

# Práce učitele a školy s třídou proti šikaně



# Chování v šikaně je proměnlivé

Chování dětí je ovlivňováno nejen jejich **osobností, rodinným zázemím, životní situací**, ale i **příslušností k určité třídě**.

Příslušnost ke konkrétní třídě vysvětluje přibližně:

- 1/5 šikanování druhých
- 1/3 toho, že se někdo stane obětí
- 1/2 zastávání

*(populace pražských sedmáků, 2016)*

# Kdo se účastní šikany?

## VŠICHNI

**Velká část třídy v různých rolích.** Šikana se obvykle odehrává ve skupině a s publikem třídy. Proto je důležité prevenci zaměřit na každého.

### Základní role v šikaně:

- *šikanující žáci (hlavní agresor, jeho pomocníci a podporující publikum)*
- *oběť/oběti (vyčleňování)*
- *zastánci obětí*
- *nezúčastněné děti* (kdokoli, podle situace)

# Ovlivňování všech žáků; žáci musí vědět, že...

## VĚTŠINA ŽÁKŮ VE TŘÍDĚ ŠIKANU NECHCE A JE JIM LÍTO OBĚTI

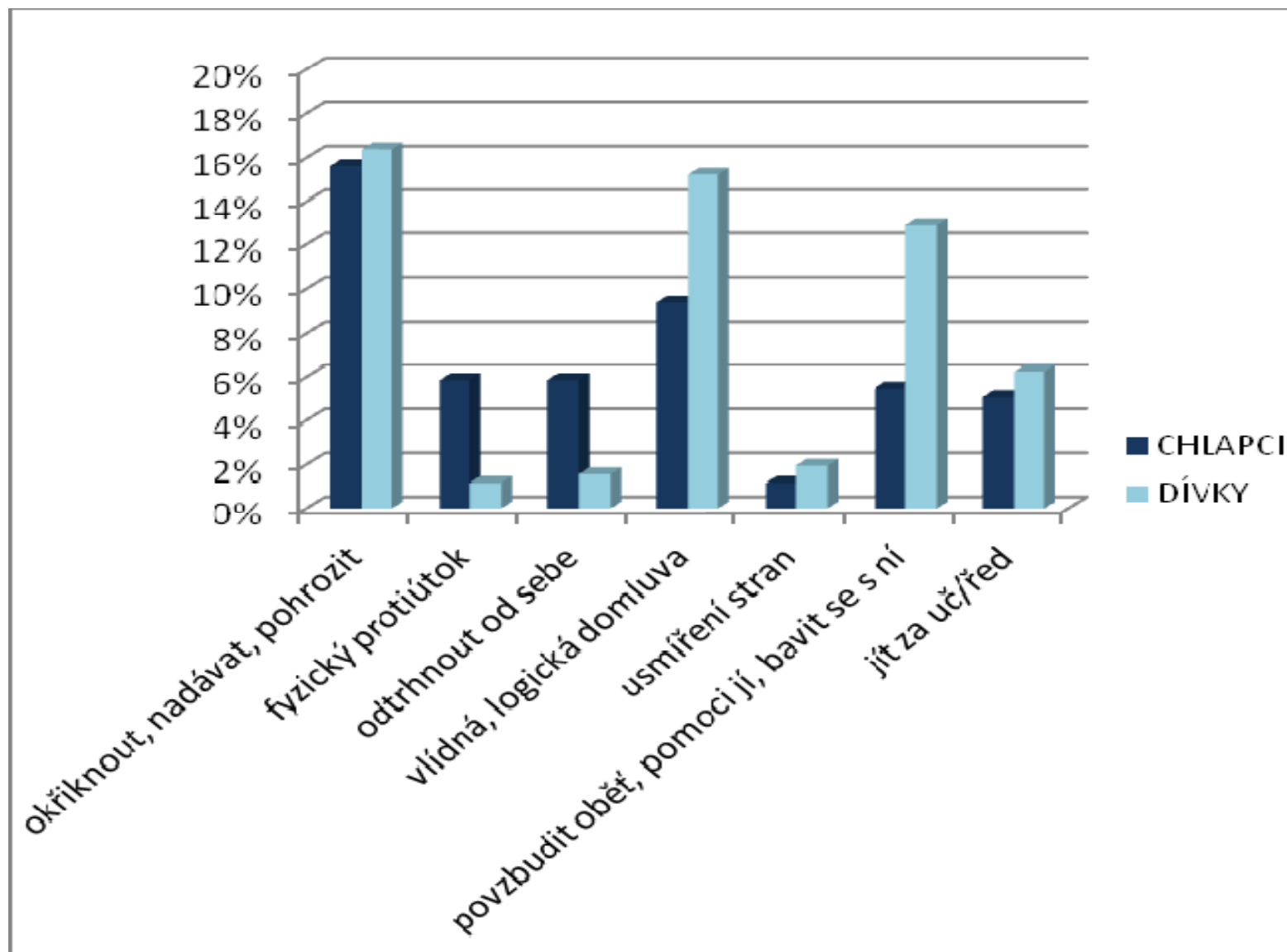
Žáci by měli vědět, že **každý z nich svým chováním nevědomky informuje ostatní o svém postoji k šikaně**:

- „**je na straně agresorů**“ (dívá se na konflikt, poslouchá nadávky, směje se vtípkům na něčí účet)

možná to tak není, ale třída to tak vnímá a žák tím nevědomky podporuje šikanu

- nebo **šikanu nepodporuje** (při šikaně žák odchází pryč),
- nebo **dá najevo, že s šikanou nesouhlasí** (napomene agresory, zastane se oběti, dá oběti najevo, že při ní stojí [veřejně, což je nebezpečné], nebo bezpečněji v soukromí, když u toho nikdo další není. **Zastánců je mezi žáky asi 17 %**

## Způsoby zastávání se obětí uvedené dívkami a chlapci, kteří se podle svých slov zastávají obětí (N=256)



# Ovlivňování všech žáků – skupinové normy

Žáci by měli nejen od externistů, ale hlavně od třídních učitelů slyšet, že:

- šikana je špatná/trapná a učitelé to hlídají – je potřeba to nedělat
- chyba je na straně šikanujícího, ne šikanovaného (oběti by se neměly obviňovat)
- když je někomu ubližováno, je dobré se svěřit dospělým – učitelům/rodičům, kamarádovi (vyhledat pomoc)
- když je někomu ubližováno, ostatní mohou něco podniknout (zastat se druhého v nouzi, říci to dospělému, nebo aspoň nepřihlížet, nedělat vděčné publikum).

# TŘÍDNÍ NORMY (NASTAVUJE JE TŘÍDNÍ UČITEL)

(společné představy třídy o tom, co si mají žáci ve třídě myslet a jak se mají chovat)

**Pokud učitel třídu neřídí, převládnu normy vyčleňování.**

Pokud učitel nastaví normu začleňování a je aspoň trochu přirozenou autoritou, tak se třída chová líp.

- ČETNOST ZASTÁVÁNÍ SE OBĚTÍ (a projevů solidarity s obětí) se zvyšuje ve třídě, kde jsou jasně nastaveny **prosociální normy**.  
V podporující atmosféře si mohou žáci víc dovolit jednat ve shodě se svým morálním přesvědčením.

## Charta třídy

Žáci si mají každý pro sebe promyslet:

- **Jaké chování ve třídě jim vadí**
- **a jaké chování se jim ve třídě líbí.**

Své názory si žáci zapisují na lepící papírky, každou myšlenku zvlášť.



Učitel rozdělí čarou tabuli na dvě poloviny: Na jednu stranu napíše **Co mi vadí**, na druhou **Co se mi líbí**.

Žáci pak po jednom přicházejí, lepí na obě strany své názory a přitom je nahlas čtou.



**Co mi v naší třídě vadí**



**Co se mi v ní líbí**



## Charta třídy

Poté se žáci přemístí k tabuli. Učitel znovu čte popsané papírky. Žáci společně sledují:

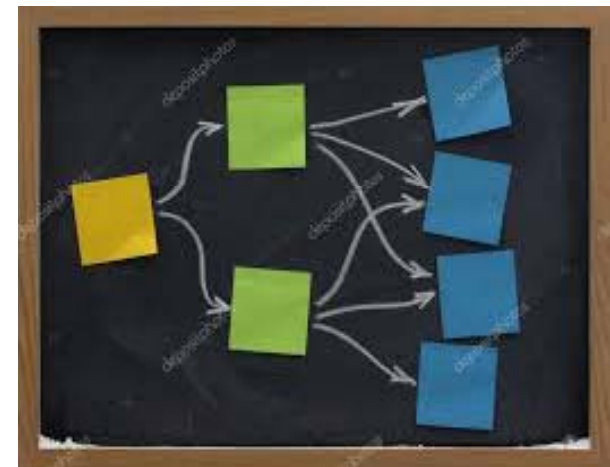
- *Jaké (podobné) požadavky a připomínky se objevují nejčastěji?*
- *Které jsou důležité, přestože se neobjevují tak často?*

Některé požadavky se zobecňují.

