně definovaných rolí (učitel × žák), kdy se žák/student se dostane do pozice větší moci než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele. Tato forma šikany je tedy charakteristická tím, že strana (žák) s nižším statusem a nižší mírou formálně přidělené moci ubližuje straně (pedagogovi) s vyšším statusem a formální autoritou.*

*Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve škole – ve třídách a na chodbách, nicméně může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorech, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.*

*Je třeba mít na paměti, že šikanou může trpět i vysoce zkušený a kompetentní pedagog, který dobře zná svůj předmět, ovládá třídní management a má dobré pedagogické schopnosti.*

*Ani takový pedagog nemusí disponovat kapacitou zamezit některým šikanujícím projevům vůči sobě. Pedagog může vnímat situaci, kdy je šikanován žáky, jako stigma a pocítuje stud a selhání, což mu zároveň často brání vyhledat pomoc u kolegů, vedení školy nebo ve svém okolí.“*

### Prevence:

#### **Vedení školy**

- vytváří ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí,
- vytváří dobré vztahy uvnitř kolektivů, a tím předchází vzniku šikanujícího chování
- připouští riziko výskytu šikany učitele ve škole, otevřeně takové chování odmítá a realizuje prevenci případně intervenci, pokud k výskytu dojde
- podporuje vzdělávání pro pedagogické pracovníky prostřednictvím seminářů a besed zaměřených na práci s třídním kolektivem, návody na přímou práci s žáky, na řešení konfliktů, práci s agresivním žákem, na rozpoznání a řešení šikany a kyberšikany, na zvládání problematické třídy, na komunikační dovednosti apod.

- součástí vzdělávání je organizace akcí zaměřených na týmovou spolupráci zaměstnanců školy a zlepšení vzájemných vztahů.

### **Školní pedagogické pracoviště**

-pedagogickému sboru je neustále k dispozici poradenská pomoc školního poradenského pracoviště, kterou mohou využívat v podobě konzultací nebo předání konkrétního problému k řešení.

### **Pedagogové**

- podporují rozvíjení pozitivních vztahů,
- jednat s žáky jako s partnery,
- udržovat ovzduší důvěry mezi žáky a pedagogy,
- v kritických situacích dát jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat,
- nebyt lhostejný k projevům agresivity,
- hodiny pedagog staví na silných stránkách žáků, žáci zažívají ocenění;
- dodržování dohodnutých pravidel;
- pedagog používá vhodně humor při výuce a vyhýbá se sarkasmu nebo ironii vůči žákům;
- chová se konzistentně, spravedlivě a s respektem k individuální situaci každého žáka
- nevstupuje se žáky do konfliktu,
- pohotově reaguje změny v náladě, emocích a v chování žáků či studentů;
- chrání si své hranice a nepřekračuje ani hranice ve vztahu k žákům;
- je konzistentní v nastavování a udržování pravidel

### **Řešení:**

Platí pravidla řešení jako u šikany žáka s některými specifiky.

### **Specifika pro řešení šikany zaměřené na pedagoga**

- pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v dané situaci v pozici oběti
- šikanu pedagog v pozici oběti nevyřeší sám
- v případě bezprostředního ohrožení pedagoga žákem/žáky se pedagog řídí krizovým plánem školy,
- zajistí pro sebe bezpečí (odejde ze třídy, přivolá si pomoc apod.)
- požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě, vyžaduje-li to situace.
- vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny,
- monitoruje u sebe znaky stresu, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkosti, zvýšená citlivost, nechut' k jídlu nebo naopak)
- případně vyhledá pro sebe odbornou pomoc.

Šikana pedagoga bývá často spojena s šikanou mezi žáky.

Škola zajistí posouzení sociálních vztahů ve třídě a na základě výsledků nastaví odpovídající řešení.

Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě.

## **25. Přílohy**

### **Informace pro zákonné zástupce a žáky**

#### **Informace pro rodiče**

**Šikanování** je mimořádně nebezpečná forma násilí, která ohrožuje základní výchovné a vzdělávací cíle školy. Šikana se v zárodečné fázi vyskytuje téměř v každé škole, a proto je nutné věnovat tomuto jevu zvláštní pozornost.

Naší škole záleží nejen na dobrém jménu a pověsti, ale také na tom, aby se žáci ve škole cítili spokojeně a bezpečně. Snažíme se společně vytvářet tvůrčí přátelské prostředí, ve kterém je žák úspěšně zařazen do třídního kolektivu, může se harmonicky vyvíjet a žádná forma násilí zde nebude mít místo.

