Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Dagmar Koštrnová

Problematika šikanovania v školskom prostredí

2014

Publikácia bola vydaná a financovaná z prostriedkov ESF v rámci národného projektu Profesijný a kariérový rast pedagogických zamestnancov.
ITMS kód projektu 26120130002
ITMS kód projektu 26140230002

mpc METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

Problematika šikanovania v školskom prostredí

Dagmar KOŠTRNOVÁ

Bratislava 2014

Obsah

Úvod 5

1/ Poruchy správania a ich klasifikácia 7

2/ Šikanovanie 12
2.1 Pojem šikanovanie a jeho klasifikácia 12
2.1.1 Štádiá, stupne šikanovania 14
2.2 Šikanovanie – jeho príčiny a aktéri 16
2.2.1 Charakteristika agresora 17
2.2.2 Charakteristika obete 18

3/ Príznaky, dôsledky a prevencia šikanovania 19
3.1 Príznaky šikanovania 19
3.2 Dôsledky šikanovania 21
3.3 Prevencia šikanovania 22

4/ Možnosti riešenia porúch správania s dôrazom na šikanovanie 24
4.1 Ako postupovať 30
4.1.1 Problémy pri riešení porúch správania s dôrazom na šikanovanie 31
4.1.2 Tvorba pozitívnej klímy 31
4.1.3 Pravidlá správania sa v triede, skupine 34
4.1.4 Zážitkové učenie ako nástroj eliminácie problémového správania 36
4.1.5 Odporúčania pre pedagógov pri riešení problematiky šikanovania 38

Záver 42
Zoznam bibliografických odkazov 44

Úvod

Postavenie a úloha učiteľa a vychovávateľa sa vo výchovno-vzdelávacom procese zmenila v dôsledku informačnej explózie a dynamického napredovania spoločnosti, vedy a techniky. Úlohou pedagogického zamestnanca nie je iba predkladať hotové informácie a pohotovo sprostredkovávať nové poznatky, ale aj vytvárať podmienky, v ktorých si žiaci osvoja trvalejšie hodnoty a nie iba množstvo informácií, ktoré sa nielen rýchlo zabúdajú, ale sa aj čoraz rýchlejšie menia. Takými trvalejšími hodnotami je rozvoj kognitívnych schopností žiakov, ich motivačnej, emocionálnej a hodnotovej sféry, ich socializácia, rozvoj tvorivých schopností, schopností racionálne sa učiť a pružne sa prispôsobiť rýchlo sa meniacim podmienkam života spoločnosti. Hlavným činiteľom vo výchovno-vzdelávacom procese je učiteľ a jeho osobnosť. Bez učiteľa nemôžeme hovoriť o plnohodnotnom procese výchovy a vzdelávania. Pri humanizácii a demokratizácii výchovy a vzdelávania je potrebné vytvárať priestor každému jednotlivcovi.

Človek ako biosociálna bytosť potrebuje spoločnosť, pretože bez nej by neprežil. Od narodenia je závislý od iných ľudí. Rodinu, do ktorej sa narodí, si vybrať nemôže, ale môže si vybrať priateľov, školské prostredie, krúžky, ktoré v značnej miere formujú jeho osobnosť a kde nachádza svoje vzory, ideály správania a konania. Ide o silný fenomén, ktorý môže buď pozitívne, ale mnohokrát i negatívne ovplyvniť jeho správanie. Deti sa od útleho veku stretávajú s agresivitou. Klasické rozprávky, v ktorých víťazí dobro nad zlom sú nahrádzané násilím, agresiou; počítačové detské hry sú veľakrát založené na princípe, že zvíťazí ten silnejší, agresívnejší. Rodičovská emocionálna výchova sa vytráca kvôli nedostatku času rodičov na svoje deti. Významnú úlohu zohráva stres, napätie, strach o zamestnanie a rýchle životné tempo rodičov.

Šikanovanie sa vyskytuje už medzi deťmi v predškolskom veku a veľmi veľké rozmery nadobúda u žiakov základných a stredných škôl. Nestačí ho iba odsudzovať, ani potláčať, treba mu najmä porozumieť. Neexistuje nijaký jednotný, univerzálny recept, čo s ním. Každý prípad šikanovania je iný a vyžaduje si iný prístup a postup riešenia. Nevďačnú úlohu plní aj pedagogický zamestnanec, ktorého postavenie v súčasnosti stráca na svojej vážnosti. Nemôžeme však tvrdiť, že poruchy v správaní žiakov sa začali objavovať až teraz. Každý z nás nesie zodpovednosť za záchranu základných ľudských princípov, ktoré robia človeka človekom. Máme povinnosť zaoberať sa alarmujúcim stavom problémového správania u žiakov v našom školstve, hľadať a nachádzať možné cesty a spôsoby nápravy, eliminácie tohto negatívneho javu.
Jednou z neustále sa opakujúcich požiadaviek na vzdelávanie zo strany pedagógov všetkých typov škôl je oblasť riešenia problémového správania, agresivity a šikanovania žiakov v školách.

Cieľom publikácie je zmapovať poruchy správania s dôrazom na šikanovanie a sociálnu klímu a poskytnúť pedagogickým zamestnancom komu možnosti riešenia či eliminácie negatívnych javov súvisiacich so skúmanou oblasťou. Problematike sme sa venovali na základe štúdia odbornej literatúry, pedagogickej praxe a profesijného záujmu o túto oblasť.
Poznatky obsiahnuté v učebnom zdroji majú slúžiť ako orientačná pomôcka pre učiteľov, vychovávateľov, riadiacich zamestnancov a všetkých, ktorí sú zainteresovaní do výchovno-vzdelávacieho procesu a každodenne sa stretávajú s problémovým správaním našich žiakov a nepriaznivou sociálnou klímou v školstve. Snažili sme sa poukázať na možné riešenia daného stavu s dôrazom na prevenciu. Sme presvedčení, že šikanovanie je možné porovnať s chorobou – lepšie je chorobe (problémom) predchádzať (pokiaľ je to možné), ako neskôr podstupovať dlhodobú liečbu, v našom prípade odstraňovanie problémového správania, ktoré je náročné pre všetkých zúčastnených a ktoré nie vždy dosiahne želateľný efekt a naplní naše očakávania.

1/ Poruchy správania a ich klasifikácia

Ak chceme hovoriť o poruchách správania, musí dané správanie spĺňať určité kritériá: ide o opakované porušovanie spoločenských a morálnych noriem, o opakujúci sa vzorec disociálneho, agresívneho a vzdorovitého správania v trvaní aspoň 6 mesiacov. Pod poruchami správania rozumieme odchýlky v oblasti socializácie, keď jedinec nie je schopný rešpektovať normy správania na úrovni zodpovedajúcej jeho veku.

Násilnému správaniu nie je možné porozumieť ako izolovanému fenoménu. Prostriedky a intervencie proti násiliu sú tým účinnejšie, čím skôr ich použijeme. Agresiu je potrebné pokladať vo vývine detskej osobnosti v sociálnej oblasti za nevyhnutnú formu správania. Ak agresia presiahne určitý prah, stane sa deštruktívnou silou a stráca potrebnú pozitívnu funkciu v sociálnom kontexte. Ak sa negatívne a deštruktívne prejavy agresie stanú častými alebo pravidelnými a súčasne silnejšími, než sú len obyčajné detské neprístojnosti, potom už hovoríme o poruchách správania, ktoré treba rozpoznať a zaoberať sa nimi. (Smiková 2004)

Medzi najčastejšie poruchy správania zaraďujeme (http://www.ppppoprad.sk/informacie-pre-verejnost/9-problemy-v-spravani.html):

A) poruchy správania súvisiace s hyperaktivitou, neschopnosťou sústrediť sa a spojenou s disociálnym správaním

1. ADHD:

- nesústredenosť;
- hyperaktivita;
- impulzívnosť detí.

2. Asociálne správanie a neposlušnosť:

- agresivita voči ľuďom a zvieratám;
- ničenie majetku;
- podvádzanie a krádeže.

3. Porucha opozičného vzdoru:

- strata trpezlivosti a rozčuľovanie sa;
- hádky, kladenie aktívneho odporu voči autoritám;
- dieťa obviňuje zo svojho správania iných;
- je vzťahovačné, zlostné, urážlivé a zlomyseľné.

B) problémy súvisiace s užívaním návykových látok

C) poruchy správania súvisiace so sociálnymi vzťahmi, komunikáciou, učením a koordináciou

1. Šikanovanie

2. Problémy v spoločenských vzťahoch, v komunikácii, nezvyčajné záľuby a správanie:

- detský autizmus;
- Aspergerov syndróm;
- poruchy reči;
- elektívny mutizmus.

3. Problémy súvisiace s učením a koordináciou:

- špecifické poruchy učenia;
- dyspraxia.

D) poruchy správania vyvolané úzkosťou a stresom

1. Problémy vyvolané úzkosťou a stresom:

- generalizovaná úzkostná porucha;
- separačná úzkostná porucha;
- fóbie;
- posttraumatická stresová porucha;
- obsedantno-kompulzívna porucha.

2. Psychické poruchy s telesnými prejavmi:

- tikové poruchy;
- poruchy príjmu potravy;
- sebapoškodzovanie;

- enuréza,
- enkopréza,
- poruchy spánku.

3. Poruchy nálad
4. Schizofrénia

Problematike vymedzenia pojmu správania sa venuje i školský zákon, podľa ktorého žiakom so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami v zmysle § 2 písmeno j) zákona č. 245/2008 Z. z. sa rozumie *„dieťa so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami alebo žiak so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami dieťa alebo žiak uvedený v písmenách k) až q), ktorý má zariadením výchovného poradenstva a prevencie diagnostikované špeciálne výchovno-vzdelávacie potreby, okrem detí umiestnených do špeciálnych výchovných zariadení na základe rozhodnutia súdu"*. V zmysle § 2 písmena k) až q) zákona č. 245/2008 Z. z. je žiak so zdravotným znevýhodnením:

- žiak s vývinovými poruchami (s poruchou aktivity a pozornosti, s vývinovými poruchami učenia);
- žiak s poruchou správania (s narušením funkcií v emocionálnej alebo sociálnej oblasti).

Problematikou vymedzenia porúch správania sa zaoberá viacero vedných disciplín. Uvádzame ich na získanie uceleného prehľadu.

- Medicína používa tento pojem na označenie abnormalít v správaní a prejavoch dieťaťa.
- Pedagogika hovorí o poruchách správania vtedy, keď dieťa nápadnejšie narúša školskú disciplínu.
- V oblasti práva nachádzame výrazy, ktorými sa bližšie určujú už následky porúch správania. Takým je napr. delikventné správanie detí a mládeže.

V súčasnej medzinárodnej klasifikácii chorôb sú poruchy správania u detí definované ako opakujúci sa a trvalý (trvajúci najmenej po dobu šiestich mesiacov) vzorec disociálneho, agresívneho a vzdorovitého správania, ktoré porušuje sociálne normy a očakávania primerané veku dieťaťa. Ide o krádeže, bitky, krutosť voči ľuďom i zvieratám, opakované lži, záškoláctvo, úteky z domova, šikanovanie...

