

Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ

Sabrina Zvonková

Diplomová práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Sabrina Zvonková
Osobní číslo: H20897
Studijní program: M0113A300009 Učitelství pro 1. stupeň základní školy
Forma studia: Prezenční
Téma práce: Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury týkající se rizikového chování žáků.
Vymezení terminologie a teoretických východisek zaměřujících se na šikanu žáků na 1. stupni ZŠ.
Příprava metodologie výzkumu, vymezení výzkumného problému a stanovení cílů výzkumu.
Realizace kvantitativně orientovaného výzkumu formou dotazníku pro žáky a pro učitele 1. stupně ZŠ.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi základních škol.

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- Astor, R., & Benbenishty, R. (2019). *Bullying, school violence, and climate in evolving contexts: culture, organization, and time*. Oxford University Press.
- Bréda, J., Dandová, E., Kendíková, J., & Mertin, V. (2017). *Sebeobrana učitele*. Raabe.
- Kabíček, P., Csémy, L., & Hamanová, J. (2014). *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Triton.
- Martínek, Z. (2015). *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. Grada.
- Zvírotský, M., Bendl, S., & Richterová, M. (2021). *Příběh školní šikany: učebnice pro pedagogické pracovníky*. Karolinum.

Vedoucí diplomové práce: **PhDr. Roman Božík, Ph.D.**
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání diplomové práce: **8. ledna 2025**
Termín odevzdání diplomové práce: **25. dubna 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D.
ředitelka ústavu

Ve Zlíně dne 8. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení diplomové práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem diplomové práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na diplomové práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Diplomová práce se zaměřuje na problematiku šikany a její dopady na žáky 1. stupně základní školy. Cílem práce bylo zjistit, jaké dopady má šikana na žáky z pohledu samotných žáků i jejich třídních učitelů. V rámci kvantitativního výzkumu byla využita metoda dotazníku, přičemž byly interpretovány odpovědi žáků 4. a 5. ročníků a jejich třídních učitelů. Výsledky ukázaly, že šikana má na žáky 1. stupně základní školy významné dopady v psychické, fyzické, sociální i vzdělávací rovině. Nejčastěji se vyskytují verbální a nepřímé druhy šikany, méně často fyzická šikana a kyberšikana. Mezi hlavní dopady patří ztráta pocitu bezpečí, zhoršení vztahu ke škole, pokles školního výkonu, úzkosti, somatické potíže či nízké sebevědomí. Učitelé prokazují snahu šikanu rozpoznat a řešit, avšak často chybí hlubší spolupráce s odborníky a systematické postupy. Lze říci, že výsledky výzkumu potvrzují závažnost dopadů šikany na vývoj žáka a potřebu efektivní prevence.

Klíčová slova: škola, třída, žák, šikana, agresor, oběť, přihlížející, prevence, kyberšikana, stadia šikany, následky šikany

ABSTRACT

The thesis focuses on the issue of bullying and its impacts on the primary school students. The aim of the work was to determine the impacts of bullying on students from the perspective of the students themselves and their class teachers. The quantitative research used a questionnaire method, and the responses of 4th and 5th grade students and their class teachers were interpreted. According to results bullying has significant impacts on younger school children on the psychological, physical, social and educational levels. Verbal and indirect types of bullying are the most common, and physical bullying and cyberbullying are less common. The main impacts include a loss of a sense of security, a deterioration in the relationship with school, a decline in school performance, anxiety, somatic problems and low self-esteem. Teachers demonstrate an effort to recognize and address bullying, but closer cooperation with experts and systematic procedures are often lacking. It can be said that the research results underline the seriousness of the impacts of bullying on children's development and the need for effective prevention.

Keywords: school, class, a pupil, bullying, an aggressor, a victim, bystander, prevention, cyberbullying, stages of bullying, consequences of bullying

Poděkování

Ráda bych touto cestou vyjádřila své upřímné poděkování vedoucímu mé diplomové práce, panu **PhDr. Romanu Božikovi, Ph.D.**, za jeho cenné rady, vedení a trpělivost, kterou mi po celou dobu psaní práce věnoval. Jeho podnětné připomínky a ochota konzultovat se mnou veškeré aspekty tématu významně přispěly k finální podobě této práce.

Mé poděkování patří také rodině, přátelům, kteří mi poskytli podporu a motivaci během celého studia.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	13
1 OBECNÁ TEORIE ŠIKANY.....	14
1.1 ŠIKANA	14
1.2 KRITÉRIA ŠIKANY	16
1.3 DĚLENÍ ŠIKANY	17
1.4 MÍSTA ŠIKANY.....	21
1.5 STÁDIA VÝVOJE ŠIKANY	22
1.6 AKTÉŘI ŠIKANY	25
1.7 CHOVÁNÍ SPOJENÉ S ŠIKANOU	29
2 PEDAGOGICKÉ ASPEKTY ZVLÁDÁNÍ ŠIKANY	33
2.1 PREVENCE ŠIKANY	33
2.2 DIAGNOSTIKA ŠIKANY.....	35
2.3 ŘEŠENÍ ŠIKANY	36
2.4 DOPAD ŠIKANY.....	38
3 PROSTŘEDÍ ŠKOLY A JEJÍ PORADENSKÝ SYSTÉM.....	41
3.1 KLIMA TŘÍDY A ŠKOLY	41
3.2 ŠKOLNÍ PORADENSKÉ PRACOVÍŠTĚ	42
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	44
4 VÝZKUMNÁ ČÁST	45
4.1 VÝZKUMNÉ CÍLE A OTÁZKY	45
4.2 METODA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	46
4.3 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO NÁSTROJE	46
4.4 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU	47
5 INTERPRETACE DAT	52
5.1 DOTAZNÍK PRO ŽÁKY	52
5.2 DOTAZNÍK PRO UČITELE	78
6 VÝSLEDKY.....	99
7 DISKUSE VÝZKUMU A LIMITY	104
8 DOPORUČENÍ DO PRAXE.....	107
ZÁVĚR	109
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	111
SEZNAM OBRÁZKŮ	116

SEZNAM TABULEK.....	119
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	120
SEZNAM PŘÍLOH.....	121

ÚVOD

Problematika šikany ve školním prostředí patří mezi témata, která jsou často diskutována. I když se šikana ve školách objevuje dlouhodobě, její projevy, formy i dopady se v čase proměňují. V současnosti je situace navíc komplikována vlivem moderních technologií, které rozšiřují možnosti šikany i mimo školní lavice, do online prostoru, kde často probíhá skrytě a anonymně. Setkáváme se tedy s kybershikanou, jejíž důsledky mohou být pro žáky i více závažné než šikana tradiční.

Závažnost a aktuálnost tohoto tématu potvrzují různé studie, články, ale i každodenní zkušenosti pedagogických pracovníků. Výzkum ukazuje, že šikana se může objevit již na prvním stupni základní školy a že její rozpoznání bývá velmi obtížné. Projevy nejsou vždy zřejmé, žáci často nemají odvalu k tomu, aby situaci sdělili a v mnoha případech se bojí následků, které by odhalení mohlo přinést. Právě proto je klíčové se tomuto tématu věnovat už u mladších žáků, v období, kdy se formují první hlubší sociální vazby a kdy se učí, jak pracovat s vlastními emocemi, jak řešit konflikty a jak se chovat ve skupině vrstevníků.

Téma diplomové práce jsem si zvolila z několika důvodů. Již během studia a praxi v rámci učitelské přípravy jsem se setkávala s různými projevy negativních vztahů mezi žáky. Zaujala mě především skutečnost, že žáci si často nejsou vědomi toho, že jejich chování může být pro jiné bolestivé nebo zraňující. Zároveň jsem si všímala, jak obtížně se i učitelé orientují v těchto situacích. Cílem mé práce je tedy nejen popsat problematiku šikany u žáků 4. a 5. ročníků z pohledu odborné literatury, ale především zjistit, jak tuto situaci vnímají samotní žáci a jejich třídní učitelé. Ročník žáků jsem vybrala záměrně, protože jsou schopni své zážitky i postoje popsat. Zároveň se nacházejí ve vývojové fázi, kdy je možné prevencí a vhodnou podporou ovlivnit jejich další směřování.

Šikana se posunula k hlubšímu pochopení, kdy se nemůže věnovat pozornost jen přímým aktérům (obětem a agresorům), ale i přihlížejícím, kteří hrají klíčovou roli v rozvoji nebo naopak zastavení daného chování. Důraz je kladen na vytváření bezpečného školního klimatu, podporu pozitivních vztahů ve třídách a rozvoj empatie, schopnosti komunikace a řešení konfliktů. Každá škola je povinná mít vytvořený preventivní program proti šikaně.

Struktura práce je sestavena tak, aby čtenáři umožnila pochopit problematiku šikany od základů až po konkrétní školní praxi. V teoretické části nejprve představuji šikanu jako obecný fenomén, kdy ji definuji, rozlišuji její druhy, fáze vývoje a aktéry. Poté se zaměřuji na pedagogické souvislosti, jako je prevence, diagnostika a řešení šikany. Závěrečná kapitola

této části zasazuje téma do prostředí školy, věnuje se klimatu třídy a fungování školního poradenského systému. Toto pořadí umožňuje logický a plynulý přechod. Druhá, metodologická část práce, popisuje výzkumný záměr, použitou metodu sběru dat, což byl dotazník, výběr respondentů. Na závěr diplomové práce interpretuji výsledky, provádím diskusi a navrhuji doporučení pro praxi.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 OBECNÁ TEORIE ŠIKANY

V této kapitole se zaměřuji na vymezení pojmu šikana a její obecné charakteristiky. Šikana je závažný a komplexní sociálně-patologický jev, který se může vyskytovat v různých formách a prostředích. Cílem kapitoly je představit základní teoretická východiska, definice a kritéria šikany, její dělení, vývojová stádia a také role jednotlivých aktérů. Věnovat se budu nejen klasickým formám šikany, ale i specifickému fenoménu kyberšikany, který je v dnešní digitální době čím dál častější. Popsána budou také místa, kde k šikaně typicky dochází, a způsoby, jakými se může oběť bránit. Kapitola tedy tvoří teoretický rámec pro hlubší porozumění tomuto problematickému jevu ve školním prostředí.

1.1 Šikana

Kabíček et al. (2014) definuje šikanu jako opakované a také záměrné fyzické i psychické ubližování, zaměřené na skupinu žáků nebo na jednotlivce, kteří se útokům nedokáží nebo nemohou bránit. Cílem tohoto chování je ublížení, týraní nebo ponížení.

Šikana je brána jako kterýkoliv opakovaný agresivní akt, jehož cílem je zranit nebo poškodit druhého. Oběť se nemůže bránit. Je důležité věnovat pozornost i faktu, že žák, který je obětí, neprovokuje agresorovo chování. Šikana se odehrává v prostředí, které nelze snadno opustit, a to například třída, škola (Černá, 2013). Čapek (2014) vnímá šikanu jako závažnou agresivní poruchu chování.

Zvírotsky et al. (2021) definují šikanu jako „takové agresivní či manipulativní chování, kdy jeden nebo více jedinců záměrně a zpravidla opakovaně někomu ubližuje, přičemž toto jednání je samoučelné” (s. 12). Kdy jedinec směřuje k zesměšnění, ponížení. Objevuje se asymetrie sil, která je mezi agresorem a obětí. Může, ale nemusí jít jen o fyzické síly, může jít o verbální násilí, komunikační zdatnost nebo sociální zdatnost. Šikanování se může odehrávat v různých věkových kategoriích a v různém prostředí. Může se objevit v zákeřné podobě, proto nikdo oběti nevěří a agresor tak není podezříváný. Agresor neukazuje svůj strach.

Šikana patří do sociálně patologických jevů. Je odvozena z francouzštiny „chicane”, které má význam zbytečně a zlomyslně sužovat, týrat, vyžadovat nesmyslnou aktivitu, pronásledovat. Šikana má základní rys, což je agrese a je to jejím jediným cílem. Agresor má cíl, a to dosáhnout svého vnitřního uspokojení nebo získání moci. Příčinou šikany nebo

agrese je strach, který je v každém z nás, ale každý má své zdroje strachu. Agresor zažívá strach z odkrytí jeho vnitřního já (Procházka, 2012).

Synonymem šikany je dnes slovo psychotraumatizace ve skupině. Kdy se jedná o týrání, které je opakované, ponižování, zotročování, omezování buď jednoho nebo více jedinců, a to jiným jedincem nebo skupinou jedinců, kteří využívají manipulaci a agresi. Může se jednat i o zaujetí na slabší jedince silnějšími jedinci. Šikana se může objevit ve všech věkových a sociálních skupinách, může mít psychickou i fyzickou formu (Bréda et al., 2017).

Násilí a šikana provází jedince už v předškolním věku, kdy cítí neuspokojení nebo deformování jejich základních potřeb. Může se jednat o nenaplnění komunikace, lásky, zařazení se do skupiny (Bréda et al., 2017). Studie ukazují, že šikana je častější v menších než ve větších třídách (Bukowski et al., 2018). A také se vyskytuje častěji u mladších žáků, než u těch starších (Astor & Benbenishty, 2019). Jedinci tedy zažívají stres a úzkosti ze zmíněné šikany, ale také ze soutěživosti o známky, z neúspěchu, z nesouhlasu, z konfliktu mezi spolužáky, odmítání, sociální izolace, agrese apod. (Pekrun & Linnenbrink-Garcia, 2014). Ve školní třídě může jít také o množstevní podobu, kdy větší množství ubližuje menšímu množství dětí. Může se vyskytovat i převaha síly mentální. Kdy je šikana spojená s inteligencí jedince a může dojít k velmi promyšlené a skryté šikaně. Například, když integrujeme do školy handicapované dítě, musíme zjistit, zda mu zajistíme podmínky pro jeho bezpečný život a také zda jsme schopni zařídit asistenta pedagoga. Když tyto podmínky škola nenaplní, mohou handicapovaného jedince inteligentnější žáci využívat, navádět, zesměšňovat apod. Může se jednat i o převahu ekonomických sil, kdy jedinci nejsou zaměřeni na to, jaký kdo je, ale na to, kdo a co má. Když jsou děti podporovány jejich rodiči ekonomicky, myslí si, že mohou všechno a všechno zaplatí. Někdy sami rodiče své děti vedou k tomu, že dítě má přednostní právo v jeho kolektivu díky financím (Martínek, 2015). Nejdůležitější je zmínit to, že právě šikana je jeden z nejčastějších důvodů, proč děti volají na linku důvěry (Richardson & Hiu, 2016).

Na rozdíl od výše uvedených forem šikany, které jsou cílené a záměrně ubližující, je důležité odlišit jev, který se může na první pohled jevit podobně, ale má odlišné znaky i dopad, tím je škádlení. Vyznačuje se tedy rozdíl mezi šikanou a škádlením, kdy škádlení pobaví oběť. Oproti šikaně, kde má radost jen jedna strana, a tou je agresor. Příčinou šikanování může být odreagování od stresu, ovládnutí druhé osoby, kompenzace vlastní

slabosti, zvědavost, nuda (Patologické vztahy ve skupině: materiály pro výchovné poradce a metodiky prevence na ZŠ a SŠ, 2011).

1.2 Kritéria šikany

Když odborníci definovali šikanu, našli tři kritéria, které jsou se šikanou spjaté. Prvním kritériem je záměrné agresivní jednání, druhým je opakovanost daného agresivního jednání a třetím kritériem je nerovnováha sil mezi agresorem a obětí (Janošová et al., 2016).

Zaměřím se nejprve na první kritérium, kterým je záměrnost v šikaně. Stanovuje, co je a co není šikana. Nemohu se spoléhat na výpověď a zjištěné informace od šikanujícího, protože mohou být nevědomě nebo vědomě zkresleny. Také mohu z výpovědi zjistit, že tak jednal, protože šikanovaný měl nevhodné chování. Nejde spoléhat na výpověď ze strany oběti. Ti si nemusí uvědomovat okolnosti, které mohly způsobit agresivní chování, což se může jednat například o předchozí události a jejich vliv. U nepřímé agrese si oběti nemusí uvědomovat, že se na nich uskutečnila šikana. Proto je velmi složité zjišťování záměrnosti, ale jedná se o důležité kritérium. Nemohu se mu nevěnovat, protože by agresor mohl i po varování pokračovat dál v šikanování. Když agresor jedná bez záměru, může to souviset s nedostatečnou sociální kompetencí a nízkou mírou sebeovládání. Záměrná agrese ukazuje na deficit morálních hodnot a norem (Janošová et al., 2016).

Druhé kritérium je nerovnováha sil mezi agresorem a obětí. Může se jednat o opakovaný útlak, nebo dominanci. Agresor, který si myslí, že má větší sílu než oběť, má určitou výhodu. Oběť není schopná se bránit. Může jít o nerovnováhu ve verbální zdatnosti a pohotovosti nebo ve fyzické převaze. Různé kvality například v úspěchu, vzhledu, výřečnosti. Agresorova převaha se může začít projevovat až při opakujících se situacích. Dochází také k tomu, že žák se může vnímat jako agresor i jako oběť (bully-victims). Například zdatnější žák se v tělesné výchově vysmívá chytrému žákovi a chytrý žák vysmívání provádí v jiných předmětech na daného žáka. Toto kritérium nerovnováha sil je také velmi těžké zjistit, proto je důležité se zaměřit na to, jestli je pro druhého žáka těžké se bránit (Janošová et al., 2016).

Posledním kritériem, na které se zaměřím je opakovanost útoků. Toto kritérium se může také vyskytovat v mnoha definicích šikany. Za opakování jsou považovány i dvě situace, které jsou časově blízko. Kdyby byly odehrány s časovým odstupem, nepovažují se za šikanu. V praxi tedy zjišťujeme počet opakovanosti útoků v určitém časovém úseku (Janošová et al., 2016).

1.3 Dělení šikany

Abychom lépe porozuměli různorodosti projevů šikany, je důležité se zaměřit na její konkrétní typy.

Přímá a nepřímá šikana

Šikana se nejprve dělí na přímou a nepřímou. Přímá šikana se vyznačuje násilím.

- Ublíživáním: bitím, bodáním, kopáním, popálením apod.
- Tělesné ponižující ovládání: vypít něco, něco sníst nebo obnažování. Sebrání nebo poškození věcí: jídlo, peníze, školní potřeby, oblečení.
- Také se vyznačuje slovním napadením, což mohou být urážky, nadávky, posmívání ohledně dané osoby nebo jeho rodiny.
- Může se vyznačovat i zotročováním, a to bitím nebo hrozbami je jedinec donucen něco vykonat, což může být zakázané, ponižující.

Nepřímá šikana se vyznačuje sociální izolací daného jedince. S jedincem ostatní nekomunikují, nevšímají si ho, je vyloučen z aktivit. Jedinec se snaží přizpůsobit skupině, a proto začne zlobit apod. Ostatní se mu ještě více smějí. Tato šikana převažuje spíše u dívek. Tyto dvě formy šikany se mohou kombinovat (Říčan & Janošová, 2010).

Verbální a fyzická šikana

Přímá a nepřímá šikana se může dělit na fyzickou a verbální šikanu. Do fyzické šikany spadá:

- napadání, kde se řadí údery pěstí, facky, strkání nebo kopání
- také napadení s různými předměty, i s různými zbraněmi (sklo, hůl, židle, lavice apod.)
- poškození majetku oběti, například rozbití něčeho, roztrhání sešitu/učebnice, krádež, schovávání věcí
- vandalismus
- typická přímá konfrontace agresora s obětí.

Verbální šikana je charakterizována jako nadávky, urážky, ponižování, posmívání oběti. Šikana dle určité odlišnosti od ostatních, kdy může jít o postavu, vkus, oblečení nebo

kvůli kultuře, prostředí. Patří zde i výhrůžky, pomluvy a jejich šíření s nepřítomností oběti, aby ji izolovali (Ammirati, 2024).

Chlapecká a dívčí šikana

Šikana se také dělí na šikanu chlapeckou a dívčí. U dívčí šikany se objevuje převážně psychická agrese a u chlapecké šikany fyzická a přímá agrese. U dívek se vyskytuje přímá nebo nepřímá agrese verbální, což je psychické násilí. Oběť je izolována a zraňována slovem. Tato šikana nemusí být zjevná, projevy mohou vypadat nevinně (například agresorka se u toho usmívá). Agresorka a oběť mohou být kamarádky, trávit společně svůj volný čas. Když nastane v kamarádství problém, pomsta je ve formě šikany. U chlapců ale šikana jde vidět, je otevřená a jde tedy o fyzickou šikanu. Nebývá u nich zvykem, že by agresor a oběť byli kamarádi (Kolář, 2011). Výzkumy ukazují, že chlapci jsou častěji agresori a oběti šikany než dívky. Dívky jsou šikanované stejně chlapci i dívkami (Bukowski et al., 2018).

Kyberšikana

Virtuální svět místem, kde se navazují partnerské nebo přátelské vztahy, také se zde uspokojují potřeby být ve vrstevnické skupině. Tento svět může být i nebezpečný a může dojít na kyberšikanu, kterou níže detailněji popíšu. V dnešní době je toto online prostředí přirozenou součástí každého z nás (Ambrožová, 2020).

Kyberšikana byla vytvořena v roce 2002 pedagogem z Kanady Billem Besleym (Ammirati, 2024). Je brána jako označení forem šikany, která se odehrává prostřednictvím elektronických médií (mobilní telefony, internet). Tyto média jsou využita k záměrnému, agresivnímu poškození majitele daných médií. Oběť tyto situace vnímá jako ubližující a nepříjemné (Černá, 2013). Kyberšikana se každým dnem rozvíjí a narůstá a je na každém kroku. Může se vyskytovat v různých věkových kategoriích. Kyberšikana se může nazývat také jako elektronické šikanování, elektronická agrese a online obtěžování apod. (Hollá, 2016).

Martínek (2015) definuje kyberšikanu jako „zneužití ICT (informačních komunikačních technologií), především mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně vyvést z rovnováhy. Jedná se tedy o jednu z forem šikany” (s. 171). Zahrnuje velké množství agresivních činností, které jsou úmyslné a opakované, kdy chce agresor ublížit oběti (Urban, 2024).

Kyberšikana má mnoho prostředků, a to například textové zprávy, fotografie, videoklipy, mobilní telefonáty (útočné a neustálé telefonáty), e-maily (využití cizí identity), chatovací místnost (virtuální světy, hrací stránky), instant messaging (Skype apod.), sociální síť, internetové stránky (Rogers, 2011). Má své formy, a to například tvorba webových stránek, posílání krutých a výhružných emailů nebo zpráv, také formou obrázků, které jsou posílány, kde je oběť zesměšňována. Rozeslání fotografií s tváří oběti s pornografickým kontextem. Agresor se může nabourat do různých účtů oběti, kdy rozesílá fotografie, vulgární zprávy apod. ostatním. Rozeslání spolužákům nahrávky nebo fotografie s obětí (Patologické vztahy ve skupině: materiály pro výchovné poradce a metodiky prevence na ZŠ a SŠ, 2011).

V dnešní době má skoro každé dítě mobilní telefon, pomocí kterého může kyberšikanovat kohokoliv, kdekoliv, a to vše anonymně. Dítě může kyberšikanovat v rodinném prostředí, ve škole a také v okolí (Hollá, 2013). Mnoho lidí si neuvědomuje, že obrázek nebo informaci, kterou vložili například na Facebook se za chvíli dostane k miliónům uživatelů. Některý uživatel ani nemá úmysl informaci nebo obrázek šířit mezi mnoho lidí, ale někteří ano. Je důležité o kyberšikaně mluvit všude, ve škole, doma, v kroužcích apod. V kybernetickém prostoru si jedinci mohou dovolit to, co v reálném životě ne (Rogers, 2011). Agresoři mohou být také povzbuzováni a motivováni ostatními uživateli, to může zvýšit přidávání různých zesměšňujících videí apod. (Kožíšek & Písecký, 2016). Proto Bittmannová a Bittmann (2016) mluví o kyberšikaně a tvrdí, že kyberšikana se moc neliší od šikany běžné. Jde o zesměšňování a ponižování v elektronické komunikaci. Je to další forma ubližování. Tato forma je nebezpečná v časové neohraničenosti, rychlosti předání informací ostatním a počtem diváků, který je větší než u běžné šikany.

Oběť kyberšikany může změnit své chování, změnit práci s mobilním telefonem nebo počítačem. Vyhýbá se střetu s telefone a může ho i odmítat. Když jedinec čte jakoukoli zprávu, můžeme na něm vidět nervozitu, zarmoucenost nebo nejistotu. Může si stěžovat na jakékoliv bolesti, nespavost nebo noční můry. Jedinec se začne vyhýbat lidem a mohou se mu zhoršit známky. Když tyto znaky vypozorujeme a chceme si s jedincem promluvit, musíme s ním mluvit v soukromí (Černá, 2013). Učitelé si nejsou vždy vědomi kyberšikany, která se odehrává v kyberprostoru, i když by žákům mohli pomoci. Oběti kyberšikany se nesvěří dospělým, protože se bojí, jak budou reagovat a mají neustále pocit bezmocnosti. Protože, když se na internetu škodlivý materiál rozšíří, neexistuje žádný návod, jak jej odstranit a poškození oběti se může protáhnout na mnoho let. V dnešní době je těžké se

vyhnout elektronickému útoku, protože náš život je spojen s mobilními telefony a internetem (Astor & Benbenishty, 2019). Při kyberšikaně je složité definovat přihlížejícího. Přihlížející může být s agresorem, když je čin odeslán nebo zveřejněn. Nebo může být přihlížející s obětí kyberšikany (Blatchford et al., 2016).

Jak je z výše uvedeného patrné, kyberšikana je problém s mnoha formami a způsoby projevu, přičemž její závažnost nespočívá pouze v samotném aktu ubližování, ale především v hlubokých dopadech, které zanechává na psychickém i sociálním zdraví oběti. Kyberšikana je závažná, protože má dopad na psychické zdraví oběti. Oběť může zažívat depresi, úzkost, sebevražedné myšlenky a sociální izolaci. Zažívá neustálý strach, může poté jít i o emoční vyčerpání a chronický stres. To může dále vést k psychosomatickým problémům (Urban, 2024). Kyberšikana může mít i dlouhodobý vliv na jedincovou nepozornost ve škole, na životní šance a na problémy v učení, sebevědomí a také na sebedůvěru (Hollá, 2010). Oběti tvrdí, že kyberšikana je v porovnání s šikanou ničivější, protože je zde velké množství publika (Hollá, 2013).

Závažné psychické dopady, které kyberšikana zanechává na oběti, podtrhují nutnost porozumět jejímu vztahu k tradiční školní šikaně, neboť obě formy se často vzájemně prolínají a doplňují. Černá (2013) a Kabíček (2014) mají stejný pohled na vztah školní šikany a kyberšikany. Kdy tvrdí, že kyberšikana dříve byla brána jako samostatný fenomén. Dnes je chápána jako rozšířením šikany, která se vyskytuje ve škole. Samozřejmě ke kyberšikaně může docházet i od cizích, neznámých osob, u kterých nejde zjistit o koho se jedná. Tato kyberšikana se vyskytuje v menším množství. Jedním z hlavních rozdílů mezi šikanou a kyberšikanou je, že agresor může být v elektronických médiích anonymní. Rogers (2011) definuje odlišnost šikany a kyberšikany: mluvíme o šikaně „když jsou oběť a agresor v přímém kontaktu, často doslova tváří v tvář“, ale u kyberšikany „si agresori mohou zachovat určitý odstup od svých obětí. Ten jim umožňuje jistou dávku anonymity a představu bezpečí, která je ujišťuje, že na ně nikdo nepřijde. Zároveň je pro ně snazší zapomenout na své chování a minimalizovat pocity viny, neboť nevidí způsobené újmy. A oběť, která nezná pravou identitu pachatele, může ztratit důvěru k ostatním lidem“ (s. 32). Kyberšikana se může objevit v průběhu celého dne, dostane se do míst, které oběť vnímala jako bezpečné. Jedinec má poté pocit, že nikam před tím neuteče, nikde se neschová, není v bezpečí a nemůže nikomu věřit, proto dochází k psychickému poranění.

Je důležité při výskytu kyberšikany i šikany ve školní třídě, nezaujmout pozornost jen na kyberšikanu, ale spíše se nejprve zabírat šikanou ve školní třídě a poté kyberšikanou

v elektronické podobě. Při vyšetřování kyberšikany potřebujeme abychom měli počítačovou gramotnost, nebo to přenechat odborníkům v tomto počítačovém světě (Černá, 2013).

1.4 Místa šikany

Je důležité si definovat místa, kde dochází k šikanování ve škole, aby učitelé tyto místa znali a mohli tak šikaně předcházet.

- První místo je **třída**, protože žáci zde tráví nejvíce času a jedná se o bezpečné místo. Ve třídě mohou být také hlídači a ti zvyšují bezpečí agresora. Učitel by měl klást důraz na kontrolu tichých tříd při dohledu. Protože zrovna v tiché třídě se může odehrávat šikana.
- Druhé místo zastávají **toalety**, kde jde převážně o fyzické ubližování. Při dohledu na žáky by měly být toalety pod kontrolou, učitel by měl mít přehled, kdo jde na toaletu, jak dlouho tam je, zda nedochází ke zvýšenému hluku nebo ke shlukování žáků.
- Dalším místem jsou **šatny** u tělocvičny nebo samotná **tělocvična**, kdy není přítomen pedagog. Zde dochází především k tvrdému ubližování oběti, proto by žáci neměli mít přístup do tělocvičny bez pedagoga.
- Čtvrté místo zastávají **šatny**, kde jde převážně o poškozování majetku oběti. Může zde docházet i k ubližování oběti.
- Dalším místem, kde dochází k šikaně je **jídlna**, kde jsou prováděny útoky na jídlo oběti.
- Šestým místem jsou **skrytá místa ve škole**, které agresori vyhledávají. Jde o místa, kde učitelé nechodí a nikdo by je při ubližování nemohl vidět. Učitelé by měli o těchto místech vědět a kontrolovat je.
- Sedmé místo získaly **pokoje na exkurzích a sportovních kurzech**. Ubližování obětí se převážně odehrává v nočních hodinách. Škola za bezpečí nese zodpovědnost, proto by měl být dohled učitelů na chodbách i v nočních hodinách.
- Posledním místem jsou **ostatní prostory školy**, například dílny, pozemky, hřiště apod. Školy by měly mít vymezený prostor, kde nesou odpovědnost za žáky oni (Martínek, 2015).

K šikaně ale může docházet všude, například i v autobuse a na cestě ze školy nebo do školy, což není věcí školy. Za tyto místa už není škola zodpovědná. V těchto místech šikanu

řeší Policie ČR nebo obor sociální péče (Martínek, 2015). Šikanu vidí vrstevníci, ale často je skrytá před dospělými. Šikany se účastní šikanující, podporovatel šikanujícího, pomocník šikanujícího, obránce, šikanovaný a nezúčastněný. Proto jde o proces, kde je připojena vrstevnická skupina (Janošová et al., 2016).

1.5 Stádia vývoje šikany

Šikana není jednorázová, jde o jev, který se opakuje, má danou dynamiku a vývoj. Jinak přistupujeme k počáteční šikaně a jinak k pokročilé šikaně. Rozlišujeme pět stádií šikany. Šikana nemusí projít všemi stádii, může se dříve zastavit (Zvírotský et al., 2021). První stádium je ostrakismus, druhé fyzická agrese a psychická manipulace, třetí stádium je vytvoření jádra, čtvrté je vytvoření norem a poslední stádium je totalita. Za počáteční šikanu jsou vnímána první tři stádia a za pokročilou šikanu čtvrté a páté stádium. Počáteční šikana se převážně vyskytuje na všech školách a ve všech skupinách různého věku. K rozvoji do pokročilé šikany vede přihlížení. (Kabíček et al., 2014). Martínek (2015) tvrdí, že na základní škole je třetí stádium šikany vzácné, protože se často neobjevuje.

Ostrakismus

Ostrakismus je slovo z řečtiny a jedná se o střepinový soud. Jde o první fázi šikany, kdy agresori neubližují fyzicky (Martínek, 2015). Tato stádium šikany se může projevat například, když oběť spolužáci ignorují, nesedají si za ní, dívají se odmítavě na oběť, vše je sváděno na oběť, osočují ji, pomlouvají, posílají ponižující zprávy, agresori tvoří příběhy a šíří je, provokují oběť, urážejí její rodiče, smějí se nad její slabostí nebo handicapem, vysmívají se za chyby, ironické poznámky apod. (Martínek, 2015).

Učitel nemusí zjistit, že jde ve třídě o šikanu, protože je velmi nenápadná a oběť je pomalu vyčleňovaná z kolektivu (ostrakizování). Oběť nevidí důvod, proč by měla hledat pomoc nebo se bránit (Zvírotský et al., 2021). Dle Martínka (2015) se oběť ze začátku snaží bránit, a proto je na spolužáky agresivní, například jim vrací posměšky, nadávky, může se také bránit ranami nebo vztekem. A agresori vidí, že jejich chování funguje, a tak ho stupňují. Nakonec se oběť začne zamykat do sebe před ostatními. Jedinec si může odsednout, nehledá přátele ve třídě, začnou se ji velice rychle zhoršovat známky, nedokáže se soustředit, mohou mít tendenci navštěvovat nižší třídy, kde si najde kamarády. Oběť si zde může vybijet její vztek, a proto začne dětem z nižšího ročníku ubližovat. Když si toho učitel všimne nebo je informován, měl by začít hledat problém v jedincově kmenové třídě.

Za velmi šikovné v ostrakismu jsou považovány dívky, protože jsou schopné si udělat menší skupinku a domluvit se proti jedné spolužačce. Mohou říkat pomluvy a poté dojde k vyčlenění spolužačky z kolektivu (Martínek, 2015).

Fyzická agrese a psychická manipulace

Zvírotský et al. (2021) tvrdí, že ve druhém stádiu se objevuje buď fyzické násilí nebo přitvrzuje psychické násilí (verbální). Šikana může být jen formou psychického násilí až do konečného stádia. Oběť je viníkem všeho. Agresor zastává názor, že oběť si za vše může sama a o násilí si koledovala. V tomto stádiu fyzické útoky nemůžeme vyloučit.

Agresoři si kompenzují tlak na oběti. Agresor se může nudit a ubližování oběti ho zabaví. Na oběti je kompenzováno i agresorovo nízké sebevědomí nebo neúspěšnost a nepřijetí do skupiny. Objevují se hrubé slovní urážky, kopání, bití. Agresor nutí oběť, aby mu sloužila, například mu nosila tašku. Agresor ničí majetek oběti, vyhrožuje, manipuluje. Začíná být závislý na oběti a jeho ubližování. Také může jít o vyhrožování, že oběť zmlátí, agresoři berou peníze oběti, ničí se věci nebo práce oběti, agresor si přivlastňuje věci oběti, vyhrožuje mučením, vyhrožuje anonymně přes telefon, schovává oběti věci, ubližuje fyzicky (bouchnutí, píchnutí, podkopávání nohou), agresor si maluje na oběť (Martínek, 2015). Oběť má tedy ze všech situací ve třídě strach a snaží se utéct. Což může být začátkem záškoláctví, somatizace nebo sebepoškozování. Zde je tedy školní prospěch oběti katastrofický. Rodiče mohou reagovat tak, že oběť trestají, aniž by věděli, co se ve škole děje. K oběti šikany se mohou někteří žáci přidat a když je skupinka silná, mohou se pokusit postavit proti agresorovi a může dojít k zastavení šikany. Zastání se bohužel děje málo kdy (Martínek, 2015). Jako řešení tohoto stádia může sloužit usmíření nebo využití vrstevnického programu, kde si žáci určí hranice chování (Martínek, 2015).

Vytvoření jádra

Třetí stádium se považuje za klíčové, protože se násilí systemizuje a je naplánované. Ve třídě se vytvoří tvrdé jádro agresorů, proto ostatní pocítují strach. Tím se vyšuje tlak na konformitu ve skupině. Agresoři diktují a tvoří nová pravidla, proto jsou ostatní jedinci do šikany zapojeni, ať už dobrovolně, tak i nedobrovolně. Šikanovaný je napadán agresory, ale i ostatními ve skupině. Útoky, které jsou na oběť, mají následky, škody na jeho věcech nebo úrazy. Je možné, že v tomto stádiu šikana vyjde najevo. Ve třídě se může najít jedinec, který má hodně odvahy a postaví se za oběť nebo informuje dospělé (Zvírotský, 2021). Agresoři začínají být v tomto stádiu závislí na šikanujícím chování. Když zažívají stres nebo podobné

situace, tak se mají na kom vybít. Oběť je často odmítaná, nikdo jedinci nevěří. I když ve skupině může být jedinec, který je s obětí, tak to nedává znát, protože by se také mohl stát obětí šikany. Často si agresori zvolí jedince, kteří se stanou hlídači a mají za úkol hlídat příchod učitelů. V tomto stádiu je za šikanu už zodpovědná celá třída, protože ji všichni vidí a ví o ní. Oběť se snaží být v přítomnosti učitele, a proto se pohybuje nejvíce na chodbě. Učitel nemůže reagovat tak, že přistoupí za jedincem a zeptá se ho, jestli se něco neděje. Jedinec neodpoví pravdu, protože se bojí, že by ho viděl agresor. Učitel si tedy musí najít čas na rozhovor s jedincem, kdy je nikdo neuvidí a neuslyší (Martínek, 2015).

Vytvoření norem

Ve čtvrtém stádiu přetrvává tlak na konformitu a strach, protože agresori přikazují své pojetí norem. Oběť se v tomto stádiu většinou podvolí a rezignuje, proto není možnost situaci řešit. Oběť žádá o pomoc svými onemocněními a různými bolestmi. K posledním dvěma stádiím šikany dochází především ve třídě, kde nejsou žádná pravidla a agresori si je vytvářejí. A je jako formalita vnímán školní řád (Zvírotský, 2021). Třída se v tomto stádiu rozdělí na dvě skupiny, na poddané a na vládnoucí jedince. Oběti jsou tedy poďradné, takzvané otroci. Oběť začíná být závislá na šikanujícím chování od agresorů, protože je její psychika velmi zasažena. Agresory považuje za kamarády, obdivuje je a nebrání se ubližování. Může dojít k paradoxnímu chování od oběti, začne vyrušovat a dělat věci, aby pobavily ostatní a tím si myslí, že se vyhne horším požadavkům od agresora. Učitel chování nechápe. Z přihlížejících žáků se stávají agresori. U oběti se může začít objevovat posttraumatická stresová porucha (Martínek, 2015).

