

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

PŘEKONÁVÁNÍ ŠIKANY NA ZÁKLADNÍ ŠKOLE

Autor:	Lucie Růžičková
Katedra:	Sociální pedagogika
Vedoucí práce:	Mgr. Lucie Hubertová
Studijní program:	B 7508 Sociální práce
Studijní obor:	Pastorační a sociální práce
Přidělovaný akademický titul:	Bc.
Rok odevzdání:	2009

Prohlašuji, že jsem tuto písemnou bakalářskou práci s názvem Překonávání šikany na základní škole napsala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna veřejnosti ke studijním účelům.

.....Podpis.....

V Praze dne 8. května 2009

Anotace:

Tématem bakalářské práce je problematika šikany na základní škole, se zaměřením na její překonávání.

Hlavním cílem práce je zjistit, co pomohlo lidem, kteří se stali oběťmi šikany překonat nepříjemné zážitky.

Práce obsahuje dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části jsou základní poznatky o šikaně z odborné literatury, například definice šikany, charakteristika obětí, agresorů, psychické a fyzické důsledky pro oběť a základní formy pomoci.

Jsou zde popsány praktické rady pro rodiče, učitele a oběti, co mají dělat, pokud je dítě ve škole šikanováno.

Praktická část práce obsahuje výzkum mezi ženami (ve věku 20-29 let), které se na základní škole staly oběťmi šikanování. Bylo provedeno sedm výzkumných rozhovorů.

V rozhovorech byly zkoumány základní zdroje opory pro oběti (rodiče, pedagogové, spolužáci, zájmy).

Výsledky rozhovorů byly shrnuty a hledala se společná témata u dotazovaných osob.

Klíčová slova:

šikana, oběť, agresor, pomoc, pedagogové, rodiče.

Annotation:

The subject of graduate work is overcoming of bullying in elementary school.

The main objective is to find out, what helped to people, who were victims of bullying, to overcome unpleasant experiences.

The work includes two parts, theoretical and practical.

Theoretical part contains basic informations about bullying from special literature, for example definition of bullying, characteristic of victims, aggressors, psychological and physical consequences for victims, and basic form of aid.

It follows with description of practical advices for parents, teachers and victims and what they can do, when child is bullied in school.

Practical part presents research between women (aged between 20 to 29 years), who became victims of bullying in elementary school.

It was accomplished with seven research interview where were researched basic resources of support for victims (parents, teachers, classmates and hobbies).

The results of interview was summarized and it was focused on finding common motives by questioned persons.

Keywords:

bullying, victim, aggressor, aid, teachers, parents.

Poděkování

Děkuji vedoucí své práce Mgr. Lucii Hubertové za konzultance a metodické vedení a všem respondentům, kteří mi pomohli s napsáním mé práce.

Úvod.....	8
1 Úvod do problematiky šikany.....	9
1.1 Definice šikany.....	9
2 Hlavní aktéři šikanování.....	11
2.1 Rizikové osobnostní faktory protagonistů šikany.....	11
2.2 Faktory na straně oběti.....	12
2.3 Základní typy obětí dle Koláře.....	14
2.4 Faktory na straně agresora.....	14
2.5 Základní typy agresorů dle Koláře.....	16
2.6 Rizikové faktory prostředí.....	17
3 Dopady šikany na oběť.....	20
3.1 Dopady v oblasti prožívání.....	20
3.2 Obranné mechanismy jako reakce na šikanu.....	21
3.2.1 Vytěsnění.....	22
3.2.2 Přemístění.....	22
3.2.3 Racionalizace.....	22
3.2.4 Útěk do fantazie.....	22
3.2.5 Fixace.....	23
3.2.6 Útěk.....	23
3.2.7 Reznice, apatie.....	23
3.2.8 Identifikace s agresorem.....	23
3.2.9 Sebeobviňování.....	24
3.3 Následky v oblasti postojů.....	24
4 Pomoc obětem šikanování.....	27
4.1 Primární, sekundární a terciární prevence ve škole.....	27
4.2 Úloha rodičů.....	28
4.3 Úloha pedagogů.....	32
4.4 Postup při zachycení šikany ve škole.....	34
4.5 Sankce za šikanování a jeho náprava.....	38
4.6 Úloha oběti.....	41
5 Praktická část.....	44
5.1 Úvod do praktické části.....	44
5.2 Metodika.....	44
5.3 Respondenti.....	45
5.4 Ošetření kontextu rozhovorů.....	45
5.5 Průběh vedení rozhovorů.....	47
6 Popis výsledků.....	48
6.1 Průběh a formy šikany.....	48
6.2 Pomoc školy.....	49
6.3 Pomoc rodičů.....	50
6.4 Pomoc spolužáků.....	51
6.5 Jiné zdroje opory.....	51
6.6 Diskuse.....	52
Závěr.....	55
Literatura.....	56
Přílohy.....	60

Úvod

Tématem práce je problematika šikany, se zaměřeným na její překonávání z pohledu dospělých jedinců, kteří se na základní škole stali oběťmi.

Téma práce jsem si vybrala proto, že se jedná o aktuální jev, který je na školách často řešen, a dále z důvodů osobní motivace.

Během docházky na základní školu jsem šikanu několikrát zažila jak v roli oběti, tak v roli svědka a viděla jsem nevhodná řešení ze strany pedagogů i rodičů. Nejčastěji se jednalo o přehlížení problému, nedostatečné vyslechnutí oběti, či plošné výslechy třídy, které oběť ještě více traumatizovaly.

Cílem teoretické části práce je shrnout základní poznatky o šikaně, zejména z hlediska charakteristiky obětí, agresorů, následků pro oběť i celou skupinu a uvedením doporučených postupů řešení šikany pro rodiče, pedagogy i samotnou oběť.

Cílem praktické části je zjistit, co pomáhalo dnes již bývalým obětem šikanování překonávat své negativní zážitky.

Praktická část práce se opírá o provedení rozhovorů s osobami staršími 18 let, které se během své docházky na základní školu staly oběťmi šikanování a zjištění jaké byly u obětí hlavní zdroje pomoci a opory. Při vedení rozhovorů jsem se zaměřila zejména na otázky, týkající se pomoci školy, rodičů, spolužáků nebo jiných zdrojů, ze kterých oběti čerpali sílu překonávat zátěžové situace ve třídě.

Hlavním přínosem práce bude především zmapování zdrojů opory pro oběti, ať už těch, které šikanu pomáhaly řešit, či zdrojů sloužících jako prostý únik ze zátěžových situací a zároveň zjistit, zda okolí oběti, zejména rodiče a pedagogové dokázali obětem zajistit účinnou pomoc.

Na základě těchto poznatků pak bude možné zhodnotit, jaká strategie pomoci byla pro oběti neúčinnější či co by bylo třeba při poskytování pomoci změnit či zlepšit.

Tato práce může být přínosná zejména pro pedagogy a pracovníky odborného poradenství, protože poskytuje základní přehled o tom jak šikanu rozpoznávat, řešit a hledat pro oběť takové zdroje opory, které jí mohou účinně pomoci.

Dále může práce sloužit jako materiál pro školní metodiky prevence.

1 Úvod do problematiky šikany

1.1 Definice šikany

Pro pochopení samotného pojmu šikanování je nejprve třeba uvést několik definic, které tuto problematiku blížeji vysvětlují.

Při vymezení toho, co je šikanování, vycházím nejprve z psychologického a pedagogického pojetí a dále pak z pohledu trestně právního a sociopatologického.

Podle psychologického slovníku je šikana vymezena jako:

„Tělesné, psychické nebo kombinované ponižování, případně týrání jedinců jinými, nejčastěji ve vrstevnických skupinách. Původci bývají jedinci tělesně silnější, starší, vyspělejší či v početní převaze.“¹

Řičan rovněž uvádí i další definici podle francouzského slova „chicane“, které znamená *„zlomyslné obtěžování, týrání, sužování, pronásledování, byrokratické lpění na liteře předpisů, například vůči podřízeným nebo vůči občanům, od nichž šikanující úředníci vyžadují nová a nová potvrzení a razítka, nechávají pro nic za nic čekat apod.“²*

Dále je rovněž možné šikanování vymežit jako *„zvláštní případ agrese (násilí), neboť se vlastně jedná o způsob, jakým se agrese uskutečňuje. Jde o situace násilí, kdy je tzv. oběť šikany obvykle slabší a bezbranná.“³*

Důležité je rozlišení šikany od rvačky nebo hádky, kdy jsou jedinci stejně fyzicky vybaveni.⁴ Jedním ze základních kritérií pro rozpoznání šikany je tedy nepoměr sil.

Pedagogické vymezení šikany užívá pro tuto problematiku podobnou definici.

„V tomto pojetí je šikana chápána jako fyzické, psychické či kombinované ponižování až týrání žáků obvykle jinými žáky. Probíhá buď v dryádě nebo ve skupině. Iniciátory šikanování bývají žáci vyšších ročníků, žáci starší, fyzicky vyspělejší, žáci osobnostně či sociálně narušení.“⁵

Oba tyto přístupy jsou velmi podobné. Pedagogické pojetí však vymezuje aktéry šikany úžeji jako žáky, na rozdíl od psychologického, které připouští, že se šikana může vyskytovat i v jiných prostředích, než je škola.

¹Podle Řičana, Hartl, Hartlová, 2000, str. 591

²Řičan, 1995, str. 25

³Holeček, 1997, str. 22

⁴Holeček, 1997, str. 22

⁵Průcha, Mareš, 2003, str. 283

Kolář zdůrazňuje, že šikanování je všudypřítomným jevem a může člověka provázet celý život. Začíná už v rodině mezi sourozenci, pokračuje ve školce a v dalších školách, v zájmových skupinách, na vojně, v zaměstnání i v jakýchkoliv dalších společenstvích do kterých se osoba během života dostane, včetně domova důchodců.⁶

⁶ Kolář, 2001, str. 17

2 Hlavní aktéři šikanování

2.1 Rizikové osobnostní faktory protagonistů šikany

Osobnostní charakteristiky agresorů, obětí i celé skupiny jsou pro vznik a vývoj šikanování velmi důležité, stejně jako osobnost pedagoga.

Mezi významné faktory patří jak osobnost oběti, tak osobnost agresora, i to, v jakém jsou vzájemném vztahu. Někdy se může zdát, že šikana má charakter vzájemné spolupráce mezi obětí a agresorem a že si v tomto procesu oba naplňují své potřeby.⁷ Agresor tvrdě a bezohledně prosazuje svou touhu po moci a ovládnutí a oběť se nechá ovládat a podřizuje se jeho jednání.

Podle pedagožky Kocurové je šikanování jev, který vždy zahrnuje více příčin, je tedy multifaktoriální a zasahuje jak celou osobnost všech zúčastněných, tedy jak oběti a agresory, tak i fungování celé sociální skupiny.⁸

Kocurová uvádí, že na problematiku šikanování je rovněž možné nahlížet z pohledu trestně právního jako na jev, který zásadně narušuje lidská práva. Zároveň však trestní právo nezná skutkovou podstatu šikanování, a proto bývá toto jednání posuzováno podle trestního zákona například jako vydírání, omezování osobní svobody, útisk, případně jiné skutky.⁹ Z hlediska trestního práva se tedy posuzuje konkrétní jednání, kterého se agresor dopouští a které naplňuje znaky některého z trestných činů, uvedeného v trestním zákoně.

Na šikanování je však možné pohlížet i z hlediska sociální patologie jako na projev patologických sociálních vztahů.¹⁰

Kolář však zmiňuje i situace, kdy osobnosti protagonistů hrají nepodstatnou či vedlejší roli. Děje se to například v případě internátních škol, kde se šikana stává určitým rituálem.¹¹ V tomto případě nezáleží, kdo se v takovém zařízení zrovna vyskytuje a šikana je zde žáky vnímána jako něco obvyklého, co si musí každý alespoň jednou vytrpět.

Podle mého názoru spočívá hlavní nebezpečí takového postoje v přijetí názoru, že násilí je normální a že je na něj tedy možné reagovat opět násilím.

⁷ Kolář, 1997, str. 54

⁸ Kocurová, 2002, str.3

⁹ Kocurová, 2002, str.3

¹⁰ Kocurová, 2002, str.3

¹¹ Kolář, 1997, str. 54

Nezřídka také dochází k tomu, že žák který ještě před pár měsíci šikanu sám zažil, bude při postupu do vyššího ročníku rovněž ubližovat mladším a slabším, aby si tak udržel určitou prestiž.

2.2 Faktory na straně oběti

Téměř v každé skupině se může vyskytnout potencionální oběť. Někdy není vůbec důležité, kdo to vlastně je.

Kolář uvádí, že při troše smůly se může stát obětí jakékoliv dítě.¹² Podle mého názoru si však tuto skutečnost oběti šikanování často vůbec neuvědomují a kladou si za vinu, že se staly terčem ubližování. Pokud se pak později taková osoba setká s někým, kdo zažil podobnou zkušenost jako ona, mohou být pro ni některá zjištění velmi překvapující. Může totiž přijít na to, že se často jedná o lidi kteří na první pohled nevykazují žádné výrazné odlišnosti ve vzhledu či chování nebo dokonce působí velmi sebevědomě. Takový objev může mít pro oběť pozitivní význam, protože společná zkušenost pomáhá lépe překonat negativní zážitky a oběť získává potvrzení, že na to není sama.

Přestože šikana může postihnout kterékoliv dítě, existují na školách oběti s některými specifickými rysy, které jsou opakovaně týrané.¹³ Nejedná se o jedince, kteří by trpěli nějakým defektem. Pouze neumějí skrývat strach a využívat strachu druhých žáků. Často projevují příliš viditelnou bojácnost, která bývá důsledkem předchozích negativních zkušeností.

Do celkového profilu oběti je možné zařadit i sociální zralost a nezájem o dětinské hry.¹⁴ Takové dítě se cítí na svůj věk duševně vyspělejší než jeho spolužáci, má zájmy spíše jako dospělý a obtížně se tak zařazuje mezi své vrstevníky, protože si s nimi nemá co říct.

Při zkoumání rodinného zázemí se ukázalo, že většina obětí má rodiče s úzkostnou a pečlivou povahou. Zejména jejich matky o ně přehnaně pečují, neustále žijí v obavách o své dítě, někdy ho příliš omezují, kontrolují, a tím ještě více prohlubují jeho nesamostatnost a citovou závislost.¹⁵ Druhým extrémem jsou naopak rodiče, kteří dítě týrají nebo zanedbávají.

¹² Kolář, 1997, str. 56

¹³ Kolář, 1997, str. 56

¹⁴ Vaničková, 2002, str. 7

¹⁵ Lovasová, 2005, str. 14

V důsledku toho pak dítě vypadá a chová se jinak než ostatní a nedaří se mu zapadnout do kolektivu.

Příkladem jsou děti pocházející z rodin, kde je domácí násilí, psychické či sexuální zneužívání.

Myslím, že hlavním rizikem takového prostředí je, že se dítě může naučit přijímat automaticky roli oběti jako běžnou součást svého života a nevědomky tak začne přitahovat pozornost dalších agresorů.

Podle Lovasové někdy týraný potencionální agresory záměrně provokuje.¹⁶

To ovšem neznamená, že by oběť vždy nutně musela pocházet z problémových či úzkostných rodin. Vzhledem k tomu, že obětí se může stát téměř kdokoliv, nemusí se v rodině vyskytovat vůbec žádná patologie a dítě má přiměřené a kvalitní zázemí.

Co se týče tělesných charakteristik oběti, vyskytuje se nejčastěji malá fyzická zdatnost, obezita, tělesná neobratnost, výrazná odlišnost ve vzhledu. Znevýhodněné jsou i děti s mentálním postižením. Oslabení dítěte může být také důsledkem depresivních stavů, fyzického vyčerpání, například po dlouhodobé nemoci či nízkého socioekonomického statutu rodičů.

Lovasová uvádí, že šikanování z důvodů sociálního znevýhodnění v poslední době nabývá na významu.¹⁷

Naproti tomu Elliottová uvádí, že handicapy nebývají pravou příčinou šikanování. Šikanující je ale často uvádí na vysvětlenou jako záminku pro to, aby mohl ubližovat.¹⁸ Není tedy vyloučeno, že by si agresor dříve nebo později nenašel jiný terč pro své útoky.

Dalším významným faktorem je odlišnost od skupinové normy, a to jak pozitivní tak negativní.

Tyto odlišnosti se například projevují ve formě výrazných školních neúspěchů, problémů se zvládnutím učiva, či naopak vynikajícími studijními výsledky a oblíbeností u učitelů.

Pro větší přehlednost o tom, kdo se může stát terčem šikanování, uvádím následující typologii obětí o které se zmiňuje Kolář.¹⁹

¹⁶ Lovasová, 2005, str. 14

¹⁷ Lovasová, 2005, str. 14

¹⁸ Elliottová, 1995, str. 90

¹⁹ Kolář, 1997, str. 59

2.3 Základní typy obětí dle Koláře

Podle typů se někdy oběti dělí do tří základních kategorií.²⁰

1. Oběti „slabé“ s tělesným a psychickým handicapem
2. Oběti „silné“ a nahodilé
3. Oběti „deviantní a nekonformní.“

Dále je možné rozlišit oběti, které jsou zcela izolované, tedy bez přátel a kontaktů ve třídě a oběti, které mají alespoň jeden pozitivní vztah, apod.

Obětí mohou být jak bezproblémoví žáci se slušným chováním, tak žáci kteří provokují. V takovém případě je velmi těžké rozlišit, kdo koho vlastně napadl a učitel může z neznalosti odmítnout pomoc.

Výrazně ztíženou situaci má pak oběť, která je z nějakého důvodu učiteli nesympatická. Nemusí se při tom zdaleka jednat jen o provokujícího žáka, ale i jedince trpícího například hyperaktivitou, poruchou pozornosti či různými typy mentálního postižení.

Učitel s těmito žáky nemusí mít dostatečnou trpělivost a může je nevědomky shazovat před spolužáky.

2.4 Faktory na straně agresora

Agresoři, tedy žáci, kteří jsou iniciátory šikanování, bývají podle zkušeností silní jedinci nebo jak uvádí Kolář, alespoň co se týče dané skupiny, ve které se vyskytují.²¹

Často dovedou velmi dobře vycítit i první náznaky strachu a nejistoty u potencionální oběti a velmi pozorně sledují, jaká jsou její slabá místa nebo situace, ve kterých se necítí dobře.

U agresorů je také možno zachytit nápadnou krutost, uspokojení z utrpení druhých a touhu po moci.

Nejvíce zarážející zůstává, že tito lidé často nemají žádné pocity viny, netrápí je skutečnost, že někomu ublížili a trest vnímají jako křivdu. Celkově tedy těmto jedincům chybí náhled na jejich nemorální chování.²² Tyto zkušenosti mohu potvrdit na základě vlastních zážitků ze základní školy. Pokud tam byla agresorovi udělena sankce za to, že někomu ublížoval,

²⁰ Kolář, 1997, str. 59

²¹ Kolář, 1997, str. 55

²² Kolář, 1997, str. 48

většinou dotyčný reagoval dotčeně nebo se touto skutečností, společně se skupinou dalších agresorů a těch, co šikaně nečinně přihlíželi, bavil.

