



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Pedagogická fakulta  
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

# Prevence šikany ve školních zařízeních

Vypracovala: Hana Hejlková  
Vedoucí práce: PhDr. Miroslav Procházka, Ph.D.

České Budějovice 2021

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala vedoucímu práce PhDr. Miroslavu Procházkovi, Ph.D. za cenné připomínky, rady, metodické vedení práce, dále konzultace a rovněž trpělivost při tvorbě této práce.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci na téma Prevence šikany ve školních zařízeních jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě, elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum:

Podpis studenta:

## **Anotace**

Bakalářská práce se zabývá shrnutím dosavadních poznatků o problematice šikany a využitím těchto informací při dotazníkovém šetření realizovaném mezi pedagogy základních škol a pedagogy na nižším stupni víceletých gymnázií. Práce taktéž nabízí možnost zohlednit různé koncepce prevence a preventivních programů, které pomohou předejít většímu nárůstu šikany ve školách. Dotazníkové šetření si klade za cíl zjistit, do jaké míry se cítí být učitelé obeznámeni s prevencí rizikového chování a jak hodnotí realizaci prevence a řešení případného rizikového chování ve škole. Práce zmapuje informovanost pedagogů základních škol o problematice prevence a poskytne tím možné korelace mezi různými faktory, jež mohou vztah pedagogů k šikaně a její prevenci ovlivňovat.

### **Klíčová slova:**

Prevence, šikana, agresor, oběť, metodika prevence, pedagog

## **Abstract**

The bachelor's thesis deals with a summary of existing knowledge about the issue of bullying and the use of this information in a questionnaire survey conducted among primary school teachers. The work also offers the opportunity to take into account different concepts of prevention and prevention programs that will help prevent a greater increase in bullying in schools. The questionnaire survey aims to find out to what extent teachers feel familiar with the prevention of risky behavior and how they evaluate the implementation of prevention and solution of possible risky behavior at school. The work maps the awareness of primary school teachers about the issue of prevention and thus provides possible correlations between various factors that may affect the relationship of teachers to bullying and its prevention.

### **Key words:**

Prevention, bullying, aggressor, victim, prevention methodology, pedagogue

## Obsah

Úvod.....	7
1. Pojem „šikana“ .....	8
1.1. Agrese .....	9
1.2. Škádlení.....	9
1.3. Obecný, světový pohled na šikanu.....	10
1.3.1. Šikana ve světě.....	10
2. Signály šikany.....	12
2.1. Spouštěče šikany .....	12
2.2. Trojdimensionální „mapa“ projevů šikany .....	12
2.3. Psychická šikana .....	13
2.4. Kyberšikana.....	13
3. Stadia šikany .....	15
3.1. Následky šikany .....	15
4. Účastníci šikany.....	17
4.1. Agresor.....	17
4.2. Oběť .....	17
4.3. Zastánce a další účastníci .....	18
5. Prevence šikany .....	21
5.1. Primární prevence .....	21
5.2. Sekundární a terciární prevence .....	22
5.3. Preventivní opatření .....	23
5.3.1. Schéma prevence školní šikany .....	24
5.3.2. Metodika třídní komunity .....	25
5.3.3. Náplň preventivních programů – 1. stupeň.....	27
5.3.4. Náplň preventivních programů – 2. stupeň.....	28
5.4. Cíle preventivních programů.....	29
5.4.1. Dlouhodobé cíle.....	29
5.4.2. Krátkodobé cíle.....	29
5.4.3. Model SMART .....	30
6. Příklady školních programů prevence šikany.....	31
6.1. Program <i>Minimalizace šikany</i> .....	31

6.2.	Program <i>Princezna Julie</i> .....	33
6.3.	Projekt <i>Odyssea</i> .....	34
7.	Praktická část .....	35
7.1.	Cíle výzkumu .....	35
7.2.	Metodika výzkumu.....	37
7.3.	Výzkumný předpoklad č. 1 .....	38
7.4.	Výzkumný předpoklad č. 2 .....	43
7.5.	Výzkumný předpoklad č. 3 .....	45
7.6.	Výzkumný předpoklad č. 4 .....	48
	Závěr .....	51
	Seznam literatury .....	53
	Seznam příloh .....	56

## Úvod

Teoretická část práce se zabývá pojmem „šikana“ v souvislosti s prevencí rizikového chování na základních školách. Nejprve nabídne obecný pohled, kde bere v potaz původní francouzský význam slova šikana – *chicane*. Následně uvádí pohledy různých autorů na danou problematiku a dostává se i k vědeckému pojetí Dana Olwea (1985).

V závislosti na cíli práce je v rámci teoretické části nutné definovat i pojmy, které hrají významnou roli pro úplnost pochopení a určení šikany a šikanování na školách. Práce blíže konkretizuje pojmy jako např. agrese, škádlení, agresor, oběť atd.

Dále se zaměří na rozčlenění šikany do různých forem a druhů z hledisek různých autorů a koncepcí. V rámci konkretizace forem šikany využívá Kolářovu (2001) trojdimenzionální mapu projevů šikany. Výrazné postavení v práci má téma „prevence šikany“, které je pojato z hledisek několika autorů: Koláře (1997, 2001, 2011), Říčana (1995, 2010), Bendla (2003), Procházky (2019) aj. Tím práce nabízí možnost zohlednit různé koncepce prevence a preventivních programů, které pomohou předejít většímu nárůstu šikany na školách.

Praktická část využívá získané informace při dotazníkovém šetření realizovaném mezi pedagogy základních škol a pedagogy na nižším stupni víceletých gymnázií. Dotazníkové šetření si klade za cíl zjistit, do jaké míry se cítí být učitelé obeznámeni s prevencí rizikového chování a jak hodnotí realizaci prevence a řešení případného rizikového chování na škole, kde pedagogicky působí. Práce zmapuje informovanost pedagogů základních škol o problematice prevence a poskytne tím možné korelace mezi různými faktory, jež mohou ovlivňovat vztah pedagogů k šikaně a její prevenci.

## 1. Pojem „šikana“

Vymezení pojmu šikana nalezneme již u jeho původního významu, který vychází z definice Říčana (1995, s. 25). „*Slovo šikana pochází z francouzského slova chicane, což znamená zlomyslné obtěžování, týrání, sužování, pronásledování, byrokratické lpění na liteře předpisů.*” Pomocí vymezení pojmu můžeme dojít k závěru, že se jedná o činnost, jež je jednomu z účastníků nepříjemná a způsobuje mu potíže. Konkrétnější definici nalezneme například u Koláře (1997, s. 20) v díle *Skrytý svět šikanování*. „*Jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá a zotročuje spolužáka či spolužáky a používá k tomu agresi a manipulaci.*“

O celkové problematice vymezení a definování tohoto pojmu se zmiňuje např. Janošová (2016). Dotýká se zejména problému nejasnosti v některých kritériích, jež šikanu definují. Na základě této problematiky zmiňuje tři základní pravidla, která vychází z definice šikany autorů Hawkinse, Peplera a Craiga. Zmiňovaní autoři se věnují především záměně pojmů „škádlení“ a „šikana“. Rozdíl vymezují na základě definice, která přesně určuje základní kritéria, která upřesňují odlišení zmiňovaných pojmů.

„*[...] fyzický, verbální nebo psychický útok nebo vyhrožování, jehož cílem je zastrašit, znepokojit nebo ublížit oběti; nerovnováha tělesné či psychické síly, kdy silnější dítě (nebo děti) utlačuje slabší; a opakování incidentů mezi týmiž dětmi po delší dobu*“ (Hawkins, Pepler a Craig, 2001 cit. dle Janošové, 2016, s. 27)<sup>1</sup>

Šikana je jedna z forem násilí, které je formou asociálního chování, v současné době známého pod označením syndromu CAN (Child Abuse and Neglect). (Bendl, 2003) Ze zmiňovaných definic lze vyvodit, že se jedná o určitou poruchu vztahů. Vztah může být porušen mezi agresorem a obětí, ale i mezi jednotlivými skupinami žáků. Záměrem je většinou poškodit oběť či cílovou skupinu.

Lze říci, že se jedná o velice rozšířenou chorobu, která se vyskytuje ve společnosti a vyznačuje se tím, že jejím cílem je zneužít slabšího jedince a omezit tak jeho práva. (Kolář, 2001)

---

<sup>1</sup> „*The definition of school bullying includes several key elements: physical, verbal, or psychological attack or intimidation that is intended to cause fear, distress, or harm to the victim; an imbalance of power (psychological or physical), with a more powerful child (or children) oppressing less powerful ones; and repeated incidents between the same children over prolonged period.*“



Důležitým autorem, jenž na šikanu hledí poprvé z vědeckého pohledu, byl norský badatel Dan Olweus. Jeho práce se zabírají především agresivitou mezi školními dětmi. Jeho metodologický přístup se skrze práce různých psychologů dostává do evropských, ale i mimoevropských zemí, kde se začíná šířit jeho pojetí šikany i snaha zmírnit dosavadní problémy s šikanou na školách. Za důležitý počín lze považovat rozšíření pojmu „šikana“ o agresi nejen mezi školáky, ale i mezi dospělými na pracovištích či v různých pracovních organizacích. V prostředí české literatury se objevuje díky Říčanovi (1995).

## 1.1. Agrese

Každý jedinec má určitou míru agrese, která se projevuje nejen tím, jak dokážeme ovládat sami sebe, ale i na okolních vlivech, jež na nás působily např. v dětství, ve škole, v médiích apod. Nejvýraznější roli zde mají rodiče, kteří velkým dílem ovlivňují chování svých dětí.

Dle Čermáka (1999, s. 9) je možno agresi chápat jako *„násilné narušení práv člověka, jako ofensivní jednání nebo procedura, ale také jako asertivní jednání.“* Agrese je tedy důležitý prvek, který ovlivňuje naše chování a zároveň se jedná o nadřazený pojem, ze kterého poté vycházíme při specifikaci šikany.

Janošová (2016, s. 25) zmiňuje, že Lovaš (1998) chápe šikanu jako jeden ze tří základních typů agrese. Uvádí, že se jedná o specifický druh agrese, jejímž základním specifikem je zejména záměrnost daného jednání. Šikana je tedy třetí forma agrese společně s agresí afektivní a instrumentální.

Detailnější přehled týkající se typů agrese přináší Kolář (2011). Ten agresi klasifikuje do pěti forem podle její intenzity a brutality projevů.

1. *fyzická agrese a používání zbraní*
2. *slovní agrese a zastrašování zbraněmi*
3. *krádeže, ničení a manipulace s věcmi*
4. *násilné a manipulativní příkazy*
5. *zraňování izolací, oklikou a „uměleckými“ výtvary*

## 1.2. Škádlení

Škádlení a šikana jsou někdy zaměňované pojmy, proto je nutné je od sebe řádně odlišit a vymezit jejich rozdíly.

Za škádlení se považuje takové chování, jehož výsledkem by měla být legrace pro obě strany. Pokud jedna ze stran dané chování jako legraci nebere, iniciátor své chování zastaví, začne cítit lítost a omluví se. U šikany nalezneme jinou koncepci chování. Agresor přichází již s cílem záměrného ublížení a činí mu to potěšení. Své chování neustále opakuje a většinou i stupňuje násilí. (Kolář, 2011)

Kolář (2011) dále uvádí i další výrazné znaky pro rozlišení škádlení a šikany jako např. škádlení končí, když druhá strana řekne, že toho má nechat - dochází k vzájemnému respektu obou stran atd.

Je nutné brát v úvahu i rozdílnost motivů v šikaně a škádlení. Škádlení probíhá zejména za účelem náklonnosti, sblížení, rozpuštění napětí. Motivy šikany jsou zcela jiné. Jsou založené zejména na snaze získat nad někým moc, být krutý, vybit si vztek. Na závěr této problematiky Kolář (2011) uvádí nutnost posoudit chování z úhlů jako je: definice daného chování, záměr, motiv, postoj, citlivost, zranitelnost, vymezení hranic, právo a svoboda jedinců, důstojnost, emoční stav a dopad.

### **1.3. Obecný, světový pohled na šikanu**

Školní šikana je stejně stará jako škola samotná. Z dob počátků škol neexistují žádné datované informace, které bychom mohli srovnávat se současnými údaji. Nelze tedy říci, zda šikana narůstá nebo klesá. (Říčan, 1995)

Optický nárůst šikany ve společnosti je ovlivněn několika faktory. Došlo k rozšíření významu pojmu šikana, kterým jsou v současnosti označovány i situace, které pod něj dříve nespádaly. Za další faktor nárůstu šikany se považuje i větší obeznámenost s tímto pojmem ve společnosti a tím i jeho nadužívání. Svou roli sehrávají i média, která dychtí po senzaci a zveřejňují jen ty nejzávažnější případy, které poté tvoří společnosti zkreslenou představu o žácích ve školách. O tom, zda šikana opravdu roste, chybí spolehlivé důkazy. (Janošová, 2016)

V posledních deseti letech celková agresivita u mládeže rapidně roste. Důkazem je i nárůst násilných trestných činů. Říčan (2010) zmiňuje výsledky amerického výzkumu, který dokazuje, že 25 % žáků pokládá šikanu za největší obavu týkající se školy. U nás můžeme problematiku šikany oficiálně přiznat až po roce 1989.

#### **1.3.1. Šikana ve světě**

V polovině 20. století byl vědecký výzkum šikany omezen jen na Skandinávii. Později se rozšiřuje do Velké Británie, Austrálie, Ameriky atd. V těchto zemích začínají

vycházet různé knihy a články. Existence šikany se zároveň ve všech zemích potvrzuje. (Říčan, 2010)

V současné době se školní šikana vyskytuje ve všech demokratických zemích. Každá země ji má na jiné úrovni, ale snahu o její minimalizaci nalezneme všude.

Výsledky ukazují, že je šikanováno 2,7 milionů dětí a 160 tisíc žáků nejde denně do školy kvůli strachu, se kterým se během šikanování potýkají. (Kolář, 2001) Podle výsledků výzkumů šikany, které probíhaly v roce 1998 (*Bullying in schools*), můžeme určit přesný počet obětí šikany v různých zemích. Dle Olweova výzkumu roku 1985 tvořil počet obětí šikany v Norsku na základních školách 8,5 % všech žáků. Výzkum bral v potaz žáky druhého až devátého ročníku. Další výzkum předkládají Smith a Sharp, kteří jej provádějí ve Velké Británii roku 1990 mezi žáky věkového rozmezí sedmi až jedenácti let. Na základě výsledků bylo šikanou postihnuto 27 % žáků. Posledním zmíněným výzkumem je Puškinův výzkum na slovinských základních školách, konkrétně ve třídách třetího až šestého ročníku. Výzkum probíhal roku 1996 a výsledkem bylo, že oběti šikany tvořilo 21 % ze všech zkoumaných.

## **2. Signály šikany**

Nejdříve vezmeme v potaz vnější pohled na šikanu. Ten nám dá první impuls, že se děje něco, co není v pořádku. Jedná se o první alarmující signály vybízející k rychlému posouzení dané situace. Nejdříve je nutné zohlednit základní znaky, které byly zmiňovány v první kapitole této práce: záměrnost, opakování, nepoměr sil a samoúčelnost agrese. (Kolář, 2001)

Vnější pohled nám vytvoří určitý rámec, do kterého se poté budeme snažit vkládat jednotlivé poznatky z našeho pozorování. Z toho vyplývá, že pro účinnou pomoc nestačí pouze pohled vnější, ale je nutné dále přistoupit i k pohledu vnitřnímu, s jehož pomocí lze dojít k nápravě.