**Z nejčastějších a nejdůležitějších požadavků** jsou společným vyjednáváním vybrána hlavní pravidla.

Pravidel by nemělo být moc (3-10).

Formulují se pozitivně, ne jako zákazy (tj. jak se máme chovat)



## Charta třídy



# Prevence šikany – obecné principy

- **požadovat** dodržování pravidel charty třídy
- **vracet se k nim**, pravidelně je oživovat, znovu je vysvětlovat a diskutovat o nich, případně v diskusi s žáky upravovat
- **zasahovat** při jejich nedodržování, v případě potřeby využívat kázeňská opatření
- *Pokud ve třídě nastaví pravidla externisté, měli by učitelům poskytnout velmi konkrétní vodítka, jak dál s pravidly ve třídě pracovat - učitel si jej může od nich vyžádat.*

# Spolupráce na snížení šikany s prosociálními žáky

UČITELÉ, METODICI A PORADCI POTŘEBUJÍ ZNÁT,  
KDO JE VE TŘÍDĚ PROSOCIÁLNÍ a zároveň OBLÍBENÝ

**Prosocialita – otázky do sociometrických dotazníků:**

- (1) kdo se nejvíc zastává těch, kterým někdo ubližuje,*
- (2) kdo druhým nejvíc pomáhá,*
- (3) kdo druhé dokáže podpořit, když to potřebují*

**Obliba v sociometrických dotaznících:**

- (1) kdo je u vás ve třídě nejvíc oblíbený,*
- (2) kdo ti je sympatický (s kým se kamarádíš; s kým by ses chtěl víc kamarádit; s kým bys chtěl sedět v lavici apod.)*

## Spolupráce učitele na snížení šikany s PROSOCIÁLNÍMI žáky (zastánci)

- Učitel se může setkat se 2-4 prosociálními spolužáky, kteří mají ve třídě zároveň i vysoký status (jsou oblíbení, uznávaní) - jednotlivě nebo zvlášť s jednotlivými partičkami kamarádů
  - Promluvit si s nimi o tom, **jaké chování žákům ve třídě vadí**
  - Jak podle vás to „dění“ ve třídě vidí ostatní? Co si o tom myslí? Co i myslí o tom, komu je ve třídě ubližováno? O ubližujících spolužácích? (=otázka mapující závažnost šikany)
  - Požádat je, zda by se mohli k oběti chovat **kamarádsky** a brát ji **rovnocenně**
  - Případně zda by oběť občas mohli **přizvat k nějakým svým aktivitám** (třeba si s ní občas povídat o přestávce, sednout si k ní u oběda, přizvat do skupinky apod.)

# Využít toho, že prosociální spolužáci často spolupracují

*„Mám lepší pocit, když za druhýma zajdu a něco udělám, než jen přihlížet. Nechci se jen dívat, jak někdo někomu ubližuje. Když ale něco udělám, někdy to nepomůže, někdy se to však zlepší. Většinou se to pak neopakuje, když je nás víc a jsme silnější.“*

*(Kressa, 2017)*

**Učitel může nepřímým způsobem posílit postavení prosociálních žáků** tím, že jim dává prostor k vyjádření názoru, oceňuje jejich podněty, svěří jim pomůcku pro skupinu, stanoví je vedoucím skupinky apod.

**Prosocialita by měla být oceňována** (prostor v komunitním kruhu, kdy spolužáci ocení, že někdo někomu pomohl) – Učitel může poděkovat a neadresně diskutovat o určitém chování (tím motivuje všechny). „*Jsem ráda, že jste se někteří ozvali, že se vám to nadávání ve třídě nelíbí.*“