Totalita

Poslední stádium je charakterizováno jako dokonalá šikana nebo totalita (Zvírotský, 2021). Jde o stádium šikany, které je neřešitelné a učitel nemá ve třídě žádnou šanci. Ubližování jde do extrémů, je hrubé a agresivní, může dojít k těžkému ublížení na zdraví nebo dokonce i na smrt. U oběti může dojít ke stockholmskému syndromu, kdy nemůže žít bez agresora, plní vše, co agresor chce apod. Ostatní žáci berou šikanu na oběti jako běžnou a také se na ní účastní (Martínek, 2015). Protože celá třída přijala pravidla agresorů a tím je agresory ovládnutá. Oběť je zlomená a svou energii dává do přežití. Ostatní se bojí zastat oběti, protože by mohli být šikanováni jako ona (Zvírotský, 2021). Řešení tohoto stádia je rozpuštění celé třídy. Agresor nebo agresori by měli dostat tvrdý následek, a to například je umístit do výchovného zařízení. Oběť vyžaduje dlouhodobou spolupráci s psychiatry nebo psychology (Martínek, 2015).

1.6 Aktéři šikany

Aktérem šikany je jedinec, který je do šikany zapojený a zastává určitou roli ve vývoji dané šikany (Zvírotský, 2023). U šikany nejsou poškozeny jen oběti, ale i agresori a všichni ostatní, kteří o šikaně ví nebo jsou svědci. (Říčan & Janošová, 2010).

Agresor

Za agresora je považován jedinec, který se šikany účastní aktivněji, který s ní začíná a také ji vede (Říčan & Janošová, 2010). Martínek (2015) vymezuje různé typy agresorů:

- Prvním typem je **agresor hrubý a fyzický**. Agresor využívá jeho síly, užívá si utrpení oběti. Agresor může prožívat podobné chování i v jeho rodině.
- Dalším typem je **agresor kultivovaný a jemný**. Je v přítomnosti učitelů nebo dospělých velmi milý, slušný, ochotný, ale když učitel odejde ze třídy, začne tvrdě šikanovat oběť/oběti, šikanu neprovádí sám. Rozdává rozkazy a jeho spolužáci „pomocníci“ je plní. V rodině je tvrdá výchova, agresor doma dostává rozkazy, které musí plnit a je pod nepřetržitým dohledem. Proto je ve zvýšeném napětí a musí si to na někom vybit.
- Třetím typem je **agresor srandista**. Agresor v hodinách mívá vtipy, které spolužáky pobaví, protože vše bere jako legraci. Když učitel agresora přistihne při ubližování jedinci, tak agresor tvrdí, že je to jen legrace a všichni okolo něj mu to potvrdí. Rodina je spíše volnomyšlenkářská, jedinec nemívá dané hranice.
- Čtvrtým typem je **agresor, který spouští šikanu ekonomickou**. V rodině agresora kladou důraz na materiální věci. Chtějí, aby bylo jejich dítě nejlepší, aby mělo všechno co nejnovější a ve všem jedince podporují.

Z těchto typů agresorů vyplývá, že velký podíl na chování jedince mají jeho rodiče. Právě spolupráce s rodiči je velmi složitá a komplikovaná, když jde o násilí. Rodiče jejich dítě chrání a nevěří, že by takové chování mohlo projevovat. Můžeme rodičům s jejich souhlasem domluvit psychoterapii, kontaktovat odbor sociálních věcí, Policii ČR nebo odborníka na konkrétní problematiku (Martínek, 2015). Kolář (2011) zastává názor, že agresori často neměli žádný pocit viny a netrápili se tím, co druhému udělali. Když jim byl udělený trest, který si zasloužili, vnímali ho jako křivdu. V jejich ubližování neviděli nemorálnost.

Agresor vyžaduje publikum, které ho povzbudí. Může mít asistenty, kteří se k agresivnímu chování přidávají a posilovače, kteří ukazují jejich souhlas s šikanou, smíchem a jásáním (Bukowski et al., 2018). Agresoři mohou mít různém motivy k šikanování. A to například upoutat pozornost, kdy chce být agresor středem pozornosti. Zabít nudu, kdy ubližování druhému agresorovi dodává pocit vzrušení a baví ho to. Dalším motivem může být „Mengeleho“, kdy agresor zkouší, co oběť vydrží a chce najít nějaká jeho tajemství. Žárlivost je další motiv, kdy agresor závidí oběti, že ho učitelé podporují. Motiv prevence, jedinec, který byl dříve šikanovaný raději začne šikanovat, nebo se přidá k agresorovi, aby ho nikdo zase nešikanoval. Udělat něco velkého, kdy agresor nezískává úspěch a chce si tak pomocí šikanování dokázat, že něco vykonají. Posledním motivem může být překonat osamělost. Agresor má intenzivní vztah k oběti a její vzlykání je pouze pro něj (Kolář, 2011).

Agresoři školní šikany mají zanedbaný duchovní vývoj. Ten, kdo má duchovní rozměr je svobodný, zná jeho cíl nebo smysl, zná své životní hodnoty, soucítí s druhými, vnímá bolest nebo potřeby druhých, umí se vcítit. Kdo duchovní rozměr nemá jedná antisociálně, dívá se jen sám na sebe, vztahy k druhým jsou manipulující, prospěchářské nebo parazitující. Má pocit, že někoho může vést, protože si myslí, že je lepší než ostatní. Orientace jedince na sebestřednost a sobeckost je spjatá s touhou po moci, která je doprovázená agresí, což může vést ke zlu a šikanování. Je důležité u žáků klást důraz na duchovní a mravní vývoj. Učitel by ve třídě měl budovat morálku a mělo by být zavedeno pravidlo „nedělej jiným to, co nechceš, aby oni tobě dělali“ (Kolář, 2011, s.121–125).

Agresor se trestá podle závažnosti šikany. Může být potrestán sníženou známkou z chování, důtkou ředitele nebo pedagoga. Někteří agresoři a jejich rodiče neřeší napomenutí nebo důtky. Proto bychom vše měli spojit s rozhovorem s rodiči a agresory, který bude varovný a vážný. Ředitel by měl třídu oznámit sankce a také je zdůvodnit. Musí se pamatovat na to, že neodsuzujeme dítě, ale čin. Když agresor šikanuje je něco v nepořádku (prostředí, duševní stav). Agresor může navštívit psychologické vyšetření, které dokáže odhalit problémy vývojové, osobnostní nebo problémy ve vztazích. Diagnostický ústav provede hlubší a detailnější poznání agresora (Říčan & Janošová, 2010).

Oběť

Obětí je jedinec, na kterém je prováděno násilí (Zvírotský, 2023). Nejčastěji se jedná o jedince, kteří se něčím od ostatních liší. Například jsou velmi hubení nebo naopak hodně velcí, obézní, hodně malí, s nižší inteligencí, s abnormálně velkou inteligencí, různě

postižení, odlišně oblečení nebo mají jinou barvu pleti apod. (Čapek, 2014). Obětí se mohou stát jedinci, kteří mají brýle, zrzavé vlasy, rozštěp rtu, invalidita nebo nápadný tik. Tito jedinci také mohou zažívat pocit méněcennosti a agresor vše vycítí. Může jít také o jedince, který je neurotický, tichý, plachý, ustrašený, zraňuje ho kritika, při konfliktu se roztřepe. Další obětí se může stát jedinec s poruchou pozornosti a hyperaktivitou, s opožděným rozumovým vývojem, s nemocí, sobecký jedinec, provokativní, s beznadějí, pesimismem a méněcenností, poddajný, ze sociálně slabé rodiny, nespolupracující jedinec. Také jedinec, který chce získat oblibu u učitelů. Jedinci se sociálním a psychickým handicapem (jedinec neprůbojný, tichý, je na nižší úrovni než ostatní žáci). Jedinec, který přichází do sehrané třídy (Říčan & Janošová, 2010). Každá vytvořená skupina si najde svou oběť, která nemusí být odlišná od ostatních, může být vybrána náhodně (Kolář, 2011).

Existují různé typy obětí. Prvním typem je **oběť na první pohled**. Oběť je slabá, bojácná, nedokáže se prosadit, osamocená, zamlklá. Při legraci na jeho osobu se rozpláče, uteče, mohou zuřit a vztekat se. Rodiče mají o jedince velký strach, pečují o něj, ochraňují ho. Proto si jedinec myslí, že svět je nebezpečný. Druhým typem je **oběť vychovávána příliš protektivně**. Oběť je opečovávaná rodiči nebo prarodiči, kteří nedokáží pochopit, že jedince se musí osamostatnit. Dalším typem jsou **děti handicapované**, které jsou velmi snadnou obětí. Čtvrtým typem jsou **učitelské děti**, které jsou snadná a velmi častá oběť. Ostatní žáci ví, že jim vše projde, ale danému jedinci ne. Protože sám rodič učitel je u zdroje informací a ostatní pedagogové o jeho dítěti mu vše sdělí. Může jít také o faktor, kdy ostatní žáci nevěří, že rodiče jedinci neříkají, kdy a z čeho bude test nebo zkoušení. Doporučení pro tyto případy je takové, aby rodič, který je učitel neučil na dané škole, kde je jejich dítě (Martínek, 2015).

Jedinci se musí naučit neukazovat jejich obavy, skrýt strach a zapřít bolest, aby nebyli šikanováni. Proto někteří přihlížející šikaně a nepomohou oběti (Neufeld & Maté, 2019). Být vystaven ponižování a útokům ze strany mocnějšího vrstevníka je pravděpodobně jedním z nejtraumatičtějších zážitků, s nimiž se dítě nebo dospívající může v kontextu vrstevníků setkat (Bukowski et al., 2018).

Martínek (2015) tvrdí, že za skrýváním šikany jsou různé faktory. Jedním z faktorů je, kdy oběť ví, že nesmí nic nikomu říct, protože by bylo šikanování horší. Druhým je, že se oběť nedokáže ubránit a může se stydět za to, že se nechává šikanovat. Oběť nechce vyšetřovat šikanu a bojí se toho, protože to mohlo být pro ni nepříjemné a musel říkat věci na které chce zapomenut. Oběť se může bát diskuse s dospělým a s agresorem zároveň.

Může mít obavy z toho, že všechno bude shozeno na něj. Faktorem může být také strach, že bude muset změnit místo a odejít z daného kolektivu, v nové třídě by ho také někdo mohl začít šikanovat, což nechce prožívat.

Oběť může volat o pomoc sebepoškozováním. Proto bychom to neměli přehlížet ani bagatelizovat. Sebepoškozováním projevuje jeho vnitřní psychickou bolest (Ammirati, 2024). Může existovat i šikanující oběť, což je jedinec, který byl obětí šikany, a proto začal on šikanovat někoho jiného (Ammirati, 2024).

Projevy šikanovaného

Projevů šikany může být mnoho. Matthews a Matthews (2015) definují tyto projevy. Jedinec do školy nechce chodit, říká výmluvy, aby tam jít nemusel. Stěžuje si na zdravotní problémy, které jsou ale bez příznaků. Například bolesti břicha, hlavy, střevní potíže apod. Jedinec trpí nespavostí. Ze školy přijde s různým zraněním, která nedokáže vysvětlit nebo si vymýšlí nereálné situace. Ze školy přijde se zničenými věcmi, například učebnice, sešity, pouzdro, oblečení apod. Při rozhovoru o škole nebo o spolužácích je jedinec vzteklý, nebo se vyhýbá těmto rozhovorům. Jedinec nechce být s kamarády a nechce se o tom bavit. Zhorší se prospěch. Hledá si různé jiné cesty do školy a ze školy. Popřípadě vyžaduje od rodičů svezení autem. Jedinec nemá chuť k jídlu. Ze školy přichází s hladem. Náznak toho, že mu ve škole někdo krade jídlo nebo peníze, které měl na svačinu. Je nepřetržitě smutný, zdeptaný nebo našťvaný. Další nezmíněné projevy u oběti definuje Martínek (2015). Jedinec se nedokáže soustředit. Ve vyučovací hodině je „duchem nepřítomen“, když ho učitel osloví, jedinec se lekne. Hledá si kamarády v nižších třídách, kde může ubližovat on. Jedinec je pořád sám, nikdo s ním nekomunikuje, na obědě s ním nikdo nesedí a chodí zde také sám a poslední. Ztrácí často jeho věci. Začíná zapomínat na domácí úkoly nebo nenosí pomůcky do vyučování. Má strach být před tabulí a odpovídat na otázky od učitele. Vyhledává přítomnost dospělého. Čeká před třídou na učitele. Jedinec čeká až do zazvonění v šatně a až poté jde do třídy. Ve vyučovací hodině chodí často na WC. Jedince ostatní komandují nebo mu dávají příkazy.

Když učitel tyto projevy vysleduje, je na něm, jak zakročí. O šikanu nejde, když ve třídě zpozorujeme jen jeden z projevů. Musíme pozorovat třídu v hodině, o přestávce, v hodinách volna. Jinak může dojít k rozvoji šikany (Martínek, 2015).

Obranné strategie oběti proti šikaně

Existuje mnoho strategií, kterými se oběť může bránit proti šikaně. Některé strategie jsou účinné a některé ne (Janošová et al., 2016). Mezi účinné strategie patří **lhostejnost a ignorování útoků**. Kdy jedinci předstírají, že se nic nestalo a neděje. Tato strategie vyžaduje sebeovládání jedince a dovednost neukázat své emoce. Další strategií je **asertivita**, která je nejvíce doporučována. Jedinci musí vyjednávat a mít asertivní přístup. Zde je také důležité sebeovládání, mít dobré komunikační a sociální dovednosti. Jedinci musí vidět do druhého, chápat jeho motivy a orientovat se v jeho mysli. Když je jedinec napaden, musí odhadnout, jak asertivně jednat a nedat najevo své emoce. Třetí strategií je **spoléhat se na sebe**. V této strategii by se jedinci měli dokázat sami s šikanou vypořádat. Tedy se naučit jí čelit pomocí sebeobrany anebo ji ignorovat. Poslední účinná strategie je hledat **podporu u druhých**. Kdy vyhledají pomoc například u učitelů, kamaráda nebo u výchovného poradce (Janošová et al., 2016).

Významnou roli při rozvoji šikany hrají také přihlížejíci. Při šikaně se přihlížejícím tedy ostatním žákům říká mlčící většina. Ve skutečnosti nejde o mlčící většinu. Všichni členové při přihlížení na šikanu nebudou mlčet a nebude jim lhostejná. Mohou být pasivní proto, že mají strach bránit oběť, ale také se mohou chtít ztotožnit s agresorem a přidat se k němu. Ve třídě se může najít zastánce oběti, který nemá strach se postavit agresorovi, tím se může podařit šikanu zastavit (Ammirati, 2024). Jedinci, kteří se zastanou nebo chrání oběť jsou bráni jako morální a duchovní rytíři (Kolář, 2011).

1.7 Chování spojené s šikanou

V této kapitole se zaměřím na agresivitu, agresivní chování, na rizikové chování, pod které spadá problematické chování. Velmi důležitou součástí školy je i kázeň.

Agresivita

Součástí šikany je agresivita, která může být velmi závažná. Jedná se o šikanu, když si jedinci vybíjejí jejich skrytou frustraci a agresi ke slabším jedincům (Juul, 2022). Může jít o chování, kterým agresor donutí druhého, aby splnil jeho požadavky (Čapek, 2014).

Agresivitu Fischer a Škoda (2014, s. 48) vymezují jako „tendenci k útočnému a násilnému jednání vůči druhé osobě či okolí. Agrese pak vyjadřuje i reálný projev takového jednání”.

Mezi dětmi se nejčastěji vyskytují agresivních projevy jako jsou agresivní výrazy, gesta, chování. Jsou vedené přístupem nepřátelským, pohrdavým a bojovným, což může jít o útoky emoční. Zde mohou patřit ostré výrazy, obrácení očí v sloup, neslušnými gesty nebo shazováním (Neufeld & Maté, 2019). Neufeld a Maté (2019) tvrdí, že palivem agrese je frustrace. Ta k agresi automaticky nevede, pokud se tak stane, je to způsobeno tím, že jedinec se s frustrací nedokáže vypořádat. Orientace k vrstevníkům to jen zvyšuje. Frustraci rozumíme pocit, když nám něco nefunguje nebo nejde, kdy může být příčina jakákoliv. Pokud se u vrstevnické skupiny vyskytne ostrakizace nebo odmítání, jedinec reaguje frustrací. Jedinci s přetíženou frustrací hledají situace, kde by jejich frustraci mohli ventilovat.

Agrese je samotné jednání, které je naučené a osvojíme si ho na základě zkušeností. Agresivní jednání se může opakovat, když na základě něj dosáhneme odměny. Jedinec si tak vytvoří mnoho scénářů, kde může agresivní jednání využít a bude odměněn. Proto musíme předejít tomu, že dítě bude odměněno za agresivní jednání (Říčan & Janošová, 2010). Agrese má také užitečnou funkci v životě. A to, že nám dává příležitost si prosadit naše zájmy. Například se můžeme chránit před zacházením, které je špatné. Agrese je nepřijatelná, když nabývá formy destruktivní (Steininger, 2023).

Agresi lze dělit na reaktivní a proaktivní. Reaktivní agrese je chápána jako obranná reakce na ohrožení. Může být přítomný vztek nebo hněv. Jedná se tedy o okamžitou a prudkou reakci na ohrožení. Daný jedinec tedy nestihne zhodnotit situaci (Černá, 2013). Takto jednají jedinci, kteří nedokáží ovládat své emoce a chování nebo jsou vznětliví. A nemyslí na následky svého jednání (Janošová et al., 2016). Agrese proaktivní se může označovat i jako instrumentální. Jde o chování, kdy agresor chce získat něco, co chce. Je možné, že agresor nezažívá potěšení, že oběti ubližuje. Agresor ale využívá chování, které je agresivní, aby získal to, co chce a o co mu jde. Jeho cílem také může být ublížení oběti. Například agresor může zažívat potěšení z nadvlády nebo ponížení oběti. Když je při této agresi tento akt, mluví se o šikaně (Černá, 2013). Agresor usiluje o zisky, které jsou materiální a o nějaké výhody, a ne o spokojené vztahy s druhými. U této agrese jsou u jedince nedostatky v oblasti morální (Janošová et al., 2016). Také Bukowski et al. (2018) přiřazuje šikanu do agrese proaktivní, protože šikana je záměrná, promyšlená a nevyprovokovaná.

Agrese se však neprojevuje pouze různou intenzitou, ale také různými formami. První formou je psychická agrese, kde spadají urážky, nadávky, vydírání, provokace a pomluvy. Druhou formou je tělesná agrese, kde patří bití, kopání, pošťuchování. Materiální agrese,

kde spadá poškozování věcí, učebnic, zařízení školy, lavic, pomůcek. Poslední forma je autoagrese, která je mířena na sebe, jde o sebezraňování (Holeček, 2015).

Rizikové chování

Rizikové chování je nadřazené pojmům disociální, problémové, problematické, asociální, antisociální a delikventní chování. Jde o chování, kterým jedinec poškozují sám sebe, ostatní nebo prostředí. Řadíme zde záškoláctví, lhaní, agresivitu a agresivní chování, kyberšikanu, šikanu a násilné chování, kriminální jednání, vandalismus, rizikové chování na internetu apod. (Sobotková, 2014). Rizikové chování je popisováno: „Rizikové chování zahrnuje rozmanité formy chování, které mají negativní dopady na zdraví, sociální nebo psychologické fungování jedince anebo ohrožují jeho sociální okolí.” (Procházka, 2019, s. 38). Vymezují se určité formy rizikového chování. První formou je interpersonální agresivní chování, kde patří kyberšikana, šikana, agrese. Druhou formou je delikventní chování, což je vandalismus, krádeže apod. Další formy jsou záškoláctví, závislostní chování, rizikové, negativní působení sekt, sexuální rizikové chování apod. Formy jsou dobrou doplňovány (Procházka, 2019). K rizikovému chování přispívají biologické a vrozené faktory, také vliv prostředí, který může být negativní, ale i výchova v rodině. Rizikových chování jedinec ohrožuje sebe, ale i druhé (Jedlička, 2015).

Jednou z podob rizikového chování, které může mít závažné dopady na jedince i jeho okolí, je také problematické chování. Solter (2019) vymezuje problematické chování, kdy jedinec otravuje, nespolupracuje, chová se destruktivně nebo ničivě, ubližuje ostatním nebo sobě. Příčinou může být to, že jedinec nemá naplněné potřeby a chce zaujmout pozornost, jedinci chybí informace o důsledcích jeho jednání nebo je rozrušený, trpí kvůli nezahojenému traumatu. Tyto emoce jedinci neumí ventilovat, proto se chovají agresivně nebo destruktivně. Hutyrová (2019) chápe problematické chování jako projevy verbální a fyzické agrese nebo tlak jedince na ostatní přes krádeže, lhaní, negativismus, závislost, přecitlivělost, neschopnost kontaktu, motorický neklid, obtížím soustředění a pozornosti, problémy se sebepojetím jedince.

Kázeň a školní kázeň

Při definici kázně jsou hlavními pojmy: norma, dodržování norem a podřizování se. Školní kázeň je „vědomé dodržování školního řádu a pokynů stanovených učiteli, popřípadě dalšími zaměstnanci školy” (Bendl, 2011, s. 35). Projevy nekázně mohou být například vulgarita, drzost, chování, které není spolupracující, kriminalita, hráčství, pornografie,

delikventní skupiny a také zde patří i šikana. Kázeň poskytuje bezpečí učitelům a žákům. Vytvoří se prostředí, které podporuje učení. Ve školách se formy nekázně mění dobou. Do forem nekázně patří vulgárnost, šikana, drzost, výbušniny ve škole, výhružné telefonáty, pomocí telefonu opisování nebo vyrušování, drogy, alkohol a kouření. Kázeňský přestupek jako je šikana, je před učiteli skrytý (Bendl, 2011).

2 PEDAGOGICKÉ ASPEKTY ZVLÁDÁNÍ ŠIKANY

2.1 Prevence šikany

Pro prevenci rizikového chování je důležité si ve školní třídě nastavit klima, které je bezpečné (Kabíček et al., 2014). Kde bude důvěrná atmosféra, když se řeší problém, mohou se vyjádřit všichni. Zavést adaptační kurzy, pečovat o vztahy ve třídě a zavést třídnické hodiny (Bittmannová & Bittmann, 2016). Učitel by měl žákům pomoci rozvíjet jejich sociální dovednosti. Menší kompetence v sociálních dovednostech mají žáci, kteří jsou méně oblíbení, proto by učitelé měli u žáků tyto dovednosti rozvíjet, aby se předešlo konfliktům (Blatchford et al., 2016). Sociální dovednosti jsou nástroje, které lidem umožňují komunikovat, učit se, klást otázky, uspokojovat své potřeby vhodnými způsoby, žádat o pomoc, vycházet s ostatními, chránit se, komunikovat s každým, získávat přátele a rozvíjet zdravé vztahy. Dítě, které se nenaučí socializačním dovednostem a základům sociálních interakcí, je vystaveno obrovskému riziku kriminality mladistvých, selhání ve třídě, ostrakizaci pozitivními vrstevníky, nevhodnému ovlivnění negativními vrstevníky. Dítě má poté chování, které společnost nepovažuje za přijatelné. Může mít neúspěšné vztahy, násilí, zneužívání drog, alkoholu apod. (Tierney et al., 2016).

Říčan a Janošová (2010) zdůrazňují možnosti, které by měli školy zahrnout do prevence nebo řešení šikany. Ve škole by se měla rozvíjet i osobnostní výchova a etická výchova. Kdy žáci budou mít úctu k druhým, budou soucítit se slabými, budou upřímní k ostatním i k sobě samým. Učitel má být příkladem pro žáky. Za další by se měla věnovat pozornost žákům s osobnostními, vztahovými, sociálními a zdravotními problémy. Škola by měla mít otevřený a realistický postoj k šikaně, měli by informovat rodiče, že šikanu nebo agresivní jednání berou jako závažný problém a přistupují k ní s přísností, chrání slabé před agresory, snaží se vytvořit klidnou atmosféru a bezpečí. Dalším krokem jsou dostatečně husté dohledy, aby se předešlo šikaně a situace nebudou pedagogům unikat. Ve školním řádu musí být prevence šikany a také postih a náprava. Škola by měla dát pedagogům dostatečné množství odborné literatury o šikaně, pedagogové si literaturu prostudují a podle ní budou jednat jak v prevenci, tak i řešení a nápravě. Základní informace o šikaně by měli znát i nepedagogičtí pracovníci, například i kuchařky, školník a uklízečky.

Další prevencí může být pravidelné školení zaměstnanců, aby věděli, jak pracovat s žáky, kteří mají problémy s chováním. Tím budou mít učitelé jistotou ve zvládání žáků s náročným chováním. Žáky vedeme k přátelské komunikaci, zvládání hněvu a řešení

sociálních problémů (Chaplain, 2016). Předcházet šikaně můžeme výukou, která je zajímavá a je doprovázena atraktivním programem. Zvýšit u žáků sebedůvěru a odolnost, pěstovat empatii. Můžeme využívat programy, které jsou určené na zvládání agresivity a stresu. S třídou můžeme pracovat za pomoci mravní výchovy, osvěty a rozvíjet spolupráci (Čapek et al., 2017). Učitel by měl se třídou provádět skupinovou práci, vzájemné hodnocení a práci ve dvojici (Čapek et al., 2017). Ve škole by mohla šikana být jedním z obsahů vzdělávacích předmětů. Také se mohou zavést hodiny prevence, které povede školní metodik prevence. Vytvořit den, týden nebo měsíc proti šikaně. V mimoškolních pobytech se zabývat i prevencí šikany (Patologické vztahy ve skupině: materiály pro výchovné poradce a metodiky prevence na ZŠ a SŠ, 2011). Učitel by měl ve třídě posílit a nacvičovat asertivitu. Kdy se potencionální oběť dokáže postavit za sebe a řekne agresorům, že jejich chování nebo jednání je nepřijatelné. Tyto asertivní reakce mohou zastavit šikanu. Tato reakce se musí objevovat hned v počáteční fázi šikany (Janošová et al., 2016). Žáci potřebují mít pocit, že jsou schopni předcházet šikaně a souvisejícím rizikům a řešit je (Richardson & Hiu, 2016).

Jako velmi inspirativní je slib, který by byl ve třídě vyvěšen a kladl by se na něj důraz. Ve slibu by byly tyto věty:

„Nebudu přihlížet, nepřidám se, ani se nebudu smát, pokud budu vědět, že se jedná o šikanu. Nebudu stát nečinně poblíž. Všimnu-li si šikany nebo kyberšikany, oznámím to učiteli, rodiči, dospělému nebo kamarádovi. Nebudu odpovídat na zprávu nebo obrázky s podtextem šikany a uložím si veškeré důkazy.“ (Matthews & Matthews, 2015, s. 15).

Také by každá škola měla přihlížet k potřebám žáků, vytvořit podmínky, aby se žáci zdravě vyvíjeli a také předejít vzniku sociálně patologických jevů. Každý pedagogický pracovník je povinný realizovat svou pedagogickou činnost v rámci s cíli a zásadami, respektovat a chránit právo žáků, vytvořit bezpečné a pozitivní klima ve škole a pro nás nejvíce zásadní, ochraňovat zdraví a bezpečí jedinců a předejít formám rizikového chování. Všichni učitelé podle zákona jsou povinni vytvořit takové podmínky, aby předešli vzniku sociálně patologických jevů, kde patří také šikana (Procházka, 2019). Mertin (2019) klade důraz na přijímání každého jedince spolužáky i učiteli. Kdy učitel musí mít profesionální pozitivní vztah ke každému dítěti.

Zajímavé je, že k učitelově empatii a následně k jeho reakcím na šikanu může přispět i vlastní historie učitele jako tyraňa nebo oběti. Učitelé, kteří byli sami v dětství šikanováni vrstevníky, jsou více empatičtí k dětem, které jsou šikanovány. Zatímco učitelé, kteří byli

jako děti agresivní, mohou být méně empatictí k dětem pronásledovaným a méně náchylní řešit problémy (Bukowski et al., 2018).

2.2 Diagnostika šikany

Je důležité rozpoznat šikanu ve školní třídě. Když budeme identifikovat různé chování jako obvyčejné, pravděpodobně v tom agresor nepřestane a vždy mu to projde. Může také nastat, že potrestáme oběť, která se chránila a ze zoufalství měla fyzickou agresivní reakci (Kabíček et al., 2014). Velkou chybou je šikanu nerozpoznat, přehlížet jí nebo pojmenovávat za šikanu jevy, které šikanou nejsou. Šikana totiž pronikla do povědomí ostatních a můžeme slýchat, že je někdo šikanován nebo se cítí být šikanován. Může jít o nezávažné problémy. Například může jít o situaci, kdy učitel po žákovi chce, aby plnil své povinnosti (Zvírotsky et al., 2021).

Šikana je jeden z nejzávažnějších fenoménů ve školství. Tento fenomén je složitý pro diagnostikování. Je důležité, aby školy byly dobře připravené a uměly šikanu správně řešit a ne, aby šikanu přehlížely nebo s ní nesprávně pracovaly a tím šikanu zhoršovaly (Čapek et al., 2017). Důvodů k zahájení diagnostiky je mnoho. Například, když jsme o šikaně informováni rodičem, žákem, kolegou. Využíváme také vlastní pozorování, kdy musíme sledovat dané signály, které mohou naznačovat šikanu. Například: žák je o přestávkách sám, ostatní nemají o žáka zájem, opakovaně chodí na toaletu v hodině, čeká na příchod učitelky před třídou, než začne hodina, bojí se mluvit před třídou. Je úzkostný, smutný, vystrašený, nejistý, je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko. Jeho věci jsou znečištěné, poškozené, pořád mu něco chybí (Kabíček et al., 2014). Také může šikana vyjít najevo, když například učitel přijde do hodiny dříve a přistihne agresora při ubližování apod. Nebo když oběť nebo spolužák má zoufalou reakci a šikanu učiteli nahlásí, nebo napíše dopis učiteli (Kolář, 2011).

Jako první bychom měli provést **diferenciální diagnostiku**. Zjistíme, zda se jedná o nevhodné chování nebo šikanu. Zaměřujeme se na nejdůležitější znaky, na které si můžeme odpovědět dotazováním a pozorováním. Mezi nejdůležitější znaky podle Kabíčka (2014), Ciklové (2014) a Bittmannová a Bittmann (2016) patří ubližování, které je záměrné. Kdy si klademe otázku, zda chce dotyčný ublížit nebo ponížit. Zda je ubližování cílené, jestli jsou útoky na skupinu nebo konkrétního žáka. Zjišťujeme, zda se útoky na oběť nebo skupinu opakují. Další je nepoměr sil, zda je viditelný a jestli se může daná oběť bránit. Zaměřujeme se i na snižování důstojnosti a to, jestli je součástí ponížení. Na tyto znaky se ptáme těch, kteří nás o dané situaci informovali. Nevypytáváme se celé třídy, protože agresori nemohou

zjistit, že jsme se pustili do vyšetřování. Když jsou popsány znaky naplněny, jedná se o šikanu. Musíme zajistit ochranu oběti a zjistit, jak je šikana rozvinutá. Protože v určitých fázích musíme informovat odborníky. Jako druhou bychom měli provést **diagnostiku vnitřní**, kdy chceme zjistit, jestli se jedná o šikanu počáteční nebo o pokročilou. Zjišťujeme nejdůležitější kritéria, mezi které patří otevřenost v komunikaci a různost postojů. Jestli se ve třídě hovoří o tom, co se dělo. Jestli ostatní žáci jsou s agresorem nebo nesouhlasí s jeho chováním. Jedná se o šikanu pokročilou, když ostatní žáci nechtějí mluvit nebo jsou s agresory. Další kritérium je četnost a závažnost útoků. Sledujeme, jestli se útoky stupňují nebo jsou mírné, jak často se útoky dějí. O pokročilou šikanu se jedná, když jsou útoky brutálnějšího charakteru a probíhají vícekrát do týdne. Zaměřujeme se i na dobu trvání a to, jak dlouho se šikana objevuje. Když šikana trvá několik měsíců, může jít o pokročilou šikanu. Počet aktérů je také jedno z kritérií, kdy se zaměřujeme na počet obětí šikany a počet agresorů. O pokročilou šikanu se může jednat, když je více agresorů (Kabíček et al., 2014). Může se také stát, že oběť bude vypovídat proti sobě a tím bránit agresora (Kolář, 2011). Můžeme také využít ve třídě různé sociometrické dotazníky nebo jiné formy, které mapují vztahy ve školní třídě (Kabíček et al., 2014).

2.3 Řešení šikany

V každé škole je vypracovaný Minimální preventivní program, kde se vyskytuje i Program proti šikanování. Minimální preventivní program je dokument, pomocí kterého jsou žáci vedeni k sociálnímu a osobnostnímu rozvoji, ke zdravému životnímu stylu, a k rozvoji sociálně komunikativních dovedností. Směřuje ke snížení výskytu rizikového chování (Kabíček et al., 2014).

V počátečních stádiích šikany je důležité zjistit, co nejvíce informací. Tyto informace si musíme zapsat, abychom měli důkaz, že jsme se tímto začali zabývat. Toho, kdo nám informace sdělil, oceníme a uklidníme ho, že nebude prozrazen. Pokusíme se najít další svědky, rozhovor, který s nimi povedeme, přepíšeme do písemné formy. Když máme všechny informace, můžeme mluvit s agresory nebo agresorem (Kabíček et al., 2014). Martínek (2015) tvrdí, že když ve škole zpozorujeme některé projevy šikany, obrátíme se na rodiče potenciální oběti. Budeme s nimi vést rozhovor o škole, jaký pocit má ze školy, ptáme se na kamarády a na chování, které má doma. Jak chodí do školy, jestli se spolužákem, kamarádem nebo sám. Jestli jedinec nemá modřiny, škrábance nebo poničené věci.

S agresorem mluvíme až nakonec, protože by mohl zjistit, že se situací zaobíráme a mohl by zmanipulovat ostatní. Celou dobu se snažíme nenápadně chránit oběť ve spolupráci s kolegy, a to například časté dohledy, pobyt učitele ve třídě o přestávkách. Následně musíme informovat výchovnou komisi, rodiče. Udělit výchovné opatření agresorům a podpořit oběť (Bittmannová & Bittmann, 2016). V knize (Patologické vztahy ve skupině: materiály pro výchovné poradce a metodiky prevence na ZŠ a SŠ, 2011) tvrdí, že by agresor měl vědět, že učitel ví o šikaně.

Zaměříme se také na podporu vztahů ve třídě a práci s ní. Je důležité si uvědomit, že nebyla poškozena jen oběť, ale celá třída. Proto žáky musíme upozornit, že neodsuzujeme žáky, ale jejich konkrétní chování (Kabíček et al., 2014). Nekritizujeme žáky, například říkat jim, že jsou zlí, hrozní, že nás zklamali, neschopní apod. Proto musíme žákům sdělit jaké chování je není v souladu se školním řádem, proto se nepřikláníme k toleranci. Třídě nabídneme, že si znovu nastavíme funkční pravidla a vztahy (Bittmannová & Bittmann, 2016).

Oběti může být doporučen dětský psychiatr nebo psycholog. Agresora podpoříme v jeho změně v chování, aby využíval jiné chování, kterým dosáhne dobré pozice v jeho třídě. Když má agresor v rodině závažnější případy, kontaktujeme OSPOD. Kteří zahájí práci s danou rodinou. Pokud je šikana v pokročilých stádiích, kontaktujeme Středisko výchovné péče. S nimiž řešíme postup vyšetřování, také je můžeme pozvat. Také kontaktujeme Policii ČR, která nám při vyšetřování pomůže (Kabíček et al., 2014). Středisko výchovné péče může rodičům nabídnout ambulantní péči nebo také internátní. Může ve třídě provést Intervenční program, který se zaměřuje na vztahy ve třídě (Bittmannová & Bittmann, 2016).

Zvírotský (2021) tvrdí, že skupina, kde byla pokročilá šikana se musí rozdělit. Oběti zajistit záchranu zdraví a života. Zajistit psychoterapeutickou péči a krizovou intervenci. Martínek (2015) zastává názor, že do školy by měl být pozván etoped, při řešení třetího nebo čtvrtého stádia, který se zabývá touto problematikou. Janošová et al. (2016) přikládají důležitost i variantě omluvy a usmíření. Což ale musí agresor cítit, že se chce omluvit a usmířit se s obětí. Poté musí učitel s obětí promluvit, jestli o to stojí. Může se stát, že se oběť k minulosti nechce vracet, protože střet s agresorem může být pro něj velmi nepříjemný. Mohlo by dojít k odpuštění, ale musí se oběť respektovat. Naopak odpuštění může zmenšit hněv, negativní pocity, sebeobviňování a stud. Tím by se oběť mohla vyrovnat s jeho

zraňující zkušeností. Čas na odpuštění je individuální, ale když je příliš velké psychické zranění oběti, jeho ochota odpustit je nižší.

Ammirati (2024) klade důraz na snahu učitele o to, aby se žáci naučili vnímat jejich emoce, prožívat je a popsat je, aby zvládli řešit bezpečně určité krizové situace. K tomuto je důležitá sebereflexe a sebeovládání.

2.4 Dopad šikany

Dopad jakékoliv formy násilí na vývoj a blaho dětí je všudypřítomný, vážný a dlouhodobý. Při šikaně a kyberšikaně je oběť obklopena hlubokým pocitem strachu, osamělosti a bezmoci (Richardson & Hiu, 2016). Oběť může mít následky okamžité, ale i bezprostřední, kdy se jedná o emocionální otřes, fyzické zranění, nedovede se soustředit apod. Také následky, které se projeví později, a to například smutek, apatie, zhoršení školního prospěchu, bolesti hlavy, poruchy spánku apod. Veškeré následky mohou oběti zažívat až do dospělosti, kdy to má vliv na sebevědomí, může zažívat deprese nebo úzkostné stavy. Je to ovlivněno i tím, zda jedinec dostává pomoc (Zvírotsky, 2021).