Piata kapitola (MKCH-10, F00 – F99) zahŕňa poruchy psychického vývinu. Obsahuje tieto skupiny položiek:

Kódy	Popis
F00 – F09	Organické duševné poruchy vrátane symptomatických
F10 – F19	Poruchy psychiky a správania zapríčinené užitím (užívaním) psychoaktívnych látok
F20 – F29	Schizofrénia, schizotypové poruchy a poruchy s bludmi
F30 – F39	Afektívne poruchy
F40 – F48	Neurotické, stresom podmienené a somatomorfné poruchy
F50 – F59	Poruchy správania spojené s fyziologickými poruchami a somatickými faktormi
F60 – F69	Poruchy osobnosti a správania dospelých
F70 – F79	Duševná zaostalosť – mentálna retardácia
F80 – F89	Poruchy psychického vývinu
F90 – F98	Poruchy správania a emočné poruchy so zvyčajným začiatkom v detstve a počas dospievania
F99	Nešpecifikovaná duševná porucha

Zdroj: http://www.nczisk.sk/Standardy-v-zdravotnictve/Pages/MKCH-10-Revizia.aspx

Šikanovanie zaraďujeme medzi poruchové správanie detí a mládeže. Rozhodli sme sa poruchové správanie viac opísať, oboznámiť s ním a jeho podstatou pedagogických zamestnancov.

Charakteristiku porúch správania ponúka aj Vágnerová (1996), podľa ktorej možno poruchy správania v detskom veku formálne deliť na **neagresívne** porušovanie sociálnych noriem (klamstvá, úteky a túlanie) a **agresívne** poruchy správania (šikanovanie, vandalizmus...). Medzi oboma typmi neexistuje presná hranica, môžu sa kombinovať rôznymi spôsobmi.

Gajdošová a Herényiová (2002) upozorňujú na úplne nový jav v oblasti agresie a násilia na školách – zvyšovanie agresivity a krutosti u žiakov. Alarmujúce je, že deti často páchajú násilie bez pocitov hnevu či nenávisti a bez sadistického uspokojenia, čo znamená, že ide o nemotivované násilie.
Detská agresia je celosvetovým problémom a jej prevencia sa vo vyspelých štátoch stáva predmetom výskumných prác odborníkov.

Štatistiky ukazujú, že každý piaty žiak v našich školách sa už stretol s týmto javom v nejakej podobe. Obete v dospelosti vykazujú zvýšený sklon k depresiám, majú o sebe pochybnosti, pochybujú o svojej hodnote, trpia pocitmi menejcennosti. (Smiková 2004)

Dôležité je, aby sme nezatvárali oči pred nedostatkami či anomáliami v správaní svojich žiakov a nepresviedčali sami seba, že druhí sú horší, ale snažili sa už v ranom štádiu vývoja dieťaťa zbavovať nežiaducich návykov v jeho správaní. Zabránime tým neskorším omnoho väčším problémom, ako je bitie kamarátov, vymáhanie si hračiek či sladkostí plačom. V neskoršom veku už ide o vážnejšie podoby poruchového správania a práve tomu (ak máme radi svoje deti a žiakov) sa musíme snažiť zabrániť.
Dnešná škola sa stáva pre viacerých žiakov stresujúcim činiteľom, vyvoláva v nich intenzívne pocity únavy, preťaženosti, napätia, stresu a obáv. Neurotizujúce situácie v škole sa potom vo veľkej miere spolupodieľajú na zvýšení lability mnohých detí, prinášajú ďalšie rôznorodé problémy v ich správaní (napr. záškoláctvo, násilie, agresiu, šikanovanie) a zároveň sa stávajú príčinou k vzniku problémov žiakov v učení.
Zároveň je pre súčasnú školu charakteristické, že napriek stále deklarovanému cieľu, ktorým je komplexný a harmonický rozvoj osobnosti žiaka, sa kladie dôraz predovšetkým na výkon žiaka v učení, na jeho školskú výkonnosť a školskú úspešnosť, ktorého kritériom je známka.
Podľa Hubertovej (2006) skúsenosti z pedagogickej praxe dokazujú, že úroveň vedomostnej stránky žiakov je na vyššej úrovni ako úroveň ich citových prejavov. V pozadí zostáva emocionálny a sociálny vývin žiakov, rozvoj ich samostatnosti, tvorivosti, nadania a talentu a v nedostatočnej miere sa zohľadňujú dôsledky náročných učebných požiadaviek našej školy na harmonický osobnostný vývin žiakov a na ich psychické zdravie.
Moderná didaktika však dokazuje, že skutočným ukazovateľom efektívnosti výchovno-vzdelávacieho procesu je okrem tradične uznávaného rozsahu a kvality osvojených vedomostí, zručností a návykov najmä globálny rozvoj osobnosti žiakov, najmä rozvoj ich schopností, osobnostných vlastností, záujmov, postojov, hodnotovej orientácie a najmä úroveň ich duševného zdravia.

2/ Šikanovanie

V súčasnosti v našich školách nie je šikanovanie len záležitosťou obdobia puberty a adolescencie, ale posúva sa do obdobia mladšieho školského veku a pribúda v ňom bezohľadnosť a brutalita. Zárodočné formy šikanovania sa dnes dajú nájsť v každej škole a štatistiky vykazujú, že približne 43,9 % žiakov priznáva osobnú skúsenosť s týmto javom. Šikanovanie sa vyskytuje v každom kolektíve osôb, ktoré by mali zostať rovnocennými partnermi v sociálnej skupine. Spoločnosť sa stavia k agresii veľmi rozdielne, niekedy je agresia na mieste (napríklad v športe), inokedy je neakceptovateľná (vo vrstovníckom konflikte) – pre deti môže byť tento ambivalentný postoj nezrozumiteľný.

2.1 Pojem šikanovanie a jeho klasifikácia

V školskom prostredí existuje viacero druhov násilia. Medzi najčastejšie sa vyskytujúce považujeme bullying (šikanovanie a násilie medzi žiakmi), mobbing (šikanovanie a násilie medzi učiteľmi, kolegami na pracovisku, v učiteľských zboroch) a bossing (šikanovanie učiteľov zo strany vedenia školy). (Kariková 2007)

Všetky tri typy násilia – šikanovania majú spoločného menovateľa, ktorý sa týka negatívnych dôsledkov na psychické, ale aj fyzické zdravie obetí. Škola je zodpovedná aj za optimálny rozvoj osobnosti dieťaťa a je povinná predchádzať všetkým náznakom agresivity.

O šikanovaní hovoríme vtedy, keď jedno dieťa alebo skupina detí hovorí inému dieťaťu škaredé a nepríjemné veci, bije ho, kope, vyhráža sa mu atď. Tieto

incidenty sa môžu opakovať a pre šikanované dieťa je ťažké, aby sa ubránilo. Ako šikanovanie môžu byť označené aj opakované posmešky alebo nepekné poznámky o rodine šikanovaného. Za šikanovanie obvykle nepovažujeme občasnú bitku alebo hádku približne rovnako fyzicky vybavených súperov. (Říčan 1995)

Ďurkovičová (2003) uvádza, že podľa Koláča možno hovoriť o šikanovaní vtedy, keď jeden alebo viac žiakov úmyselne, väčšinou opakovane týra a zotročuje spolužiaka či spolužiakov a používa na to agresiu a manipuláciu. Opisuje šikanovanie z nasledujúcich hľadísk.
Na základe pohľadu zvonku:

- šikanovanie ako chorobné správanie – jedno alebo viac detí týra a zotročuje spolužiaka či spolužiakov a používa k tomu agresiu a manipuláciu.

Na základe pohľadu zvnútra:

- šikanovanie ako závislosť – ide o vzájomnú väzbu medzi agresorom a obeťou (skryť vlastný strach a zároveň využiť strach druhého);
- šikanovanie ako porucha vzťahov v skupine – šikanovanie je ťažkou poruchou vzťahov skupinového organizmu.

Gajdošová, Herényiová (2002) uvádzajú pôvod pojmu šikanovania. Slovo pochádza z francúzskeho slova „chicané", čo znamená zlomyseľné obťažovanie, týranie, sužovanie, prenasledovanie, byrokratické lipnutie na litere predpisov, napr. voči podriadeným alebo občanom. Šikanovanie je vlastne zneužívanie sily alebo právomoci, s ktorým sa stretávame už aj v školách. Šikanovanie je osobitý prípad agresie.

„Zásadne hovoríme o šikanovaní vtedy, ak je obeť z nejakého dôvodu bezbranná – buď pre fyzickú slabosť či neobratnosť, pre svoju izolovanosť v kolektíve, pre svoje psychické zvláštnosti. Niekedy je ťažké odlíšiť šikanovanie od podobných javov, napr. od terorizovania celej triedy bitkárskou bandou, od vymáhania peňazí, od rasového násilia..." (Říčan 1995)

2.1.1 Štádiá – stupne šikanovania

Orientovať sa v jednotlivých stupňoch či štádiách šikanovania je veľmi dôležité pre každého pedagóga. Umožní mu to zistiť, kedy je potrebné zasiahnuť a riešiť problém šikanovania či už vlastnou intervenciou alebo prostredníctvom odborného zásahu.

Kolář (1997) uvádza päť štádií šikanovania:

1. štádium – zrod ostrakizmu

Zárodočná podoba šikanovania zahŕňa riziko ďalšieho negatívneho vývoja. Ide o psychické formy násilia voči „outsiderom, čiernym ovciam". V každom kolektíve sú jednotlivci, ktorí nie sú dominantní, sú v úzadí a stávajú sa cieľom ponižovania a ostrakizmu (zjavného vylučovania z kolektívu). Ide o mierne, prevažne psychické formy násilia, keď žiaci odmietajú niektorého spolužiaka, nebavia sa s ním, ohovárajú ho, žartujú na jeho účet, ironizujú ho. V tejto etape ešte viacerí žiaci vyjadrujú nesúhlas so šikanovaním, mnohí majú súcit s obeťou. Zásahy pedagógov sú úspešné.

2. štádium – fyzická agresia a pritvrdzovanie manipulácie

Okrem slovných atakov dochádza i k fyzickej agresii. Najmä v náročnejších situáciách, keď v skupine stúpa napätie, začnú žiaci – obete slúžiť ako ventil. Ako sa bude situácia vyvíjať, závisí od pozitívneho zamerania skupiny a od postojov žiakov k šikanovaniu. V prípade, že existuje v skupine súdržnosť, kamarátske vzťahy a negatívne postoje k násiliu a ubližovaniu – pokusy o šikanovanie sú neúspešné. Zásahy pedagógov sú úspešné.

3. štádium – kľúčový moment – vytvorenie jadra

Počiatočné štádium prechádza do štádia pokročilého. Zdravé jadro sa mení na agresívne. Tu sa rozhoduje, či počiatočné štádium skončí, alebo prejde do pokročilého. Ak sa fyzickej agresii agresorov nezabráni, utvára sa skupinka agresorov tzv. *jadro,* ktoré začína systematicky šikanovať obeť. V prípade, že sa v tejto dobe nesformuje silná pozitívna podskupina, ktorá bude rovnocenným partnerom, čo sa týka vplyvu a popularity jej členov, skupina agresorov bude stupňovať prejavy šikanovania. Je to posledná možnosť úspešne zasiahnuť a rozbiť jadro agresorov.

