# SPOJENÁ ŠKOLA, Budovateľská 1309, 09301 Vranov nad Topľou

# PREVENTÍVNY PROGRAM, ETICKÉ ASPEKTY A PSYCHOLOGICKÉ BEZPEČIE

OBSAH

1. Úvod

2. Smernica č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach.

3. Kyberšikanovanie, PZ /príloha č.1/

4. Pomoc rodičom šikanovaných deti

5. Prvý krok

6. Etika v prevencii

7. Návrh aktivít pre skupinovú prácu v prevencii šikanovania

8. Preventívny program proti šikanovaniu

9. Preventívne aktivity

**ÚVOD**

Šikanovanie na školách je možno také staré ako samotná škola, nakoľko vždy dochádzalo k priestupkom, pri ktorých silnejší ubližovali slabším. Školské šikanovanie nie je záležitosťou poslednej doby. K prejavom šikanovania dochádzalo už v dobách dávno minulých. Šikanovanie zaraďujeme medzi patologické formy medziľudského spolužitia. Vyskytuje sa už medzi deťmi predškolského veku a u žiakov základných a stredných škôl môže nadobúdať veľmi nebezpečné rozmery. Šikanovanie predstavuje veľmi komplexný problém. Každý z prípadov šikanovania je jedinečný, vyžaduje si špecifický prístup a postup riešenia. Prostredie, v ktorom sa žiak cíti dobre, bezpečne a pohodlne je jedným zo základných predpokladov jeho kvalitného vzdelávania, osobnostného rastu a vytváraniu trvalých hodnôt Šikanovanie predstavuje formu agresívneho násilia a je jednou z foriem syndrómu CAN.

Osobnosť učiteľa výrazne ovplyvňuje žiakov, podľa vzťahu k učiteľovi menia svoj prístup nielen k predmetu, ktorý vyučuje, ale formujú aj svoj postoj k rôznym oblastiam života. Ak učitelia dokážu v škole vytvoriť prostredie, ktoré je pokojné a priateľské, zvyšujú tým výkonnosť žiakov, prebúdzajú ich záujem o mimoškolské aktivity. V súlade s humanizáciou a demokratizáciou výchovy a vzdelávania má učiteľ vytvoriť vhodný priestor každému jednotlivcovi.

Preto je nevyhnutné, aby sa problematike sociálno-patologických javov, predovšetkým ich prevencii, na škole venovala patričná pozornosť. Predkladaný program poskytuje základné teoretické informácie o šikanovaní, navrhuje preventívne opatrenia, aktivity na jej predchádzanie a predstavuje krízový plán v prípade riešenia už vzniknutých konkrétnych prípadov.

**Pedagogickí, nepedagogickí zamestnanci sa oboznámia so smernicou č. 36/2018  
k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach**

**Smernica č. 36/2018  
k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach**

ÚVODNÉ USTANOVENIA

Táto smernica upravuje základné znaky, formy a prejavy šikanovania detí a žiakov (ďalej len „žiak“), možnosti preventívneho pôsobenia a metódy riešenia šikanovania žiakov v nadväznosti na zodpovednosť školy a školského zariadenia.

### **CHARAKTERISTIKA ŠIKANOVANIA**

* 1. Na účel tejto smernice sa šikanovaním rozumie

1. správanie žiaka, ktorého úmyslom je ublíženie, ohrozenie alebo zastrašovanie iného žiaka alebo
2. úmyselný spravidla opakovaný útok voči žiakovi alebo skupine žiakov, ktorí sa z rôznych dôvodov nevedia alebo nemôžu účinne brániť.
   1. Podstatou šikanovania je najmä
3. úmysel ublížiť druhému fyzicky alebo psychicky,
4. agresia jedného žiaka alebo skupiny žiakov,
5. prevaha agresora alebo skupiny agresorov nad obeťou.
   1. Šikanovanie sa môže prejaviť
      1. v priamej forme, najmä fyzickými útokmi, urážaním, nadávkami, posmechom, zosmiešnením, príkazmi agresora vykonať určitú vec proti vôli obete, odcudzením veci, vyhrážaním, zastrašovaním, vydieraním, zneužitím osobných údajov, fotografií, šírením nepravdivých informácií alebo kyberšikanovaním alebo
      2. v nepriamej forme, najmä prehliadaním, ignorovaním, zámerným vyčleňovaním z kolektívu alebo nedobrovoľným vystavovaním agresívnym situáciám.