Co se týče fyzické stránky, projevují tito jedinci většinou i určitou fyzickou zdatnost, tedy alespoň ve srovnání s obětí. Občas se u nich vyskytuje nějaká zkušenost s bojovým uměním nebo se o něj teoreticky zajímají, například na videu či jako příznivci extremistických skupin, a živí tím svou krutost. Vždy je u nich možné zaregistrovat nápadnou i když nereflektovanou krutost, pozitivní pocit z utrpení a ponižování oběti a touha po moci.²³

Když jedinec ovládá druhé, může si snáze plnit svoje přání a uspokojovat své potřeby, což je postupem času vnímáno jako příjemné.²⁴ U menších skupin agresorů se tyto tendence jeví jako kompenzace jejich celkové neúspěšnosti a hlouběji může být v jejich osobnosti zakotvena sadistická či sadomasochistická tendence.²⁵

Lovasová vyjmenovává další dva motivy, které bývají spouštěčem agresivního chování. První vychází z psychoanalýzy, která předpokládá, že pokud člověk vidí někoho trpět, působí mu to potěšení, aniž by se jednalo o jedince se sadistickými sklony.²⁶

Podle psychoanalytiků určitý sklon k sadismu třímá v každém jedinci a někdy stačí velmi málo k tomu, aby se probudil. Při šikaně je právě tento prvek osobnosti uspokojen.

Lovasová připouští, že i v kolektivu se mohou vyskytnout psychicky nemocní jedinci a násilí na slabších dětech má potom skutečně patologické příčiny, ale podle ní jsou tyto případy spíše vzácné.

Druhým motivem je zvědavost či experiment, při kterém funguje týrání jako pokus.

Agresor je zvědavý a zkoumá, jak bude oběť reagovat při ponížení a bolesti, a snaží se odhalit její nejhlubší prožívání.²⁷ Zároveň také zkoumá a testuje dosah vlastní moci, vlivu a sil.

Oběť je přitahuje svou odlišností a agresora zajímá, jak bude reagovat v situaci, která ji ohrožuje.

Holeček uvádí ještě další příčiny ubližování. Jako nejčastější, který se vyskytuje v naší společnosti je zvýšení prestiže, uspokojení potřeby vyniknout a předvést se před ostatními.²⁸

Významným motivem, zejména u malých dětí je touha ničit a devastovat. Tato touha se velmi zvyšuje v pubertě a může přetrvávat i v dospělosti. Existuje však i devastační činnost z důvodů

²³ Kolář, 1997, str. 55

²⁴ Holeček, 1997, str. 24

²⁵ Kolář, 1997, str. 55

²⁶ Lovasová, 2002, str. 12

²⁷ Lovasová, 2002, str. 12

²⁸ Holeček, 1997, str. 24

pomstychtivosti dítěte, nenávisti, či závidi.²⁹ Myslím, že při rozpoznání tohoto motivu je velmi důležité, všimnout si u dítěte některých nápadností v chování, jako je například ničení a rozbíjení hraček a zejména pak týrání zvířat.

K šikanování však vede také touha agresora bavit se, zažít silnější zážitky a vymanit se z nudy všedního života.³⁰

2.5 Základní typy agresorů dle Koláře

Podobně jako u obětí, také agresory člení Kolář to tří typů:³¹

Prvním typem je agresor vyznačující se zvýšenou hrubostí, silným přetlakem energie, kázeňskými problémy, narušeným vztahem k autoritě. Někdy je zapojený do gangů páchajících trestnou činností.

Šikanuje masivně, tvrdě a nelítostně, vyžaduje absolutní poslušnost, používá šikanu s cílem zastrašit ostatní. Častá je agrese a brutalita u rodičů. Žák jejich násilí napodobuje nebo má touhu ho vracet.

Druhý typ je naopak velmi slušný, kultivovaný, narcisticky šlechtěný, sevřený, zvýšeně úzkostný, někdy i se sadistickými tendencemi v sexuální oblasti.

Šikanu praktikuje formou mučení, které je cílené a rafinované, děje se spíše ve skrytu bez přítomnosti svědků. Příkladem může být absolvent školy, která je vojensky zaměřená. V rodině se obvykle uplatňuje důsledný a náročný přístup, někdy až vojenský dril bez lásky. Velkým nebezpečím u tohoto typu chování je fakt, že se mnohdy může jednat o žáky, kteří jsou u učitele oblíbení, navenek působí ochotně, bezproblémově a mají velmi dobré komunikační schopnosti. Zejména při vyšetřování pokročilých stupňů šikanování dokáží s pedagogy velmi dobře spolupracovat, vychází jim ve všem vstříc a plní jejich požadavky.

Tímto chováním zároveň pomáhají pedagogům dosáhnout jejich výukových záměrů a udržovat kázeň ve třídě. Často je tento typ agresora považován za jednoho z nejlepších žáků, za pracovitého, vzorného člověka.³² Učitele tak přirozeně vůbec nenapadne, že by právě tento žák mohl někomu ubližovat, a v případě, že se šikana přece jen odhalí mívá pak pedagog následně pocit viny, že se nechal oklamat.

²⁹ Holeček, 1997, str. 24

³⁰ Holeček, 1997, str. 25

³¹ Kolář, 1997, str. 55

³² Kolář, 2001, str. 62

Třetím typem je „srandista“, optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídká oblíbený a vlivný. Šikana slouží především pro jeho vlastní pobavení a pro pobavení ostatních. Je u něj patrná snaha „vypíchnout“ humorné a zábavné stránky. Těžko rozlišuje hranice mezi tím, co je vtipné a co už zraňuje.

V rodinném prostředí nejsou zaznamenána významnější specifika. Pouze obecně je přítomná citová subdeprivace a absence duchovních a mravních hodnot v rodině.

Osobně mám zkušenost spíše se třetím typem agresorů. Většinou se jednalo o žáky, které učitelé označovali jako problémové. Nerespektovali autoritu, rádi se předváděli a k učení mívali negativní vztah.

Tito jedinci se obvykle vyhýbali fyzické agresi a spíše trápili oběť posměšky, nadávkami nebo se ji snažili přivést do ponižujících a zesměšňujících situací. Z napomínání učitelů si obvykle nic nedělali, naopak je spíše pobavilo a motivovalo k větší intenzitě útoků, protože cítili, že jsou středem pozornosti. Běžné poznámky a sankce na ně neplatily a jejich rodiče většinou nebyli ochotni situaci vůbec řešit.

Obvykle se také pod jejich vlivem připojovali k ubližování další žáci a to i bez předchozích kázeňských problémů, kteří s větší či menší intenzitou přispívali k atmosféře netolerance a nepřátelství ve třídě.

2.6 Rizikové faktory prostředí

Kromě výše uvedených charakteristik obětí a agresorů byly identifikovány rovněž znaky prostředí, které provokují šikanu. Tyto faktory se týkají nejen oběti či agresora ale mohou zahrnovat i širší souvislosti s celým společenským systémem ve kterém se protagonisté šikany pohybují.

Podrobněji se touto problematikou zabýval například americký psycholog Philip Zimbardo, který se snažil odpovědět na otázky, proč se ze slušných lidí mohou stát agresori, dopouštějící se těch nejhorších činů.

Jedním z faktorů je podle Zimbarda oslabení osobní zodpovědnosti a její přesunutí na někoho jiného. Tento mechanismus se například může uplatnit u dětí, které šikaně nečinně přihlížejí a začnou si namlouvat, že za šikanu sami nenesou žádnou odpovědnost a to i přes to, že nedokázali zabránit zjevnému zlu.³³

³³ http://www.ostium.sk/Html/Ostium/09_1/09_1_04_studie_ruzicka.html

Významnou roli hraje také existence autority a hierarchie nadřízených a podřízených, která je vytvořená proto, aby společenský celek dokázal fungovat. V takovém celku pak může snadno docházet ke změnám smyslu příkazů a zákazů, mění se i následky a dopady a podřízení začínají být postupně zbavováni svých svobod.³⁴

V případě šikany se toto může vyskytnout například v rámci internátních škol, kdy jsou starší žáci vybaveni určitou mírou rozhodujících pravomocí vůči mladším žákům a začnou toho zneužívat.

Dalším významným faktorem, který uvádí Le Bon je anonymita prostředí a snaha splynout s davem. Zejména u dětí se vyskytuje velká tendence k nápodobě a přehlížení důsledků jednání.

Pokud jsou děti povzbuzovány ať už agresorem nebo třeba nevědomky učitelem, kterému je oběť nesympatická, mají sklony považovat mnohé situace za pouhou hru. Růžička právě tyto tendence uvádí jako jednu z příčin rychle vzniklé a nekontrolovatelné šikany.³⁵

Podle Zimbarda, je mezi agresory jen velmi málo „sadistů,“ ale právě lidé slušní, kteří propadli zlu.

Při zkoumání vzniku agrese hovoří i o propadnutí zlu na základě vytvořené ideologie, která ospravedlňuje krutost. Tento jev se uplatňuje zejména v případě pokročilých stupňů šikanování, kdy většina třídy přistoupí na to, co Kolář označuje „myšlenkovou převýchovou“ kdy jsou žáci v rámci kamarádských vztahů manipulativně řízeni k nesvobodným rozhodnutím.³⁶

Kolář k vlivům prostředí doplňuje také napětí kterému je třída vystavena, například v případech očekávání náročné písemné práce, konfliktu s učitelem nebo obecné nechuti chodit do školy.

Šikana se pak stává možností jak uvolnit napětí a odreagovat se. Kolář toto uvádí jako často příčinu toho, proč se počáteční izolace a nepřijímání některých žáků začne postupně měnit v otevřenou agresi.³⁷

³⁴ http://www.ostium.sk/Html/Ostium/09_1/09_1_04_studie_ruzicka.html

³⁵ http://www.ostium.sk/Html/Ostium/09_1/09_1_04_studie_ruzicka.html

³⁶ Kolář, 2001, str. 80

³⁷ Kolář, 2001, str. 36

Významný podíl mají i hromadné sdělovací prostředky, hlavně televize a sledování videoprogramů, propagujících násilí.³⁸

Podle Erba se vlivem sdělovacích prostředků dítě učí, že pokud chce něčeho dosáhnout musí umět udeřit, nesmí být malicherné a může začít odmítat projevy soucitu.³⁹

Dále Erb dodává, že situaci ještě zhoršuje skutečnost, že jsou děti ponechány bez dozoru a nemají možnost promluvit s s nikým o tom, co v televizi viděly.⁴⁰

Jako obecnější příčiny pro to, že se u dětí více uvolňuje násilné chování dále uvádí například: rychle se měnící životní prostředí, sociální problémy ve společnosti (např. nezaměstnanost, chudoba apod.), přemíra technických informací a život na stále těsnějším prostoru. Domnívám se, že všechny tyto faktory vedou k tomu, že se člověk cítí více zatěžován prostředím a vzrůstá tak u něj stres a napětí, které pak ventiluje agresivním chováním.⁴¹

Všechny tyto výše uvedené příčiny, ať už z hlediska osobnosti i prostředí, mohou mít větší či menší podíl na vzniku agresivity a šikanování.

Atmosféra strachu a násilí se podepisuje nejen na oběti, ale i na celém kolektivu. Následující kapitola uvádí obvykle popisované negativní důsledky na celkový duševní i tělesný stav.

³⁸ Holeček, 1997, str. 7

³⁹ Erb, 2000, str. 35

⁴⁰ Erb, 2000, str. 36

⁴¹ Erb, 2000, str. 30

3 Dopady šikany na oběť

3.1 Dopady v oblasti prožívání

Šikanování způsobuje především veliké psychické a fyzické utrpení, které se navzájem prolíná. V důsledku toho může dojít k dlouhodobému až trvalému poškození psychického i tělesného zdraví. Následkem bývají nejrůznější poruchy psychosomatického charakteru, jako jsou například žaludeční problémy, bolesti hlavy, nespavost, poruchy příjmu potravy, snížená obranyschopnost organismu, únava, astmatické záchvaty apod.

Pokud šikanování trvá několik měsíců až let, dochází k vyčerpání organismu. V těle se také zvyšuje hladina stresových hormonů což vede ke zvýšení krevního tlaku a vyššímu riziku srdečních onemocnění v dospělém věku.⁴²

Vyskytnout se mohou rovněž poruchy spánku a noční děsy, smutek, apatie, deprese a poruchy přizpůsobivosti, nejistota a zhoršená schopnost soustředit se.⁴³

Některé oběti se musí dlouhodobě léčit, což může mít za následek i pozdější pracovní neschopnost či snížení společenského uplatnění.

U dlouhodobých a pokročilých stupňů šikanování dochází k závažným následkům, které se dotýkají celkového charakteru osobnosti. Některé případy končí až sebevraždou, jejíž příčinu je někdy obtížné zpětně ověřit, protože oběť o svém utrpení často mlčí. Projevit se mohou také silné pocity pronásledování, panická hrůza se zabitím a strach o vlastní život.

Důvodem, proč se oběť není schopna nikomu svěřit, může být jednak strach z toho, že se ubližování zhorší a také skutečnost, že vlivem šikany u ní dochází k překročení hranic, ničení sebeúcty a vytváření pocitu, že prozrazením takového problému by sama sebe ještě víc zranila, protože by tak potvrdila vlastní slabost a neschopnost řešit situaci vlastními silami.⁴⁴

U oběti může dojít i ke zhoršené adaptaci na nové prostředí a problémy mohou pokračovat i po přeřazení na jinou školu.

Podle mého názoru mohou mít zkušenosti se šikanou pro oběti přinést ještě další důsledky. Někdy se může zdát, že se oběť již se zážitkem vyrovnala, ale stačí vyhrocená osobní situace,

⁴² Lovasová, 2005, str. 15

⁴³ Vaničková, 2002, str. 9

⁴⁴ Vaničková, 2002, str. 9

kteřá nepříjemné zážitky znovu připomene. Například setkání s bývalými trýzniteli, střetnutí se s narážkou nebo způsobem komunikace, které připomenou traumatické období apod.

Dalšími důsledky jsou dlouhodobá nedůvěra k lidem obecně, která se může projevit například zvýšenou podezíravostí a obtížemi při navazování vztahů s okolím a to jak na obecné rovině, tak i ve vztahu k opačnému pohlaví. U dívek, které byly vystaveny šikanování ze strany chlapců či dokonce sexuálním útokům, se může rozvinout neschopnost zahájit či udržet vztah s osobou opačného pohlaví nebo dokonce změny v sexuálním chování, které směřují k preferování stejného pohlaví, jako většího zdroje jistoty.

Podle Řičana nemá šikana následky jen pro oběť, ale nepřímo i na ostatní členy kolektivu, kteří pouze přihlížejí, ať už jednání vnitřně odsuzují nebo ne. Může se na nich projevit strach z toho, že by se sami mohli stát obětí a špatné svědomí z neposkytnutí pomoci. Díky šikaně se tak učí konformitě a zbabělosti.⁴⁵

3.2 Obranné mechanismy jako reakce na šikanu

Oběti šikanování mohou na zátěž reagovat různým způsobem. Jednou z forem je i zapojení takzvaných obranných mechanismů ega.

Tyto reakce se vyskytují proto, že k základním tendencím osobnosti patří snaha udržovat vnitřní rovnováhu. Hlavní úkol ego obranných mechanismů pak spočívá v tom, že člověk chrání pocit vlastní hodnoty, což se děje převážně na nevědomé úrovni a brání jedinci v tom, aby propadal úzkosti ve chvílích kdy se s frustračními situacemi opakovaně setkává.⁴⁶ Jedinec, který je v kolektivu trýzněný a ponižovaný, si tím udržuje určitou vnitřní rovnováhu a schopnost fungovat. Úskalím je ovšem skutečnost, že jde spíše o určitou formu úniku, než o účinné řešení problémů a některé z těchto obran s sebou nesou riziko pozdějšího vzniku problémů, jak ukáže následující charakteristika některých z těchto mechanismů.⁴⁷

⁴⁵ Řičan, 1995, str. 38-39

⁴⁶ Nakonečný, 1995, str. 223

⁴⁷ Nakonečný, 1995, str. 225

3.2.1 Vytěsnění

Tento mechanismus má za následek vytěsnění negativních myšlenek nebo zážitků oběti.

Oběť si je nepamatuje nebo neuvědomuje.

Důsledkem pak bývají nejrůznější tělesné příznaky, například nepříjemné pocity nebo znecitlivění v různých částech těla. Takové příznaky jsou samozřejmě pro oběť velmi zatěžující a někdy se dlouho nedaří najít jejich hlubší příčinu.

Kromě toho představuje vytěsnění pro oběť velkou zátěž, protože při tomto procesu neustále spotřebovává energii a nedostávají se jí tak síly na jiné záměry. Někdy tak může dojít až k neurotickému vyčerpání.⁴⁸

3.2.2 Přemístění

Osoba přenáší nepříjemnou emoci na osobu nebo věc, která nemá vztah k příčině frustrace. Jedná se tedy o přenášení agrese na jiný, náhradní objekt. V praxi je možné uvést situaci, kdy si oběť šikanování „vybíjí“ zlost buď tak, že se sama stane agresorem a ubližuje někomu, kdo je slabší než ona nebo se u ní projevuje zvýšená podrážděnost, agrese a hádavost při jednání s rodiči, přáteli apod.

3.2.3 Racionalizace

Tento projev je charakterizován tím, že jsou nežádoucí způsoby chování, snahy a pocity potlačovány spojováním s přijatelnými vysvětleními.

Častěji je možné setkat se s tímto jevem spíše u agresora, který tak omlouvá své nepřijatelné jednání. Obvyklé jsou argumenty typu: „Může si za to sám. Je ošklivý. Tlustý. Pořád mě provokuje tím jak se chová,“ apod., ale může se vyskytovat i u oběti, která si ubližování odůvodňuje tím, že má nějakou závažnou slabost či nedostatek a proto si agresor pro své útoky vybral právě ji.

3.2.4 Útěk do fantazie

Osoba se oddává denním snům nebo jiným formám imaginace, která napomáhá k úniku z tíživé situace a k tomu, že prožívá ve svých fantaziích nedosažitelné uspokojení.

Během své docházky na základní školu jsem se několikrát s tímto chováním setkala a většinou k němu docházelo u obětí, které se v kolektivu projevovaly spíše plaše a uzavřeně.

⁴⁸ Podle Fenihela, Kaščáková, 2007, str. 27

3.2.5 Fixace

Jedinec lpí na určitém způsobu chování i poté, co se opakovaně prokáže jeho neúčinnost. Na základě tohoto obranného mechanismu je možné vysvětlit to, proč se některé děti znovu a znovu stávají terčem šikanování a to i přes to, že změnily školu. Obvykle totiž v těchto případech vykazují stejné rysy chování jako je plachost, uzavřenost, málomluvnost, zvýšená zranitelnost či naopak tendence provokovat ostatní. Takové projevy pak potencionální agresory přitahují a riziko pro oběť se tím pochopitelně zvyšuje.

3.2.6 Útěk

Člověk se stáhne ze situace, v které zažívá nebo zažil ponížení. Žák se vyhýbat situacím ve kterých k šikaně dochází, vymýšlí si před rodiči různé důvody, proč nejít do školy a v krajním případě se u něj začne objevovat záškoláctví. Tento mechanismus nejen že vůbec nic nevyřeší ale, navíc u oběti dochází jen ke kumulaci dalších problémů.