## UČITEL BY MĚL ŘÍDIT TŘÍDU A UPLATŇOVAT SVOJE PRAVOMOCI:

- I TRESTAT (pedagogové někdy parazitují na citovém životě dětí tím, že jim nechávají volnost) *„učitelé by tu s námi ve třídě měli být, měli by se zajímat, co se mezi námi děje“* (výpověď agresivního žáka)
- OSOBNÍ VÝTKY A ROZHOVORY O KONKRÉTNÍM NEVHODNÉM CHOVÁNÍ S AGRESORY PROVÁDĚT V SOUKROMÍ (dát jim o samotě srozumitelnou a zcela konkrétní zpětnou vazbu, pojmenovat špatné chování: *„Nelíbilo se mi, jak jsi Honzovi řekl, že je ... šlo by s tím nadáváním něco udělat?“* = NEZAHANBUJÍCÍ ZPŮSOB)
- POSTARAT SE V SOUKROMÍ O OBĚŤ, dát jí najevo, že jsme na její straně. Že si k ní tohle nikdo nesmí dovolovat a že se mu budeme snažit pomoci. Oběť se nám nemusí svěřovat. Je dobré se po čase sejít a zeptat se, jestli se to ještě objevuje a jak to ve třídě teď je. (Můžeme se také ZEPTAT NĚKTERÉHO Z PROSOCIÁLNÍCH ŽÁKŮ.)



# UČITEL, PORADCE, METODIK BY:

- **Nikdy neměl hned řešit konkrétní incidenty adresně (konfrontačně) v komunitním kruhu s ostatními spolužáky. Je to zahanbující pro agresora i pro oběť.**
  - **Hovořit o tom v kruhu až teprve tehdy, když se ukáže, že intervence v soukromí opakovaně nebyla účinná. A I V KRUHU HOVOŘIT NEADRESNĚ**
  - **Nejlépe v situaci, kdy je pravděpodobné, že se někteří ve třídě nebudou bát o tom diskutovat. (Někdy je na místě o tom promluvit dopředu s prosociálními a zároveň asertivními žáky.)**

- **V komunitním kruhu** s žáky pracovat, jako kdyby neměl nikdo z nich s šikanou nic společného a jako by byli spíš proti šikaně
- **Používat neadresnou pozitivní motivaci:**

*Musím říct, že mám radost, že jak tady ještě před měsícem padaly takový nadávky a nepěkný přezdívky, že to postupně přestávalo a že už to, až na výjimky, neděláte.*

# **PRÁCE S ŠIKANOU NA STRANĚ UČITELE, PREVENTISTY, PORADCE**

## Zasedací pořádek: Kam posadit aktéry šikany?

- Agresivní partičky: třídě určitě a agresorům se často uleví, když je rozesadí co nejvíc po celé třídě (jeden agresor často ve skupince pracuje bezproblémově). .... **ALE NIKDY NE „JAKO TREST“**
- Zastánce a prosociální skupinky: **aspoň po dvou** (zvýší se jejich účinnost. Potřebují sdílet to, co se ve třídě děje, a podpořit se. Přirozeně spolupracují.)
- Vyčleněné žáky a oběti blízko k nim (přes uličku, před nebo za prosociální žáky)

**Zasedací pořádek v případě potřeby měnit a zdůvodnit to pozitivně** (abychom se líp poznali, abychom měli víc zkušeností s různými lidmi ze třídy, vyzkoušeli si spolupráci s jinými lidmi apod.)

## PRO UČITELE – PRVKY STMELOVÁNÍ V BĚŽNÉM PROVOZU:

- **Rozdělovat žáky do různých skupin jen dočasně a podle různých, střídajících se klíčů** (stále stejné skupinky podporují vznik vzájemné nevraživosti)
  - *Neměli by žáky motivovat srovnáváním s jinými spolužáky*

# Jak má učitel předcházet šikaně:

- OSLOVOVAT VŠECHNY ŽÁKY STEJNÝM ZPŮSOBEM: Někteří žáci jsou oslovováni křestním jménem, jiní příjmením nebo zdvojnásobě nebo nějakou přezdívkou, která možná není úplně pozitivní
- DÁVAT SI POZOR NA TÓN HLASU: na někoho jsou příkřejší, na někoho vlídnější, ALE I NA MIMIKU A GESTIKU
- STEJNÁ PŘÍSNOST NA VŠECHNY: riziková je i inkluze, pokud učitelé používají „dvojí metr“, někdy i v situacích, které to nevyžadují. Úlevový princip nikomu nepomáhá.
  - **pokud důvody odlišného zacházení nepřijmou a nepochopí všichni ve třídě, tak si to někteří se spolužákem vyřídí**