4. štádium – väčšina prijíma normy

Normy násilníkov sú buď vnútorné alebo aspoň prijaté väčšinou a stanú sa nepísaným zákonom. Štádium nastáva, keď sa v triede šikanovanie nerieši a nevzniká v nej silná pozitívna skupina. Skupina agresorov môže pokračovať v šikanovaní ďalej. Ich normy správania sú prijaté väčšinou žiakov a stávajú sa nepísaným zákonom. Aj ďalší žiaci sa začínajú k obetiam správať kruto, týrajú ich a prežívajú pri tom uspokojenie.

5. štádium – totalita alebo dokonalé šikanovanie

Ide o nastolenie totalitnej ideológie šikanovania, štádium tzv. *vykorisťovania,* „dobrovoľné" rozdelenie skupiny na otrokárov a otrokov. V tomto pokročilom štádiu šikanovania žiaci už neprezrádzajú, kto ubližuje obeti; tvrdia, že nič nevideli; bagatelizujú násilie, alebo povedia, že nikomu nič nesmú povedať; obeť sa kritizuje a znevažuje; agresori sa medzi sebou navzájom oceňujú, v triede začína vládnuť atmosféra strachu a napätia. Piaty stupeň sa považuje za dokonalé šikanovanie – „totalitu". Dochádza k nemu bez realizovania radikálnej pomoci zvonku. Násilie sa považuje za normálne, násilníkom chýba pocit viny a súcit s utrpením druhých. (Ďurkovičová 2003)

Skúsenosti ukazujú, že učitelia majú šancu pomôcť len v prvých troch fázach šikanovania. Ak sa ho nepodarí zastaviť v počiatočných fázach, bez odbornej pomoci zvonku si sami neporadia. Odhad závažnosti ochorenia skupiny šikanovaním možno zredukovať na dva stupne.

1. **Počiatočné štádium** – 1., 2. a 3. stupeň vývojovej deštrukcie, keď normy, hodnoty a postoje voči šikanovaniu nie sú ešte prijaté väčšinou.
2. **Pokročilé štádium** – 4., 5. stupeň šikanovania, keď normy, hodnoty a postoje voči šikane boli prijaté väčšinou či dokonca všetkými členmi skupiny.

Charakterizovať druhy šikanovania je zložité. Rozlišujeme *psychické* a *fyzické šikanovanie.* Vymenovať spôsoby jednotlivých druhov šikanovania vôbec nie je jednoduché, pretože agresori sú veľmi vynaliezaví.

Medzi *spôsoby psychického šikanovania* môžeme zaradiť posmešky, urážky, komentáre urážajúce vzhľad, intelekt obete alebo vymáhanie služieb, peňazí, jedla atď. (podľa fantázie agresora). Medzi *spôsoby fyzického šikanovania* môžeme zaradiť bitky, útoky, rôzne druhy týrania a pod.

2.2 Šikanovanie – jeho príčiny a aktéri

Říčan (1998) uvádza, že šikanovanie má viacero príčin. Medzi najdôležitejšie zaraďuje:

- tlak kolektívu, ktorý sa prejavuje najmä v športe a na hodinách telesnej výchovy;
- túžba po moci, čiže prianie ovládnuť a ovládať druhého človeka;
- motív krutosti – pri šikanovaní je možné uspokojiť tento motív, keď sa aktér šikanovania teší z utrpenia trýzneného, prípadne keď sa teší z pocitu, že koná surovo;
- zvedavosť, dôležitý motív šikanovania. Ako sa bude obeť správať v strachu, bolesti a ponížení? Obeť i agresor cítia, že takáto situácia človeka duševne obnaží;
- nuda, túžba po stále vzrušujúcejších zážitkoch – k týraniu a šikanovaniu vedie túžba zabávať sa, prežiť nejaké vzrušenie, aj na úkor porušenia všetkých morálnych zásad a mravných zábran.

Gajdošová, Herényiová (2002) uvádzajú na základe realizovaných výskumov a zistení ešte ďalšie významné faktory detskej agresie a násilníckych prejavov. Sú to:

- citová deprivácia – ide o neuspokojenú potrebu bezpečia, lásky, opory a ochrany;
- úzkosť, napätie, strach;
- výbušný temperament. Zdrojom agresivity a napätia môže byť aj výbušný temperament, ktorý sa uvoľňuje na presadenie okamžitých cieľov (napr. ak si dieťa cez prestávku nevybije nahromadenú energiu, bude na hodine nepokojné, rušivé, násilnícke voči spolužiakom či učiteľovi);
- osobnostné charakteristiky žiaka. Vo väčšine prípadov ide o žiakov, ktorí sú skupinou odmietaní alebo ide o izolované deti, príp. o veľmi vplyvných žiakov s nízkou obľúbenosťou medzi spolužiakmi, ktorí majú často negatívny vplyv na triedu a morálne ju rozvracajú;
- tlak k mužnosti. Správať sa ako „chlap“, nebáť sa úderov, nebáť sa a dokázať údery aj rozdávať druhým;

- výchovné prístupy rodičov;
- výchovné a vyučovacie štýly učiteľov a spôsoby, akými prejavujú svoju autoritu.

Násilné a agresívne správanie môže vzniknúť medzi žiakmi aj vtedy, keď je sám učiteľ nevšímavý voči šikanovaniu v triede. Je dôležité, aby hneď v zárodku riešil agresívne správanie žiakov (či už ide o drobné alebo väčšie konflikty). Je nevhodné, aby učiteľ takéto prejavy u žiakov podporoval tým, že vždy súhlasí s názorom väčšiny, aby zvýšil svoju autoritu a obľubu.

Uviedli sme základné motívy, ktoré vedú deti k šikanovaniu. Je však potrebné uviesť všeobecnú charakteristiku aktérov tohto negatívneho a neakceptovateľného javu. Pre šikanujúce deti je typická túžba dominovať, ovládať druhých, bezohľadne sa presadzovať.
Pre lepší prehľad uvádzame charakteristiky agresora a obete.

2.2.1 Charakteristika agresora

Říčan (1998) tvrdí, že dieťa, ktoré začne so šikanovaním, v tom veľmi často pokračuje.

Iniciátormi sú často nielen duchovne a morálne, ale i psychicky nezrelé osobnosti. Duchovne neprebudená bytosť, ktorá koná v podstate antisociálne, je uzavretá do svojho ja a všetky jej vzťahy sú zjavne alebo skryto prospechárske, manipulujúce a parazitujúce. Zarážajúce je, že väčšina agresorov nemá pocit viny, netrápi ich, že niekomu ublížili.

Pokiaľ ide o fyzickú stránku, ide väčšinou o telesne zdatných jedincov, silných a obratných, najmä ak ide o chlapcov. Nie vždy je to však pravda. Inteligencia spojená s bezohľadnosťou a krutosťou môže vyvážiť nedostatok telesnej sily. Agresor môže pre svoj zámer získať skupinu a proti jej prevahe je obeť bezmocná. Dokonca môže šikanovanie vymyslieť a zorganizovať, hoci sa sám obete ani nedotkne.

Kolář (1997) uvádza tri typy agresorov – iniciátorov šikanovania:

1. typ agresora

Hrubý, primitívny, impulzívny, s narušeným vzťahom k autorite. Agresor šikanuje tvrdo a vyžaduje absolútnu poslušnosť, šikanovanie používa cielene na zastrašovanie ostatných. V jeho rodine sa často vyskytuje agresia a brutalita zo strany rodičov.

2. typ agresora

Veľmi slušný, kultivovaný, uzavretý, úzkostlivý jedinec so sadistickými tendenciami v sexuálnom zmysle. V rodinnej výchove sa uplatňuje dôsledný a náročný prístup, niekedy až „vojenský" dril bez lásky.

3. typ agresora

Typ optimistický, dobrodružný, s pomerne veľkou sebadôverou, obľúbený a vplyvný. Šikanuje pre pobavenie seba aj ostatných. Veľmi častá absencia mravných, duchovných a citových hodnôt v rodine, z ktorej pochádza.

2.2.2 Charakteristika obete

Říčan (1998) uvádza, že obeťou šikanovania sa môže stať prakticky ktokoľvek. Môžu to byť deti, ktoré:

- prídu do nového, zohratého kolektívu;
- vynikajú nad ostatnými vďaka určitej prednosti;
- hĺbavé, príliš zrelé a vyspelé na infantilné vyvádzanie spolužiakov, majú veľmi dobrý vzťah k niektorému učiteľovi a triednym kolektívom sú označovaní za tzv. *šplhúňov*.

Môžeme povedať, že ide o štyri kategórie:

- osamotený žiak,
- odlišujúci sa žiak,
- úspešný žiak,
- nový žiak.

Omnoho častejšie sa však obeťami šikanovania stávajú deti s určitým handicapom. Najčastejšie sú ohrozované deti telesne slabé, neobratné pri fyzickom stretnutí, teda tie, ktoré nie sú schopné pri fyzickom stretnutí ubrániť sa napadnutiu.

3/ Príznaky, dôsledky a prevencia šikanovania

Dokázať výskyt šikanovania v škole nie je jednoduché. Najväčším problémom je dozvedieť sa o tomto jave včas, uskutočniť potrebné kroky k objasneniu a zabráneniu ďalšieho šikanovania. Najmä pedagógovia narážajú na problém utajovania. Obeť utajuje šikanovanie z obavy pred väčšími útokmi. Spolužiaci sa nechcú miešať do sporov, ktoré sa ich bytostne netýkajú. Rovnako rodičia nechcú mnohokrát zakročiť, lebo sú pod tlakom svojich detí – obetí, ktoré nechcú (vo väčšine prípadov), aby sa o ich probléme vedelo.
To všetko sú dôvody, prečo si mnohí stále v súčasnosti myslia, že šikanovanie je v našich školách neznámy jav.

3.1 Príznaky šikanovania

Říčan (1998) delí príznaky šikanovania na dva druhy:
Priame:
- posmech, prezývky, nadávky, ponižovanie, hrubé žarty;
- kritika jedinca, výčitky na jeho adresu;
- príkazy;
- naháňanie, strkanie, údery, kopanie – ktoré nemusia byť silné, ale je nápadné, že ich obeť nevracia;
- bitky, v ktorých je jeden slabší a snaží sa uniknúť.

Nepriame:
- dieťa je počas prestávok samo, bez kamarátov, vyhľadáva blízkosť pedagóga;
- pri telesnej výchove, športoch býva volené do družstva ako posledné;
- ak má prehovoriť pred triedou, je neisté, vystrašené;

- pôsobí smutne až depresívne, býva plačlivé;
- poškodené, rozhádzané školské pomôcky, rovnako i odev;
- škrabance, odreniny, ktoré nevie vysvetliť.