Již několik let pracujeme podle Minimálního preventivního programu, jehož součástí je i Program proti šikanování. Hlavní cíle programu = spolupracující a bezpečná škola - jsou pak důležitou prioritou našeho Školního vzdělávacího programu.

Z právního hlediska je šikanování v řadě případů naplnění skutkové podstaty řady trestních činů: omezování osobní svobody, vydírání, vzbuzení důvodné obavy, krádeže, loupeže, ublížení na zdraví, poškození cizí věci, znásilnění, pohlavního zneužívání.

#### **Čeho si rodiče mají všimnout:**

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamarády, s nimiž by trávil volný čas, navštěvovalo je, telefonovalo s nimi apod.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo školu rádo). Ztráta chuti k jídlu. Dítě odkládá odchod z domova, při bedlivější pozornosti je na něm poznat strach.
- Dítě nechodí ze školy a do školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem.
- Dítě chodí ze školy hladové (agresoři mu berou svačinu nebo peníze na jídlo).
- Dítě má neklidný spánek, usíná s pláčem, křičí ze snu.
- Dítě bývá smutné či apatické, trpí výkyvy nálad, možné zmínky o sebevraždě. Odmítá se svěřit, co ho trápí.
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (např. opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje zlobu i vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Své zdravotní potíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.).
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

#### **Co dělat v případě podezření na šikanu:**

- Pokud se Vám dítě svěří, důvěřujte mu, podpořte ho a slibte mu pomoc.
  - Pokuste se zjistit co nejvíc informací – podrobností.
  - Informujte školu o podezření na šikanování. Obracejte se na třídního učitele, školního metodika prevence, výchovnou poradkyni nebo na vedení školy.
- Navštivte nás!

- Při řešení problému spolupracujte se školou, ta bude respektovat požadavek na zachování důvěrnosti informací.

### **Časté omyly = co není pravda:**

- ...ten kdo šikanuje, je vyšinutý jedinec ...
- ...ten, kdo je týrán, si za to může sám ...
- ...mému dítěti se to nemůže stát (být agresorem, být obětí) ...
- ...přísná kázeň to vyřeší ...
- ...je to jen kočkování, vždycky to bylo, není to žádný problém ...
- ...taková je doba, nedá se s tím nic dělat ...
- ...není to moje věc, ať si to vyřeší tam, kde se to děje ...
- ...vše se vyřeší změnou skupiny (třídy, školy) ...
- ...ostatní ze skupiny (třídy) do toho netahejte, ti za nic nemůžou, nic nezmění a nic neřeknou, protože přece nebudou bonzovat ...

### **Co nabízíme my:**

- Všechny informace bereme vážně.
- Každou situaci profesionálně prošetříme podle dohodnutých postupů.
- Podělíme se o všechny informace, které poskytovat můžeme a o které budete mít zájem.
- Poradíme Vám, kam se obracet pro odbornou radu, kde sehnat další informační zdroje.
- Víme, čeho si máme všimnout a jak odhadnout stupně šikany.
- Víme, jakých konkrétních chyb se máme při vyšetřování šikany vyvarovat.
- Máme speciální krizové plány, které nám pomáhají rychle reagovat a vyhodnotit informace z šetření.
- Víme, že šikanu musíme řešit komplexně, proto tam, kde končí naše profesní kompetence, spolupracujeme s odborníky.

Vážení rodiče, přinášíme pouze letmé nahlédnutí do problematiky šikany.

Více informací naleznete např. na webových stránkách: [www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

## Informační leták pro žáky

**„Schopnost odpouštět neznamena přijímat nebo schvalovat ubližování.“  
(J. Gray)**

Nikdo nemá právo druhému ubližovat! Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál. Víš o někom, kdo je šikanován, a je ti ho líto.  
**PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJEŠ.**

Může to být například:

- třídní učitelka / třídní učitel
- výchovné poradkyně školy
- metodik prevence
- ředitelka školy
- zástupce ředitelky školy

### **Co je to šikanování?**

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí.

Ale může ti znepríjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě.

Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje.

Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a poškozování věcí).

Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

### **Proč bývá člověk šikanován?**

Není to proto, že by byl špatný, nebo proto, že by si to nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

### **Jak se můžeš bránit?**

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: „Já nevím, když přijdu domů, tak se na to snažím nemyslet. A doufám, že už to bude lepší.“

Myslet si, že to bude lepší, je omyl. Nikomu nic neříct, je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje.

Nevzdávej to a udělej následující:

Obrat' se na učitele, kterému důvěřuješ. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit a neprozradí tě. Svěř se svým rodičům. V případě, že nenajdeš odvahu říct to ani svým rodičům,

zavolej na **Linku bezpečí na tel. 116 111 po celý den (volání je zdarma z pevných i mobilních telefonů)**

**Důležité kontakty**

Tísňové volání	<b>112</b>
Policie ČR – tísňové volání	<b>158</b>
okr. ředitelství	974 277 111
Policie ČR, obvodní oddělení	974 277 651
Městská policie	<b>156</b>
	568 840 360

Lékařská první pomoc – tísňové volání	<b>155</b>
dospělí	568 809 479
děti a dorost	568 809 463
Nemocnice Třebíč	568 809 111
Městský úřad – Karlovo nám. Třebíč	568 896 111
Masarykovo nám.	568 805 111

**Vybrané kontakty:**

PPP Třebíč	568 848 815
Střed o.s. Třebíč	568 843 732
Linka bezpečí – Střed Třebíč	568 443 311, 775 223 311
Klub zámek Třebíč	568 408 480
K centrum, Charita Třebíč	568 840 688
Linka Bílého kruhu bezpečí	257 317 110;
Linka bezpečí,	800 157 157
Linka bezpečí dětí a mládež (pro děti v tísni), tel. číslo	116 111
Rodičovská linka bezpečí	840 111 234
<a href="http://www.minimalizacesikany.cz">www.minimalizacesikany.cz</a> ;	
<a href="http://www.sikana.cz">www.sikana.cz</a>	



### **Doporučená literatura z oblasti školního šikanování**

FONTANA, DAVID, BALCAR KAREL: PSYCHOLOGIE VE ŠKOLNÍ PRAXI. Praha: Portál 1997, ISBN 8073677253

*Nová cesta k léčbě šikany - Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.*

KOLÁŘ, MICHAL: BOLEST ŠIKANOVÁNÍ. CESTA K ZASTAVENÍ EPIDEMIE ŠIKANOVÁNÍ VE ŠKOLÁCH, Praha: Portál 2001, ISBN 8073670143

KOLÁŘ, Michal: SKRYTÝ SVĚT ŠIKANOVÁNÍ VE ŠKOLÁCH. Praha: Portál 2000, ISBN 8071784095

PERRY, JEAN, CARINGTON, GILLIAN: ČELÍME ŠIKANOVÁNÍ - SBORNÍK METOD. Metodický materiál IPPP, Praha 1995, ISBN 8086856240

ŘÍČAN, PAVEL: AGRESIVITA A ŠIKANA MEZI DĚTMI. Praha: Portál 1995, ISBN 8071780499

### **Užitečné internetové adresy po prevenci rizikového chování:**

<http://crdm.adam.cz/> - stránky České rady dětí a mládeže

<http://sweb.cz/sikana.os/> - Občanské sdružení proti šikanování

<http://www.extc.cz/> - on-line poradna zaměřená na českou taneční scénu a problematiku

psychotropních látek

<http://www.drogovaporadna.cz/> - on-line poradna zaměřená na drogovou problematiku

obecně

<http://www.drogy-info.cz/> - Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti

<http://www.icm.uh.cz/str/socialnepatologickejevy/>

<http://www.sikana.org/>

## **Informace ke kyberšikaně**

### **Čím se kyberšikana odlišuje od klasické šikany?**

- S kyberšikanou se můžeme setkat kdykoliv a kdekoliv (i na jinak bezpečných místech).
- Kyberšikana může mít velmi početné publikum.
- Profil násilníka a oběti je různorodý (nezáleží na věku, pohlaví, síle ani sociálním statutu útočníka ani oběti).
- Anonymita útočníků.
- Útočník nemá zpětnou vazbu.
- Obtížnější kontrola.
- Může být způsobena i neúmyslně.
- Nemusí se odehrávat opakovaně (útočníkovi stačí citlivý materiál publikovat na internetu, o šíření se pak postarají jiní).
- Lehce dostupné nástroje.
- Riskantní chování lidí ve virtuálním světě
- Velké množství diváků a sekundárních útočníků

### **Kdo jsou původci kyberšikany?**

*Profil kyberútočníků podle výzkumu Univerzity Antverpy:*

- Jsou to častěji chlapani než dívky.
- Tráví více času na internetu.
- Mají větší znalosti internetových aplikací.
- Jejich rodiče se méně zajímají o to, k čemu používají internet.
- Mají hodně přátel, cítí se populární.
- Jsou častěji pachateli tradičního šikanování.
- Často jsou sami oběťmi nebo jejichmi pozorovateli.