**KYBERŠIKANA**

* 1. Kyberšikanovanie je priama forma šikanovania, pri ktorej ide o zneužitie informačno-komunikačných technológií (najmä telefónu, tabletu, internetu a sociálnych sietí) na úmyselné ohrozenie, ublíženie alebo zastrašovanie, pričom sa často vyskytuje v spojení s inými formami šikanovania.
  2. Kyberšikanovanie má najčastejšie tieto znaky
     1. sociálna prevaha alebo psychická prevaha agresora, nie je nutná fyzická prevaha,
     2. agresor vystupuje často anonymne,
     3. útok nevyžaduje fyzický kontakt agresora a obete,
     4. agresor spravidla nevidí priamu emocionálnu reakciu obete na útok s ohľadom na anonymitu a odstup, ktoré informačno-komunikačné technológie umožňujú,
     5. útoky sa šíria prostredníctvom internetu podstatne rýchlejšie ako inými spôsobmi,
     6. útoky sú prístupné veľkému množstvu osôb,
     7. agresor je schopný uskutočniť útok z rôznych miest,
     8. útoky môžu mať dlhšie trvanie v čase,
     9. obeť nemusí o napadnutí dlhšiu dobu vedieť,
     10. obeť nemusí byť schopná identifikovať agresora,
     11. zverejnené informácie, fotografie a audiozáznamy a videozáznamy môže byť náročné odstrániť z internetu.
  3. Šikanovanie môže napĺňať skutkovú podstatu trestného činu alebo priestupku.
  4. Žiak, ktorý je agresorom, môže byť trestne stíhaný najmä za trestný čin:
     1. ublíženia na zdraví,
     2. obmedzovania osobnej slobody,
     3. lúpeže,
     4. vydierania,
     5. hrubého nátlaku,
     6. nátlaku,
     7. porušovania domovej slobody,
     8. sexuálneho násilia,
     9. sexuálneho zneužívania,
     10. krádeže,
     11. neoprávneného užívania cudzej veci,
     12. poškodzovania cudzej veci,
     13. nebezpečného vyhrážania sa,
     14. nebezpečného prenasledovania,
     15. výroby detskej pornografie,
     16. rozširovania detskej pornografie,
     17. prechovávania detskej pornografie a účasť na detskom pornografickom predstavení,
     18. ohovárania.
  5. Šikanovanie môže napĺňať skutkovú podstatu priestupku proti občianskemu spolunažívaniu alebo priestupku proti majetku.
  6. Skutočnosť, že fyzická osoba nie je trestne zodpovedná z dôvodu nízkeho veku[[1]](#footnote-1)) nie je prekážkou na podanie žaloby vo veci náhrady škody, ktorú žiak spôsobil na majetku alebo vo veci náhrady ujmy, ktorú žiak spôsobil na zdraví. Zákonný zástupca žiaka a žiak zodpovedajú za škodu spoločne a nerozdielne.
  7. Pedagogický zamestnanec alebo odborný zamestnanec, ktorému je známy prípad šikanovania a neprijme žiadne opatrenie, môže byť stíhaný najmä za trestný čin
     1. neprekazenia trestného činu,
     2. neoznámenia trestného činu alebo
     3. ublíženia na zdraví.