### **2.1. Spouštěče šikany**

V této podkapitole se práce bude zabývat samotným spouštěčem řešeného problému. Zaměří se především na prvotní impuls, který u jedince dokáže spustit agresivní chování. Kolář (2001) uvádí několik možností, co může být spouštěčem počátku šikany.

Jedním ze spouštěčů může být snaha upoutat na sebe pozornost. Daný jedinec si přeje být středem pozornosti a nevidí jiná východiska, než že na sebe upozorní pomocí omezení práv někoho jiného. Úspěch ostatních žáků může být důvodem k projevům žárlivosti. Ta může vyústit až v šikanu. Spouštěčem, u kterého bychom záminku hledali jen stěží, může být i pouhá nuda. Žák se zbaví nudy tím, že se začne určitou formou šikany navázat do jiného jedince či skupiny. Záminkou ke vzniku šikany může být i obrana. Jedná se o obranu jedince, který již v minulosti šikanován byl a na základě toho se nyní brání tím, že se sám stane agresorem. Brání se tak před možností se znovu dostat do role oběti. (Kolář, 2001)

### **2.2. Trojdimensionální „mapa“ projevů šikany**

Trojdimensionální „mapu“ představuje Kolář (2001, s. 32). Podle této mapy můžeme projevy šikanování dělit na:

- 1. přímé a nepřímé*
- 2. fyzické a verbální*
- 3. aktivní a pasivní*

Pokud tyto dimenze zkombinujeme, vznikne nám osm druhů šikanování, které Kolář blíže klasifikuje.

- |                                    |   |
|------------------------------------|---|
| 1. <i>Fyzické aktivní přímé</i>    | (škrčení, kopání, fackování)                      |
| 2. <i>Fyzické aktivní nepřímé</i>  | (oběti jsou ničeny věci)                          |
| 3. <i>Fyzické pasivní přímé</i>    | (fyzické bránění obětím v dosahování jejich cílů) |
| 4. <i>Fyzické pasivní nepřímé</i>  | (odmítnutí splnění požadavků)                     |
| 5. <i>Verbální aktivní přímé</i>   | (nadávání, urážení, zesměšňování)                 |
| 6. <i>Verbální aktivní nepřímé</i> | (rozšiřování pomluv)                              |
| 7. <i>Verbální pasivní přímé</i>   | (neodpovídání na pozdrav)                         |
| 8. <i>Verbální pasivní nepřímé</i> | (oběť nemá zastání u ostatních)                   |

(Kolář, 2001, s. 32)

### 2.3. Psychická šikana

Neviditelnou formou šikany je šikana psychická. Její závažnost spočívá zejména v tom, že první stádia se mohou jevit jako neškodné škádlení. Psychickou šikanu nedokážeme posoudit pouze podle vnějšího dojmu. Psychické šikaně jsou nejčastěji vystaveny dívky nebo tělesně postižené děti. V případě psychické šikany většinou nedochází k fyzické agresi, ale stupňuje se psychické násilí. Psychické násilí může probíhat pomocí zesměšňování, odmítání, rýpání případně zraňování v otevřených ranách. (Kolář, 2011)

*„Vyvrcholením bývá psychický „lynč“, kdy je oběť veřejně označena za viníka, který za všechno může! Musí být proto nemilosrdně potrestána a exkomunikována! To, že je situace již na doraz, signalizují doporučení oběti, aby spáchala sebevraždu, a „demokratické“ petice, aby odešla,“* (Kolář, 2011, s. 58).

Následkem veškerého jednání dochází k tomu, že se oběť začíná hroutit, v nejhorším případě se pokouší o sebevraždu apod.

Největším problémem pro včasné podchycení psychické šikany je její neviditelnost a možnost tento druh šikany dobře maskovat. Z toho vyplývá, že pokud se chování ve třídě bude jevit jen jako nevinné škádlení, měl by se pedagog zamyslet, zda se nejedná o zárodky psychické šikany, která se původně může jevit právě takto.

### 2.4. Kyberšikana

Šikana je sociální problém charakterizovaný záměrnou agresí v průběhu času, obvykle ve školních kontextech a v kyberprostoru (kyberšikana). Roste zájem o prevenci tohoto jevu, aby se snížily jeho nepříznivé účinky. (Benitez-Sillero et al., 2020)

Jednou z variant psychické šikany, která v posledním desetiletí rychle narůstá, je kyberšikana. Od výše popsanych variant šikany se liší zejména tím, jakým způsobem je realizována. Kyberšikana využívá elektronické informační technologie, díky nimž agresor získává anonymitu a mnoho obětí se ani nedozví, kdo je po celou dobu šikanoval. Celý proces probíhá v kyberprostoru a do osobního kontaktu se vůbec nemusí přenést. (Janošová, 2016)

Kritický pohled na současné pojetí kyberšikany přináší Kolář (2011), který zmiňuje nedostatečnou informovanost společnosti o takto závažném a rychle rostoucím problému. Soudobá společnost zná kyberšikanu pouze prostřednictvím nekvalitních článků z internetu.

Na základě těchto faktů přináší Kolář (2011) svou definici. „*Kyberšikana (cyberbullying) je jednou z forem psychické šikany. Je to záměrné násilné chování prostřednictvím moderních komunikačních prostředků, především prostřednictvím internetu a mobilu,*“ (Kolář, 2011, s. 83).

Černá (2013, s. 14) uvádí dle Macka (2003), že žáci v soudobé společnosti často touží po intenzivní komunikaci a kontaktu se svými vrstevníky prostřednictvím internetové komunikace. Zejména pro adolescenty je tento kontakt klíčový a umožňuje jim získat sebevědomí a určitý pocit samostatnosti.

Rozdíly mezi kyberšikanou a psychickou šikanou jsou zejména v prostoru, kde se šikana odehrává. Agresor při psychické šikaně svou oběť utlačuje ve třídě či škole a dochází ke kontaktu tváří v tvář. Oproti tomu se kyberšikana pohybuje v již zmíněném kyberprostoru a k přímému kontaktu nedochází. Při kyberšikaně agresor využívá internet a mobilní telefon, což mu zajišťuje čtyřicetihodinový přehled a možnost oběť virtuálně pronásledovat. Kolář (2011) uvádí, že zároveň může docházet i ke sdílení s širokým publikem, kdy je oběť ponižována nejen před agresorem, ale i veřejností např. sdílením fotografií na internetu.

### 3. Stadia šikany

Jak bylo již zmíněno, nejefektivnější je, pokud se šikanu podaří podchytit ještě v jejích zárodcích. Někdy se šikana projeví až v dalších stádiích svého vývoje, což ovlivňuje následky a komplikuje možnost řešení problému. V závislosti na faktoru délky trvání šikany může být následně prováděna léčba, která je tím efektivnější čím kratší dobu šikana probíhala.

Základní schéma charakterizující jednotlivá stadia šikany uvádí Kolář (2001). Konkrétně definuje pět stádií onemocnění, které zachycuje negativní proces a křiví vztahy mezi jedinci. Pátý stupeň připodobňuje k fašistické totalitě a do opozice staví skupinovou demokracii, která reprezentuje skupinu se zdravými vztahy.

Počáteční projev šikany Kolář nazývá ostrakizace, přičemž od něj tento pojem přebírají i další autoři, např. Janošová (2016). V tomto stádiu dochází jen k mírným projevům násilí, zejména psychického. Pozornost musíme zaměřit především na jedince, který se začíná schovávat do svého vnitřního světa, necítí se ve skupině dobře, skupina ho začíná pomlouvat a stranit se mu. Ve druhém stádiu nazvaném „*Fyzická agrese a přitvrzování manipulace*“ dochází již k mírným projevům agrese, kdy ostrakizovaní jedinci slouží jako možnost odreagování pro ostatní aktéry. Dochází zejména k častějším útokům na jedince a snaha o jejich zesměšnění sílí. Pokud se nepovede tato dvě stadia zachytit včas, dochází k formám, které jsou již mnohem závažnější nejen na řešení, ale i na možnost následné pomoci oběti. Ve třetím stádiu dochází k vytvoření „*úderného jádra*“. Takto zvaná skupina aktérů se blíže semkne a začne úderněji dorážet na oběť.

Ve čtvrtém stádiu se hlavní agresori stanou vůdci, jejichž normy slepě přijme i zbytek skupiny. Agresori si uvědomují svou moc a začínají se chovat krutěji. Nejzávažnější, páté, stádium nazývá Kolář (2001) „*Totalita neboli dokonalá šikana*“. V tomto stádiu mají agresori již takovou moc a podporu dalších aktérů, že ztrácejí veškeré zábrany a brutální násilí považují za normální. Dochází k jakékoli absenci pocitu viny.

#### 3.1. Následky šikany

*„Závažnost poškození závisí na tom, jaké míry destruktivní síly šikanování dosáhlo a zda bylo krátkodobé nebo dlouhodobé. Důležitá je i míra obranyschopnosti oběti. Tragické je, když dojde ke zlomení oběti, rozbití její identity a nastolení trvalého pocitu bezmoci, otrocké poddajnosti a věrnosti agresorovi (pramenící ze strachu před ještě*

*větším utrpením, které by mohlo následovat, kdyby se snad oběť nesnažila agresorovi všemi způsoby zalíbit),“ (Kolář, 2001, s. 100-101).*

Janošová (2010, s. 209) zmiňuje, že školní šikana dle Skrzypiece (2011) způsobuje nejen psychickou zátěž, ale má zároveň i významný neblahý vliv na sociální život či školní prospěch oběti. Ohrožování jedinci získají trvalý pocit ohrožení.

Janošová (2010) dále uvádí i další aspekty, které se na šikanovaných žácích podepisují. Jedná se např. o sníženou sebeúctu, nadměrnou úzkostlivost nebo depresi. Některé oběti se těmto stavům vyhýbají užíváním alkoholu nebo jiných návykových látek. U části jedinců se může projevit i sebepoškozování.

Následky šikanování se zaobírá i Kolář (2001), který spektrum následků rozšiřuje o nepozornost ve vyučování; tendenci k neomluvené absenci; poruchy sebehodnocení a narušené negativní sebepojetí; celkovou nejistotu a všudypřítomný strach. Lze tedy říci, že rozhodujícím faktorem není pouze typ šikanování, ale i doba trvání šikany, stádium šikanování či osobnost oběti.



## 4. Účastníci šikany

Šikany se účastní dvě strany. Jednu tvoří agresor nebo agresori, kteří si vyhlédnou svou oběť nebo oběti. Procesu šikanování se mohou účastnit i další aktéři, kteří napomáhají, buď aktivně či pasivně, s utlačováním oběti.

### 4.1. Agresor

*„Užíváme často slovo „agresor“ místo „šikanující dítě“, „aktér šikany“ apod., protože je to kratší. Jak ale uvidíme, nelze říct, že každé agresivní dítě šikanuje,“* (Říčan, 2010, s. 53).

Většina agresorů má určité vnější znaky, které mohou pomoci učiteli možného iniciátora šikany ve třídě odhadnout.

Ve většině případů bývá agresor tělesně zdatný, silný, ale šikanu dokáže zorganizovat i jedinec, který je slabý. U takového jedince platí, že si kompenzuje svůj nedostatek tělesné stavby právě svou inteligencí a bystrostí. Vodítkem může být i mimika agresora, která nám v některých případech může zrcadlit jeho vnitřní hrubost a krutost. Tyto vlastnosti souvisí i s jeho případnou výbušností. Nesmíme na tyto faktory hledět jako na určující, protože i za andělskou tvář malého žáka se může skrývat vnitřní agrese. (Říčan, 2010)

Jiného pohledu na agresora si můžeme všimnout u Koláře (1997). Právě on detailněji člení typy iniciátorů-agresorů do tří základních skupin.

*„1. Hrubý, primitivní, impulsivní, se silným energetickým přetlakem a kázeňskými problémy – narušený vztah k autoritě, někdy zapojený do gangů páchajících trestnou činností;*

*2. velmi slušný, kultivovaný narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuální smyslu;*

*3. „srandista“, optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný,“* (Kolář, 1997, s. 55-56).

### 4.2. Oběť

*„Postihnout, jak vypadá oběť šikanování, je poněkud obtížnější než zachycení charakteristiky agresora. Téměř každá skupina si najde nějakou tu menší oběť a kritéria tohoto „vyznamenání“ jsou velmi rozmanitá. Navíc někdy není důležité, jaká oběť vlastně je, její výběr je naprosto nahodilý. Při troše smůly se může obětí stát kterékoli dítě,“* (Kolář, 1997, s. 56).

Jak z výše uvedené citace od Koláře vyplývá, obětí se může stát jakékoli dítě. K problematice obětí šikany a jejich vybrání ze strany iniciátora nabídne práce charakteristiku obětí od dvou autorů, kteří na oběť hledí každý z jiného úhlu.

S první charakteristikou oběti přichází Webster-Doyle (2002). Oběť charakterizuje především z pohledu jejího vnitřního světa a z možných projevů oběti.

- „1. výraz obličeje – je ustrašený, stydlivý, smutný a lítostivý,*
- 2. řeč těla – paže má svěšené podél těla, ramena jsou pokleslá, má skloněnou hlavu s pohledem k zemi, třes těla,*
- 3. slovní projev – ze strachu přiznává vše, co po něm agresor chce jenom proto, aby mu neublížoval a nechal ho jít, používá větu typu: „Dám ti cokoliv, když mě nebudeš bít.”,*
- 4. chování – je tichý, stydí se, snaží se neupoutávat pozornost,“*

(Webster-Doyle, 2002, s. 40).

Druhou charakteristiku nabízí Martínek, který se v prvním bodě také zaměřuje na vnitřní svět dítěte, ale dále zmiňuje především prostředí, ze kterého oběť pochází nebo omezení, které může dítě mít.

- „1. oběť na první pohled – dotyčný je zamlklý, bojácný, slabý, neumí se prosadit a je na něm poznat, že se neubrání žádnému násilí;*
- 2. oběti setrvávající dlouhou dobu pod ochrannými křídly matek nebo babiček*
- 3. handicapované děti;*
- 4. učitelské děti – jedny z nejčastějších obětí šikanování ve školách,“*

(Martínek, 2009, s. 139-141).

### **4.3. Zastánce a další účastníci**

Role účastníků šikany klasifikovali Salmivalli et al. (1996), kteří vymezili čtyři role: *asistenti, podporovatelé šikany, zastánci a outsideři*. Asistenti a podporovatelé šikany představují spolužáky, kteří se postavili na stranu agresora. Asistenty se myslí jedinci, kteří se angažují přímou pomocí tyranům, zatímco podporovatelé představují jednotlivce, kteří svým povzbuzujícím chováním (např. smích či jásos) indirektivně napomáhají činnosti agresora.

Doplňující pohled přináší Kressa (2019), který na základě kvalitativního výzkumu zachytil charakterové vlastnosti a předpoklady vlivu prostředí na zastánce

šikanovaných. Snaží se zmapovat vlastnosti těch žáků, kteří se osmělí a dokážou se šikanované oběti zastat.