3.2.7 Rezignace, apatie

Na rozdíl od útěku se jedná o pasivní reakci, při které dochází ke stažení se ze situace. Kontakt s nepříjemným okolím je přerušen a je vyloučena jakákoliv emoční nebo osobní účast. To se může projevit tak, že oběť už není schopna prožívat emoce jak pozitivní tak negativní ani klást agresorovi odpor. Ve třídě se chová nezúčastněně, ztrácí chuť ke školním, či mimoškolním aktivitám a často popisuje pocit psychického i fyzického vyčerpání.

3.2.8 Identifikace s agresorem

Tento obranný mechanismus byl rozpracován a popsán ve spisech Anny Freudové, která tuto obranu považovala za jednu z nejsilnějších zbraní ega, které se setkává s objekty vyvolávajícími úzkost.⁴⁹

Oběť, která je vystavena nebezpečí ze strany agresora se s ním začne identifikovat.

Při této identifikaci se buď činí zodpovědnou za agresi jako takovou nebo napodobuje útočnicka.⁵⁰ V některých případech se dítě samo rovněž stane agresorem.

⁴⁹ Kaščáková, 2007, str. 21

⁵⁰ Kaščáková, 2007, str. 48

3.2.9 Sebeobviňování

Agrese je v tomto případě zaměřena na sebe sama. Jedinec se nejen obviňuje, ale i trestá. Účelem sebeobviňování je zajistit si pomoc a lítost a sebetrestáním se vyrovnává s pocity viny.

Pocit viny a nenávisť k sobě samému je u obětí šikanování velmi častou reakcí, která u některých přetrvává až do dospělého věku. Člověk je přesvědčen, že si za všechno stejně mohl sám, protože měl nějakou nápadnou odlišnost, která agresory dráždila.

Někdy si i pořád dokola klade otázku, proč si se situací nedokázal poradit sám a utvrzuje se tak v pocitu vlastní neschopnosti.

V této části je třeba zmínit základní pravidlo týkající se šikany, které bylo již zmíněno a sice to, že obětí se může stát jakékoliv dítě, a to bez ohledu na vzhled, vlastnosti, schopnosti a prostředí, ze kterého pochází, a proto nemá smysl, aby oběť svalovala veškerou vinu na sebe.

3.3 Následky v oblasti postojů

Šikana však zanechává následky nejen v oblasti psychické ale i fyzické. Zároveň vytváří následky v oblasti postojů. Postoje lze definovat jako „*trvalé soustavy pozitivních nebo negativních hodnocení, emocionálního citění a tendencí jednání pro nebo vůči společenským objektům. Mít vůči něčemu postoj znamená zaujmout vůči nějakému objektu, jímž může být cokoliv hodnotící stanovisko.*“⁵¹

V tomto případě je objektem hodnocení šikana a agresivní chování, které může být hodnoceno jako pozitivní. Postoje tedy znamená zaujmout k něčemu hodnotící stanovisko.⁵²

Někteří lidé zastávají názor, že šikanování je nedílnou součástí růstu a dospívání, tedy něčím, čím si musí každé dítě projít, aby pak obstálo ve tvrdých a nelítostných zkouškách každodenního života.⁵³ Pokud však dojde k takovému akceptování šikanování jako něčeho co je zde pro dobro dítěte, naučí se oběť řadu negativních postojů, které ji mohou velmi nepříznivě ovlivnit i v dalších letech života.

Mezi takové postoje patří představa oběti, že sama nemá žádnou hodnotu.⁵⁴

⁵¹Podle D.Kretche, R.S. Crutchfielda, E.L. Ballacheyho, Nakonečný, 1999, str. 131

⁵² Nakonečný, 1999, str. 131

⁵³ Elliottová, 1995, str. 81

⁵⁴ Elliottová, 1995, str. 81

Dlouhodobé zkušenosti s trýzněním a posměchem snižují sebevědomí oběti a situaci často zhoršuje i fakt, že se oběti málokdy někdo zastane. Oběť tak nemá možnost navazovat normální vztahy ve třídě a tak získává představu, že o kontakt s ní nikdo nestojí.

Dále může oběť dojít k názoru, že jemnost a laskavost se nevyplácí.⁵⁵

Oběť postupem času, kdy je vystavena ubližování ztrácí iluze a stává se zatvrzelou a uzavřenou přátelských vztahům. Někdy se sama stává agresorem a ubližuje dalším žákům nebo se u ní projeví zvýšená touha ovládat druhé a určitá bezohlednost v jednání s okolím.

Jiným častým příkladem je situace, kdy se oběti zastane osoba, která se kvůli tomu vzápětí rovněž stane terčem útoků. Ve skupině pak přestává fungovat vzájemná solidarita a každý se stará sám o sebe, aby neměl problémy.

Pokud jednotlivec a skupina zažije šikanování osoby, která je nějakým způsobem odlišná, může získat představu, že vyřazovat z kolektivu osoby odlišného chování je přípustné.⁵⁶

Podle mého názoru zde hraje velkou úlohu také výchova rodičů, kteří často s dětmi o odlišnostech a vzájemné toleranci vůbec nemluví. Děti tak nemají šanci získat dobrý příklad a není jim vstřípen fakt, že určitá odlišnost je normální a není přípustné, aby se kvůli tomu spolužákovi smál, či mu dokonce ubližoval. V této souvislosti se vytváří i představa o možnosti vylepšit vlastní život na úkor někoho jiného, slabšího než jsme my sami.⁵⁷

Šikanování v tomto případě funguje jako nástroj na zvýšení osobní prestiže agresora či dokonce k přesvědčení, že oběť poskytuje agresorovi jakousi zábavu.

Oběť je také často přesvědčená, že je její vlastní chybou, nedovede-li si poradit s lidmi, kteří jí znepríjemňují život.⁵⁸ K tomu nezřídka přispívá i přístup rodičů a okolí, kteří oběť ponoukají větami typu: „Kdyby si se bránil, měl bys klid. Musíš si s tím poradit sám. Nesmíš být ve třídě tak zakřiknutý,“ apod. Oběť jim pak jen těžko dokáže vysvětlit, že se sama bránit nedokáže, má strach nebo je na ni moc velká přesila.

Ve skupině se formuje také postoj, že jedinec musí zapadat do kolektivu i kdyby byl jakýkoliv.

Někteří žáci by se oběti chtěli zastat, ale chybí jim odvaha a vůle, protože se bojí, aby se nedostali do stejné situace a tak raději mlčí a v horším případě se i připojí k agresorům.

Snaha jít za každou cenu s davem, se tak vlastně stává nepřímou podporou násilí a nesvobody ve třídě.

⁵⁵ Elliottová, 1995, str. 82

⁵⁶ Elliottová, 1995, str. 82

⁵⁷ Elliottová, 1995, str. 82

⁵⁸ Elliottová, 1995, str. 82

Oběť někdy zastává názor, že je nutné sebezapření a není šance zvítězit.

Zvlášť na druhém stupni základní školy, kdy se blíží přechod na jinou formu vzdělání může oběť argumentovat větou: „To už nějak vydržím.“ Někdy ovšem takové „vydržím“ trvá i několik let a tak oběť je zcela zbytečně vystavována utrpení.

Závažným problémem, který může oběť provázet řadu let je obecná nedůvěra k lidem.⁵⁹ Pokud má zkušenost s opakovaným ubližováním, zejména pokud se jedná o větší skupinu agresorů, dochází k narušování schopnosti vytvářet mezilidské vztahy.

Vyskytuje se především zvýšená podezíravost a obava, že pokud se někomu svěřím, pustím ho do větší blízkosti nebo s ním začnu sdílet svoje soukromí, může mi takový člověk ublížit. Oběť pak těmto obavám předchází izolací a nenavazováním žádných osobnějších vztahů.

Oběti mnohdy šikanování vůbec neoznámí a věří, že je lépe když tento jev budou zakrývat lhaním.⁶⁰ Důvodem je například strach z agresora, pocit bezmoci a roli hraje také stud z ubližování.

Dále se oběť učí, že je lépe být submisivní a vlastně nezbyvá nic jiného, než žít ve strachu.⁶¹

Takové představy a názory jsou samozřejmě chybné a přináší s sebou velká rizika i do dospělosti. Aby se oběť se svými negativními zážitky byla schopna vyrovnat, měla by jí být v první řadě poskytnuta bezodkladná pomoc.

⁵⁹ Elliottová, 1995, str. 82

⁶⁰ Elliottová, 1995, str. 82

⁶¹ Elliottová, 1995, str. 82

4 Pomoc obětem šikanování

4.1 Primární, sekundární a terciární prevence ve škole

Činnost, která je zaměřena na řešení šikany je možné rozčlenit podobně jako jiné aktivity, v oblasti sociálně patologických jevů, tedy na primární, sekundární a terciární prevenci.

Prvním stupněm aktivit, který je zaměřen na široký, neproblematický okruh třídních kolektivů, je primární prevence.

Cílem primární prevence je, aby šikanování ve škole vůbec nenastalo. K tomu je třeba poskytnout pedagogickým pracovníkům i žákům dostatek informací o tom, že šikanování není žádnou neškodnou zábavou, a zároveň jim ukázat, jaké negativní důsledky z ní pro oběť i agresora vyplývají. Do těchto aktivit se zapojují také pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče i další odborná pracoviště, která poskytují odbornou konzultaci i psychoterapeutickou péči.⁶²

Pro pomoc oběti u které aktuálně šikanování probíhá, se využívá především druhý stupeň, nazývaný sekundární prevence. Úkolem sekundární prevence je napomoci při předcházení vzniku a rozvoji negativních projevů chování dítěte nebo narušení jeho zdravého vývoje, zmírňovat nebo odstraňovat příčiny nebo důsledky již vzniklých poruch chování.⁶³

Rodičům, obětem i agresorům lze doporučit návštěvy v ambulantním oddělení střediska výchovné péče pro děti a mládež, pedagogicko-psychologické poradně nebo v jiných nestátních organizacích, majících podobnou náplň.

V závažnějších případech může škola doporučit i pobyt agresora v diagnostickém ústavu či středisku výchovné péče. Taková opatření mají význam jak pro nápravu škodlivého chování agresora, tak pro zajištění ochrany a bezpečnosti oběti, aby šikanování už dále nepokračovalo.

Oběti šikanování je možné doporučit psychoterapeutickou péči pedagogicko-psychologické poradny, či jiného odborného pracoviště. Oběť i ostatní členové třídního kolektivu mohou také anonymně využít Linku bezpečí.

⁶² <http://www.msmt.cz/socialni-programy/strategie-prevence-socialne-patologickych-jevu-u-deti-a>

⁶³ <http://www.msmt.cz/socialni-programy/strategie-prevence-socialne-patologickych-jevu-u-deti-a>

Úkolem terciární prevence je hlavně oddělení agresora od oběti, a změna celkového klimatu ve třídě. Na rozdíl od sekundární prevence, která se, jak už bylo zmíněno, zabývá řešením aktuálně probíhající šikany ve třídě, terciární prevence se naproti tomu zabývá prací s jedinci i kolektivem ve kterém už bylo šikanování vyšetřeno, škola z něj vyvodila zcela konkrétní sankce a oběť již není v bezprostředním ohrožení. I když se v rámci sekundární a terciární prevence pracuje s již vzniklým problémem, stále je možné hovořit o prevenci, neboť tyto aktivity zabraňují zhoršování či opětovnému vzniku šikanování a chrání tak dítě i společnost před tímto negativním jevem.

Terciární prevence rovněž spočívá ve spolupráci se středisky výchovné péče či dalšími institucemi, jako je například Bílý kruh bezpečí, Občanské sdružení proti šikanování nebo Amnesty International ČR.⁶⁴

Pomoc obětem šikanování se, jak už bylo výše zmíněno, netýká pouze školy a odborných zařízení ale i rodičů, kteří se tak stávají významným zdrojem opory.

Někteří z nich jsou zjištěním, že je jejich dítě obětí šikany zaskočení a ne vždy jsou jejich reakce takové, aby se oběť se svými zážitky mohla adekvátně vyrovnat.

Následující podkapitola je proto věnovaná úloze rodičů v pomoci obětem šikanování.

4.2 Úloha rodičů

Důležitým předpokladem pro to, aby mohli rodiče dítěti v jeho těžké situaci pomoci, je hlavně všimnout si jeho celkového psychického i fyzického stavu a nepřehlížet některé varovné signály.

Nejčastěji uváděnými příznaky jsou: náhlé zhoršení prospěchu, často poškozené nebo zničené věci, zašpiněný oděv, záškoláctví, časté návštěvy lékaře s rozmanitými tělesnými příznaky, modřiny, škrábance na těle, poruchy vědomí, zvracení, bolesti hlavy, končetin a dalších částí těla.

Dále mohou rodiče pozorovat, že si dítě nevodí domů žádné kamarády a není ani zváno k nikomu ze školy na návštěvu, tráví doma více času než mělo dříve ve zvyku, trpí nechutenstvím, má neklidný spánek a často chodí ze školy hladové. Důvodem může být to, že je svačiny nuceno odevzdávat agresorovi, či neschopnosti přijímat potravu ve školním prostředí plném stresu a napětí.

⁶⁴ Kolář, 2001, str. 248

Co se týče vztahu ke škole, často oběti ztrácí zájem o učení, nerady chodí do školy, hledají výmluvy proč zůstat doma nebo začnou chodit do školy jinou, delší cestou.

Někdy také překvapivě často rodiče žádají o peníze, opakovaně tvrdí, že je ztratili, případně je doma kradou. Objevuje se také agresivita vůči rodičům a sourozencům.⁶⁵

Kolář ještě doplňuje další příznaky jako je zaraženost, posmutnělost, depresivní rozladění, mlčení o tom co se děje ve škole a vyhrožování sebevraždou nebo pokusy o ni.⁶⁶

Ideální samozřejmě je, pokud se dítě s problémem samo svěří, a ať už se rodiče o šikanování dozvědí jakýmkoliv způsobem, doporučuje se rodičům, aby ho pochválili, povzbudili ho, rozptýlili jeho obavy z toho, že žaluje a naopak ocenili jeho sílu a odvalu k ohlášení této skutečnosti.

Důležité rovněž je, aby dovedli dítě přesvědčit, že mu opravdu chtějí pomoci, vyslechli ho a dovedli brát jeho informace vážně. Zároveň je třeba, aby rodiče během rozhovoru s dítětem odložili stranou veškerou práci.

Myslím, že velkou chybou rodičů je to, když dítěti neustále dávají najevo svou zaneprázdněnost.

Pokud potomek už poněkolkáté uslyší větu „Mám moc práce“ nebo „Nemám teď zrovna čas,“ není už napříště ochotné k žádnému svěřování a získává dojem, že se na rodiče nemůže spolehnout.

Pokud se tedy rodiče již o šikaně dozvěděli, měli by postupovat následujícím způsobem.⁶⁷

Nejprve by měli zjistit všechny potřebné informace. Rozhovor s dítětem by vždy měl probíhat v atmosféře důvěry a podpory.

1. Dalším krokem je zajistit dítěti dostatečnou ochranu např. při cestě do školy.
2. Důležité rovněž je, poskytnout dítěti dostatek péče, komunikovat s ním, společně trávit volný čas.
3. V krajních případech je možné ponechat dítě doma, ale vždy je při tom nutné vzít v úvahu, zda je tam dítě schopné být samo. V opačném případě by totiž mohlo hrozit riziko sebepoškozujícího chování
4. Dítě je třeba opakovaně ujišťovat, že udělalo dobře, když se svěřilo, a zároveň by s ním rodiče měli mluvit více než dříve.

⁶⁵ Holeček, 1997, str. 31

⁶⁶ Kolář, 2001, str. 166

⁶⁷ Holeček, 1997, str.

5. Je nutné vzít v úvahu i všechny okolnosti, které ke vzniku šikanování vedly, ne jen školu, ale například i osobní problémy na straně dítěte, jako je nízké sebevědomí, fyzické oslabení, vztah agresora k oběti, celková atmosféra v kolektivu apod.
6. Je dobré zajistit dítěti pomoc odborníka.
7. Rodiče by se rovněž měli obrátit na školu, poradit se s pedagogy o řešení a společně naplánovat kroky k řešení.

Rodiče by také měli počítat s tím, že psychoterapeutická pomoc může být pro dítě nezbytná nejen ve fázi, kdy šikanování probíhá, ale i následně, pokud u dítěte přetrvávají psychické obtíže.

Někdy se však rodiče těmito postupy neřídí, a i když jednají s dobrým úmyslem, mohou oběti způsobit spíše víc škody, než užítku.

Například u obětí opakovaného šikanování se vyskytují tendence obviňovat dítě z toho, že si za problémy může samo, a udílet mu rady, jak se v kolektivu co nejvíc prosadit.

Takové jednání může v dítěti prohlubovat pocity viny, protože nedokázalo situaci samo zvládnout, a dále snižovat jeho sebevědomí.

Nepopírám, že je dobré, když rodiče poskytnou dítěti návody jak zvýšit sebevědomí a zlepšit vystupování před spolužáky. Zároveň ale považuji za nutné, aby rodiče vzali v úvahu i celkovou osobnost dítěte a kladli na něj reálné požadavky. Domnívám se, že je chybou chtít od dítěte, které se celý život potýká s nedostatkem sebedůvěry, aby se najednou stalo průbojné, komunikativní a nenechalo si nic líbit.

Zvyšování sebedůvěry je důležité, ale mělo by se dít po malých krocích, které je dítě schopné, vzhledem ke svým osobním předpokladům, zvládnout.

Elliottová v této souvislosti uvádí několik zajímavých technik, které mohou rodiče s takovým dítětem procvičovat. První je praktický nácvik chůze, kdy se dítě učí nechodit ustrašeně se svěšenou hlavou a pokrčenými rameny, ale hrdě a vzpřímeně, protože i pohyby těla mohou výrazně ovlivňovat to jak se dítě cítí. K tomu bych ještě dodala, že to ovlivňuje nejen to, jak dítě vnímá samo sebe, ale i jak ho vnímají jeho spolužáci. Pokud dítě působí hodně ustrašeně, může být větší pravděpodobnost, že se stane terčem agresorů, jak už jsem zmínila v kapitole o obětech. Další technikou, kterou doporučuje Elliottová je nácvik říkání „ne.“ I vyjadřování zloby zabarvením a intenzitou hlasu, může podle ní zvýšit dítěti sebevědomí. Tyto pocity se dají vyjádřit i pomocí dalších méně obvyklých technik, jako je kreslení a modelování z plastelíny, kdy si dítě vytvoří model svého trýznitele a přenesse do něj své vnitřní frustrace.

To může pomoci stanovit vhodné podmínky pro diskusi a najít společně s rodiči návod, jak se v takových situacích orientovat.⁶⁸

Kromě nereálných požadavků zmiňuje Pöthe v případě rodičů i jiné úskalí, kterým je unáhlené jednání a snaha za každou cenu oznámit násilníka ve škole, či rovnou školu zažalovat.⁶⁹ Zahájení soudního řízení je samozřejmě možné, ovšem podle mého názoru, by se to mělo dít až v krajním případě, pokud se škola odmítá případem zabývat.⁷⁰

Podle Pötheho je třeba brát v úvahu zvýšenou opatrnost dítěte a obavy z odplaty a nutnost jednat tak, aby si dítě mohlo být jisté svým bezpečím.⁷¹

Opatrnost a zajištění bezpečnosti, by však zároveň nemělo vést ke zbytečnému odkládání pomoci.