**Príloha č.1**

Kyberšikana - Pracovný zošit

**Žiaci 2. stupňa na triednických hodinách, na hodinách OBN, RVK si vypracujú priebežne počas šk. roka pracovný zošit.**

**PREVENCIA ŠIKANOVANIA**

* 1. Prevencia šikanovania sa zabezpečuje najmä formou

1. súčasti výchovno-vzdelávacieho procesu vrátane pozitívneho vplyvu osobnosti pedagogického zamestnanca a odborného zamestnanca v rámci každodenného vyučovania, obsahového zamerania a didaktiky predmetov a prierezových tém
   1. osobný a sociálny rozvoj,
   2. mediálna výchova,
   3. multikultúrna výchova,
   4. ochrana života a zdravia,
   5. výchova a vzdelávanie k ľudským právam,
   6. výchova k občianstvu,
   7. boj proti extrémizmu,
   8. výchova k manželstvu a rodičovstvu a
2. súťaží, hier, prednášok alebo diskusií organizovaných školou alebo organizovaných inými relevantnými subjektmi.
   1. Riaditeľ školy, koordinátor prevencie a triedny učiteľ priebežne informujú zákonných zástupcov, opatrovníka, osoby, ktorým súd zveril dieťa do osobnej starostlivosti alebo do pestúnskej starostlivosti alebo do starostlivosti budúcich osvojiteľov (ďalej len „osoba, ktorá sa osobne stará o dieťa“) alebo zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu o preventívnych činnostiach školy. Pri realizácii preventívnych činností školy riaditeľ školy, koordinátor prevencie a triedny učiteľ venujú zvýšenú pozornosť efektivite týchto činností. Za efektívnu stratégiu v príslušnej oblasti sa nepovažujú jednorazové činnosti, kultúrne podujatia, moralizovanie a zastrašovanie.
   2. Riaditeľ školy, koordinátor prevencie a triedny učiteľ vopred preveria navrhované preventívne činnosti školy s cieľom predísť nežiaducemu vplyvu neodborných činností, ako aj škodlivému vplyvu kultov, siekt či extrémistických organizácií na žiakov.
   3. Riaditeľ školy oboznamuje s podstatou, formami a nebezpečnými dôsledkami šikanovania

a) všetkých žiakov príslušnej školy a ich zákonných zástupcov,

b) zamestnancov školy príslušnej školy,

c) osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa,

d) zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu.

* 1. Riaditeľ školy zodpovedá za systémové aktivity školy v oblasti prevencie šikanovania.

Pri príprave a realizácii celoškolskej stratégie najmä:

* + 1. vytvára pozitívne prostredie v škole,
    2. podporuje prosociálne správanie a vzťahy detí,
    3. určuje v školskom poriadku pravidlá

1. správania sa vrátane sankcií za ich porušenie,
2. používania informačno-komunikačných technológií (mobilných telefónov, tabletov, počítačov a iných komunikačných technológií) v priestoroch školy,
   * 1. rozpracúva podrobnosti prevencie a riešenia šikanovania žiakov vo vnútornom predpise školy,
     2. zabezpečuje v súlade s pracovným poriadkom školy zvýšený dozor pedagogických zamestnancov cez prestávky, pred začiatkom vyučovania, po jeho skončení a v čase mimo vyučovania, najmä v priestoroch, kde k šikanovaniu už došlo alebo by k nemu mohlo dochádzať,
     3. oboznamuje pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov so spôsobom oznamovania šikanovania a preverovania šikanovania,
     4. informuje o postupe pri zistení šikanovania, najmä

1. pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov,

2. žiakov,

3. zákonných zástupcov žiaka,

4. osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa,

5. zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu,

* + 1. zabezpečuje zverejnenie kontaktných údajov inštitúcií, ktoré sa prevenciou a riešením šikanovania zaoberajú,
    2. určuje v pracovnom poriadku školy povinnosť zamestnancov školy oznamovať podozrenie zo šikanovania,
    3. zabezpečuje vzdelávanie pedagogických zamestnancov v oblasti prevencie šikanovania, vrátane kyberšikanovania, prostredníctvom zvyšovania digitálnej gramotnosti učiteľov,
    4. spolupracuje s odbornými zamestnancami príslušného centra pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie (ďalej len „centrum“) a ďalšími odbornými pracoviskami poradenských služieb a preventívnych služieb v regióne,
    5. zapája do prevencie šikanovania žiacku školskú radu, radu školy a zriaďovateľa.

### 

### **METÓDY RIEŠENIA ŠIKANOVANIA**

* 1. Riaditeľ školy alebo ním poverená osoba zostavuje tím zamestnancov školy, ktorý navrhuje a zabezpečuje odborný postup pri riešení šikanovania.
  2. Riaditeľ školy alebo ním poverená osoba pri zisťovaní a preverovaní šikanovania najmä
     1. zabezpečí bezodkladnú pomoc obetiam a ochranu obetí,
     2. zabezpečí dozor v triede, kde sa preveruje šikanovanie,
     3. vykonáva opatrenia na zabránenie možnej krivej výpovede agresora jeho izoláciou počas preverovania šikanovania,
     4. preveruje šikanovanie bezodkladne v čase, keď agresor nie je ešte dohodnutý na spoločnej výpovedi s obeťou, svedkami alebo inými osobami, ktoré na šikanovanie upozornili,
     5. zabezpečí, aby obeť nebola konfrontovaná s agresorom,
     6. zabezpečí zistenie vhodných svedkov a uskutočnenie individuálnych rozhovorov alebo konfrontačných rozhovorov so svedkami,
     7. uchováva dôkazy pri podozrení na kyberšikanovanie v spolupráci s koordinátorom informatizácie alebo externým expertom,
     8. kontaktuje vo vzťahu k obeti, agresorovi a svedkovi šikanovania