*Zastánci* jsou účastníci šikany, kteří zasahují do procesu šikany buď přímou pomocí obětem, nebo nepřímo tak, že incidenty hlásí pedagogům, utěšují oběti nebo se spřátelí s jednotlivci, kteří jsou aktivně vyloučeni ze sociálních skupin. *Outsideři* jsou jedinci, kteří se od probíhajícího procesu šikany izolují a nereagují na něj. (Salmivalli et al. 1996)

Cílem Kressova výzkumu (2019) bylo popsat na základě jednotlivých rozhovorů to, jak jednotliví žáci vnímají konfliktní situace ve třídě a jak se snaží jednotlivým situacím předejít. Tyto rozhovory probíhaly nejen s žáky, ale i rodiči a třídními učiteli. Cílové skupině žáků bylo 11–13 let.

*„Zastánce byl definován jako osoba, jež se zastává těch, kterým je ubližováno a nemohou/neumí se bránit. Pro účast na rozhovoru se nám podařilo získat pouhý zlomek těchto žáků a žákyň. Soubor pro kvalitativní analýzu tvořily čtyři žákyně a jeden žák nominovaní do role zastávce. Vzhledem k tomu, že jsme měli možnost hovořit pouze s jedním chlapcem, je spektrum nálezů z rozhovorů se zastánci limitující,“* (Kressa, 2019, s. 136).

Na základě výsledků výzkumů můžeme tvrdit, že „zastánci“ se od ostatních žáků liší především vyšší mírou prosociality a empatie. Právě tito zastánci ve třídách vytváří týmy, které se snaží o udržení klidného prostředí. Zastánci také spoléhají na pevné postavení učitele ve třídě. Musí od něj cítit podporu a péči o třídu jako celek.

*„Ne vždy vrstevníci oceňují, když se jejich spolužák chová prosociálně. V některých třídách – zejména pokud tam „onemocnění“ šikanou v Kolářově smyslu (Kolář, 2011) dospělo do pokročilého stadia – může být pozitivní chování zastánců k druhým (spojené se soucitem a empatií) vnímáno jako projev slabosti,“* (Kressa, 2019, s. 145).

I když součástí výzkumu bylo málo respondentů, většina výsledků se shoduje i s dalšími závěry autorů jako je např. Kolář (2011), Salmivalli, Warden & MacKinnon (1996) apod., kteří se zaobírají stejným tématem.

Důležitost empatie ve své studii zmiňuje i Vágnerová (2016, s. 83). *„Schopnost sdílet citové prožitky a orientovat se v pocitech jiných lidí je důležitým předpokladem pro rozvoj empatie a následně i adekvátní sociální orientace a přiměřeného chování.“* Již předškolní děti chápou, že jejich vlastní prožitky se liší od prožitků jiných lidí. Dalším důležitým předpokladem k socializaci, který Vágnerová (2016) zmiňuje, je schopnost *mentalizace* (tj. orientace v lidské mysli). Mentalizace zahrnuje schopnosti

vnímat přání druhých lidí či jejich úmysly a uvažovat, jakou mají představu o sobě samých. Důležitým předpokladem pro rozvoj je sebeuvědomění dítěte, které si musí uvědomovat své myšlenky, pocity, potřeby, přání apod. Důležitou roli hraje empatie a mentalizace především v úspěšné sociální komunikaci.

Empatie i mentalizace vytváří základní předpoklady pro snadnou socializaci dětí v rámci třídního kolektivu. Empatičtí a citlivější žáci se na základě Kressovy studie (2019) často chopí role tzv. „zastávce“ a snaží se dlouhodobě udržet příjemné prostředí v třídním kolektivu.

## 5. Prevence šikany

*„Škola, kde děti soutěží v reprodukci znalostí, jsou vedeny pouze ke kázni, ale tím současně i k nesamostatnosti, kde není rozvíjena tvořivost dětí a prosociální dovednosti představuje výrazně rizikové prostředí pro iniciaci nebo rozvoj společensky nežádoucích jevů,“ (MŠMT, 2001, s. 17).*

Prevence šikany má důležité postavení nejen v místech, kde šikana neprobíhá, ale i tam, kde šikana proběhla a již došlo k její nápravě. Pokud budeme preventivní opatření provádět ve třídě, kde prokazatelně k šikanování došlo, musíme naše preventivní opatření zaměřit zejména na hlubší příčiny. Vyřešení hlubších příčin nám pomůže zamezit, aby se zde šikana znovu objevila. Celkový cíl prevence je minimalizace možností vzniku šikany. (Bendl, 2003)

*„Tím, že děti naučíme praktickým metodám vyhýbání se nebezpečným situacím a vstúpíme jim do mysli, že je mnohdy správné říci „ne“, utéci, vyhledat pomoc nějaké dospělé osoby a nedodržovat slib mlčenlivosti v nekalých věcech, jim zároveň umožňujeme využívat vlastního úsudku ke své ochraně. Všechny děti mají právo na bezpečí své osoby. Povinností nás dospělých je toto právo jim uhájit,“ (Eliottová, 2000, s. 136).*

Bendl (2003) uvádí, že mezi první preventivní zásady vzhledem k učitelí je mít povědomost o příčinách, stádiích a možnostech šikany. Základním kamenem prevence v šikaně, je snaha rozpoznat specifické rizikové faktory, které má oběť, ale i agresor. Cílem by mělo být vytvoření zdravého veřejného mínění skupiny, ve kterém by nemělo docházet k šikaně a kde se možnost vzniku snažíme minimalizovat.

### 5.1. Primární prevence

Kolář (2001) v souvislosti s prevencí šikany uvádí, že můžeme mluvit o prevenci primární, sekundární a terciární. Primární prevenci využíváme v prostředí, kde šikana neprobíhá a rizikové chování se zde nevyskytuje. Jedná se o snahu zvýšit povědomí o možnosti vzniku šikany a seznámit s touto problematikou nejen děti, ale i rodiče či pedagogické pracovníky.

*„Cílem primární prevence je v obecné rovině předcházet „rizikovosti“ dříve, než se takové chování rozvine. V realistickém pojetí jde však také o odložení rizikového chování tak, aby ve vývojově citlivém období byl zachycován pozitivní vývoj osobnosti,“ (Procházka, 2019, s. 48).*

Důležitost primární prevence spočívá v tom, že díky správným postupům a metodám můžeme zcela předejít možnostem vzniku šikany v cílovém kolektivu. Pracujeme s kolektivem, který šikanou nebyl zasažen a manipulace s ním bude jednodušší než s kolektivem, kde se snažíme napravit prostředí, které již bylo šikanou postihnuto.

*„Preventivní výchovně vzdělávací působení musí být neoddělitelnou součástí výuky a života základních škol a školských zařízení,“ (MŠMT, 2001, s. 17).*

Procházka (2019, s. 48-49) uvádí, že podle Kaliny (2003) můžeme pohled na prevenci rozdělit do dvou cílových oblastí. *„Jako jeden cíl primární prevence je uváděno cílevědomé, systémové a komplexní posilování forem zdravého životního stylu a minimalizace výskytu a následků obecně rizikového chování. Druhou oblastí cílů prevence představuje snaha zaměřená na snížení rizikivosti chování ve vztahu k jeho konkrétní oblasti, např. snížit nebo zastavit experimentování s návykovými látkami, pokud k tomu již dochází, či oddálit věk prvotních experimentů s takovými látkami.“*

Primární prevence se cílově zaměřuje na zamezení možnosti vzniku šikany v kolektivu. Bere v potaz důležitost výchovy a rozvoj osobnosti dítěte. Snaží se vytvořit bezpečné prostředí a klima pro správný rozvoj kolektivu a osobností jednotlivých dětí. Důležitou roli zde hraje obeznámenost jednotlivých účastníků o dané problematice.

## **5.2. Sekundární a terciární prevence**

Se sekundární prevencí se setkáváme v takovém kolektivu, kde již nějaká forma šikanování proběhla. Cílem zde bude nejen náprava toho, co zde šikana způsobila, ale i nalezení prvotních impulsů, které šikanu způsobily a díky jejich nalezení zamezit možnému opakování. Řadíme sem rychlou a včasnou diagnostiku problému, ochranu oběti před dalším násilím, rozhovor s rodiči agresora i oběti, komunikace s ostatními rodiči, snaha o stmelení kolektivu třídy, tlumení agresivních sklonů u agresora/agresorů atd. (Bendl, 2003)

Kolář (2001) uvádí, že v posledních letech je možné se setkat i s terciární prevencí. Tato prevence souvisí s prevencí sekundární, protože také pracujeme s kolektivem, ve kterém již šikana proběhla a naším cílem je zamezit jejímu opakování. Středem zde není celý kolektiv, ale pouze osoba agresora a oběti. Terciární prevence má za cíl razantní oddělení agresora od oběti šikany. Díky tomuto oddělení dojde ke změně klimatu ve třídě. Třídní kolektiv se stane mnohem otevřenější k řešení problémů. Nově

vytvořené klima musí být bezpečné, důvěryhodné, ale stále s určitými pravidly. Jen takto můžeme začít řešit důsledky šikany a věnovat se i její prevenci.

Terciární prevence má za cíl oddělení oběti od agresora s cílem zamezit jejich dalšímu možnému kontaktu. Díky tomuto oddělení se kolektiv stane sdílnější a je možné zde začít pracovat s preventivními programy a docílit tak přívětivého klimatu ve třídě s minimální možností propuknutí dalšího šikanování.

### **5.3. Preventivní opatření**

Říčan (2010) udává základní zásady a opatření v prevenci šikany, která se realizují na třech různých úrovních. Díky těmto opatřením je možné ve třídě udržet stabilní přátelské a důvěryhodné prostředí a vytvářet dobré vztahy mezi žáky. To vše přispívá ke správnému dětskému duševnímu i mravnímu vývoji.

První stupeň tvoří realizace na úrovni školy jako celku. Na této úrovni hraje důležitou roli školní řád. Právě v něm je zakotvena obecná solidarita, znaky ohleduplnosti a zákaz fyzického násilí. Se slovem „šikana“ se zde nutně nemusíme setkat. S dodržováním a sankcemi za nedodržování školního řádu by měli být seznámeni všichni žáci i jejich rodiče. Významným preventivním prostředkem je i školní dozor, který je přítomen během přestávek na chodbách a umožňuje tak regulovat jejich průběh. Pedagog, kterému je dozor přidělen by měl dbát zvýšené důkladnosti především v prostorách, které samy o sobě vytváří vhodné prostředí pro možnost šikanování např. suterén, toalety atd. Škola by měla být k problematice šikanování otevřená a o nebezpečí šikany informovat rodiče co nejdříve. Ideálně okamžitě po nástupu dětí do školy. Každá škola by měla dbát na dobré vztahy mezi pedagogy a rodiči, které by měly být založeny na důvěře a spolupráci.

Další úroveň tvoří vztah na úrovni jednotlivých tříd. Prevenci zde můžeme provádět pomocí anonymních dotazníků, které mohou napomoci ke zjištění úrovně šikany v jednotlivých třídách. Důležité je vybudovat vztah založený na důvěře mezi třídním kolektivem a pedagogem. Jen takto lze zajistit, že se dítě, které bude šikanováno, nebude bát upozornit pedagoga na možný problém nebo se mu svěřit. Tento vztah je třeba budovat se všemi žáky ve třídě. Napomůže k tomu pravidelné setkávání pedagoga s třídním kolektivem např. během třídnických hodin, výletů, exkurzí atd. Zásluhu na dobrých vztazích ve třídě i mezi třídou a pedagogem mohou mít i různé víkendové pobyty, jejichž cílem bude vzájemné poznání, navázání sounáležitosti a upevnění důvěry.

Poslední část tvoří prevence na úrovni jednotlivců. Zde by se měl pedagog zaměřit především na slabší jedince ve třídě, kteří mají problém se začlenit do kolektivu. Cílem pedagoga by u těchto žáků mělo být zejména posílení jejich sebevědomí a ujistění žáků, že jsou stejně hodnotní a důležití pro skupinu jako ostatní. Tato podpora může probíhat různou formou, ať už pomocí individuálních rozhovorů, kolektivních rozhovorů nebo různých her. Každý učitel by měl vědět, jaké vztahy v jeho třídě panují a včasné zasáhnout, pokud se vztahy nebudou vyvíjet správným směrem. Tímto způsobem rozlišuje Říčan (2010) realizaci preventivních opatření.

### **5.3.1. Schéma prevence školní šikany**

S jiným pohledem na preventivní opatření proti šikaně přichází Kolář (2011). Zaměřuje se především na otázku, zda by bylo možné zastavit šikanu ve školách úplně. Řešení vidí především v intervenci ve škole. Jeho pohled se ale skepticky staví ke snaze zastavení šikany skrze ovlivňování rodičů nebo společnosti. Dle jeho názoru je tento pohled již překonaný a v současnosti již ne tolik účinný, oproti jeho novému pojetí, kde praxe potvrdila jeho přínosnost.

Na základě tohoto tvrzení předkládá model sedmivrstvé prevence. Tato preventivní opatření se zaměřují jen na roviny příčin a podmínek, které vytváří škola a školní prostředí. Hlubších zdrojů se tento model nedotýká. Zmíněné zdroje jsou zahrnuty v rámci mravní výchovy.

Kolář (2011, s. 263) předkládá schéma prevence školní šikany:

- 1. „pedagogická komunita, která posiluje imunitu školní skupiny a celých škol proti onemocnění;*
- 2. specifický program proti šikanování jako dílčí součást školní komunity, který dokáže případné onemocnění brzy detekovat a účinně léčit;*
- 3. odborné služby rezortu školství, tvořené pedagogicko-psychologickými poradnami, středisky výchovné péče, speciálně pedagogickými centry diagnostickými ústavami apod., jejichž úkolem je umět řešit pokročilé šikany a vůbec poskytnout servis v oblasti prevence šikanování;*
- 4. spolupráce škol s odborníky z jiných rezortů a nestátními organizacemi zabývajícími se prevencí šikanování - patří sem například spolupráce s kriminalisty pro mládež, sociálními kurátory, dětskými psychiatry, zejména při brutálních a kriminálních šikanách;*



5. *pomoc a podpora MŠMT a krajských úřadů školám při vytváření prevence šikanování;*
6. *kontrola škol ze strany České školní inspekce, MŠMT a krajských úřadů, jak jsou připraveny ochránit žáky před šikanováním;*
7. *monitorování situace a zabezpečování ochrany práv dětí nevládními organizacemi, jako je například Nadace Naše dítě a Linka bezpečí, Amnesty International v ČR, občanské sdružení Společenství proti šikaně.“*

Tento model, který Kolář (2011) předkládá, tvoří účinnou metodu v prevenci a minimalizaci šikany na školách. Jeho velkou výhodou je, že čerpá pouze z dosavadních možností školství a nepotřebuje žádné nové instituce. Nutné je však, aby každá vrstva měla vyškolené specialisty (školní metodiky prevence nebo výchovné poradce), kteří by se danou problematikou mohli efektivně zabývat.

### **5.3.2. Metodika třídní komunity**

Jako metodu vyššího řádu v prevenci proti šikanování Kolář (2001) představuje práci s třídní komunitou. Tato komunitní forma umožňuje posílit imunitu třídy proti šikaně. Pokud se zde přesto začnou tvořit možné zárodky šikany, správně vytvořená komunita nám je umožní brzy detekovat a tím i správně a efektivně léčit.