Gajdošová, Herényiová (2002) uvádzajú varovné signály, ktoré nás môžu upozorniť na to, že dieťa sa stalo obeťou šikanovania.
Dieťa je v škole osamotené, nebaví sa so spolužiakmi; nemá kamarátov; je smutné, depresívne; nehovorí o tom, čo sa robí v škole či mimo nej; nechodí na hodiny telesnej výchovy, zostáva v triede; má neospravedlnené absencie; náhle sa mu zhorší prospech; je nesústredené, bez záujmu; pred príchodom do školy ho bolí hlava alebo brucho, často chodí k lekárovi a je choré; často prichádza do triedy až s učiteľom, cez prestávky sa pohybuje pri kabinetoch učiteľov; prichádza domov okľukami; je hladné a nevie vysvetliť modriny; míňa veľa peňazí a nedokáže zdôvodniť na čo; bojí sa chodiť do školy alebo zo školy; žiada, aby rodičia chodili preňho autom; stále vraj stráca peniaze a iné cenné veci; odmieta sa zveriť s tým, čo ho trápi; začne šikanovať súrodencov.

Ide o dôležité momenty, ktoré by rodič a učiteľ nikdy nemal prehliadať, ale práve naopak, skúmať ich príčiny. Len tak sa dá dieťaťu pomôcť. Príznaky alebo prejavy v jeho správaní nám naznačujú, že sa mohlo stať obeťou šikanovania. Tieto prejavy môžu spozorovať rodičia, učitelia, vychovávatelia, príbuzní, jednoducho všetci, ktorí s ním prichádzajú do kontaktu a sú vnímaví voči vysielaným signálom, že sa niečo deje.

Na základe získaných poznatkov od viacerých autorov a štúdia literatúry môžeme uviesť, že ide najmä o tieto znaky v správaní detí:
- deti hľadajú dôvody, aby nemuseli ísť na vyučovanie;
- často menia trasy cesty do a zo školy, chceli by byť odprevádzané;
- sú osamotené, nezapájajú sa do kolektívu, nemajú priateľov;
- ak je to možné, snažia sa byť v blízkosti pedagóga (najmä cez prestávky);
- majú zničené svoje osobné veci, školské pomôcky;
- domov prichádzajú neskoro a hladné;

- začne sa u nich objavovať záškoláctvo;
- zhorší sa ich sústredenosť, koncentrácia a školský výkon;
- často sa vyhovárajú, že stratili pomôcky, financie;
- pôsobia bojazlivo, apaticky;
- prejavujú sa zlostne, agresívne, šikanujú iné deti, súrodencov;
- začnú sa objavovať problémy s verbálnym prejavom, zajakávanie;
- začnú sa objavovať problémy so spánkom, prijímaním potravy;
- majú na tele neustále modriny, škrabance, tržné a rezné rany;
- odmietajú povedať, čo sa stalo, príp. si vymýšľajú vysvetlenia.

Je veľmi dôležité vylúčiť iné možné príčiny takéhoto správania. Ak však ide o dlhodobé a vzájomné dopĺňanie príznakov, musíme pripustiť i šikanovanie.

3.2 Dôsledky šikanovania

Akt šikanovania má nepriaznivé dôsledky predovšetkým na obeť, ale i na samotného agresora. Jeho život sa začína ubližovaním a ak mu nebude venovaná primeraná pozornosť a nebude mu poskytnutá odborná pomoc, budú sa jeho agresívne prejavy postupne zosilňovať a stupňovať. Vytvára sa tak priestor pre vznik reálnej hrozby, že sa z dieťaťa stane delikvent, ktorý bude mať neustále problémy so zákonom a bude ubližovať svojim blízkym i ostatným ľuďom.

Ďurkovičová (2003) vyjadruje obavy zo šikanovania ako chorobného správania. Podľa nej sa tento pohľad zameriava na najnápadnejšie prejavy šikanovania – správanie, ktoré porušuje školské a trestno-právne normy. Upozorňuje na to, že: *„Šikanovanie je vždy ťažkou poruchou vzťahov skupinového organizmu, ktorý podľahol infekcii. V zdravom spoločenstve s fungujúcou imunitou sa šikanovanie nemôže ujať a rásť.“*

3.3 Prevencia šikanovania

Veľmi dôležitá je prevencia, pod ktorou rozumieme predchádzanie a tiež riešenie šikanovania na všetkých úrovniach jeho vnútorného vývoja, vo všetkých jeho štádiách. Stručnému opisu úrovní a štádií šikanovania sme venovali pozornosť v predchádzajúcich častiach práce.

Prevencia šikanovania v škole by sa mala zamerať nielen na deti ako prípadné obete či agresorov, ale i na učiteľov a rodičov. To znamená, že je nevyhnutné zabezpečiť komplexné podmienky, ktoré budú eliminovať potenciálny vznik šikanovania. Šikanovaniu možno predísť najmä kladením dôrazu na rozvoj sociálnych zručností a sociálnych kompetencií žiakov. Učiteľ má viesť žiakov k vzájomnej tolerancii, učeniu, schopnosti riešiť problémy, konflikty a vedieť sa vcítiť do situácie druhých ľudí.

Ďalší, veľmi dôležitý je fakt, že v prípade, ak šikanovanie budeme tolerovať, nebudeme ho riešiť a predchádzať mu, násilie zostane natrvalo medzi nami a my nebudeme mať dosť síl a prostriedkov zastaviť jeho zhubný nárast.

Prvú časť celoškolského prístupu k prevencii tvorí *informačná báza.* Jej podstatou je poskytnúť učiteľom potrebné informácie o danom probléme, jeho rozsahu, dôsledkoch, príčinách, možných prejavoch, diagnostike i riešení konkrétnych prípadov. Je prirodzené, že i samotné deti by mali mať základné informácie o šikanovaní a vedeli ho rozpoznať. Tak ako v prípade ochorenia je lepšia a dôležitejšia prevencia, tak i v prípade šikanovania je včasná diagnostika lepším prístupom, ako riešiť už konkrétne prípady šikanovania. Prevencia šikanovania je možná v školách, v ktorých sa zatiaľ nevyskytla, ale i v školách, kde k nej už došlo. Dôležitým faktorom pri prevencii šikanovania je osobnosť učiteľa. Keď učiteľ venuje svoju pozornosť slabým žiakom a dá im najavo, že ich má rád a váži si ich tak ako ostatných, je to dôležitý medzník vo vzťahoch v triede.
Ďalšou možnou cestou prevencie šikanovania je *praktizovanie kooperácie,* spolupráce medzi žiakmi. Tým sú žiaci, ktorí sú vyčleňovaní zo spoločnosti

ostatných, naspäť zapájaní do aktivít výchovno-vzdelávacieho procesu. Spolupráca v skupine a vzájomná akceptácia im poskytuje priestor na sebarealizáciu, agresor k nim má sťažený prístup a obeť obklopujú žiaci, ktorí sú ochotní vnímať ju ako rovnocenného člena skupiny, čo oslabuje agresorovu pozíciu. Naopak agresori sa delia do skupín, v ktorých majú rovnocenných partnerov, nie však rovnako agresívnych. V takejto skupine nemusia dostať šancu byť dominantným tak, ako v skupinách, ktoré si vytvorí sám agresor. Takúto formu kooperácie musí pedagóg zvážiť veľmi starostlivo a naďalej sledovať vývoj a spoluprácu v skupine.
Ďalšia možnosť prevencie šikanovania je *pedagogický dozor* v priestoroch, ktoré môžu byť potenciálnym miestom šikanovania.
Vplyv masmédií na osobnosť žiaka je tiež dôležitým faktorom pri prevencii šikanovania, v zmysle správnej voľby sledovaného programu napr. v televízii. Jednou z ďalších možností ako zabrániť šikanovaniu je *venovať zvýšenú pozornosť agresorom* z výchovného hľadiska. To znamená, že hoci už šikanovali, musíme im dať šancu k náprave svojho konania, neodsúdiť a nezatratiť ich. Naopak ešte starostlivejšie ich musíme sledovať, monitorovať ich správanie a hlavne im neumožniť opätovne sa uchýliť k šikanovaniu. Musíme sa snažiť objasniť im, že takáto pozitívna zmena je v ich záujme a je podstatná pre ich ďalší život.

Podľa Hucíkovej (2004) by sa škola a jej vedenie pri prevencii šikanovania mala pokúsiť realizovať nasledujúce návrhy:

- pri organizačnom zvládnutí je výhodné nemeniť každý rok triednych učiteľov – istý čas trvá, kým učiteľ spozná žiakov a naopak, žiaci si niekedy dlho zvykajú na nového triedneho učiteľa, dlho si k nemu budujú dôveru;
- na rodičovských stretnutiach preventívne rodičov oboznámiť s problematikou šikanovania, s prejavmi agresora aj obete a riešením šikanovania;
- všetkých zamestnancov školy informovať o problematike šikanovania;
- preventívne prebrať tému šikanovania so žiakmi všetkých ročníkov v rámci výchovného vyučovania;
- nacvičiť so žiakmi ich reakcie na šikanovanie;
- podporovať u detí zdravé sebavedomie a odvahu povedať „nie“.

4/ Možnosti riešenia porúch správania s dôrazom na šikanovanie

Učiteľské povolanie je náročné a v nestabilnej dobe je edukácia ešte problematickejšia. Popri existenčných problémoch, ktoré odoberajú nemálo energie vedeniu školy i jej zamestnancom akosi nezostáva čas, sila a zrejme ani chuť venovať sa i niektorým ďalším úlohám. Máme na mysli fakt, že výchovnému a socializačnému pôsobeniu školy nevenujeme takú pozornosť, ako si zasluhuje. Zabúda sa na to, že jedným zo základných cieľov školy nie je len vzdelávanie, ale aj výchova.

Pri riešení porúch správania v školských podmienkach je spolupráca odborníkov – učiteľov, výchovných poradcov, koordinátorov drogovej prevencie, školských psychológov, špeciálnych pedagógov a sociálnych zamestnancov nevyhnutná. Je potrebné, aby sa všetci zainteresovaní (vrátane učiteľov) oboznámili s problémami a poruchami správania; poznali, aké problémy a poruchy správania sa môžu v škole vyskytovať; ktoré faktory sa podieľajú na ich vzniku. Je dôležité vedieť, aké prejavy sú pre poruchy správania typické a ako ich možno eliminovať.

Možno dokonca tvrdiť, že v súčasnosti neexistuje ani jedna škola, v ktorej by sa šikanovanie nevyskytovalo aspoň v jednoduchej psychickej forme. Žiaci, ktorí šikanujú spolužiakov, potrebujú mať presne určené hranice akceptovateľného správania, potrebujú súbor pevných a reálne splniteľných opatrení a pravidiel, z ktorých by bolo každému jasné, že šikanovanie nebude škola v nijakom prípade tolerovať.

Riaditelia škôl majú zákonnú povinnosť stanoviť postupy, ktoré zamedzujú šikanovaniu medzi žiakmi a oboznámiť s nimi učiteľov, rodičov a žiakov. Stratégia namierená proti šikanovaniu má byť súčasťou školského poriadku.