1. zákonných zástupcov,

2. osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa,

3. zariadenie, v ktorom je žiak umiestnený na základe rozhodnutia súdu,

4. zariadenie sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, v ktorom je žiak umiestnený,

* + 1. kontaktuje miestne príslušné centrum,
    2. zabezpečí použitie anonymnej dotazníkovej metódy,
    3. vedie písomné záznamy o riešení jednotlivých prípadov šikanovania,
    4. zabezpečí pri rozhovoroch prítomnosť najmenej dvoch pedagogických zamestnancov alebo odborných zamestnancov,
    5. ohlasuje príslušným útvarom Policajného zboru podozrenie na spáchanie priestupku alebo trestného činu.

OPATRENIA NA RIEŠENIE ŠIKANOVANIA

* 1. Opatreniami na riešenie šikanovania pre obeť a jej zákonných zástupcov, osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa a zariadenie, v ktorom je obeť umiestnená na základe rozhodnutia súdu sú najmä
     1. odporúčanie vyhľadať individuálnu odbornú starostlivosť,
     2. zabezpečenie skupinového intervenčného programu v spolupráci s centrom,
     3. zaistenie bezpečia obete,
     4. zabezpečenie informovania a poradenstva o šikanovaní pre osoby uvedené v článku 3 ods. 2.
  2. Opatreniami na riešenie šikanovania pre agresora a jeho zákonných zástupcov, osoby, ktoré sa osobne starajú o dieťa a zariadenie, v ktorom je agresor umiestnený na základe rozhodnutia súdu sú najmä
     1. odporúčanie zákonným zástupcom agresora vyhľadať odbornú starostlivosť centra,
     2. preloženie agresora do inej triedy alebo do inej výchovnej skupiny, ak je agresor schopný stále ohrozovať svoje okolie,
     3. uloženie opatrenia vo výchove podľa § 58 ods. 2 a 3 zákona.

(3) Pedagogický zamestnanec alebo odborný zamestnanec je povinný šikanovanie, alebo podozrenie zo šikanovania medzi žiakmi bezodkladne riešiť a každej jeho obeti bezodkladne poskytnúť pomoc.

### **SPOLUPRÁCA ŠKOLY S ORGÁNMI ČINNÝMI V TRESTNOM KONANÍ A ORGÁNOM SOCIÁLNOPRÁVNEJ OCHRANY DETÍ A SOCIÁLNEJ KURATELY**

* 1. Riaditeľ školy je povinný oznámiť orgánom činným v trestnom konaní podozrenie, že žiak sa dopustil

1. šikanovania,
2. spáchania trestného činu uvedeného v čl. 2 ods. 7 alebo opakovane páchal priestupky uvedené v čl. 2 ods. 8 v súvislosti so šikanovaním.
   1. Riaditeľ školy je povinný orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately oznámiť
3. podozrenie podľa odseku 1,
4. skutočnosti, ktoré ohrozujú obeť, agresora alebo svedkov, opatrenia, ktoré prijal podľa článku 4 alebo článku 5.

SPOLUPRÁCA ŠKOLY SO ZÁKONNÝMI ZÁSTUPCAMI ŽIAKOV, OSOBAMI, KTORÉ SA OSOBNE STARAJÚ O DIEŤA ALEBO ZARIADENÍM, V KTOROM JE ŽIAK UMIESTNENÝ NA ZÁKLADE ROZHODNUTIA SÚDU

* 1. Pri podozrení na šikanovanie žiaka spolupracujú riaditeľ školy, koordinátor prevencie, výchovný poradca, ďalší pedagogickí zamestnanci a odborní zamestnanci s rodinou obete a s rodinou agresora.
  2. Pedagogickí zamestnanci a odborní zamestnanci dbajú pri rozhovore so zákonným zástupcom obete, agresora alebo svedka najmä na zachovanie dôvernosti informácií.
  3. Riaditeľ školy môže odporučiť zákonným zástupcom agresora a osobám, ktoré sa osobne starajú o dieťa alebo zariadeniu, v ktorom je umiestnený na základe rozhodnutia súdu, umiestniť agresora na dobrovoľný diagnostický pobyt do diagnostického centra alebo do liečebno-výchovného sanatória.
  4. O úkonoch podľa tohto článku osoba poverená riaditeľom školy vyhotovuje zápis, z ktorého po jednom vyhotovení poskytne každej zo zúčastnených osôb.