*„Co je tedy za metodu ta třídní komunita? Stručně ji lze charakterizovat jako demokratickou formu organizace života ve třídě. Z poněkud jiného úhlu je možné komunitu postihnout jako způsob svobodného zpracování moci ve třídě,“* (Kolář, 2001, s. 191).

V zásadě jde o to, že všichni členové komunity mají významný vliv na to, jak bude třída fungovat. Musíme brát v potaz, že i žáci budou moci rozhodnout o dění ve třídě, tím pádem se role učitele této situaci musí přizpůsobit. Cílem je nahradit autoritativní způsob vedení třídy způsobem demokratickým.

Díky svobodě v rozhodování žáci přeberou část zodpovědnosti za klima ve třídě. Možnost volby v nich vzbudí větší touhu po dosažení domluveného cíle. Demokracie ve třídách se opírá o pět základních principů komunity, které představuje Kratochvíl (1979) a následně reflektuje Kolář (2001, s. 191-194).

#### *1. Aktivní podíl členů komunity na plnění cílů*

Pro naplnění tohoto cíle je nutné, aby se na žáky přenesla zodpovědnost v přijatelné míře. Žáci se poté aktivně účastní veškerých diskuzí a vytváří si práva a povinnosti komunity.

## 2. Vytvoření oboustranné komunikace

Abychom vytvořili efektivní oboustrannou komunikaci, je nutné si objasnit tento pojem. Oboustranná komunikace představuje komunikaci všemi směry – horizontálními i vertikálními. Tyto směry pomyslně představují vztah mezi žáky samotnými a mezi učitelem a žáky. Pro zefektivnění oboustranné komunikace se doporučuje kruhové uspořádání třídy, které nám umožňuje mluvit s jednotlivými žáky tváří v tvář.

## 3. Zvýšení rovnoprávnosti v rozhodování

Budeme-li chtít zvýšit rovnoprávnost žáků v rozhodování, budeme se snažit nahradit dosavadní „rozhodování shora bez zdůvodnění“. Žáky se budeme snažit vést k tomu, aby to byli právě oni, kdo dotváří organizaci třídy a podílí se na ní. Veškeré problémy bude třída řešit společně. Jejím cílem bude dosažení dohody v třídním kolektivu. Díky těmto cvičením se třída naučí demokraticky řešit i možné budoucí konflikty.

## 4. Zodpovědnost ke komunitě

Tento bod se projevuje především tím, že žáci třídního kolektivu plní pravidla, která si společně uložili. Vrcholným projevem může být i to, že žáci začnou svou skupinu považovat za živý organismus. Začnou se snažit, aby komunitě neublížili, a jejich práce bude zaměřena na obecné blaho třídy, a ne pouze na osobní obohacení.

## 5. Zážitkové učení

Naším cílem v komunitě by mělo být zaměření se na tzv. zážitkové učení. V tomto stylu učení slepě nepřebíráme již vyřešené výsledky problémů, ale zaměřujeme se na to, aby si žáci mohli různé situace prožít a vyřešit je sami. Na základě tohoto tvrzení si programy nepřipravuje pouze učitel, ale i žáci sami. Během procesu učení se žáci naučí řešit i vzniklé konflikty ve skupině a demokraticky rozhodovat. Užívá se zde tzv. „sociální zrcadlo“, kdy se žáci učí přebírat informace od ostatních žáků.

Tato pravidla vychází z obecného principu fungování komunity. Role učitele je zde většinou v pozadí, nechává třídu fungovat samostatně, pouze na pozadí reguluje správný směr rozvoje třídy.

Jednotlivá pravidla musí učitel upravit podle konkrétních členů komunity, se kterou bude pracovat. Vzhledem ke snaze demokratizovat třídu, je nutné jednotlivé žáky seznámit s pojmem „demokracie“ a se základními principy, které se od demokratického rozhodování odvíjí.

### 5.3.3. Náplň preventivních programů – 1. stupeň

*„Program má přinášet strukturované podněty pro potřeby prevence sociálně patologických jevů. Je optimální připravit celoroční program zaměřený na osobnostní a sociální rozvoj a výcvik v sociálně komunikativních dovednostech. Projekt musí být určen pro žáky a pedagogické pracovníky školy a ve svém důsledku vést k pozitivní změně klimatu školy s minimem kázeňských problémů žáků ve škole i mimo školu. Je třeba jej realizovat na prvním i druhém stupni a ve spolupráci se školní družinou,“ (MŠMT, 2001, s. 23).*

Procházka (2019, s. 84-85) se ve své publikaci *Metodik prevence a jeho role na základní škole* věnuje náplním preventivních programů. Náplň programů je nutno upravovat podle skupiny, na kterou cílíme. Nástup do školy představuje pro mnoho dětí významný a důležitý životní krok. V první třídě na žáka působí mnoho faktorů, které jsou rozdílné oproti tomu, co na něj působilo v mateřské škole. Dopadá na něj i psychická a socializační zátěž. Abychom žákům mohli situaci ulehčit, naše prevence se bude zaměřovat primárně na zvládnání sociálního kontaktu a přizpůsobení se třídnímu kolektivu. Aktivita, které je vhodné realizovat jako preventivní opatření na prvním stupni, jsou např. „rozehřívací“ aktivity, komunikační aktivity, sebepoznávací hry, kooperativní hry, týmové hry atd.

Příznivou atmosféru třídního kolektivu, dle Procházkovy (2019), nám pomohou vybudovat právě „rozehřívací“ aktivity. Jejich cílem je uvolnit žáky, snížit jejich stresové napětí a vytvořit tak vhodnou atmosféru pro další rozvoj třídy. Právě tyto aktivity umožní třídnímu kolektivu příjemný vstup do sociálního světa školního prostředí. Důležitým úkolem je naučit děti dovednostem ve vyjadřování. K osvojení těchto schopností pomohou různé komunikační aktivity. Tyto získané dovednosti poté žák využije v komunikaci s ostatními žáky, pedagogy a dalšími dospělými ve škole. Ke stmelení třídního kolektivu je vhodné využít různé sebepoznávací, kooperativní nebo týmové hry. Na základě těchto her se více poznají nejen žáci mezi sebou, ale i žáci samotní, což jim v budoucnu umožní odhadovat svou zdatnost a své limity. Tyto hry také pomohou i jedincům, kteří mají určitý problém se začleněním do kolektivu, aby se stali výraznějšími tvářemi a ztratily stud plným zapojením se do hry.

Již na prvním stupni základní školy žáky začínáme seznamovat s určitými tématy specifické prevence. Ty se týkají především činností, se kterými se žáci sami setkávají. Zaměřujeme se tedy na prevenci bezpečné cesty do školy, prevenci bezpečné domácnosti, podporu zdraví apod.

Vzhledem k tomu, že první experimenty s návykovými látkami začínají již kolem jedenáctého a dvanáctého roku, je nutné žáky seznámit i s *tématem prevence rizikového chování ve vztahu k návykovým látkám*. (Procházka, 2019)

#### **5.3.4. Náplň preventivních programů – 2. stupeň**

Dalším výrazným mezníkem ve školním životě žáka se stává přechod na druhý stupeň základní školy, který může v žácích vyvolat řadu změn. V jednotlivých předmětech se na žáky začínají klást větší nároky, učitelé se začínají střídát, někteří spolužáci odejdou na víceletá gymnázia a zároveň přicházejí noví. Toto nejsou jediné faktory, které začnou žáka zatěžovat. Nastoupí i tělesné změny související s příchodem puberty a začne docházet k častějšímu střetávání se světem dospělých. (Procházka, 2019)

##### **5.3.4.1. Náplň preventivních programů – 6. ročník**

V šestém ročníku se preventivní program snažíme zaměřit na aktivní spolupráci jednotlivých členů a celé skupiny. Cílem je vytvořit prostředí, které bude založené na sounáležitosti, naslouchání, důvěryhodnosti, toleranci a pravdivosti. *„Program je vhodné doplnit hrami s nácvikem verbální a nonverbální komunikace, hrou na sebepoznání, simulačními hrami a relaxačními aktivitami. Cílem je vytvořit dobře fungující tým žáků a učitelů,“* (MŠMT, 2001, s. 25).

##### **5.3.4.2. Náplň preventivních programů – 7. ročník**

Výrazný předěl v sedmém ročníku sehrává nástup pubertálního období, které souvisí s celou řadou změn nejen fyzických, ale i psychických. Puberta je i velice citlivé období pro nástup sociálně patologických jevů. Na základě těchto faktů je nutné budovat kvalitní kolektiv, ve kterém se jeho jednotliví členové budou cítit bezpečně. Doporučuje se naplánovat různá intenzivní pohybová soustředění, která se budou zaměřovat na pohybové aktivity, na jejichž základě žáci získají hlubší zájem o poznávání účastníků, prohloubí si vztahy důvěry a upevní se celkový vztah kolektivu. (MŠMT, 2001, s. 25-26)

##### **5.3.4.3. Náplň preventivních programů – 8. ročník**

Program v osmé třídě realizujeme aktivně. Naším cílem bude upevnění vztahů v komunitě, nácvik empatie, zvýšení schopností odolávat krizím a stresu. *„Součástí programu by měly být hry na nácvik verbální a nonverbální komunikace, simulační hry a relaxační techniky, využití metody kritického myšlení. Pomocí projektů je vhodné*

*ověřit kvalitu vytvořených postojů ke zdravému životnímu stylu a sociálně patologických jevů u dětí,“ (MŠMT, 2001, s. 26).*

#### **5.3.4.4. Náplň preventivních programů – 9. ročník**

Poslední ročník základní školy mapuje dosažené výsledky. Využíváme zde jednotlivé prvky z předchozích preventivních programů. Opět by měly převažovat aktivity postavené na zážitku. Efektivní komunikaci s žáky přináší komunitní kruh, který tvoří důvěryhodné prostředí a pocit bezpečí. (MŠMT, 2001, s. 27)

Důležitou roli v náplni preventivních programů hraje nejen vhodná příprava a uvědomělost učitele, s jakými žáky právě pracuje, ale i přizpůsobení jednotlivých bodů programu aktuálnímu stupni psychického a fyzického vývoje dětí. Cílem jednotlivých bodů je vytvořit žákům ve škole a třídě pocit bezpečí a v jednotlivých vztazích budovat pocit důvěry a sounáležitosti.

### **5.4. Cíle preventivních programů**

Každý preventivní program musíme tvořit tak, aby směřoval k nějakému cíli. Jejich forma se odvíjí primárně od toho, s jakým kolektivem právě pracujeme. Důležitou roli hraje věk žáků, ale i minulost kolektivu (zda se šikana již v kolektivu vyskytla nebo pracujeme s kolektivem, kde žádný typ šikanování neproběhl). Na základě cílů, které si stanovíme, zvolíme vhodné metody a formy práce s žáky. Je nutné formulovat jak cíle dlouhodobé, tak krátkodobé.

#### **5.4.1. Dlouhodobé cíle**

Primárním dlouhodobým cílem je odstranění či eliminace rizikového chování v daném kolektivu. Žáci si mají osvojit principy jednání, které budou i nadále uplatňovat ve svém životě. (Procházka, 2019)

Lze tedy říci, že z dlouhodobého hlediska se snažíme vytvořit pevné základy osobností jednotlivých žáků, které nadále budou rozvíjeny nejen ve školním prostředí, ale i mimo něj. Tyto základy by měly odpovídat mravním zásadám společnosti, ve které je žák vychováván.

#### **5.4.2. Krátkodobé cíle**

Preventivní program slouží jako východisko pro výuku dalších předmětů, kde je možné se některým dílčím tématům věnovat hlouběji. Procházka (2019, s. 65-66) představuje model SMART od Galla (2005), který napomáhá dostatečnému

specifikování a konkretizování jednotlivých cílů. Díky tomuto modelu si vytvoříme roční přehled plánované prevence.

### **5.4.3. Model SMART**

*Specifikovatelné cíle* – zde je nutné si vymezit, jaké znalosti chceme v rámci našeho preventivního programu předávat žákům. Při plánování jednotlivých témat bereme v potaz věk cílové skupiny.

*Měřitelné cíle* – budeme sledovat určité reakce žáků na jednotlivá témata v průběhu času. Důležité je si stanovit, jak budeme vyhodnocovat naše výstupy z prevence.

*Akceptovatelné cíle* – připravíme si určité reakce na problémy, které mohou během preventivních aktivit nastat.

*Racionální cíle* – naše očekávání jsou někdy příliš vysoká, proto musíme jednotlivé cíle posoudit z hlediska toho, zda jsou opravdu realizovatelné. Bereme v potaz nejen možnosti žáků, ale i možnosti nás, jako pedagogického dozoru.

*Time (časový rámec)* – snažíme se vytvořit určitý časový harmonogram, ve kterém bude preventivní program probíhat. Zároveň se zaměříme i na časový rámec výsledků, kdy a v jakém období by se měly dostavit. (Procházka, 2019, s. 65-66 dle Galla, 2005)

## 6. Příklady školních programů prevence šikany

„Úkolem programu je co nejdříve detekovat a účinně léčit případné onemocnění. Na vypracování a schválení programu se podílí všichni pracovníci školy,“ (Kolář, 2001, s. 190).

Bendl (2003) představuje jeden z možných účinných způsobů prevence. Za nutné považuje vést zajímavou výuku a mít atraktivní školní program. Důležitou roli zaujímá pedagog, jehož cílem by mělo být zatraktivnění všedních školních dní pro žáky. Tato snaha přináší posuny v rozvoji osobnosti žáků, uvědomění si vlastních hodnot a posílení sebevědomí a důvěry. Za důležité pokládá i vytvoření žákovské samosprávy, skrze niž se žáci mohou podílet na chodu školy. Díky této samosprávě se dostanou do „zákulisí“ školního prostředí, kam mohou přispět svými nápady na zlepšení. Žáci se mohou podílet i na různých kampaních zaměřených proti šikaně. Navrhují plakáty, slogany, básně atd. Těmito činy se stávají přímými organizátory boje proti šikaně a podpoří tak účinný preventivní záměr.

V další části kapitoly práce představí programy: *Minimalizace šikany*, *Princezna Julie* a projekt *Odyssea*. Program *Minimalizace šikany* byl zvolen na základě své dlouholeté tradice, která začíná již v roce 2004 a během svého vývoje program nabízí četné možnosti, jak daný program na školách využít. Program *Princezna Julie* byl zvolen na základě autentického příběhu, který zapříčinil vznik celého programu. Poslední představovaný program je projekt *Odyssea*, který byl vybrán na základě pestrosti zážitkových programů, které přináší.

### 6.1. Program *Minimalizace šikany*

Program *Minimalizace šikany*, dále jen MIŠ, vzniká za účelem vytvoření vhodného preventivního programu do jednotlivých škol. Tento program by měl škole a pedagogům pomoci šikaně předcházet a zároveň ukázat, jak je vhodné řešit její následky.

Zárodky programu nalezneme již v roce 2004, kdy se rodí myšlenka vytvoření určitého systému, který má pomoci českým školám v eliminaci šikany.