Dopad šikany se odvíjí podle závažnosti, zda se jednalo o šikanu krátkodobou nebo dlouhodobou. Klade se důraz i na míru obrany z pohledu oběti. Závažné je, když dojde ke zlomení oběti, kdy zažívá dlouhodobý pocit bezmocnosti a je závislá na agresorovi (Kolář, 2011). Šikana má velký vliv na sociální život obětí a také i na jejich školní výkon. Jak se šikana postupně rozvíjí a přibývá ubližování, začne šikanovaný cítit pocit ohrožení. Když se jedinec musí na žádost učitele před ostatními projevovat dochází k riziku, že se žáci budou posmívat nebo ho kritizovat. Důsledkem je to, že jeho výkon často není optimální, může se mu zhoršit prospěch nebo ztratí motivaci. Pro oběť je šikanování velmi vyčerpávající. Jedním z dopadů může být i malá sebeúcta, velké deprese a úzkosti. Proto se tomu někteří jedinci chtějí vyhnout užíváním alkoholu nebo dalších látek, které jsou návykové. Mohou mít i myšlenky na sebepoškozování. Když je oběť šikanována jeho vrstevníky, zvyšuje to pocit bezmocnosti, když ve třídě nemají kamarády, kteří jsou jim blízcí. U oběti může také nastat úbytek přátel, když šikana pokračuje. Ostatní se totiž bojí, že by je agresor začal šikanovat také kvůli přátelství s obětí. Šikanu hůře nesou chlapci oproti dívkám, protože je u nich zvýšená depresivita (Janošová et al., 2016). Šikana je traumatizující, proto může docházet k rozvoji posttraumatické stresové poruchy. Může se jednat jen o některé projevy dané poruchy. Kdy je ovlivněn i vztah k sobě i k druhým. Jedinci, kteří mají posttraumatickou stresovou poruchu vnímají sebe a své možnosti jinak. Jsou negativní ve

všech směrech, pochybují o životě, zažívají beznaděj, prázdnotu, vše ztrácí smysl. Tito jedinci vnímají nepřátelsky chování od druhých, nikomu nedůvěřují, podezřívají a vyhýbají se přátelským nebo partnerským vztahům, aby se vyhnuli posměchu a odlišnosti. Naopak u některých jedinců může být závislost na druhých. Jedinec je často ve třídním kolektivu hůře přijímán. Učitel by měl třídu vysvětlit, proč daný jedinec jedná jinak než ostatní a také by měl rozvíjet ve třídě ohleduplné a přátelské vztahy. Ostatní žáci mohou jedinci pomoci, a to jejich férovostí, respektem a podporou (Janošová et al., 2016).

Oběť zažívá hněv, protože nedokáže danou situaci vyřešit, zažívá stud, protože je obětí šikany a může to cítit jako hanbu, zažívá vinu, protože si myslí, že si za to může on sám. Zažívá nepřetržitý strach, aby se mu nesmáli. Tyto emoce, které oběť šikany může zažívat vede k prohloubení pocitu nedostatečnosti a může tak docílit větší izolovanosti oběti. Proto se oběť nesvěřuje ostatním, nehledá pomoc (Ammirati, 2024). Psychické traumata mají samozřejmě vliv na další jedincův život. Bolest a vzpomínky se mohou kdykoli objevit. Jedinec se může snažit znovu vytvářet tyto vzpomínky v současném čase. Aby otevřel nezpracované vzpomínky a pokusil se s nimi znovu vyrovnat, ale už úspěšněji než předtím. Jde o nevědomý mechanismus, kdy se jedinec chce psychicky uzdravit (Janošová et al., 2016). U jedinců, kteří se s jejich traumatem nevyrovnali se může objevit riziko transgeneračního traumatu, kdy jedinec vychovává děti takovým způsobem, který může vést k tomu, že jejich děti budou zažívat situace, které se podobají těm jejich (Janošová et al., 2016). Matthews a Matthews (2015) poukazují na šikanu, která jedince ovlivnila na celý život. Kdy vybrali větu z rozhovoru, která tato tvrzení potvrzuje. Muž, který byl šikanován a teď má osmdesát čtyři let říká, že dodnes má v hlavě každé slovo, které mu řekli jeho kamarádi. A celý život má v uších jejich posměšky.

Kolář (2011) dělí dopady šikany na oběti počátečních stádií šikanování a na oběti pokročilých stádií šikanování. Začnu **oběťmi počátečních stádií**. Zde jsou potřeby oběti dlouhodobě neuspokojované a frustrované. Což způsobuje, že se jedinec ve třídě necítí konformně a má ke škole negativní vztah. Oběť zažívá trvalé a bolestivé emoční tlaky, což narušuje osobnostní vývoj jedince. I když si jedinec neuvědomuje nebo uvědomuje bolest, může dojít k vyčerpání soustavy nervové. Proto se mohou projevit psychosomatické potíže nebo také neuróza. Může dojít i k poruchám v adaptaci osobnostní nebo sociální čili školní. U oběti se může projevovat nepozornost v hodinách, zhoršený prospěch, velké absence, jak omluvené, tak i neomluvené hodiny. Může mít narušené sebevědomí a sebehodnocení, zažívá neustálou nejistotu a strach, a to, když je oběť zlomená a nedokáže se bránit. Druhým

typem je **oběť v pokročilých stádiích šikanování**, kde jsou velmi závažné následky. Následky mohou být celoživotní a mohou ovlivnit osobnost jedince. Nejhorším řešením šikany je sebevražda. Při brutálním a dlouhém šikanování se jedinec zhroutl, zažívá panickou hrůzu a má strach o svůj život. Mohou se objevit psychosomatické potíže (různé bolesti, nevolnost nebo únava), poruchy spánku, noční můry. Když se oběť nezhroutí, tak nedokáže ve studiu pokračovat, a to ani na jiné škole. Má totiž narušené sebehodnocení. Oběť je vždy raněna hluboce duševně, i když navenek může vypadat normálně, stačí mít větší zátěž ve vztazích a může se jeho rána otevřít. Při přechodu na jinou školu mohou být jedinci znovu šikanováni. Dopadem šikany na oběti může být školní fobie, panická porucha, posttraumatická stresová porucha a obsedantně-kompulzivní porucha.

Agresoři mohou mít také následky až do dospělosti, kdy se mohou stát kriminálníky, jestli jim nebyla věnována správná výchovná péče v nápravných zařízeních (Zvírotsky, 2021). Přihlížející si mohou vyčítat, že oběti nepomohli a nezasáhli, ale později se mohou stát agresorem, aby nebyli obětí (Zvírotsky, 2021).

3 PROSTŘEDÍ ŠKOLY A JEJÍ PORADENSKÝ SYSTÉM

Škola je definována Průchou et al. (2013) jako „společenská instituce pro řízenou edukaci dětí, pověřená vzděláváním a výchovou dětí a mládeže příslušných věkových stupňů v organizovaných, hromadných formách, podle určených vzdělávacích programů, jeden z pilířů institucionální struktury společnosti“ (s. 297). Škola tedy může mít vliv na šikanu. Její přístup může přispívat k rozvoji šikany, ale také může změnit pohled na řešení, diagnostiku i prevenci šikany, kterou by měli učitelé zavádět do každé školní třídy. Kterou definuje Lemrová (2024) jako „skupinu žáků stejného věku, kteří jsou společně vyučováni ve škole. Třída je základní sociální a organizační jednotkou školního vzdělávání“ (s. 153). Učitel by měl klást důraz na vrstevnické vztahy žáků, aby se adaptovali na základní školu (Blatchford et al., 2016).

V každé sociální skupině, tedy i ve třídě jsou vztahy, které se v průběhu času vyvíjejí, obliba a vliv se získává, udržuje a může se také ztratit. To má vliv na celou třídu. Stabilitu celého systému třídy určuje vzájemná komunikace a kvalita vztahů. Když se ve třídě projeví šikana, je narušena rovnováha celé třídy, stoupá zde tlak, který směřuje na konformitu (Ammirati, 2024). Je důležité, aby se žáci navzájem akceptovali a nedocházelo k problémům, k neúspěchům nebo dokonce i k odchodu ze školy. Když jsou jedinci přijímáni vrstevníky, tak jsou sociálně kompetentní (Whitebread et al., 2019).

Je velmi důležité, aby si každý učitel stanovil hranice (normy chování), které považuje za nevhodné. Každý učitel může mít jiné normy, kdy jedno chování může projít v hodině anglického jazyka, ale v českém jazyce ne. Učitel si musí říct, jaké chování považujeme za zlobení a jaké už za porušování zákona nebo pravidel, jak vnímá rozdíly mezi šikanou a ubližováním, které je záměrné, rozdíl mezi agresivitou a pošťuchováním (Březinová, 2022).

3.1 Klima třídy a školy

Klima třídy a školy je velmi důležité, protože negativním vnímáním klimatu ze strany žáků mohou převládat problémy s šikanou (Bukowski et al., 2018). Klima třídy je považována za celkovou atmosféru a vztahy ve třídě. Jde o sociálně-psychologické jevy, které jsou typické pro učitele a třídu. Tyto jevy jsou dlouhodobé. Na škole mohou být nastavená různá sociální klimata, kdy v jedné třídě může být klima negativní a v druhé pozitivní (Zormanová, 2014).

Zormanová (2014) vymezuje sociální klima školy jako „ustálené postupy vnímání, prožívání, hodnocení a reagování všech aktérů v rámci školy na to, co se ve škole právě

odehrává nebo se má v budoucnu odehrát” (s. 42). Klima může ovlivnit mnoho faktorů. Například prostředí, sociální systém, kultura, budova školy a její charakteristika, učící prostor, učitel a jeho charakteristika, jeho délka praxe, žáci a jejich charakteristika, sociální komunikace, vztahy ve třídě/škole, angažovanost učitele na rozvoji jedinců, hodnotový systém, hodnoty účastníků, kooperace, konzistentnost a jasnost cílů (Zormanová, 2014).

3.2 Školní poradenské pracoviště

Školní poradenské pracoviště vzniklo převážně kvůli nárůstu žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Do tohoto pracoviště patří školní metodik prevence a výchovný poradce, kteří mají práci poradenskou. Také zde můžeme najít školního psychologa nebo speciálního pedagoga. Za tyto služby nese zodpovědnost ředitel školy nebo osoba, kterou pověří ředitel. Služby jsou bezplatné. Cílem školského poradenského pracoviště je optimalizovat proces vzdělávání a výchovy jak ve škole, tak i v rodině (Svoboda & Zilcher, 2020). Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy stanovuje pro školy povinné dokumenty, mezi které patří školní preventivní strategie, minimální preventivní program a program proti šikanování. Program proti šikanování, je zaměřen na podporování pozitivního sociálního klimatu, aby žáci spolupracovali. Obsahuje také prevenci a řešení šikany (Procházka, 2019).

Školní metodik prevence

Školní metodik prevence musí být součástí každé základní školy. Přípravuje minimální preventivní program, zavádí ho do školy a může ho také vylepšovat podle potřeb. Realizuje ho ve škole a hodnotí jeho efekt. Učitelé tak řadí do výuky právní a etickou výchovu a také různé oblasti preventivní výchovy a výchovy, která se týká zdravého životního stylu. Metodik prevence poskytuje učitelům různé informace na téma prevence a podává jim informace o preventivních aktivitách. Spolupracuje i s dalšími zaměstnanci školy, kdy společně sledují různé projevy, které jsou sociálně nežádoucí. Poté informuje ostatní pedagogické pracovníky, jak mají včas odhalit různá rizika a také jak mají řešit problémy, které vznikly. Školní metodik prevence spolupracuje dále i s preventivními, krizovými a poradenskými zařízeními. Také se zařízeními, které se zabývají sociálně-právní ochranou dětí a prevencí (Bendl et al., 2016).

Zaměřuje se na koordinační a metodické činnosti, informační činnosti a poradenské činnosti. Má povinnost, jak už jsem zmínila připravit Minimální preventivní program a zavádět ho do školy, vytváří ho s pedagogy a také s kolegy ze školního poradenského

pracoviště. Vypomáhá učitelům se zaváděním do výuky témata ze sociálního rozvoje nebo osobnostního, kde spadá zdravý životní styl, právní a etická výchova, informační a finanční gramotnost, volnočasové aktivity a kritické myšlení. Metodik prevence a učitelé sledují, jaké jsou projevy rizikového chování. Společně vymýšlí, jak by se těmto projevům dalo předejít, včas je odhalit a jak je řešit. Školní metodik prevence spolupracuje s metodikem prevence, který pracuje v pedagogicko-psychologické poradně. Navštěvuje různé porady s těmito pracovníky (Procházka, 2019). Školní metodik prevence také podává poradenskou pomoc pro rodiče žáků s rizikovým chováním (Jedlička et al., 2018). Problematickým chováním se může zabývat také pedagogicko-psychologická poradna. Rizikovým chováním se zabývá středisko výchovné péče, která nabízí péči ambulantní, internátní nebo celodenní (Jedlička, 2015).

Výchovný poradce

Výchovný poradce se zabývá kariérovým poradenstvím, poskytuje pedagogickou podporu žákům, kteří vyžadují pozornost ve vzdělávání a v jejich vývoji. Zaobírá se také prevencí a řešením patologických jevů, kde tedy patří i šikana. Výchovný poradce pracuje s žáky, kteří mají určitý problém v chování. Navrhuje výchovné postupy. Spolupracuje s učiteli, rodiči a s různými zařízeními. Může organizovat sociometrii pomocí které zjišťuje vztahy mezi žáky (Bendl et al., 2016).

II PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÁ ČÁST

Výzkumná část mé diplomové práce vychází z předchozí teoretické části, která se zaměřuje na problematiku šikany. Cílem diplomové práce je zjistit zkušenosti žáků a učitelů se šikanou a jaké jsou její dopady. Tato část diplomové práce je založena na kvantitativním šetření. Kvantitativní design jsem si zvolila z důvodu získání dat od většího počtu respondentů. Jde tedy o nejpřesnější a objektivní zkoumání edukační reality. Kvantitativní výzkum se objevuje v pedagogických disciplínách už mnoho let a je to činnost záměrná, systematická, kdy zkoumá vztahy mezi jednotlivými jevy (Skutil, 2011). Zvolila jsem si metodu dotazníkového šetření. Protože dotazník je standardizované interview jen v písemné podobě, které umožňuje zadat stejné otázky velkému počtu lidí (Ferjenčík, 2015). Kdy jeden dotazník byl určen pro žáky 4. a 5. tříd a druhý dotazník byl pro třídní učitele 4. a 5. tříd.

Dotazníky jsem prováděla v hodinách informatiky v dané škole s konkrétními žáky a učiteli. Nejprve rodičům/zákonným zástupcům žáků byl rozeslán odkaz na informovaný souhlas. U jedné školy byly informované souhlasy v tištěné formě. Učitelům jsem předala tištěné informované souhlasy osobně.

4.1 Výzkumné cíle a otázky

Hlavním cílem diplomové práce je odhalit dopady šikany na žáky 1. stupně základní školy. V tomto výzkumu se snažím zjistit, jaké druhy šikany se vyskytují na 1. stupni základní školy z pohledu žáků a učitelů. Snažím se rovněž zjistit, jak učitelé vnímají a řeší šikanu na 1. stupni základní školy, a také zjistit, jaké jsou nejčastější místa a důvody k šikaně z pohledu žáků a učitelů. Stanovila jsem si hlavní a dílčí cíle a výzkumné otázky, které souvisí s výzkumným šetřením.

Hlavní cíl výzkumu:

- Zjistit, jaké dopady má šikana na žáky 1. stupně základní školy z pohledu žáků a učitelů. (Psychologie)

Dílčí cíle výzkumu:

- Zjistit, jaké druhy šikany se vyskytují na 1. stupni základní školy z pohledu žáků a učitelů.
- Zjistit, jak učitelé vnímají a řeší šikanu na 1. stupni základní školy.
- Zjistit, jaké jsou nejčastější místa a důvody k šikaně z pohledu žáků a učitelů.

Hlavní výzkumná otázka:

- Jaké dopady má šikana na žáky 1. stupně základní školy z pohledu žáků a učitelů?

Dílčí výzkumné otázky:

- Jaké druhy šikany se vyskytují na 1. stupni základní školy z pohledu žáků a učitelů?
- Jak učitelé vnímají a řeší šikanu 1. stupni základní školy?
- Jaké jsou nejčastější místa a důvody k šikaně z pohledu žáků a učitelů?

4.2 Metoda výzkumného šetření

Empirická část diplomové práce je kvantitativně orientovaná, kdy byla využita metoda dotazníku. Považuje se za výzkumnou metodu, která je v pedagogice nejrozšířenější. Dotazníkem zjistím informace o respondentech, jejich názory, postoje, co je zajímá apod. V dotazníku jsou psané otázky, respondent je čte, interpretuje je a poté na ně odpovídá (Skutil, 2011). Díky anonymitě dotazníků se žáci a učitelé dokázali svěřit o problematice šikany. Tím se získají pravdivější údaje. (Chráska, 2016).

4.3 Charakteristika výzkumného nástroje

Dotazníky jsou určené pro žáky a pro učitele. Nejprve byly dotazníky vytvořeny v aplikaci Word, které jsem poté převedla do aplikace Survio, aby byla možnost dotazníky plnit elektronicky. Při vyplňování dotazníků jsem chtěla být přítomna v dané třídě, abych zajistila, že žáci budou mít prostor k jejich samostatnému a upřímnému vyplnění. Má přítomnost minimalizovala možnost ovlivnění odpovědí ze strany pedagogů. Zároveň jsem byla k dispozici pro případné dotazy ze strany žáků i učitelů týkajících se srozumitelnosti jednotlivých otázek. Na začátku každého vyplňování dotazníku jsem informovala respondenty o anonymitě.

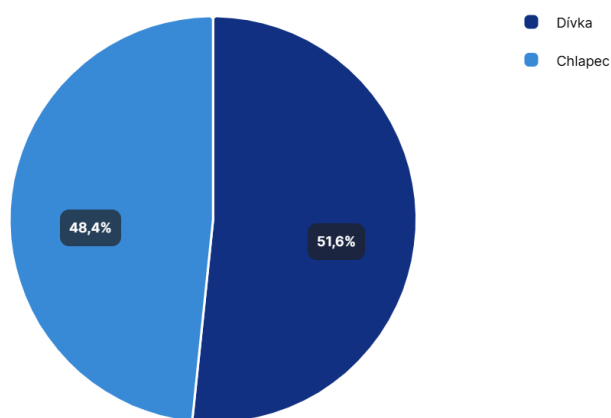
Dotazník pro žáky obsahoval celkem 3 strany, které zahrnovaly 46 otázek. První strana měla 11 otázek, druhá měla 20 otázek a třetí 15 otázek. Všichni respondenti vyplňovali první a třetí stranu. Druhou stranu vyplnili jen ti, kteří si mysleli, že jsou nebo byli šikanováni. První strana dotazníku sloužila k zjištění obětí šikany, druhá strana zjišťovala dopady šikany na žáky, kteří se stali obětí šikany. Třetí strana dotazníku vymezuje pohled žáků na šikanu.

Dotazník pro učitele obsahoval také 3 strany, které zahrnovaly 35 otázek. První strana měla 11 otázek, druhá 16 otázek a třetí strana měla 8 otázek. Všichni respondenti vyplňovali první a třetí stranu. Druhou stranu vyplnili jen ti, kteří se během jejich praxe setkali s šikanou. První strana dotazníku sloužila k zjištění učitelů, kteří mají zkušenost se šikanou v praxi. Druhá strana zjišťovala osobní zkušenosti se šikanou v praxi, jejich činy a dopady, které vnímali u obětí. Třetí strana dotazníku vymezuje pohled učitelů na šikanu.

Dotazník, jak tvrdí Švec (2009) je založený na dotazech. Dotazníky obsahují převážně otázky uzavřené, které respondentům předkládají určitý počet odpovědí. V dotazníku jsou i položky dichotomické, což se jedná o odpověď ano nebo ne. Polouzavřené otázky, kdy v odpovědích lze zaznačit i jinou odpověď, kterou respondent může zvolit, když nesouhlasí s žádnou z ostatních odpovědí. Vyskytuje se zde minimum otevřených otázek, které respondentům nepředkládají hotové odpovědi. Do dotazníku pro učitele jsem zvolila i likertovu škálu, za pomoci stupňovitého hodnocení, které se v dotaznících často využívá. (Chráska, 2016)

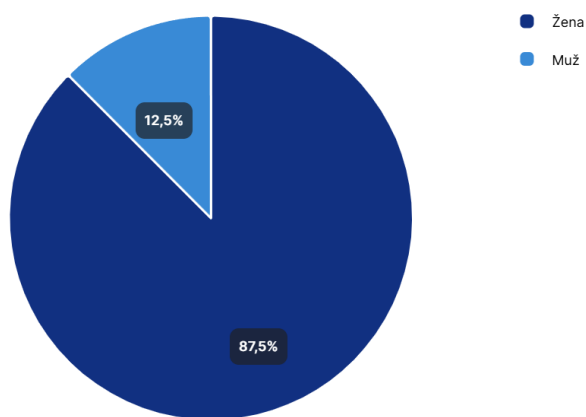
4.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Na výzkumném šetření se podílely čtyři základní školy. Participanti byli ze Zlínského kraje. Jednalo se o dvě školy ve městě a o dvě školy na vesnici. Podmínkou pro výběr participantů byli žáci 4. a 5. tříd a jejich třídní učitelé. Proto první dotazník byl zaměřen pro žáky 4. a 5. tříd. Druhý dotazník byl pro učitele těchto tříd. Dotazníky byly provedeny v únoru. Dotazníků pro žáky se zúčastnilo celkem 122 respondentů. Dotazníků pro učitele se zúčastnilo celkem 8 respondentů. V příloze uvádím vzor informovaného souhlasu pro rodiče/zákonné zástupce a druhý pro učitele. Někteří rodiče/zákonní zástupci informovaný souhlas potvrdili elektronicky, někteří v tištěné formě. Učitelé podpisem pod tištěný informovaný souhlas. Na informované souhlasy pro rodiče/zákonné zástupce byly rozeslány odkazy před samotným dotazníkem. Učitelé podepsali informované souhlasy před vyplněním dotazníku určených pro ně.

Popis výzkumného souboru

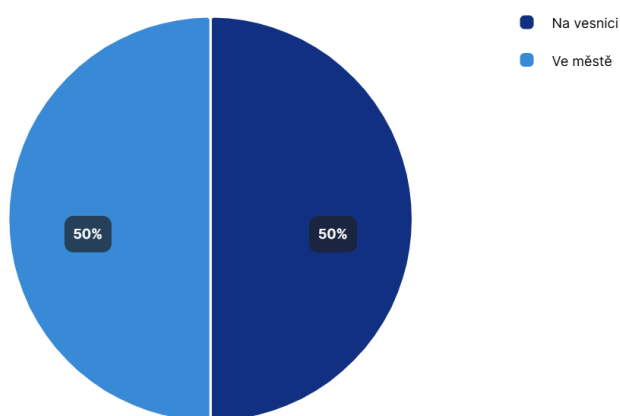
Obrázek 1 Pohlaví žáků

Výzkumu se zúčastnilo celkem 122 žáků 4. a 5. tříd základních škol ze Zlínského kraje. Z toho bylo 63 chlapců (51,6 %) a 59 dívek (48,4 %). Počet chlapců a dívek je tedy téměř vyrovnaný.



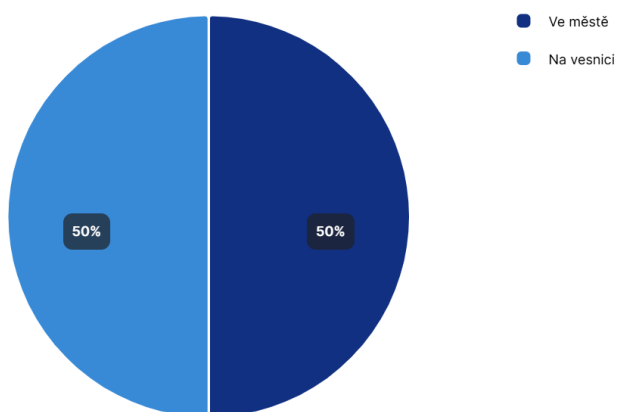
Obrázek 2 Pohlaví učitelů

Dotazník určený pro učitele vyplnilo celkem 8 respondentů. A to 7 žen (87,5 %) a pouze 1 muž (12,5 %). Ve školství, zejména na prvním stupni, tradičně převažují ženy, zatímco muži se zde vyskytují jen zřídka.



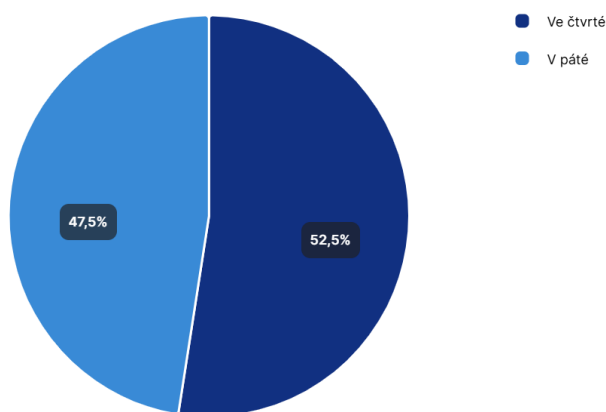
Obrázek 3 Místo školy žáků

Žáci, kteří se zúčastnili výzkumného šetření, navštěvují školy ve Zlínském kraji, kdy polovina z nich, což je 61 žáků (50 %) chodí do školy ve městě a druhá polovina, což je také 61 žáků (50 %) navštěvují školu na vesnici.



Obrázek 4 Místo školy učitelů

Čtyři učitelé (50 %) působili na škole ve městě a další čtyři (50 %) působili ve škole na vesnici.



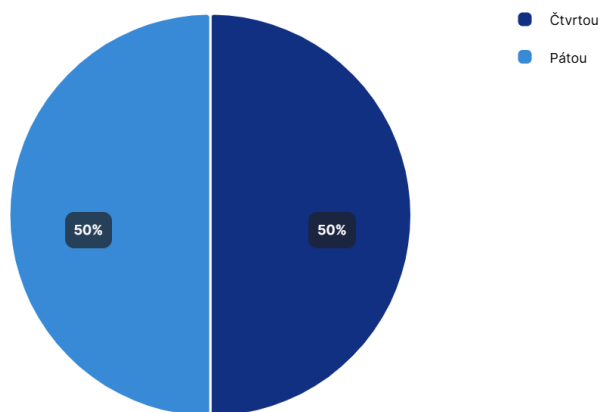
Obrázek 5 Ročník respondentů (žáků)

Z celkového počtu respondentů bylo 64 žáků (52,5 %) ze 4. tříd a 58 žáků (47,5 %) z 5. tříd. Rozdíl mezi počty respondentů v ročnících je malý.

Tabulka 1 Věkové složení žáků

Věk	Počet
10 let	56
11 let	41
9 let	18
12 let	6

Nejpočetnější skupinou bylo 56 žáků, kteří jsou ve věku 10 let. Poté bylo 41 žáků ve věku 11 let. Devítiletých žáků bylo 18 a nejméně zastoupenou skupinou byli dvanáctiletí žáci, kterých bylo šest. Popisované věkové rozložení je přirozené, protože starší žáci mohou být ti, kteří začali školní docházku později nebo z nějakého důvodu opakovali ročník.



Obrázek 6 Třídnicví učitele

Tento graf znázorňuje rozdělení učitelů, kteří se zúčastnili výzkumu, podle ročníku, ve kterém působí jako třídní učitelé. Polovina (4 respondenti, 50 %) je třídními učiteli ve 4. ročníku a druhá polovina (4 respondenti, 50 %) v 5. ročníku.

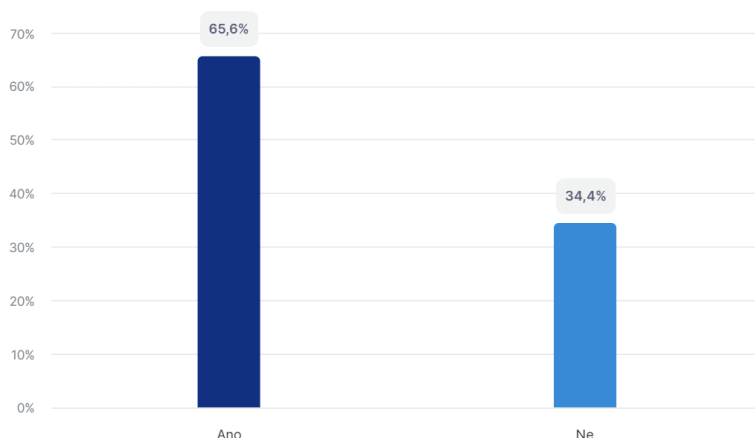
5 INTERPRETACE DAT

V této části diplomové práci prezentuji data, které jsem získala z dotazníkového šetření. Otázky obsažené v dotaznících jsou zpracovány do grafů a tabulek, které umožňují přehlednost odpovědí respondentů. Nejprve budou interpretovány data z dotazníků určených pro žáky 4. a 5. tříd základních škol, následně budou popsány data dotazníků vyplněných třídními učiteli těchto tříd.

5.1 Dotazník pro žáky

Otázka č.1: Chodíš rád/a do školy?

Tato otázka byla zaměřena na vztah žáků 1. stupně ZŠ ke škole a jak se ve školním prostředí cítí.

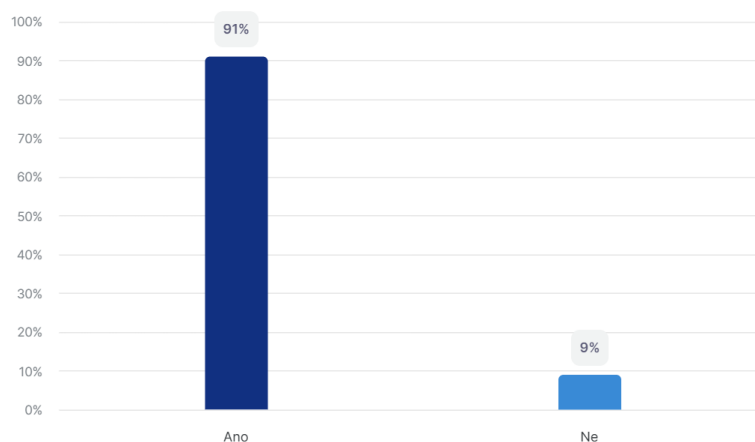


Obrázek 7 Obliba školy

Z výsledků vyobrazených v grafu lze usuzovat, že z celkového počtu 122 respondentů odpovědělo 80 žáků (65,6 %), že do školy chodí rádi, zatímco 42 žáků (34,4 %) uvedlo, že do školy rádi nechodí. I když převládají pozitivní odpovědi, více než třetina žáků má k docházce negativní vztah.

Otázka č.2: Cítíš se ve škole bezpečně?

Tato otázka byla zařazena do dotazníkového šetření s cílem zjistit, jak žáci 1. stupně vnímají bezpečnost v prostředí školy. Protože, když se žák ve škole necítí bezpečně, může být potencionální obětí nebo svědkem šikany.

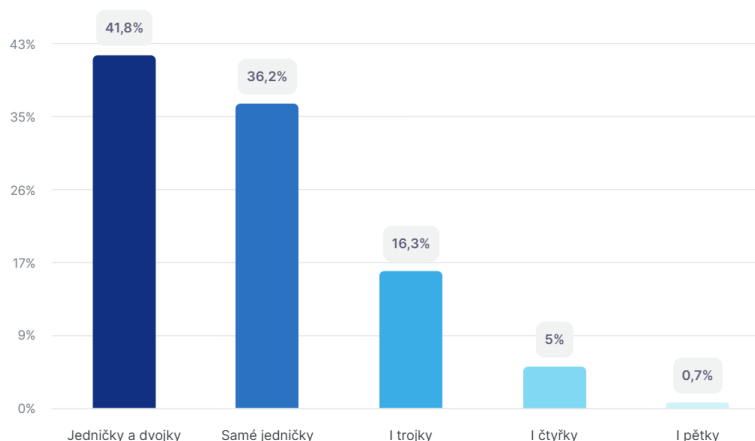


Obrázek 8 Bezpečí ve škole

Z grafu je patrné, že 111 respondentů (91 %) uvedlo, že se ve škole cítí bezpečně. Naopak 11 žáků (9 %) odpovědělo, že se bezpečně necítí.

Otázka č.3: Jaké bylo tvoje vysvědčení?

Tato otázka měla zjistit, jaký prospěch mají žáci a zda by mohl souviset s jejich celkovým pocitem pohody ve škole. Šikana se totiž nemusí týkat pouze žáků s odlišným chováním nebo vzhledem, ale i těch, kteří mají horší nebo naopak výrazně lepší prospěch než ostatní. Prospěch může mít vliv na vnímání žáka v kolektivu i na jeho zranitelnost vůči případné šikaně.

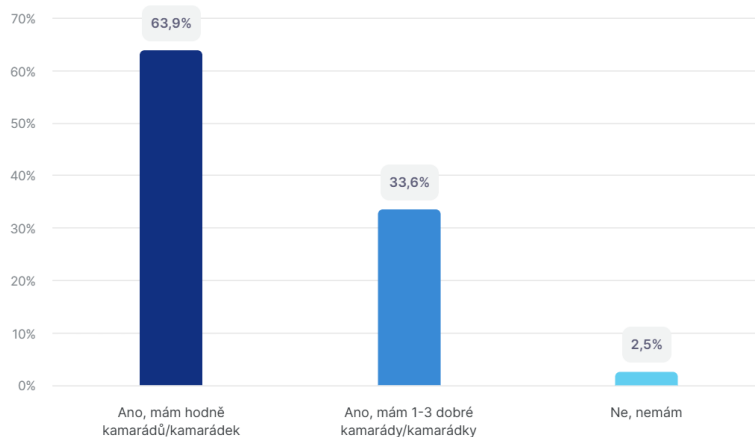


Obrázek 9 Vysvědčení respondentů

Z grafu vyplývá, že 59 žáků (41,8 %) mělo na vysvědčení jedničky a dvojky, 51 žáků (36,2 %) mělo samé jedničky, 23 žáků (16,3 %) uvedlo, že mělo i trojky. Sedm žáků (5 %) mělo i čtyřky a 1 žák (0,7 %) přiznal, že měl na vysvědčení i pětky.

Otázka č.4: Máš ve třídě kamarády?

Cílem této otázky bylo zjistit, jak žáci vnímají své vztahy se spolužáky a zda se cítí jako součást třídy. Žáci, kteří mají kamarády, jsou lépe chráněni před sociálním vyloučením a útoky, zatímco osamocení žáci se snadno mohou stát cílem agresora.

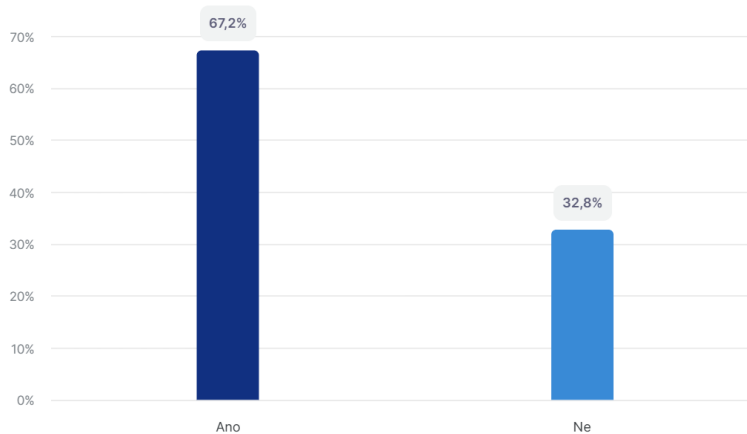


Obrázek 10 Kamarádi respondentů ve třídě

Data uvedená v grafu ukazují, že 78 žáků (63,9 %) uvedlo, že má ve třídě hodně kamarádů/kamarádek, dalších 41 žáků (33,6 %) má 1–3 dobré kamarády/kamarádky. Pouze tři žáci (2,5 %) odpověděli, že ve třídě nemají žádné kamarády. Je tedy důležité věnovat pozornost několika žákům, kteří se mohou cítit osaměle.

Otázka č.5: Někteří z naší třídy nejsou mí kamarádi.

Tato otázka byla zaměřena na zjištění, zda mezi žáky existují určité problémy v navazování přátelství ve třídě.

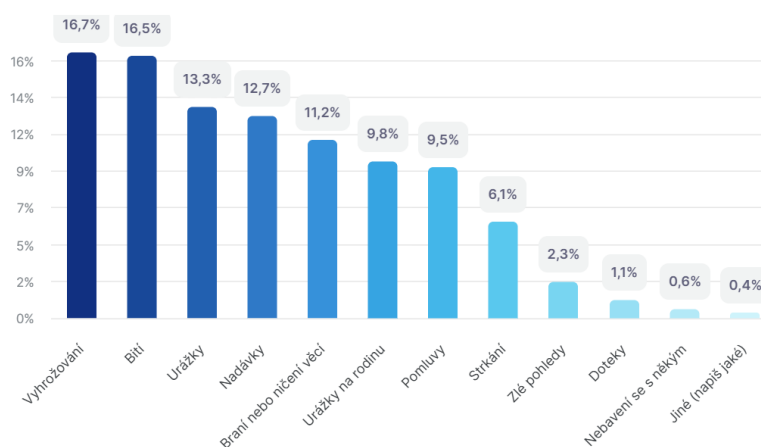


Obrázek 11 Nepřátelské vztahy

Graf znázorňuje, že na otázku odpovědělo 82 žáků (67,2 %) kladně, tedy že někteří spolužáci nejsou jejich kamarádi. Naopak 40 žáků (32,8 %) uvedlo, že všichni spolužáci jsou jejich kamarádi. Z odpovědí je zřejmé, že přibližně dvě třetiny žáků vnímají ve třídě nepřátelské vztahy nebo skupinové rozdělení.

Otázka č.6: Co je podle tebe šikana?