Triedny učiteľ usmerní a poskytne potrebné informácie rodičom obete/agresora

POMOC RODIČOM ŠIKANOVANÝCH DETÍ

Pomoc rodičom, ktorých deti sú šikanované je veľmi dôležitá. Je potrebné, aby sa medzi rodičom a dieťaťom vytvorila väzba dôvery. Je potrebné, aby rodič vysvetlil dieťaťu, že šikanovanie je zlé a nesmie sa utajovať. Aj napriek dobrému vzťahu medzi rodičom a dieťaťom sa stáva, že dieťa neoznámi, že sa mu v škole deje niečo zlé, či už zo strachu pred pomstou agresora alebo, že bude označený ostatným spolužiakmi za zradcu a bonzáka.

• Dieťaťu je potrebné poskytnúť predovšetkým pocit istoty a maximálnu podporu. V prípade, že sa dieťa prizná k tomu, že je šikanované je potrebné mu dôverovať. V prípade dlhodobého šikanovania môže dôjsť k vážnemu poškodeniu obete a dieťa, by sa do školského prostredia malo vrátiť, až keď nadobudne istotu, že sa celá situácia vyriešila.

• Rodič by mal navštíviť školu. Rozhovor medzi riaditeľom a triednym učiteľom je v tomto prípade nevyhnutný. Rodič získava informácie či je škola ochotná riešiť takúto situáciu a či pedagógovia majú odborné skúsenosti s takouto situáciou, ako budú postupovať, ako budú dieťa chrániť a podobne.

• Podľa situácie v škole, môžeme uvažovať o ďalších opatreniach, nadviazať kontakt s odborníkom, navštíviť rodičov agresora. Zaistiť dieťaťu ochranu na ceste do školy a domov. Ak je štádium šikanovaniu v závažnom štádiu, rodič má právo obrátiť sa na políciu a podať trestné oznámenie na agresorov, prípadne na školu ako inštitúciu.

• Rodičia šikanovaného i šikanujúceho dieťaťa môžu vyhľadať odbornú pomoc v pedagogicko – psychologických poradniach alebo detských psychiatrických liečebniach .

Smernica ukladá škole povinnosť vyhotoviť zápis o úkonoch riešenia šikanovania, ktorý musí poskytnúť všetkým zúčastneným osobám. Tento zápis v prípade, že chce zákonný zástupca podať sťažnosť, môže postúpiť ako dôkazový materiál príslušnému školskému inšpekčnému centru.

**Triedny učiteľ na viditeľnom mieste v triede umiestni web stránky a tel. čísla anonymnej pomoci.**

**PRVÝ KROK**

**Učiteľ, rodič, žiak/dieťa sa môže obrátiť na:**

- Webovú platformu **„Odpíšeme ti.“** Tento portál je zastrešený **www.odpisemeti.sk**, ktorý ponúka možnosť urobiť dôležitý prvý krok žiaka/dieťa, ale aj dospelého človeka konajúceho v záujme dieťaťa, nasmeruje ich na správnu cestu riešenia.

-  **Anonymná Linka detskej istoty – na bezplatnom** **celoeurópskom tel. čísle 116 111** je k dispozícii 24 hodín, 7 dní v týždni, ale aj cez chat, ktorý je na webe dostupný vo vybraných hodinách. Návštevníci na stránke nájdu tiež množstvo dôležitých informácií o téme, ako aj zaujímavé videá a články.

- Online čet na stránke [**www.pomoc.sk**](http://www.pomoc.sk/) denne v čase **18.00 - 22:00 h**.,

- Zaslaním e-mailu na: [**potrebujem@pomoc.sk**](mailto:potrebujem@pomoc.sk)**.**

**Škola zabezpečí zorganizovanie odborných besied v spolupráci PZ mesta V/T, v spolupráci Oddelením podpory ochrany detí pred násilím vo V/T, v spolupráci CPP mesta V/T.**