Program MIŠ definuje tři cíle, ke kterým směřuje. První z nich se snaží pedagogy naučit, jak být na již drobné náznaky šikany mnohem citlivější. To pedagogům umožní zachytit šikanu již v jejím zárodečném stádiu. Druhým cílem je snaha o zavedení preventivních opatření v jednotlivých třídních kolektivech. Třetí cíl se zaměřuje

na školu jako celek. V tomto případě program ukazuje vedení školy, jak šikany zvládnout vlastními silami a kdy se nebát oslovit externí odborníky.

Program poskytuje pedagogům 54hodinový kurz, kde se naučí rozpoznat jednotlivé projevy šikany, určit závažnost a adekvátně zasáhnout. Během kurzu probíhají přednášky, prožitkové aktivity a sdílení osobních zkušeností.

Pokud si škola bude chtít zpracovat svou vlastní strategii prevence, kterou jí pomohou vytvořit zkušení lektoři, je zde možnost během jednodenních nebo dvoudenních workshopů.

Škola také může využít externího konzultanta, který bude školu navštěvovat jednou až dvakrát měsíčně. Cílem návštěv jsou konzultace ohledně preventivních strategií a reakcí jednotlivých tříd na nově zavedená pravidla.

Program MIŠ je představen v rámci publikace, která se zabývá nejen prevencí šikany, ale i tvorbou vhodného prostředí pro třídní kolektivy. V publikaci *Bezpečné klima* (2012) nalezneme jednotlivé kapitoly týkající se nastavení pravidel školní třídy, práce s třídním klimatem apod. Velkou inspirací mohou být i různé vzorové hry nebo dotazníky pro třídní kolektiv. Cílem her je primárně stmelení kolektivu. Nalezneme zde i různá dotazníková šetření, která pedagogovi dokreslí obrázek kolektivu, se kterým bude pracovat. Tyto dotazníky jsou rozděleny pro první a druhý stupeň základní školy, kdy složitost otázek odpovídá danému stupni. V dotazníku pro první stupeň nalezneme otázky typu: „*Kterého spolužáka máš nejraději?, Co se ti nejvíce líbí na naší třídě? Kdyby mi kouzelník mohl splnit jedno libovolné přání týkající se naší třídy, tak bych si nejvíce ze všeho přál,*“ (Minimalizace šikany, 2012).

Program také důrazně upozorňuje na chyby, které může pedagog během řešení šikany udělat a tím situaci ještě ztížit. Během řešení konfliktu se pedagog musí vyvarovat toho, že konfrontuje oběť s agresorem, bagatelizuje problém, celý problém bude řešit se třídou, prozradí informační zdroj, který mu poskytl informace, neinformuje rodiče nebo nepožádá o pomoc další pedagogy. Program dále předkládá devět správných kroků, jak řešit počáteční stádia šikany. Pouze ty je schopna škola řešit sama. O řešení pokročilých stupňů šikany by škola měla informovat specializovaného odborníka. Devět zmiňovaných kroků je následujících: „*Odhadnutí stupně závažnosti, vedení rozhovoru s informátory a obětí, pokusy o nalezení svědků, rozhovory se svědky – vždy individuální, ochrana oběti, rozhovor s agresorem, oslovení výchovné komise, začít řešit problém s rodiči a zahájení práce s celou třídou,*“

(Minimalizace šikany, 2012).



Cílem programu je zvýšit mezi pedagogy povědomost o tom, jak správně řešit jednotlivé úrovně šikany, představit jim preventivní hry a dotazníky pro třídní kolektiv a upevnit jim základní zásady prevence. Program nabízí přednášky, workshopy, brožury a další propagační materiály, jejichž cílem je zdůraznit nutnost prevence šikany ve školách.

## **6.2. Program *Princezna Julie***

*Princezna Julie* je dvouletý aktuální projekt proti šikaně a dětskému násilí probíhající na Liberecku, jež spustil rezort školství a sociálních věcí. Název je symbolický a odkazuje na památku třináctileté žákyně Julie M., která si vzala život. Jedním z důvodů, proč se dívka takto rozhodla, byla i šikana. Tento projekt se snaží ukázat na jednotlivé následky šikany a předejít jim.

*„Název Princezna Julie je symbolický, dilem odkazuje k reálné postavě, dilem k chystané divadelní pohádce. A sdělení je zřejmé - už nikdy nechceme, aby se v Liberci Julčina tragédie opakovala. Co je však nejpodstatnější, Princeznou Julií chceme především podpořit samotné úsilí i preventivní programy jednotlivých základních škol; jde tedy o vzájemně se doplňující a znásobující aktivity. Dá se totiž bez pochyb říci, že neexistuje větší školní kolektiv, kde by šikana - byť třeba v latentní podobě - neexistovala, jen ji umíme lépe či hůře odhalovat a řešit. Pokud bych chtěl toto tvrzení podpořit až do krajnosti, řekl bych, že právě ve škole, která dlouhodobě vykazuje nulové případy výskytu šikany, nemusí být samo o sobě něco v pořádku,“ (Langr, 2017).*

V rámci projektu jsou zohledněny i problémy neřešené šikany u postižených dětí a jejich dopady. V průběhu dvou let se bude snažit liberecký magistrát získávat vstupní data z dvaceti základních škol. Součástí programu jsou pravidelné besedy s odborníky, návštěvy a projekty městské policie, preventivní třídní hodiny zaměřené na prevenci šikany a vedené diskuze žáků na téma šikany. Vrcholem prvního roku projektu je představení *„O vílách a králi draků“*, které se inspiruje Juliiným příběhem, a ztvárňují ho převážně dětské herci. Scénář a režii k tomuto představení napsala Jana Hejret Vojtková.

*„Cílem projektu je školy více motivovat k preventivním činnostem, nebát se šikanu efektivně řešit, neuhýbat před ní. To opačné je bohužel i na našich základních školách nikoli výjimečným chováním. Jde o fenomén, který podle veřejných dat České školní inspekce nebezpečně sílí a který na našich školách nechceme. Natož aby vedl k tak tragickým následkům jako v případě Julie Moravcové, po níž je projekt pojmenován.*

*Souběžně chceme vnést téma více do veřejnosti, protože rodiče (a jsem jím i já sám) mají právo o něm hovořit a ptát se škol, co pro prevenci šikany konkrétně podnikají,“ (Langr, 2017).*

### **6.3. Projekt *Odyssea***

O zavádění primární prevence do škol se snaží projekt *Odyssea*, který vznikl roku 2000. Součástí programu jsou různé aktivity, které se primárně zaměřují na předávání základních informací žákům jednotlivých škol. Program se zaměřuje i na další problémy, které se mohou ve třídě vyskytnout. Zároveň se snaží ukázat, že třídní konflikty je nutné řešit otevřeně. Během kurzů se žáci snaží osvojit různé sociální dovednosti, díky nimž jsou méně zranitelní a zároveň i více ohleduplní. Pestrost programu zajišťuje i střídání různých metod předávání informací. Projekt využívá např. komunikační kruh, diskuze, brainstorming, interaktivní přednášky, scénky apod. (Projekt *Odyssea*, 2020)

Hlavní náplní programu *Odyssea* je zavádění zážitkových programů, které se zaměřují na osobnostní a sociální výchovu (OSV). „*Témata OSV jsou vlastně oblastmi lidských dovedností, vlastností, rysů, schopností, postojů, modelů lidského chování atd. Témata v sobě obsahují praktické jevy, které všichni známe, jsou součástí nás samotných a našich životů,“ (Valenta, 2006, s. 15).*

Od roku 2007 se výuka osobnostní a sociální výchovy stává povinnou složkou vzdělávání na základních školách. Do výuky se začleňuje žákům prvních až devátých tříd jako průřezové téma, které je seznamuje se základními lidskými hodnotami. Cílem je žákům ukázat pozitivní vzory chování, rozvíjet jejich sociální dovednosti a morální postoje. (Projekt *Odyssea*, 2020)

## **7. Praktická část**

Praktickou část bakalářské práce tvoří kvantitativní výzkum, který byl realizován na základě dotazníkového šetření na různých základních školách. Skupinu respondentů tvoří pedagogové působící na prvním nebo druhém stupni základních škol a pedagogové nižšího stupně víceletých gymnázií.

### **7.1. Cíle výzkumu**

Výzkum si klade za cíl zjistit, do jaké míry se učitelé cítí být obeznámeni s prevencí rizikového chování a jak hodnotí realizaci prevence a řešení případného rizikového chování ve škole. Dalším cílem bude zmapovat informovanost učitelů o preventivních programech specificky zaměřených na prevenci a eliminaci školní šikany.

Výzkum se rovněž zaměří na otázku, kde respondenti získávají informace, jak jsou v tomto směru aktivní, zda se účastní kurzů s touto tematikou a zda se do prevence sami zapojují a aktivně poznatky využívají ve svém pedagogickém působení. Dále bude výzkum zjišťovat, jaké metody k získávání informací ohledně dané tematiky učitelé preferují a proč. Výzkum vezme v potaz i osobní zkušenosti jednotlivých pedagogů.

### **Výzkumné otázky**

Z výše uvedených cílů bude výzkum odpovídat na následující otázky:

- 1) Považují se respondenti výzkumu za dostatečně obeznámené ohledně prevence šikany?
- 2) Zapojují se respondenti osobně do realizace preventivních aktivit zaměřených na šikanu?
- 3) Jaký způsob prevence (metodu, aktivitu) šikany považují respondenti za nejpřínosnější?
- 4) Jakou formu předávání informací žákům respondenti preferují?

Odpovědi na výše uvedené výzkumné otázky poskytne práce na základě dotazníkového šetření mezi respondenty, kteří působí jako učitelé na základních školách a na nižším stupni víceletých gymnázií.

### **Předpoklady**

Předpoklady jsou formulovány na základě cílů výzkumu a na osnově výzkumných otázek. Ačkoli je výzkum do jisté míry deskriptivní, formulace předpokladů pomůže zachytit vztahy mezi sledovanými faktory.

- 1) Lze předpokládat, že většina respondentů bude hodnotit svou informovanost v oblasti prevence šikany jako dostačující.
- 2) Lze předpokládat, že většina respondentů bude osobně realizovat školní preventivní aktivity zaměřené na šikanu.
- 3) Lze předpokládat, že většina respondentů bude považovat za nejpřínosnější kurzy s možností vyzkoušet si modelové situace a tím se do kurzu aktivně zapojit.
- 4) Lze předpokládat, že většina respondentů bude jako nejvhodnější způsob prevence šikany pro žáky uvádět nácvik modelových situací a besedy s odborníkem.

### **Teoretická východiska k jednotlivým předpokladům**

Předpoklad 1: Lze předpokládat, že, většina respondentů bude hodnotit svou informovanost v oblasti prevence šikany jako dostačující. Práce vychází z toho, že každá škola musí mít dle Metodického pokynu ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže č.j. 14 514/2000-51 vytvořený Preventivní program proti šikanování. S tímto programem musí být každý pedagog seznámen a aktivně se podílet na jeho dodržování. (MŠMT, 2013)

Předpoklad 2: Lze předpokládat, že většina respondentů bude osobně realizovat školní preventivní aktivity zaměřené na šikanu. Je předpokladem, že se většina škol bude snažit své pedagogy co nejvíce obeznámit s tématem šikany mezi dětmi a bude je podporovat a poskytovat jim možnosti aktivní účasti na různých programech týkajících se zejména prevence šikany.

Předpoklad 3: Lze předpokládat, že pro respondenty budou nejpřínosnější kurzy, protože nabízejí možnost nácviku modelových situací, které si mohou respondenti zafixovat a poté využít v praxi. Zároveň kurzy vyžadují aktivní zapojení uchazečů, čímž se v kurzu realizují všichni zúčastnění.

Předpoklad 4: Lze předpokládat, že respondenti preferují předávání informací žákům pomocí nácviku modelových situací a besedy s odborníky, jelikož zde dochází k nejbližšímu kontaktu žáků a daného tématu. Zároveň při nácviku modelových situací budou žáci rozvíjet i své dovednosti.

## 7.2. Metodika výzkumu

Výzkum byl realizován pomocí elektronického dotazníku v rámci online platformy Formuláře Google. Cílovou skupinu tvoří pedagogové působící na základních školách či nižším stupni víceletých gymnázií, proto byli osloveni ředitelé a metodici prevence těchto institucí. Kontakt na vedení školy byl získáván z veřejně přístupných dat na webových stránkách jednotlivých škol. Na základě telefonické či emailové domluvy s řediteli a metodiky prevence, byl emailem odkaz na dotazník zaslán vedení školy, které ho následně rozšířilo mezi své pedagogické zaměstnance, kteří tvoří celkový výzkumný soubor.

Vyjma jedné otevřené otázky se dotazník sestával z otázek uzavřených, kde respondenti volili buď z variant odpovědí, nebo podle pětistupňové škály.

Dotazník byl tvořen třemi částmi, přičemž v první části byli respondenti dotazováni na pohlaví, věk, délku pedagogického působení a stupeň, na kterém vyučují. Zde odpovídali pouze na uzavřené otázky s možností výběru jedné odpovědi. Druhá část otázek byla směřována na osobní hodnocení respondentů ohledně jejich vlastní obeznamení s prevencí šikany a rizikového chování a na zdroje informací o této tématice. Zároveň zde byla položena otevřená otázka směřující ke zhodnocení nejpřínosnější metody k získávání informací dle respondenta.

Třetí část dotazníku se věnovala preventivním programům, vlastní zkušenosti respondentů se šikanou a způsobu předávání informací, které se této problematiky týkají, jednotlivým žákům.

U grafického znázornění výsledků otázek s možností více odpovědí je namísto procentuálního zastoupení odpovědí respondentů uváděn počet hlasů vztažený k celkovému počtu odpovědí. Přehled a složení dotazovaných uvádí následující tabulky, jež z realizovaného dotazníku vyplývají:

Tabulka č. 1 Složení respondentů dotazníkového šetření

	Počet osob	Procentuální zastoupení
Ženy	87	79,1 %
Muži	23	20,9 %
Celkem	110	100 %

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 2 Věková kategorie respondentů dotazníkového šetření

	Počet osob	Procentuální zastoupení
Do 25 let	5	4,5 %
26–35 let	27	24,5 %
36–45 let	13	11,8 %
46 a více	65	59,1 %
Celkem	110	100 %

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 3 Délka působení respondentů jako pedagogických pracovníků

	Počet osob	Procentuální zastoupení
1-3 roky	11	10 %
4–10 let	17	15,5 %
11–15 let	9	8,2 %
16 a více	73	66,4 %
Celkem	110	100 %

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 4 Stupeň, na kterém respondenti vyučují

	Počet osob	Procentuální zastoupení
1. stupeň	37	33,6 %
2. stupeň + nižší stupeň víceletého gymnázia	52	47,3 %
1. i 2. stupeň	21	19,1 %
Celkem	100	100 %

Zdroj: vlastní výzkum

### 7.3. Výzkumný předpoklad č. 1

Lze předpokládat, že většina respondentů bude hodnotit svou informovanost v oblasti prevence šikany jako dostačující.