### **Specifické projevy kyberútoků:**

#### **▪ Cyberbullying (kyberšikana)**

Tímto termínem je označován druh šikany, který zneužívá elektronické prostředky k poškození oběti. Vždy se jedná o psychickou újmu. Mezi její nejobvyklejší projevy patří zasílání obtěžujících, urážejících či útočných emailů a sms, vytváření stránek a blogů ponižujících jednotlivce či skupinu, popřípadě může kyberšikana sloužit k posilování klasických forem šikany, nejčastěji prostřednictvím nahrání scény na mobilní telefon a jejího následného rozeslání známým dotyčného, popřípadě vystavení na internetu.

#### **▪ Flaming (provokování)**

Jedná se o online útoky pomocí elektronických zpráv s urážlivým a vulgárním obsahem, které mají za úkol oběť provokovat a vtáhnout ji do podobného způsobu komunikace.

#### **▪ Harassment (obtěžování)**

Takto je označené opakované odesílání sprostých, drzých a urážlivých zpráv, opakované prozvánění nebo volání.

Příklad: žákyně oznámila řediteli, že spolužák šikanuje jiného studenta. Během cesty ze školy domů jí přišlo velké množství výhrůžných zpráv z neznámého telefonního čísla.

- **Denigration (ponižování a pomlouvání)**

Jedná se o rozesílání pomluv nebo výmyslů o oběti v rámci sociálních sítí, blogů, nebo jiných webových stránek. Cílem útočníka je poškodit reputaci oběti a narušit její vztahy s přáteli. Čím dál tím víc toto chování postihuje dospělé osoby.

- **Impersonation (krádež identity)**

Je to označení pro zneužití cizí identity ke kyberšikaně nebo k jinému rizikovému chování (např. zcizení elektronického účtu).

*Různé typy útoků na cizí účet nebo jeho zneužití*

1. Manipulace s profily (zveřejňování nepravdivých/pomlouvačných informací o majiteli...).
2. Mazání kontaktů a zpráv.
3. Rozesílání zpráv s nevhodným obsahem jménem majitele účtu (např. urážky, záměrně chybně vypracované úkoly, zprávy s xenofobním nebo rasistickým obsahem, dětskou pornografií atd.).
4. Zneužití osobních údajů a kontaktních údajů k účtu – nejčastěji se jedná o přihlašování do různých služeb a aplikací (seznamky nebo pornoseznamky), objednávání zboží pomocí e-shopů, zneužití účtu k páčání trestné činnosti.

- **Fishing (rybaření)**

Je to jedna z metod krádeže identity. V tomto případě se jedná o získávání citlivých dat od uživatelů, která jsou následně zveřejněna bez uživatelova vědomí. Viz e-maily vypadající důvěryhodně, např. od neznámých bank vyžadující si citlivé údaje od uživatele. S touto činností úzce souvisí **pharming**, kdy se jedná o podvodné stránky, které si žádají vaše osobní informace pro registraci. Tudiž je třeba doporučit všem, kteří se chtějí na podobných stránkách registrovat, aby byli velmi opatrní.

- **Outing (odhalování)**

Jedná se o online zveřejňování cizích tajemství, intimních nebo ztrapňujících informací nebo obrázků. Může se jednat např. o situaci, kdy chlapec natočí svým mobilním telefonem kamaráda při převlékání. Záznam pak přepošle ostatním kamarádům a během chvíle záznam obletí celou školu.

- **Trickery (podvádění)**

Podvádění někoho ve snaze zjistit jeho tajemství nebo informace, které by ho mohly ztrapnit, a ty pak následně sdílet online.

Příklad: Dívka poslala své spolužačce zprávu, ve které předstírala, že chce být její kamarádkou. Vyptávala se jí na spoustu věcí. Ta odpovídala i na skutečně osobní otázky. Dívka pak jejich vzájemnou komunikaci přeposlala dalším lidem se svým vlastním komentářem, kde spolužačku označila za „ubožačku“.