Tato otázka byla klíčová pro porozumění tomu, jak žáci 1. stupně vnímají samotný pojem šikana a jaké chování si s ní spojují.

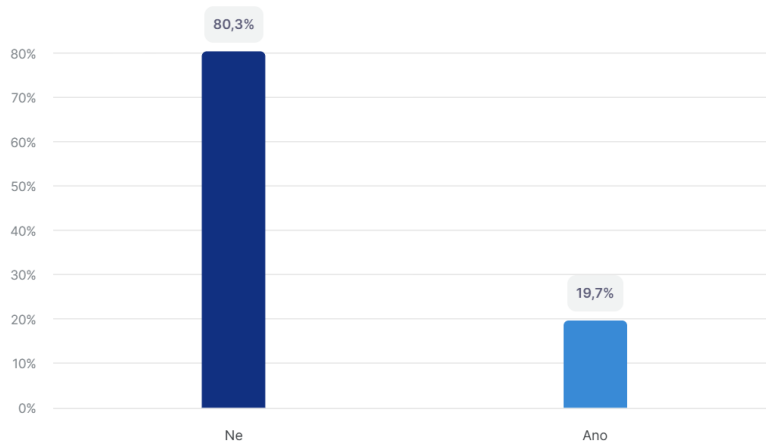


Obrázek 12 Vnímání šikany žáky

Z výsledků vyobrazených v grafu lze usuzovat, že nejčastěji žáci za šikanu považují vyhrožování (88 respondentů, 16,7 %) a bití (87 respondentů, 16,5 %). Následují urážky (70 respondentů, 13,3 %), nadávky (67 respondentů, 12,7 %) a brání nebo ničení věcí (59 respondentů, 11,2 %). Poměrně často označili i urážky na rodinu (52 respondentů, 9,8 %), pomluvy (50 žáků, 9,5 %) a strkání (32 žáků, 6,1 %). Méně často byly označeny zlé pohledy (12 žáků, 2,3 %), doteky (6 respondentů, 1,1 %), dělání, že se s někým nebavím (3 žáci, 0,6 %) a jiné odpovědi (2 žáci, 0,4 %).

Otázka č.7: Myslíš si, že jsi nebo jsi byl/a ve škole nebo třídě šikanovaný/á?

Tato otázka byla jednou z klíčových v celém dotazníkovém šetření, protože směřovala přímo k jádru tématu diplomové práce, tedy k osobní zkušenosti žáků se šikanou. Cílem bylo zjistit, kolik žáků má pocit, že se s tímto negativním jevem již setkali na vlastní kůži.



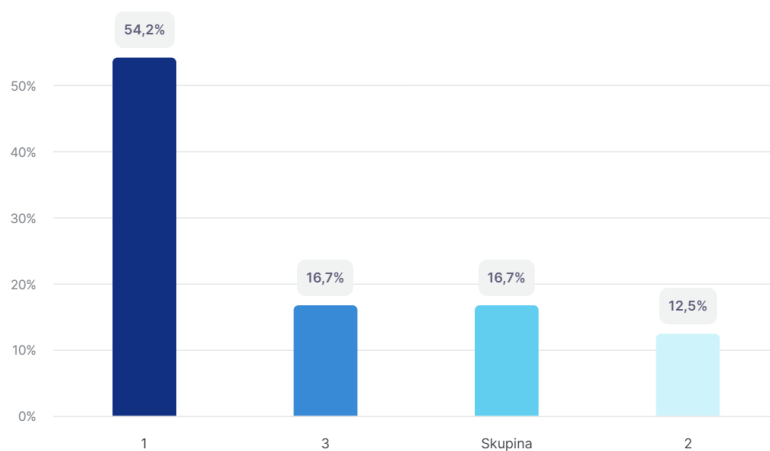
Obrázek 13 Vlastní zkušenost žáků se šikanou

Z grafu je patrné, že 24 žáků (19,7 %) bylo nebo jsou ve škole šikanováni, zatímco 98 žáků (80,3 %) odpovědělo, že nejsou ani nebyli šikanováni. Téměř pětina žáků má s šikanou vlastní zkušenost, což je velmi závažné zjištění. Tento výsledek potvrzuje, že šikana se v prostředí 1. stupně skutečně vyskytuje a nelze ji podceňovat.

Respondenti, kteří odpověděli v této otázce ano, dále pokračovali v dotazníku od otázky č. 8 až po otázku č. 27, která se ptá, zda se někdy zkusili bránit. Respondenti, kteří uvedli odpověď ne, tyto otázky přeskočili a pokračovali až od otázky č. 28 dále, kde se dotazník opět sjednocuje pro všechny respondenty.

Otázka č.8: Kolik je těch, co tě šikanují/šikanovali?

Tato otázka navazovala na předchozí zjištění, kdy cílem bylo zjistit, zda šikana vychází od jednotlivce, nebo se jedná o skupinové jednání.

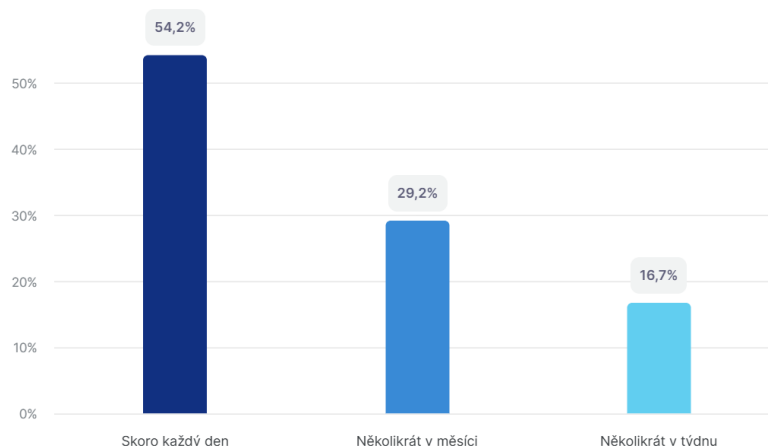


Obrázek 14 Počet agresorů

Z grafu vyplývá, že 13 respondentů (54,2 %) uvedlo, že je šikanoval jeden žák, 4 respondenti (16,7 %) uvedli, že šikanu prováděla trojice. Čtyři respondenti (16,7 %) odpověděli, že je šikanovala skupina a 3 respondenti (12,5 %) označili dva agresory.

Otázka č.9: Jak často tě šikanují/šikanovali?

Tato otázka měla za cíl zjistit frekvenci výskytu šikany, kterou respondenti zažili. Frekvence šikanování je velmi důležitým ukazatelem závažnosti šikany. Protože čím častěji je šikana prováděna, tím hlubší jsou její dopady na oběť.



Obrázek 15 Frekvence šikany

Data uvedená v grafu ukazují, že z celkového počtu 24 žáků, kteří uvedli, že se stali obětí šikany, odpovědělo 13 žáků (54,2 %), že jsou šikanováni skoro každý den. Sedm žáků (29,2 %) uvedlo, že se šikana děje několikrát v měsíci a 4 žáci (16,7 %) zažívají šikanu několikrát týdně.

Otázka č.10: Jak ti ubližují/ubližovali?

Tato otázka měla za cíl identifikovat konkrétní formy šikany, se kterými se žáci setkali.

Tabulka 2 Způsoby ubližování

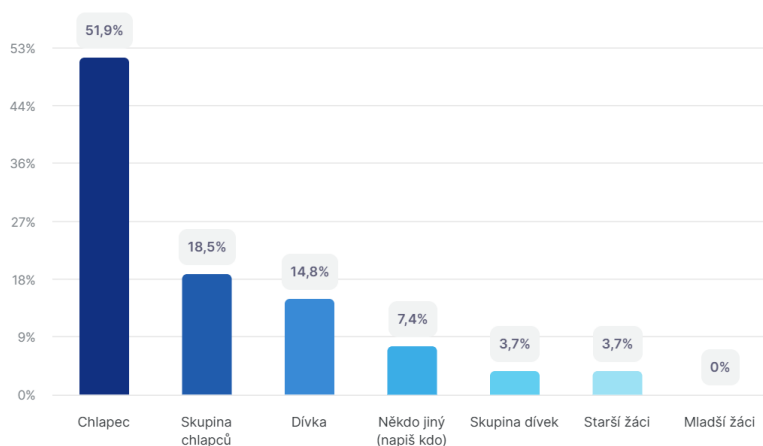
	Četnost	Relativní četnost
Posmívání	14	16,3%
Urážky	13	15,1%
Bití	10	11,6%
Braní věcí	8	9,3%
Pomlouvání	7	8,1%
Kopání	7	8,1%
Vyhrožování	6	7%
Nadávání	5	5,8%
Pošťuchování	4	4,7%

Ponižování	3	3,5%
Přehlížení	2	2,3%
Pokřikování	2	2,3%
Týrání	2	2,3%
Pomlouvá, nebo ti jinak ubližuje přes internet, mobil	2	2,3%
Jinak	1	1,2%

Tabulka znázorňuje, že nejčastěji žáci uváděli, že zažívají posmívání (14 žáků, 16,3 %) a urážky (13 žáků, 15,1 %). Následovalo bití (10 žáků, 11,6 %), brání věcí (8 žáků, 9,3 %) a pomlouvání (7 žáků, 8,1 %). Další bylo kopání (7 žáků, 8,1 %), vyhrožování (6 žáků, 7 %), nadávání (5 žáků, 5,8 %) a pošťuchování (4 žáci, 4,7 %). Méně často byly zmiňovány formy jako ponižování (3 žáci, 3,5 %), přehlížení (2 žáci, 2,3 %), pokřikování (2 žáci, 2,3 %), týrání (2 žáci, 2,3 %), pomlouvá, nebo ti jinak ubližuje na internetu (2 žáci, 2,3 %) a jiné formy (1 žák, 1,2 %).

Otázka č.11: Kdo tě šikanuje/šikanoval?

Cílem této otázky bylo zjistit, kdo je agresorem šikany, tedy zda jde spíše o jednotlivce, skupiny a zda se šikana liší podle pohlaví nebo věku agresora.

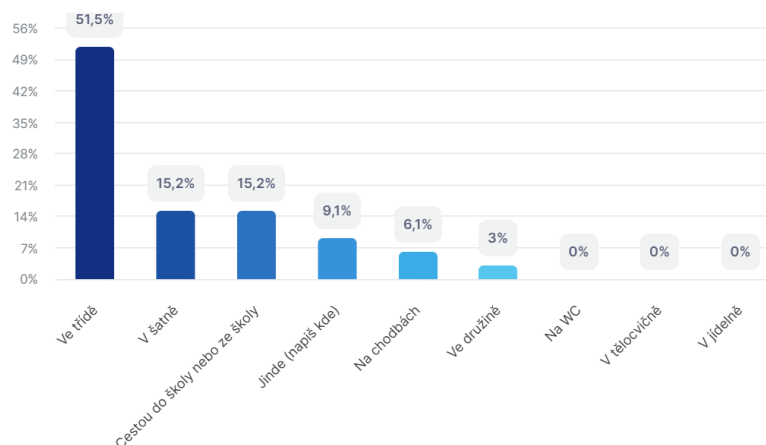


Obrázek 16 Agresoři z pohledu obětí šikany

Z grafu je patrné, že nejčastějším agresorem jsou chlapci. Tuto odpověď uvedlo 14 respondentů (51,9 %). Další 5 respondentů (18,5 %) označilo, že je šikanovala skupina chlapců a 4 respondenti (14,8 %) uvedli, že je šikanovala dívka. Možnost někdo jiný zvolili 2 respondenti (7,4 %). Skupina dívek a starší žáci získali po 1 respondentovi (3,7 %). Žádný z respondentů neuvedl, že by byl šikanován mladšími žáky.

Otázka č.12: Kde se šikanování děje/dělo?

Tato otázka měla za cíl určit, kde k šikaně nejčastěji dochází, tedy v jakých místech.

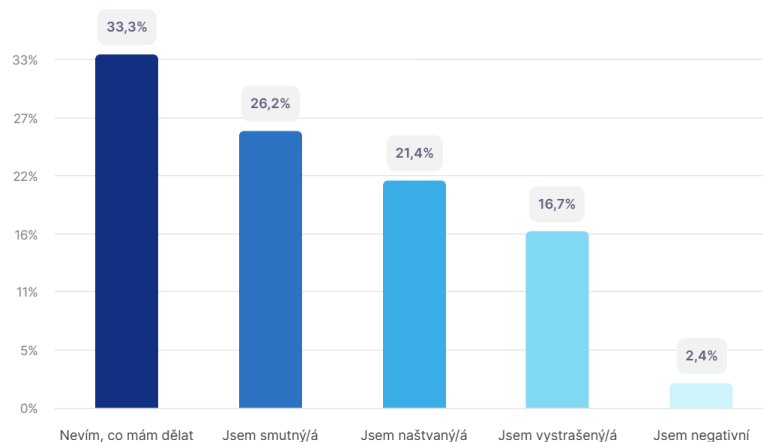


Obrázek 17 Místa šikany

Z grafu vyplývá, že nejčastěji k šikaně dochází ve třídě, tuto odpověď uvedlo 17 žáků (51,5 %). Na druhém místě se shodně umístila šatna a cesta do školy nebo ze školy, které uvedlo 5 žáků (15,2 %). Dále bylo uvedeno jiné místo, které zaznačili 3 žáci (9,1 %), chodba (2 žáci, 6,1 %) a školní družina (1 žák, 3 %). Nikdo z respondentů neuvedl toalety, tělocvičnu ani jídelnu jako místo výskytu šikany.

Otázka č.13: Jak se při šikanování cítíš?

Tato otázka se zaměřila na emoční prožívání obětí šikany, tedy na to, jaké pocity v nich tyto situace vyvolávají.



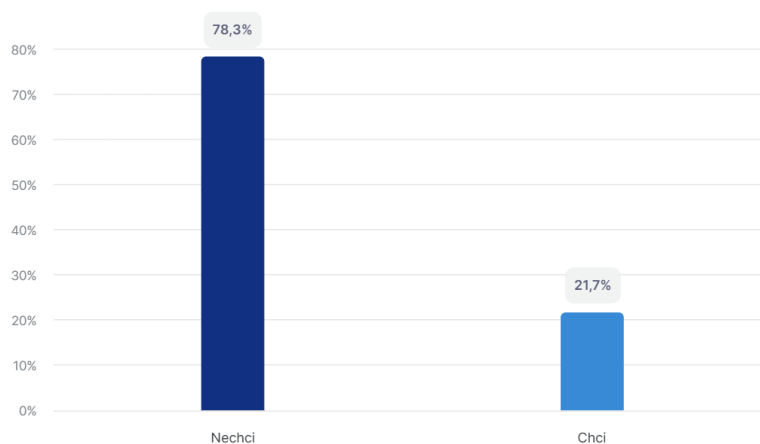
Obrázek 18 Pocity během šikany

Graf ukazuje, že nejčastěji žáci odpovídali, že nevědí, co mají dělat, to uvedlo to 14 respondentů (33,3 %). Tento výsledek je velmi důležitý, protože ukazuje na bezradnost a

zmatek, který žáci při šikaně prožívají. Jedenáct respondentů (26,2 %) se při šikaně cítí smutně, 9 respondentů (21,4 %) uvedlo, že jsou naštvaní. Sedm respondentů (16,7 %) je vystrašených a jeden respondent (2,4 %) odpověděl, že je negativní.

Otázka č.14: Chceš nebo nechceš chodit do školy kvůli šikanování?

Tato otázka měla zjistit, do jaké míry šikana ovlivňuje vztah žáka ke škole a jeho motivaci do školy docházet.

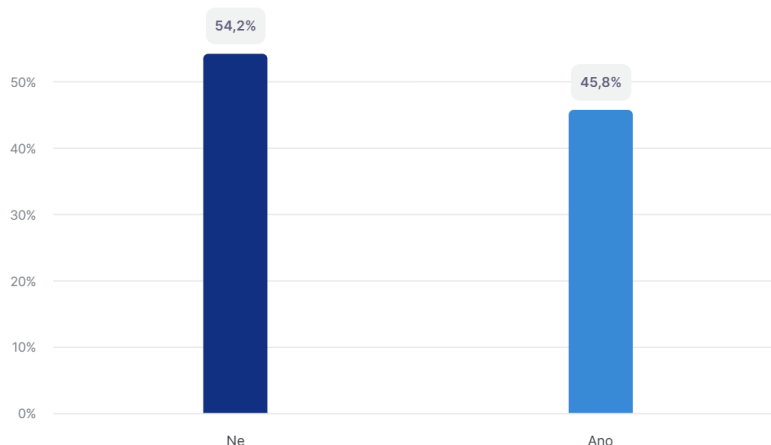


Obrázek 19 Šikana a školní docházka

Data uvedená v grafu ukazují, že 18 žáků (78,3 %) uvedlo, že nechtějí chodit do školy kvůli šikaně, zatímco 5 žáků (21,7 %) odpovědělo, že do školy i přes šikanu chtějí chodit. Jeden respondent otázku nezodpověděl.

Otázka č.15: Bolí tě často něco (hlava, břicho, ...)?

Tato otázka měla za cíl zjistit, zda se u žáků, kteří zažívají šikanu, objevují psychosomatické potíže.

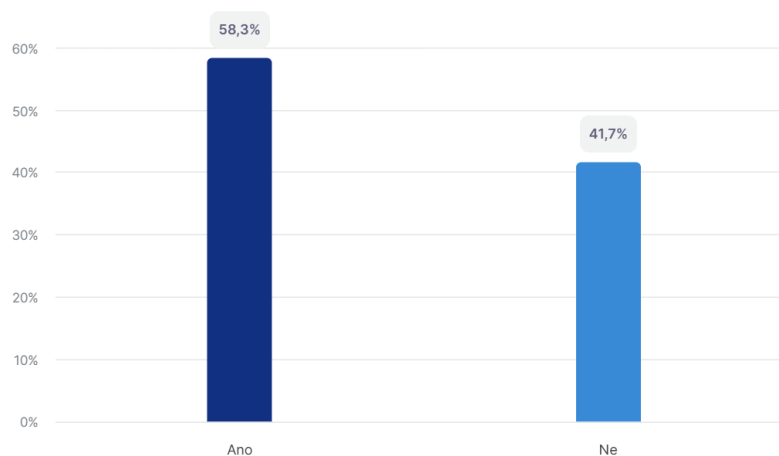


Obrázek 20 Psychosomatické potíže

Z grafu je patrné, že 13 žáků (54,2 %) odpovědělo, že je nic nebolí a 11 žáků (45,8 %) uvedlo, že je často něco bolí. Skoro polovina žáků pociťuje opakované obtíže, které mohou být důsledkem prožívaného stresu, nejistoty, dlouhodobé úzkosti z šikany.

Otázka č.16: Spíš dobře?

Tato otázka se zaměřila na kvalitu spánku u žáků, kteří zažívají šikanu.

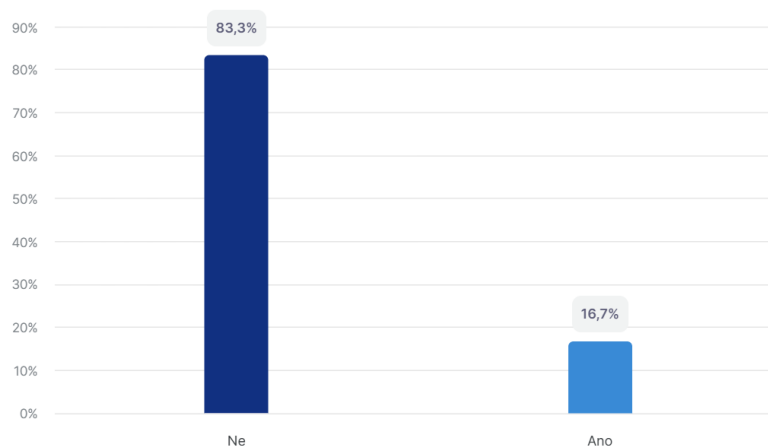


Obrázek 21 Kvalita spánku

Z grafu vyplývá, že 14 žáků (58,3 %) odpovědělo, že spí dobře, zatímco 10 žáků (41,7 %) uvedlo, že dobře nespí. Téměř polovina žáků, kteří se setkali s šikanou pociťují narušení spánku. Může se jednat například o potíže s usínáním, noční můry, noční buzení, nekvalitní odpočinek.

Otázka č.17: Máš často nějaké zranění nebo modřiny kvůli šikanování?

Otázka měla za cíl zjistit, zda má šikana, kterou žáci zažívají, také fyzické důsledky v podobě viditelných zranění nebo modřin.

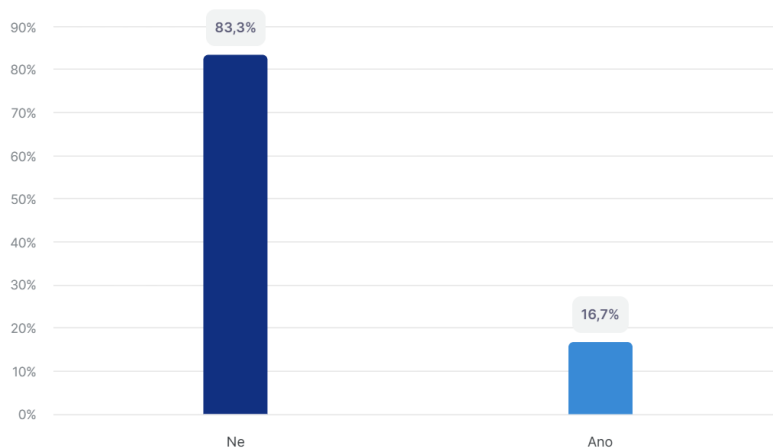


Obrázek 22 Tělesné následky šikany

Graf znázorňuje, že 20 žáků (83,3 %) nemají kvůli šikanování zranění nebo modřiny, zatímco 4 žáci (16,7 %) odpověděli, že ano, tedy že fyzické následky zažívají opakovaně. Většina respondentů nezaznamenala tělesná zranění, ale téměř pětina žáků zažívá i fyzickou formu agrese.

Otázka č.18: Máš často zničené věci od toho, kdo tě šikanuje?

Tato otázka se zaměřila poškozování nebo ničení osobních věcí oběti.

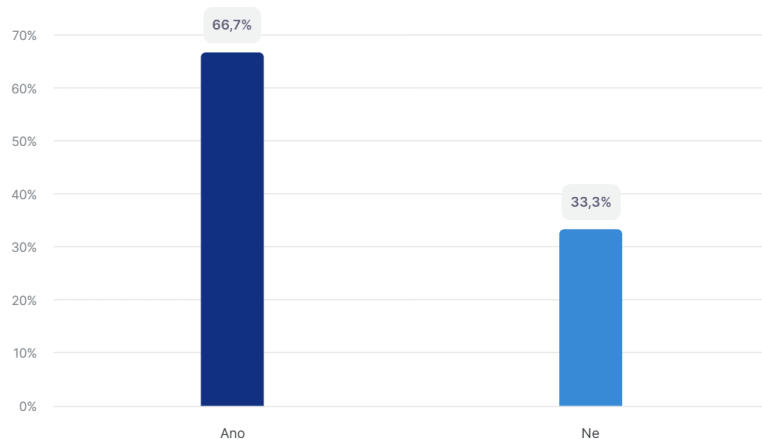


Obrázek 23 Ničení osobních věcí oběti

Graf znázorňuje, že na otázku odpovědělo 20 žáků (83,3 %), že nemá zkušenost se zničením svých věcí kvůli šikaně, zatímco 4 žáci (16,7 %) uvedli, že se jim to děje často. Je alarmující, že téměř pětina žáků zažívá opakované ničení svých věcí. Žáci, kteří takové jednání zažívají, často mohou pociťovat bezmoc, ponížení a strach, protože útok je mířený i na jejich soukromý prostor.

Otázka č.19: Bavíš se rád o spolužácích a o škole?

Tato otázka byla zaměřena na zjištění, zda jsou žáci ochotní a schopní mluvit o svých zkušenostech ze školního prostředí a o spolužácích.

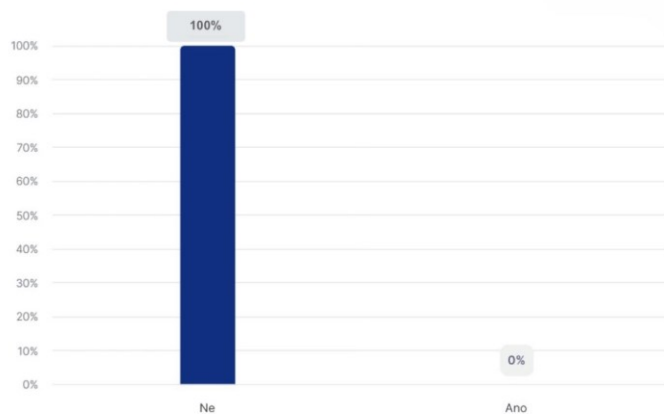


Obrázek 24 Komunikace o škole a spolužácích

Data uvedená v grafu ukazují, že 16 žáků (66,7 %) odpovědělo, že se rádi baví o spolužácích a škole, zatímco 8 žáků (33,3 %) tuto potřebu nemá.

Otázka č.20: Kradou ti často svačiny?

Tato otázka se zaměřovala na další možný projev šikany, a to krádež jídla. Což může být pro žáky velmi zraňující.

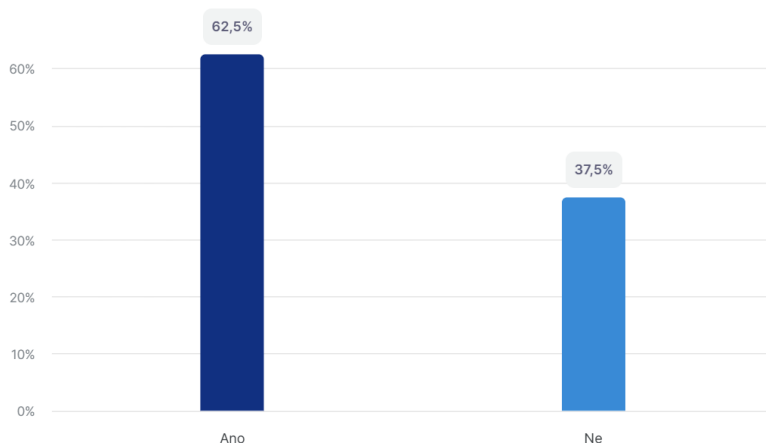


Obrázek 25 Krádeže svačin

Z odpovědí vyplývá, že žádný z respondentů (0 %) neuvedl, že by mu někdo často kradl svačiny a tedy všech 24 žáků (100 %) odpovědělo, že se jim to neděje. Krádeže jídel nejsou mezi žáky v tomto výzkumu běžné. V tomto ohledu je školní prostředí bezpečné a žáci mají ke svým osobním věcem, jako je jídlo, alespoň základní respekt.

Otázka č.21: Dokážeš se v hodině soustředit?

Tato otázka zjišťovala, jak šikana ovlivňuje pozornost a soustředění žáků během výuky. Psychický stres, strach nebo narušené vztahy ve třídě mohou mít výrazný vliv na schopnost žáka vnímat učivo a přemýšlet nad ním.

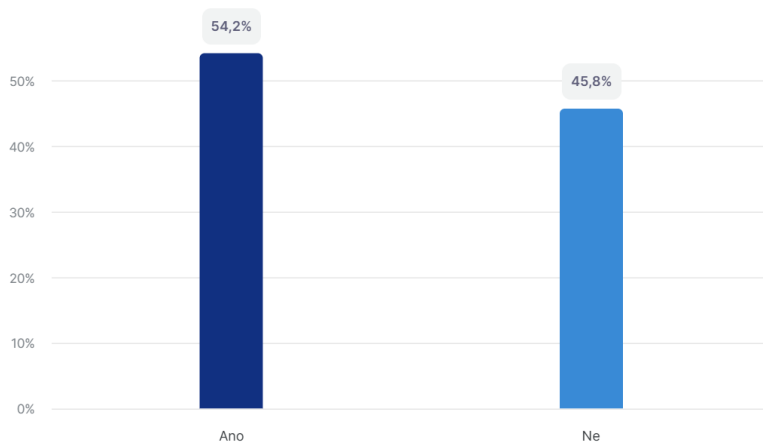


Obrázek 26 Soustředění žáků

Z grafu vyplývá, že 15 žáků (62,5 %) uvedlo, že se dokáže v hodině soustředit, zatímco 9 žáků (37,5 %) odpovědělo, že má se soustředěním problém. Většina žáků vnímá svou pozornost jako dostatečnou, ale skoro dvě pětiny žáků přiznávají, že se nedokážou soustředit. Šikana tedy přímo ovlivňuje vzdělávací výsledky žáků.

Otázka č.22: Chodíš o přestávkách do nižších tříd, kde máš kamarády?

Tato otázka zjišťovala, zda se žáci, kteří zažívají šikanu, přemísťují o přestávkách mimo svůj třídní kolektiv, kde se mohou cítit bezpečněji.

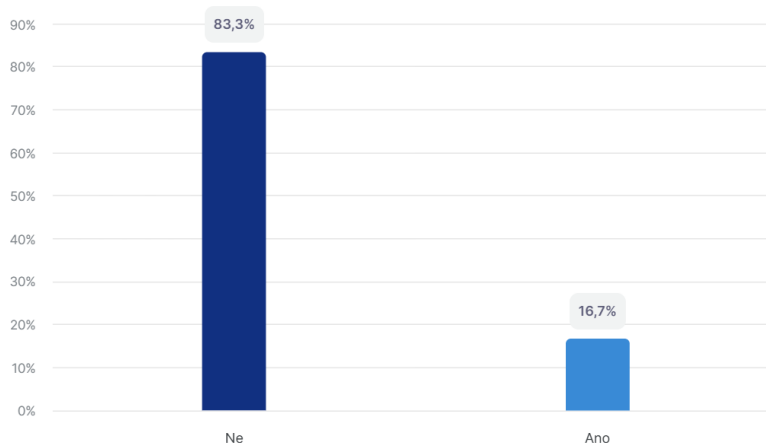


Obrázek 27 Návštěva mladších spolužáků

Z grafu je patrné, že 13 žáků (54,2 %) uvedlo, že o přestávkách chodí do nižších tříd, kde mají kamarády. Jedenáct žáků (45,8 %) odpovědělo, že nikam nechodí. Téměř polovina respondentů vyhledává kontakt mimo svou třídu, což může být známkou toho, že se ve svém třídním kolektivu necítí dobře, bezpečně nebo přijmutě.

Otázka č.23: Chodíš rád k tabuli, před všechny spolužáky?

Tato otázka se zaměřovala na sebevědomí žáků a jejich pocit bezpečí v rámci třídního kolektivu. Ochota vystoupit před ostatními může být u žáků, kteří zažívají šikanu, snížena. Protože se obávají výsměchu, ztrapnění nebo negativního hodnocení nejen od učitele, ale především od spolužáků.

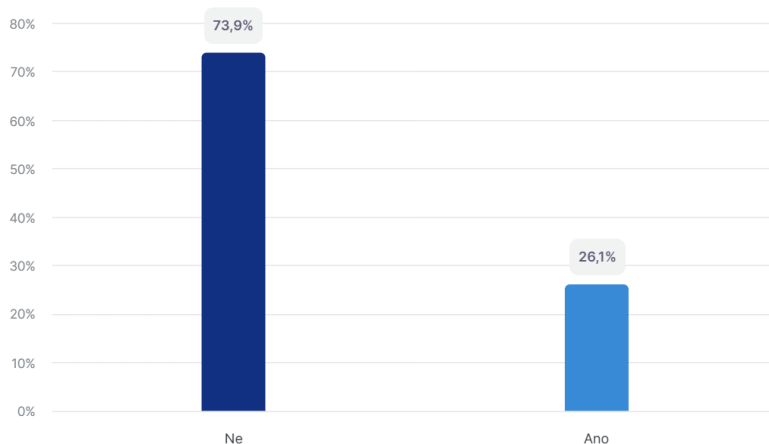


Obrázek 28 Vystupování před spolužáky

Graf znázorňuje, že 20 žáků (83,3 %) nerado chodí k tabuli, zatímco pouze 4 žáci (16,7 %) odpověděli, že chodí rádi k tabuli. Tento výsledek je velmi vypovídající. Ukazuje, že u naprosté většiny obětí, dochází ke ztrátě jistoty a komfortu při veřejném vystupování.

Otázka č.24: Před hodinou čekáš před třídou na paní učitelku?

Otázka zjišťovala, jak se žáci chovají před začátkem výuky, tedy v době, kdy ještě není přítomen pedagogický dohled. Tato chvíle může být pro oběti šikany velmi citlivá, protože právě v těchto okamžicích se šikana často odehrává.

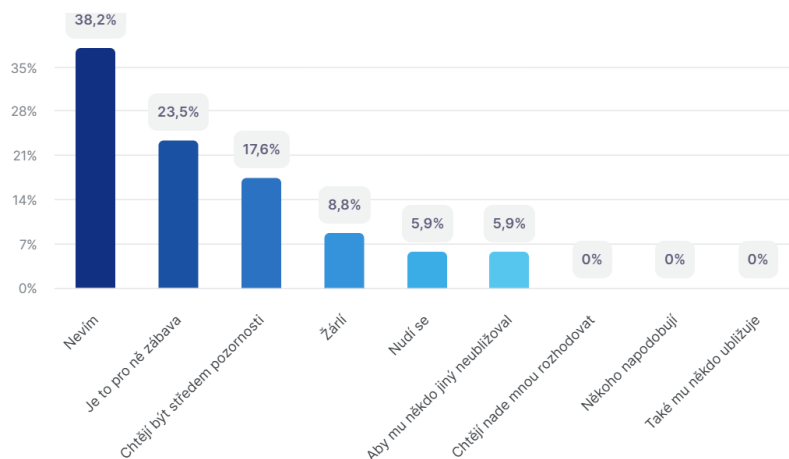


Obrázek 29 Čekání na paní učitelku před hodinou

Data uvedená v grafu ukazují, že 17 respondentů (73,9 %) odpovědělo, že nečekají před třídou, zatímco pouze 6 respondentů (26,1 %) uvedlo, že před třídou čekají na paní učitelku. Jeden respondent neuvedl odpověď.

Otázka č.25: Proč si myslíš, že tě někdo šikanuje/šikanoval?

Cílem této otázky bylo zjistit, jak oběti šikany vnímají motivaci agresora, tedy proč si myslí, že se staly terčem ubližování.



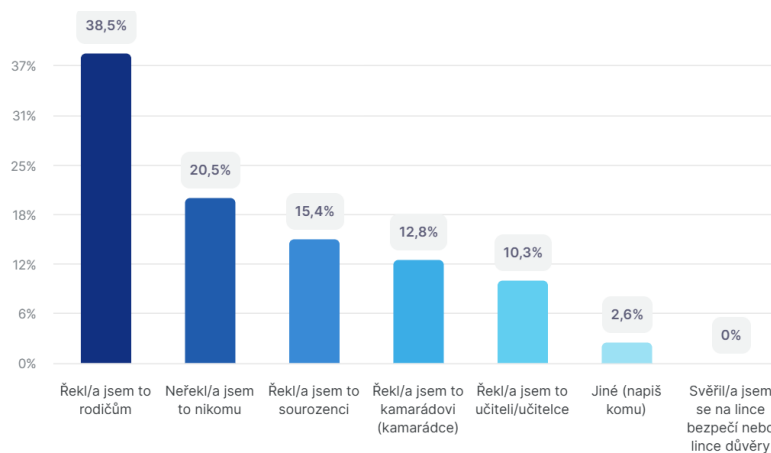
Obrázek 30 Důvod šikanování

Z výsledků vyobrazených v grafu lze usuzovat, že nejčastější odpovědí bylo nevím. Tuto možnost zvolilo 13 respondentů (38,2 %). Dále 8 respondentů (23,5 %) uvedlo, že je to pro ně zábava a 6 respondentů (17,6 %) uvedlo, že chtějí být středem pozornosti. Další odpovědi zahrnovaly například, že agresor žárlí (3 respondenti, 8,8 %), nudí se (2 respondenti, 5,9 %), aby jim někdo neubližoval (2 respondenti, 5,9 %). Ostatní možnosti

jako chtějí nade mnou rozhodovat, někoho napodobují nebo také jim někdo ubližuje nebyly zvoleny vůbec.

Otázka č.26: Komu ses svěřil/a se šikanou?

Tato otázka zkoumá, zda a komu se respondenti svěřili s šikanou. Otázka ukazuje, do jaké míry se oběti cítí bezpečně a důvěřují lidem v jejich okolí.

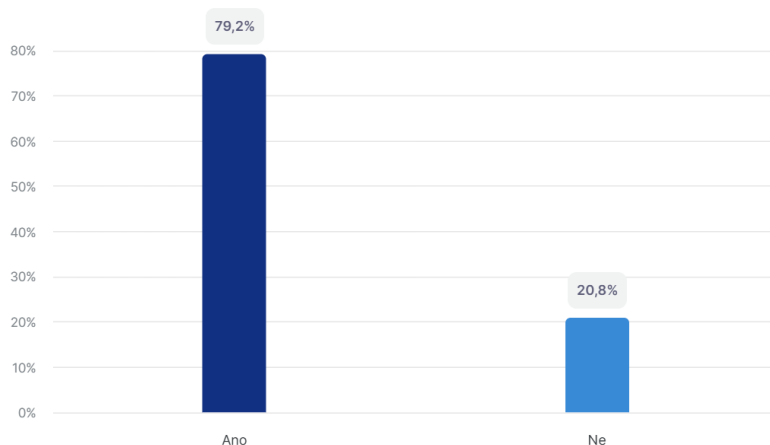


Obrázek 31 Svěřování obětí šikany

Z grafu je patrné, že nejvíce žáků uvedlo, že se svěřili rodičům, tuto možnost zvolilo 15 respondentů (38,5 %). Osm respondentů (20,5 %) uvedlo, že se nesvěřili nikomu. Dále následovali sourozenci, což zvolilo 6 respondentů (15,4 %), 5 respondentů (12,8 %) se svěřilo kamarádovi nebo kamarádce, 4 respondenti (10,3 %) uvedli, že se s šikanou svěřili učiteli. Odpověď jiné zaznamenal jeden respondent (2,6 %) a nikdo z respondentů neuvedl, že by se svěřil na lince bezpečí nebo lince důvěry. Výsledky ukazují, že většina žáků se svěřila, což je pozitivní, ale zároveň skoro třetina žáků se trápí sami v sobě. Tito žáci mohou mít dlouhodobé dopady z šikany, protože nedostávají potřebnou podporu.