V dotazníku byly položeny a zodpovězeny následující otázky:

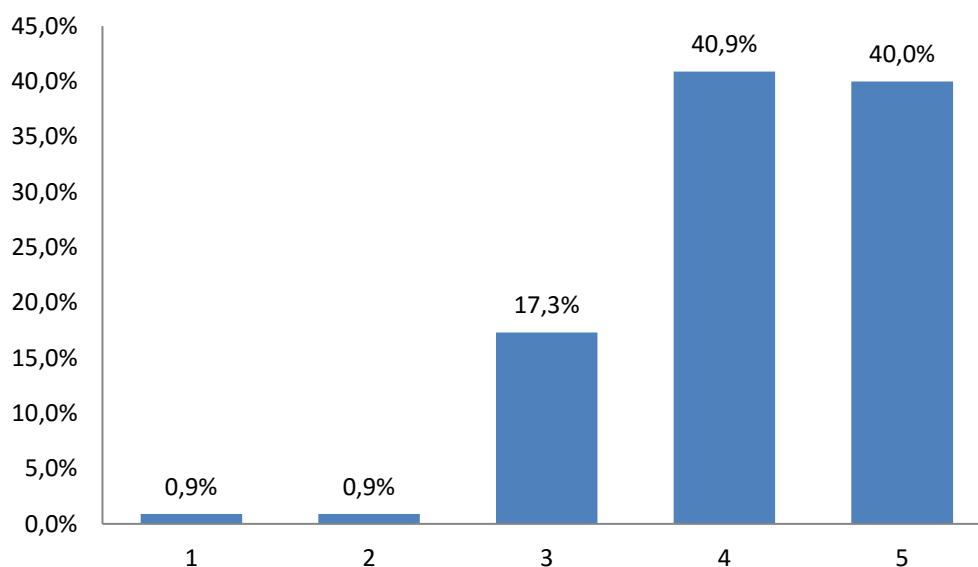
## Otázka č. 1

*Do jaké míry se cítíte být obeznámeni s prevencí rizikového chování?*

Tato otázka mapovala subjektivní hodnocení respondentů ohledně prevence rizikového chování. Svou obeznámenost hodnotili na základě škály, kde stupeň 1 představoval nejmenší obeznámenost a stupeň 5 obeznámenost nejvyšší. Nejvyšší možnou obeznámenost, tedy stupeň 5, volilo celkem 44 respondentů (40 %), nižší stupeň, stupeň 4, volilo celkem 45 pedagogů (40,9 %). Neutrální stanovisko, stupeň 3, zaujalo 19 respondentů (17,3 %). Stupeň 2 volil pouze jeden respondent (0,9 %). Nejnižší stupeň obeznámenosti, stupeň 1, volil také pouze jeden respondent (0,9 %).

Informovanost ohledně prevence rizikového chování se ukazuje jako velmi dobrá, na základě množství respondentů, kteří volili stupeň 5 a 4, ačkoliv je tu stále prostor pro 17,3 % učitelů, kteří k této problematice zaujímají neutrální postavení.

Graf č. 1. Obeznámenost respondentů s tématem šikany ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)



Zdroj: vlastní výzkum

## Otázka č. 2

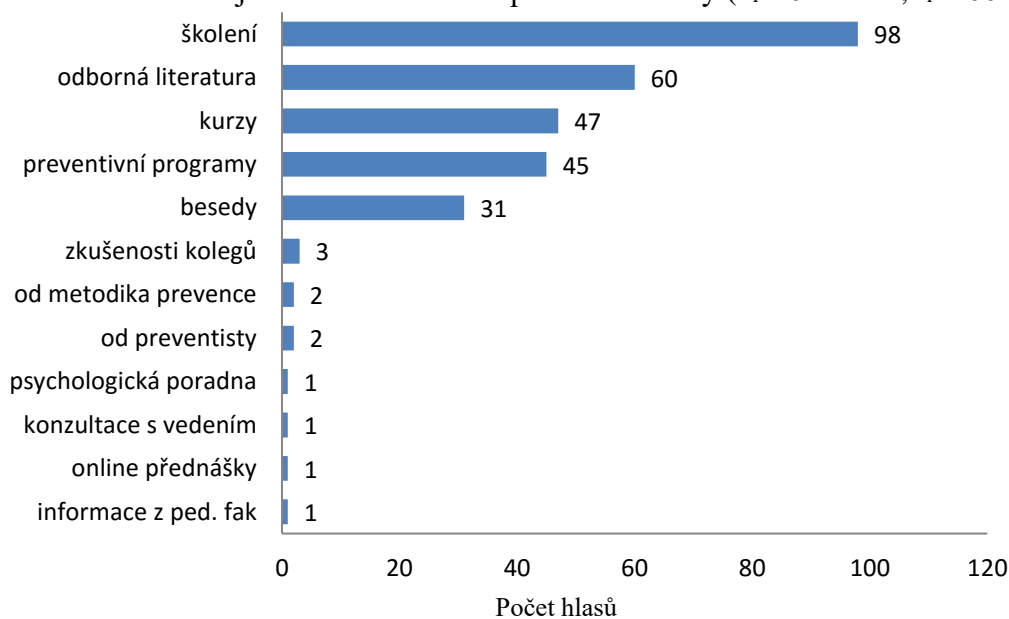
*Kde získáváte informace ohledně prevence šikany?*

Otázka č. 2 popisuje zdroje, ze kterých respondenti čerpají informace vztahující se k tématu prevence šikany. Tato otázka umožňovala zvolit více odpovědí.

Respondentům bylo nabídnuto pět základních možností odpovědí a to: školení, kurzy, odborná literatura, besedy a preventivní programy. Zároveň měli možnost připsat i jiný zdroj, než odpovědi nabízely. Nejčastějším zdrojem informací ohledně tohoto tématu jsou školení. Tato možnost získala celkem 98 hlasů. Druhým nejfrekventovanějším zdrojem je dle dotazovaných odborná literatura, která získala 60 hlasů od jednotlivých respondentů. Kurzy jako zdroj informací získaly 47 hlasů a preventivní programy 45 hlasů. Nejnižší počet respondentů, a to 31, volil besedy jako jednu z možností, které byly předem uvedeny.

Respondenti mohli využít možnost "jiná odpověď", kam uváděli vlastní zdroje informací ohledně prevence šikany, které předchozí výběr možností neumožňoval. V zastoupení vždy jeden respondent, byly uvedeny následující odpovědi: informace z pedagogické fakulty, online přednášky, konzultace s vedením a psychologická poradna. Dále dva pedagogové uvedli možnost získávání informací od metodika prevence a další dva od preventisty. Tři respondenti také volili získávání informací ze zkušeností kolegů.

Graf č. 2 Zdroje informací ohledně prevence šikany ( $n_i=292$  hlasů,  $f_i=100$  %)



Zdroj: vlastní výzkum

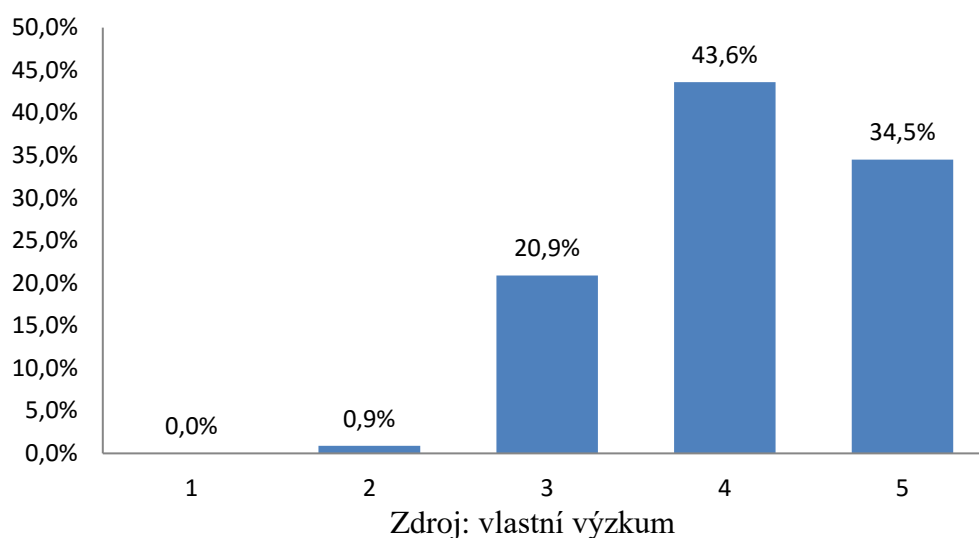
### Otázka č. 3

*Jak byste zhodnotili preventivní opatření realizované ve Vaší škole?*



Respondentům byla nabídnuta škála možností od nejlepších preventivních opatření po nejnižší. Možnost pátého stupně, tedy stupně hodnotící preventivní opatření na škole nejlépe, volilo celkem 38 respondentů (34,5 %). Čtvrtý stupeň, zastupující možnost „dobrá opatření“ volilo 48 dotazovaných (43,6 %). Neutrálně se k této problematice staví 23 pedagogů (20,9 %). Pouze jeden respondent (0,9 %) volil možnost druhého stupně škály odpovědí.

Graf č. 3 Hodnocení preventivních opatření na školách ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)

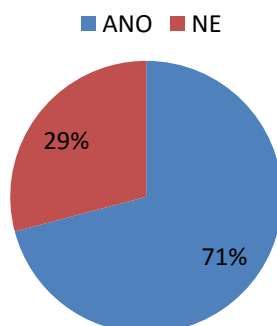


#### Otázka č. 4

*Řešil/a jste již šikanu jako pedagogický pracovník?*

Tato otázka zobrazuje četnost řešení šikany jednotlivými respondenty. Respondenti měli možnost výběru mezi odpovědí „ano“ a „ne“. Možnost „ano“ uvedlo 78 respondentů (70,9 %). Možnost „ne“ uvedlo 32 respondentů (29,1 %).

Graf č. 4 Řešení šikany pedagogickými pracovníky ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)

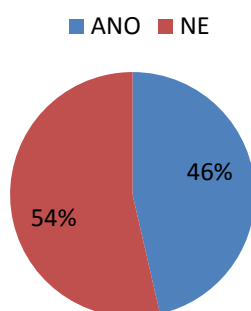


## Otázka č. 5

*Setkal/a jste se Vy osobně se šikanou jako žák/žákyně na základní nebo střední škole?*

Tato otázka ukazuje počet respondentů, kteří mají osobní zkušenost se šikanou a kteří nikoli. Celkem 59 dotazovaných (53,6 %) uvedlo, že osobní zkušenost se šikanou nemají, zatímco 51 pedagogů (46,4 %) osobní zkušenost má.

Graf č. 5 Osobní zkušenost respondentů se šikanou ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)



Zdroj: vlastní výzkum

Z výsledků předchozích otázek vyplývá, že většina respondentů je o problematice šikany informována v dostatečné míře. Původní předpoklad č. 1 je těmito výsledky podložen a považován za správný. Tato skutečnost je dokazatelná zejména na základě výsledků z otázky č. 1 a jejího grafického znázornění. Výsledky této otázky ukazují, že četnost odpovědí je nejvyšší u stupně 4 (dobrá informovanost) a 5 (vysoká informovanost).

Můžeme zde vidět korelaci v tom, že většina učitelů v otázce č. 3 hodnotila preventivní opatření na škole, kde pedagogicky působí, také stupněm 4 (dobrá opatření) nebo 5 (výborná opatření), což může být ovlivněno tím, že učitelé jsou s touto problematikou dostatečně obeznámeni, jak vyplývá z otázky č. 1, a realizovaná preventivní opatření tak plní dostatečně svou funkci.

Dobrá míra informovanosti tvoří základ pro budoucí preventivní opatření, popřípadě i následné řešení šikany. Skutečnost, že se učitelé s tímto tématem a nutností ho řešit opravdu setkávají, ukazují výsledky otázky č. 4, ze kterých vyplývá, že 70,9 % respondentů již šikanu muselo osobně řešit.

## 7.4. Výzkumný předpoklad č. 2

Lze předpokládat, že většina respondentů bude osobně realizovat školní preventivní aktivity zaměřené na šikanu.

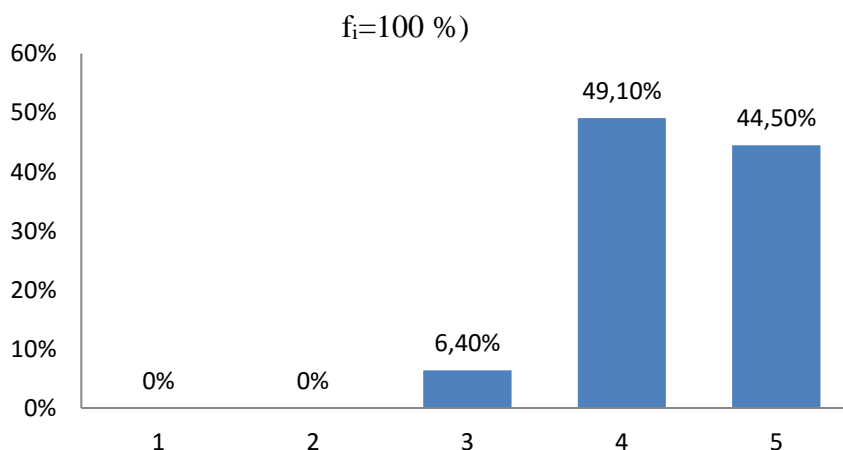
V dotazníku byly položeny a zodpovězeny následující otázky:

### Otázka č. 6

*Myslíte si, že se žáci na škole, kde pedagogicky působíte, cítí bezpečně?*

U této otázky byla respondentům nabídnuta škála od 5 (nejbezpečněji) do 1 (nejméně bezpečně). Dotazovaní hodnotili míru bezpečnosti na škole, kde pedagogicky působí z pohledu žáků. Nejvyšší stupeň, tzn. nejvyšší míru bezpečnosti, v tomto případě volilo celkem 49 respondentů (44,5 %). Čtvrtý stupeň, tzn. dobrá bezpečnost, volilo 54 pedagogů (49,1 %). Neutrální postoj zabralo 7 respondentů (6,4 %). Možnosti hodnotící bezpečnost školy stupněm 1 a 2 nevolil žádný z nich.

Graf č. 6 Hodnocení bezpečnosti žáků na školách z pohledu respondentů ( $n_i=110$ ,



Zdroj: vlastní výzkum

### Otázka č. 7

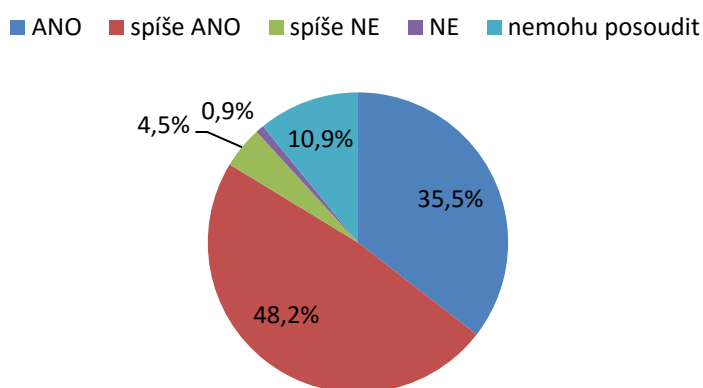
*Pokud jste využil/a nějakou metodu pro prevenci šikany ve své praxi (v rámci třídnických hodin nebo běžně ve výuce), myslíte si, že žáky daná problematika zajímala?*

Respondentům tato otázka nabízela možnost odpovědí: ano, spíše ano, spíše ne, ne a nemohu posoudit. Možnost „ano“ volilo 39 respondentů (35,5 %) a možnost „spíše ano“ volilo 53 respondentů (48,2 %). Dále byla nabídnuta možnost „ne“, kterou volil

jeden respondent (0,9 %) a možnost „spíše ne“ volilo pět respondentů (4,5 %). Nabídnuta byla i možnost „nemohu posoudit“, kterou zvolilo 12 respondentů (10,9 %).