Řičan v této souvislosti uvádí případy, kdy rodiče radí dětem nebránit se, aby agresory ještě víc nerozzuřili a litují celou svou rodinu za to, co je potkalo. Takový přístup pochopitelně dítěti nepomůže, ani ho nijak nepovzbudí.⁷²

Důležitým krokem, který by měl navazovat co nejdříve po odhalení šikanování, je navázání kontaktu rodičů se školou. Rodiče i škola by se měli společně dohodnout na konkrétním postupu řešení a nepouštět se do neodborných zásahů. Zároveň je nutné stanovit postup vzájemné informovanosti.

Pokud škola nevyvíjí dostatečnou aktivitu k řešení či se snaží problém zlehčovat, je možné obrátit se na inspektora, či pracovníka školské správy.

Kolář doplňuje, že v takových případech je rovněž nutné, aby rodiče zcela kategoricky odmítli neodborný zásah ze strany školy, přeřadili dítě jinam a zajistili jeho právní ochranu. Tou je myšlena stížnost na školu jak na úrovni České školní inspekce, tak i dalších institucí jako je ministerstvo školství, poradny pro specializovaná práva dětí, soud či prezident republiky.⁷³ Při vyrovnávání oběti se šikanou hraje důležitou roli jak přístup rodičů, tak přístup školy. Ta by v žádném případě neměla problém podceňovat či se ho dokonce snažit utajit.

Považuji za důležité, aby si učitelé uvědomili, že nevhodným postupem při řešení šikany může oběť zažívat dvojnásobné trauma.

⁶⁸ Elliottová, 1995, str. 94-95

⁶⁹ Pöthe, 1999, str. 136

⁷⁰ Holeček, 1997, str. 39

⁷¹ Pöthe, 1999, str. 136

⁷² Řičan, 1995, str. 42

⁷³ Kolář, 2001, str. 169-170

4.3 Úloha pedagogů

Pöthe uvádí, že jedním z prvních předpokladů pomoci šikanovanému dítěti, je přiznat si možnost přítomnosti šikany v prostředí, kde se dítě pohybuje.⁷⁴

Dle mého názoru je třeba, aby se tento problém začal řešit co možná nejdříve, protože se tak může předejít nejen vzniku nebo zhoršování negativních důsledků na oběť i ostatní členy třídy, ale také lze zabránit tomu, aby se násilí dále zhoršovalo.

Říčan zdůrazňuje, že děti šikanou trpí nejen v rámci třídy ale i v rámci celé školy a pokud je jim nabídnuta pomoc, získá u nich učitel nejen důvěru a spojení, ale i iniciativní spolupráci a celkovou ochotu podřídit se školnímu řádu.⁷⁵ Proto je řešení šikany v zájmu nejen dětí, ale i učitelů. Na těch pak spočívá odpovědnost zaznamenat varovné příznaky a umět s nimi účinně pracovat.

Vzhledem k tomu, že se dítě často ze strachu nesvěří, je podle něj třeba všimnout si známek šikanování jak u oběti, tak u agresora.

U oběti rozlišuje Kolář tyto známky šikanování jako přímé (alarmující) a nepřímé (varující).⁷⁶ Nepřímé známky se od přímých liší tím, že nemusejí podávat na první pohled zřejmý obraz o tom, že je dítěti ubližováno.

Podle Koláře jsou nejčastější nepřímé znaky tyto:⁷⁷

Žák vchází do třídy až s učitelem, zdržuje se nenápadně v jeho přítomnosti, chodí všude pozdě a poslední. Je osamělý, nebaví se, nemá kamarády. Je smutný, stísněný, ustrašený. Nechodí na tělocvik, má nadměrnou absenci. Zhoršil se jeho prospěch, je nesoustředěný.

Často má rovněž strach promluvit před třídou a při týmových sportech je volen do mužstva mezi posledními.⁷⁸ Ze svých zkušeností jsem měla možnost poznat, že se u obětí šikanování velmi často vyskytoval, vedle jiných, právě poslední, výše jmenovaný příznak a téměř u

⁷⁴ Pöthe, 1999, str. 125

⁷⁵ Říčan, 1995, str. 47

⁷⁶ Kolář, 2001, str. 109

⁷⁷ Kolář, 2001, str. 109-110

⁷⁸ Říčan, 1995, str. 49

všech učitelů unikl pozornosti, neboť ho považovali za přirozený důsledek nešikovnosti dítěte při sportovních aktivitách.

Učitel by si měl také všimnout příznaků, jako je izolace a odmítání, okřikování a příkazy, kterým se dítě snaží vyhovět. Vtipy od spolužáků, ničení věcí. Ponižování a zesměšňování, hanlivá přezdívka. Podle Říčana je rozhodujícím kritériem to, do jaké míry je dané dítě konkrétní přezdívkou nebo oslovením zranitelné.⁷⁹ Dále se objevuje strkání, pošťuchování, pohlavky apod. Pro Říčana nemusí být u těchto fyzických projevů vždy rozhodující jejich síla ale to, že je oběť neoplácí.⁸⁰

Dítě také často „dobrovolně“ odevzdává spolužákům svačiny a Říčana k tomuto výčtu ještě dodává rvačky, v nichž je jeden z účastníků zřetelně slabší a snaží se uniknout. Nemusí se při tom vždy jednat o útěk v pravém slova smyslu, ale třeba i o pláč zejména u menších dětí.⁸¹

Podle mého názoru je právě dodržování pravidla všimnout si často problematické.

Zvláště ve třídě s větším počtem žáků je mnohdy učitel natolik zaneprázdněn výkladem učební látky a udržením kázně, že mu často tyto varovné signály, hlavně pokud se jedná o ty nepřímé, unikají.

Svou roli hraje i nedostatečná průprava pro řešení této problematiky a podceňování její závažnosti.

Pöthe proto uvádí ještě druhou důležitou podmínku a tou je uvědomit si závažnost šikanování z hlediska prožívání oběti a vzniku krátkodobých i dlouhodobých následků.⁸²

Proto je hlavním cílem každého zásahu proti šikanování zabránit vzniku a rozvoji psychického a tělesného poškození oběti.

Kolář však, ještě před samotným zásahem, klade na první místo prvotní úkol vyšetřování, kterým je odhadnout závažnost onemocnění kolektivu, ten umožní pedagogovi rozeznat o jak závažný problém se vlastně jedná a na základě toho zvolit odpovídající přístup.⁸³

Je třeba rozlišovat mezi počáteční a pokročilou šikanou.

Hlavní rozdíl lze podle Koláře spatřovat především v tom, že u počátečních stupňů šikanování, nejsou normy a hodnoty agresorů přijímány většinou, zatímco u pokročilých, byly přijaty většinou nebo dokonce všemi členy skupiny.

⁷⁹ Říčana, 1995, str. 49

⁸⁰ Říčana, 1995, str. 49

⁸¹ Říčana, 1995, str. 49

⁸² Pöthe, 1999, str. 125

⁸³ Kolář, 2001, str. 110

U pokročilých stádií také již obvykle dochází k velmi agresivním projevům (škrčení, bití, kopání apod.), jimž z pravidla předcházely mírnější formy šikanování, například izolace, slovní útoky atd.⁸⁴

Dalšími znaky pokročilé šikany je trvání déle než tři měsíce, její objevení v kolektivu, který se zná již několik ročníků a větší počet obětí a agresorů (podle Koláře čtyři a více).

4.4 Postup při zachycení šikany ve škole

Kolář uvádí tři základní pravidla, která by měl učitel v případě pokročilé šikany dodržovat. Těmi jsou:⁸⁵

- 1) zajištění ochrany oběti,
- 2) zdržení se zásadních kroků ve vyšetřování,
- 3) využití možnosti spolupráce s odborným pracovištěm

U počátečních stupňů šikanování, může pedagog zvládnout tuto situaci vlastními silami

Kolář vyjmenovává několik základních kroků, tzv. strategie první pomoci, která je pro učitele výhodná pro časovou nenáročnost a možnost využití v rámci učitelovy obvyklé pedagogické odbornosti. Tato strategie zahrnuje:⁸⁶

- 1) rozhovor s informátory a oběťmi
- 2) nalezení vhodných svědků
- 3) individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky
- 4) zajištění ochrany obětem
- 5) rozhovor s agresory, popřípadě konfrontace mezi nimi.

Zajištění dostatečného množství informací, je prvním krokem pro další postup při řešení této problematiky.

Myslím, že velkou chybou je to, když učitel oběť nedostatečně vyslechne a celý zásah tak postaví na jedné výpovědi. To pak může vést k domněnkám, že se vlastně nejedná o nic závažného. Nedostatek informací s sebou také přináší riziko nežádoucího posílení vůdčí

⁸⁴ Kolář, 2001, str.110-112

⁸⁵ Kolář, 2001, str. 112

⁸⁶ Kolář, 2001, str. 113

pozice násilníků. Jejich sebevědomí tak dále narůstá a nerušeně pokračují v ubližování.⁸⁷ Agresor totiž velmi dobře pozná, že si učitel s jeho chováním vlastně příliš neví rady.

Podle mého názoru je rovněž důležité, aby se učitel snažil postupovat promyšleně, systematicky a nepodléhat záchvatům hněvu.

Setkala jsem se s případem, kdy se učitel bez zajištění dostatečného množství podkladů, prostě vztekle rozkřičel na agresora před celou třídou a domníval se, že je tím celá situace vyřešena. Jediným výsledkem však bylo jen pobavení agresorových spojenců a zvýšení agresorovi prestiže ve třídě.

Učitel by měl zjistit základní údaje jako: Kdo šikanuje? Koho? Jak dlouho se to děje? Kdo šikaně přihlížel?

Kolář i Řičan zdůrazňují, aby učitel všechny zjištěné skutečnosti písemně zaznamenal a uspořádal do kvalitního důkazního materiálu.⁸⁸

Řičan k tomu ještě doplňuje, že je třeba zdokumentovat i viditelná zranění u oběti a v případě potřeba přizvat i lékaře a policii. Pokud se učitel pro takový postup rozhodne je nutné učinit to bezodkladně.⁸⁹

Podle mého názoru je toto pravidlo velmi důležité, protože dává učiteli mnohem lepší přehled o celkové situaci, což je zvláště při velkém počtu žáků a jeho pracovní vyčerpání velmi důležité.

Ze své zkušenosti totiž znám případy, kdy učitel spoléhal pouze na svou paměť, nezaznamenal si důkladně všechny podstatné informace, brzy na celou záležitost zapomněl a oběť tak byla nucena znovu a znovu připomínat, co se mezi ní a agresorem děje.

Písemná dokumentace je rovněž důležitá i pro spolupráci s kolegy, rodiči i dalšími institucemi, protože bez dostatku podkladů by nemusela být dostatečně kvalitní a účinná.

Při získávání informací je také potřeba sledovat celkové dění ve třídě a nezdráhat se požádat o informace i kolegy.

V první fázi vyšetřování, kterou je rozhovor s informátory a oběťmi, doporučuje Kolář pořadí rozhovorů podle toho, kdo první přišel šikanu oznámit.

V případě, že učitel nejprve hovoří s informátorem, měl by hned následovat rozhovor s obětí, ne s podezřelými.⁹⁰

⁸⁷ Pöthe, 1999, str. 127

⁸⁸ Kolář, 2001, str. 113, srov. Řičan, 1995, str. 51

⁸⁹ Řičan, 1995, str. 52

⁹⁰ Kolář, 2001, str. 114

Ze svých zkušeností jsem se spíše setkávala se případy, kdy prvním kdo přišel šikanu učitelů oznámit byla samotná oběť a pak teprve následovaly rozhovory s rodiči, případně dalšími svědky.

Říčan při těchto rozhovorech klade důraz na to, aby učitel nejprve nechal toho, kdo ho o šikaně informuje vyprávět vlastními slovy, povzbuzoval ho k tomu, aby mluvil co nejvíce a pak se ho důkladně vyptal na všechny podrobnosti.⁹¹

Druhá fáze spočívá v nalezení vhodných svědků.

Učitel si vytipuje členy skupiny, kteří budou ochotni vypovídat. Právě tam se podle Koláře děje nejvíce chyb.

Několikrát jsem se na základní škole setkávala s plošnými výslechy třídy, což se většinou nedoporučuje, protože to vede spíše k zapírání a snaze „splynout“ s kolektivem za každou cenu.

Celá třída se na oběť během výslechu dívá, dítě má často obavy z pomsty a necítí se dobře.

Situace pak ještě může být zhoršena ve chvíli, kdy učitel před třídou zdůrazňuje, jak je oběť slabá, bezmocná a že ji musí ochránit.

Jistě je namístě vyjádřit oběti solidaritu, ale mělo by se to dít přiměřeným způsobem, tak aby nebyla zdůrazňována její bezmoc.

Během třetí fáze, kdy učitel provádí individuální, případně také konfrontační rozhovory se svědky, většinou podle Koláře postačí, když učitel hovoří s jednotlivými žáky. Může také uskutečnit doplňující a upřesňující rozhovory nebo konfrontovat dva svědky. Velkou chybou je společně vyšetřovat svědky a agresory.⁹²

Jak Kolář, tak Pöthe se shodují v tom, že v případě usvědčování agresora, platí také zákaz přímé konfrontace s obětí.⁹³

Takový přístup je jednak neefektivní, protože oběť má strach vypovídat, a navíc zde hrozí velké riziko traumatizace oběti a nárůstu obav z případné pomsty.

Podle mého názoru je i taková forma konfrontace pro oběť nepříjemná a ponižující.

Důležité také je nikdy neprozrazovat zdroj informací, aby tak učitel neohrozil jak oběť tak ostatní žáky ve třídě.

Ke všem obětem šikanování je třeba přistupovat citlivě a být si vědom vysoké hladiny úzkosti a obav, která může, zejména u dlouhodobého šikanování, ovládnout celý život oběti.

⁹¹ Říčan, 1995, str. 51

⁹² Kolář, 2001, str. 114

⁹³ Kolář, 2001, str. 113, srov. Pöthe, 1999, str. 127

Hned od začátku, kdy se učitel o šikanování dozví, by měl oběti poskytnout dostatečnou podporu. Kolář sice toto uvádí jako čtvrtou fázi vyšetřování, ale zároveň zmiňuje, že pořadí tohoto kroku není pevně dáno.

Někdy je nutné ochránit oběť bezodkladně, například zajištěním jejího bezpečného odchodu domů, pokud jí agresori vyhrožují napadením před školou.⁹⁴

Podle Říčana by měl učitel, pokud je schopen dostatečnou ochranu zajistit, přemlouvat oběť, aby celou záležitost zveřejnila. To přináší určitou naději, že agresori se svým počínáním přestanou, protože se o nich bude ve škole vědět.

Zároveň si je však vědom toho, jak problematické může být pro oběť toho odhalení a doporučuje v některých případech vyslechnout agresora i proti vůli oběti, pro kterou to může znamenat velkou úlevu a pocit, že se konečně začíná něco řešit.⁹⁵

Pöthe zdůrazňuje, že je v každém případě nutné, aby dal učitel oběti najevo, že je na její straně. V žádném případě by ji neměl obviňovat. Naopak je třeba ubezpečit ji, že jí nikdo nemá právo ubližovat, a pokud se to děje, má právo na pomoc. Vždy je nutné aktivně zajistit bezpečnost oběti a v případě závažnějšího, fyzického nebo tělesného poškození, je třeba vyhledat lékařskou a psychologickou pomoc.⁹⁶

Poslední fází při vyšetřování je rozhovor s agresory, popřípadě konfrontace mezi nimi.

Kolář považuje za velmi důležité, aby měl učitel v této fázi shromážděn dostatek důkazů. Jinak pedagog ztrácí čas, protože agresori vše popřou a zpochybní. Dalším nebezpečím učitelovy nepřipravenosti je i zvýšená snaha agresorů skrýt všechny stopy a možná pomsta spolužákům. Hlavním cílem rozhovoru je okamžitě zastavit násilí a ochránit oběť i agresora před tímto jednáním. Někdy stačí agresorovy pohrozit vyloučením, ohlášením na policii a zdůraznit, že bude k jejich snaze napravit situaci přihlédnuto ve výchovné komisi.⁹⁷

Říčan upozorňuje na to, že učitel bude při těchto rozhovorech pravděpodobně čelit výmluvám o tom, že šlo o nehodu, legraci nebo hru. V takovém případě je podle něj namístě, aby se učitel zeptal jak se děti snažili oběti pomoci, jak projevíli svou solidaritost a zda se smáli a bavili všichni.⁹⁸

Při vyšetřování pokročilých šikan, je situace mnohem komplikovanější. Všichni žáci lžou a zapírají, dochází ke křivým výpovědím a falešným svědectvím. Zde je podle Koláře nutné,

⁹⁴ Kolář, 2001, str. 114

⁹⁵ Říčan, 1995, str. 52

⁹⁶ Pöthe, 1999, str. 128

⁹⁷ Kolář, 2001, str. 115

⁹⁸ Říčan, 1995, str. 53

použít metody kriminalistického výslechu a pokud se oběť nachází v ohrožení života, bývá na místě uvalení vazby na agresora.

Náprava těchto stupňů šikany vyžaduje dobrou znalost skrytého života skupiny a při dobré spolupráci se školou je například agresor přeřazen do jiné třídy a se skupinou se praktikuje další léčba.⁹⁹

4.5 Sankce za šikanování a jeho náprava

Pokud je šikana již řádně učitelem vyšetřena, postoupí učitel do další důležité fáze, kterou je náprava. Kolář uvádí dvě základní metody:¹⁰⁰

- 1) metoda vnějšího nátlaku
- 2) metoda usmíření.

Obě se snaží o zastavení šikanování a kladou si za cíl vyléčit a pozitivně ovlivnit celou skupinu. Neřeší však příčinu problému.

Metoda vnějšího nátlaku spočívá v tom, že jsou agresori přinuceni trestem a strachem k zastavení ubližování. Obvykle se dělí na:¹⁰¹

- 1) Individuální nebo komisionální pohovor
- 2) Oznámení o potrestání agresorů před celou třídou
- 3) Ochrana oběti.

Podle Koláře je předpokladem první fáze důkladné vyšetření celého případu.

Individuální rozhovor lze uplatnit především u mírnějších forem šikanování a někdy postačí k vyřízení celého případů. U pokročilých stádií nebo v případech kdy takový rozhovor selže je možné zvolit komisionální rozhovor, kterého se účastní vedení školy. V tomto případě se nedoporučuje pozvat na pohovor více agresorů s rodiči, protože hrozí nebezpečí, že rodiče začnou své děti bránit a neuvědomí si nutnost nápravy. Důležité je rovněž přesvědčit rodiče, že učitelé nechtějí dítěti ublížit, ale pomoci mu.

Stejně jako u předcházejících fází pomoci oběti platí zásada nikdy neprozrazovat zdroj informací.

⁹⁹ Kolář, 2001, str. 116

¹⁰⁰ Kolář, 2001, str. 121

¹⁰¹ Kolář, 2001, str. 122-123

Závěrem individuálního rozhovoru s pedagogem nebo výchovné komise je vyvození konkrétních sankcí pro agresora.