- **Exclusion (vyloučení)**

Označení pro záměrné a hrubé vyloučení nějaké osoby z online skupiny.

Může se jednat např. o situaci, kdy se dívka snaží zapadnout do dívčí party ve škole. Následně je vyloučena vůdkyní party a všechny dívky z party si zablokují online kontakt s ní.

### ▪ **Cyberstalking (pronásledování, kybernetický lov)**

Takto je označováno opakované intenzivní obtěžování a ponižování spojené s vyhrožováním nebo zastrašováním.

Příklad: Je možno uvést situaci, kdy se dívka rozejde s chlapcem. Ten jí posílá mnoho zlostných, výhružných a prosebných zpráv. Rozšiřuje o ní a jejich přátelích nechutné výmysly. Zveřejňuje její sexuálně vyzývavé fotografie v sexuálně orientovaných diskuzních skupinách spolu s její emailovou adresou a telefonním číslem.

### ▪ **Vydírání**

Útočník využívá kyberšikanu k vydírání oběti, čímž se snaží dosáhnout svých záměrů.

### ▪ **Kybergrooming**

V tomto případě jde o chování uživatelů v kyberprostoru, které má v dítěti vyvolat falešnou důvěru a připravit ho na schůzku, jejímž cílem je zneužít dítě.

### ▪ **Ztrapňování pomocí falešných profilů.**

Jedná se o situaci, kdy se útočník vydává za někoho jiného, rozesílá jeho jménem nevhodné zprávy a jiné materiály ve snaze dostat ho do problémů, nebo ho ohrozit či poškodit jeho pověst a vztahy.

### ▪ **Happy slapping (fackování pro zábavu)**

V tomto případě hovoříme o nečekaném fyzickém napadení (někdy i znásilnění) osoby spojené s nahráváním na mobilní telefon nebo kameru. Získané video je poté publikováno na internetu.

Jako příklad můžeme uvést situaci, kdy se skupina chlapců domluví a fyzicky napadnou jiného spolužáka nebo bezdomovce. Jeden z nich celou situaci natáčí na mobilní telefon a následně ji zveřejní na internetu.

### ▪ **Hoax**

Jde o falešnou zprávu, kterou útočník zveřejní na sítích, blogu apod. Nebo se může jednat o poplašnou zprávu, která má šířit paniku (upozornění na neexistující viry, zapíchnuté injekce v tramvaji apod.).

### ▪ **Sexting**

Využívání informačních technologií k rozesílání zpráv se sexuálním podmětem. Jedná se i o rozesílání lechtivých fotografií. Po rozchodu se může stát, že tyto fotografie jedna strana uveřejní. Sexting podporuje šíření mladistvé pornografie, a proto je považována za jednu z nejzávažnějších aktivit v kyberprostoru.

Více informací na [www.skolspec.cz](http://www.skolspec.cz) – Nebezpečí kyberprostoru.

### **Kde hledat pomoc při kyberšikaně:**

- Pomoc ONLINE (Internet Helpline)
- E-bezpečí
- Národní centrum bezpečnějšího internetu (Safer Internet)
- Poradenská linka pro pedagogy
- Úřad na ochranu osobních údajů
- Policie ČR
- Informační zdroje

- [www.msmt.cz](http://www.msmt.cz) Metodické pokyny, metodická doporučení
- [www.prevence-info.cz](http://www.prevence-info.cz) Informace o sociálně nežádoucím a rizikovém chování, o prevenci, o možnostech řešení apod.
- [www.saferinternet.cz](http://www.saferinternet.cz) Informace na téma kyberšikana, ochrana osobních údajů aj.
- [www.bezpecne-online.cz](http://www.bezpecne-online.cz) Stránky pro „náctileté“, rodiče a pedagogy s informacemi o bezpečném používání internetu, prevenci a řešení kyberšikany, výukové materiály.
- [www.protisikane.cz](http://www.protisikane.cz) Informace o šikaně a kyberšikaně, jejich projevech, tipy pro rodiče.
- [www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz) Praktické rady pro rodiče, pedagogy a děti – jak řešit šikanu a jak jí předcházet. V sekci „Pro média“ k nalezení tisková zpráva s výsledky šetření o kyberšikaně na školách.
- <http://prvok.upol.cz> Centrum prevence rizikové virtuální komunikace UPOL, v sekce „Výzkum“ k nalezení výsledky výzkumného šetření Kyberšikana u českých dětí.
- [www.sikana.org](http://www.sikana.org) Stránky občanského sdružení Společenství proti šikaně – aktuality z oblasti, související odkazy aj.
- [www.e-nebezpeci.cz](http://www.e-nebezpeci.cz) Informace pro pedagogy