Z výše uvedených hodnot můžeme vyvodit, že dle respondentů žáky ve většině případů daná problematika týkající se šikany zajímá a preventivní aktivity vítají.

Graf č. 7 Zájem žáků o problematiku prevence šikany ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)



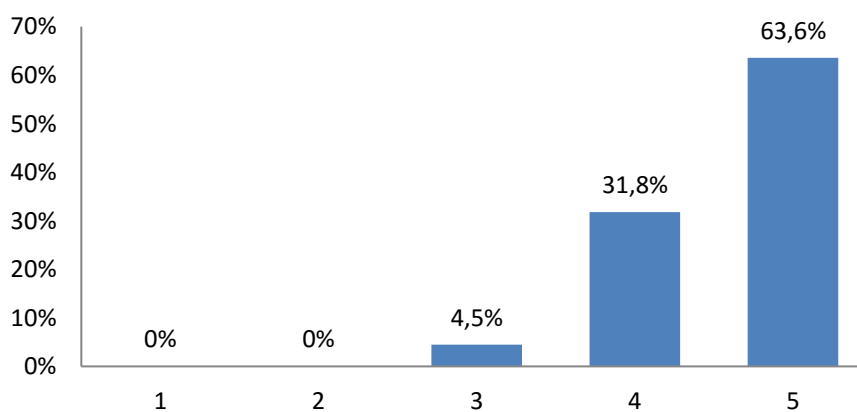
Zdroj: vlastní výzkum

### Otázka č. 8

*Myslíte si, že žáci vědí, na koho se mohou na Vaší škole s případnými problémy obrátit?*

U této otázky byla respondentům nabídnuta škála odpovědí od 5 (vědí) do 1 (nevědí). Největší zastoupení v případě této otázky nalezneme u hodnoty 5 (vědí), kterou volilo 70 respondentů (63,6 %). Další možnost, tzn. „spíše vědí“, volilo 35 dotazovaných (31,8 %). Neutrálně na tuto otázku, tzn. stupněm 3, odpovědělo 5 pedagogů (4,5 %). Hodnoty 2 (spíše nevědí) a 1 (nevědí) nevolil žádný z nich.

Graf č. 8 Povědomí žáků o možnosti vyhledání pomoci ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)



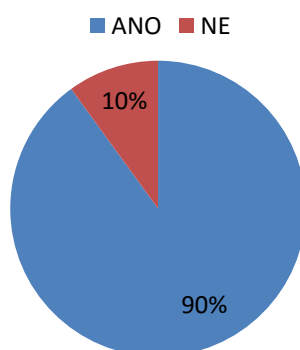
Zdroj: vlastní výzkum

## Otázka č. 9

*Je k dispozici na Vaší škole schránka důvěry?*

Tato otázka mapovala, zda se na škole, kde respondent pedagogicky působí, nachází schránka důvěry, kterou by žáci mohli využít. Byla nabídnuta možnost „ano“ a „ne“. Možnost „ano“ volilo 99 respondentů (90 %) a možnost „ne“ 11 respondentů (10 %).

Graf č. 9 Výskyt schránky důvěry na školách ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)



Zdroj: vlastní výzkum

Práce uvádí, že respondenti při vyučování realizují různé preventivní aktivity zaměřené na prevenci šikany, což znázorňuje otázka č. 7, která zároveň mapuje i zpětnou vazbu od žáků. V tomto případě můžeme říct, že i žáci mají zájem se o této problematiku něco dozvědět.

Právě tato snaha učitelů realizovat různé aktivity zaměřené na dané téma může korelovat s otázkou č. 6 a č. 8, kde většina respondentů uvádí svou domněnku, že se žáci na škole, kde vyučují, cítí bezpečně („vysoká míra bezpečnosti“ 44,5 % respondentů; „dobrá bezpečnost“ 49,1 % respondentů) a vědí, na koho se mají obrátit s případnými problémy („vědí“ = 63,6 %; „spíše vědí“ = 31,8 %).

### 7.5. Výzkumný předpoklad č. 3

Lze předpokládat, že většina respondentů bude považovat za nejpřínosnější kurzy s možností vyzkoušet si modelové situace a tím se do kurzu aktivně zapojit.

V dotazníku byly položeny a zodpovězeny následující otázky:

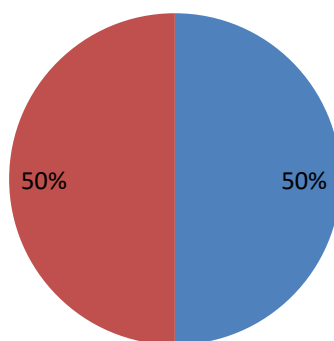
### Otázka č. 10

*Vzděláváte se v této problematice i ve Vašem volném čase nebo pouze pomocí kurzů a školení, které zprostředkovává vedení školy?*

K zodpovězení této otázky byly nabídnuty dvě možnosti: „i ve svém volném čase“, pro tuto možnost hlasovalo 55 respondentů (50 %) a „pouze pomocí kurzů a školení, které zprostředkovává vedení školy“, kterou volilo rovněž 55 respondentů (50 %).

Graf č. 10 Způsob vzdělávání pedagogů ohledně prevence šikany ( $n_i=110$ ,  $f_i=100$  %)

- i ve svém volném čase
- pouze pomocí kurzů a školení, které zprostředkovává vedení školy



Zdroj: vlastní výzkum

### Otázka č. 11

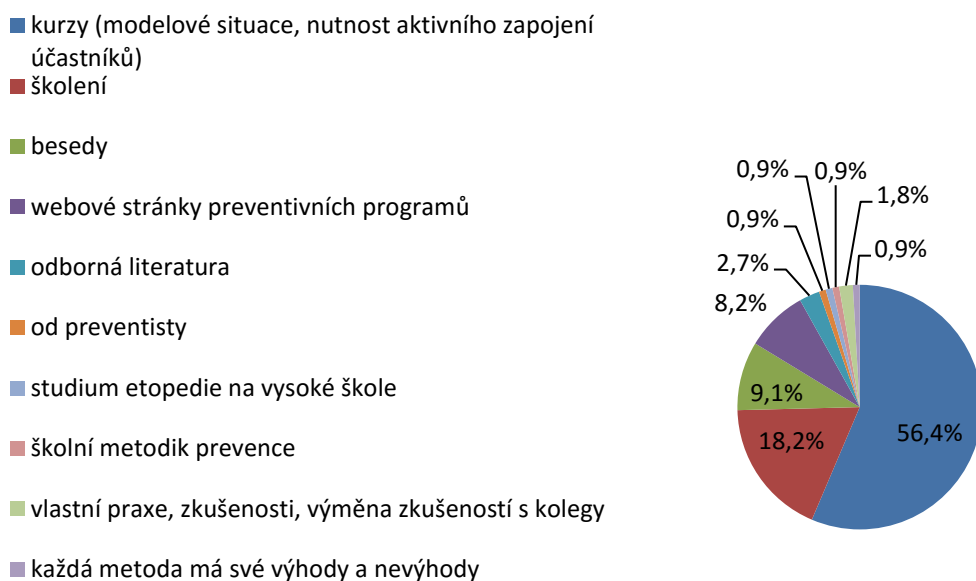
*Jaká metoda k získávání informací ohledně dané tematiky je podle Vás nejpřínosnější?*

Tato otázka nabízela respondentům možnost výběru z pěti předem stanovených odpovědí a možnost „jiná“. Předem volené kategorie byly: školení, kurzy (modelové situace, nutnost aktivního zapojení účastníků), odborná literatura, besedy a webové stránky preventivních programů.

Nejpřínosnější jsou dle respondentů kurzy, které zvolilo 62 respondentů (56,4 %). Následují školení 20 respondentů (18,2 %), besedy 10 respondentů (9,1 %), webové stránky preventivních programů 9 respondentů (8,2 %) a odbornou literaturu zvolili 3 respondenti (2,7 %).

Do možnosti „jiné“ byly po dvou respondentech (1,8 %) uvedeny odpovědi: „*vlastní praxe*“, „*zkušenosti*“, „*výměna zkušeností s kolegy*“. Další metody jsou v zastoupení vždy 1 respondent (0,9 %) na odpověď: „*od preventisty*“, „*studium etopédie na vysoké škole*“, „*školní metodik prevence*“ a „*každá metoda má své výhody a nevýhody*“.

Graf č. 11 Možnosti získávání informací o prevenci šikany (n<sub>i</sub>=110, f<sub>i</sub>=100 %)



Zdroj: vlastní výzkum

## Otázka č. 12

*Proč považujete Vámi zvolenou možnost u otázky 11 za nejpřínosnější?*

Tato otázka byla provázána s otázkou č. 11 a nabízela respondentovi možnost otevřené odpovědi. Jako nejčtenější odpověď v otázce č. 11 byla zvolena možnost „kurzy (modelové situace, nutnost aktivního zapojení účastníků)“, kterou jako nejpřínosnější způsob získávání informací ohledně dané tematiky volilo 56,4 % respondentů. V této otázce zdůvodňovali respondenti svou odpověď takto: „*Protože si zde můžeme konkrétní situace vyzkoušet, poradit se o správnosti/nesprávnosti naší reakce a seznámíme se, jak to funguje na jiných školách a jaké problémy řeší.*“; „*I když se jedná o nepříjemnou metodu s vlastním zapojením, tak jde o nejúčinnější metodu, protože jsem si danou situaci sám vyzkoušel.*“; „*Dle mého názoru - na kurzech při modelových situacích se člověk dokáže více vcítit do problému*

*a nalézat řešení.“; „Možnost vyzkoušení modelové situace a člověk se musí aktivně zapojit, sdílení vzájemných zkušeností apod.“; „Příklady z praxe, modelové situace, ukázka chyb při realizaci, nabídka možných situací a řešení.“; „Většinou školitelé dokáží v modelové situaci reagovat (a ukázat nám) náš konkrétní příklad.“; „Modelové situace, možnost zapojení, možná diskuze, zkušenosti, příklady z praxe“ atd.*

Na základě výše uvedených odpovědí, lze pokládat předpoklad č. 3 za správný. Celkově možnost “kurzy (modelové situace, nutnost aktivního zapojení účastníků)” volilo 62 respondentů (56,4 %). Nejčastějšími argumenty pro výběr této možnosti byly: *možnost vyzkoušení vlastních i předem připravených situací, aktivní zapojení všech členů skupiny, bezprostřední reakce školitele, lepší vcítění se do dané problematiky, možnost okamžité diskuze a předávání zkušeností z praxe.*

## **7.6. Výzkumný předpoklad č. 4**

Lze předpokládat, že většina respondentů bude jako nejvhodnější metodu prevence šikany pro žáky uvádět nácvik modelových situací a besedy s odborníkem.

V dotazníku byly položeny a zodpovězeny následující otázky:

### **Otázka č. 13**

*Který způsob prevence šikany je, dle Vašeho názoru, pro žáky Vaší školy nejvíce efektivní?*

Tato otázka mapovala nejefektivnější způsob (dle respondentů) předávání informací s danou tematikou žákům. Otázka umožňovala zvolit více odpovědí, zároveň poskytovala i možnost „jiná“, kam mohl respondent připsat svou odpověď.

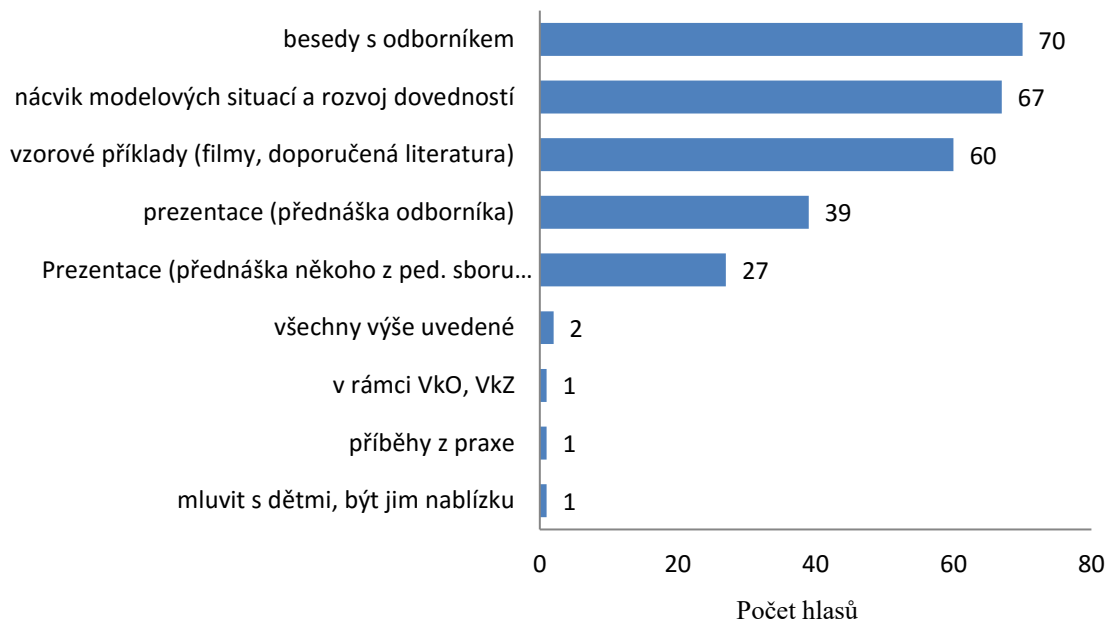
Nejvíce dotazovaných za nejefektivnější způsob volila besedy s odborníkem a následně nácvik modelových situací a rozvoj dovedností. “Besedy s odborníkem“ získaly 70 hlasů a “nácvik modelových situací a rozvoj dovedností“ 67 hlasů.

Možnost „vzorové příklady (filmy, doporučená literatura)” volilo 60 respondentů, „prezentace (přednáška odborníka)” uvedlo 39 respondentů, „prezentace (přednáška někoho z pedagogického sboru)” zvolilo 27 respondentů. Následně měli respondenti možnost připsat i jinou variantu, kde dva respondenti uvedli „všechny výše uvedené“.



Další možnosti byly uvedeny vždy po jednom respondentovi „mluvit s dětmi, být jim na blízku“, „příběhy z praxe“ a „v rámci Vko, VkZ“.