Tím je například: výchovná opatření (napomenutí, důtka, podmíněčné vyloučení, vyloučení), snížená známka s chování, převedení do jiné třídy, vyloučení ze školy, krátkodobý nebo dlouhodobý pobyt v diagnostickém ústavu nebo středisku pro mládež, umístění do diagnostického ústavu na předběžné opatření a následné zařízení ústavní výchovy.

Co se týče vyloučení agresora ze školy myslím, že taková sankce může být pro oběť velkou úlevou. Nicméně bych k tomu ráda připojila i názor několika pedagogů, který jsem měla možnost vyslechnout na semináři o šikaně v odborné poradně Triangl.

Pedagogové zde v zásadě souhlasili s vyloučením u závažných forem šikanování, ale zároveň poukazovali i na možné úskalí, kterým je přesouvání problémových žáků ze školy do školy. Někteří uváděli, že jim do třídy přeřadili agresory, kteří už prošli několika školami a nikde si s nimi učitelé nevěděli rady a nedovedli s nimi účinně pracovat. Zároveň upozorňovali i na nebezpečí vytváření celých skupin problémových žáků ve třídě.

Výše uvedené sankce ovšem nejsou zdaleka jedinou možností jak situaci řešit.

Řičan ještě doplňuje další sankce, které lze využít, zejména při individuálním pohovoru, například zdržení žáka ve škole po vyučování, vyžadování náhrady poškozených nebo zničených věcí, oznámení prohřešku rodičům, odvedení žáka tam, kde jsou právě rodiče, např. na pracoviště se žádostí, aby uplatnili svůj výchovný vliv a převzali dítě na zbytek dne do péče.

Dále oficiální stížnost řediteli školy, oznámení prohřešku na schůzi rodičů nebo shromáždění žáků, vyloučení z akcí, pořádaných školou či umístění dítěte o přestávkách do blízkosti pedagoga.¹⁰²

Kolář uvádí, že další nezbytnou částí metody nátlaku je informování třídy o závěru výchovné komise. Pedagog by měl přesvědčit žáky o schopnostech pracovníků školy ochránit slabé před agresí a zajistit dodržování školních norem. Způsob interpretace takových závěrů pak musí být podle Koláře volen s ohledem na stupeň šikany.

U pokročilých stupňů šikanování nemusí mít informování třídy odpovídající účinek, protože se spolužáci mohou postavit na stranu agresorů. Přesto by ale škola měla vyslovit jasné stanovisko, že šikanování nebude v žádném případě trpěno.¹⁰³

¹⁰² Řičan, 1995, str. 56

¹⁰³ Kolář, 2001, str. 124

Myslím, že v této souvislosti je důležité, když toto jasné stanovisko vysloví škola ještě než k šikaně vůbec dojde, například v rámci třídní schůzky.

Metoda usmíření se, oproti metodě vnějšího nátlaku, liší především ve sledování vnitřní proměny vztahů mezi oběťmi a agresory. Místo potrestání se zde uplatňuje společná náprava v neformální atmosféře. Při této metodě učitel podporuje schopnost agresorů vcítit se do situace obětí. Přínosem této metody může být otevření nové cesty k řešení nebo se tento negativní jev alespoň zmírní. Agresor, totiž takové chování od učitele většinou neočekává. Tuto metodu lze užít například pokud se ve třídě vyskytuje malý počet agresorů, při nebrutálních formách šikany a u dětí mladšího školního věku. Dále v případech, kdy oběti nehrozí žádné trauma a agresor vykazuje ochotu ke změně.¹⁰⁴

Osobně jsem se s užitím této metody setkala pouze výjimečně a to spíše u dětí prvního stupně základní školy. Učitelé spíše raději volili represivní metodu, protože se jim zdála spolehlivější a navíc byli chováním agresorů značně pohoršeni.

Kolář zdůrazňuje, že i ve fázi kdy již dojde k vyvození sankcí nebo pohovoru s učitelem, je vždy třeba, aby pedagog i nadále důsledně zajišťoval ochranu oběti. K tomu slouží například pravidelné setkávání učitele s obětí, stanovení ochránců ze třídy nebo vyšších ročníků, sledování situace, zprostředkování péče v odborném zařízení a udržování možností komunikace s rodiči.¹⁰⁵

Co se týče práce s obětí, měl by se učitel zaměřit na změnu jejich postojů a zvýšení sebevědomí. Tento přístup je významný i pro vyloučení dalšího šikanování v budoucnosti.

Další zásadou je ta, aby se dítě nestydělo za jakoukoliv odlišnost.¹⁰⁶

Domnívám se, že toto pravidlo je významné zejména pro jinakosti v pozitivním slova smyslu, například velmi dobré školní výsledky, snaživost apod., nebo v případě, že se jedná o něco, co dítě nemůže samo žádným způsobem změnit, třeba fyzické postižení.

Obecně ovšem může být při řešení šikany problémem, pokud je obětí dítě, které je učiteli nesympatické a podezřelým agresorem naopak sympatický žák. Pak mohou být všechny učitelovy kroky k ochraně oběti i pro ni nedůvěryhodné, nespolehlivé a mohou být i skutečně nefunkční.

¹⁰⁴ Kolář, 2001, str. 125-127

¹⁰⁵ Kolář, 2001, str. 125

¹⁰⁶ Pöthe, 1999, str. 128

Ve výše uvedených podkapitolách, jsem se zabývala především tím, jak mohou při překonávání šikany pomoci rodiče oběti a pedagogové. Následující podkapitola je zaměřena na to, jak může nepříznivou situaci ovlivnit sama oběť.

4.6 Úloha oběti

Pokud se oběti šikanování nikomu nesvěří, nemusí se jim dostat účinné pomoci a často jim také chybí návody a rady, jak v těchto situacích postupovat.

Někdy ale dochází i k opačnému jevu, kdy rodiče, spolužáci i učitelé dávají oběti hodně rad a návodů, které jsou často zcela protichůdné, což může naopak u oběti přispívat k pocitu zmatenosti, protože pak neví, jak se má správně zachovat.

Mám zkušenost, že oběti často zkoušejí mnoho rozličných způsobů chování od prostého ignorování agresorů až po oplácení slovních útoků či ironií, ale někdy se bohužel stává, že ani jedna z těchto strategií není účinná. Někdy také oběť zvolí způsob chování, který působí velmi nevěrohodně, nedokáže při něm skrýt svou nejistotu a agresori se tak nad jejími reakcemi spíše pobaví.

Domnívám se, v případě šikany neexistuje žádné řešení které by bylo universální, platné a za všech okolností správné. Přesto odborníci uvádějí několik možných variant, jak se může oběť v případě ohrožení zachovat a které mohou přinést úspěch.

Jako první předpoklad je třeba, aby si dítě uvědomilo, že chyba není v něm, ale především ve špatných vztazích ve třídě a stejně tak i v ostatních, kteří jsou k jeho utrpení lhostejní, mají strach se ho zastat nebo se na šikaně přiživují.¹⁰⁷

Dále by mělo vědět, že mu nikdo nemá právo ubližovat a, i když je strach ze svěřování druhým pochopitelný, všechno jen zhoršuje.

Říčan a Holeček například považují za mnohdy optimálním řešením prostý únik, který zabrání rozvoji šikany. Dále je možné, aby se dítě vmísilo a schovalo mezi ostatní spolužáky a pokusilo se získat jejich pomoc. Podle něj bývá někdy velmi účinná také útěk s křikem „Nech mě!, Jdi pryč!“¹⁰⁸ Myslím, že tyto rady mohou pomoci, ale zároveň někdy může být jejich praktické využití problematické. Prostý únik sice zabrání akutnímu ohrožení, ale nelze

¹⁰⁷ http://www.zachranny-kruh.cz/rizikove_chovani/sikana_rady_detem.html

¹⁰⁸ Říčan, 1995, str. 61, srov. Holeček, 1997, s. 38

unikat donekonečna. Pomoc od ostatních spolužáků a vmíšení se mezi ně zase bývá obtížné u dítěte, které je ve třídě izolováno a přehlíženo ostatními. Na druhou stranu ale připouštím, že je důležité aby se dítě snažilo pokud je to možné komunikovat a navazovat přátelství se spolužáky, kteří se k němu chovají slušně a důvěryhodně. Přílišná osamělost totiž může agresory vést k tomu jak je snadné dítěti ubližovat, když mu nikdo nepomůže ani se ho nezastane.

Pokud ovšem dítě zažívá každý den ve třídě atmosféru strachu a nepřátelství, je pro něj často velmi těžké utvořit si k někomu pozitivní vztah a bude se spíše snažit z tohoto prostředí uniknout.

Určitá úskalí přináší i rada, aby oběť utíkala a křičela. Takové chování mohou agresori chápat jako projev strachu a paniky a budou tak potěšeni, že se jim podařil jejich záměr, tedy pokořit a vystrašit oběť.

Holeček i Říčan dále zmiňují i další návody pro konkrétní druhy agrese.

V případě slovní agrese, radí zkusit nejprve mlčení a přímý pohled do očí. Pokud urážky pokračují je podle něj možné pokrčit rameny a pronést neprovokativní, asertivní odpověď: „Někomu se to tak může jevit...“ nebo lze použít jinou variantu odpovědi: „Nezajímá mě co si o mě myslíš,“ po které se oběť prostě otočí a odejde.¹⁰⁹

Rovněž lze nacvičit si některé odpovědi dopředu a pronášet je hlasitě, ale neútočně.

Další možností u slovní agrese je pokusit se navázat přátelský kontakt nebo obranný postoj bez zjevného nepřátelství.¹¹⁰

Podle mého názoru je dobré, když si oběť některou z výše uvedených reakcí vyzkouší, ale výsledek je vždy nejistý. Agresor někdy s nadávkami přestane, ale někdy ho taková reakce naopak pobaví a on začne dál zkoušet jak bude oběť reagovat, pokud bude ubližování intenzivnější.¹¹¹

Rozhodně však nesouhlasím s názorem, aby oběť nejprve zkusila mlčení, protože jsem se nikdy nesetkala s případem, že by se osvědčilo. Naopak to spíše podnítilo agresory k dalším výpadům, aby se konečně setkali s nějakou reakcí.

Goldmanová navíc dodává, že slovní napadání lze ve skutečnosti ignorovat velmi těžko, protože jednou se pravděpodobně agresorovi podaří zajít tak daleko, že se oběť stejně rozčílí

¹⁰⁹ Goldmanová, 2000, str. 97

¹¹⁰ Říčan, 1995, str. 61

¹¹¹ Goldmanová, 2000, str. 96

a veškeré sebeovládání, které po celou dobu vynakládala na to, aby šikanu ignorovala je k ničemu. Kromě toho je velmi obtěžující poslouchat neustálé napadání.¹¹²

Holeček se dále zmiňuje, že je někdy naopak vhodné použít útok bez ohledu na přesilu, protože je možné že se tím šikana zastaví a dítě si získá přirozený respekt.

Ve složitějších situacích, kdy je obtížné agresora usvědčit může také oběť nalézt ochranu dítěte z vyššího ročníku.¹¹³

Myslím, že použití fyzického protiútoku může skutečně pomoci, ale vždy je třeba vzít v úvahu fyzické schopnosti a síly nejen oběti, ale i agresora. Formulace „bez ohledu na přesilu“ se mi nejeví jako příliš vhodná, protože pokud je dítě fyzicky výrazně slabší než agresor, je tu riziko vážnějších zranění.

Kromě uvedených technik doporučuje Říčan, aby si dítě mohlo jednat v různých situacích prakticky vyzkoušet. Příkladem je technika „Hraní rolí,“ kdy se dítě učí reagovat na chování a jednání druhé osoby a trénink zdravě asertivního sebeprosazování, tak aby si dítě dovedlo připustit své chyby, ale zároveň při tom neztratilo sebevědomí. Tyto techniky lze procvičovat také formou skupinových setkání dětí a rodičů.¹¹⁴

Kromě rodičů, pedagogů a oběti samotné mohou situaci také pozitivně ovlivnit spolužáci. Goldmanová proto radí, aby žák, který o šikaně ví, celou záležitost nahlásil a to i v případě strachu z pomsty nebo radosti, že se to netýká zrovna jeho. Pokud se svědek k něčemu takovému neodhodlá, měl by alespoň promluvit s obětí, i když s ní není v přátelském vztahu, projevil soucit a zkusil ji přesvědčit, aby šikanu sama nahlásila.¹¹⁵

Dítě se může obrátit na pedagoga, výchovného poradce, Linku bezpečí či školního psychologa, ovšem bohužel stále ještě v mnoha školách chybí.¹¹⁶

Myslím, že by se dítě v žádném případě nemělo nechat odradit, pokud mu škola neposkytne dostatečnou pomoc. Pokud k něčemu takovému dojde je to závažné porušení povinností ze strany školy.

¹¹² Goldmanová, 2000, str. 97

¹¹³ Holeček, 1997, str. 38

¹¹⁴ Říčan, 1995, str. 62

¹¹⁵ Goldmanová, 2000, str. 101

¹¹⁶ http://www.zachranny-kruh.cz/rizikove_chovani/sikana_rady_detem.html

5 Praktická část

5.1 Úvod do praktické části

Pro praktickou část bakalářské práce byl proveden kvalitativní výzkum mezi dospělými jedinci, kteří se během docházky na základní školu stali oběťmi šikany.

Cílem výzkumu bylo zjistit, co pomohlo dnes již bývalým obětem šikanování překonat své negativní zážitky.

Předpoklady pro tento výzkum byly tyto:

Většině obětí neposkytli pedagogové účinnou pomoc. Buď se problémem odmítali zabývat nebo užívali postupy které jsou podle odborníků nevhodné a málo účinné.

Většině obětí šikany se alespoň jednou snažili pomoci rodiče a spolužáci.

Hlavním zdrojem opory pro většinu obětí byly zájmy a záliby.

5.2 Metodika

Pro účely výzkumu byla využita metoda individuálního, polostrukturovaného rozhovoru s otevřenými otázkami, který umožnil zmapovat zdroje opory pro oběti.

Každá otázka byla zaměřena na jeden tematický okruh.

Každý tematický okruh jsem zahajovala otázkami, uvedenými na straně 46 přílohy a pak pokládala otázky doplňující.

Při rozhovorech bylo třeba dávat pozor na to, aby nebyly pokládány návodné otázky, které by dotazovaným vnucovaly předpoklady.

Důvodem volby jednotlivých otázek byly osobní zkušenosti se šikanou na základní škole a poznatky získané na základě odborné literatury, kde jsou obvykle podobně rozčleněny zdroje pomoci a opory pro oběti.

Dotazované osoby se mohly držet tématu, které pro ně bylo významné a odpovídat na doplňující otázky.

Rozhovory byly nahrávány na diktafon a poté byl proveden doslovný přepis.

Následně došlo k rozčlenění textu do tématických celků, podle jednotlivých zdrojů opory, k jejich analýze a hledání společných témat.

5.3 Respondenti

Věkové rozpětí dotazovaných osob se pohybovalo v rozmezí 20 – 29 let. Všechny měly již dokončenou základní, školní docházku.

Dosažené vzdělání dotazovaných osob:

Základní	0
Středoškolské	3
Gymnázium	2
Vysokoškolské	2

Celkem bylo osloveno sedm lidí a ve všech případech se jednalo o ženy, které o sobě uváděly, že se na základní škole staly oběťmi šikanování.

Účastnice výzkumu jsem získala na základě osobních kontaktů a všechny souhlasily s tím, že mohou jejich výpovědi zpracovat formou výzkumného rozhovoru.

5.4 Ošetření kontextu rozhovorů

Kvůli zachování anonymity byl každý rozhovor označen pouze křestním jménem osoby, které bylo změněno a pro větší přehlednost označen římskou číslicí.

V příloze jsou ženy seřazeny v pořadí, v jakém byly vedeny výzkumné rozhovory.

Před začátkem každého rozhovoru byly respondentky poučeny o tom, že budou rozhovory využity pro účely bakalářské práce a že vystupují v roli výzkumníka.

Každá dotazovaná osoba byla rovněž informována o tom, že jsou rozhovory zcela anonymní a nebudou uváděny žádné údaje, díky kterým by je bylo možné identifikovat .

Dále byly všechny ženy dotázány, zda je možné použít přepis rozhovoru jako přílohu práce a všech sedm souhlasilo.

Okruhy k výzkumným rozhovorům:

Jak a kdy u tebe šikana probíhala?

Mluvila jsi o tom s někým z učitelů? Snažili se ti nějak pomoci?

Svěřovala jsi se rodičům? Snažili se ti nějak pomoci?

Pomáhal ti ještě někdo jiný než rodiče?

Zastal se tě někdo ze spolužáků?

Bylo ještě něco jiného, co by ti pomáhalo?

5.5 Průběh vedení rozhovorů

Výzkumné rozhovory probíhaly v období od 13.3. do 17.4. 2009.

Čtyři rozhovory proběhly v místě bydliště dotazovaných, dva rozhovory v čajovně v době, kdy tam byl menší počet návštěvníků a jeden na pracovišti dotazované osoby.

Místa konání rozhovorů byla vždy přizpůsobena přání dotazovaných a byla volena s ohledem na zachování soukromí a intimity.

Jedna respondentka měla malé dítě, které bylo přítomno u rozhovoru.

6 Popis výsledků

6.1 Průběh a formy šikany

U otázky na průběh šikany, tři ze sedmi dotazovaných uvedly, že k šikaně začalo docházet už na prvním stupni základní školy a poté pokračovala i na druhém. U čtyřech dotazovaných probíhala až na druhém stupni.

U dvou ze sedmi dotazovaných osob skončilo šikanování tím, že odešli na gymnázium a jedna z nich uvedla, že i když jí ve škole ubližovali, během odchodu na jinou školu cítila stesk, protože, i přes to všechno měla spolužáky ráda. Všichni dotazovaní se shodli na tom, že se jednalo o slovní šikanu

(Např.str. 60. příl.I. Inka: „Denně se mi smáli kvůli mejm prsoum. Nejdřív, když mi začali růst, že je mám špičatý – přezdívka Špičatá mi vydržela skoro rok než mi vyrostly ještě z dvojek na čtyřky a to bylo teprve řečí třeba: Kde máš trakař na svoje kozy? To jsou vemena a tak...“)

(str. 63, příl.II. Kamila: „Pár lidí mi říkalo sumíku a potom se to od nich naučili i ostatní. Ale vždycky se to motalo prostě kolem mojí postavy.“)

(str. 65, příl.III. Klára: „Uráželi mě, posmívali se mi, ignorovali mě, dělali že ve třídě vůbec nejsem.“)

(str. 67, příl.IV. Kristýna: „Pořád do mě šťouchali, nebrali mě mezi sebe, posmívali se mi za dobrý známky. Ten posměch byl horší než šťouchání. Bála jsem se co bude dál.“)

(str. 72, příl.VI. Olga: „Převážně to bylo nadávání, možná i někdy strkání, nevšímání si, pomluvy.“)

Tři z nich uvedly, že se připojovali i lehčí formy fyzické šikany.

(Např. str. 60, příl.I. Inka: „V osmý a devátý už to dorostlo i do fyzický šikany... sem tam plácnutí, a také ovšem každodenní nepříjemnosti s jedním spolužákem, kterej seděl za mnou, ten mě doslova vytáčel. Dloubal mě pravítkem někdy i kružítkem do zad, kopal do židle, odsunoval mi i židli abych, když si budu chtít sednout si kecla na zem. Házet mi žvejkačky do vlasů. Jednou došlo i ke rvačce. Nejdřív škrtil on mě až jsem byla bílá, na to jsem se vážně naštvála, sebrala veškerou sílu co mám, povalila ho já a škrtila taky!“)

(str. 63, příl.II. Kamila: „Spíš to byly posměšky, ale někdy, když sem byla starší a už si to nenechala líbit, jsme se i trochu požduchali.)