V tomto smere môže byť pre školy veľkou pomocou Metodické usmernenie č. 7/2006-R z 28. marca 2006 k prevencii a riešeniu šikanovania žiakov v školách a školských zariadeniach, ktoré nadobudlo účinnosť 1. apríla 2006 a vydalo ho MŠ SR. Základným preventívnym opatrením školy je podľa tohto materiálu osvojenie si základného princípu: **Sme škola, kde sa šikanovanie netoleruje v žiadnych podobách!**

Poruchy správania so zameraním na šikanovanie predstavujú komplexný pedagogický, psychologický, sociologický a predovšetkým mravný problém. Snaha pochopiť tento jav a hľadať cesty k zlepšeniu, kladie do popredia všetky nedostatky školského systému v širšom sociologicko-kultúrnom okruhu, ale aj nedostatky spoločnosti, ktorými sú najmä často mylné chápanie demokracie, nedostatočné akceptovanie princípu autority, ochladnutie rodinných vzťahov a trávenie voľného času nekultúrnou pasívnou zábavou.

Pre dieťa a mladého človeka musí byť škola (rovnako ako rodina) ostrovom istoty a bezpečia. Iba tak možno realizovať výchovu a vzdelávanie v plnom rozsahu a v pravom zmysle slova. Ak chceme zabrániť rozmachu šikanovania v škole, musíme postupovať systematicky a koordinovane.
Násilie nás obklopuje a my sa nesmieme zbaviť zodpovednosti s tým, že proti tomu nič nezmôžeme. Existuje mnoho spôsobov riešenia daného problému. Sú to najmä pedagógovia a následne rodičia, ktorí sa majú snažiť o to, aby sa škola stala miestom, na ktorom sa napĺňa právo detí žiť v bezpečí, aby škola mohla byť skutočnou dielňou ľudskosti a vzdelávania. Je dôležité, aby sme v škole venovali veľkú pozornosť monitorovaniu prípadného šikanovania, na základe ktorého budeme schopní dospieť k záveru, že šikanovanie sa vždy odohráva podľa určitých vzorov, v určitom čase, na určitom mieste a obeťami šikanovania sa stávajú spravidla tie isté typy žiakov.

Šikanovanie môžeme zaevidovať troma spôsobmi.

- Prvým spôsobom je priama výpoveď obete. Fakt, že sa nám obeť šikanovania prizná sama, je málo pravdepodobná, ale našťastie sú i deti, ktoré prekonajú strach a rozhodnú sa vyhľadať pomoc.

- Druhým spôsobom je svedecká výpoveď. Ide o situáciu, keď nás na daný problém niekto upozorní. Zvyčajne ide o kamaráta alebo spolužiaka, ktorý nechce svojím mlčaním prispievať k ubližovaniu obeti.
- Najrozšírenejším spôsobom je dôkladné pozorovanie správania detí a jeho analýza.

Všetky uvedené spôsoby predpokladajú, že sa nebudeme tvárit, že sa nás šikanovanie netýka, nebudeme prehliadať a ignorovať násilie v akejkoľvek forme, ale práve naopak, budeme mať otvorené oči, rozum i srdcia.
V odbornej literatúre nachádzame viacero námetov na riešenie problematiky šikanovania. Vyberáme si z nich tie, ktoré nás najviac oslovili a zdajú sa nám vhodné na využitie pre učiteľov v ich pedagogickej praxi. Treba však zdôrazniť, že neexistuje žiaden zaručený recept, ako sa v škole úplne vyhnúť šikanovaniu. Ponúkame niekoľko možností, ktoré by škole mohli pomôcť tento problém podchytiť.

Prvý krok, ktorý je nevyhnutné v škole urobiť, je sondovanie (prieskum šikanovania v jednotlivých ročníkoch, prípadne triedach) a zisťovanie, aká je úroveň (stupeň) šikanovania, kto je obeť a kto agresor šikanovania, ktoré triedy sú problémové. Môžeme využiť rozhovor, anonymný dotazník, anketu, nedokončené vety, postojové škály... Dôležité je nezabúdať na mapovanie varovných príznakov šikanovania.

- ***Individuálne rozhovory***

Realizovať rozhovory s informátormi, svedkami, obeťami, agresormi – s každým zvlášť, aby nikto z nich nevedel, čo kto uviedol – je dôležité chrániť informátora pred agresorom.

- ***Sociometria***

Slúži na vyhľadanie svedkov, vytipovanie tých žiakov, ktorí sú ochotní vypovedať pravdivo a ktorí neodmietajú obeť, respektíve žiaci nezávislí na agresoroch, ktorí neprijímajú normy šikanovania, napr. prostredníctvom využitia sociometrie. Sociogram odzrkadlí vzťahy v skupine. Voľba otázok závisí

od pedagóga – pýta sa na to, čo ho zaujíma a čo pomôže zvýšiť kvalitu práce v skupine, napríklad: mám rád..., nemám rád..., najlepší z triedy je..., najhorší z triedy..., plačem, keď..., bojím sa..., som neistý... Výsledky sa nesmú komentovať ani zverejňovať.

- ***Ochrana obetí***

Nezabúdame zabezpečiť ochranu obetí, napríklad jej odchod domov. V pokročilom štádiu šikanovania treba zabezpečiť obeti aj dlhodobejší pobyt doma alebo okamžitý prechod na inú školu.

- ***Voľba metódy uzmierenia***

Nejde o potrestanie agresora, ale o riadené spoločné hľadanie nápravy v atmosfére triedy. Dôvera a láskavý prístup k agresorovi vedie niekedy k zlomu agresívnych postojov. Tento prístup je možné voliť v tom štádiu šikanovania, keď normy agresora ešte neprijali ostatní žiaci.

- ***Voľba metódy reštrikcie***

Ide o zastrašenie vinníka trestom (hrozbou vylúčenia zo školy, znížením známky zo správania, presunom do inej triedy, krátkodobým pobytom v liečebno-výchovnom zariadení).

- ***Rozhovor s rodičmi agresora***

Dôležité je nepoddať sa tlaku rodičov, neprezradiť zdroj informácií či svedkov šikanovania a neuskutočniť konfrontáciu s obeťami.

- ***Liečba vzťahov v triede***

Ide o cielené ozdravovanie celej skupiny (triedy). Náprava musí byť zameraná na liečbu celej skupiny a vzťahov v nej.

- ***Metóda spoločného záujmu***

Tento prístup sa snaží viesť žiakov k tomu, aby si sami uvedomili, že šikanovanie je potrebné riešiť.

- ***Metóda žiackej poradne***

Táto metóda sa snaží viesť týraného žiaka k tomu, aby o svojich problémoch povedal spolužiakovi, ktorý má túto poradňu na starosti. V žiackych poradniach by mali pracovať žiaci, ktorí majú schopnosť aktívne počúvať a nezneužívajú svoje pozície. Mali by mať dôveru ostatných spolužiakov a ich záujmom by malo byť vyriešenie šikanovania medzi spolužiakmi bez prítomnosti dospelej osoby.

- ***Zapojenie nepriamych účastníkov***

Často sa stáva, že svedkami šikanovania sú žiaci, ktorí nie sú jeho priamymi účastníkmi. Týchto žiakov však môžeme požiadať, aby k šikanovaniu zaujali svoje stanovisko, aby vyjadrili svoj prípadný nesúhlas so šikanovaním, aby o danom probléme povedali učiteľovi, aby sa s agresorom šikanovania prestali kamarátiť...

- ***Tréning asertivity pre týraných žiakov***

Týmito tréningami by mali obete šikanovania získať silu a naučiť sa, ako na šikanovanie reagovať. Naučia sa vhodne využívať asertívnu frázu typu: Nepáči sa mi, čo robíš a chcem, aby si to už nerobil.

- ***Tréning reakcií***

Schopnosť reagovať na posmešky a nadávky pomocou vtipných poznámok patrí k účinným spôsobom obrany.

- ***Spätná väzba na základe hry***

Ide o kladenie otázok a prípravu žiakov na nečakané situácie, do ktorých sa môžu dostať. Je dôležité, aby dieťa malo dopredu premyslené svoje reakcie a postoje. Otázky vyberáme vzhľadom na vek žiakov a prostredie, v ktorom žijú. Odpovede prekonzultujeme, vysvetlíme im dôvody a účinky detských reakcií. Touto jednoduchou hrou dosiahneme viacnásobný efekt: obmedzia sa možnosti šikanovania, zastrašíme agresora, podporíme sebavedomie prípadných obetí a možno sa zvýši i citlivosť kolektívu a šikanovanie včas pomenujú. V ideálnom prípade mu zabránia.

- ***Schránka dôvery a tvorivá súťaž***

Žiaci môžu napísať o svojich pocitoch a problémoch na lístočky, ktoré potom vhodia do schránky. Schránka môže poskytnúť prvé varovné signály, ktoré netreba podceňovať a treba zistiť, či sú opodstatnené. Vhodné je aj vyhlásenie výtvarnej alebo literárnej súťaže s témou jednoznačne odmietajúcou šikanovanie.

- ***Hodnotiace stupnice***

Umožňujú uviesť mená tých spolužiakov, ktorých charakterizuje určitý stupeň skúmanej vlastnosti, napríklad žiak môže hodnotiť organizačné schopnosti spolužiakov a uvádza všetkých tých žiakov, ktorí do veľmi veľkej alebo veľmi malej miery spĺňajú toto kritérium. Počet uvedených spolužiakov závisí od toho, koľko žiakov spĺňa podľa hodnotiaceho žiaka dané podmienky. Nemusí ich dokonca splniť ani jeden.

- ***Plebiscit náklonnosti a odporu***

Najlepšie je, keď si vopred pripravíme zoznam žiakov v abecednom poradí. Na 1. stupni základných škôl môžeme vyvolať žiaka k tabuli. Keďže on sám seba nehodnotí, stojí dovtedy, kým všetci k nemu nevyjadria svoj vzťah a nenapíšu svoje hodnotenie z hľadiska danej vlastnosti. Žiaci hodnotia svojho spolužiaka písomne – píšu na kartičky jeho meno a pomocou znamienok + a - vyjadrujú, či sa u neho uvedená vlastnosť prejavuje alebo nie. Ak použijeme 3-stupňovú škálu (+, 0, -), skúmaná trieda sa rozdelí na 3 menšie skupiny – na osoby hodnotené pozitívne, neutrálne a negatívne. V každej uvedenej kategórii sa bude nachádzať niekoľko osôb nediferencovaných v rámci uvedených skupín.

Na 2. stupni základných škôl a na stredných školách sa už nerobí prezentácia žiaka pred tabuľou a žiaci pracujú individuálne podľa vlastného tempa a bez toho, aby sme čítali mená hodnotených žiakov. Výskyt mnohých negatívnych hodnotení nám poukazuje na nepopulárnosť žiaka, na to, že ho skupina odmieta. Signalizuje spoločenské neprispôsobenie jedinca v danom sociálnom prostredí. Na základe takto získaných údajov môžeme urobiť aj analýzu pozícií jednotlivých žiakov v triede a ich vzájomných väzieb.

Z praxe už pedagóg dokáže predpokladať, ktorým žiakom hrozí nebezpečenstvo, že sa stanú obeťou šikanovania. Ide napríklad o žiakov s rečovou chybou, ryšavou farbou vlasov, inou farbou pleti, žiakov s nadváhou... Učitelia by mali veľmi pozorne sledovať, či práve týmto žiakom nie je ubližované, no súčasne by na nich v triede nemali upozorňovať.