### **Návod k používání bezpečného internetu**

1. Nikdy nesděluj své plné jméno a příjmení, vždycky používej pseudonym nebo zkratku.
2. Nikomu nesděluj adresu, čísla telefonů ani důvěrné informace, protože na dálku nikdy nevíš jistě, s kým mluvíš. Osobní údaje nikdy nezapisuj do registračních formulářů, které nejsou chráněny zákonem o ochraně osobních údajů, např. do ICQ, info v chatu apod.  
Vždy se porad s rodiči, které údaje můžeš při registraci použít a která data jsou již osobní.
3. Neposílej přes internet své fotky, nevíš, kam přesně směřují a jak s nimi adresát naloží.
4. Jestli je doručená zpráva psaná vulgárně nebo máš pocit, že tě její obsah ohrožuje, neodepisuj a včas upozorni rodiče. Není to tvoje vina, že jsi takovou zprávu obdržel/a, nemáš samozřejmě ani povinnost na ni odpovídat.
5. Pamatuj si, že nikdy nemůžeš mít úplnou jistotu, s kým mluvíš. I když např. ten druhý píše, že je tvůj vrstevník, nemusí mluvit pravdu a může ti dokonce chtít ublížit.
6. Když tě něco na internetu vystraší, řekni to hned někomu blízkému.
7. Internet nám slouží jako veliká pokladnice vědomostí, ovšem ne všechny informace musí být pravdivé, snaž se proto vždy zkontrolovat jejich důvěryhodnost.
8. Vždycky se chovej se k dalším uživatelům tak, jak chceš, aby oni se chovali k tobě.
9. Respektuj soukromí internetové sítě. Jestliže používáš informace z internetu, vždy napiš, z jakých zdrojů pocházejí.
10. Setkání s osobou z netu může být nebezpečné. Jestli plánuješ takové setkání, předem upozorni své rodiče. Na podobné setkaní si vybírej veřejná místa a nechod tam rozhodně sám/a.
11. Pamatuj si, že hesla jsou tajná. Nikomu je nesděluj ani neposílej. Hesla nemají být jednoduchá. V počítačích, které využívá více lidí (například ve škole), se radši na stránky zabezpečené tvým vlastním heslem nepřihlašuj.
12. Nesnaž se trávit na počítači všechen svůj volný čas. Dlouhodobé sledování monitoru může poškodit tvůj zrak. Stanov si kupříkladu denní limit a rozhodně jej nepřekračuj - nechej své oči i hlavu odpočinout.
13. Jestli máš na internetu svoji stránku, pamatuj, že k ní mají přístup všichni ostatní uživatelé. Nikdy nesděluj adresu, telefon ani informace o vaší rodině. Nedávej na web žádné soukromé fotky.
15. Pokud tvoji rodiče neumějí na síti pracovat, tak je to nauč. Ukaž jim, jak mohou vyhledávat informace a jak se ty sám/sama na internetu bavíš.
16. Pokud si chceš na internetu něco koupit, prober to s rodiči dříve, než sdělíš do systému svou adresu.
17. Stanovte si spolu s rodiči pravidla, kdy můžeš být on-line. Stanovte si přesné dny a čas, kdy a za jakých podmínek budeš na internetu. Vaši domluvu neporušuj a nepřipoj se k internetu mimo dohodnutý čas.
18. V síti je čím dál více virů, které můžou poškodit i tvůj počítač. Nikdy neotvírej internet a nestahuj emaily bez spuštěné antivirové ochrany a zapnutého firewallu.
19. Neotvírej emaily, zprávy z komunikátorů (ICQ apod.) s podezřelými adresami a přílohami - mohou obsahovat vir a poškodit tak tvůj počítač!
20. Uveřejňuj emaily bez znaků, které hledají spamové automaty (@ zavináč). Podoba by mohla být například ilb{zavináč}linka bezpeci{tečka}cz. Aktivní odkaz (např. v html kódu mailto) uspíší útok spamových automatů na tvůj email.