(str. 65, příl. III. Klára: „Potom začaly i fyzický útoky. Různě mě strkali, nastavovali nohu, šťouchali. V šestý třídě na škole v přírodě mi jedna spolužačka dala ránu do zad, když jsem se jí zeptala, zda nechce pomoci s prostřením stolu. Vzpomínám si, že jsem pak odešla do pokoje a brečela.“)

U zbývajících dvou měla šikana i jiné formy. Jedna z dotazovaných zažila i závažnější formu šikany.

(str. 74, příl. VII. Lenka: „Pak mě začaly pošťuchovat. Když šly z jedny strany na druhou, tak do mě šťouchly. Ale pak jsem se rozhodla, že si to nenechám líbit a jednou jsem se s nimi pustila do hádky. Vyvrcholilo to tím, že jsem se ozvala i fyzickým útokem. Jenže ony byly dvě, začaly mě mlátit. Ale já se z toho nějak vyvlíkla, utekla jsem. V tělocvičně byla taková zasunovací stěna a já odtamtud utekla, takže jsem se dostala mezi lidi. Povedlo se mi to.

Pak jsem šla na záchod. Věděly, že tam jdu, tak šly za mnou. No a... (*zaváhání*) chtěly mě nejdřív zmlátit, pak zhasly světlo a plivaly na mě. Házely po mě kapesníky a ručníky. Pak zhasly světlo a nechaly mě tam. Nebylo hrozné se odtamtud dostat, ale víš... nevěděla jsem, kdo tam čeká. Jestli tam jsou, z toho jsem hlavně měla strach.“)

U druhé z dotazovaných docházelo k braní a krádežím osobních věcí.

(str. 69, příl. V. Linda: „Nejhorší to bylo asi ve druhý a třetí třídě, kdy se na mě o přestávce sesypalo tak dva až pět lidí, brali mi věci, židli, penál, učebnice a tak. Ty věci mi vždycky vrátili, ale párkrát se stalo, že mi ukradli lístek na oběd a ten už mi zpátky nedali. Ale vždycky to dopadlo dobře. Prostě jsem u okýnka v jídelně řekla, že jsem si lístek zapomněla doma. Ale stejně jsem vždycky byla vynervovaná, že mi ten oběd nedaj.“)

6.2 Pomoc školy

Co se týče zdrojů pomoci a opory nejméně příznivě byla dotazovanými osobami hodnocena pomoc školy. Výsledky ovšem ovlivnila velmi malá ochota obětí svěřovat se komukoliv z pedagogů.

Z celkového počtu sedmi dotazovaných se pedagogům pravidelně svěřovaly pouze dvě.

Jedna z nich uvedla, že se učitelé odmítli problémem vůbec zabývat a druhá, že se jí učitelka snažila pomoci neúčinnými promluvami k agresorům.

Tři dotazované uvedly, že se svěřily až poté, co došlo k většímu útoku ze strany agresorů.

Všechny uvedly, že byly agresorům uděleny spíše mírnější sankce v podobě poznámky, důtky, apod. U jedné se díky tomu podařilo šikanu alespoň trochu zmírnit, druhá uvedla, že se

nezlepšilo vůbec nic a třetí, že pomoc školy nebyla řádně dokončena a že se jí nedostalo ujištění o tom, že se může na učitele kdykoliv znovu obrátit, ačkoliv právě toto kritérium uvádí Kolář jako důležitou součást pomoci oběti.

Dvě dotazované uvedly, že se učitelům nesvěřovaly vůbec.

Obecně jsem v rozhovorech zaznamenala problémy uváděné v teoretické části práce jako je nedostatečná odborná připravenost učitelů, neochota připustit si šikanu ve třídě, celková bezradnost a neschopnost týmové spolupráce s kolegy a rodiči.

U žádné z dotazovaných obětí jsem se také nesetkala s tím, že by učitelé využili doporučeného postupu pro odhalování a vyšetřování šikany.

Pokud byla nějaká pomoc ze strany školy oběti poskytnuta, vždy šlo o jednorázovou akci, bez toho, aby učitelé s agresorem a obětí dále pracovali.

6.3 Pomoc rodičů

Co se týče pomoci rodičů, opět jsem zaznamenala jako hlavní problém neochotu obětí svěřit se se svými problémy.

Čtyři z dotazovaných osob uvedly, že se rodičům nesvěřovaly vůbec. Důvody byly různé od studu za to, že jim ostatní ubližují, pocitu síly, až po neochotu přidělovat rodičům starosti.

Jedna z dotazovaných uvedla, že se rodičům svěřila pouze dvakrát a matka se obrátila na pedagogy.

Pouze dvě ze sedmi dotazovaných žen se pravidelně svěřovaly rodičům. Jedna z nich uvedla, že se matka snažila problém řešit ve škole, ale zároveň přiznala, že když trvala šikana déle neměli už rodiče s jejími problémy tolik trpělivosti.

(str. 70, příl.V. Linda: „Mámu už to pak taky nebavilo, jak si pořád ztěžuji a domlouvala mi, abych byla průbojnější a víc se s dětmi bavila. To samý mi radil i táta a řekl, abych klukům dala facku, když nedaj pokoj. Jenže já tyhle věci tenkrát prostě nedokázala. Vůbec jsem si nevěřila a ani jsem se neměla o čem s dětma bavit.“)

Poukázala i na problém, který uvádím v teoretické části práce a sice na rady rodičů jak se bránit a zařadit se do kolektivu bez ohledu na to, jaké měla jako dítě povahové vlastnosti a úroveň sebedůvěry.

Druhá z dotazovaných uvedla, že se problémy snažil řešit s pedagogy spíše otec.

Obecně jsem v rozhovorech zaznamenala, že se rodiče obětí snažili se školou spolupracovat spíše okrajově a mnohdy dostatečně nenavázali kontakt s pedagogy.

Tři z dotazovaných žen uvedly, že jako pomoc rodičů vnímaly spíše možnost trávit s nimi volný čas a nemyslet tak na problémy ve škole.

Jedna žena uvedla, že jako pomoc vnímala především to, že jí rodiče vyslechli, povzbudili a že se jim mohla se vším svěřit.

6.4 Pomoc spolužáků

Ještě hůře než pomoc školy byla dotazovanými hodnocena pomoc spolužáků a jejich ochota zastat se jich v případě potřeby.

Šest ze sedmi dotazovaných se shodlo na tom, že se jich ve škole nikdo ze spolužáků nezastal.

Jedna výslovně uvedla, že to pravděpodobně bylo ze strachu.

(str. 61, příl.I. Inka: „Ve škole se mě nikdo nezastal, asi ze strachu. Nedivila jsem se, nebyla jsem sama, koho šikanovali.“)

V případě ostatních si spíše zbytek třídy hleděl sám sebe, než aby se někoho aktivně zastával. Jedna žena dokonce uvedla, že se stala obětí poté, co se postavila na stranu dívky které bylo ubližováno od ostatních.

(str. 72, příl.VI.Olga: „Bylo to na základě toho, že jsem se zastala šikanované holky.“)

Tato zjištění se shodují s poznatky, uváděnými v teoretické části práce, kdy se u ostatních členů kolektivu projevuje právě strach z toho, že kdyby oběti poskytly pomoc, sami se stanou terčem útoků a snaha zapadnout do kolektivu i když jsou v něm závažné problémy.

Pouze jedna z dotazovaných se zmínila, že se jí někdo zastal.

(str.65, příl.III. Klára: „Jednou v sedmý třídě dokonce spolužák okřikl ty co mě pomlouvali.“)

Z celkového počtu sedmi dotazovaných měly dvě s obětí ve třídě alespoň jeden kamarádský vztah, ale neuváděly, že by se jich tito přátelé aktivně zastávali.

6.5 Jiné zdroje opory

Velmi rozmanité výsledky pak přinesla otázka zaměřená na jiné zdroje opory než jsou pedagogové, rodiče a spolužáci.

Ze sedmi dotazovaných se tři shodli na tom, že jim šikanu pomáhala překonávat četba.

Ve většině případů se jednalo o čtení romantických příběhů, zároveň tyto tři dotazované osoby uváděly vedle četby i další zdroje opory jako je hra na klavír, kreslení, příroda, zvířata a výtvarné činnosti.

Další dvě z dotazovaných žen pak hovořily o jiných zálibách než je četba, například kontakt s přáteli, výlety do přírody, opět rodina a výtvarné činnosti.

(str. 73, příl.VI. Olga: „Vždycky jsem měla zájem o přírodu. Ty zájmy mě držely ve smyslu být venku, hrát si, sportovat. Ten mimoškolní život. Jednak jsme měli zahradu a hodně volného času jsem trávila s rodičema. Jezdili jsme na vodu, na hory. Kolem rodičů se držela parta dětí kde to bylo v pohodě.“)

Většina z celkového počtu dotazovaných se tedy shodla na tom, že jim při překonávání šikany pomáhaly zájmy a záliby.

Pouze dvě uvedly, že v té době téměř žádné koníčky neměly. A jako hlavní zdroje opory uvedli něco jiného.

(str. 68, příl.IV. Kristýna: „Koníčky sem moc neměla. Já v té době u ničeho moc nevydržela. Pomáhalo mi hlavně to, že můžu brzo vypadnout a že nikdo z mé třídy nedělá zkoušky na stejnou školu jako já.“)

(str. 75, příl.VII. Lenka: „Nevim. Byl to takový, jako vzdor proti rodičům a učitelům, že mě nikdy nevidí sraženou k zemi. Jako jo, hrozně se mě to dotklo, ale nevěděli to učitelé, nevěděli to rodiče. Cejtla jsem se silná. Byl to i vzdor proti tomu, že to učitelé řešili s mejma spolužákama, což jsem vnímala jako velkou křivdu. A takhle jsem jim mohla alespoň nepřímo dokázat, že sem dobrá

str. 76, příl.VII. Brácha. Byla jsem starší a dneska mi to už přijde jako hloupost. Ale tehdy mi přišlo důležitý dovést ho do dospělosti než mu bude osmnáct. Kdyby se našim třeba něco stalo a já bych měla ještě tyhle problémy, tak by to už neunesl.“)

6.6 Diskuse

Každá z dotazovaných osob odpovídala na pokládané otázky podle svých individuálních možností, schopností i osobnostních charakteristik, a tak byly některé z rozhovorů méně obsáhlé a některé naopak více.

V průběhu rozhovorů bylo nutné dbát na to, aby byly vedeny z neutrální pozice a nebyly kladeny návodné otázky, ovlivněné osobními předpoklady.

Průběh rozhovorů ovlivňovalo i zvolený cíl bakalářské práce. Vzhledem k tomu, že se jednalo o osoby, které již dokončily základní školní docházku, ovlivňovalo rozhovory i to, do jaké míry si dotazovaní dokázaly s odstupem času na všechny podstatné události vzpomenout. Jedna z dotazovaných žen výslovně uvedla, že jí to pro ní těžké.

Rovněž lze připustit i to, že mohlo rozhovory mohla podstatně ovlivnit i skutečnost, že se převážně jednalo o osoby, získané na základě osobních kontaktů. Během pořizování rozhovorů se mi však potvrdilo, že dobrá znalost dotazovaných byla pro mě spíše přínosem, neboť čím déle a lépe dotazované ženy znám, tím více informací mi poskytly.

Obecně lze říci, že všichni dotazovaní poskytovali informace velmi ochotně, souhlasili s nahráváním rozhovorů a nikdo nedal najevo, že by jim byly otázky, které jim pokládám jakkoliv nepříjemné.

Jako třetí podstatnou okolností, která měla vliv je fakt, že se jednalo pouze o dívky.

Snažila jsem se sice najít pro rozhovor alespoň jednoho muže, ale bohužel jsem nebyla úspěšná.

Ve svém okolí znám pouze jednoho muže, který zažil šikanu, ale kvůli vážným osobním důvodům nebylo možné výzkumný rozhovor provést.

Myslím, že výzkumné rozhovory naplnily mé osobní předpoklady jen z části.

Domnívám se, že zcela jednoznačně se naplnil předpoklad o nedostatečné pomoci obětem ze strany školy.

Sice jsem se, až na jeden z rozhovorů, přesvědčila o tom, že řada učitelů projevila alespoň jednou ochotu zabývat se šikanou, ale užili k tomu nevhodné postupy, které jsou zcela v rozporu s doporučovanou metodikou, o které se zmiňuje například Kolář nebo Říčan a která je uvedena v teoretické části práce. Kolář při tom považuje dodržování těchto pravidel jako důležitý předpoklad k tomu, aby učitel snížil riziko toho, že bude obětí i kolektiv zapírat a obávat se pomsty. Navíc pokud učitel dokáže účinně řešit šikanování, posiluje se tím i jeho přirozená autorita a může tak snadněji ovlivňovat postoje a hodnoty žáků tak, aby ve třídě panovala atmosféra spolupráce, tolerance a úcty k základním lidským právům.

Je velmi důležité, aby se učitel zaměřil nejen na řešení šikany ale i na její prevenci, například formou seminářů, her, případně i navázáním spolupráce s odborným pracovištěm.

Velkou nevýhodou je, že děti často nebývají ve školách dostatečně vedeny k toleranci a respektování základních hodnot, preventivní programy se nedostatečně využívají nebo se tato výchova ve škole omezuje jen na učení složitým definicím, což v dětech logicky nemůže vzbudit zájem.

Nenaplnil se ani můj osobní předpoklad o tom, že většině obětí se alespoň jednou snažili pomoci rodiče, protože velká část obětí se rodičům nechtěla vůbec svěřovat.

Část dotazovaných uvedla, že se jim šikanování zdálo jako něco normálního, co je třeba vytrpět, tak jak to uvádí Elliottová.

Je nezbytné, aby rodiče projevovaly zájem o své dítě a všímali si varovných příznaků, které svědčí o tom, že dítě může být šikanováno.

Pokud rodiče neposkytnou dítěti dostatečnou pomoc, může se tím narušit vzájemná důvěra a dítě získává pocit, že je na své problémy samo.

Velmi překvapivým výsledkem pak pro mě byla velmi ojedinělá pomoc spolužáků.

Výsledky výzkumných rozhovorů prakticky zcela vyvrátily můj osobní předpoklad o tom, že většina obětí měla ve třídě alespoň jednu osobu, která by byla ochotná zastat se jí před agresory. Tato skutečnost často vedla k celkové ztrátě důvěry ve školní prostředí.

U spolužáků většinou panuje strach, že když se oběti zastanou, budou mít ve třídě problémy.

Projevit osobní statečnost může být těžké, nicméně je to jedna z věcí, která je potřebná pro další soukromí, i pracovní život, ve kterém se člověk nemůže zcela vyhnout odpovědnosti za věci kolem sebe.

Podarilo se ovšem naplnit předpoklad o tom, že většině obětí šikanování pomáhaly k překonání negativních zážitků zájmy a záliby i když ne vždy byla hlavním zdrojem čtení.

Tyto zájmy jsou důležité nejen pro relaxaci a uvolnění od napětí, které šikana přináší, ale i pro rozvoj schopností a dovedností. Oběť tak může získat větší sebedůvěru a prostřednictvím těchto aktivit se mnohdy dostává do jiné společnosti, než s jakou se setkává ve škole.

Závěr

Cílem teoretické části práce je shrnout základní poznatky o šikaně, zejména z hlediska charakteristiky obětí, agresorů, následků pro oběť i celou skupinu a uvedením doporučených postupů řešení pro rodiče, pedagogy i samotnou oběť.

Cílem praktické části je zjistit, co pomáhalo, dnes již bývalým obětem šikanování, překonávat své negativní zážitky.

Z výsledků vyplynulo, že všechny oběti zažily slovní šikanu a ve dvou případech se jednalo i o lehčí formy fyzické šikany. U jedné z obětí docházelo ke krádežím osobních věcí.

Co se týče zkoumaných zdrojů opory, byla velmi nepříznivě hodnocena pomoc školy. Oběti se často odmítaly učitelům svěřovat a pokud ano, nepodařilo se problém vyřešit.

Ukázalo se, že je třeba zlepšovat především pomoc ze strany školy, například lepší teoretickou přípravou pedagogů, navazováním užší spolupráce s kolegy, rodiči apod., a osvojováním doporučené metodiky, která uvedena v teoretické části práce.

O něco příznivěji hodnotily dotazované osoby pomoc rodičů. Pozitivně bylo hodnoceno především trávení volného času s rodiči, aktivní naslouchání apod. Přesto nebyla pomoc rodičů tak efektivní, jak by bylo třeba, opět z důvodů neochoty obětí svěřovat se.

Proto je třeba, aby si rodiče více všímali varovných známek šikany, nebáli se o tom s dítětem otevřeně promluvit a nabídnout mu pomoc a podporu.

Dále vyplynulo, že nejméně účinným zdrojem opory byla pomoc spolužáků. Pouze v jednom případě se oběti ve škole někdo zastal.

Je tedy nutné, aby učitelé i rodiče dali dětem jasně najevo, že je žádoucí zastat se oběti a nemlčet, pokud se setkají s bezprávným.

Většina obětí kladně hodnotila své zájmy a záliby jako jeden z nástrojů jak překonat své negativní zážitky. Pouze ve dvou případech bylo jako pomoc hodnoceno něco jiného než zájmy a záliby.

Proto je žádoucí aby oběti rozvíjely své zájmy, koníčky a dovednosti, které jim umožňují překonat negativní zážitky, zvýšit sebedůvěru a podpořit svůj osobní rozvoj.

Zajímavým výsledkem je to, že se odborná literatura nevěnuje zájmům a zálibám jako podpůrnému zdroji při překonávání šikany a to i přesto, že byl tento zdroj pro oběti v rozhovorech významný. Proto bude na tuto problematiku vhodné navázat dalším výzkumem v magisterské práci.

Literatura

ELLIOTTOVÁ, Michele. *Jak ochránit své dítě*. 1. vyd. Praha: Portál, 1995. 173 s. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-034-0.

ERB, Helmut. *Násilí ve škole a jak mu čelit*. 1. vyd. Praha: Amulet, 2000. 126 s. ISBN 80-86299-22-8.

GOLDMANOVÁ, Jane. *Jak si nenechat ublížit*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. 142 s. ISBN 80-7178-413-3.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 774 s. ISBN 80-7178-303-X.

HOLEČEK, Václav. *Agresivita a šikana mezi dětmi*. Plzeň: Pedagogické centrum, 1997. 51 s. ISBN 80-7020-004-9.

KAŠČÁKOVÁ, Natália. *Obranné mechanismy z psychoanalytického, etologického a evolučno-biologického aspektu*. Trenčín : Vydavateľstvo F, c2007. 137 s. ISBN 978-80-88952-41-1.

KOCUROVÁ, Marie. *Agresivita a šikanování: studijní text kurzu PC Plzeň*. 1. vyd. Plzeň: Pedagogické centrum Plzeň, 2002. 12 s. ISBN 80-7020-101-0.

KOLÁŘ, Michal. *Bolest Šikanování*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. 255 s. ISBN 80-7178-513-X.