Sme si vedomí toho, že riešenie šikanovania v školách nie je jednoduché, vykazuje množstvo problémov, vyžaduje si od pedagógov veľa odvahy a záujmu o žiakov.

4.1 Ako postupovať

Kolář (1997) navrhuje postup, ktorý by mal byť dodržaný pri jednotlivých prípadoch šikanovania.

- **Rozhovor s informátormi a obeťami.**
  Každý rozhovor treba viesť súkromne. Je potrebné sumarizovať informácie a vypisovať záznamové hárky.
- **Nájdenie vhodných svedkov.**
  Je potrebné vytipovať si členov skupiny, ktorí budú pravdivo vypovedať (žiaci, ktorí obeť neodmietajú, kamarátia sa s ňou). V tomto kroku sa robí najviac chýb – nepoučený pedagóg požiada o svedectvo napr. predsedu triedy, ktorého pozná ako slušného žiaka, pričom práve tento žiak môže byť iniciátorom alebo aktívnym spoluúčastníkom šikanovania.
- **Individuálne rozhovory so svedkami.**
  V žiadnom prípade nekonfrontujte obeť s agresorom. Je to nevýhodná situácia pre obeť a často sa stáva, že svoju pravdivú výpoveď odvolá. Rozhovory vedieme individuálne so svedkami i s agresormi, nikdy nie spoločne.
- **Zaistiť pre obeť ochranu.**
  Tento krok je veľmi dôležitý v prípade, ak je obeť v bezprostrednom ohrození a je nutná jej ochrana (napr. informátor prezradí, že agresori budú na obeť čakať po škole – musíme zabezpečiť jej bezpečný odchod domov). Obeť nesmieme nikdy ponechať osudu.

- **Rozhovor s agresormi, príp. konfrontácia medzi nimi.**
  Vyžaduje si dôkladnú prípravu, v opačnom prípade môžeme všetko zmariť. Musíme mať dopredu zhromaždený dôkazový materiál. Ak ho nemáme, agresor všetko poprie, spochybní. Hlavný význam rozhovoru spočíva v paralyzovaní agresie voči druhým žiakom.

4.1.1 Problémy pri riešení porúch správania s dôrazom na šikanovanie

Medzi ne môžeme zaradiť:

- nedostatok odborníkov (školských psychológov, sociálnych pedagógov, vyškolených pedagógov), ktorí by dokázali kompetentne riešiť žiakov s problémami;
- slabá spolupráca rodičov so školou (veľakrát platí, že keď je problémový žiak, ešte problémovejší býva rodič);
- problém komunikácie vo vzťahu učiteľ – žiak (nedôvera, obava žiaka zveriť sa so svojím problémom). Mnohé problémy sa budú riešiť oveľa jednoduchšie a kvalitnejšie, ak škola a rodina nebudú od seba izolované;
- preťaženosť výchovných poradcov, školských psychológov;
- morálne a finančné ohodnotenie odbornej a tvorivej práce pedagógov.

Dôsledky šikanovania v školách sú vždy negatívne. Šikanovanie spôsobuje narušenie psychického a fyzického zdravia, zníženie výkonnosti žiakov, zhoršenie kvality učenia a učebných výsledkov a narušenie sociálnych vzťahov a sociálnej klímy v triede.

4.1.2 Tvorba pozitívnej klímy

Žiak je účastníkom poskytovania služieb i účastníkom vyučovacieho procesu. Prežíva v škole svoj život, a preto je preňho dôležité aj to, ako vyučovanie prebieha, aké sú vzťahy medzi učiteľmi a žiakmi.

Rodič je spokojný, keď má prístup k informáciám, keď s ním bude škola zdvorilo komunikovať a prevezme od neho určité výchovné funkcie...

Pocit bezpečnosti každého jedinca je neodmysliteľnou podmienkou vytvárania produktívneho prostredia, preto by kvalita sociálnej klímy školy mala takéto prostredie zabezpečovať. Pre kvalitnú výučbu je nevyhnutné, aby učiteľ vytvoril v triede priaznivú sociálnu klímu, v ktorej sa on a žiaci cítia bezpečne, prirodzene, uvoľnene, spokojne, vzájomne spolupracujú a podnecujú sa k čo najvyšším pracovným výkonom. Ide o to, aby žiaci na vyučovaní nemali strach; nenudili sa; neboli šikanovaní; nerobili zbytočné činnosti; aby mohli byť aktívni, samostatní, rešpektovaní; aby sa výučba čo najviac približovala hre; aby učivu rozumeli; aby sa čo najviac naučili v škole.
Pre výchovno-vzdelávací proces je oblasť klímy sociálnych skupín veľmi dôležitá, lebo priamo podmieňuje nielen vzdelávacie výsledky žiakov, ale aj ich správanie a komplexný vývin ich osobnosti. Z tohto dôvodu je jednou z najdôležitejších úloh pedagóga utvárať, formovať priaznivú klímu, v ktorej sa žiaci dokážu rozvíjať správnym smerom v súlade so spoločenskými a morálnymi princípmi spoločnosti.
Dosiahnutie priaznivej klímy výučby v mnohom závisí od prístupu učiteľa a od jeho postojov k osobnosti žiaka. V rámci tvorivo-humanistickej výučby sa uplatňujú didaktické princípy orientované na osobnosť dieťaťa. Je to súbor piatich didaktických princípov. Medzi základné princípy zaraďujeme:

- jedinečnosť osobnosti,
- sebautváranie osobnosti,
- komplexný rozvoj osobnosti,
- priority postojov a schopností,
- osobné prežívanie procesu výučby.

Petlák (2006) vychádzajúc z hodnotiacich pohľadov žiakov, učiteľov a rodičov uvádza nasledujúce znaky pozitívnej klímy školy:

1. pedagogicko-didaktické hľadisko:

- spokojnosť žiakov s výučbou a jej priebehom,
- objektívnosť hodnotenia,
- inovovanie vyučovania,
- neformálnosť prístupu učiteľov k žiakom,
- pozornosť nielen v oblasti výučby, ale aj v oblasti výchovy;

2. organizačné hľadisko:

- dobrá organizácia činností, vedenie a riadenie školy,
- organizovanie rôznych podujatí pre žiakov v čase mimo vyučovania,
- na škole majú prevládať neformálne vzťahy medzi jej osadenstvom,
- žiak by mal mať na škole pocit, že je to miesto jeho rozvoja,
- žiaci oceňujú, ak sa škola v dnešnej dobe zapája do spolupráce s inými školami (v dnešnej dobe aj na medzinárodnej úrovni),
- spolupráca školy s rodičmi – žiaci majú záujem na tom, aby rodičia pomáhali škole.

Sumarizáciou názorov žiakov o pozitívnej klíme, teda klíme, ktorá je pre nich vyhovujúca a motivujúca dospel Petlák (2006) k tomu, že žiaci oceňujú školu, v ktorej:

- sa nevyskytujú stresové situácie;
- majú možnosť vlastnej sebarealizácie;
- majú pocit, že učiteľom záleží na ich rozvoji;
- cítia, že sú akceptovaní a že učiteľ má tendenciu pristupovať k nim individuálne;
- prežívajú úspech a radosť zo svojej činnosti;
- je učiteľ ku všetkým spravodlivý;
- žiak vždy vie, čo sa od neho očakáva a nie je prekvapený nepredvídateľnými požiadavkami.

Žiaci si vážia a oceňujú učiteľov, ktorí sú prísni, ale pritom čestní a úprimní; učiteľov, ktorí sú nároční, ale majú pochopenie pre žiakov; učiteľov, ktorí ich vnímajú nielen ako objekt svojho pôsobenia, ale ako skutočne významný subjekt. Z toho však vyplýva, že pozitívna klíma sa nevytvára benevolenciou učiteľa, zníženými požiadavkami na žiakov a pod., ale predovšetkým primeranou náročnosťou.

Dnešná škola by nemala byť zameraná len na rozvoj vedomostí, spôsobilostí, návykov a schopností, ale aj na mravný, emocionálny a sociálny rozvoj. Problémom pre optimálnu socializáciu detí je dnes okrem neúplných rodín aj feminizácia školstva a s tým spojená absencia mužského prvku vo svete dieťaťa. (Šimanovský 2002)

Správny a vyvážený vzťah učiteľ – žiak by mal byť založený na vzájomnom rešpekte a komunikácii. Charakter tohto vzťahu určuje predovšetkým autorita učiteľa, a to, ako ju dokáže prezentovať. Autorita učiteľa vyplýva z uznania prevahy v odborno-profesijnej rovine a je tiež závislá od jeho ľudských a profesijných kvalít. Učiteľ predstavuje pre žiaka akýsi sociálny model, s ktorým sa žiak identifikuje, a tak ľahšie prechádza socializačným procesom. Neustále rozvíjanie sociálnych vzťahov v školskom prostredí zvyšuje efektivitu výchovno-vzdelávacieho procesu.
Dôležité je neustále zdôrazňovať potrebu venovať zvýšenú pozornosť prevencii, pretože práve prostredníctvom nej sme schopní redukovať deštruktívne správanie.

V školskej triede sa postupne ustaľujú znaky istého správania, rozdeľujú sa úlohy, každý žiak získava určitú pozíciu, zohráva rolu a nadobúda určitý status. Status označuje miesto, ktoré má žiak v školskej triede na základe svojich vlastností. Vyjadruje trvalejšiu pozíciu v hierarchii školskej triedy. Zvyčajne sa vyčleňuje takáto štruktúra statusov žiakov v triede (Gajdošová 2000):

- hviezdy,
- prijatí a uprednostňovaní,
- neprijatí,
- odmietnutí,
- izolovaní.

4.1.3 Pravidlá správania sa v triede, skupine

Pozitívna klíma v škole a v triede nezávisí len od žiakov, ale aj od pedagógov. Úlohou učiteľa je vytvárať podmienky podporujúce kooperáciu žiakov, čo má veľký význam pre súdržnosť a integritu triedy. Svoje miesto vo výchovno-vzdelávacom procese s cieľom zlepšenia klímy a efektivity výučby zohrávajú i *pravidlá správania.* Tieto pravidlá obsahujú informácie o tom, aké správanie je prijateľné a aké neprijateľné. Dobre vytvorené pravidlá sú nutným predpokladom pre bezproblémový priebeh výučby. Mali by byť napísané a vyvesené v triede. Slúžia na elimináciu nevhodného správania, preto je vhodné už na

začiatku školského roka (hneď v 1. týždni) zaviesť hlavné pravidlá a postupne ich dopĺňať. Pravidiel má byť málo (odporúča sa tri až sedem), aby si ich žiaci ľahko zapamätali. Menší počet pravidiel je lepší, pretože žiaci považujú všetky za dôležité. Učiteľ musí zabezpečiť, aby žiaci pravidlám správne rozumeli, vedeli ich vysvetliť vlastnými slovami, prípadne ich dokázali uplatniť v simulovaných cvičeniach.