**Koordinátor mediálnej výchovy zabezpečí pre žiakov I. stupňa rozprávky na tému šikana/prevencia.**

**Koordinátor prevencie – dotazníky.**

**Koordinátor výchovy k ľudským právam – aktivita zameraná na prevenciu šikanovania.**

**Koordinátor multikultúrnej výchovy – nástenka na tému šikana/prevencia v škole.**

**Výtvarný krúžok – žiaci nakreslia obrázok na tému: Škola bez šikany.**

**ETIKA V PREVENCII**

Programy a aktivity zamerané na prevenciu a osobnostný a sociálny rozvoj sa týkajú prežívania, emócií a správania žiakov a žiačok. Neraz do školských tried prinášajú témy osobné, citlivé až intímne. Preto je základnou požiadavkou kvalitného vedenia takýchto programov a aktivít budovanie psychologického bezpečia a dôvery v triede. Kľúčové je v tomto prípade najmä to, aby osoba, ktorá aktivity vedie, dodržiaval/a dôsledne pravidlá profesijnej etiky, aby sa usiloval/a budovať so žiakmi a žiačkami otvorené, harmonické vzťahy a súčasne, aby prinášal/a do triedy len také témy a metódy, ktoré dokáže korektne odborne a eticky spracovať.

Pravidlá etiky a zásady psychologického bezpečia navyše nechránia v triede len žiakov a žiačky ale aj vyučujúcich. **Rovnako ako žiaci a žiačky aj učitelia a učiteľky majú právo nevyjadriť sa k citlivým témam či nezdieľať osobné informácie, ak ich k tomu deti vyzývajú.** Na to by sme mali pri výučbe týchto tém pamätať a vnímať etické pravidlá ako nástroj, ktorý prispieva k bezpečiu celej skupiny.

**DESATORO PRAVIDIEL PRE PSYCHOLOGICKÉ BEZPEČIE V TRIEDE**

Žiakov a žiačky vopred oboznámime s najdôležitejšími pravidlami psychického bezpečia:

Žiak/čka má právo nezúčastniť sa konkrétnej aktivity (tzv. stop pravidlo),

Učiteľ/ka má právo kedykoľvek zastaviť aktivitu (napr. keď je ohrozená bezpečnosť),

Učiteľ/ka rešpektuje právo na súkromie žiakov a žiačok.

Učiteľ/ka jasne štruktúruje aktivitu žiakov a žiačok.

Učiteľ/ka vytvára čo najviac priestoru pre žiakov a žiačky.

Učiteľ/ka vopred zvažuje možné riziká a zohľadňuje ich v inštrukciách.

Učiteľ/ka podporuje a povzbudzuje žiakov a žiačky, aby sa prejavovali a súčasne

rešpektovali rôzne názory.

Pri témach, ktoré sú citlivé, vedie učiteľ/ka diskusiu na všeobecnejšej, menej osobnej úrovni.

Učiteľ/ka ošetruje emočne vypäté situácie.

Učiteľ/ka používa spätnú väzbu.

V prípade potreby učiteľ/ka zavádza ďalšie pravidlá.

Učiteľ/ka sa púšťa len do takých tém a metód, na ktoré je pripravený/á.

**PREVENTÍVNY PROGRAM PROTI ŠIKANOVANIU**

Prevencia je v odbornej literatúre najčastejšie definovaná ako predchádzanie nežiaducim javom, obsahuje ochranné opatrenia, ktoré majú pôsobiť pred vznikom patologického asociálneho javu. Prevencia proti šikanovaniu je jednoduchšia a účinnejšia ako samotné riešenie existujúceho šikanovania.

**Rozlišujeme tri druhy prevencie šikanovania:**

**1. Primárna prevencia** sa venuje predchádzaniu šikanovania v prostredí, kde sa šikana ešte nevyskytuje. Ide o sústavnú systematickú prácu s celou triedou, o budovanie medziľudských vzťahov.

**2. Sekundárna prevencia** je zameraná na skupiny, kde sa už miernejšia forma šikanovania vyskytla. Spočíva v zmapovaní situácie (čo sa v triede deje, koľko je obetí, kto je agresor, akým spôsobom dochádza k ubližovaniu a pod.). Práca so skupinou je v tomto prípade nevyhnutná. Pri tejto práci využívame rôzne aktivity, zamerané na rozvoj pozitívnych vzťahov – stmeľovacie programy, nastavovanie pravidiel až po prácu s jednotlivcami.

**3. Terciárna prevencia** je už v kompetencii polície (napr. vyšetrovanie trestného činu ublíženia na zdraví), sociálnych kurátorov či liečebných inštitúcií. Zameriava sa na vyšetrenie šikanovania, identifikáciu páchateľov trestných činov a traumatizovaných obetí a individuálnu prácu s nimi.