Otázka č.27: Zkusil/a ses někdy bránit?

Otázkou bylo zjišťováno, zda se oběti šikany, pokusily aktivně reagovat a bránit se proti agresivnímu chování.

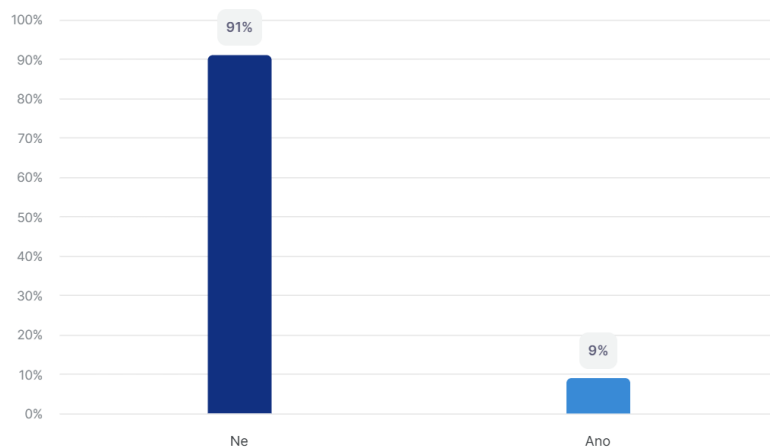


Obrázek 32 Obrana obětí šikany

Z grafu vyplývá, že 19 žáků (79,2 %) uvedlo, že se někdy bránili, zatímco 5 žáků (20,8 %) odpovědělo, že nikdy žádnou obranu nezkusili. Pozitivní zjištění je, že vysoký počet respondentů se pokusilo šikaně postavit a našli v sobě sílu k reakci. Ale pětina respondentů zůstala pasivní, mohli zažívat strach, nejistotu a nedůvěru se postavit agresorovi.

Otázka č.28: Ublížil ti někdo ze spolužáků na internetu?

Tato otázka se zaměřovala na oblast kyberšikany, tedy ubližování prostřednictvím internetu, které stále častěji proniká i mezi mladší žáky.

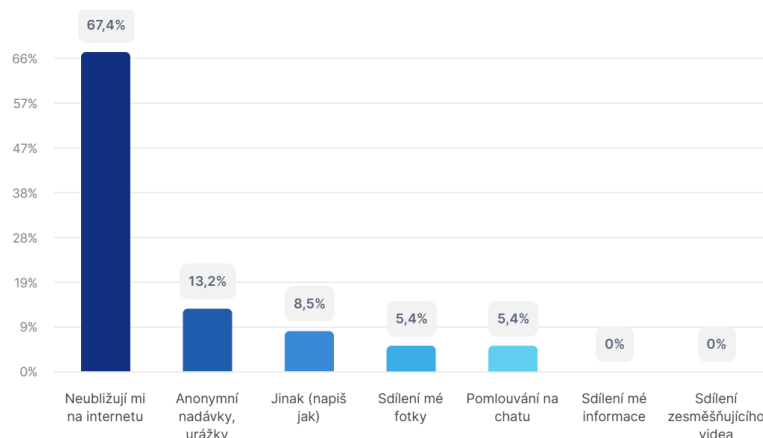


Obrázek 33 Kyberšikana

Graf znázorňuje, že 111 respondentů (91 %) uvedlo, že jim nikdo na internetu neublížil, zatímco 11 respondentů (9 %) zažilo ubližování online. Tři žáci, kteří zaznamenali, že prochází/procházeli šikanou jsou/byli také obětí kyberšikany.

Otázka č.29: Jak ti ublížil?

Tato otázka byla určena žákům, kteří v předchozí otázce uvedli, že jim někdo ze spolužáků ublížil na internetu. Cílem bylo zjistit s jakými projevy kyberšikany se žáci setkali.

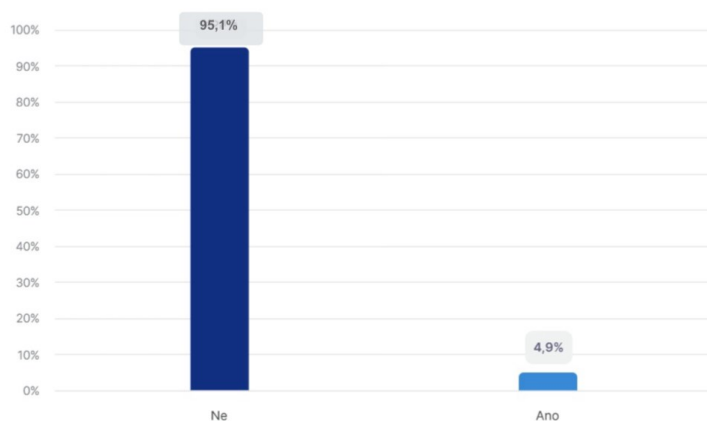


Obrázek 34 Způsoby ubližování na internetu

Z výsledků vyobrazených v grafu lze usuzovat, že nejvíce žáků, konkrétně 87 (67,4 %), označilo možnost neubližují mi na internetu. To odpovídá předchozímu zjištění, že drtivá většina respondentů kyberšikanu nezažila. Z těch, kteří šikanu online zažili, uvedlo 17 žáků (13,2 %), že šlo o anonymní nadávky a urážky, 11 žáků (8,5 %) popsalo jiný způsob ubližování (tito žáci nejspíš patřili k respondentům, kterým nebylo ubližováno), 7 žáků (5,4 %) uvedlo, že jim někdo sdílel jejich fotky bez svolení a stejný počet žáků zažil pomlouvání na chatu. Možnosti jako bylo sdílení zesměšňujících informací a sdílení mých osobních informací nebyly uvedeny. Výskyt kyberšikany nelze přehlížet, protože anonymní urážky a zesměšňování může psychiku žáků zasáhnout silněji než přímá šikana.

Otázka č.30: Ublížil jsi ty někomu přes internet?

Cílem této otázky bylo zjistit, zda se žáci dokáží svěřit s tím, že šikanovali někoho přes internet.

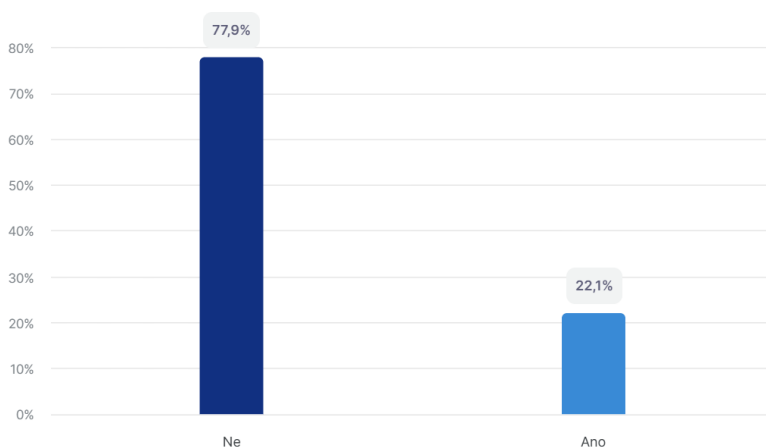


Obrázek 35 Ublíživání ostatním přes internet

Graf znázorňuje, že 116 žáků (95,1 %) uvedlo, že nikdy nikomu online neublížili, zatímco 6 žáků (4,9 %) přiznalo, že někomu přes internet ublížili. Žáci mnohdy ani nerozpoznají, že jejich chování je pro druhého zraňující. Také přiznat se k šikaně chce odvahu. Proto je pravděpodobné, že skutečný počet těch, kteří někomu přes internet ublížili je vyšší.

Otázka č.31: Znáš někoho z vaší třídy nebo školy, koho šikanují?

Touto otázkou bylo zjišťováno, zda si žáci všímají šikany ve svém okolí, tedy jestli vnímají ublížování u svých spolužáků. Ať už ve své třídě nebo u jiných žáků.

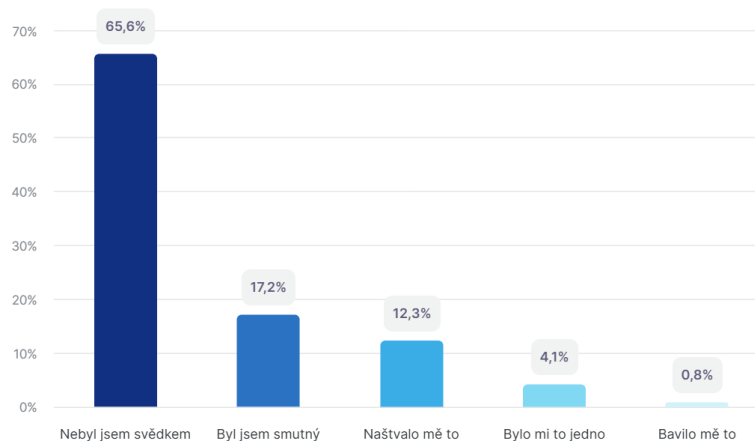


Obrázek 36 Vnímání šikany spolužáky

Z výsledků vyobrazených v grafu lze usuzovat, že 95 respondentů (77,9 %) uvedlo, že nikoho takového neznají, zatímco 27 respondentů (22,1 %) odpovědělo, že znají někoho, kdo je šikanovaný. Skoro čtvrtina respondentů vnímá šikanu ve svém okolí, což je velmi dobře. Tito žáci mohou být vnímaví vůči ubližování a poznají, že se někdo necítí dobře. Je důležité, aby věděli, že když si všimnou šikany, tak by to měli někomu říct.

Otázka č.32: Jak jsi se cítil, když jsi byl svědkem šikany?

Cílem této otázky bylo zjistit, jaké pocity prožívají žáci, kteří byli svědky šikany.

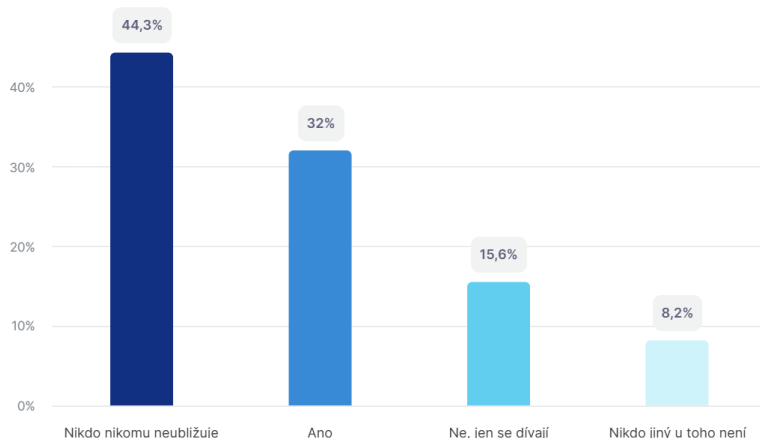


Obrázek 37 Emoce svědků šikany

Graf znázorňuje, že 80 žáků (65,6 %) uvedlo, že svědky šikany nikdy nebyli. Zbývajících 42 žáků tuto zkušenost má. Z nich 21 žáků (17,2 %) uvedlo, že byli z toho smutní, 15 žáků (12,3 %) odpovědělo, že je to naštvalo. 5 žáků (4,1 %) uvedlo, že jim to bylo jedno a jeden žák (0,8 %) dokonce přiznal, že ho to bavilo.

Otázka č.33: Pomáhá někdo šikanovanému?

Cílem této otázky bylo zjistit, jak žáci vnímají reakce okolí na šikanu. Zda se oběti někdo zastanete nebo jí pomůže.

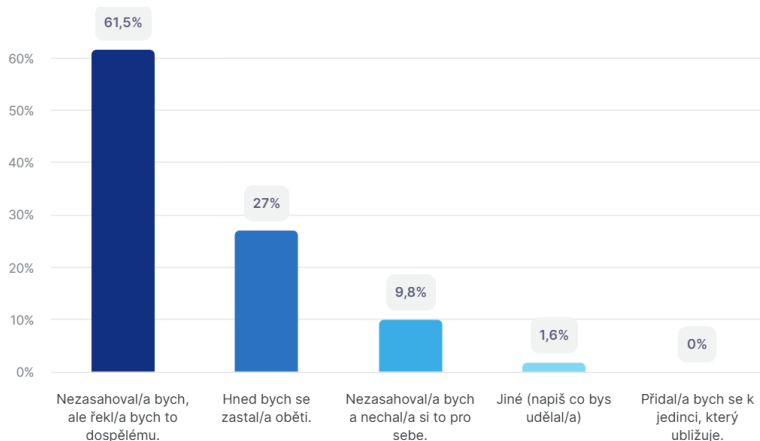


Obrázek 38 Pomoc obětem šikany

Z grafu vyplývá, že 54 žáků (44,3 %) uvedlo, že nikdo nikomu neubližuje, tedy šikanu nezaznamenali. 39 žáků (32 %) odpovědělo ano, někdo pomáhá oběti, 19 žáků (15,6 %) uvedlo, že ne, jen se dívají. A 10 žáků (8,2 %) odpovědělo, že nikdo jiný u toho není.

Otázky č.34: Kdybys byl/a svědkem šikany, co bys udělal/a?

Tato otázka zjišťovala, jak by se žáci zachovali v situaci, kdy by se stali svědky šikany.

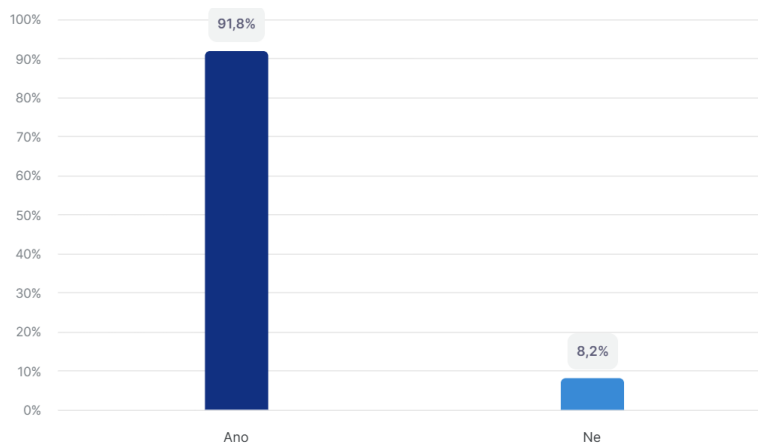


Obrázek 39 Reakce svědků (žáků) na šikanu

Z grafu je patrné, že největší část respondentů, 75 žáků (61,5 %), uvedlo, že by nezasahovali přímo, ale řekli by to dospělému. Tato odpověď ukazuje, že žáci vnímají role dospělých jako autority, která by měla situaci řešit. 33 žáků (27 %) by se okamžitě zastalo oběti. Naopak 12 žáků (9,8 %) by nezasáhlo a situaci by si nechalo pro sebe, což je rizikové. Může to vést k tomu, že šikana zůstane neřešena a pokračuje. Pouze 2 žáci (1,6 %) uvedli jinou odpověď. Pozitivní je, že nikdo ze žáků neuvedl, že by se přidal k jedinci, který ubližuje.

Otázka č.35: Kdyby někdo šikanoval tvého spolužáka, řekl bys to někomu?

Touto otázkou jsem zjišťovala, zda by žáci byli ochotni aktivně zasáhnout v případě, že se jejich spolužák stane obětí šikany, konkrétně zda by se svěřili někomu dospělému nebo jinak situaci nahlásili.

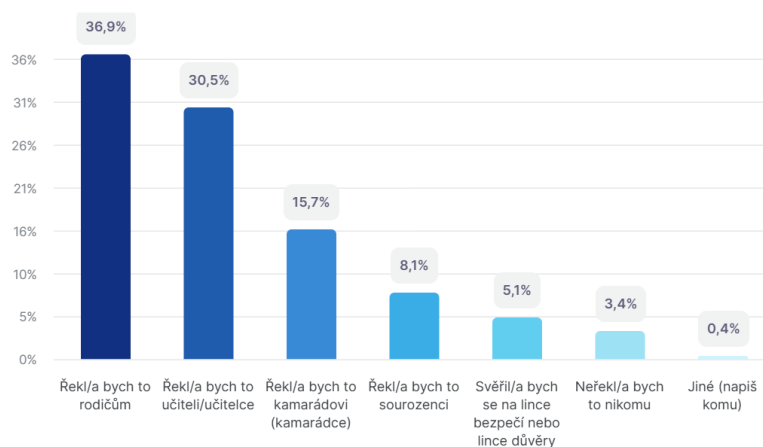


Obrázek 40 Nahlášení šikany

Graf znázorňuje, že 112 respondentů (91,8 %) uvedlo, že by to někomu řekli. A 10 respondentů (8,2 %) odpovědělo, že by to nikomu neřekli. Z výsledků vyplývá, že většina by spolužáka nenechali bez pomoci a zasáhli by. Je důležité věnovat pozornost i 10 žákům, kteří by situaci neoznámili. Může u nich hrát roli strach, nejistota, nedostatek důvěry v dospělé. Je důležité, aby žáci pochopili, že nahlášení šikany není žalování, ale pomoc a projev odvahy.

Otázka č.36: Kdyby tě někdo šikanoval, svěřil/a by ses?

Tato otázka byla zaměřena na to, komu by se žáci v situaci šikany svěřili.

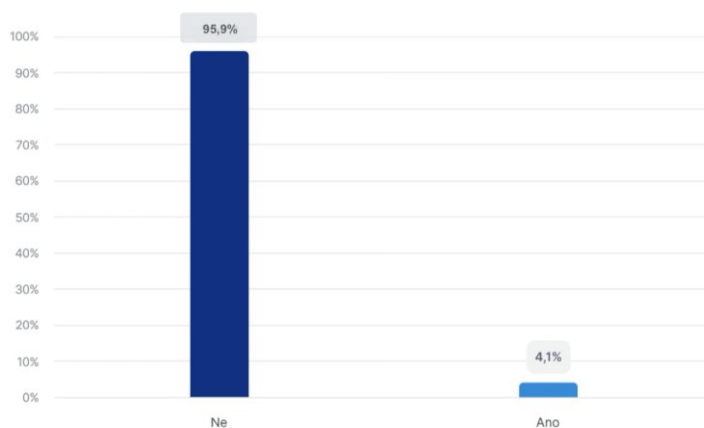


Obrázek 41 Předpoklad sílení šikany

Jak ukazuje graf, nejčastější odpovědí bylo řekl/a bych to rodičům, kterou uvedlo 87 žáků (36,9 %), což ukazuje, že rodiče jsou pro žáky nejdůležitější oporou a zdrojem bezpečí. Řekl/a bych to paní učitelce nebo panu učiteli zvolilo 72 žáků (30,5 %), což je velmi pozitivní zjištění, protože to vypovídá o důvěře žáků v pedagogický personál. Řekl/a bych to kamarádovi/kamarádce odpovědělo 37 žáků (15,7 %), to dokládá důležitost vrstevnické podpory. 19 žáků (8,1 %) by se svěřilo sourozenci, 12 žáků (5,1 %) by kontaktovalo linku bezpečí nebo důvěry. I když je to méně častá volba, je velmi důležitá a ukazuje, že někteří žáci vnímají možnost anonymní pomoci. 8 žáků (3,4 %) uvedlo, že by se nikomu nesvěřilo a jeden žák zvolil jinou odpověď (0,4 %).

Otázka č.37: Šikanoval/a jsi ty sám/a někdy někoho jiného?

Touto otázkou jsem chtěla zjistit, zda si žáci uvědomují, že někdy mohli sami někoho šikanovat.

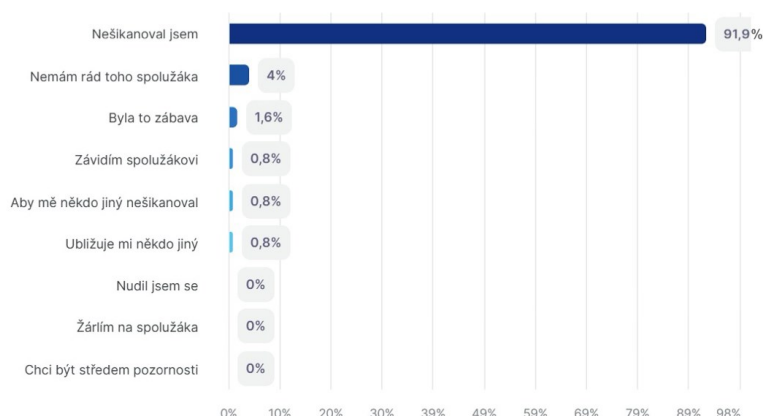


Obrázek 42 Přiznání k vlastnímu šikanování

Z grafu vyplývá, že 117 respondentů (95,9 %) odpovědělo, že se na šikaně nikdy nepodíleli. 5 respondentů (4,1 %) přiznalo, že někdy někoho šikanovali. Pro některé může být obtížné se k šikaně přiznat stejně jak u kyberšikany. I přesto se 5 žáků dokázalo přiznat a byli upřímní.

Otázka č.38: Proč jsi šikanoval?

Cílem této otázky bylo zjistit, co žáky vedlo k tomu, že se sami stali agresory nebo se nějak podíleli na šikaně.

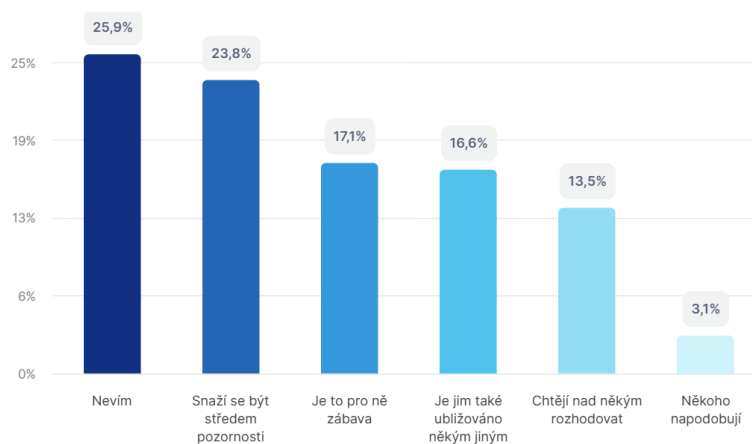


Obrázek 43 Důvody šikanování

Graf ukazuje, že 114 žáků (91,9 %) uvedlo, že nikdy nikoho nešikanovali. Zbýlých 8 žáků uvedlo některý z důvodů: 5 žáků (4 %) odpovědělo, že nemají rádi spolužáka, 2 žáci (1,6 %) uvedli, že to byla pro ně zábava. Po jednom žákovi (0,8 %) získaly odpovědi závist, aby mě někdo jiný nešikanoval, ubližuje mi někdo jiný. Důvody jako, že se nudil, žárlil na spolužáka nebo touha být středem pozornosti nezvolil žádný z respondentů.

Otázka č.39: Jaký důvod podle tebe vede některé děti k šikanování druhých?

Cílem této otázky bylo zjistit, jak respondenti vnímají motivaci těch, kteří šikanují.



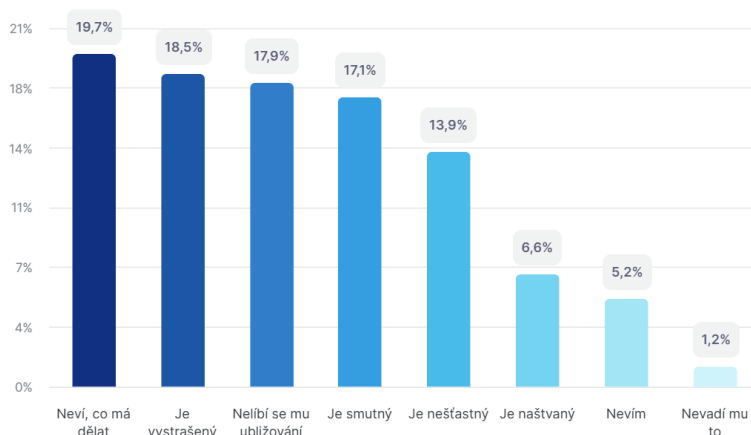
Obrázek 44 Důvody šikanování z pohledu ostatních žáků

Data uvedená v grafu ukazují, že nejčastější odpovědí bylo nevím, kterou zvolilo 50 respondentů (25,9 %). Na druhém místě se umístila odpověď, že se snaží být středem pozornosti, kterou uvedlo 46 žáků (23,8 %). 33 žáků (17,1 %) uvedlo, že to podle nich šikanující jedinci dělají, protože je to pro ně zábava. 32 žáků (16,6 %) uvedlo, že je také někdo šikanuje nebo jim někdo ubližuje. Dalších 26 žáků (13,5 %) uvedlo, že motivací může

být touha nad někým rozhodovat, 6 respondentů (3,1 %) si myslí, že žáci šikanují proto, že někoho napodobují.

Otázka č.40: Jak se cítí někdo, kdo je šikanovaný?

Tato otázka se zaměřovala na empatii žáků a jejich schopnost vžít se do role oběti šikany.

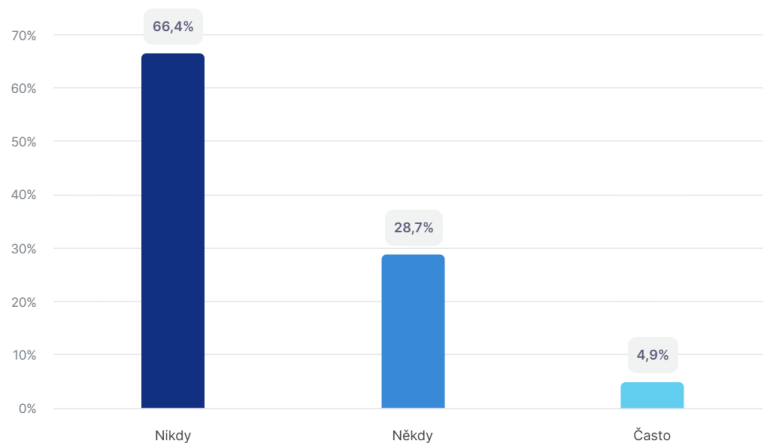


Obrázek 45 Vnímané pocity obětí šikany

Graf znázorňuje, že nejčastější volbou bylo tvrzení, že neví, co má dělat, které označilo 68 žáků (19,7 %). 64 žáků (18,5 %) zaznačilo, že je vystrašený, 62 žáků (17,9 %) uvedlo, že se mu nelíbí ubližování. 59 žáků (17,1 %) dalo, že je smutný, 48 žáků (13,9 %) je nešťastný, 23 žáků (6,6 %) je naštvaný a 18 žáků (5,2 %) zaznačilo, že neví. Čtyři žáci (1,2 %) uvedli, že mu to nevadí. Lze říci, že většina žáků se dokáže vcítit do role oběti šikany. Rozpoznávají základní emoce, které takový člověk prožívá.

Otázka č.41: Bojíš se, že by tě někdy někdo mohl ve třídě šikanovat?

Tato otázka zjišťovala pocit ohrožení šikanou, tedy jak bezpečně se žáci ve třídním kolektivu cítí a zda mají obavy z toho, že by se mohli stát obětí šikany.

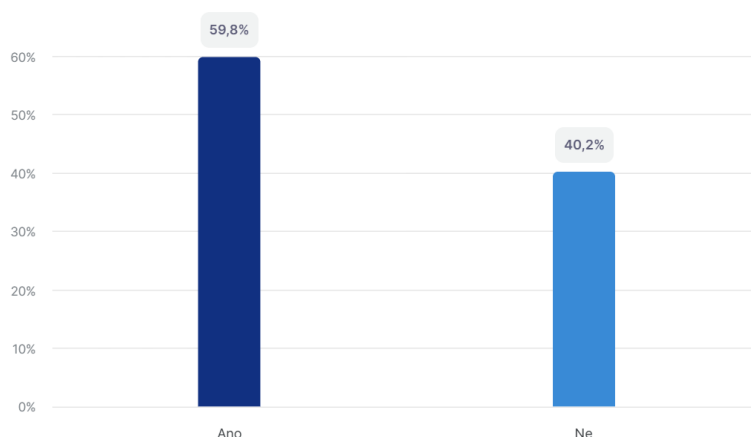


Obrázek 46 Obavy ze šikany ve třídě

Z grafu vyplývá, že 81 respondentů (66,4 %) uvedlo, že se nikdy šikany nebojí. 35 respondentů (28,7 %) odpovědělo, že se někdy bojí, že by je někdo mohl šikanovat. Závažnější je, že 6 žáků (4,9 %) uvedlo, že se často obávají, že budou šikanováni.

Otázka č.42: Mluvíte o šikaně ve škole?

Tato otázka se zaměřovala na to, zda je šikana ve škole otevřeně diskutovaným tématem.



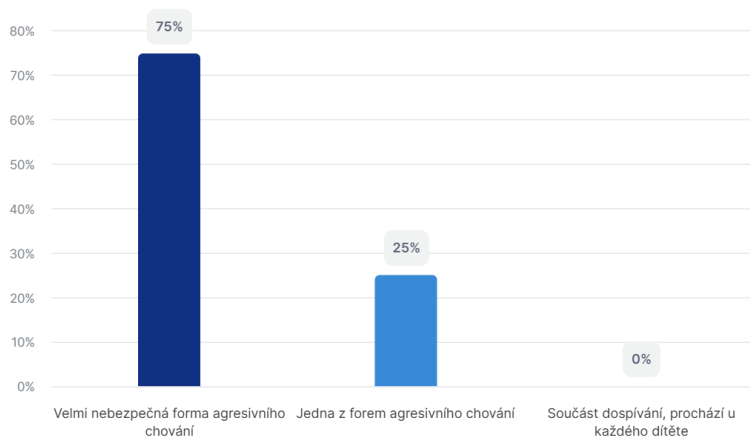
Obrázek 47 Komunikace o šikaně v prostředí školy

Z grafu plyne, že 73 žáků (59,8 %) uvedlo, že se o šikaně ve škole mluví. Naopak 49 žáků (40,2 %) odpovědělo, že ve škole o šikaně nemluví.

5.2 Dotazník pro učitele

Otázka č.1: Šikanování považujete za

Touto otázkou bylo zjišťováno, jak učitelé vnímají závažnost šikany.



Obrázek 48 Vnímání šikany z pohledu učitelů

Z grafu vyplývá, že 6 respondentů (75 %) označilo šikanu jako velmi nebezpečnou formu agresivního chování, zatímco 2 respondenti (25 %) ji vnímají jako jednu z forem agresivního chování. Nikdo z respondentů neuvedl, že by šikana byla běžnou součástí dospívání, kterou si projde každý žák.

Otázka č.2: Co je podle vás šikanování?

Otázka zjišťovala, jaké konkrétní projevy považují učitelé za šikanování.

Tabulka 3 Vnímání šikany učitelem

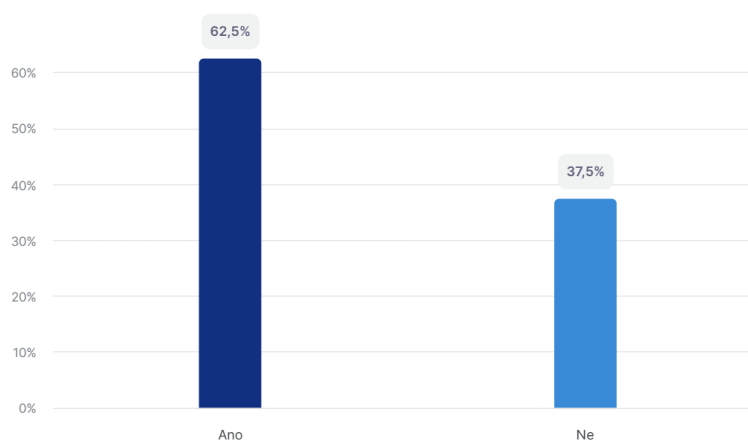
	Četnost	Relativní četnost
Urážky	8	8%
Vyhrožování	8	8%
Bití	8	8%
Týrání	8	8%
Braní nebo ničení věcí oběti	8	8%
Pomlouvá, nebo oběti jinak ubližuje přes internet, nebo mobil	8	8%
Nadávky	7	7%
Posmívání	7	7%
Urážky na rodinu oběti	7	7%
Pomluvy	7	7%
Strkání	6	6%
Pokřikování	4	4%
Zlé pohledy	4	4%
Nebavení se s obětí	3	3%

Pošťuchování	3	3%
Přehlížení	2	2%
Doteky	2	2%
Jiné	0	0%

Z výsledků vyobrazených v tabulce lze říci, že za šikanu považuje všech 8 učitelů (8 %) takové projevy jako urážky, vyhrožování, bití, týrání, brání nebo ničení věcí a pomlouvání či ubližování přes internet/mobil. Sedm učitelů (7 %) uvedlo, že za šikanu považují také nadávky, posmívání, urážky na rodinu oběti a pomluvy. Šest učitelů (6 %) považuje za šikanu i strkání. Za méně závažné projevy šikany považují někteří učitelé pokřikování (4 učitelé, 4 %), zlé pohledy (4 učitelé, 4 %), nebavení se s obětí (3 učitelé, 3 %), pošťuchování (3 učitelé, 3 %), přehlížení (2 učitelé, 2 %) a doteky (2 učitelé, 2 %). Odpověď jiné nezvolil žádný z respondentů.

Otázka č.3: Vzděláváte se v problematice šikany?

Touto otázkou bylo zjišťováno, zda se učitelé dále vzdělávají v oblasti problematiky šikany.

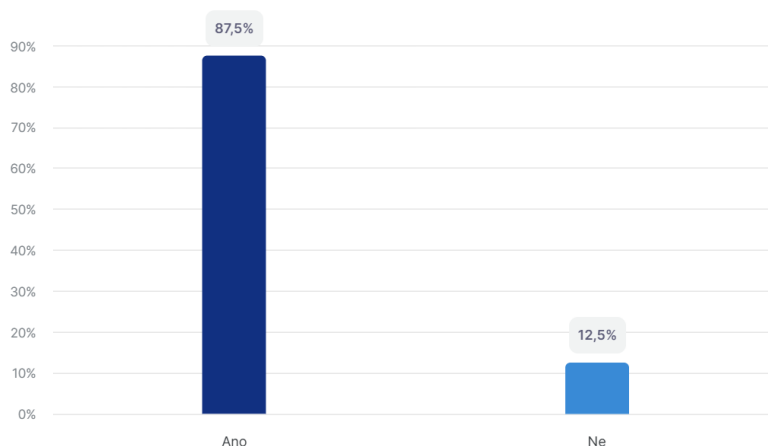


Obrázek 49 Vzdělávání učitelů v oblasti šikany

Z grafu vyplývá, že 5 respondentů (62,5 %) uvedlo, že se v problematice šikany vzdělávají, zatímco 3 respondenti (37,5 %) odpověděli, že se nevzdělávají.

Otázka č.4: Máte na vaší škole Preventivní program proti šikaně?

Touto otázkou bylo zjišťováno, zda jsou pedagogové informováni o preventivních aktivitách, které jejich škola realizuje.



Obrázek 50 Preventivní program proti šikaně

Z grafu vyplývá, že 7 respondentů (87,5 %) uvedlo, že na jejich škole preventivní program proti šikaně existuje. Pouze 1 respondent (12,5 %) odpověděl, že na škole tento program nemají. Tato odpověď spíše naznačuje, že daný učitel o existenci programu neví.

Otázka č.5: Zahrnujete ve své výuce preventivní aktivity vůči šikaně a vedete diskuze ve třídě?

Touto otázkou bylo zjišťováno, do jaké míry učitelé aktivně zařazují preventivní aktivity proti šikaně do své výuky a zda se tomuto tématu věnují formou diskuzí přímo ve třídě. Respondenti měli sami sebe ohodnotit známkou jako ve škole, tedy od 1 (zavádím velmi aktivně) po 5 (vůbec nezahrnuji).

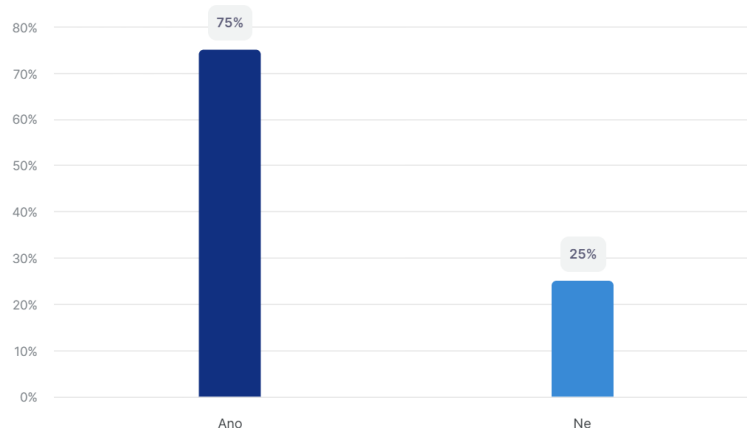
	1	2	3	4	5
Řádek 1	5	3	0	0	0

Obrázek 51 Prevence a diskuse ve výuce

Graf znázorňuje, že 5 z 8 učitelů se ohodnotilo známkou 1, tedy nejvyšším hodnocením. Tito učitelé do výuky pravidelně zařazují preventivní prvky a otevřeně s žáky o šikaně mluví. Další 3 učitelé se ohodnotili známkou 2, což také svědčí o jejich aktivním přístupu, i když možná ne s takovou pravidelností nebo intenzitou. Znamky 3, 4 ani 5 nebyly uděleny žádným učitelem.

Otázka č.6: Chápou podle vás žáci pojem šikana?

Cílem této otázky bylo zjistit, zda podle učitelů žáci rozumějí pojmu šikana.



Obrázek 52 Porozumění pojmu šikana

Z grafu vychází, že 6 respondentů (75 %) se domnívá, že žáci význam pojmu šikana chápou, zatímco 2 respondenti (25 %) mají opačný názor.

Otázka č.7: Jaký může mít šikana dopad na oběť?

Otázka směřovala k tomu, jaké důsledky šikany vnímají učitelé jako nejčastější a nejzávažnější pro oběť.