Interné normy by mal zavádzať učiteľ v spolupráci so žiakmi demokratickým spôsobom, čím sa podmieňuje dobrovoľnosť a súčasne uvedomelosť ich prijatia. Dodržiavanie dohodnutých a odsúhlasených pravidiel musí byť aj kontrolované, pretože pravidlá, dodržiavanie ktorých nie je kontrolované, pôsobia celkom opačne, ako boli definované. Vedú k záveru, že ich netreba rešpektovať. Dobrý učiteľ vie, čo má robiť, rozumie žiakom, je empatický a vie, čo je pre nich najvhodnejšie. Používa povzbudzovanie, upozorňuje na prirodzené a logické dôsledky konania (ktoré nahrádzajú tresty pôsobiace reaktívne) – teda na to, čo bolo a čo sa už nedá ovplyvniť. Je nositeľom pozitívnych vzťahov v triede a sociálnej diskusie. Vychádza z chápania disciplíny ako „*slobodne prijatej autority určitého poriadku*“ (Doušková 2007).
V súlade s cieľmi a hodnotami triedy, skupiny, normy, ktoré sa v nej vytvárajú, majú viacero funkcií:

- uľahčujú dosiahnutie cieľa;
- vyjadrujú základné skupinové hodnoty;
- zjednodušujú a robia predvídateľným správanie členov skupiny;
- pomáhajú vyhnúť sa nepríjemným situáciám, umožňujú identifikáciu členov triedy.

Normy ako pravidlá správania môžu mať písanú kodifikovanú podobu. V škole plní túto funkciu školský poriadok, ktorý obsahuje základné pravidlá žiakovho správania. Obsah pravidiel závisí od štýlu práce učiteľa, čo od žiakov požaduje a čo im dovoľuje. Ide o dva prístupy k ich tvorbe:

- pravidlá, ktoré sú orientované viac na medziľudské vzťahy (aktívne počúvaj, hovor pravdu, dôveruj, nikoho neurážaj...);
- pravidlá, ktoré sú orientované viac na organizáciu práce v triede (na používanie učebne, pomôcok, na činnosti pri učení...).

Dohodnuté pravidlá však musia byť jednoznačne v zhode so zámermi školy. Efektívnosť zavedenia pravidiel vidíme najmä v tom, že ak má škola dosiahnuť svoj prioritný cieľ a neustále zvyšovať kvalitu výchovno-vzdelávacieho procesu, je nutné vytvoriť priaznivé prostredie na pedagogickú prácu i učenie.

4.1.4 Zážitkové učenie ako nástroj eliminácie problémového správania

Hra je staršia než kultúra: zvieratá nečakali, kým ich ľudia naučia, ako sa majú hrať. Môžeme dokonca povedať, že ľudská civilizácia nepridala k všeobecnému pojmu hry žiadny podstatný znak.

Harmonické spojenie duchovného a telesného rozvoja, grécka kalokagathia realizovaná prostredníctvom hier, je súčasne aj prevenciou mnohých nežiaducich javov vrátane agresivity. (Šimanovský 2002)

Učenie sa prostredníctvom skúsenosti, zážitku a analýzy (reflexie toho, čo žiak prežil, skúsil) aktivizuje zmysly dieťaťa. Zážitkové (skúsenostné) učenie zdôrazňuje význam aktuálnej skúsenosti. Ak sa skúsenosť a zážitok spojí s analýzou, môže navodiť zmenu správania.

Zážitkové učenie je zo strany učiteľov aplikované najčastejšie formou štruktúrovaných hier – aktivít a techník. (Kariková 2007)

Môžeme ho chápať buď ako druh učenia alebo ako proces prostredníctvom ktorého si žiaci:

- hlbšie osvojujú vedomosti, pokiaľ je do výkladu zahrnutý i bezprostredný zážitok toho, čo sa teoreticky učia;
- dokážu lepšie rozoznávať a reflektovať vlastné emócie;
- aktívne, iniciatívne a tvorivo participujú na získavaní poznatkov a informácií na základe priameho kontaktu s ľuďmi, vecami, prírodou;
- získavajú skúsenosti na základe kooperácie v menších skupinách, čím sa rozvíja spolupráca a pozitívne medziľudské vzťahy;
- rozvíjajú vlastnú kreativitu pri tvorivom riešení problémov;

- dokážu si uvedomiť vlastné postoje, hodnoty, emócie najmä prostredníctvom hodnotovej reflexie, výsledkom ktorej by mala byť zmena vlastného porozumenia, porozumenia iných ľudí, poznania prírody a okolitého sveta spojená so zmenou vlastného správania, postojov a konania;
- dokážu pozitívne vnímať a hodnotiť seba aj druhých.

Vhodne zvolené a aplikované hry v škole, v školskom klube, záujmovom krúžku a pod. pomáhajú deťom lepšie komunikovať, mať súcit s druhými, harmonizovať prežívanie jednotlivca. Vďaka nim sa deti učia nachádzať cestu k sebe i k ostatným, čo považujeme za najlepšiu prevenciu agresivity a problémového správania. Hry pomáhajú deťom vytvárať a fixovať zdravé návyky v ich prežívaní a v správaní, a tak sa zvyšuje ich psychická a sociálna odolnosť. Hra sa u detí považuje za určitý vrodený mechanizmus, ktorý ich okrem iného motivuje k tomu, aby sa prispôsobili svojmu prostrediu.

Jednou zo základných potrieb človeka a dieťaťa je každodenná potreba pohybu. Ide o prirodzenú nutnosť, ktorá pomáha človeku zoznamovať sa s realitou spôsobom „pokus – omyl" a učí ho správne sa v nej orientovať. Dieťa, ktoré sedí celé hodiny v škole, dostane cez prestávku poznámku za to, že behá po chodbe/v triede a následne doma za trest musí opätovne sedieť a učiť sa. Takéto dieťa cíti ľútosť, nespravodlivosť a oprávnenú zlosť (môže byť až agresívne). Veľmi dôležité je nezabúdať na to, že čím majú deti viac príležitostí na odreagovanie sa a zmysluplný pohyb, tým menej agresivity bude v ich správaní.

Škola by mala byť sociálna (kultúrna a sociálna inštitúcia), do ktorej pohyb a interakčné hry jednoznačne patria. Byť ústretoví voči potrebe žiaka mať dostatok pohybu, nie je otázkou dobrej vôle, ale povinnosťou všetkých, ktorí s nimi pracujú. Často stačí len pár minút hry, pohybu na to, aby sa žiaci odreagovali, upokojili sa a následne dokázali podávať oveľa lepšie výkony. Hra je jednoduchá pomôcka, nástroj na rozvoj osobnosti detí. Výsledky, ktoré žiaci dosiahnu prostredníctvom hry, sa snažíme vždy hodnotiť a komentovať s ohľadom na ich sebaúctu. Snažíme sa im spätnou väzbou poskytnúť najmä

pozitívne stimuly: kladné body, oprávnené pochvaly a odmeny. Odmenou, pre ktorú sú menšie deti schopné vydať zo seba maximum, môže byť i obyčajné pohladenie.
Vo výchovno-vzdelávacom procese sa pri hrách spoznávajú žiaci s učiteľmi mimo svojich zaužívaných rolí. Spoznávajú svoje slabé i silné stránky. Ak je tento proces úspešný, zisťujú, že každý z nich je súčasťou kolektívu.

4.1.5 Odporúčania pre pedagógov pri riešení problematiky šikanovania

Jednou z foriem riešenia porúch správania s dôrazom na šikanovanie je prevencia, ktorú sme už viackrát spomínali a zdôrazňovali jej význam. Ako máme postupovať, keď v triede už identifikujeme problémy v správaní a v sociálnej oblasti?

V odbornej literatúre nachádzame viacero spracovaných programov, ktoré sa zameriavajú na elimináciu problémového správania žiaka a pozitívnu zmenu sociálnej klímy.
Môžeme uviesť aspoň niektoré:

- výcvikový program na zníženie agresívneho správania;
- rovesnícky program rozvoja osobnosti žiakov;
- cesta k emocionálnej zrelosti;
- program rozvoja osobnosti žiakov so zameraním na drogovú prevenciu;
- špecifický program proti šikanovaniu a násiliu v školách a školských zariadeniach;
- mladý človek a hľadanie zmyslu jeho života.

Kompetenciu využívať špeciálne výcvikové programy má predovšetkým školský psychológ. Táto kapitola obsahuje aj odporúčania pre pedagógov, pretože práve oni sa musia dennodenne boriť s problémovým správaním žiakov. Zdôrazňujeme, aká dôležitá je spolupráca školy s odborníkmi (psychológmi), no pomôcť žiakovi môže i každý pedagóg, ak je dostatočne vyspelý po odbornej, ale i ľudskej stránke.

V tejto kapitole sme sa snažili spracovať a ponúknuť pedagógom súbor odporúčaní pri riešení porúch správania a tvorbe priaznivej klímy. Veríme, že odporúčania pomôžu a poslúžia pedagogickým zamestnancom pri riešení problémového správania detí a žiakov v praxi s dôrazom na šikanovanie (podobne i pri tvorbe a rozvíjaní pozitívnej sociálnej klímy a prostredia v našich školách). Veríme, že vytvorením nasledujúcich odporúčaní a ich následnou aplikáciou (alebo aspoň aplikáciou niektorých prvkov z ponúkaných možností) vo výchovno-vzdelávacom procese prispejeme k zvyšovaniu kvality slovenského školského systému.

- Zabezpečenie komplexných podmienok, ktoré budú eliminovať vznik šikanovania.
- Prevencia orientovaná na celú populáciu, ktorej cieľom je poskytnúť nielen informácie, ale i sociálne zručnosti, ktoré pomôžu redukovať negatívny vývoj. Podrobnejšie sa jej venujeme v predchádzajúcich častiach učebného zdroja.
- V žiadnom prípade netolerovať agresiu, násilie, šikanovanie.
- Veľmi dôležitá je dostatočná informovanosť všetkých o rozsahu, dôsledkoch, príčinách, prejavoch, diagnostike i riešení problémového správania u žiakov.
- Tvorba priaznivého prostredia (sociálnej klímy) s jasnými pravidlami akceptovateľného správania, ktoré sú pre každého záväzné.
- Monitorovanie správania žiakov.
- Zmapovanie situácie, stavu šikanovania na škole anonymným dotazníkom.
- Vždy sa snažiť postupovať systematicky a koordinovane.
- Pri zistení problému je dôležitá vzájomná spolupráca všetkých zainteresovaných odborníkov zaoberajúcich sa touto problematikou.
- Je nevyhnutné stanoviť a dodržiavať pravidlá v rámci školy (školský poriadok) a triedy (pravidlá triedy).
- Je potrebné tvoriť a upevňovať vzájomnú úctu medzi učiteľom a žiakom a medzi žiakmi navzájom.