Graf č. 12 Nejefektivnější způsoby prevence šikany pro žáky (n<sub>i</sub>=268 hlasů, f<sub>i</sub>=100 %)



Zdroj: vlastní výzkum

#### Otázka č. 14

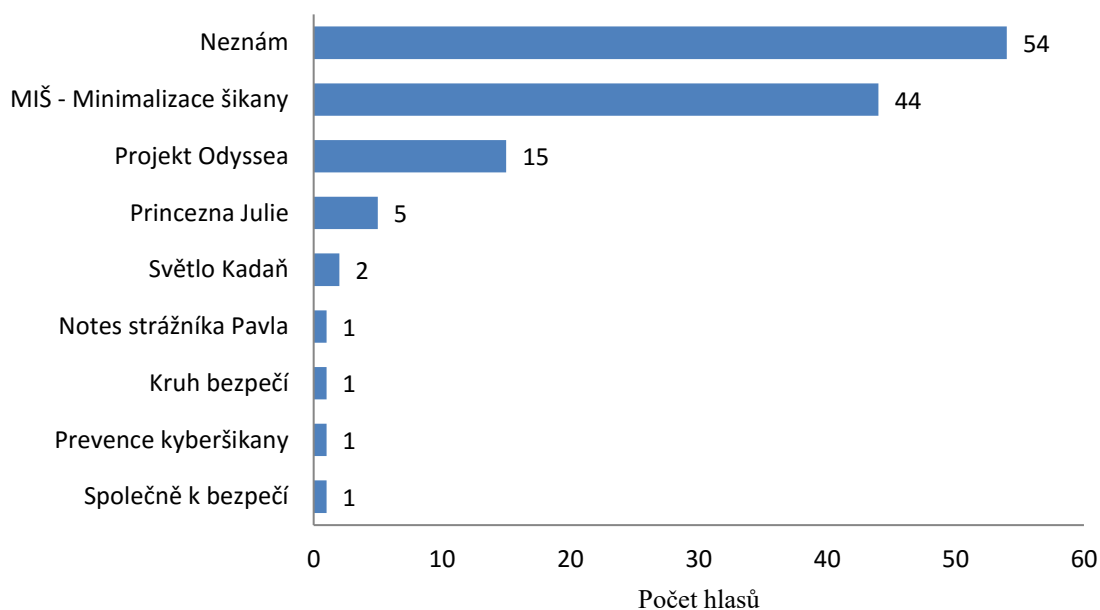
Označte z níže uvedených programů ten, který znáte (popřípadě uveďte jiný).

Grafické znázornění této otázky reprezentuje procentuální zastoupení odpovědí respondentů, týkajících se znalosti uvedených preventivních programů. Nabídnuty byly čtyři předem dané možnosti odpovědí a zároveň i možnost „jiná“, kam bylo možné uvést jiný program, který respondent znal.

V tomto případě 54 respondentů zvolilo možnost „neznám“. Těmito respondenty nebyla využita ani možnost „jiná“, která nabízela možnost připsání dalšího programu, který by respondent znal. Z uvedených programů respondenti nejčastěji volili program MIŠ – Minimalizace šikany, který získal 44 hlasů. Druhý nejčastěji volený program byl Projekt Odyssea, který znalo 15 respondentů. Poslední z předem uvedených programů, projekt Princezna Julie, který získal 5 hlasů.

Do možnosti jiná 2 respondenti doplnili program „Světlo Kadaň“. Zbylé programy byly doplněny vždy po jednom respondentovi: „Společně k bezpečí“, „Prevence kyberšikany“, „Kruh bezpečí“ a „Notes strážníka Pavla“.

Graf č. 13 Obeznamenost pedagogů s preventivními programy ( $n_i=124$  hlasů,  $f_i=100$  %)



Zdroj: vlastní výzkum

Vzhledem k výše uvedeným výsledkům výzkumu považuje práce předpoklad č. 4 za správný. Právě „návuk modelových situací a rozvoj dovedností“ společně s možností „besedy s odborníkem“ byly nejčastějšími odpověďmi, které respondenti v rámci daného výzkumu volili.

## Závěr

Cílem teoretické části práce bylo vymezení pojmu „šikana“ v souvislosti s prevencí rizikového chování na základních školách. Práce se zaměřila na dělení šikany dle jejích forem a druhů a blíže konkretizovala pojmy: agrese, škádlení, agresor, oběť aj. Bylo nahlíženo na téma „prevence šikany“ z pohledů několika autorů, zejména: Kolář (1997, 2001, 2011), Říčana (1995, 2010), Bendla (2003), Procházky (2019) aj. Právě tyto autoři nabídli možnost pohlížet na toto téma z širšího spektra. Pro lepší pochopení rizikových jevů a faktorů práce zohlednila i možné spouštěče šikany, stadia šikany a posléze i její následky. V teoretické části jsou dále řešena preventivní opatření a jejich náplň pro jednotlivé stupně škol. Následně se práce zaměřila na preventivní programy a jejich cíle, jak z krátkodobého, tak i z dlouhodobého pohledu.

V praktické části byl uskutečněn kvantitativní výzkum, jenž byl realizován mezi pedagogy základních škol, popř. pedagogy působícími na nižším stupni víceletých gymnázií. Cílem výzkumu bylo zmapovat osobní postoj pedagogů k tématu „prevence šikany“. Výzkum zejména mapoval to, do jaké míry se jednotliví učitelé cítí být s tématem prevence rizikového chování obeznámeni a zda aktivně zapojují preventivní aktivity do své výuky. Dalším zkoumaným prvkem byla i nejpřínosnější metoda pro získávání informací s touto tematikou, a to jak pro pedagogy, tak i pro žáky. Součástí výzkumu byly také čtyři výzkumné předpoklady, které byly výsledky výzkumu potvrzeny.

Z realizovaného kvantitativního výzkumu vyplývá, že více než polovina pedagogů hodnotí svou obeznámenost jako „velmi dobrou“ a „poměrně dobrou“. Dále je ukázáno, že většina pedagogů realizuje preventivní aktivity ve výuce. Výzkumem byla rovněž objasněna skutečnost, že samotní žáci o tyto aktivity jeví zájem.

Další výsledek ukazuje, že většina respondentů považovala za nejpřínosnější vzdělávací příležitost kurzy s možností vyzkoušet si modelové situace a tím se do kurzu aktivně zapojit. Tento výsledek poukazuje i na důležitost praktické stránky, kterou dle výsledků považují pedagogové za velice přínosnou. Nutnost praktické stránky v tomto případě korespondovala i s dalším předpokladem, kterým byla volba nejefektivnější metody pro předávání informací žákům. Dle výsledků se jedná o „návěť modelových situací a rozvoj dovedností“ společně s možností „besedy s odborníkem“. I zde můžeme vidět určitou korelaci mezi teoretickou stránkou, kterou zde tvoří souhrn informací

a praktickou stránkou, kterou reprezentuje v prvním případě kurz a ve druhém případě modelové situace.

Cíle bakalářské práce byly splněny. Za důležité je pokládáno to, aby byly v této oblasti prováděny i další výzkumy, které mohou podněcovat pedagogy k rozšíření dosavadních znalostí.

Díky této závěrečné práci jsem si ověřila, že téma prevence šikany není na školách podceňováno a že se na něj klade důraz. Samotná šikana je již výsledkem a k jejímu zamezení vede především činnost učitelů, kteří budou aktivně realizovat různá preventivní opatření mezi žáky. Domnívám se, že nejúčinnějším prostředkem v minimalizaci šikany je především dostatečná míra informovanosti nejen mezi učiteli, ale i mezi rodiči a žáky. Výsledky mé práce budou sloužit jako zpětná vazba pro vedení školy a metodiky prevence jednotlivých zúčastněných institucí.

## Seznam literatury

BENDL, Stanislav. *Prevence a řešení šikany ve škole*. 1. vyd. Praha: ISV, 2003. Pedagogika (ISV). ISBN 80-86642-08-9.

ČERMÁK, Ivo. *Lidská agrese a její souvislosti*. 1. vyd. Žďár nad Sázavou: Fakta, 1999. ISBN 80-902614-1-8.

ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. 1. vyd. Praha: Grada, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-6374-7.

ELLIOTT, Michele. *Jak ochránit své dítě*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-419-2.

JANOŠOVÁ, Pavlína, Lenka KOLLEROVÁ, Kateřina ZÁBRODSKÁ, Jiří KRESSA a Mária DĚDOVÁ. *Psychologie školní šikany*. 1. vyd. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2992-3.

KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování: [cesta k zastavení epidemie šikanování ve školách]*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-513-X.

KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. 1.vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-871-5.

KOLÁŘ, Michal. *Skrytý svět šikanování ve školách: příčiny, diagnostika a praktická pomoc*. 1. vyd. Praha: Portál, 1997. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-123-1.

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Skupinová psychoterapie v praxi*. 1. vyd. Praha: Galén, 1995. ISBN 80-85824-20-5.

MARTÍNEK, Zdeněk. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 1.vyd. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2310-5.

PROCHÁZKA, Miroslav. *Metodik prevence a jeho role na základní škole*. 1. vyd. Praha: Pasparta, 2019. ISBN 978-80-88290-28-5.

ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. 1.vyd. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

ŘÍČAN, Pavel. *Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. 1. vyd. Praha: Portál, 1995. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-049-9.

VALENTA, Josef. *Osobnostní a sociální výchova a její cesty k žákovi*. 1. vyd. Kladno: AISIS, 2006. Dokážu to? ISBN 80-239-4908-X.

WEBSTER-DOYLE, Terrence. *Proč mě pořád někdo šikanuje?: rady, jak zvládat malé tyrany*. 1.vyd. Praha: Pragma, 2002. ISBN 80-7205-804-5.

### **Použité články**

BENITEZ-SILLERO, J. D., CORDOBA-ALCAIDE, F., MOYANO, M., RODRIGUEZ-HIDALGO, A., CALMAESTRA, J. (2020). Prevention and educational intervention on bullying: physical education as an opportunity. *Movimento*, **26**, e26091

HAWKINS, D., PEPLER, D., CRAIG, W. (2001). Naturalistic Observations of Peer Interventions in Bullying. *Social Development*, **10**(4), 512 – 527.

KRESSA, J. (2019). Zastánce jako klíčový hráč v eliminaci šikany. *Pedagogická orientace*, **29**(2), 129-149.

SALMIVALLI, C., LAGERSPETZ, K., BJÖRKQVIST K., ÖSTERMAN K., KAUKIAINEN, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*, **22**(1), 1-15.

VÁGNEROVÁ, M. (2016). Význam sociálních podnětů pro rozvoj empatie a mentalizace u dětí aneb Dívej se mi do očí. *Pedagogika: Časopis pro vědy o vzdělání a výchově*, **66**(1), 83-92.

### **Internetové zdroje:**

Kurz prevence šikany. *Projekt Odyssea* [online]. Copyright ©2020 [cit. 2020-09-14]. Dostupné z: <http://www.odyssea.cz/kurzy-pro-zaky/jednodenni-kurzy/kurz-prevence-sikany>

Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy č. j. 28 275/2000 - 22 k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení, MŠMT ČR. *MŠMT ČR* [online]. Copyright ©2013 [cit. 2021-02-01]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicky-pokyn-k-sikanovani>

MŠMT. Školní preventivní program pro mateřské a základní školy a školská zařízení. Praha: MŠMT: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [online], 2001 [cit. 2021-03-20]. Dostupné z: [https://www.msmt.cz/file/7347\\_1\\_1](https://www.msmt.cz/file/7347_1_1)

Princezna Julie: Projekt proti šikaně v ZŠ. *Ivan Langr* [online]. Copyright ©2017 [cit. 2020-09-14]. Dostupné z: <https://www.ivanlangr.cz/l/princezna-julie-projekt-proti-sikane-v-zs/>

Šikana. *Minimalizace šikany* [online]. Copyright ©2012 [cit. 2020-09-14]. Dostupné z: [http://www.minimalizacesikany.cz/images/tiskoviny/Bezpecne\\_Klima\\_TISK2.pdf](http://www.minimalizacesikany.cz/images/tiskoviny/Bezpecne_Klima_TISK2.pdf)

## **Seznam příloh**

Příloha č. 1 – dotazník



## Příloha č. 1 – dotazník

### Prevence šikany ve školních zařízeních

*Vážení pedagogové,*

*v rámci své bakalářské práce, která se týká prevence šikany ve školních zařízeních, bych Vás chtěla požádat o vyplnění krátkého anonymního dotazníku (cca 5 minut), který naleznete zde:*

Pohlaví

- Žena
- Muž

Věk

- Do 25
- 26 – 35
- 36 – 45
- 46 a více

Jak dlouho působíte jako pedagog?

- 1 – 3 roky
- 4 – 10 let
- 11 – 15 let
- 16 a více

Na jakém stupni vyučujete?

- 1. stupeň
- 2. stupeň (+ nižší stupeň víceletého gymnázia)
- 1. i 2. stupeň

1. Do jaké míry se cítíte být obeznámeni s prevencí rizikového chování?

	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
nedostatečně	1	2	3	4	5	dostatečně

2. Kde získáváte informace ohledně prevence šikany? (možnost více odpovědí)

- Školení
- Kurzy

- Odborná literatura
- Besedy
- Jiné: \_\_\_\_\_

3. Jak byste zhodnotili preventivní opatření realizované ve Vaší škole?

- ○   ○   ○   ○
- nedostatečně      1      2      3      4      5      dostatečně

4. Řešil/a jste již šikanu jako pedagogický pracovník?

- ANO
- NE

5. Setkal/a jste se Vy osobně se šikanou jako žák/žákyně na základní nebo střední škole?

- ANO
- NE

6. Myslíte si, že se žáci na škole, kde pedagogicky působíte, cítí bezpečně?

- spíše NE                                      spíše ANO

7. Pokud jste využil/a nějakou metodu pro prevenci šikany ve své praxi (v rámci třídnických hodin nebo běžně ve výuce), myslíte si, že žáky daná problematika zajímala?

- ANO
- Spíše ANO
- Spíše NE
- NE
- Nemohu posoudit

8. Myslíte si, že žáci vědí, na koho se mohou na Vaší škole s případnými problémy obrátit?

- ○   ○   ○   ○
- spíše NE      1      2      3      4      5      spíše ANO

9. Je k dispozici na Vaší škole schránka důvěry?
- ANO
  - NE
10. Vzděláváte se v této problematice i ve Vašem volném čase nebo pouze pomocí kurzů a školení, které zprostředkovává vedení školy?
- i ve svém volném čase
  - pouze pomocí kurzů a školení, které zprostředkovává vedení školy
11. Jaká metoda k získávání informací ohledně dané tematiky je podle Vás nejprínosnější?
- Školení
  - Kurzy (modelové situace, nutnost aktivního zapojení účastníků)
  - Odborná literatura
  - Besedy
  - Webové stránky preventivních programů
  - Jiné: \_\_\_\_\_
12. Proč považujete Vámi zvolenou možnost u otázky 11. za nejprínosnější?  
Vaše odpověď: \_\_\_\_\_
13. Který způsob prevence šikany je, dle Vašeho názoru, pro žáky Vaší školy nejvíce efektivní? (možnost více odpovědí)
- Prezentace (přednáška odborníka)
  - Prezentace (přednáška někoho z ped. sboru naší školy: metodika prevence, vých. poradce)
  - Vzorové příklady (filmy, doporučená literatura)
  - Návčik modelových situací a rozvoj dovedností
  - Besedy s odborníkem
  - Jiné: \_\_\_\_\_
14. Označte z níže uvedených programů ten, který znáte (popřípadě uveďte jiný)
- MIŠ - Minimalizace šikany

- Princezna Julie
- Projekt Odyssea
- Neznám
- Jiné: \_\_\_\_\_