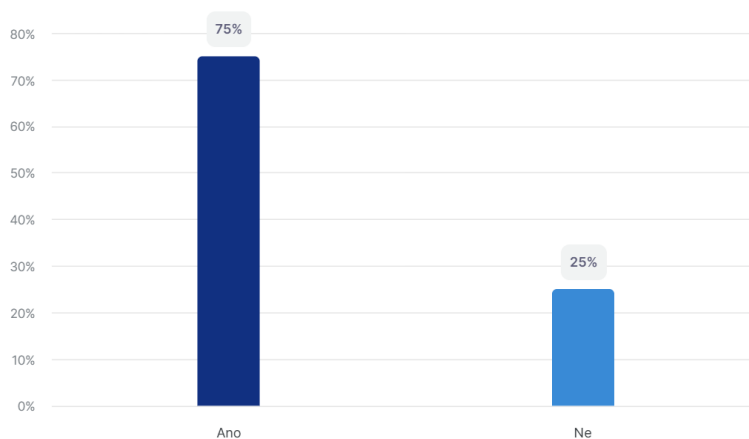
Tabulka 4 Vnímání dopadů šikany na oběť z pohledu učitele

	Četnost	Relativní četnost
Fyzické následky	8	7%
Psychické následky	8	7%
Sebepoškozování	8	7%
Úzkostné stavy a deprese	8	7%
Psychosomatické potíže	8	7%
Narušené sebevědomí a sebehodnocení	7	6,1%
Podezírání a nedůvěruje	7	6,1%
Je negativní, ztrácí ve všem smysl, zažívá beznaděj, prázdnotu	7	6,1%
Školní fobie	7	6,1%
Je smutný, naštvaný, zdeptaný	7	6,1%
Nedokáže se bránit	6	5,3%
Zhroucení	6	5,3%
Je úzkostný, vystrašený, nejistý	6	5,3%
Pocit bezmocnosti	6	5,3%
Nechová se přátelsky	5	4,4%
Panická porucha	5	4,4%
Posttraumatická stresová porucha	5	4,4%

Z tabulky vyplývá, že všichni respondenti (7 %) uvedli jako možný dopad fyzické a psychické následky, sebepoškozování, úzkostné stavy a deprese a také psychosomatické potíže. Sedm respondentů (6,1 %) se shodlo na tom, že oběť může mít narušené sebevědomí a sebehodnocení, nedůvěřuje okolí a podezírá ho, je negativní, ztrácí ve všem smysl, zažívá beznaděj a prázdnotu, může trpět školní fobií, je smutný, naštvaný a zdeptaný. Šest respondentů (5,3 %) uvádělo jako další projevy šikany, například nedokáže se bránit, zhroucení, je úzkostný, vystrašený a nejistý, pocit bezmocnosti. Mírně nižší, ale stále významně zastoupené byly odpovědi jako nechová se přátelsky, panická porucha a posttraumatická stresová porucha, které uvedlo 5 respondentů (4,4 %).

Otázka č.8: Setkal/a jste se během vaší praxe s šikanou?

Jedním z cílů šetření bylo zjistit, zda se učitelé během své pedagogické praxe osobně setkali s případem šikany.



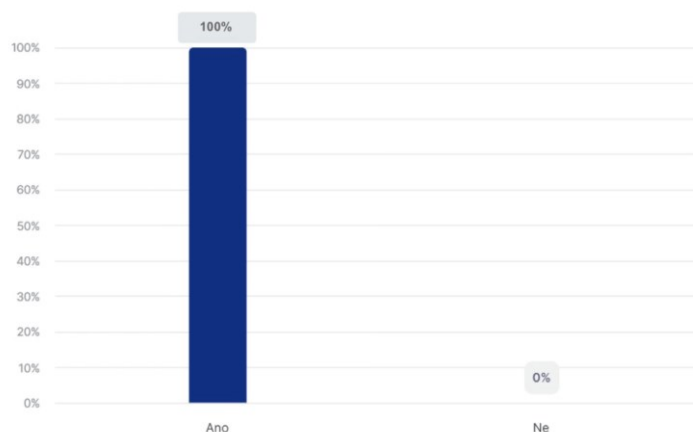
Obrázek 53 Zkušenost učitele se šikanou v praxi

Graf znázorňuje, že 6 učitelů (75 %) odpovědělo, že se během své praxe se šikanou setkali, zatímco 2 učitelé (25 %) tuto zkušenost nezažili. Což může souviset s jejich délkou pedagogické činnosti nebo některé případy šikany mohly zůstat skryté.

Respondenti, kteří odpověděli v této otázce ano, pokračovali v dotazníku až do otázky č. 24. Naopak ti, kteří uvedli ne, automaticky přeskočili otázky a pokračovali až od otázky č. 25, kde se dotazník sjednotil pro všechny respondenty.

Otázka č.9: Objevuje se šikana na vaší škole?

V návaznosti na předchozí otázku, která zjišťovala, zda se učitelé během své praxe setkali se šikanou, se tato otázka zaměřuje konkrétně na výskyt šikany na jejich aktuálním pracovišti.

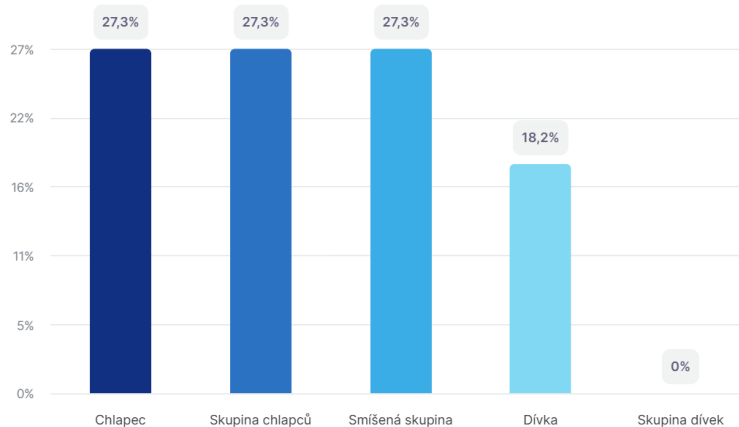


Obrázek 54 Výskyt šikany na škole

Data uvedená v grafu ukazují, že všech 6 učitelů (100 %), kteří v předchozí otázce uvedli, že mají se šikanou zkušenost, odpovědělo, že se šikana na jejich škole objevuje. Odpověď ne nezvolil žádný z respondentů.

Otázka č.10: Kdo jedince šikanuje/šikanoval?

V této otázce se zjišťovalo, kdo je podle zkušeností učitelů nejčastěji agresorem.

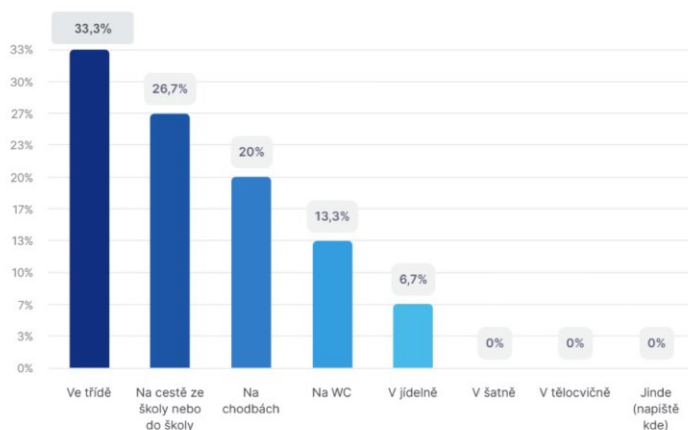


Obrázek 55 Agresor z pohledu učitele

Graf ukazuje, že 3 respondenti (27,3 %) uvedli jako agresora chlapce, 3 respondenti (27,3 %) označili skupinu chlapců a stejně tak 3 respondenti (27,3 %) zmínili i smíšenou skupinu (chlapci a dívky společně). Dvěma respondenty (18,2 %) byla jako agresor uvedena dívka, zatímco skupina dívek nebyla označena ani jednou.

Otázky č.11: Kde k šikaně dochází/docházelo?

Tato otázka se zaměřila na konkrétní místa výskytu šikany.

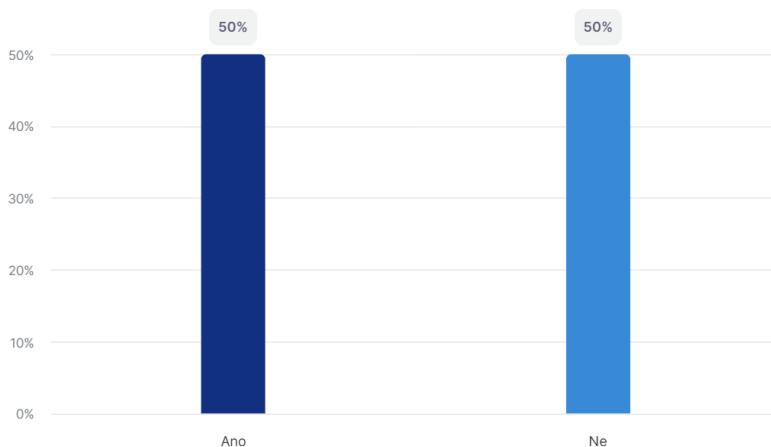


Obrázek 56 Místa šikany z pohledu učitele

Z grafu vyplývá, že nejčastějším místem výskytu šikany je třída, kterou označilo 5 učitelů (33,3 %). Následuje cesta ze školy nebo do školy, kterou zmínili 4 respondenti (26,7 %) a dále chodby školy, kde šikanu zaznamenali 3 učitelé (20 %). Dva učitelé (13,3 %) uvedli jako místo výskytu toalety, což je prostor, který je rizikovým místem kvůli absenci dohledu pedagogů. Jeden učitel (6,7 %) uvedl jídelnu. Šatny, tělocvična ani jiné prostory nebyly označeny žádnými učiteli.

Otázka č.12: Jsou nebo byli ve vaší třídě jedinci, kteří prochází/procházeli šikanou?

Tato otázka se zaměřovala na to, zda se podle učitelů šikana odehrávala nebo odehrává přímo v jejich vlastní třídě.

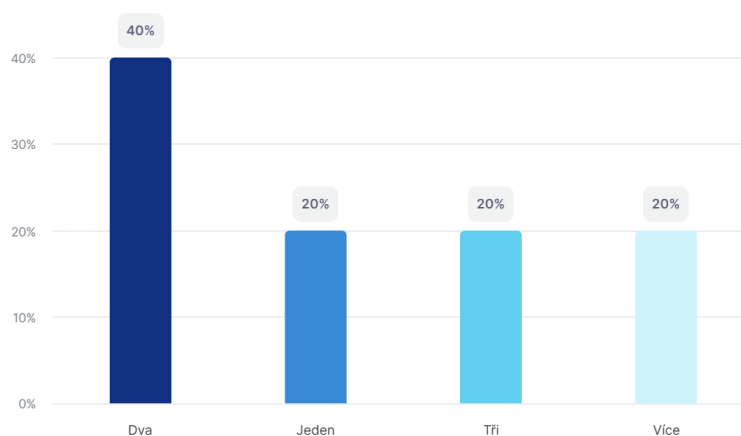


Obrázek 57 Výskyt obětí ve třídě učitele

Graf ukazuje vyrovnané rozdělení, 3 respondenti (50 %) uvedli, že ve své třídě mají nebo měli žáka, který procházel šikanou, zatímco další 3 respondenti (50 %) odpověděli, že s takovým případem osobně ve své třídě zkušenost nemají.

Otázka č.13: Kolik je/bylo těchto jedinců?

Otázka se zaměřovala na konkrétní počet žáků, kteří podle učitelů ve třídě procházejí nebo v minulosti procházeli šikanou.

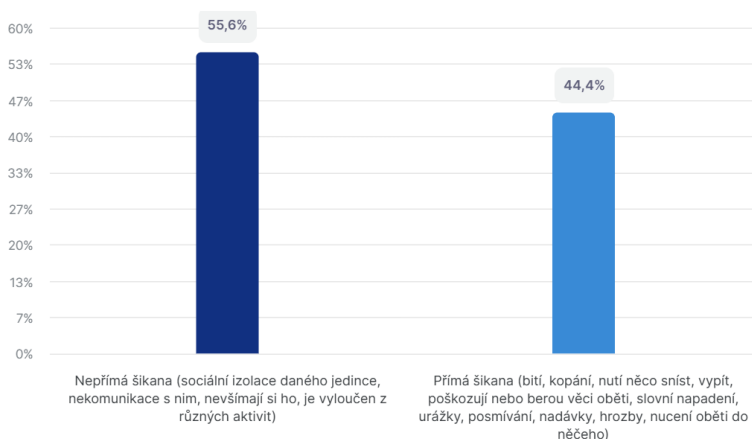


Obrázek 58 Počet obětí šikany ve třídě učitele

Z grafu je patrné, že 2 respondenti (40 %) uvedli, že měli dvě oběti šikany. Ostatní odpovědi se rozdělily rovnoměrně, 1 respondent (20 %) označil výskyt jednoho žáka, další 1 respondent (20 %) uvedl tři žáky. Jeden z respondentů (20 %) odpověděl, že šikanovaných jedinců bylo více.

Otázka č.14: O jakou šikanu se jednalo?

Otázka se zaměřovala na druh šikany, se kterou se učitelé setkali.

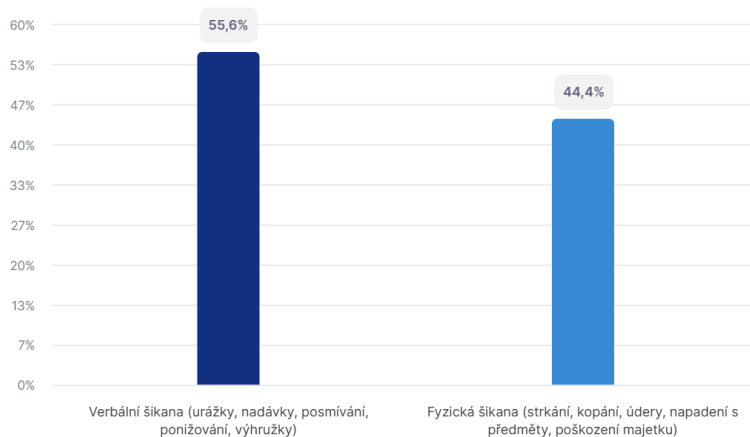


Obrázek 59 Typy šikany z pohledu učitele

Graf znázorňuje, že 5 učitelů (55,6 %) uvedlo, že se setkali s nepřímou šikanou, tedy s vyčleňováním, ignorováním, vyloučením z aktivit nebo přerušením komunikace s obětí. Čtyři učitelé (44,4 %) označili výskyt přímé šikany, mezi kterou patří např. bití, kopání, slovní napadání, urážky, nadávky, posmívání či ničení věcí.

Otázka č.15: Jaký druh šikany se uskutečnil?

V této otázce se učitelé vyjadřovali k tomu, jaký konkrétní druh šikany se ve sledovaných případech uskutečnil.

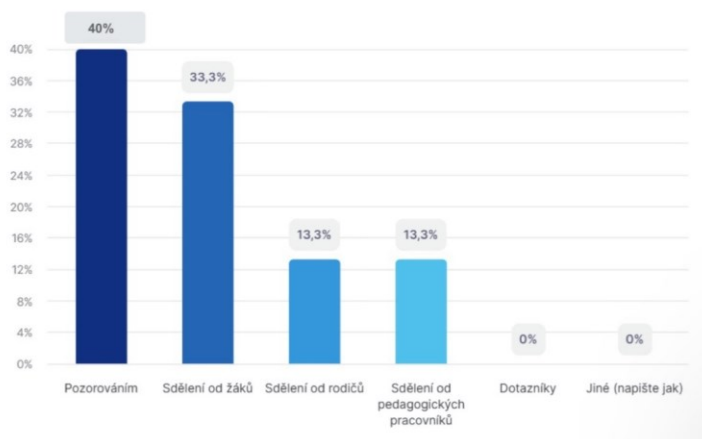


Obrázek 60 Druh šikany z pohledu učitele

Z grafu vyplývá, že 5 učitelů (55,6 %) se setkalo s verbální šikanou, kam spadají urážky, nadávky, výsměch, ponižování či výhrůžky. Fyzickou šikanu, jako je strkání, bití, kopání, útoky předměty nebo ničení majetku, uvedli 4 učitelé (44,4 %).

Otázky č.16: Jak jste zjistil/a šikanu?

Otázka zjišťovala, jakým způsobem učitelé odhalili výskyt šikany.

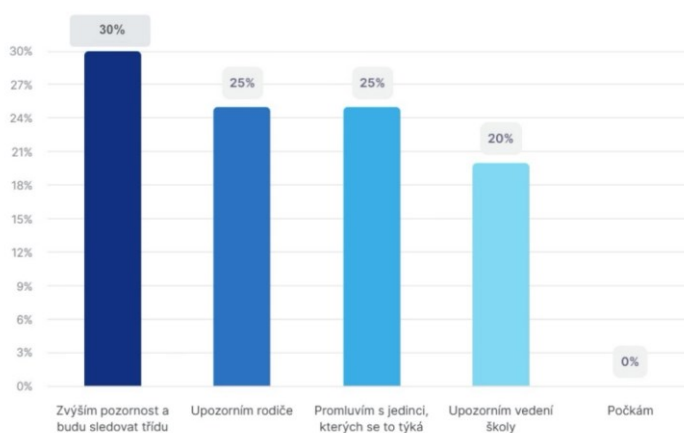


Obrázek 61 Odhalení výskytu šikany

Z výsledků vyobrazených v grafu lze říci, že 6 učitelů (40 %), kteří se s šikanou setkali, uvedlo, že ji zjistili na základě vlastního pozorování. Pět učitelů (33,3 %) uvedlo, že jim šikanu sdělil sám žák. Po dvou respondentech (13,3 %) uvedlo, že se o ní dozvěděli od rodičů nebo od jiného pedagogického pracovníka. Dotazníky ani jiný způsob zjištění nebyly zmíněny vůbec.

Otázka č.17: Jak reagujete na příznaky šikany ve vaší třídě nebo ve škole?

V této otázce se učitelé vyjadřovali o jejich reakcích na příznaky šikany.



Obrázek 62 Reakce na příznaky šikany

Z grafu je patrné, že nejčastější odpovědí bylo, že zvýší pozornost a budou sledovat třídu, kterou zvolilo 6 respondentů (30 %). Pět respondentů (25 %) uvedlo, že by v takové situaci informovali rodiče a stejný počet by také promluvil s konkrétními jedinci, kterých se situace týká. Čtyři respondenti (20 %) by zároveň upozornili vedení školy. Odpověď počkám nezvolil žádný respondent.

Otázka č.18: Jak se projevuje/projevoval žák, který je/byl šikanovaný?

Tato otázka se zabývala projevy oběti šikany.

Tabulka 5 Projevy obětí šikany z pohledu učitele

	Četnost	Relativní četnost
Nechce chodit do školy (hledá výmluvy)	5	14,1%
Somatizace	4	11,4%
Je pořád sám, nikdo s ním nekomunikuje	3	8,6%
Má strach být před tabulí	3	8,6%
Je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko	3	8,6%
Jedinec nehledá přátele ve třídě	2	5,7%
Nedokáže se soustředit	2	5,7%

Nechce se bavit o spolužácích a o škole	2	5,7%
Velká absence	2	5,7%
Je smutný, našťvaný, zdeptaný	2	5,7%
Je úzkostný, vystrašený, nejistý	2	5,7%
Zhoršují se mu známky	1	2,9%
Záškoláctví	1	2,9%
Má zničené věci	1	2,9%
Vyhledává přítomnost dospělého	1	2,9%
Čeká před třídou na učitele	1	2,9%
Navštěvuje kamarády z jiných tříd	0	0%
Má různá zranění, která nedokáže vysvětlit	0	0%
Ve vyučování je „duchem nepřítomen“	0	0%
Ve vyučovací hodině chodí často na WC	0	0%

Z tabulky lze říci, že nejčastěji uváděným projevem bylo, že žák nechce chodit do školy a hledá výmluvy, to uvedlo 5 učitelů (14,1 %). Čtyři učitelé (11,4 %) uvedli somatizaci (např. bolesti břicha, hlavy). Polovina respondentů (3 učitelé, 8,6 %) si všimli, že žák je sám a nekomunikuje s ním nikdo, má strach být před tabulí a je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko. Dále byly zmiňovány projevy jako jedinec si nehledá kamarády ve třídě, nedokáže se soustředit, nechce komunikovat o škole ani o spolužácích, má velkou absenci, je smutný, zdeptaný a našťvaný a také úzkostný, vystrašený a nejistý. Všechny tyto znaky uváděli 2 učitelé (5,7 %). Mezi méně časté projevy (jeden učitel, 2,9 %) patřilo například, že se žákovi zhoršují známky, záškoláctví, má zničené věci, vyhledává přítomnost dospělého, čeká před třídou na učitele. Možnosti jako například návštěva kamarádů z jiných tříd, má různá zranění, které jsou nevysvětlitelná, ve vyučování je „duchem nepřítomen“ a v hodině chodí často na toaletu, nebyly označeny vůbec.

Otázka č.19: Jaký byl podle vás důvod k šikanování?

Učitelé byli v této otázce požádáni, aby se zamysleli nad tím, co podle jejich zkušeností vede žáky k tomu, že šikanují druhé.

Tabulka 6 Důvody šikanování z pohledu učitele

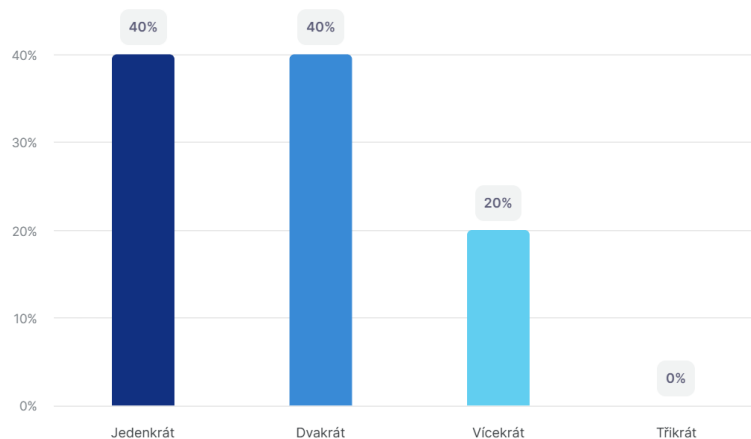
	Četnost	Relativní četnost
Kompenzuje si vlastní slabost	4	20,9%
Je to pro ně zábava	3	15,8%
Snaží se být středem pozornosti	3	15,8%
Nedostatečná výchova dítěte v rodině	2	10,5%
Agresor zkouší oběť, chce najít její tajemství	2	10,5%
Chtějí nad někým rozhodovat	1	5,3%
Odreagování stresu	1	5,3%
Zabít nudu	1	5,3%
Žárlivost	1	5,3%

Motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval)	1	5,3%
Někoho napodobují	0	0%
Překonat osamělost	0	0%
Je jim také ubližováno někým jiným	0	0%

Graf znázorňuje, že nejčastějším důvodem byla odpověď, že agresor si kompenzuje vlastní slabost, což uvedli 4 respondenti (20,9 %). Dále byla opakovaně zmíněna snaha být středem pozornosti a fakt, že pro agresora je to zábava, kdy obě tyto možnosti zvolili 3 respondenti (15,8 %). Dva respondenti (10,5 %) si myslí, že agresor šikanoje, protože zkouší oběť a snaží se najít její slabiny nebo tajemství, případně kvůli nedostatečné výchově v rodině. Další důvody se objevovaly méně často, a to po jednom respondentovi (5,3 %) dostaly odpovědi jako: chtějí nad někým rozhodovat, odreagování stresu, zabít nudu, žárlivost a motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval). Možnosti jako napodobování jiného chování, překonání osamělosti nebo že agresor sám zažívá ubližování nezvolil nikdo z dotázaných.

Otázka č.20: Kolikrát jste řešil/a šikanu?

Zde se zjišťovalo, kolik případů šikany již učitelé během své pedagogické praxe aktivně řešili.



Obrázek 63 Počet případů šikany

Graf ukazuje, že 2 učitelé (40 %) uvedli, že šikanu řešili jednou, další 2 učitelé (40 %) uvedli, že se s ní setkali dvakrát a 1 respondent (20 %) má zkušenost s řešením více než tří případů. Možnost třikrát nezvolil nikdo.

Otázka č.21: Jak jste ji řešil/a?

Záměrem této otázky bylo zjistit, jaké konkrétní postupy učitelé zvolili v případech, kdy řešili šikanu mezi žáky.

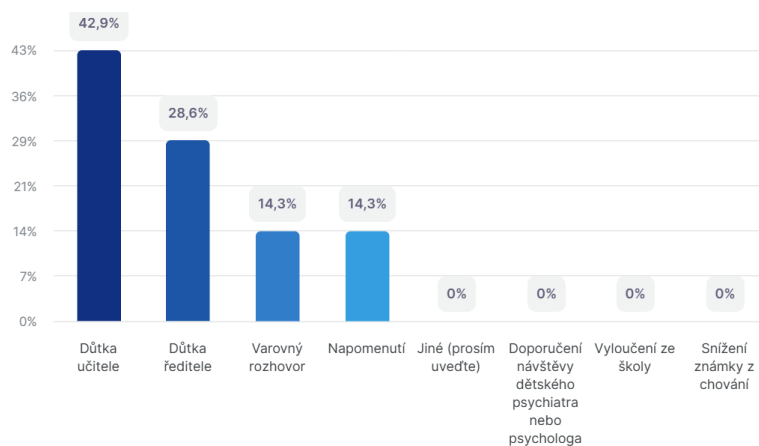
Tabulka 7 Řešení šikany učiteli

	Četnost	Relativní četnost
Zjistit, co nejvíce informací	5	15,1%
Rozhovor a agresorem/agresory	5	15,1%
Rozhovor se svědky	4	12,1%
Rozhovor s rodiči oběti	4	12,1%
Promluvíme si s celou třídou a neodsuzujeme žáka/žáky, ale jeho/jejich chování	4	12,1%
Informovat výchovnou komisi a rodiče	3	9,1%
Udělit výchovné opatření agresorům a podpořit oběť	3	9,1%
Omluva a usmíření agresora s obětí	2	6,1%
Uklidníme informátora, že nebude prozrazen	2	6,1%
Pozvání etopeda	1	3%
Kontaktoval jsem Středisko výchovné péče	0	0%
Kontaktoval jsem Policii	0	0%

Z tabulky je patrné, že pět učitelů (15,1 %) uvedlo, že v rámci řešení šikany si zjistili, co nejvíce informací o celé situaci a vedli rozhovor s agresorem nebo agresory. Čtyři učitelé (12,1 %) vedli rozhovor se svědky a s rodiči oběti a také pracovali s třídním kolektivem, přičemž uvedli, že se snažili neodsuzovat konkrétní žáky, ale zaměřit se na nevhodné chování. Tři učitelé (9,1 %) uvedli, že informovali výchovnou komisi a rodiče a udělili výchovná opatření agresorům a zároveň podpořili oběť. V menším počtu případů (2 učitelé, 6,1 %) se učitelé pokusili o usmíření mezi agresorem a obětí, což může být efektivním krokem, pokud se odehrává bezpečně a s podporou dospělých. Také dva učitelé (6,1 %) se snažili ochránit žáka, který na šikanu upozornil a ujistili ho, že jeho identita zůstane skrytá. Jen jeden učitel (3 %) uvedl, že přizval ke spolupráci etopeda. Možnosti kontaktování Policie ČR nebo Střediska výchovné péče nebyly využity vůbec. To může souviset s tím, že šlo o méně závažné případy, které bylo možné vyřešit v rámci školy a třídního kolektivu bez nutnosti zásahu vnějších institucí.

Otázka č.22: Jaký byl dopad na agresora v rámci školy?

V této otázce se zjišťovalo, jaké konkrétní důsledky měl případ šikany pro agresora v rámci školního prostředí.

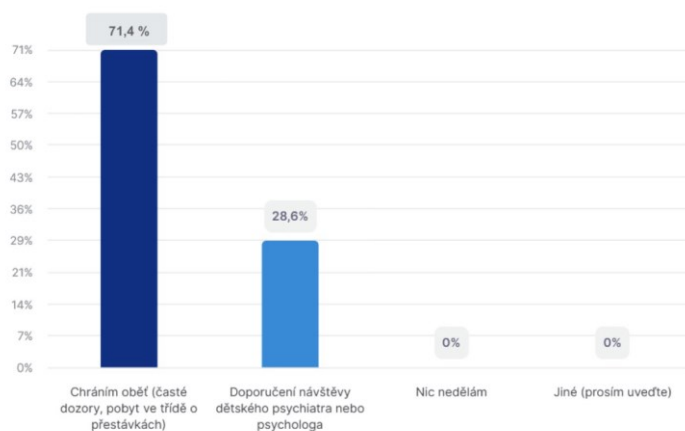


Obrázek 64 Dopad agresora v rámci školy

Z grafu vyplývá, že nejčastěji byl žák, který se dopustil šikany, potrestán důtkou učitele, tuto možnost uvedli 3 respondenti (42,9 %). Důtku ředitele uvedli 2 respondenti (26,6 %). Jeden respondent (14,3 %) zaznačil varovný rozhovor a napomenutí. Naopak žádný z respondentů nezaznamenal jiná specifická opatření, doporučení návštěvy dětského psychiatra nebo psychologa, vyloučení ze školy a snížení známky z chování.

Otázka č.23: Jak pracujete s oběťmi?

Tato otázka zjišťovala způsob práce učitelů s žáky, kteří byli oběťmi šikany.



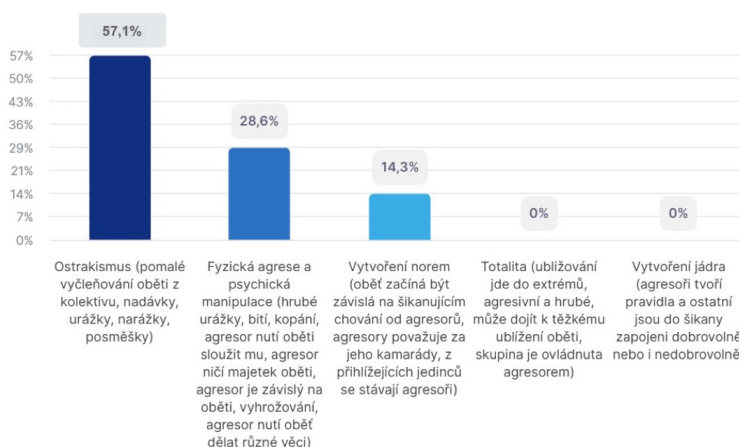
Obrázek 65 Práce s oběťmi šikany

Z výsledků vyobrazených v grafu lze říci, že naprostá většina respondentů, konkrétně 5 respondentů (71,4 %) uvedlo, že se snaží aktivně chránit oběť. Tato ochrana se projevuje

například častými dohledy, pobyty ve třídě o přestávkách. Je důležité chránit oběť a zajistit ji bezpečí. Dva respondenti (28,6 %) zároveň uvedli, že doporučili návštěvu dětského psychologa nebo psychiatra, což ukazuje, že si uvědomují možné hlubší psychické dopady šikany a důležitost odborné pomoci při jejich zvládnutí. Je pozitivní, že žádný z respondentů neuvedl možnost nic nedělat, ani nezvolili jiné.

Otázka č.24: Jaké stádium šikany jste řešil/a?

Cílem této otázky bylo zjistit, s jakým stádiu šikany se učitelé ve své praxi setkali.

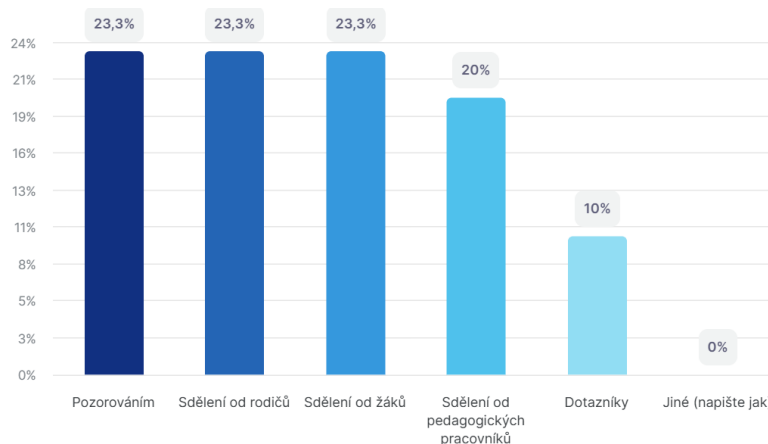


Obrázek 66 Stádium šikany

Graf znázorňuje, že nejčastěji učitelé uváděli, že se setkali s ostrakismem, tedy s pozvolným vylučováním žáka z kolektivu, s opakovanými posměšky, narážkami, nadávkami nebo ignorací. Tento stupeň zvolili 4 učitelé (57,1 %). Dva učitelé (28,6 %) uvedli, že řešili případy, které spadaly pod fyzickou agresi a psychickou manipulaci, kde patří například bití, kopání, vyhrožování, ničení majetku nebo nátlak, aby oběť něco udělala. Pouze jeden učitel (14,3 %) uvedl, že se setkal se stádiem vytvoření norem, kdy už oběť přijímá chování agresorů, stává se na nich závislou a přihlížející se stávají agresory. Poslední dvě stádía jako vytvoření jádra nebo totalita, které signalizují extrémní a systémovou šikanu, se mezi odpověďmi nevyskytly vůbec.

Otázka č.25: Jak byste zjistil/a šikanu na vaší škole?

Touto otázkou jsem zjišťovala, jakými cestami by učitelé odhalili výskyt šikany na své škole, tedy odkud by nejpravděpodobněji získali informaci o tom, že nějaký žák čelí ubližování nebo má problémy v kolektivu.

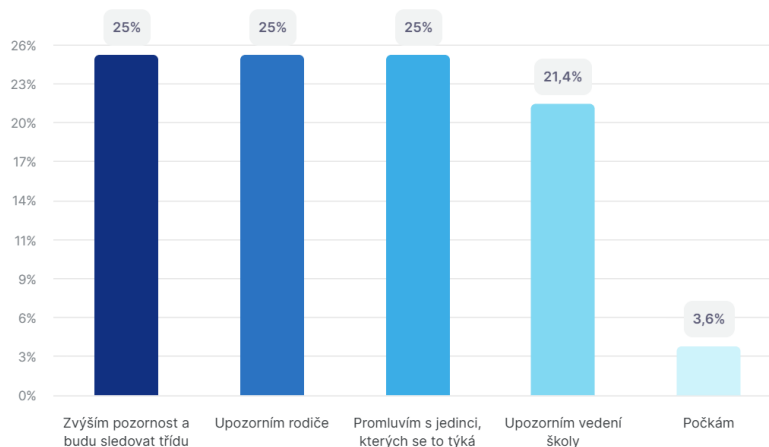


Obrázek 67 Předpoklad zjištění šikany

Z grafu je patrné, že sedm respondentů (23,3 %) uvedlo tři hlavní způsoby, jak by šikanu na škole mohli zjistit, a to vlastním pozorováním, na základě sdělení rodičů a také prostřednictvím žáků. Šest učitelů (20 %) uvedlo, že by informaci mohli získat také od ostatních pedagogických pracovníků, což naznačuje, že ve školách probíhá určitá míra spolupráce a sdílení informací mezi kolegy. Tři učitelé (10 %) by šikanu zjistili prostřednictvím dotazníků. Žádný z respondentů neuvedl kategorii jiné.

Otázka č.26: Jak byste reagoval/a na příznaky šikany ve vaší třídě?

Otázka byla zaměřena na to, jak by učitelé reagovali, pokud by ve své třídě zaznamenali příznaky šikany.



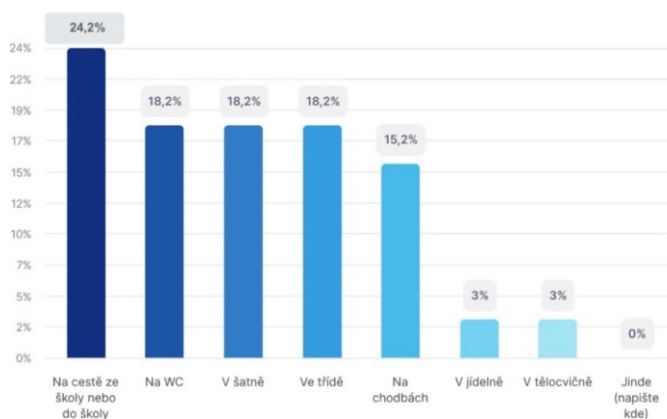
Obrázek 68 Předpoklad reakce na příznaky šikany

Graf vypovídá o tom, že naprostá většina respondentů, a to 7 učitelů (25 %) uvedlo, že by v takové situaci zvýšili svou pozornost a aktivně sledovali dění ve třídě. Stejný počet učitelů by také informoval rodiče žáků, kterých se situace týká a promluvil by přímo s

jedinci, kteří jsou do šikany zapojeni. Šest učitelů (21,4 %) by navíc o situaci informovalo vedení školy. Pouze jeden učitel (3,6 %) zvolil odpověď počkám. Učitel si může být nejistý v rozpoznání šikany nebo může mít obavu z unáhlených závěrů. Klíčové je rozpoznat šikanu včas.

Otázka č.27: Kde si myslíte, že k šikaně dochází?

Tato otázka zjišťovala, kde si učitelé myslí, že k šikaně ve školním prostředí dochází nejčastěji.



Obrázek 69 Předpokládaná místa šikany

Graf ukazuje, že 8 učitelů (24,2 %) se shodlo na tom, že šikana může probíhat na cestě do školy nebo ze školy. Šest učitelů (18,2 %) označilo jako riziková místa také toalety, šatny a třídu. Pět učitelů (15,2 %) označilo chodby jako možné místo výskytu šikany. Méně často byla šikana spojována s tělocvičnou a jídelnou, obě místa označil 1 učitel (3 %). Žádný z učitelů neoznačil volbu jinde.

Otázka č.28: Jak byste řešil/a šikanu?