KOLÁŘ, Michal. *Skrytý svět šikanování ve školách*. 1. vyd. Praha: Portál, 1997. 127 s. ISBN 80-7178-123-1.

LOVASOVÁ, Lenka. *Šikana*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2005. 27 s. ISBN 80-239-5637-X.

NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995. 336 s. ISBN 80-200-0525-0.

NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. 1. vyd. Praha: Academia, 1999. ISBN 80-2000-06090-7.

PÖTHE, Petr. *Dítě v ohrožení*. 2. vyd. Praha: G plus G, 1999, 186 s. ISBN 80-86103-21-8.

PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška, MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha : Portál 2003. 322 s. ISBN 80-7178-772-8.

ŘÍČAN, Pavel. *Agresivita a šikana mezi dětmi*. 1. vyd. Praha: Portál, 1995. 95 s. ISBN 80-7178-049-9

VANÍČKOVÁ, Eva. *Cesta za poznáním šikany, šikanování mezi dětmi*. 1. vyd. Praha : Česká společnost na ochranu dětí, 2002. 20 s. ISBN 80-238-9448-X.

Internetové zdroje:

RŮŽIČKA, Jiří. *Věc dobra a zla v psychoterapii*. *Ostium* [online] 2009, č. 1 [cit. 2009-1-04]. Dostupný z WWW: <http://www.ostium.sk/Html/Ostium/09_1/09_1_04_studie_ruzicka.html>.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. *Strategie prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže v působnosti resortu školství mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha: MŠMT, c2006 [cit 2009-04-15].

Dostupný z WWW: <<http://www.msmt.cz/socialni-programy/strategie-prevence-socialne-patologickych-jevu-u-deti-a>>.

Informační centrum pro mládež. *Základní informace o prevenci sociálně patologických jevů* [online]. Uherské Hradiště : Informační centrum pro mládež, [2009], [cit 2009-03-14].

Dostupný

z WWW: <<http://www.icm.uh.cz/str/socialnepatologickejevy/prevence/zakladni-informace-o-prevenci-socialne-patogennich-jevu>>
<<http://www.icm.uh.cz/str/socialnepatologickejevy/prevence/zakladni-informace-o-prevenci-socialne-patogennich-jevu>>.

Přílohy

I. Inka

(Dotazovaná sedí v křesle a občas se podívá na dítě, ležící na dece.)

Jak a kdy u tebe šikana probíhala?

„Mám dojem že jako šikana by se dalo považovat i to co dělala naše učitelka v první třídě. Jednalo se o bití různého druhu za to, že mě i ostatním žákům něco nešlo. To bylo v první a ve druhý třídě. Potom jsme dostali jinou učitelku a dobrý to bylo až do sedmý třídy to se spojilo naše Ačko s Běčkem, protože nás bylo málo. Rázem z nás byla nejhorší třída na celý škole za posledních deset let! Takže do sedmý třídy od té devátý byla šikana v podstatě každéj den.“

Zažila jsi taky šikanu od spolužáků?

„Jo, zažila.“

A jakou měla podobu? Byla slovní, fyzická?

„Řekla bych, že všechno dohromady. Denně se mi smáli kvůli mejm prsoum. Nejdřív, když mi začali růst, že je mám špičatý – přezdívka Špičatá mi vydržela skoro rok než mi vyrostly ještě z dvojek na čtyřky a to bylo teprve kecy třeba: Kde máš trakař na svoje kozy? To jsou vemená a tak... No kluci byli ve čtrnácti fakt kretění. Ne teda všichni ale většina.

V osmý a devátý už to dorostlo i do fyzický šikany... sem tam plácnutí, a také ovšem každodenní nepříjemnosti s jedním spolužákem, kterej seděl za mnou, ten mě doslova vytáčel. Dloubal mě pravítkem někdy i kružítkem do zad, kopal do židle, odsunoval mi i židli, abych, když si budu chtít sednout kecla na zem. Házel mi žvejkačky do vlasů. Jednou došlo i ke rvačce. Nejdřív škrtil on mě až jsem byla bílá, na to jsem se vážně naštvála, sebrala veškerou sílu co mám, povalila ho já a škrtila taky! Cítila jsem velký zadostiučinění když koukal jak puk! Díky bohu zazvonilo, nevím jak by to dopadlo. A ostatní na nás jen koukali.“

Kolik to bylo kluků, co ti tohle dělali?

„V podstatě měli kecy skoro všichni kluci, jen pár uťápnutejch si nedovolilo nic říct. Ovšem to byl jeden nebo dva, jinak to bylo každéj den něco. Dělali to proto, že to považovali za velkou zábavu.“

Mluvila jsi o tom s někým z učitelů? Snažili se Ti nějak pomoci?

„Jen jednou jsem šla žalovat a bylo to když mi bylo čtrnáct let a byla jsem po malým chirurgickým zákroku – vyřízli mi tukovej nádor ze zad. Měla jsem asi šest stehů – máma výslovně ředitelce řekla, že jestli se mě někdo dotkne, aby mi ublížil – ty stehy se mohli potřhat, tak ať zakročí. Když mě jeden spolužák plácnul pořádně

do zad, na to místo, tak jsem se málem zbláznila a rovnou jsem šla za zástupkyní ředitelky. On pak tvrdil že mě jen lehce plácnul a já jí předvedla na něm jak lehce Dostal třídní důtku, ale nic si z toho nedělal on byl samej průšvih. Taky dostal varování jestli se ke mně jen přiblíží bude to horší. Já mu naopak pohrozila, že ho třeba zmlátí můj starší brácha! Měl sice pak kecy, ale nemlátil mě.“

„Momentík.“

(na chvíli jde zkontrolovat dítě)

„Jasně.“

(Vrací se zpět.)

„Dobrý, můžeš jet dál.“

Svěřovala jsi se rodičům? Snažili se Ti nějak pomoci?

„Jo, jednou jsem už to doma řekla, a to když si jeden z kluků vedle kterýho jsem v sedmý třídě musela sedět (byli jsme rozsazený kluk a holka) tak měl na mě hrozný kecy, pořád mi něco dělal a když si jednou vytáhl holuba z nosu a otřel to o moje džiny, měla jsem toho dost! *(rozčilený tón)* To byla poslední kapka a řekla jsem to doma! Máma se vydala za ředitelkou chtěla mě odhlásit ze školy. Nakonec jí přemluvili, že mě přesadí k holce a že se uvidí jestli dají kluci pokoj. Pokoj nedali takovej jakěj bych si přála, ale nicméně takový nechutnosti už si nedovolili.“

A mluvili jste o tom pak ještě doma? Jak se to vyvíjí a tak?

„Potom co sem to našim řekla se ptali jestli se to už zlepšilo, samo že jsem jim neříkala pravdu, styděla jsem se za to že mi nadávaj.“

Pomáhal ti ještě někdo jiný kromě rodičů a učitelů? Zastal se tě někdo ze spolužáků?

„Kámoška Lenka, moje druhá duše. Pomáhaly mi každodenní návštěvy u ní doma, spřádání snů a plánů co bysme jednou chtěli dělat, věčný čtení časopisů pro mladý, psaní telenovel, hry na všechno možný. Moje vášeň klavír a knížky – dívčí romány od Lenky Lnaczovery a Harlequin romány.“

A zastal se tě někdo přímo ve škole? Jako ze spolužáků a tak?

„Ve škole se mě nikdo nezastal, asi ze strachu. Nedivila jsem se, nebyla jsem sama, koho šikanovali.“

A kromě klavíru, čtení, her, časopisů, Lenky, bylo ještě něco, co by ti pomáhalo?

„To je asi všechno.“

(Odmlčí se).

„Víc už mě k tomu asi nenapadá.“

II. Kamila

Nejdřív se tě zeptám na takovou první věc a sice jak a kdy u tebe šikana probíhala?

„No mohlo to začít asi tak ve druhý třídě, když se mi všichni smáli, že sem tlustá, pár lidí mi říkalo sumíku a potom se to od nich naučili i ostatní. Ale vždycky se to motalo prostě kolem mojí postavy.“

A kolik těch lidí asi tak bylo? Byli to spíš kluci, holky?

„Byli to spíš kluci... a z celý naší třídy i z pár jinejch tříd.“

A byly to jenom posměšky nebo i fyzická šikana?

„Spíš to byly posměšky, ale někdy, když sem byla starší a už si to nenechala líbit, jsme se i trochu požduchali.“

A jak dlouho to asi trvalo?

„Trvalo to do té doby, než jsme se přestali vídat v devítce.“

Mluvila jsi o tom s někým s učitelů? Snažili se ti nějak pomoci?

„Jenom jednou sem to řekla třídní, ale nijak to neřešila. Bylo to kvůli tomu, že mě v šatně, když jsem se vyzouvala, jeden spolužák kopl do zadku a já sem spadla. Všichni se mi smáli a tak jsem byla našťvaná a šla sem to říct. Učitelka mu napsala poznámku a musel se mi pak před celou třídou vomluvit. To bylo všechno.“

A pokračovalo to ubližování i dál?

„Jo.“

Svěřila jsi se někdy rodičům? Snažili se ti nějak pomoci?

„Ne, nikdy jsem o tom s nima nemluvila.“

A poznali třeba na tobě něco?

(zaváhání) „Asi na mě ani nic nepoznali.“

A proč jsi jim o tom neřekla?

„Ani nevím, proč jsem jim to neřekla, už mi to prostě připadalo normální.“

**Byl někdo kdo, by se ti snažil pomoci?
Zastal se tě někdo ze spolužáků?**

„Ne. Neměla jsem skoro žádný kamarády, takže jsem se prostě uzavírala do sebe a byla pořád zavřená doma v pokoji. Hodně jsem se upoutala na jednu holku ve třídě, byly jsme nejlepší kamarádky, ale ona byla takovej typ jako já, bála se. Potom v pátý třídě odešla na gympl a já sem zůstala úplně sama.“

**Bylo ještě něco, co by ti pomáhalo šikanu překonávat?
Třeba zájmy nebo něco úplně jinýho?
Vzpomeneš si třeba na něco?**

„Pomáhalo mi čtení zamilovanejšch povídek ne internetu, kde jsem se mohla vnořit do světa fantazie a nemyslet na to, co se bude dít další den ve škole. Taky mi pomáhalo kreslení, často jsem si kreslila vo přestávkách ve škole, abych na sebe nějak neupoutávala pozornost.“

A co jsi tak nejvíc kreslila?

„Nejvíc sem kreslila koně nebo jiný zvířata.“

(Z předchozích rozhovorů vím, že dotazovaná později odešla na gymnázium).

**A jak potom vypadal ten tvůj odchod na gymnázium?
Jaký jsi to vnímala, že odejdeš?**

„Když jsem pak v patnácti měla odejít na gymnázium, tak jsem byla ze začátku ráda, že z té třídy vypadnu a doufala jsem, že to bude lepší. Jak se ale blížili poslední dny, byla jsem dost na měkko i přes to všechno co dělali jsem je měla ráda.“

Aha, a jak to potom vypadalo na gymnáziu? Zlepšilo se to nebo ne?

„Na gymnáziu už to bylo o hodně lepší, sice jsem takovej typ co se nějak extra do všeho nezapojuje, ale lidi tam byli už dospělejší.“

Ještě něco tě k tomu napadá, cokoliv?

(Pokrčení rameny) „Hm, fakt nevim.“

To nevadí. Dozvěděla jsem se, co jsem potřebovala.

III. Klára

Jak a kdy u tebe šikana probíhala?

„Šikana u mě probíhala od první do deváté třídy. Ze začátku byla hlavně slovní. Uráželi mě, posmívali se mi, ignorovali mě, dělali, že ve třídě vůbec nejsem. Potom začaly i fyzický útoky.

Různě mě strkali, nastavovali nohu, šťouchali. V šestý třídě na škole v přírodě mi jedna spolužačka dala ránu do zad, když jsem se jí zeptala, jestli nechce pomoci s prostřením stolu. Vzpomínám si, že jsem pak odešla do pokoje a brečela.

Většinou si mě ve třídě nevšíмали. Našlo se pár výjimek, ale málo.

Říkali mi tlustá zelená žvejkačko.“

Dobře, já se teď budu ptát hlavně na to, co ti pomáhalo.

„Ze začátku jsem to moc neřešila, protože šikana nebyla tak častá. Pomohla mi hlavně rodina a taky to, že jsme měli hodnou třídní.

Ve třetí třídě, jsme ale museli dělat zkoušky, podle kterých se ukázalo zda můžeme ve škole zůstat nebo ne. Škola byla totiž výběrová.“

Takže ty jsi je udělala...

„Zkoušky jsem udělala a zůstala. Postupně se útoky začaly zhoršovat. Hodně se tam změnit kolektiv, odešlo hodně lidí, přišli nový a začaly padat zábrany. Hodně se mi posmívali a nejhorší bylo, že když přišel někdo nový už ho navedli proti mně.

Ve třídě jsem měla dva spolužáky jeden byl na mě hnusnej pořád ale u druhýho to bylo horší, kolikrát se se mnou normálně bavil a během pár minut mi začal nadávat. Nikdy jsem u něj nevěděla, na čem vlastně sem.“

Mluvila jsi o tom s někým z učitelů? Snažili se ti nějak pomoci?

„Rodiče za učitelkama několikrát zašli do školy, ale nijak se to neřešilo. Nechtěli si to vůbec připustit. Když jsme měli jet v osmý třídě na lyžák, naši poslali dopis do školy, abych tam nemusela protože mě ve škole šikanují. Učitelka se tvářila divně, říkala že to tom nic neví a dělala jako by si to naši vymejšleli. Na ten lyžák jsem nakonec nejela. Byla jsem moc ráda, protože v šesté třídě, když jsme byli na horách po mě spolužáci házeli zledovatělé koule. Bylo to proto, že jsem byla pomalá a neuměla lyžovat.“

Svěřovala jsi se rodičům? Snažili se ti nějak pomoci?

„Říkala jsem jim to. Radili mi ať se na to vykašlu, že ty co mi to dělaj jsou blbci. Vždycky sem se jim mohla svěřit a vyslechli mě, to mi hodně pomáhalo.“

Pomáhal ti i někdo jiný, než rodiče?

Zastal se tě někdo ze spolužáků?

„Občas spolužáci, párkrát se mě někdo zastal před ostatníma.

Jednou v sedmý třídě dokonce spolužák okřikl ty, co mě pomlouvali.

Taky jsem si časem ve třídě našla kamarádku, která mě přivedla ke čtení, protože její máma byla překladatelka a dostávala knihy zdarma. V osmý třídě si ale ta kamarádka připojila k partě, která měla jiné zájmy než já, hlavně bary, diskotéky a tak. Zůstala jsem zase sama. Pak jsem kamarádila se spolužákem Petrem a Michalem. Honili jsme se často po chodbě a tak.“

Kromě rodičů a spolužáků, bylo ještě něco dalšího, co ti pomáhalo?

„Později sem začla chodit na keramiku, to bylo tak od pátý třídy. Tam sem se vždycky krásně relaxovala. Další co mi pomáhalo bylo sledování filmů. Byl to takovej příjemnej únik z reality. Ráda jsem sledovala třeba Hvězdné Války nebo pohádky. Taky mi pomáhala četba.“

Co jsi třeba četla?

„Ze začátku spíš časopisy jako Mickey Mouse, Kačer Donald, Popelka a později, to bylo tak v šestý až sedmý třídě fantasy, scifi, knížky kde byla magie a elfové. Mělo to i další výhodu, protože když jsem do třídy přišla s knížkou a četla si tam, míň si mě všímali a většinou mě nechali na pokoji.

Později jsem četla i dobrodružný věci, kde se odehrávalo něco milostnýho. Bylo to příjemný.

Taky mi pomáhal čas strávený s babičkama.

Babička z máminy strany s námi bydlela a byla moc milá i když časem začla mít zdravotní problémy a postupně přestávala vycházet z domu.

Pak mi pomáhala i babička z tátovi strany. Pracovala na Petříně a často mě tam brávala s sebou. Pomáhala mi příroda, kde jsem přestávala myslet na starosti. Taky jsem si často hrála s bratrancem, chodili k nám na návštěvu tety. Měla jsem hodně příbuznejch.

Doma mi pomáhaly filmy. Bylo to jako rychle čtené knihy, kde jsem se mohla schovat.

Taky mi hodně pomáhali zvířata. Postupně jsme doma měli želvičky, činčilu, morčata a hodně mi pomáhal pes. Měla jsem o od pěti a půl let. Vždycky dovedl vycejtit, když mi bylo špatně. Mohla jsem se k němu přitulit. Pomáhal mi dokud neumřel.“

(Při vzpomínce na psa, měla dotazovaná v očích slzy, pak už jsem rozhovor raději ukončila).

IV. Kristýna

Jak a kdy tebe šikana probíhala?

„Bylo to hlavně ve čtvrtý a pátý třídě, pak jsem utekla na gympl. V pátý to bylo hodně špatný.

Nejdřív jsem váhala, jestli na gympl jít, v pátý třídě sem se rozhodla.“

(Pomlka)

Jak ta šikana vypadala? Co ti agresoři dělali?

„Hodně se mi posmívali za to, že jsem byla chytrá, měla jsem dobré známky a úkoly od učitelů mi připadaly snadný.

Holky ze třídy založily partu a řekli, že kdo se tam chce dostat, musí přeprat členku party.

To se mi nepovedlo.

Pořád do mě šťouchali, nebrali mě mezi sebe, posmívali se mi za dobré známky. Ten posměch byl horší než šťouchání. Bála jsem se co bude dál.“

Jak často se to dělo?

„Dělo se to každé den. Stačila jakákoliv záminka. Třeba když jsem měla členku nakřivo, když jsem se ve škole pozvracela protože...jednou jsem si vzala špatně léky na imunitu, já nevěděla, že se nesměj brát před jídlem.

Na tělocviku si mě vybírali jako poslední do týmu, dávali mi najevo, že mě nechťej.

Byla jsem na to dost citlivá, nevím jak bych to zvládla, kdyby ještě zašli dál.“

Mluvila jsi o tom s někým z učitelů? Snažili se ti nějak pomoci?

„Učitelům jsem se nikdy s ničím nesvěřila.“

A proč?

„Nevím. Jako oni byli dobří, ale pro mě bylo lehčí uzavřít se do sebe.“

Svěřovala jsi se rodičům? Snažili se ti nějak pomoci?

„Rodičům jsem to nikdy neřekla. Nevím proč. Později jsem s nimi mluvila, když byl nějaký jiný problém. Možná, asi jsem to nepovažovala za důležitý. Ale kdybych jim něco naznačila, určitě by se mě ptali dál.“

Byl někdo kdo by se ti snažil pomoci?

Zastal se tě někdo ze spolužáků?

„Ve třídě se mnou nikdo nemluvil, byla jsem úplně sama. Jen posměšky, nikoho jsem neměla a nezastal se mě nikdo. Jedna část třídy se mi smála a druhá nic.“

Bylo něco jiného, co by ti pomáhalo?

(Pomlka)

Třeba koníčky, zájmy, cokoliv na co bys sis vzpomněla?

„Koníčky sem moc neměla. Já v té době u ničeho moc nevydržela. Pomáhalo mi hlavně to, že můžu brzo vypadnout a že nikdo z mé třídy nedělá zkoušky na stejnou školu jako já. Vím, že to bylo zbabělý, ale taková jsem tehdy prostě byla, zbabělá.