**Systémové aktivity školy v oblasti prevencie**:

a) vytvoriť pozitívnu klímu v škole

b) navodiť úzku spoluprácu medzi žiakmi, zamestnancami školy a rodičmi a jasne vymedziť možnosti oznamovať aj zárodky šikany

c) zaistiť v súlade s pracovným poriadkom zvýšený dozor pedagogických zamestnancov cez prestávky, pred začiatkom vyučovania a po jeho skončení najmä v priestoroch, kde k šikanovaniu už došlo

d) oboznámiť pedagogických zamestnancov so krízovým plánom školy pre riešenie šikanovania e) zabezpečiť vzdelávanie v oblasti prevencie šikanovania pre pedagogických zamestnancov f) spolupracovať so školským psychológom, odborníkmi z príslušného centra pedagogickopsychologickej poradne, resp. ďalšími odbornými pracoviskami v regióne

g) zaangažovať do riešenia a do prevencie šikanovania aj žiacke školské rady.

**Primárna prevencia na triednických hodinách:**

- na začiatku školského roka organizovať adaptačné dni, zamerané na posilnenie pozitívnych vzťahov v kolektíve - na začiatku školského roka, predovšetkým v nových triedach, vytvoriť pravidlá triedy (tvoria ich žiaci spolu s triednym učiteľom)

- na triednických hodinách umožniť žiakom vyjadriť sa k dianiu v triede aj mimo nej, poukázať na problémy

**Primárna prevencia vo výučbe:**

- je obsahovou náplňou predmetov ako etická výchova, náboženská výchova, občianska náuka; ako obsah prierezových tém je súčasťou všetkých vyučovacích predmetov - osobnosť každého učiteľa a jeho prístup k žiakom smeruje k posilňovaniu odolnosti žiakov proti spoločensky rizikovým javom - žiakov vedieme k sebavedomiu, správnemu sebahodnoteniu, stanoveniu si reálnych cieľov v živote, k zvládaniu stresu

- v rámci všetkých vyučovacích predmetov rozvíjame sociálne a komunikačné zručnosti žiakov - vytvárame podmienky pre priaznivú pracovnú klímu a zdravý pracovný režim žiakov a učiteľov, optimalizujeme vzťahy medzi učiteľmi a žiakmi

**PREVENTÍVNE AKTIVITY**

Ako vybrať tie správne?

Metódy a aktivity, ktoré v rámci preventívnych programov používame, môžeme rozdeliť do troch skupín.

**Prvú skupinu** tvoria najčastejšie používané metódy a aktivity zamerané na  kognitívnu oblasť (teda vedomostnú alebo informačnú). Cieľom týchto metód a aktivít je  poskytovanie a spracovanie informácií o rôznych typoch správania a o rizikách daného správania.

**Druhú skupinu** tvoria metódy a aktivity zamerané na afektívnu, emočnú oblasť. Ide o vnímanie, prežívanie, porozumenie a vyjadrovanie emócií, formovanie postojov k daným javom.

**Poslednú skupinu** tvoria metódy a aktivity zamerané na oblasť konatívnu, t. j. rozvíjanie zručností a modelovanie žiaduceho správania. Vyvážené preventívne programy a aktivity by mali zosúladiť všetky tri vyššie uvedené zložky, tie ktoré pôsobia cielene len na zložku kognitívnu spravidla nebývajú také účinné.

Naopak metódy a aktivity zamerané na rozvíjanie zručností a konkrétnych spôsobov riešenia problémov podporujú nielen stratégie, ako sa správať v rôznych situáciách, ale súčasne pomáhajú deťom a dospievajúcim uvedomiť si zodpovednosť za svoje správanie, empaticky sa identifikovať  s rôznymi aktérmi príbehov a situácií, hľadať alternatívne riešenia a celkovo kriticky uvažovať a rozhodovať sa.

**NÁVRH AKTIVÍT PRE SKUPINOVÚ PRÁCU V PREVENCII ŠIKANOVANIA**

Ciele preventívneho programu:

• zlepšenie medziľudskej komunikácie,

• rozvoj sebapoznávania a poznávania iných,

• sebareflexia a sebauvedomovanie,

• riešenie konfliktných situácií vo vzťahu k rovesníkom a dospelým,

• rozvoj kooperácie, empatie a spolupatričnosti v skupine,

• riešenie problému šikanovania v skupine. Každé skupinové stretnutie pozostáva zo štyroch časti:

• úvod – rozohrievacia aktivita,

• hlavná zážitková aktivita,

• spätná väzba, reflexie,

• záver, vyhodnotenie skupiny.