Otázka zjišťovala, jakým způsobem by učitelé řešili situaci, kdyby se ve své třídě nebo na škole setkali s šikanou.

Tabulka 8 Předpoklad řešení šikany

	Četnost	Relativní četnost
Zjistit, co nejvíce informací	8	14%
Rozhovor s agresorem/agresory	8	14%
Rozhovor se svědky	7	12,3%
Rozhovor s rodiči oběti	7	12,3%
Informovat výchovnou komisi a rodiče	6	10,5%
Uklidníme informátora, že nebude prozrazen	5	8,8%

Udělit výchovné opatření agresorům a podpořit oběť	5	8,8%
Promluvíme si s celou třídou a neodsuzujeme žáka/žáky, ale jeho/jejich chování	5	8,8%
Omluva a usmíření agresora s obětí	4	7%
Pozvání etopeda	2	3,5%
Kontaktoval jsem Středisko výchovné péče	0	0%
Kontaktoval jsem Policii ČR	0	0%

Z tabulky vyplývá, že všichni dotazovaní respondenti (14 %) uvedli, že by v první řadě zjistili, co nejvíce informací o situaci a také by vedli rozhovor s agresorem nebo agresory. Dále 7 respondentů (12,3 %) uvedlo, že by mluvili s rodiči oběti a se svědky. Šest respondentů (10,5 %) by do řešení zapojilo také výchovnou komisi a rodiče. Dalších 5 respondentů (8,8 %) by uklidnili informátora, že nebude prozrazen, udělili by výchovné opatření agresorům a podpořili by oběť, také by řešili situaci v celé třídě tak, že by si s nimi promluvili, neodsuzovali by žáka/žáky, ale jejich chování. Polovina respondentů (7 %) by vedla snahu o omluvu a usmíření mezi agresorem a obětí. Pouze 2 respondenti (3,5 %) uvedli, že by přizvali do řešení etopeda, zatímco žádný z respondentů neuvedl, že by kontaktoval Policii ČR nebo Středisko výchovné péče. Učitelé tedy upřednostňují vnitřní řešení šikany v rámci školy.

Otázka č.29: Jak si myslíte, že se projevuje žák, který je šikanovaný?

Otázka zjišťovala, jaké projevy u žáků by podle pedagogů mohly signalizovat šikanu.

Tabulka 9 Předpoklad projevů oběti šikany

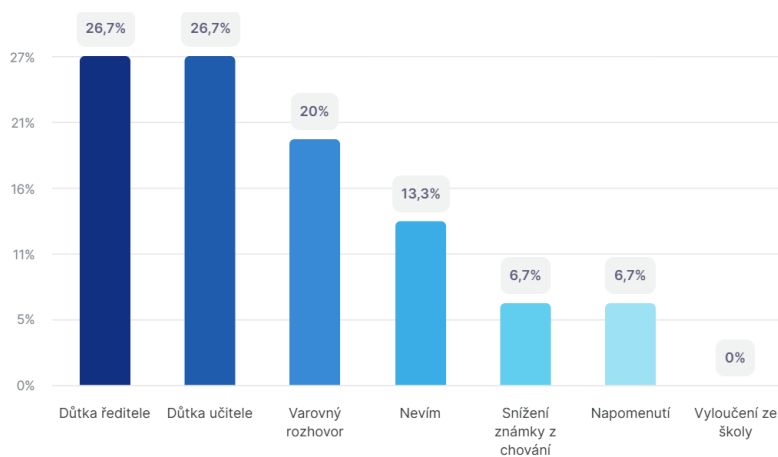
	Četnost	Relativní četnost
Je pořád sám, nikdo s ním nekomunikuje	8	6,6%
Má strach být před tabulí	8	6,6%
Nedokáže se soustředit	7	5,7%
Nechce chodit do školy (hledá výmluvy)	7	5,7%
Velká absence	7	5,7%
Ve vyučovací hodině chodí často na WC	7	5,7%
Zhoršují se mu známky	6	4,9%
Navštěvuje kamarády z jiných tříd	6	4,9%
Záškoláctví	6	4,9%
Nechce se bavit o spolužácích a škole	6	4,9%
Vyhledává přítomnost dospělého	6	4,9%
Je smutný, naštvaný, zdeptaný	6	4,9%
Je úzkostný, vystrašený, nejistý	6	4,9%
Je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko	6	4,9%
Nehledá přítele ve třídě	5	4,1%
Somatizace	5	4,1%
Má různá zranění, která nedokáže vysvětlit	5	4,1%
Má zničené věci	5	4,1%

Ve vyučování je „duchem nepřítomen“	5	4,1%
Čeká před třídou na učitele	5	4,1%

Tabulka znázorňuje, že dvěma nejčastějšími projevy šikanovaného žáka podle odpovědí pedagogů bylo, že je pořád sám a nikdo s ním nekomunikuje, má strach být před tabulí. Tyto varianty označilo všech osm respondentů, tedy 6,6 %. Sedm učitelů (5,7 %) uvedli také projevy jako neschopnost se soustředit, nechce chodit do školy (hledá výmluvy), velká absence a ve vyučovací hodině chodí často na WC. Šest respondentů (4,9 %) zahrnuly odpovědi jako zhoršují se mu známky, navštěvuje kamarády z jiných tříd, záškoláctví, nechce se bavit o škole a spolužácích, vyhledává přítomnost dospělého, je smutný, naštvaný zdeptaný, je úzkostný, vystrašený, nejistý, je do sebe uzavřený a často pláče nebo má k tomu blízko. Pět respondentů (4,1 %) zmiňovali projevy, kde patřilo například nehledá přítele ve třídě, somatizace, má různá zranění, která nedokáže vysvětlit, má zničené věci, ve vyučování je duchem nepřítomen a čeká před třídou na učitele.

Otázka č.30: Jaký byste zvolil/a dopad na agresora v rámci školy?

V této otázce učitelé odpovídali, jaký postih by zvolili pro agresora šikany v rámci školy.

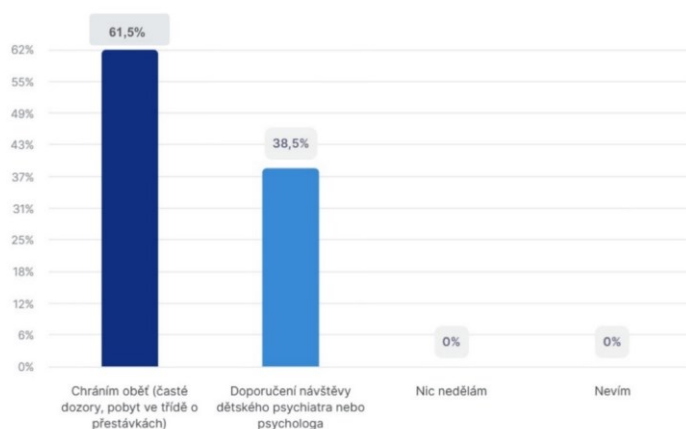


Obrázek 70 Předpoklad dopadu na agresora v rámci školy

Z grafu vyplývá, že nejčastější odpovědi byla důtka ředitele a důtka učitele, obě varianty označili shodně 4 respondenti (26,7 %). Varovný rozhovor by zvolili 3 respondenti (20 %). Dva respondenti (13,3 %) přiznali, že nevědí, jaký dopad by zvolili. Naopak přísnější sankce jako snížení známky z chování zvolil jen 1 respondent (6,7 %), což získala i sankce napomenutí. Vyloučení ze školy nezvolil nikdo.

Otázka č.31: Jak byste pracoval/a s oběťmi?

V rámci otázky se učitelé vyjadřovali k tomu, jakým způsobem by pracovali s žáky, kteří se stali oběťmi šikany.



Obrázek 71 Předpoklad práce s oběťmi

Z grafu je patrné, že 8 učitelů (61,5 %) by se snažilo oběť chránit, a to formou častějších dohledů nebo umožněním pobytu ve třídě o přestávkách, což ukazuje na snahu vytvořit pro žáka bezpečné prostředí. Dalších 5 učitelů (38,5 %) by doporučilo návštěvu dětského psychologa nebo psychiatra. Žádný z učitelů nezvolil možnost nic nedělám ani nevím, což je pozitivní.

Otázka č.32: Jaký je podle vás důvod k šikanování?

Otázka zjišťovala, jaké příčiny mohou vést žáky k agresivnímu chování podle učitelů.

Tabulka 10 Předpokládaný důvod k šikanování

	Četnost	Relativní četnost
Nedostatečná výchova dítěte v rodině	7	10,1%
Chtějí nad někým rozhodovat	7	10,1%
Je jim také ubližováno někým jiným	7	10,1%
Je to pro ně zábava	6	8,7%
Kompenzuje si vlastní slabost	6	8,7%
Zabít nudu	6	8,7%
Žárlivost	6	8,7%
Snaží se být středem pozornosti	6	8,7%
Někoho napodobují	4	5,8%
Agresor zkouší oběť, chce najít jeho tajemství	4	5,8%
Překonat osamělost	4	5,8%
Odreagování stresu	3	4,3%
Motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval)	3	4,3%

Z tabulky vyplývá, že nejčastěji uváděným důvodem bylo, že dítě je nedostatečně vychované v rodině, což uvedlo 7 respondentů (10,1 %). Stejně zastoupení měly odpovědi chtějí nad někým rozhodovat a je jim také ubližováno někým jiným. Další velmi často zmiňované příčiny byly je to pro ně zábava, kompenzuje si vlastní slabost, zabít nudu, žárlivost, snaží se být středem pozornosti, všechny tyto varianty zvolilo 6 respondentů (8,7 %). Méně časté byly odpovědi někoho napodobují, agresor zkouší oběť, chce najít jeho tajemství, překonat osamělost, každou z těchto možností zvolili 4 respondenti (5,8 %). Tři respondenti (4,3 %) uvedli jako motiv šikany odreagování stresu a motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval).

6 VÝSLEDKY

Zaměřím se nejprve na hlavní výzkumnou otázku a tou je: **Jaké dopady má šikana na žáky**

1. stupně základní školy z pohledu žáků a učitelů?

Z výsledků dotazníkového šetření mezi žáky 4. a 5. tříd a jejich třídními učiteli vyplývá, že dopady šikany na žáky 1. stupně základní školy jsou výrazné a zasahují jak psychickou, fyzickou, tak i sociální a vzdělávací oblast života dítěte. Žáci i pedagogové vnímají šikanu jako zásadní problém, který narušuje nejen pohodu dítěte, ale také jeho vztah ke škole, k vrstevníkům i k sobě samému.

Jedním z nejčastějších dopadů, který respondenti identifikovali, je ztráta pocitu bezpečí a narušení vztahu ke škole. Ačkoliv většina žáků uvedlo, že se ve škole cítí bezpečně, mezi těmi, kteří zažívají šikanu, se objevuje silný pocit ohrožení a nechut' do školy docházet. Tento fakt potvrzují i učitelé, kteří u obětí šikany často pozorují školní fobie, vyhýbání se škole, vše pro něj ztrácí smysl, proto se obětem zhoršuje vztah k výuce. Psychické dopady šikany byly velmi časté ve výpovědích obou skupin. Žáci nejčastěji uváděli pocity smutku, bezradnosti, úzkosti, strachu nebo hněvu. Učitelé pak tyto projevy popisovali jako zvýšenou plačtivost, vystrašenost, nejistota, zdeptanost, naštvanost, uzavřenost, úzkostné stavy nebo narušené sebehodnocení. Často dochází ke ztrátě motivace, k sociálnímu stažení a celkovému poklesu psychické odolnosti žáka. Učitelé také upozorňují i na závažnější důsledky jako jsou deprese, sebepoškozování, posttraumatická stresová porucha a také panická porucha. Šikana se projevuje i v oblasti tělesného zdraví. Téměř polovina žáků zažívajících šikanu uvádí opakované bolesti hlavy nebo břicha. Učitelé tyto projevy vnímají jako psychosomatickou reakci na dlouhodobý stres. Dále se objevují i potíže se spánkem, které negativně ovlivňují celkovou pohodu žáka i jeho výkonnost ve škole. Menší část žáků uvedla, že kvůli šikaně utrpěla fyzické zranění nebo modřiny. To poukazuje na to, že ve školním prostředí může být přítomnost násilí. Důležitý je také dopad šikany na vzdělávací proces. Mnoho žáků přiznalo, že mají potíže se soustředěním během výuky, neradi vystupují před třídou (např. u tabule) a často se snaží vyhýbat interakcím se spolužáky, kdy hledají bezpečí u mladších žáků nebo dospělých osob (například oběť čeká před třídou na učitele). Učitelé tyto jevy potvrzují. Také si u obětí všímali zhoršení školního výkonu, nikdo s ním nekomunikuje, má vysokou absenci, zhoršují se mu známky, vyhýbá se komunikace na téma spolužáci a škola.

Dopady mohou mít také roli v obraně obětí proti šikaně. Pětina žáků se nikdy nedokázala postavit agresorovi. Oběti mohou mít strach, nedůvěru, nízké sebevědomí nebo také nedostatek podpory. Škola by proto měla žáky aktivně učit bezpečným obranným strategiím, posilovat jejich komunikační dovednosti a zdůrazňovat, že svěřit se není projev slabosti, ale síly. Z výsledků vyplývá, že učitelé mají dobré povědomí o signálech, které mohou identifikovat jako šikanu. Rovněž vyplynulo, že oběti šikany často nesdílí své problémy s učiteli, jen malé procento žáků se jim svěřilo. Naopak důvěra v rodiče byla výrazně vyšší. Někteří žáci šikanu nikomu nesdělí, proto se dále rozvíjí. Je tedy potřeba budovat větší důvěru mezi žáky a pedagogickými pracovníky a zvýšit povědomí o odborné pomoci. Výzkum se také zaměřil na dopad agresora v rámci školy. Ukázalo se, že nejčastěji jsou uplatňována výchovná opatření v podobě důtek nebo napomenutí a varovné rozhovory. Využívání přísnějších postihů nebo odborné intervence (např. spolupráce s psychologem) je méně obvyklé. Učitelé, kteří se s šikanou ve své praxi nesetkali uvedli, že si nejsou jisti, jaký postih by v dané situaci zvolili, což signalizuje potřebu jasně definovaných školních postupů při řešení šikany.

Z těchto dat vyplývá, že šikana má na žáky 1. stupně základní školy velké dopady. A to v emoční a fyzické oblasti, také ve vztahu ke škole, k vrstevníkům. Pokud se šikana včas nezachytí a neřeší, může vést k dlouhodobým negativním dopadům.

První dílčí otázkou je: Jaké druhy šikany se vyskytují na 1. stupni základní školy z pohledu žáků a učitelů?

Z výsledků vyplývá, že na 1. stupni základní školy se vyskytují různé druhy šikany. Nejčastěji se objevuje verbální, nepřímá, přímá šikana, ale také fyzická šikana a v menší míře kyberšikana. Mezi nejčastěji zmiňované formy patří slovní útoky, kdy žáci často uváděli, že se jim někdo posmívá, nadává jim, pomlouvá nebo je uráží. Tyto projevy jsou typické pro verbální šikanu, okolí si šikany může všimnout. Učitelé verbální šikanu označovali jako nejčastější a ve větší míře než šikanu fyzickou. Verbální šikana spadá do přímé šikany, proto můžeme říci, že tyto dvě šikany jsou na 1. stupni základní školy nejrozšířenější. Často se také objevuje i nepřímá šikana, která se projevuje vyčleňováním žáka z kolektivu, ignorováním (přehlížením) nebo záměrným nezapojením do aktivit. Tato forma šikany není tak nápadná, ale pro oběť může být velmi zraňující.

Z odpovědí žáků i pedagogů také vyplývá, že nelze vyřadit fyzickou šikanu. Někteří žáci zaznamenali, že je agresor bije, kope, bere jim věci, pošťuchuje, a dokonce u pár případů týrá. Tyto situace popisovali rovněž učitelé. Agresory bývají podle výzkumu nejčastěji

jednotlivci chlapci, poté skupina chlapců a dívky. Učitelé uvádějí, že agresory jsou i smíšené skupiny. Výzkum se také zabíral kyberšikanou, kdy jedenáct žáků přiznalo, že se stali terčem urážek, pomluv nebo sdílení. Vedle těchto tradičních forem byla součástí šetření také oblast kyberšikany. Ačkoli většina dětí uvedla, že se s ní zatím nesetkala, několik žáků přiznalo, že se stali terčem urážek, nadávek, pomluv nebo sdílení jejich fotografií na internetu. Stejně tak malé množství žáků přiznalo, že někomu přes internet ublížilo. Z výsledků vyplývá, že tři žáci, kteří jsou obětí šikany jsou i obětí kyberšikany. Přestože se kyberšikana na 1. stupni vyskytuje méně často než u starších žáků, její výskyt nelze podceňovat. Žáci v tomto věku mají přístup k online prostředí a mnohdy si neuvědomují dopadu jejich jednání.

Učitelé se setkali s prvními třemi stádii vývoje šikany, a to s ostrakismem, s fyzickou agresí a psychickou manipulací a vytvoření norem. Na 1. stupni se tedy málokdy objeví poslední dvě stádia šikany (vytvoření jádra a totalita). Jen výjimečně se objevily případy, kdy se oběť dostala do stavu, kdy chování agresora přijímala jako normu a stala se na něm závislá. Z pohledu prevence je důležité, aby se učitel zaměřil na nenápadné ale i nápadné projevy šikany a nepřehlížel je. Také podporovat žáky v rozpoznání šikany a budovat ve třídě zdravé vztahy, které budou i v online prostředí.

Druhou dílčí otázkou je: **Jak učitelé vnímají a řeší šikanu 1. stupni základní školy?**

Výsledky dotazníkového šetření ukazují, že učitelé 1. stupně základní školy si závažnost šikany plně uvědomují a většina z nich ji považuje za velmi nebezpečnou formu agresivního chování, která může mít vážné dopady na psychiku žáka. Šikanu nevnímají jako běžnou součást dospívání, ale jako rizikový jev, který vyžaduje jejich pozornost, aktivní přístup a citlivé řešení.

V definování toho, co za šikanu považují, učitelé nejčastěji uváděli projevy jako bití, vyhrožování, urážky, ničení věcí nebo pomlvy. Ale také posmívání, pošťuchování, urážky na rodinu oběti, nebo záměrné vyčleňování z kolektivu. Méně často ale označují jako šikanu i jemnější, nepřímé projevy, například zlé pohledy, ignorování nebo nežádoucí doteky, přehlížení, pošťuchování. Také žáci častěji rozpoznají viditelné formy šikany, jako je bití, nadávky, výhrůžky, ale méně si uvědomují, že i ignorování, doteky, zlé pohledy pomlouvání nebo vyčleňování z kolektivu je formou ubližování. Je tedy vhodné nejprve u učitelů, poté u žáků rozšířit povědomí o méně nápadných forem ubližování. Protože přehlížení, ignorování může být začátkem prvního stádia šikany (ostrakismu). Šikanu učitelé nejčastěji odhalují díky svému každodennímu pozorování. Všichni, kteří se s ní ve třídě setkali, uvedli,

že ji rozpoznali sami na základě vyzorovaného chování žáků. Velká část učitelů získala informaci také od samotných žáků, někdy od rodičů či jiných pedagogů. Je tedy klíčové, aby žáci důvěřovali jejich učitelům. Učitel je často prvním, kdo může změny v chování žáka zaznamenat a tím i včas zakročit. Na příznaky šikany většina učitelů reaguje aktivně. Typickým prvním krokem je zvýšený dohled nad třídou, sledování konkrétních situací a rozhovory s žáky. Učitelé rovněž zapojují do řešení rodiče oběti i agresora, informují vedení školy a pracují s celým třídním kolektivem. Důležitým prvkem je také komunikace se svědky, kteří šikanu pozorovali, ale přímo se jí neúčastnili.

V případech, kdy učitelé šikanu řešili konkrétně, uvedli, že se snažili zjistit co nejvíce informací, vedli rozhovory se zapojenými žáky i s rodiči, přistupovali k udělování výchovných opatření a zároveň se snažili podpořit oběť. Někteří zajišťovali bezpečí informátora (žáka, který situaci nahlásil), jiní pracovali na usmíření mezi agresorem a obětí. Jen výjimečně do řešení zapojovali odborníky mimo školu, jako je školní etoped. Spolupráce s institucemi, jako je Policie ČR nebo Středisko výchovné péče, nebyla v zaznamenaných případech využita, pravděpodobně kvůli tomu, že šlo o méně závažné situace, které bylo možné řešit v rámci školy. Učitelé rovněž přikládají velkou váhu práci s obětí. Většina z nich se snaží zajistit žákovi bezpečné prostředí, například formou zvýšených dohledů nebo umožněním pobytu učitele ve třídě o přestávkách. Někteří učitelé doporučili rodičům kontaktovat dětského psychologa, čímž ukazují, že vnímají i hlubší psychické dopady šikany a význam odborné pomoci. Z odpovědí učitelů, kteří zatím šikanu přímo neřešili, vyplývá, že by v podobných případech postupovali velmi podobně. Uvedli, že by se zaměřili na pozorování, vedli by rozhovory se zapojenými žáky, informovali rodiče a vedení školy. Mnozí by také pracovali s třídním kolektivem a snažili by se neodsuzovat konkrétní žáky, ale zaměřit se na nevhodné chování. Někteří by doporučili návštěvu odborníka nebo by přistoupili k výchovným opatřením vůči agresorovi. Celkově lze říci, že učitelé na 1. stupni základních škol šikanu vnímají jako vážný problém, k jehož řešení přistupují zodpovědně.

Jako poslední dílčí otázka, na kterou se zaměřím je: **Jaké jsou nejčastější místa a důvody k šikaně z pohledu žáků a učitelů?**

Z výsledků výzkumu vyplývá, že šikana na 1. stupni základní školy se nejčastěji odehrává přímo ve třídě. To potvrzují jak oběti šikany mezi žáky, tak i učitelé. Přestože třída bývá vnímána jako prostor pod přímým pedagogickým dohledem, šikana zde může probíhat skrytě, například během přestávek.

Za další riziková místa žáci označili šatny, školní chodby, a především cestu do školy nebo ze školy. Tyto prostory mají jedno společné, dochází zde ke sníženému dohledu nebo k úplné absenci dospělého. Učitelé tyto místa také zaznačili. Uvádějí, že mezi rizikové patří i toalety, které často nejsou pod kontrolou. Toalety oběti nezaznačili. Někteří učitelé zmiňovali i jídelnu, ačkoli méně často. Zmínky o školní družině či tělocvičně se vyskytly jen výjimečně, a to pouze ze strany žáků. Výsledky tedy ukazují, že místa šikany nejsou jen na méně viditelných zákoutích školy. Šikana se vyskytuje i na místech, které by měly být dobře sledované a bezpečné. Je tedy důležité zajistit přiměřené dohledy nejen v klasických přestávkách, ale i ve chvíli, kdy se žáci pohybují mimo hlavní třídu, a to v šatnách, v přesunech apod.

Co se týče důvodů šikany, většina žáků, kteří se stali obětí, nedokáže říct, proč je někdo šikanuje/šikanoval. To vypovídá o jejich vnitřní nejistotě a zmatku, může to být spojené i s nízkým sebevědomím a s pocitem viny. Mezi nejčastěji uváděné důvody patří, že agresor to dělá proto, aby se zabavil nebo že chce být středem pozornosti. Někteří respondenti se domnívali, že důvodem může být žárlivost nebo potřeba druhého ovládat. Zazněly také odpovědi, že se útočník nudí nebo že chce předejít tomu, aby se sám stal terčem šikany. Žáci, kteří se přiznali, že šikanovali, uváděli důvody jako zábava, neoblíbenost daného spolužáka, závist nebo aby nebyl šikanovaný, a také že je mu ubližováno někým jiným. V odpovědích žáků, kteří šikanu pouze pozorovali, se nejčastěji objevovala domněnka, že agresor se snaží zaujmout, napodobují někoho nebo že sám zažívá nějakou formu ubližování.

Z pohledu učitelů je důvodem šikany nejčastěji snaha agresora kompenzovat vlastní slabost, nejistotu nebo nízké sebevědomí. Učitelé šikanu vnímají také jako důsledek nedostatečné výchovy v rodině nebo jako způsob, jak žák ventiluje vnitřní stres a tlak. Dále se objevují motivy jako žárlivost, nuda nebo potřeba dominovat nad ostatními, překonat osamělost. Významná část učitelů také připouští, že agresor může být sám obětí a šikana je pak výrazem vnitřního napětí nebo snahy ulevit si. Z odpovědí je patrné, že učitelé na rozdíl od žáků často hledají hlubší příčiny šikany. Agresora nevnímají pouze jako „zlého žáka“, ale jako jedince, který potřebuje vedení, pomoc a změnu vzorců chování.

7 DISKUSE VÝZKUMU A LIMITY

Z výsledků výzkumu vyplývá, že šikana na 1. stupni základní školy má výrazné dopady na žáky nejen v oblasti psychické, ale také fyzické, sociální a vzdělávací. Tato zjištění jsou v souladu s teoretickými poznatky uvedenými v odborné literatuře i v rámci článků a výzkumů.

Jedním z nejzásadnějších dopadů, které z výzkumu vyplývají, je ztráta pocitu bezpečí a zhoršení vztahu ke škole. Titmanová (2009) tvrdí, že tento dopad může ovlivnit i postoj učitele k patologickým jevům, který tedy ovlivní pocit bezpečí žáků. Je vhodné, aby si učitel stanovil chování, které považuje za vhodné a nevhodné, žáci se podle toho chovají a tím může dojít ke ztrátě šikanujícího chování.

Žáci vystavení šikaně často prožívají strach, pocity ohrožení a ztrácejí motivaci do školy docházet, proto si hledají výmluvy. Rigby (2003) popisuje různé zjištění z výzkumů, kde se také zabývá tím, že šikana může mít vliv i na psychickou pohodu, sociální přizpůsobení, zdravotní problémy, přičemž tyto dopady mohou přetrvávat až do dospělosti. Což potvrzuje také Zvírotský (2021). Psychické dopady šikany byly v mém výzkumu jedním z nejčastěji zmiňovaných dopadů. Oběti prožívaly úzkosti, smutek, bezmoc, ale i vztek a osamělost. Tyto projevy jsou podrobně popsány například v publikaci Kolář (2011) nebo v Janošová et al. (2016). V pokročilých stádiích mohou vést i k rozvoji posttraumatické stresové poruchy, což potvrdili i někteří učitelé, kteří si všímají výrazného zhoršení psychické pohody u obětí. Šikana ovlivňuje i tělesné zdraví jedinců, kdy bylo zjištěno, že u obětí se objevují psychosomatické obtíže, a to bolesti břicha, hlavy. Psychosomatické symptomy při šikaně zdůrazňuje i Rigby (2003). Také někteří mají poruchy spánku, které popisuje Zvírotský (2021). Přestože fyzická šikana nebyla nejčastější formou, její přítomnost nelze podceňovat, protože signalizuje vážnější stadia šikany. Převažovala tedy verbální a nepřímá šikana. Spitzerová et al. (2023) také poukazují na tento fakt, že častější je na základní škole verbální šikana.

Výzkum ukázal, že šikana má výrazný dopad na vzdělávací výsledky žáků. Kromě narušené koncentrace a vyšší absence (nechtějí kvůli šikanování do školy docházet), dochází k celkovému snížení školního výkonu. Žáci mají často strach z projevů před třídou, což může být důsledek narušeného sebehodnocení. Tento dopad zmiňují i v publikaci Pekrun a Linnenbrink-Garcia (2014), kde jsou definované emoce, které ovlivňují dopad šikany na vzdělávání žáků. Výsledky výzkumu ukazují, že v naprosté většině případů šlo o

individuální šikanu a v menší míře se vyskytuje šikana na které se podílí více žáků, což mohou být přímí aktéři nebo aktéři podporující agresora.

Učitelé mají zkušenost s prvními třemi stádii šikany, a to tedy s ostrakismem, s fyzickou agresí a psychickou manipulací, vytvoření norem. Martínek (2015) tedy tvrdí, že třetí stádium šikany je na základní škole vzácné, což dokládá i názor učitelů, kteří s třetím stádiem měli nejméně zkušeností. Spitzerová et al. (2023) zjistili, že šikana na základních školách narůstá. Rovněž se potvrdil v tomto výzkumu výskyt kyberšikany, která ve třech případech je součástí i šikany ve školním prostředí. Což potvrzuje Černá (2013), která definuje kyberšikanu jako rozšířením šikany. Učitelé málo využívají odborné pomoci, jako školního metodika prevence, psychologa, etopeda apod. Podle publikace Martínek (2015) a Kabíček et al. (2014) je však důležité zapojení odborníků jako je školní psycholog, etoped, případně i spolupráce se střediskem výchovné péče. To potvrzuje článek Al-Natour, Al Omarih a Shattnawi (2025), kde zdůrazňují aktivní zapojení žáků, rodičů, školního poradce, učitele a ředitele při prevenci. Také Spitzerová et al. (2023) zdůrazňují potřebu využití pomoci školního metodika prevence učitele při předcházení rizikového chování ve školách.

Dle výzkumu jsou učitelé schopni šikanu rozpoznat, především na základě pozorování změn v chování žáků. Na pozorování kladou důraz i Kabíček et al. (2014). Čtvrtina učitelů se v problematice šikany vzdělávají, ale nelze přehlédnout malou skupinu učitelů, kteří se s touto problematikou nevzdělávají. Spitzerová et al. (2023) tvrdí, že by se měl klást důraz na vzdělávání v této problematice. Rovněž zjistili, že se spíše vzdělávají školní metodici prevence a výchovní poradci než učitelé samotní.

Odpovědi od žáků vykazují, že často o šikaně mlčí. Astor a Benbenishty (2019) popisují, že výzkum ochoty obětí sdělit své zkušenosti dospělým, jako jsou rodiče a učitelé, ukázal, že značný počet obětí neříká dospělému o šikaně. Realizovaný výzkum ukazuje, že žáci mají důvěru převážně v rodiče, kterému se nejčastěji svěřují, ale u učitele je důvěra méně častá. Je tedy klíčové budovat důvěru mezi učiteli a žáky. Také Titmanová (2019) zjistila, že žáci se bojí stát obětí šikany. Zajímavé je i zjištění, že žáci, kteří se stali oběťmi šikany by se nesvěřili na lince bezpečí nebo důvěry. Naopak při dotazování ostatních žáků, někteří zmínili, že by se svěřili na této lince. Je tedy zajímavé, že někteří žáci nedůvěřují odborné pomoci, jako je linka bezpečí nebo důvěry. Nebo o této možnosti pomoci nevědí. Naopak výzkum Lovasová (2006) předkládá fakt, že za 3 roky na linku bezpečí volalo okolo 6 tisíců obětí šikany ve škole. Tento fakt potvrzuje také Richardson a Hiu (2016).

Výzkum rovněž potvrdil, že šikana se nejčastěji odehrává v prostorách mimo přímý dohled pedagogů, což byly šatny, chodby, cesta ze školy nebo do školy a družina. K největšímu počtu případů dochází přímo ve třídě, tedy v prostoru, který by měl být pod stálým pedagogickým dohledem. To může naznačovat, že šikana probíhá často nenápadně, o přestávce, během skupinových aktivit nebo chvilích, kdy učitel není přítomen u všech žáků. Tyto místa, kde se šikana odehrává definuje také Martínek (2015). Zajímavé je, že toalety byly zmiňovány minimálně, přestože jsou běžně označovány jako riziková místa. Žáci se mohou tuto situaci stydět sdělit. Dotazníkové otázky zaměřené na postoje žáků, kteří byli svědky šikany, ukázaly, že většina žáků vnímá takové situace negativně, cítí smutek, rozhořčení nebo potřebu pomoci. Velká část žáků by v případě šikany informovali dospělého, někteří by se oběti přímo zastali. Jen malé množství žáků přiznalo, že by zůstalo pasivní. Výsledky naznačují, že žáci vnímají šikanu jako nespravedlivý jev a jsou připraveni se nějakým způsobem zastat, což potvrzuje i článek Kressa (2019), která zdůrazňuje význam zastánců jako klíčových aktérů v prevenci šikany. Kde také vystihuje rodiče, kteří mají na děti velký vliv v šikanujícím chování. Rodiči žákům zdůrazňují, že se musí všude chovat slušně a také kladou důraz na to, ať se děti chovají, tak jak chtějí, aby se k nim chovali jiní.

Lze říci, že šikana na 1. stupni základní školy je sice často skrytá, ale její dopady jsou závažné. Je klíčové šikanu rozpoznat a také ji řešit citlivě, systematicky a využít podporu odborníků. Škola by měla být bezpečným místem, nikoli zdrojem strachu.

Každý výzkum může mít určité omezení, v mém výzkumu vnímám pár limitů. Jedním z limitů je nízký počet žáků ve třídách, očekávala jsem vyšší počet. Účast žáka závisela na souhlasu rodičů, což ovlivnilo účast všech žáků. Rodiče, kteří měli obavy, že jejich dítě je zapojeno do šikany, mohli účast odmítnout. Výzkumu se zúčastnili starší žáci 1. stupně, protože dotazníky byly v elektronické podobě v Survio a mladší žáci neumí dostatečně pracovat s počítačem. Některé školy účast na výzkumu odmítly. Téma šikany je velmi citlivé, což mohlo ovlivnit upřímnost odpovědí, především u osobních zkušeností se šikanou. I přes anonymitu mohli někteří respondenti odpovídat vyhýbavě nebo neúplně. Přes uvedená omezení poskytl výzkum cenné poznatky o dopadech šikany na žáky 1. stupně, které mohou posloužit jako základ pro další výzkum.

8 DOPORUČENÍ DO PRAXE

Na základě teoretických poznatků a výsledků výzkumu lze formulovat několik doporučení, která by mohla pomoci k efektivní prevenci, diagnostice a řešení šikany u žáků 1. stupně základní školy. Lze tedy výrazně snížit riziko výskytu šikany a předejít jejím vážným dopadům.

Prvním doporučením je, aby škola cíleně pracovala na vytváření atmosféry důvěry, přijetí a vzájemného respektu. Také aby vztahy mezi učiteli a žáky byly postaveny na empatii, otevřenosti a ochotě naslouchat. Z výzkumu vyplynulo, že mnoho obětí se nesvěřuje pedagogům, proto je nezbytné podporovat pozitivní klima, kde se žáci nebudou bát sdílet své problémy. Rovněž je vhodné pravidelně realizovat cílené preventivní aktivity zaměřené na rozvoj sociálních a komunikačních dovedností, asertivity, empatie a sebevědomí. Třídnické hodiny, adaptační programy, preventivní dny či využívání tematických vzdělávacích materiálů mohou přispět ke snížení rizika vzniku šikany. Doporučila bych vytvoření pravidel, které si žáci sami vytvoří a také zavedení slibu podle Matthews a Matthews (2015), který žáci budou dodržovat. Sbil je zaměřen na prevenci šikany a předcházení přihlížení šikaně. Škola by měla mít nastavený jasný a jednotný postup při řešení šikany, který znají všichni pedagogové. Tento postup by měl být součástí školního řádu a minimálního preventivního programu. Je také důležitý přístup ředitele základní školy. Kołodziejczyk (2025) proto zkoumá vliv vedení ředitele školy na vznik šikany.

Z výzkumu vyplynulo, že učitelé častěji rozpoznají přímé projevy šikany, méně však nepřímé projevy (ignorování, zlé pohledy, jemné posměšky). Je důležité, aby škola pravidelně školila svůj pedagogický sbor v oblasti prevence, diagnostiky a řešení šikany. Učitelé by měli být připraveni i na řešení kyberšikany, která se u žáků začíná vyskytovat. Učitelé si také mohou prostudovat různé metodické materiály, literaturu apod. Spitzerová et al. (2023) zdůrazňují poskytnutí učitelům metodickou podporu nebo konkrétní nástroje, kterými by mohli zkoumat třídní klima. Navíc je důležité vzdělávat žáky v rozpoznání různých podob ubližování.

K šikaně dochází nejen ve skrytých částech školy, ale často i ve třídách. Proto bych doporučila zvýšit dohled v místech s méně častou přítomností pedagogů, jako jsou šatny, chodby, toalety. A zvýšit dohledy pedagogů ve třídách, při přesunu mezi třídami, při ranních příchodech apod. Při výskytu šikany je nutné zaměřit se nejen na oběť a agresora, ale i na přihlížející žáky. Učitelé by měli pracovat se skupinovou dynamikou třídy, podporovat

spolupráci a otevřenou komunikaci, vysvětlovat rozdíl mezi škádlením a šikanou a zdůrazňovat, že být svědkem šikany a nezasáhnout, je spolupodílení. Z výzkumu vyplynulo, že učitelé méně často využívají spolupráci s odborníky mimo školu. Je však vhodné navázat spolupráci s psychologem, školním metodikem prevence, etopedem či střediskem výchovné péče. Učitelé by měli znát konkrétní kroky a kompetence jednotlivých institucí (OSPOD, Policie ČR, SVP) a nebát se je kontaktovat v pokročilejších stadiích šikany.

Žáci by měli být vedeni k tomu, aby rozuměli svým emocím, dovedli je pojmenovat a hledat vhodné způsoby, jak je ventilovat bez agrese. Učitelé by měli systematicky rozvíjet asertivitu, sebevědomí a schopnost vyhledat pomoc. Obětem šikany je třeba zajistit podporu psychickou i praktickou, například formou zvýšeného dohledu, individuálních rozhovorů či doporučení odborné péče. Učitelé by neměli agresory pouze trestat, ale především pracovat na jejich motivaci ke změně. Agresivní chování často pramení z frustrace, nejistoty či nedostatečného vedení v rodině. Škola by měla poskytnout agresorovi možnost nápravy, skrze vedený rozhovor, práci s pravidly, sebereflexi, případně doporučení odborného vyšetření či terapie.

ZÁVĚR

Cílem této diplomové práce bylo zmapovat dopady šikany na žáky 1. stupně základní školy a porozumět tomu, jak tento jev vnímají samotní žáci a jejich učitelé. Výsledky výzkumu ukazují, že šikana v tomto věkovém období představuje vážný problém, který ovlivňuje nejen psychické a fyzické zdraví žáků, ale zasahuje i jejich školní výkonnost, sociální vztahy a celkový pocit bezpečí v prostředí školy.