Ono je těžký si další věci zpětně vybavit. Kdyby se mě někdo z dospělých zeptal, spíš bych se ještě víc uzavřela do sebe. Pomohlo by mi, kdyby se mě někdo ze třídy zastal.

Naši v té době měli svých starostí dost, narodil se mi postižený brácha. Asi to sehrálo svou roli, nechtěla jsem jim přidělovat starosti, ale kdyby za mnou přišli a vyptávali se, spíš by mi to bylo nepříjemný.

Do party mě holky chtěli vzít spíš proto, aby mě mohli zesměšnit. Hrozně jsem chtěla, abych se tam dostala, ale pak mě ta holka kterou jsem měla přeprat složila k zemi.“

(Ticho.)

Je ještě něco, co bych chtěla dodat?

„Popravdě mě už nic nenapadá. Snad jsem ti aspoň trochu pomohla.“

Určitě, díky moc.

V. Linda

Jak a kdy u tebe šikana probíhala?

„Šikanovaná jsem byla od druhý zhruba do šestý třídy, ale byly tam delší přestávky, nebylo to pořád. Děti si na mě vždycky hodně dovolovaly, protože jsem byla tichá a hodně uzavřená.

Většinou se mi posmívaly za mojí plachost, braly mi věci a nadávaly.

Nejhorší to bylo asi ve druhý a třetí třídě, kdy se na mě o přestávce sesypalo tak dva až pět lidí, brali mi věci, židli, penál, učebnice a tak. Ty věci mi vždycky vrátili, ale párkrát se stalo, že mi ukradli lístek na oběd a ten už mi zpátky nedali. Ale vždycky to dopadlo dobře. Prostě jsem u okýnka v jídelně řekla, že jsem si lístek zapoměla doma. Ale stejně jsem vždycky byla vynervovaná, že mi ten oběd nedaj.

Jeden kluk si na mě zasedl od druhé do šesté třídy a průběžně mi nadával, bral věci a pořád se o přestávce motal kolem mé lavice. (*Pomlka*) Jako, některý nadávky si pamatuji dodnes a vážně je nechci opakovat. Pamatuji si, že pořád zkoumal jestli mám strach a jestli se mi chce brečet. Dokonce se mi na to i párkrát zeptal, ale já vždycky řekla, že ne i když to nebyla pravda.

Ve třetí třídě mě taky asi týden otravovala v družině moje spolužačka a jedna holka z vyšší třídy. Pořád mě strkala přívěšek na klíče do oka. Byl měkkej, takže se mi naštěstí nikdy nic nestalo, ale bylo to hrozně nepříjemný.

V šestý třídě se to už začalo trochu zlepšovat, ale stejně jsem vždycky byla ve třídě na nekňubu, nechtěli mě brát mezi sebe a dobrá jsem jim byla, akorát když potřebovali opsat úkol. Nebylo to u všech, některý se chovali slušně a bavili se se mnou, ale nikdy jsem neměla žádnou kamarádku, které bych mohla stoprocentně věřit, to až na střední škole.

Nejhorší to bylo na školách v přírodě, rodiče mě tam nutili jezdit a já to tam nesnášela.“

A proč tě tam nutili jezdit?

Abych prej zapadla mezi děti. Dost naivní představa. Ale mě se to nikdy nepodařilo. Nejhorší tam byly diskotéky večer. Holky si to vždycky užívaly, ale já ne. Kluci se mnou nechtěli nikdy tancovat a tvářili se jako bych byla prašivá. Když už museli, tak si navzájem vyjadřovali soustrast. Hrozně se mi tam vždycky stejskalo po rodičích a nejradši bych se zavřela na pokoji.“

A co učitelé, svěřila jsi se? Pomohl ti někdo?

(*Přikývnutí*). „Často sem jim to říkala. Většinou těm klukům dali poznámku. Ale pak už se to nijak dál neřešilo. Ve druhý třídě měla učitelka proslov ke třídě o tom, že jsem přece tak hodná a že mě asi bude muset chránit. Zpětně mi přijde, že mi to zrovna taky moc nepomohlo. Byla to hodná, stará paní, ale ne moc připravená na drsnější chování.“

A co rodiče, mluvila jsi o tom doma? Pomáhali ti nějak?

„S rodičema sem o tom mluvila často. Máma byla i ve škole, když mě ten kluk hodně otravoval a taky mu vynadala. Sice se tvářil, že si z toho nic nedělá, ale přece jen se to

otravování trochu zmírnilo. Máma to řešila i s učitelkou, která mu dala poznámku. Časem ale stejně začalo znovu.

Ono se to často měnilo, někdy se k tomu ubližování přidal i někdo další nebo to dělal zase úplně někdo jiný ze třídy.

Mámu už to pak taky nebavilo, jak si pořád ztěžuji a domlouvala mi, abych byla průbojnější a víc se s dětma bavila. To samý mi radil i táta a řekl, abych klukům dala facku, když nedaj pokoj. Jenže já tyhle věci tenkrát prostě nedokázala. Vůbec jsem si nevěřila a ani jsem se neměla o čem s dětma bavit.“

A co spolužáci, zastal se tě někdo?

„Spíš ne, holky ve škole co se se mnou jinak normálně bavily měli vždycky větší kamarádky než jsem byla já, takže si spíš hleděli jich.“

Bylo ještě něco, co by ti pomáhalo?

„Byla jsem hodně závislá na rodině. Máma se mi vždycky věnovala víc než táta a taky jsem ráda jezdila k babičce s dědou.

Pomáhalo mi už to, že jsem byla mezi svejma a ne ve škole. A taky vědomí, že z té školy stejně jednou vyjdu a třeba to pak bude lepší.

Mimo školu jsem žádný kamarády neměla, teda až na Janu, to byla sousekka na chatě, s tou jsem si ráda hrála. Byla už starší asi o devět let.

S rodinou to bylo vždycky fajn, to jsem snadno zapomněla na školu. Horší to bylo vždycky, když začínal nový školní týden.

Já jsem obecně do školy chodila dost nerada. Učila jsem se celkem dobře až na matiku a tělocvik, ale chodila sem nerada kvůli spolužákům.“

Tělocvik ti nešel?

„Jako, když už jsme u toho, to byl pro mě taky docela očistec. Nadávali mi, že jsem pomalá a vždycky si mě do družstva brali jako poslední. Ale pozdějc aspoň oceňovali, že umím dobře uhýbat před míčem.“

Vzpomeneš si na něco, co by ti pomáhalo? Třeba koníčky nebo cokoliv?

„Já moc koníčků tehdy neměla, ale chodila sem do školy na výtvarnou dílnu ke svojí nejoblíbenější učitelce a uvažovala sem i o výtvarný střední škole, ale pak mě to nějak opustilo, nějak jsem z toho vyrostla.

Hodně mi taky pomohlo, když jsem měli nedávno třídní sraz, že se ke mně chovali už všichni slušně, dokonce sem se i normálně bavila s tím klukem co mě pořád otravoval.

Jako by se to tím smazalo, ale od té doby se snažím, aby mě lidi nebrali jako nekňubu a taky si dovedu stát za věcmi co říkám a asi i víc umím říkat ne.“

Takže čas to přece jen trochu smazal?

„Jako docela jo, hlavně je ale dobrý, že už jsem ze základky pryč. To sem vždycky chtěla.“

Ještě něco tě k tomu napadá?

„Hm ... *(pomlka)*. Já myslim, že už nic.“

Prostě co se stalo, stalo se, hlavně že je to za mnou.“

VI. Olga

Jak u a kdy u tebe šikana probíhala?

„Probíhalo to od šestý třídy do osmý třídy.

Převážně slovně v podobě nadávek od holek ale i od kluků.

Byly jsme dvě, nebavili se s námi. Někdy to byly dva až čtyři lidi, ale v tomhle období, kdy to bylo nevíc my dvě.

Bylo to na základě toho, že jsem se zastala šikanované holky.

Převážně to bylo nadávání, možná i někdy strkání, nevšímání si, pomluvy.“

Mluvila jsi o tom s někým z učitelů? Snažili se ti nějak pomoc?

„Učitelům jsem to nikdy neřekla. Převážně jsme to snášely s tou kamarádkou. Ze strany školy tam nebyla vůbec žádná snaha pomoci.

Brali jsme to jako svůj úděl, že se nedá nic dělat, že to člověk musí vydržet. Nepamatuji si, že by tam byl vůbec někdy byl jako... nápad to říct. Asi proto, že sme byly dvě. Byly sme kamarádky, drželo nás to pohromadě, že jsme měly aspoň sebe.“

Svěřovala jsi se rodičům? Snažili se ti nějak pomoc?

„Rodičům jsem nic neřekla. Ani ta kamarádka ne.“

Aha a všimli si třeba, že se něco děje?

„Jako... všimli si toho. Máma se ptala, co se děje, že jsem taková zamklklejší. Ale jak to bylo dlouho, tak věděli, že mám tu kamarádku a přátele mimo školu.

Já bydlela na vesnici a tam to nebylo. Do školy jsem dojížděla.“

Takže ve škole to rodiče taky nijak neřešili nebo jo?

„Rodiče to ve škole nijak nerozmazávali. Možná tam byla taková motivace, že vo tom člověk nechtěl mluvit, protože toho měl dost v tý škole. Taky jsem se za to i styděla.“

A někdo další, kdo by se snažil pomoci tam byl, třeba spolužáci nebo tak?

„Ve škole se nás moc nezastávali. Oni byli ta parta ze sídliště. Ta holka byla taky ze sídliště, ale vykašlali se na ní a já se k ní přidala. Pak tam byla taková neutrální skupina co se s námi bavila. Nevím, jestli se zastali. Byla to taková skupina hodných,... dobře se učících holek.

Já si pamatuji, že mi hodně pomáhal ten kamarádskej vztah, to bylo hodně důležitý.

Měla jsem kamarády mimo školu, ale ...jako bylo to pro mě důležitý a trápilo mě, že nás neberou a že nám ubližovali. Ale ten vztah mě hrozně podržel.“

Dobře. A vzpomeneš si na něco dalšího, co by ti pomáhalo?

„Vždycky sem měla zájem o přírodu. Ty zájmy mě držely ve smyslu být venku, hrát si, sportovat. Ten mimoškolní život. Jednak jsme měli zahradu a hodně volného času jsem trávil s rodičema. Jezdili jsme na vodu, na hory. Kolem rodičů se držela parta dětí kde to bylo v pohodě.“

Takže ze strany školy, tam nikdo nepomohl...

„Ze strany školy nebylo vůbec nic. Byla to typická sídlištní základka, kde brali třídu jako, že jsou to grázlové. Nikdo nikomu nepomohl, když něco bylo. Na prvním stupni pomáhali, ale pak už ne.“

Aha dobře.

No, já myslím, že je to dobrý, ale kdyby ještě něco k tomu bylo...

Já se většinou lidí ptám na ty zdroje opory a tak.

„No, to byl hlavně ten mimoškolní život. Mimoškolní aktivity.“

(Nic dalšího už dotazovaná neuvedla a rozhovor byl ukončen).

VII. Lenka

Jak a kdy u tebe šikana probíhala?

„Bylo to v osmé třídě, začalo to... prostě tím, že k nám přišly dvě holky o rok až o dva roky starší.

Dovolovaly si, zkrátka... tam chtěly mít tu hlavní roli. No a...nejdřív to zkoušely na všechny, chtěly se dostat do popředí a když se to nepovedlo, tak to zkoušely vtípkováním a postrkováním.

Většinou se ve třídě flákaly.“

A jak to probíhalo u tebe?

„Začalo to v tělocvičně. Já jsem nikdy necvičila, (*dotazovaná byla ze zdravotních důvodů osvobozena z tělocviku*) tak si mě vybraly. Nevím, proč si začaly. Mám pocit, že jsem se nějak výrazně nelišila.

No a...nejdřív to byly nadávky, posměšky na který jsem teda nereagovala. Rýpavý, provokativní otázky. Nebylo to příjemný, v určitéch situacích se ale neuhlídáš. Nevíš, co máš najednou říct.

No, prostě...začalo se to na mě projevovat, bylo mi z toho špatně, ale pořád jsem se snažila nevšímat si toho.

Pak mě začaly pošťuchovat. Když šly z jedné strany na druhou, tak do mě šťouchly.

Ale pak jsem se rozhodla, že si to nenechám líbit a jednou jsem se s nimi pustila do hádky.

Vyvrcholilo to tím, že jsem se ozvala i fyzickým útokem. Jenže ony byly dvě, začaly mě mlátit. Ale já se z toho nějak vyvlíkla, utekla jsem. V tělocvičně byla taková zasunovací stěna, víš taková, prostě šoupačky... a já odtamtud utekla, takže jsem se dostala mezi lidi. Povedlo se mi to.

Pak jsem šla na záchod. Věděly, že tam jdu, tak šly za mnou. No a... (*zaváhání*) chtěly mě nejdřív zmlátit, pak zhasly světlo a plivaly na mě. Házely po mě kapesníky a ručníky. Pak zhasly světlo a nechaly mě tam. Nebylo hrozný se odtamtud dostat, ale víš... nevěděla sem, kdo tam čeká. Jestli tam jsou, z toho sem měla hlavně strach.

Ty počáteční problémy byly pořád a já se to nikdy neodvážila říct. Nevím proč.“

Takže s učiteli jsi o tom nemluvila?

„Jak se to stalo na tom záchodě, tak už jsem šla za jednou profesorkou, ale ona tam zrovna nebyla. Tak jsem se trošku bála, jestli tam mám jít podruhé.

Před tím sem o tom nemluvila, protože... já jsem moc do té třídy nikdy nezapadala.

Ne, že by proti mně někdo něco měl, ale lidi se se mnou nebavili.

Učitelka na to dávala pozor.“

V jakém smyslu, pozor?

„No, jako (*pomlka*) cejtla sem, že pozoruje jaký máme ve třídě mezi sebou vztahy, ale nikdy přímo nezasáhla. Pak sem se dozvěděla, že si moje chování zjišťuje i u spolužáků, ale mě se nikdy neptala. Já jsem se i pak z toho důvodu bála za ní s něčím takovým přijít.

Měla sem strach, že by to rozmázla a všichni by do toho viděli.“

A jak se vůbec řešila ta příhoda na záchodě?

„Bylo to v pátek a já šla za výchovnou poradkyní. Ta řekla, že jsem měla jít za naší třídní. Ale stejně by se to řešilo s ní. Ptala se mě co a jak a já jí to řekla. V pondělí si ty holky zavolaly, ale se mnou už o tom nemluvili.

Holky to samozřejmě rozkecaly. To jsem tušila, že bude třída proti mně, ale... nepředpokládala jsem, že se se mnou o tom nebude nikdo z učitelů bavit.

Je to hroznej pocit, že to ví celá třída.“

Vyvodili z toho pro ty holky nějaký sankce?

„Měly třídní důtku a všechno co k tomu patří. V podstatě se ty holky potrestaly sami. Nakonec propadly a nedokončily třídu. Třída to dávala za vinu mě.

Od té doby jsem nechodila na tělocvik. To mi poradila výchovná poradkyně.“

Jo, takže sankce tam byla a něco tam tedy proběhlo, ze strany učitelů.

A když teda došlo k pomoci ze strany školy, vnímáš, že ta pomoc byla dostatečná?

„Já myslím, že ta pomoc od školy byla dostatečná, ale nebyla dokonalá. Učitelky sice pomohly od toho nejhoršího, ale nechaly mě napospas třídě a už o tom se mnou nemluvily.

Neměla jsem jistotu, že kdyby se to znovu dělo, že se na ně můžu obrátit.“

A co rodiče, svěřila jsi se doma. Snažili se ti nějak pomoci?

„Vůbec jsem o tom s nima nemluvila. V té době jsem musela být vždycky odpovědnější (*dotazovaná má o čtyři roky mladšího bratra*). Taky jsem se styděla, že jsem se nechala srazit k zemi.“

Aha a oni sami, poznali na tobě něco? Že se něco ve škole děje?

„Rodiče sami nic nepoznali. Pamatuju si ale, že táta asi tak dva až tři týdny po tom co se to stalo na tom záchodě něco nadhodil na téma šikany, že kdyby se to dělo, tak bych jim to snad řekla, ale já na to neodpověděla.“

Byl ještě někdo, kdo by se ti snažil pomoci?

Zastal se tě někdo ze spolužáků?

„Nikdo se mě aktivně nezastal. Byly tam holky podobných názorů jako já, ale kamarádku jako takovou jsem neměla.“

Bylo ještě něco, co by ti pomáhalo šikanu překonávat?

„Nevím. Byl to takový, jako vzdor proti rodičům a učitelům, že mě nikdy neuvidí sraženou k zemi. Jako jo, hrozně se mě to dotklo, ale nevěděli to učitelé, nevěděli to rodiče. Cejtila jsem se silná. Byl to i vzdor proti tomu, že to učitelé řešili s mejma spolužákama, což jsem vnímala jako velkou krivdu. A takhle jsem jim mohla alespoň nepřímo dokázat, že sem dobrá.

Učitelka ve třídě říkala, že někdo z ročníku má tyhle potíže a holky to pak už dorazily. Mám pocit, že učitelé věděli, že se tam něco takového děje, ne třeba tady ale v Áčku byl stejný problém. Snažili se toho různějma způsobama dopídit.“

Jak se toho snažili dopídit? Ptali se nebo tak?

„Ne, to ne, spíš pozorovali co se ve třídě děje a tak.“

Bylo kromě pocitu síly a vzdoru ještě něco jiného, co by ti pomáhalo?

„Brácha. Byla jsem starší a dneska mi to už přijde jako hloupost. Ale tehdy mi přišlo důležitý dovést ho do dospělosti než mu bude osmnáct. Kdyby se našim třeba něco stalo a já bych měla ještě tyhle problémy, tak by to už neunesl. Bylo toho víc, ale nic z toho by mě neudrželo, hlavně tohle.“

A třeba zájmy, koníčky nebo tak?

„Koníčky tehdy ani moc neměla. V té době byla pro mě i ostuda, že jsme neměli peníze.“

Dávaly ti to děti nějak najevo?

„Jako, bylo to znát. Děti si na výletech kupovaly suvenýry, když jsme byli v Praze tak chodily do obchoďáků. Vždycky si mohly něco koupit, já se bála. Nemohla jsem s nima do Mcdonalda, jako to vůbec. Tak jsem chodila venku a chtělo se mi brečet.“

Dobře. Je toho poměrně hodně, co jsi řekla? Napadá tě ještě třeba něco, co bys k tomu chtěla dodat?

„No já...myslím, že když chtěj učitelé šikanu řešit, tak na to nemaj. Ani tehdy, ani teď. S agresorem dovedou jednat, ale s obětí ne. Nevědí jak se jí zeptat. Viděla jsem to ve vedlejší třídě, tam byla ta holka šikanovaná donekonečna a nevyřešilo se to. Neozvala se. Děti maj hodně práv...jako já neříkám, že je to špatně, ale učitelé si nedovedou poradit. Nemaj respekt. Nechtěla jsem se svěřovat někomu, kdo mi stejně nemůže pomoci, protože by se z toho sám sesypal.“

Aha. Tam byly problémy? Někdo z učitelů se sesypal?

„Mno, jako jednu tam odvezli na léčení. Prostě to nezvládla.“
(Pomlka)