- Vytvárať podmienky a priestor pre samostatnú prácu žiakov.
- Podporovať kooperáciu (komunikáciu) medzi pedagógom a dieťaťom a rovnako i medzi deťmi.
- Zabezpečiť kvalitné zastrešenie voľného času detí (ponuka záujmových krúžkov).
- Príprava a realizácia školských a mimoškolských činností za účelom posilňovania pozitívnych sociálnych vzťahov.
- Efektívne využívanie triednických hodín.
- Realizácia tzv. *brainstormingu* nápadov zo strany žiakov napr. za účelom tvorby sankcií v jednotlivých prípadoch šikanovania.
- Oboznámenie žiakov s Trestným zákonom a základnými informáciami o šikanovaní – referáty, besedy...
- Vyhlásenie „dňa/týždňa" boja proti šikanovaniu.
- Riešenie modelových situácií simulujúcich šikanovanie.
- Je potrebné u žiakov budovať dôveru, vieru v dobro a spravodlivosť.
- Prejavovanie osobného záujmu o dieťa.
- Vytvorenie prostredia, v ktorom sa bude dieťa cítiť bezpečne.
- Rozvíjanie sociálnych zručností a kompetencií (komunikácie, aktívneho počúvania, asertivity, empatie, riešenia konfliktov).
- Učiť deti vzájomne sa tolerovať a akceptovať iné názory, postoje, vierovyznanie, rasy a sociálne skupiny.
- Absolvovať preventívne programy, ktoré sú zamerané na elimináciu problémového správania – šikanovania a rovnako na osvojenie si a rozvoj sociálnych zručností.
- Žiakom nielen poskytovať informácie, ale aj sprostredkovať rady a skúsenosti, a to prevažne zážitkovou formou (dramatizáciou, hraním rol), ktorá je oveľa efektívnejšia ako klasická prednášková forma.
- Deti musíme učiť, že nie je správne:
  - nečinne sledovať šikanovanie;
  - schvaľovať agresívne správanie svojich spolužiakov;
  - odsudzovať niekoho, kto je iný, slabší, má handicap;
  - mlčať, keď vidia nečestnosť, ponižovanie druhých.

Rovnako sú veľmi dôležité aj odporúčania pre pedagógov, ako majú komunikovať s rodičmi pri riešení problémov svojich detí. Pri formulácii návrhov sme sa inšpirovali najmä poznatkami a skúsenosťami autoriek E. Gajdošovej a G. Herényiovej. Dôležité odporúčania sme zhrnuli do nasledujúcich bodov:

- k rodičom detí, u ktorých sa vyskytlo problémové správanie, musíme pristupovať vľúdne, trpezlivo, čo prispieva k budovaniu pozitívneho vzťahu škola – rodina, učiteľ – rodič. Snažme sa s nimi udržiavať kontakt (osobný – návšteva v škole, návšteva v rodine, telefonický);
- snažme sa oceniť na problémovom žiakovi všetko, čo sa dá. Rovnako je potrebné oceniť aj rodičov, príp. oceniť ich snahu o riešenie vzniknutého problému;
- problémy, ktoré máme s dieťaťom, následne pomenujeme (po pozitívnom zhodnotení žiaka), a to vecne a ohľaduplne;
- je dôležité snažiť sa komunikovať s oboma rodičmi, snažiť sa byť ústretový, ale nepodľahnúť neoprávneným požiadavkám zo strany rodičov.

Mnohokrát si ani neuvedomujeme, že elementárne techniky a hry založené na zážitkovom učení majú pre nás nevyčísliteľný význam. Slúžia ako dôležitý prostriedok na diagnostiku sociálnych vzťahov v skupine, naznačujú tvorbu možného problémového vzťahu voči niektorému žiakovi. Sú vlastne takým prvým odrazovým mostíkom pre pedagóga, ktorému záleží na tom, aby sa všetci žiaci (vrátane učiteľa) ráno tešili do školy a vyzbrojili sa do života nielen potrebným množstvom vedomostí, ale aj etických zručností (umenie komunikovať, aktívne počúvať, byť v žiaducej miere asertívny a empatický).

Záver

V závere môžeme konštatovať, že v oblasti prevencie šikanovania a ďalších poruchových foriem správania žiakov sa vo svete i na Slovensku už urobilo veľa. Zároveň musíme akceptovať fakt, že neustále narastá výskyt sociálno-patologických javov, a preto je stále aktuálne pokračovať v multirezortnom úsilí realizovať prevenciu sociálno-patologických foriem správania žiakov až do obdobia dospelosti.

Rodičia a všetci zamestnanci školy musia byť informovaní o zámere školy netolerovať násilie a o pripravenosti odhaľovať a riešiť všetky prejavy šikanovania. Škola nie je továreň na fakty a informácie. Musíme ju chápať predovšetkým ako špecifické sociálne prostredie, v ktorom si dieťa získava určitú pozíciu – nielen z hľadiska učiteľa, ale aj v skupine vrstovníkov.

Našou doménou je práve výchova k hodnotám, ktoré sú akceptovateľné spoločnosťou. Využívajme každý predmet k tomu, aby sme viedli žiakov cestou tolerancie, solidarity a úcty. Pedagóg by mal byť vyzbrojený dostatkom poznatkov o mechanizmoch, ktoré ovplyvňujú sociálnu štruktúru triedy, pretože tým získava viac možností túto štruktúru žiaducim spôsobom regulovať. Šikanovanie nepatrí k témam, o ktorých sa ľahko hovorí. Žiaľ, realita života a násilie vôkol nás nám nedovoľuje tváriť sa, že sa nás to netýka. Šikanovanie existuje a je potrebné riešiť ho. Nemôžeme zakrývať realitu plnú agresie a násilia a dúfať, že sa dané problémy vyriešia sami. Je potrebné urobiť všetko preto, aby sme im predchádzali a riešili ich už v zárodku a nie až vtedy, keď nadobudnú nežiaduce rozmery.

Na dostatočnú informovanosť o šikanovaní musí nadviazať vytvorenie priaznivého prostredia, ale aj požiadavka vytvorenia jasných pravidiel akceptovateľného správania. Každá trieda má svoje zvláštnosti a každý skúsený učiteľ dobre vie, že v každej triede sa mu učí inak. Buď ide o klímu spolupráce, radosti z poznania, vzájomnej akceptácie alebo o klímu povrchnosti a ľahostajnosti k poznaniu. Každá trieda reaguje na každého učiteľa odlišne a táto reakcia závisí od vzťahu učiteľa k žiakovi a od jeho vyučovacieho štýlu.

Pedagogickí zamestnanci často odhalia už len dôsledky negatívnych javov, ktoré musíme riešiť, ale je potrebné, aby sme si v každej situácii uvedomili, že najdôležitejšie je odhaliť ich prvotnú príčinu a zistiť, prečo problém alebo konflikt vznikol. Sledovať sociálne vzťahy v triede, sociálnu atmosféru, klímu triedy je jednou z dôležitých úloh učiteľov – najmä triednych učiteľov, ale i všetkých, ktorí pôsobia vo výchovno-vzdelávacom procese.

Problémy v správaní, problémy v sociálnej sfére spolu veľmi úzko súvisia, navzájom sa ovplyvňujú a podmieňujú. Záleží najmä od odborníkov, ktorí majú možnosť rozhodnúť, ako sa bude naše školstvo vyvíjať ďalej – či sa zvýši kvalita slovenského školstva, alebo zotrváme na úrovni konštatovania, že deti sú z roka na rok horšie.

Zoznam bibliografických odkazov

ĎURKOVIČOVÁ, T., 2003. *Agresivita a šikanovanie v školách*: *metodický list.* Trenčín: Krajská pedagogicko-psychologická poradňa.

GAJDOŠOVÁ, E., 2000. *Poznávanie sociálnych vzťahov v triede: práca so sociometrickoratingovým dotazníkom.* Bratislava: Metodické centrum. ISBN 80-7164-268-1.

GAJDOŠOVÁ, E. a G. HERÉNYIOVÁ, 2002. *Škola rozvíjania emocionálnej inteligencie žiakov.* Bratislava: Príroda. ISBN 80-07-01177-3.

HUBERTOVÁ, E., 2006. Zvnútornenie etických hodnôt s cieľom rešpektovať ľudskosť. In: *Transformácia vzdelávania smerom k potrebám európskeho trhu práce. Fórum pedagogiky.* Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum. ISBN 80-8052-255-3.

HUCÍKOVÁ, M., 2004. *Poruchy správania a učenia. Aktualizácia č. 2. Expert na včasné odhaľovanie porúch a poradca pri práci s problémovými deťmi a rozhovoroch s rodičmi.* Bratislava: RAABE. ISBN 80-968117-6-2.

KARIKOVÁ, S., 2007. Etická výchova a násilie. In: *Zborník príspevkov z vedeckej konferencie s medzinárodnou účasťou.* Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. ISBN 978-80-8083-496-8.

KOLLÁRIK, T., 1993. *Sociálna psychológia.* Bratislava: SPN. ISBN 80-08-018280-3.

KOLLÁRIK, T., 1999. Koncepcia a meranie sociálnej atmosféry v triede. In: *Zborník filozofickej fakulty Univerzity Komenského*: *Psychologica 37*. Bratislava: Filozofická fakulta Univerzity Komenského. ISBN 80-223-1301-7.

KOLÁŘ, M., 1997. *Skrytý svět šikanování ve školách.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-409-5.

KOLÁŘ, M., 2001. *Bolest šikanování ve školách.* Praha: Portál. ISBN 80-73670-143.

KOSOVÁ, B., 2000. *Rozvoj osobnosti žiaka*. Prešov: Rokus. ISBN 0-968452-2-5.
Metodické usmernenie č. 7/2006-R z 28. marca 2006 k prevencii a riešeniu šikanovania žiakov v školách a školských zariadeniach. Bratislava: MŠ SR.
PETLÁK, E., 2006. *Klíma školy a klíma triedy*. Bratislava: Iris. ISBN 80-890189-97-1.
PIOVARČIOVÁ, Z. *Problémy v správaní* [online]. [cit. 2014-05-21]. Dostupné z: http://www.ppppoprad.sk/informacie-pre-verejnost/9-problemy-v-spravani.html
PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E. a J. MAREŠ, 2001. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-579-2.
ŘÍČAN, P., 1995. *Agresivita a šikana mezi dětmi*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-049-9.
ŘÍČAN, P., 1998. *S Romy žít budeme – jde o to jak*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-923-2.
SMIKOVÁ, E., 2004. *Poruchy správania a učenia. Aktualizácia č. 2. Expert na včasné odhaľovanie porúch a poradca pri práci s problémovými deťmi a rozhovoroch s rodičmi.* Bratislava: RAABE. ISBN 80-968117-6-2.
ŠIMANOVSKÝ, Z., 2002. *Hry pro zvládání agresivity a neklidu.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-426-7.
VÁGNEROVÁ, M., 1996. *Psychopatologie pro pomáhajíci profese*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-214-9.
VUKASOVIČ, A., 1996. Obsahová náplň etiky v škole a etika učiteľského povolania. In: *Pedagogické spektrum*. Roč. 5, č. 6, s. 1-23. ISSN 1335-5589.
Zákon o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov, 2008. In: *Zbierka zákonov*.
ZELINA, M., 1996. *Stratégie a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa*. Bratislava: Iris. ISBN 80-967013-4-7.

Názov:	**Problematika šikanovania v školskom prostredí**
Autor:	PaedDr. Dagmar Koštrnová
Recenzenti:	Mgr. Andrea Makišová Ing. Jitka Almášiová
Vydavateľ:	Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave
Jazyková úprava:	Mgr. Daniela Bordášová
Grafická úprava:	Ing. Monika Chovancová
Vydanie:	1.
Rok vydania:	2014
Počet strán:	46
ISBN	**978-80-565-0270-9**