Z hlediska konkrétních projevů se ukazuje, že na 1. stupni základní školy dominuje především verbální forma šikany, tedy posměšky, nadávky, urážky a sociální vylučování. Fyzická šikana je přítomna méně často, ale nelze ji přehlížet, stejně jako kybershikanu, která se i v tomto věku začíná v určité míře objevovat. Důležité je zjištění, že žáci, kteří se stali obětí šikany, často trpí úzkostmi, problémy se spánkem, somatickými potížemi, ztrátou motivace a nízkým sebevědomím.

Odpovědi na výzkumné otázky ukazují, že učitelé si závažnost šikany uvědomují, nicméně jejich reakce a přístupy k řešení nejsou vždy systematické. Řada z nich se opírá především o vlastní zkušenosti a intuici, chybí však hlubší propojení s odborníky a školními poradenskými službami. Významnou roli hraje i atmosféra ve třídě a vztah mezi učitelem a žáky. Tam, kde vládne důvěra a otevřenost, jsou žáci ochotnější se svěřit a učitelé mají větší šanci šikanu včas zachytit. Z výzkumu rovněž vyplývá, že šikana na 1. stupni vzniká často v důsledku snahy agresora získat moc, pozornost či kompenzovat vlastní frustraci. Místa výskytu šikany jsou typicky prostory mimo dohled pedagogů, a to chodby, šatny, ale také online prostředí, kde chybí bezprostřední kontrola. Nejčastěji zmiňovaným místem byla právě třída. Žáci často nedokážou o šikaně hovořit otevřeně, neboť se bojí, že by se situace zhoršila.

Tato práce přináší důležité poznatky jak pro oblast teorie, tak pro školní praxi. Z teoretického hlediska přispívá k hlubšímu porozumění fenoménu šikany u žáků 1. stupně základní školy. Praktickým přínosem je především zvýraznění významu prevence, potřeby včasného rozpoznání šikany a nutnosti posilování spolupráce mezi učiteli, rodiči a školními poradenskými pracovníky. Výzkum může sloužit jako podklad pro metodickou práci učitelů, ale i jako nástroj pro plánování preventivních strategií v rámci školního klimatu.

Směr pro další výzkum by mohl zahrnovat hlubší kvalitativní analýzy, například pomocí kazuistik, rozhovorů s rodiči či dlouhodobého sledování dopadů šikany na život

žáka. Zároveň by bylo přínosné zkoumat efektivitu jednotlivých metod prevence a intervence, které školy používají, a hledat tak cesty k jejich zefektivnění.

Šikanu lze chápat nejen jako izolovaný problém jednotlivců, ale jako odraz vztahových a hodnotových vzorců celé společnosti. Tato práce ukazuje, že prevence šikany by neměla být vnímána pouze jako součást školních osnov, ale jako snaha o vytváření bezpečného, respektujícího a podpůrného prostředí, jak ve škole, tak mimo ni. Je smysluplné učit žáky empatii, respekt, zvládání konfliktů a zdravou komunikaci, což se projeví i za hranicemi školy.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- Al-Natour, A., Al Omari, A., & Shattnawi, K. K. (2025). *School bullying is occurring everywhere: A need for effective anti-bullying strategies*. Jordan Journal of Nursing Research, 1(1), 23–33.
https://www.researchgate.net/publication/388679566_School_Bullying_is_Occurring_Everywhere_A_Need_for_Effective_Anti-bullying_Strategies
- Ambrožová, P. (2020). *Nové formy školního podvádění a vyrušování v kontextu digitálního vzdělávání*. Pavel Mervart.
- Ammirati, A. (2024). *Šikana na základní škole: co dělat (a nedělat): rychlý průvodce pro učitele*. Taktik.
- Astor, R., & Benbenishty, R. (2019). *Bullying, school violence, and climate in evolving contexts: culture, organization, and time*. Oxford University Press.
- Bendl, S. (2011). *Kázeňské problémy ve škole* (aktualiz. a dopl. vyd). Triton.
- Bendl, S., Hanušová, J., & Linková, M. (2016). *Žák s problémovým chováním: cesta institucionální pomoci*. Triton.
- Bittmannová, L., & Bittmann, J. (2016). *Prevence a účinné řešení šikany: u žáků a studentů s Aspergerovým syndromem a vysoce funkčním autismem*. Pasparta.
- Blatchford, P., Pellegrini, A. D., & Baines, E. (2016). *The child at school: interactions with peers and teachers* (second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.
- Bréda, J., Dandová, E., Kendíková, J., & Mertin, V. (2017). *Sebeobrana učitele*. Raabe.
- Březinová, J. (2022). *Já už nemůžu, paní učitelko: jak rozpoznat a řešit krizové situace ve škole*. Pasparta.
- Bukowski, W. M., Laursen, B. P., & Rubin, K. H. (Eds.), (2018). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (second edition). The Guilford Press.
- Ciklová, K. (2014). *Rizikové chování ve škole s vazbou na legislativní úpravu: rádce školního metodika prevence*. EconomPress.

- Čapek, R. (2014). *Odměny a tresty ve školní praxi: kázeňské strategie, zásady odměňování a trestání, hodnocení a klasifikace, podpora a motivace žáků* (2., přeprac. vyd). Grada.
- Čapek, R., Navarová, S., & Ženatová, Z. (2017). *Žák v krizové situaci*. Raabe.
- Černá, A. (2013). *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Grada.
- Ferjenčík, J. (2015). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: Jak zkoumat lidskou duši*. Portál.
- Fischer, S., & Škoda, J. (2014). *Sociální patologie: závažné sociálně patologické jevy, příčiny, prevence, možnosti řešení* (2., rozš. a aktualiz. vyd). Grada.
- Holeček, V. (2015). *Psychologie v učitelské praxi*. Grada.
- Hollá, K. (2010). *Elektronické šikanovanie: nová forma agresie*. Iris.
- Hollá, K. (2013). *Kyberšikana*. Iris.
- Hollá, K. (2016). *Sexting a kyberšikana* (vydanie: prvé). Iris.
- Hutyrová, M. (2019). *Děti a problémy v chování: etopedie v praxi*. Portál.
- Chaplain, R. (2016). *Teaching without disruption in the primary school: a practical approach to managing pupil behaviour* (second edition). Routledge, Taylor & Francis Group.
- Chráská, M. (2016). *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu* (2., aktualizované vydání). Grada.
- Janošová, P., Kollerová, L., Zábrodská, K., Kressa, J., & Dědová, M. (2016). *Psychologie školní šikany*. Grada.
- Jedlička, R. (2015). *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence*. Grada.
- Jedlička, R., Kořa, J., & Slavík, J. (2018). *Pedagogická psychologie pro učitele: Psychologie ve výchově a vzdělávání*. Grada.
- Juul, J. (2022). *Agrese: proč je pro nás i naše děti nezbytná*. Familylab ČR.

Kabíček, P., Csémy, L., & Hamanová, J. (2014). *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Triton.

Kolář, M. (2011). *Nová cesta k léčbě šikany*. Portál.

Kołodziejczyk, J. (2025). *Impact of the leadership styles of school principals on bullying victimization and perpetration among youth*. BMC Public Health, 25, 602. https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s12889-025-21556-3.pdf?utm_source=scopus&getft_integrator=scopus

Kožíšek, M., & Písecký, V. (2016). *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online*. Grada Publishing.

Kressa, J. (2019). *Zastávce jako klíčový hráč v eliminaci šikany*. Pedagogická orientace, 29(2), 129–148. <https://journals.muni.cz/pedor/article/view/12378/pdf>

Lemrová, S. (2024). *Pedagogická psychologie*. Grada.

Lovasová, L. (2006). *Šikana*. Vzdělávací institut ochrany dětí.

Martínek, Z. (2015). *Agresivita a kriminalita školní mládeže* (2., aktualizované a rozšířené vydání). Grada.

Matthews, J., & Matthews, A. (2015). *Stop šikaně!*. Baroque Partners s.r.o.

Mertin, V. (2019). *Škola pro děti: (z pohledu dětského psychologa)*. Wolters Kluwer.

Neufeld, G., & Maté, G. (2019). *Držte si své děti: proč jsou rodiče důležitější než kamarádi*. PeopleComm.

Patologické vztahy ve skupině: materiály pro výchovné poradce a metodiky prevence na ZŠ a SŠ. (2011). Raabe.

Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (Eds.), (2014). *International handbook of emotions in education*. Routledge.

Procházka, M. (2012). *Sociální pedagogika*. Grada.

Procházka, M. (2019). *Metodik prevence a jeho role na základní škole*. Pasparta.

Průcha, J., Walterová, E., Mareš, J. (2013). *Pedagogický slovník*. Portál.

- Rigby, K. (2003). *Consequences of Bullying in Schools*. The Canadian Journal of Psychiatry, 48(9), 583–590. <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/070674370304800904>
- Richardson, D. & Hiu, Ch. (2016). Global data on the bullying of school-aged children. In *Ending the torment: tackling bullying from the schoolyard to cyberspace*. <https://www.unicef.org/media/66536/file/Ending-the-torment.pdf>
- Rogers, V. (2011). *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Portál.
- Říčan, P., & Janošová, P. (2010). *Jak na šikanu*. Grada.
- Skutil, M. (2011). *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Portál.
- Sobotková, V. (2014). *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Grada.
- Solter, A. J. (2019). *Bez trestů a odměn: výchova spokojeného dítěte ve věku 2-8 let*. Triton.
- Spitzerová, M., Pavlas, T., Andrys, O., Zatloukal, T., Suchomel, P., Pražáková, D., & Hamberger, T. (2023). *Hodnocení rizikového chování žáků základních a středních škol se zaměřením na oblast kyberšikany: tematická zpráva*. Česká školní inspekce.
- Steininger, R. (2023). *Zvládněte dětské emoce: užitečné rady pro bezradné rodiče*. Euromedia Group.
- Svoboda, Z., & Zilcher, L. (2020). *Koordinátor inkluze ve škole*. Univerzita J.E. Purkyně.
- Švec, Š. (2009). *Metodologie věd o výchově: kvantitativně-scientické a kvalitativně-humanitní přístupy v edukačním výzkumu* (České rozš. vyd). Paido.
- Tierney, J., Green, E., & Dowd, T. (2016). *Teaching social skills to youth: an easy-to-follow guide to teaching; 183 basic to complex life skills* (3rd edition). Boys Town.
- Titmanová, M. (2019). Klima ve školní třídě aneb šikana v praxi. *Školní psycholog*, 20(1), 67–76. <https://journals.muni.cz/skolnipsycholog/article/view/12319/10780>
- Urban, L. (2024). *Sociální deviace: stav, trendy a souvislosti*. Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.

Whitebread, D., Grau, V., Kumpulainen, K., McClelland, M. M., Perry, N. E., & Pino-Pasternak, D. (Eds.), (2019). *The SAGE Handbook of developmental psychology and early childhood education*. SAGE reference.

Zormanová, L. (2014). *Obecná didaktika: pro studium a praxi*. Grada.

Zvírotsky, M. (2023). *Terminologický a výkladový slovník šikany*. Grada.

Zvírotsky, M., Bendl, S., & Richterová, M. (2021). *Příběh školní šikany: učebnice pro pedagogické pracovníky*. Karolinum.

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Pohlaví žáků	48
Obrázek 2 Pohlaví učitelů	48
Obrázek 3 Místo školy žáků.....	49
Obrázek 4 Místo školy učitelů	49
Obrázek 5 Ročník respondentů (žáků).....	50
Obrázek 6 Třídnicí učitele	50
Obrázek 7 Obliba školy.....	52
Obrázek 8 Bezpečí ve škole	53
Obrázek 9 Vysvědčení respondentů.....	53
Obrázek 10 Kamarádi respondentů ve třídě.....	54
Obrázek 11 Nepřátelské vztahy	54
Obrázek 12 Vnímání šikany žáky	55
Obrázek 13 Vlastní zkušenost žáků se šikanou	56
Obrázek 14 Počet agresorů	56
Obrázek 15 Frekvence šikany	57
Obrázek 16 Agresoři z pohledu obětí šikany	58
Obrázek 17 Místa šikany.....	59
Obrázek 18 Pocity během šikany.....	59
Obrázek 19 Šikana a školní docházka.....	60
Obrázek 20 Psychosomatické potíže.....	60
Obrázek 21 Kvalita spánku	61
Obrázek 22 Tělesné následky šikany	61
Obrázek 23 Ničení osobních věcí obětí	62
Obrázek 24 Komunikace o škole a spolužácích.....	63
Obrázek 25 Krádeže svačin.....	63
Obrázek 26 Soustředění žáků.....	64
Obrázek 27 Návštěva mladších spolužáků.....	64
Obrázek 28 Vystupování před spolužáky	65
Obrázek 29 Čekání na paní učitelku před hodinou	66
Obrázek 30 Důvod šikanování	66
Obrázek 31 Svěřování obětí šikany	67
Obrázek 32 Obrana obětí šikany	68
Obrázek 33 Kyberšikana	68
Obrázek 34 Způsoby ubližování na internetu	69

Obrázek 35 Ubližování ostatním přes internet	70
Obrázek 36 Vnímání šikany spolužáky	70
Obrázek 37 Emoce svědků šikany	71
Obrázek 38 Pomoc obětem šikany.....	72
Obrázek 39 Reakce svědků (žáků) na šikanu	72
Obrázek 40 Nahlášení šikany	73
Obrázek 41 Předpoklad sílení šikany.....	73
Obrázek 42 Přiznání k vlastnímu šikanování	74
Obrázek 43 Důvody šikanování.....	75
Obrázek 44 Důvody šikanování z pohledu ostatních žáků	75
Obrázek 45 Vnímané pocity obětí šikany	76
Obrázek 46 Obavy ze šikany ve třídě	77
Obrázek 47 Komunikace o šikaně v prostředí školy	77
Obrázek 48 Vnímání šikany z pohledu učitelů	78
Obrázek 49 Vzdělávání učitelů v oblasti šikany	79
Obrázek 50 Preventivní program proti šikaně	80
Obrázek 51 Prevence a diskuse ve výuce	80
Obrázek 52 Porozumění pojmu šikana	81
Obrázek 53 Zkušenost učitele se šikanou v praxi	82
Obrázek 54 Výskyt šikany na škole.....	83
Obrázek 55 Agresor z pohledu učitele.....	83
Obrázek 56 Místa šikany z pohledu učitele	84
Obrázek 57 Výskyt obětí ve třídě učitele.....	84
Obrázek 58 Počet obětí šikany ve třídě učitele.....	85
Obrázek 59 Typy šikany z pohledu učitele.....	85
Obrázek 60 Druh šikany z pohledu učitele	86
Obrázek 61 Odhalení výskytu šikany	86
Obrázek 62 Reakce na příznaky šikany	87
Obrázek 63 Počet případů šikany	89
Obrázek 64 Dopad agresora v rámci školy	91
Obrázek 65 Práce s oběťmi šikany	91
Obrázek 66 Stádium šikany	92
Obrázek 67 Předpoklad zjištění šikany.....	93
Obrázek 68 Předpoklad reakce na příznaky šikany	93
Obrázek 69 Předpokládána místa šikany	94

Obrázek 70 Předpoklad dopadu na agresora v rámci školy	96
Obrázek 71 Předpoklad práce s oběťmi	97

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Věkové složení žáků	50
Tabulka 2 Způsoby ubližování	57
Tabulka 3 Vnímání šikany učitelem	78
Tabulka 4 Vnímání dopadů šikany na oběť z pohledu učitele.....	81
Tabulka 5 Projevy obětí šikany z pohledu učitele	87
Tabulka 6 Důvody šikanování z pohledu učitele.....	88
Tabulka 7 Řešení šikany učiteli	90
Tabulka 8 Předpoklad řešení šikany	94
Tabulka 9 Předpoklad projevů obětí šikany	95
Tabulka 10 Předpokládaný důvod k šikanování	97

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

apod.	A podobně
ZŠ	Základní škola

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník pro učitele

Příloha P II: Dotazník pro žáky

Příloha P III: Informovaný souhlas pro rodiče/zákonné zástupce

Příloha P IV: Informovaný souhlas pro učitele

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO UČITELE

- **Jste?** Žena - Muž
- **Škola:** Na vesnici - Ve městě
- **Jakou třídu máte v třídnictví:** Čtvrtou - Pátou
- **Šikanování považujete za:**
 - ☐ Součást dospívání, prochází u každého dítěte
 - ☐ Jedna z forem agresivního chování
 - ☐ Velmi nebezpečná forma agresivního chování
- **Co je podle vás šikanování? Můžete zaznačit více věcí**
 - ☐ Urážky
 - ☐ Nadávky
 - ☐ Posmívání
 - ☐ Přehlížení
 - ☐ Pokřikování
 - ☐ Zlé pohledy
 - ☐ Nebavení se s obětí
 - ☐ Urážky na rodinu oběti
 - ☐ Vyhrožování
 - ☐ Doteky
 - ☐ Strkání
 - ☐ Bití
 - ☐ Týrání
 - ☐ Pošťuchování
 - ☐ Braní nebo ničení věcí oběti
 - ☐ Pomluvy
 - ☐ Pomlouvá, nebo oběti jinak ubližuje přes internet, nebo mobil
 - ☐ Jiné (napište jaké)
- **Vzděláváte se v problematice šikany?** Ano - Ne
- **Máte na vaší škole Preventivní program proti šikaně?** Ano - Ne
- **Zahrnujete ve své výuce preventivní aktivity vůči šikaně a vedete diskuze ve třídě. (Známky jako ve škole)**

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ 4
- ☐ 5

- **Chápou podle vás žáci pojem šikana?** Ano - Ne
- **Jaký může mít šikana dopad na oběť? Můžete zaznamenat více možností.**
 - ☐ Fyzické následky
 - ☐ Psychické následky
 - ☐ Sebepoškozování
 - ☐ Má narušené sebevědomí a sebehodnocení
 - ☐ Nedokáže se bránit
 - ☐ Zhroucení
 - ☐ Podezírání a nedůvěřuje
 - ☐ Je negativní, ztrácí ve všem smysl, zažívá beznaděj, prázdnotu
 - ☐ Nechová se přátelsky
 - ☐ Školní fobie
 - ☐ Panická porucha
 - ☐ Posttraumatická stresová porucha
 - ☐ Je smutný, naštvaný, zdeptaný
 - ☐ Je úzkostný, vystrašený, nejistý
 - ☐ Úzkostné stavy a deprese
 - ☐ Pocit bezmocnosti
 - ☐ Psychosomatické potíže
- **Setkal/a jste se během vaší praxe s šikanou? (Pokud ne neodpovídejte po otázku “ Jaký stupeň šikany jste řešil/a?”)**
 - ☐ Ano
 - ☐ Ne
- **Objevuje se šikana na vaší škole?** Ano - Ne
- **Kdo jedince šikana/šikanoval? Můžete zaznamenat více možností.**
 - ☐ Dívka
 - ☐ Chlapec

- Skupina dívek
- Skupina chlapců
- Smíšená skupina
- **Kde k šikaně dochází/docházelo? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Ve třídě
 - V šatně
 - Na WC
 - V tělocvičně
 - V jídelně
 - Na chodbách
 - Na cestě ze školy nebo do školy
 - Jinde (napište kde)
- **Jsou nebo byli ve vaší třídě jedinci, kteří prochází/procházeli šikanou?** Ano - Ne
- **Kolik je/bylo těchto jedinců?**
 - Jeden
 - Dva
 - Tři
 - Více
- **O jakou šikanu se jednalo? Můžete zaznamenat i obě možnosti.**
 - **Přímá šikana** (bití, kopání, nutí něco sníst, vypít, poškozují nebo berou věci oběti, slovní napadení, urážky, posmívání, nadávky, hrozby, nucení oběti do něčeho)
 - **Nepřímá šikana** (sociální izolace daného jedince, nekomunikace s nim, nevšímají si ho, je vyloučen z různých aktivit)
- **Jaký druh šikany se uskutečnil?**
 - **Fyzická šikana** (strkání, kopání, údery, napadení s předměty, poškození majetku)
 - **Verbální šikana** (urážky, nadávky, posmívání, ponižování, výhružky)
- **Jak jste zjistil/a šikanu? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Pozorováním
 - Dotazníky
 - Sdělení od rodičů
 - Sdělení od žáků
 - Sdělení od pedagogických pracovníků

- Jiné (napíšte jak).....

- **Jak reagujete na příznaky šikany ve vaší třídě nebo ve škole? Můžete zaznamenat více možností.**

- Zvýším pozornost a budu sledovat třídu
- Upozorním rodiče
- Upozorním vedení školy
- Promluvím s jedinci, kterých se to týká
- Počkám

- **Jak se projevuje/projevoval žák, který je/byl šikanovaný? Můžete zaznamenat více možností.**

- Jedinec nehledá přátele ve třídě
- Zhoršují se mu známky
- Nedokáže se soustředit
- Navštěvuje kamarády z jiných tříd
- Záškoláctví
- Somatizace
- Nechce chodit do školy (hledá výmluvy)
- Má různá zranění, které nedokáže vysvětlit
- Má zničené věci
- Nechce se bavit o spolužácích a o škole
- Ve vyučování je "duchem nepřítomen"
- Je pořád sám, nikdo s ním nekomunikuje
- Má strach být před tabulí
- Vyhledává přítomnost dospělého
- Čeká před třídou na učitele
- Ve vyučovací hodině chodí často na WC
- Velká absence
- Je smutný, naštvaný, zdeptaný
- Je úzkostný, vystrašený, nejistý
- Je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko

- **Jaký byl podle vás důvod k šikanování? Můžete zaznamenat více možností.**

- Nedostatečná výchova dítěte v rodině
- Je to pro ně zábava
- Chtějí nad někým rozhodovat

- Někoho napodobují
- Odreagování stresu
- Kompenzuje si vlastní slabost
- Zabít nudu
- Agresor zkouší oběť, chce najít její tajemství
- Žárlivost
- Motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval)
- Překonat osamělost
- Snaží se být středem pozornosti
- Je jim také ubližováno někým jiným
- **Kolikrát jste řešil/a šikanu?**
 - Jedenkrát
 - Dvakrát
 - Třikrát
 - Vícekrát
- **Jak jste ji řešil/a? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Omluva a usmíření agresora s obětí
 - Zjistit, co nejvíce informací
 - Uklidníme informátora, že nebude prozrazen
 - Rozhovor se svědky
 - Rozhovor s agresorem/agresory
 - Rozhovor s rodiči oběti
 - Informovat výchovnou komisi a rodiče
 - Udělit výchovné opatření agresorům a podpořit oběť
 - Promluvíme si s celou třídou a neodsuzujeme žáka/žáky, ale jeho chování
 - Kontaktoval jsem Středisko výchovné péče
 - Kontaktoval jsem Policii ČR
 - Pozvání etopeda
- **Jaký byl dopad na agresora v rámci školy? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Důtka ředitele
 - Důtka učitele
 - Snížení známky z chování

- Vyloučení ze školy
- Napomenutí
- Varovný rozhovor
- Doporučení návštěvy dětského psychiatra nebo psychologa
- Jiné (napíšte)
- **Jak pracujete s oběťmi? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Chráním oběť (časté dozory, pobyt ve třídě o přestávkách)
 - Doporučení návštěvy dětského psychiatra nebo psychologa
 - Nic nedělám
 - Jiné (napíšte jak).....
- **Jaké stádium šikany jste řešil/a? Můžete zaznamenat více možností.**
 - **Ostrakismus** (pomalé vyčleňování oběti z kolektivu, nadávky, urážky, narážky, posměšky)
 - **Fyzická agrese a psychická manipulace** (hrubé urážky, bití, kopání, agresor nutí oběti sloužit mu, agresor ničí majetek oběti, agresor je závislý na oběti, vyhrožování, agresor nutí oběť dělat různé věci)
 - **Vytvoření jádra** (agresoři tvoří pravidla a ostatní jsou do šikany zapojeni dobrovolně nebo i nedobrovolně)
 - **Vytvoření norem** (oběť začíná být závislá na šikanujícím chování od agresorů, agresory považuje za jeho kamarády, z přihlížejících jedinců se stávají agresoři)
 - **Totalita** (ubližování jde do extrémů, agresivní a hrubé, může dojít k těžkému ublížení oběti, skupina je ovládnuta agresorem)
- **Jak byste zjistil/a šikanu na vaší škole? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Pozorováním
 - Dotazníky
 - Sdělení od rodičů
 - Sdělení od žáků
 - Sdělení od pedagogických pracovníků
 - Jiné (napíšte jak).....
- **Jak byste reagoval/a na příznaky šikany ve vaší třídě? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Zvýším pozornost a budu sledovat třídu
 - Upozorním rodiče
 - Upozorním vedení školy
 - Promluví s jedinci, kterých se to týká

- Počkám
- **Kde si myslíte, že k šikaně dochází? Můžete zaznačit více možností.**
 - Ve třídě
 - V šatně
 - Na WC
 - V tělocvičně
 - V jídelně
 - Na chodbách
 - Na cestě ze školy nebo do školy
 - Jinde (napíšte kde)
- **Jak byste řešil/a šikanu? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Omluva a usmíření agresora s obětí
 - Zjistit, co nejvíce informací
 - Uklidníme informátora, že nebude prozrazen
 - Rozhovor se svědky
 - Rozhovor s agresorem/agresory
 - Rozhovor s rodiči oběti
 - Informovat výchovnou komisi a rodiče
 - Udělit výchovné opatření agresorům a podpořit oběť
 - Promluvíme si s celou třídou a neodsuzujeme žáka/žáky, ale jeho chování
 - Kontaktoval jsem Středisko výchovné péče
 - Kontaktoval jsem Policii ČR
 - Pozvání etopeda
- **Jak si myslíte, že se projevuje žák, který je šikanovaný? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Nehledá přátele ve třídě
 - Zhoršují se mu známky
 - Nedokáže se soustředit
 - Navštěvuje kamarády z jiných tříd
 - Záškoláctví
 - Somatizace
 - Nechce chodit do školy (hledá výmluvy)
 - Má různá zranění, které nedokáže vysvětlit

- Má zničené věci
- Nechce se bavit o spolužácích a škole
- Ve vyučování je “duchem nepřítomen”
- Je pořád sám, nikdo s ním nekomunikuje
- Má strach být před tabulí
- Vyhledává přítomnost dospělého
- Čeká před třídou na učitele
- Ve vyučovací hodině chodí často na WC
- Velká absence
- Je smutný, naštvaný, zdeptaný
- Je úzkostný, vystrašený, nejistý
- Je do sebe uzavřený, často pláče nebo má k tomu blízko
- **Jaký byste zvolil/a dopad na agresora v rámci školy? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Důtka ředitele
 - Důtka učitele
 - Snížení známky z chování
 - Vyloučení ze školy
 - Napomenutí
 - Varovný rozhovor
 - Nevím
- **Jak byste pracovali s oběťmi? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Chráním oběť (časté dozory, pobyt ve třídě o přestávkách)
 - Doporučení návštěvy dětského psychiatra nebo psychologa
 - Nic nedělám
 - Nevím
- **Jaký je podle vás důvod k šikanování? Můžete zaznamenat více možností.**
 - Nedostatečná výchova dítěte v rodině
 - Je to pro ně zábava
 - Chtějí nad někým rozhodovat
 - Někoho napodobují
 - Odreagování stresu
 - Kompenzuje si vlastní slabost

- Zabít nudu
- Agresor zkouší oběť, chce najít jeho tajemství
- Žárlivost
- Motiv prevence (aby ho někdo nešikanoval)
- Překonat osamělost
- Snaží se být středem pozornosti
- Je jim také ubližováno někým jiným

PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK PRO ŽÁKY

- **Jsi chlapec nebo dívka?** Chlapec - Dívka
- **Chodíš do školy:** Ve městě - Na vesnici
- **Kolik máš roků?**
- **V jaké jsi třídě?** Ve čtvrté - V páté
- **Chodíš rád/a do školy?** Ano - Ne
- **Cítíš se ve škole bezpečně?** Ano - Ne
- **Jaké bylo tvoje vysvědčení?**
 - Samé jedničky
 - Jedničky a dvojky
 - I trojky
 - I čtyřky
 - I pětky
- **Máš ve třídě kamarády?**
 - Ne, nemám.
 - Ano, mám 1-3 dobré kamarády/kamarádky.
 - Ano, mám hodně kamarádů/kamarádek.
- **Někteří z naší třídy nejsou mí kamarádi.** Ano - Ne
- **Co je podle tebe šikana? Můžeš zaznačit více věcí.**
 - Urážky
 - Nadávky
 - Zlé pohledy
 - Nebavení se s někým
 - Urážky na rodinu
 - Vyhrožování
 - Doteky
 - Strkání
 - Bití
 - Braní nebo ničení věcí
 - Pomluvy
 - Jiné (napíš jaké)

- **Myslíš si, že si nebo jsi byl ve škole nebo třídě šikanovaný? Pokud ne, neodpovídej po otázku “Zkusil ses někdy bránit?”.**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

- **Kolik je těch, co tě šikanují/šikanovali?**

- ☐ 1
- ☐ 2
- ☐ 3
- ☐ Skupina

- **Jak často tě šikanují/šikanovali?**

- ☐ Skoro každý den
- ☐ Několikrát v týdnu
- ☐ Několikrát v měsíci

- **Jak ti ubližují/ubližovali? Můžeš zaznačit více věcí.**

- ☐ Posmívání
- ☐ Přehlížení
- ☐ Ponižování
- ☐ Pomlouvání
- ☐ Nadávání
- ☐ Bití
- ☐ Urážky
- ☐ Pokřikování
- ☐ Vyhrožování
- ☐ Týrání
- ☐ Pošťuchování
- ☐ Brání věcí
- ☐ Pomlouvá, nebo ti jinak ubližuje přes internet, mobil
- ☐ Kopání
- ☐ Jinak (napíš jak)

- **Kdo tě šikanuje/šikanoval?**

- ☐ Chlapec
- ☐ Dívka

- ☐ Skupina chlapců
- ☐ Skupina dívek
- ☐ Mladší žáci
- ☐ Starší žáci
- ☐ někdo jiný (napíš kdo)

.....

• **Kde se šikanování děje/dělo? Můžeš zaznačit více věcí.**

- ☐ Ve třídě
- ☐ Na WC
- ☐ V šatně
- ☐ Cestou do školy nebo ze školy
- ☐ V tělocvičně
- ☐ V jídelně
- ☐ Na chodbách
- ☐ Ve družině
- ☐ Jinde (napíš kde)

• **Jak se při šikanování cítíš? Můžeš zaznačit více možností.**

- ☐ Jsem smutný/á
- ☐ Jsem naštvaný/á
- ☐ Jsem vystrašený/á
- ☐ Nevím, co mám dělat
- ☐ Jsem negativní

• **Chceš nebo nechceš chodit do školy kvůli šikanování?** Chci - Nechci

• **Bolí tě často něco (hlava, břicho,...)?** Ano - Ne

• **Spíš dobře?** Ano - Ne

• **Máš často nějaké zranění nebo modřiny kvůli šikanování?** Ano - Ne

• **Máš často zničené věci od toho, kdo tě šikanuje?** Ano - Ne

• **Bavíš se rád o spolužácích a o škole?** Ano - Ne

• **Kradou ti často svačiny?** Ano - Ne

• **Dokážeš se v hodině soustředit?** Ano - Ne

• **Chodíš o přestávkách do nižších tříd, kde máš kamarády?** Ano - Ne

• **Chodíš rád k tabuli, před všechny spolužáky?** Ano - Ne

- **Před hodinou čekáš před třídou na paní učitelku?** Ano - Ne
- **Proč si myslíš, že tě někdo šikanuje/šikanoval? Můžeš zaznačit více věcí.**
 - ☐ Je to pro ně zábava
 - ☐ Chtějí nade mnou rozhodovat
 - ☐ Někoho napodobují
 - ☐ Nudí se
 - ☐ Žárlí
 - ☐ Aby mu někdo jiný neublížoval
 - ☐ Chtějí být středem pozornosti
 - ☐ Také mu někdo ubližuje
 - ☐ Nevím
- **Komu ses svěřil/a se šikanou? Můžeš zaznačit více věcí.**
 - ☐ řekl/a jsem to kamarádovi (kamarádce)
 - ☐ řekl/a jsem to rodičům
 - ☐ řekl/a jsem to sourozenci
 - ☐ Řekl/a jsem to paní učitelce/panu učiteli
 - ☐ neřekl/a jsem to nikomu
 - ☐ svěřil/a jsem se na lince bezpečí nebo lince důvěry
 - ☐ jiné (napiš komu).....
- **Zkusil/a ses někdy bránit?** Ano - Ne
- **Ublížil ti někdo ze spolužáků na internetu?** Ano - Ne
- **Jak ti ublížil? Můžeš zaznačit více možností. Můžeš zaznačit více věcí.**
 - ☐ Anonymní nadávky, urážky
 - ☐ Sdílí mé informace
 - ☐ Sdílí mé fotky
 - ☐ Sdílí zesměšňujícího videa
 - ☐ Pomlouvání na chatu
 - ☐ Neublížují mi na internetu
 - ☐ Jinak (napiš jak)
- **Ublížil jsi ty někomu přes internet?** Ano - Ne

- **Znáš někoho z vaší třídy nebo školy, koho šikanují?** Ano - Ne
- **Jak jsi se cítil, když jsi byl svědkem šikany?**
 - Bylo by mi to jedno
 - Bavilo by mě to
 - Byl bych smutný
 - Naštvalo mě to
 - Nebyl jsem svědkem
- **Pomáhá někdo šikanovanému?**
 - Ano
 - Ne, jen se dívají
 - Nikdo jiný u toho není
 - Nikdo nikomu neubližuje
- **Kdybys byl/a svědkem šikany, co bys dělal/a?**
 - Nezasahoval/a bych a nechal/a si to pro sebe.
 - Nezasahoval/a bych, ale řekl/a bych to dospělému.
 - Hned bych se zastal/a oběti.
 - Přidal/a bych se k jedinci, který ubližuje.
 - Jiná reakce (napiš jaká).....
- **Kdyby někdo šikanoval tvého spolužáka, řekl bys to někomu?** Ano - Ne
- **Kdyby tě někdo šikanoval, svěřil/a by ses? Můžeš zaznačit více věcí.**
 - řekl/a bych to kamarádovi (kamarádce)
 - řekl/a bych to učiteli/učitelce
 - řekl/a bych to rodičům
 - řekl/a bych to sourozenci
 - neřekl/a bych to nikomu
 - svěřil/a bych se na lince bezpečí nebo lince důvěry
 - jiné (napiš komu).....
- **Šikanoval/a jsi ty sám/a někdy někoho jiného?** Ano - Ne
- **Proč jsi šikanoval? Můžeš zaznačit více věcí.**
 - Byla to zábava
 - Nudil jsem se

- ☐ Nemám rád toho spolužáka
 - ☐ Závidím spolužákovi
 - ☐ Žálím na spolužáka
 - ☐ Aby mě někdo jiný nešikanoval
 - ☐ Chci být středem pozornosti
 - ☐ Ublíží mi někdo jiný
 - ☐ Nešikanoval
- **Jaký důvod podle tebe vede některé děti k šikanování druhých?**
 - ☐ je to pro ně zábava
 - ☐ chtějí nad někým rozhodovat
 - ☐ někoho napodobují
 - ☐ snaží se být středem pozornosti
 - ☐ je jim také ubližováno někým jiným
 - ☐ nevím
- **Jak se cítí někdo, kdo je šikanovaný? Můžeš zaznačit více možností.**
 - ☐ Je nešťastný
 - ☐ Je vystrašený
 - ☐ Nelíbí se mu ubližování
 - ☐ Je smutný
 - ☐ Je naštvaný
 - ☐ Neví, co má dělat
 - ☐ Nevadí mu to
 - ☐ Nevím
- **Bojíš se, že by tě někdy někdo mohl ve třídě šikanovat?**
 - ☐ Často
 - ☐ Někdy
 - ☐ Nikdy
- **Mluvíte o šikaně ve škole?** Ano - Ne

PŘÍLOHA P III: INFORMOVANÝ SOUHLAS PRO RODIČE/ZÁKONNÉ ZÁSTUPCE

Informovaný souhlas s vyplněním dotazníku

Vážení rodiče, zákonní zástupci,

jmenuji se Sabrina Zvonková a jsem studentkou 5.ročníku univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Studuji obor Učitelství pro 1. stupeň základní školy. Obracím se na Vás s žádostí o spolupráci na výzkumném šetření v rámci mé diplomové práce, která nese název *Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ*. Výzkumné šetření bude formou dotazníku pro Vaše dítě. Výzkum je zcela anonymní, zjištěné informace budou sloužit pro účely mé diplomové práce. Chtěla jsem Vás tímto požádat o souhlas se zapojením Vašeho dítěte do výzkumného šetření.

Děkuji za Vaši ochotu a spolupráci na výzkumu.

Sabrina Zvonková

Souhlasím s vyplněním dotazníku mým dítětem, tím se účastní výzkumné části, která je součástí diplomové práce na téma *Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ*.

Pokud nesouhlasíte s účastí Vašeho dítěte ve výzkumném šetření, prosím kontaktujte třídního učitele a informujte jej o svém rozhodnutí.

Podpis rodiče/zákonného zástupce.....

PŘÍLOHA P IV: INFORMOVANÝ SOUHLAS PRO UČITELE

Informovaný souhlas s vyplněním dotazníku

Vážená paní učitelko/pane učiteli,

jmenuji se Sabrina Zvonková a jsem studentkou 5.ročníku univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Studuji obor Učitelství pro 1. stupeň základní školy. Obracím se na Vás s žádostí o spolupráci na výzkumném šetření v rámci mé diplomové práce, která nese název *Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ*. Výzkumné šetření bude formou dotazníku pro Vás. Výzkum je zcela anonymní, zjištěné informace budou sloužit pro účely mé diplomové práce. Chtěla jsem Vás tímto požádat o souhlas se zapojením do výzkumného šetření.

Děkuji za Vaši ochotu a spolupráci na výzkumu.

Sabrina Zvonková

Souhlasím s vyplněním dotazníku, tím se účastním výzkumné části, která je součástí diplomové práce na téma *Šikana a její dopady na žáky 1. stupně ZŠ*.

Podpis učitele.....