## Také učitelé někdy nezvládají inkluzi:

- Nemohou-li pro inkludovaného žáka používat stejné měřítko jako na ostatní, tak jej sice uchrání formálním sankcím (poznámky či hodnocení prospěchu)
- Ale dají mu to tzv. „sežrat“ neformálně (viz dále):

**Noemi (8. ročník):** „Nějaký učitelky by se měly zamyslet nad tím, co třeba Matyáš prožívá, a nemít na něj ty kecy, ony to většinou rozpoutaj, to nadávání.“

**Tazatelka:** „Mohla by sis vzpomenout na nějakou konkrétní situaci, příběh, kdy se to ve třídě stalo?“

**Noemi:** „Třeba Viktor byl [na začátku hodiny, po zvonění] ve skříni, učitelka mu začne nadávat. Do toho přijde do třídy Matyáš a omlouvá se, že nemá věci a učitelka ho seřve ještě

mnohem víc než ostatní. A pak mu Richard začne taky nadá-vat. ... Richard mu třeba řekne: *„Seš úplně debilní,*

*kdy už skočíš z okna?!“* ... Nebo Pavel říká Matyášovi: *„Ježíš, kdy už propadneš!“*“

**Tazatelka:** „Jak na to reagují učitelé, když se tohle děje při jejich hodině?“

**Noemi:** „Učitelé nic...“



# Inkludovaní žáci v roli oběti

- tytéž strategie proti šikaně používané intelektově a komunikačně znevýhodněnými oběťmi, které jsou účinné u jiných dětí (protiútok, ignorování agresorů apod.), u nich často nefungují ...
- *Co s tím?*

## PRO SEBE ZMAPOVAT, jaký mám vztah k jednotlivým aktérům

- **ve třídách, v nichž má učitel upřímně pozitivní vztah ke všem žákům** a nikoho nevyčleňuje (opravdu všem fandí a věří, že se mohou zlepšit, poskytuje jim naději), bývá méně šikany.
- Naopak **ve třídě, kde má učitel své oblíbené a neoblíbené**, bývá často šikana ireparabilní. Svou nesympatií totiž některé žáky učitel „hází napospas lvům“ a agresori přesně vědí, ke komu si co mohou dovolit.
- *Jaký mám DOOPRAVDY vztah k šikanujícím? Jaký k obětem? Liší se to? Kdo mi je sympatičtější? --- Je mnohem lepší upřímně si říct, jak to mám, a pak s tím nějak pracovat (v intervizi, supervizi, v terapii apod.)*

**POŽÁDAT DŮVĚRYHODNÉ KOLEGY** (metodiky a výchovné poradce nebo toho, komu důvěřuji) o zpětnou vazbu, zda jednám se všemi žáky podobně; zjistit, zda se agrese děje i při výuce jinými učiteli.

# Neuvědomované představy učitelů o žácích (implicitní teorie osobnosti)

*(„víte, já už jsem od začátku tušila, že ten kluk není úplně rovnej, on se jakoby dělá, že je hodnej, ale ve skutečnosti je to křivák. Já už jsem ho prokoukla...“*

*„... S těmahle klukama za chvíli zase něco bude, to je pořád něco, vždycky se třída o něco snaží, ale oni to těm ostatním vždycky pokazí...“*)

Na straně takto „odepsaných“ žáků je bezmocnost:

- *„Zase se něco semele*
- *Co by se podle tebe mohlo semlet?*
- *Já nevím, ale vždycky se něco stane, určitě se to zas nějak pokazí, nějakěj průšvih...“*

# Jak si agresori zajišťují moc ve třídě?

## *(Příklad z praxe)*

Často nenápadně agresivním chováním, které je nepříjemné, za které je lze napomenout, ale ne trestat.

**Typické jsou** mírně ponižující poznámky a **vtípky na něčí úkor**.  
Spolužáci se smějí...

... *protože je to sranda. Říkají, že s agresory je legrace (někdy se rozesměje i učitel)*

... *i preventivně, aby sami nebyli terčem posměšků*

- Ten, s kým se třída směje, v tom okamžiku přede všemi posiluje svou moc. Smích je interpretován ostatními jako souhlas. Přestože žáci ve třídě nechtějí šikanu, tak ji takto nepřímo a nevědomky posilují.

**Děkuji Vám za pozornost**

**Kontakt: [janosova@praha.psu.cas.cz](mailto:janosova@praha.psu.cas.cz)**

Prezentace vznikla s podporou GA15-00682S a  
RVO: 68081740.