

Šikana

Šikana, neboli „chicane“ z francouzského slova týrání či zlomyslné obtěžování. Za šikanování označujeme chování, kdy jedna osoba či skupina úmyslně týrá a zotročuje osobu jinou a používá k tomu agresi a manipulaci. Také násilně ponižující chování jednotlivce nebo skupiny vůči slabšímu jedinci, který nemůže ze situace uniknout a není schopen se účinně bránit.

Šikana je nejzávažnější negativní jev v současné škole (společnosti – netýká se jen prostředí školního ale i pracovního, armáda...). Jedná se o multidisciplinární problém, tj. zabývá se tímto problémem pedagogika, psychologie, sociologie a sociální práce.

Znaky šikany

- Je cílené vůči jedinci nebo skupině žáků (= oběti)
- Záměrem je oběti ohrozit, ponížít či zastrašit = je úmyslná
- Je obvykle opakovaná, často dlouhodobá
- Oběť se mu neumí bránit a dlouhodobě trpí.
- Stupňovaná šikana - postupně vrcholící ubližování oběti (posměšky, pomlvy – zavírání na WC, ničení věcí – fyzické napadení, ublížení na zdraví)
- Latence - skrytá, utajená šikana
- Projevuje se nepoměr sil

Nepřímé (varovné) znaky šikany

- Žák je o přestávkách často osamoceny, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O 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. Věci má 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.

Přímé znaky šikanování

- Posměšné poznámky na adresu žáka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávistným, nebo pohrdavým tónem.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky (časté), v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

Formy šikany

1. Verbální šikana – urážení, zesměšňování, nadávání
2. Nonverbální šikana – sprostá a ponižující gesta určená oběti
3. Tělesná šikana – fyzické napadání (štipání, šťouchání, kopání, fackování,...)
4. Krádeže a ničení věcí
5. Vydírání a manipulace
6. Pomluvy – šíření negativních informací o oběti
7. Šikana vyloučením – bránění oběti, aby se účastnila společenských akcí (kino, výlety, soutěže)
8. Telefonická šikana – otravování a rušení přes telefon (blíží se ke kyberšikaně)

Fáze šikany

1. Zrod ostrakismu.
 1. Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře.
 2. Odlišuje se od ostatních
 3. Není oblíbený a není uznávaný ostatními
 4. Vzbuzuje negativní pocity spojené s nejistotou
 5. Vyvolává obranné reakce – nadávky, pomluvy, zesměšňování – přímá, slovní agresivita
 6. Neodpovídání na otázky, pozdrav – nepřímá agresivita
 7. Izolace oběti, drobné intriky
 8. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky.
2. Fyzická agrese a přitvrzování manipulace
 1. Vzorce chování z 1. stupně se stupňují
 2. V zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod.
 3. 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.
 4. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese.
 5. Agresori se odhodlají k fyzickému útoku
 6. Vychutnávají si pocit moci nebo strachu oběti a to jim přináší úlevu.
3. Vytvoření jádra
 1. Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro.
 2. Tito širitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti.
 3. Začíná systematická šikana
 4. V počátku se stávají jejich obětmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování.
 5. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“.
 6. Probíhá dělení žáků ve skupině (třídě) na silné a slabé.
4. Přijetí norem agresorů
 1. Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem.
 2. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit.

3. U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům.
4. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.
5. Porušování norem se trestá
5. Totalita neboli dokonalá šikana
 1. Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy.
 2. Šikanování se stává skupinovým programem.
 3. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“.
 4. Skupina je rozdělena na vládnoucí a na ovládanou skupinu
 5. Je vytvořena skupinová ideologie, která ospravedlňuje a odůvodňuje chování vládnoucí podskupiny
 6. Porušování všech norem násilí je vládnoucí skupinou považováno za normální
 7. Násilí se stupňuje ve frekvenci i používání síly, přechází v brutalitu
 8. Oběti předstírají nemoci, chodí za školu, utíkají z domova, sebepoškození, sebevražda
 9. Vítězí totalita a role jsou rozděleny na otrokáře a otroky
 10. Objevuje se psychická manipulace, nabývá charakteru hypnózy a působí přes vědomí a nevědomí člověka - Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.
6. Nejvyšší stupeň dokonalosti
 1. Typická pro věznice, vojenská zařízení, výchovné ústavy pro mládež
 2. Ohrožení na zdraví a životě

Účastníci šikany

1. Agresori – aktéři – útočníci – trýznitelé
2. Oběti – napadení – šikanování
3. Svědci

Osobnost agresora

- Agresor/agresori bývají starší, fyzicky vyspělejší jedinci nebo skupina disponující početní převahou.
- Pochází obvykle z prostředí, kde je agrese prostředkem jednání.
- K šikanování ho často vede vlastní zakomplexovanost, nedostatek sebevědomí a nejistota.
- K oběti bývá bezohledný a mnohdy ji považuje za méněcennou.
- Často snaha dominovat a ovládat okolí
- Kladný vztah k projevům agrese (tyto děti bývají většinou tělesně zdatné)
- Sklony k sadismu, sobectví a sebestřednosti
- Nedostatek morálního cítění (svědomí), absence pocitů viny, lítosti, nedostatek empatie k oběti
- Nedostatek sebereflexe (zasloužený trest vždy vnímají jako křivdu)

Rozeznáváme 3 typy agresorů

1. Hrubý, primitivní
 1. Jedinec s kázeňskými problémy - narušeným vztahem k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností.

2. Šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanování cíleně k zastrašování ostatních.
3. Častý výskyt agrese a brutality rodičů.
2. Slušný, kultivovaný
 1. Narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuálním smyslu.
 2. Násilí a mučení je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků.
 3. Rodiče - časté uplatňování důsledného a náročného přístupu, někdy až vojenského drilu bez lásky.
3. Agresor "srandista"
 1. Optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, vlivný.
 2. Šikanuje pro pobavení sebe i ostatních, patrná snaha vypíchnout "humorné" a "zábavné" stránky.
 3. Absence duchovních a mravních hodnot v rodině.

Osobnost obětí

- Oběti slabé s tělesným handicapem - děti tělesně slabé, handicapované, obézní, děti s jinou barvou pleti
- Socioekonomická odlišnost - děti ze sociálně slabých rodin, které si nemohou dovolit koupit věci, které mají ostatní, nemohou trávit volný čas jako vrstevníci, nemohou se značkově oblékat
- Oběti s psychickým handicapem - viditelná bojácnost, nízká sebedůvěra, sebekritičnost, přecitlivělost, ale také různá míra inteligence - jak výrazně snížená, tak i vysoce nadprůměrná
- Stejně tak se může obětí stát nový člen skupiny (nový žák, spolupracovník).
- Oběti silné a náhodné
- Typické oběti – špti, neatraktivní, neodvážní

Varovné signály

- Žák vchází s učitelem do třídy, nemá ve třídě kamarády, postává u kabinetu, chodí pozdě a poslední - Outsider třídy.
- Nechodí na tělocvik.
- Náhlé zhoršení prospěchu, nesoustředěnost při vyučování.
- Žák je přehlížen, odmítán, izolován.
- Zašpiněný a poškozený oděv, působí smutně, nešťastně
- Nemá svačinu, pomůcky

Strategie vyšetřování a řešení šikany ve škole

Odhalení šikany bývá obtížné (strach, obětí a pachatelů a dalších účastníků). Strach vytváří prostředí „solidarity“ agresorů. Účinné a bezpečné vyšetření šikany vychází z kvalifikovaného odhadu stádia a formy šikany.

1. Odhad závažnosti - stádia onemocnění skupiny a rozpoznání, zda nejde o neobvyklou formu šikanování - Stádia šikanování
2. Rozhovor s informátory a oběťmi

3. Nalezení vhodných svědků
4. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky
5. Ochrana oběti
6. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi
7. Výchovná komise (případné oznámení Orgánu sociálněprávní ochrany dětí - OSPOD)
8. Rozhovor s rodiči oběti
9. Práce s celou třídou

Výchovné a preventivní opatření

- Napomenutí a důtka třídního učitele
- Důtka ředitele školy
- Podmínečné vyloučení a vyloučení ze školy (ne na ZŠ)
- Snížené známky z chování
- Převedení do jiné třídy
- Pro nápravu situace nutno spolupracovat s celým kolektivem
- Nutno vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi (mlčící většina)

Negativní role učitele

- Chrání agresora (premiant třídy, vlivní rodiče)
- Špatný postup při řešení šikany
- Popírá výskyt šikany
- Zavírá oči při řešení problémů ve skupině
- Zlehčování výpovědi oběti

Následky šikany

- Psychické následky
 - Snížená schopnost navazovat a udržovat vztahy
 - Nízké sebehodnocení, špatný vztah ke škole a k lidem
 - Stálé napětí, špatná nálada a smutek
 - Úzkostné stavy, strach vedoucí k poruchám spánku
 - Zvýšení únavnosti a neúspěchu ve studiu i v soukromém životě
- Zdravotní následky
 - Úrazy způsobené vzájemným násilím (zlomeniny, pohmožděny, otřesy mozku.),
 - Totální vyčerpání organismu (pokud šikana trvá měsíce a roky)
 - Rozvoj psychosomatických onemocnění (např. astma, alergie, poruchy trávení, poruchy spánku, bolesti hlavy)
 - Zvýšený krevní tlak
 - Zvýšené riziko závažných onemocnění v dospělosti
- Sociální následky
 - Zhoršení prospěchu (jak u oběti, tak u agresora)
 - Členství v rizikových partách
 - Kriminální jednání
 - U děvčat krutost k vlastním dětem
 - Narušený charakter
 - Ztráta iluzí o společnosti
 - Narušení mravních a morálních postojů