**NÁMETY PRE POHYBOVÉ AKTIVITY**

**Na sochy**

**Cieľ:** spolupráca na neverbálnej úrovni

**Pomôcky:** nie je potrebný materiál

**Čas:** 15 min

**Realizácia:** deti rozdelíme do dvojíc. Vysvetlíme im, že najskôr si každý zvolí názov svojej budúcej sochy, ktorý neprezradí. Jeden z dvojice sa stane hrudou hliny a druhý sochárom. Sochár má príležitosť vytvarovať sochu, akú chce, ktorá najlepšie vystihuje jeho vybraný názov. Sochár teda sformuje celé telo partnera do príslušného postoja. Keď je socha hotová, ten, ktorý ju predstavuje háda jej názov, pričom mu deti aktívne pomáhajú. Zároveň ostatným referuje, ako sa v danom postoji cítil. Postupne sa vystriedali všetky deti.

**Ako sa máš**

Cieľ: deti sa učia vyjadriť otvorene ako sa cítia

Pomôcky: tabuľa, krieda

Čas: 15 min

Realizácia: na tabuľu sme nakreslili tri tváre. Jedna vyjadrovala skutočnosť som nešťastný, druhá som šťastný, tretia vyjadrovala zmiešané emócie. Nad tváre sme napísali: „ Ako sa máš“ Potom sme deti vyzvali, aby napísal svoje meno pod jednu zo znázornených tvárí. Zároveň sme sa rozprávali, prečo majú takú náladu akú majú.

**Státie na papieri**

Cieľ: Rozohrievačka, pocit spolupatričnosti v kolektíve

Pomôcky: papiere

Čas: 10 min

Realizácia: skupinu rozdelíme do viacerých podskupín. Postavíme ich na veľký papier s inštrukciou, že všetci členovia skupiny musia byť na tomto papieri. Postupne skladáme papier na menšie časti. Sledujeme ako tento problém riešia jednotlivé skupiny a môže nasledovať diskusia o možnostiach riešenia.

**ČO TI NAPADNE, KEĎ SA POVIE...?**

K tomuto cvičeniu budete potrebovať mäkkú loptu alebo plyšovú hračku. Trieda sa postaví alebo posadí do kruhu. Položíme otázku, čo Ti prvé napadne, keď sa povie „súkromie“, „bezpečie“ alebo „dôvera“ (asociácie možno samozrejme obmieňať podľa zamerania programu) a hodíme niekomu loptu. Ten povie svoju asociáciu k pojmu a hodí loptu ďalej. Skupina má inštrukciu hádzať loptu tomu, kto ešte nehovoril, aby sa všetci vystriedali. Je vhodné zdôrazniť, že sa každá asociácia cení a žiadne odpovede nie sú nesprávne.

**KOĽKO POTREBUJEŠ?**

K tomuto cvičeniu budete potrebovať kotúč toaletného papiera alebo nastrihané kúsky papiera. Triedu usadíme do kruhu a necháme papier kolovať s inštrukciou, že si každý má zobrať toľko kúskov, koľko potrebuje. V druhom kole vysvetlíme, že pre každý kúsok, ktorý si zobrali, majú povedať informáciu o sebe, asociáciu k téme a pod. Kolečká pokračujú dovtedy, kým všetci nepoužijú všetky svoje papieriky.

**REFLEXIA NA ČIARE**

Pripravte si lano alebo hrubšiu vlnu v takej dĺžke, aby ste mohli vytvoriť veľký kruh. Spravte uzol, nechajte triedu postaviť sa do kruhu z vonkajšej strany lana. Všetci sa držia lana alebo vlny a posúvajú ho v smere hodinových ručičiek. Keď poviete STOP, ten kto drží v ruke uzol, odpovie na otázku: Čo som sa dnes naučil/a, dozvedel/a, čo ma zaujalo, čo ma najviac bavilo... Všetci môžu odpovedať na rovnakú otázku, alebo si môžete pripraviť niekoľko otázok napr. do kolesa šťastia alebo do vrecúška a každému jeho otázku vyžrebovať. Ak použijete vrecúško, môžete ho priviazať na lano a u koho zastane, ten si vyberie otázku. Okrem reflexie posúvanie lana vytvára priestor pre ukotvenie, odľahčenie, zapojenie pohybu a zmyslov, teda záverečné uvoľnenie po náročnejšej téme.

1. [↑](#footnote-ref-1)