

Príručka pre rodičov žiakov ako postupovať pri riešení  
šikany/podozrenia na šikanu

**A) Šikana môže mať rôzne formy. Ide o opakované, zámerné správanie proti ktorému sa obeť nevie brániť.**

Častými formami šikany sú:

- Fyzické šikanovanie – bitky, kopance, potkýnania, facky či iné násilné a agresívne prejavy správania a pod.
- Verbálne šikanovanie – urážky, nadávky, vydieranie, posmievanie sa, vulgárne vyjadrovanie sa o niekom, zastrašovanie a pod.
- Sociálne šikanovanie – nahováranie na to, aby niekoho vylúčili z kolektívu alebo ho ignorovali, zámerné prehliadanie človeka, poškodzovanie niekoho dobrého mena alebo jeho reputácie a pod.
- Sexuálne šikanovanie – nevhodné dotyky, sexuálne narážky, komentovanie vzhľadu, urážlivé gestá či posielanie a preposielanie pornografického obsahu a pod. Týka sa tak chlapcov ako aj dievčat.
- Kyberšikanovanie – šikanovanie prostredníctvom mobilu, tabletu, PC či iných technológií (písanie nenávistných či urážlivých postov, komentárov, zverejňovanie nevhodných fotiek, zakladanie chatov či skupín s cieľom niekoho ponižovať a zosmiešňovať, vytváranie či preposielanie meme-obrázok či statusov o niekom, zverejňovanie nevhodného obsahu a pod.)

**B) Čo naopak šikanou nie je ?**

Nie všetky prejavy nevhodného správania medzi deťmi či mladými ľuďmi môžeme považovať za šikanu. Šikana napríklad nie je:

- keď sa deti medzi sebou pohádajú, dostanú do konfliktu alebo sa pobijú,
- náhodné ojedinelé prejavy agresie, zastrašovania alebo nesúhlasu, negatívna reakcia,
- keď sa menia vzájomné vzťahy, preferencie a priateľstvá detí,
- keď sa deti či mladí ľudia medzi sebou nechcú hrať a priateliť (napríklad moje dieťa sa už nechce kamarátiť s dieťaťom môjho nadriadeného, kamarátky a pod.),
- keď dieťa nezapadá alebo nechce zapadať medzi skupinu rovesníkov, je vyčlenený z kolektívu t.j. deti si ho väčšinou nevšímajú alebo nezavolajú do hry alebo na narodeninové oslavy,
- ak niekto niekoho nechtiac buchne, zhodí, drgne, nejde teda o opakovanú prevahu sily,
- nehody, nezahody a hádky pri športových aktivitách,
- ak sa dieťa dožaduje aby sa hrali podľa jeho pravidiel, pričom nie je agresívne voči iným deťom,
- ak dieťa povie vtip o inom dieťati, bez zámeru ublížiť, šíriť klebety alebo urážlivé prezývky,
- ak dieťa vyjadruje nepríjemné myšlienky, svoje pozorovanie alebo pocity k iným deťom.

Tieto situácie je tiež potrebné riešiť, učiť deti vzájomnej úcte, rešpektu a tolerancii, ale nie sú šikanou.

**C) Ako môžem zistiť, či sa môjmu dieťaťu deje niečo nepríjemné**

- v škole – na vyučovaní, cez prestávky,
- mimo školy,
- vo voľnom čase.

Vidím zmenu správania dieťaťa. V poslednom čase je:

- dieťa smutné
- snaží sa vyhýbať dochádzke do školy
- úzkostlivé, často plače
- často ho ráno bolí brucho/hlava/iné

- zle spí, má ľahký spánok
- bojí sa vecí, kt. sa predtým nebálo
- pýta si viac peňazí, jedla do školy
- vyhýba sa kamarátom
- nechce si robiť úlohy
- schováva mobil, zatvára webstránky vo vašej prítomnosti
- nebavia ho /nechce robiť aktivity, kt. mal predtým rád.
- má nočné mory
- trápia ho „zlé“ myšlienky
- „stráca“ veci, hračky, pomôcky
- drobné úrazy zo školy
- nechce hovoriť o tom, čo bolo v škole

#### D) Čo môžem ako rodič urobiť?

- Porozprávajte sa s dieťaťom. Vysvetlite mu, že ak sa necíti dobre v škole alebo aj mimo školy, chcete a viete mu pomôcť iba vtedy, ak vám povie, čo ho trápí. Ubezpečte ho, že vám môže povedať čokoľvek a nebudete naňho kričať, hnevať sa, nadávať mu a ani inak neprimerane reagovať. A samozrejme, dodržte tento sľub!

Ak sa vám dieťa **zdôverí s aktuálnym** problémom/správaním, ktoré môže byť, prípadne je, šikanovaním, **nenechávajte si to pre seba, aj keď vás o to dieťa prosí!** Zaisťte všetky dôkazy, ktoré dieťa má. Skontrolujte mobil. Škola nezriedka má k dispozícii archív kamerových záznamov. (Je potrebné presne vedieť deň, miesto a približný čas incidentu).

#### **Ak sa vám dieťa zdôverí s problémom, riešte ho!**

Čím skôr problém začnete riešiť, tým skôr sa bude vaše dieťa cítiť lepšie. Neodkladajte riešenie problémov. Ale ani nevyťahujte problémy a „krivdy“ z minulých rokov, ktoré ste neriešili.

**Za dieťa do 18 rokov (jeho zdravotný, fyzický, psychický stav) je zodpovedný výhradne jeho rodič.** Rodič je zároveň trestnoprávne zodpovedný za správanie svojho dieťaťa do veku 14 rokov.

Ak sa vám dieťa **nezdôverí**, nechce nič povedať, ale máte podozrenie, oslovte v škole:

- triedneho učiteľa vášho dieťaťa a pýtajte sa na aktuálnu situáciu v triede, na správanie a prípadné zmeny v správaní vášho dieťaťa,
- šk. psychológa a dohodnite si s ním individuálnu konzultáciu a prípadne krátkodobú individuálnu starostlivosť pre vaše dieťa,
- spolužiakov, kamarátov vášho dieťaťa,
- riaditeľa školy, p. zástupkyne,...

#### E) Ako mám riešiť problém so šikanou, kt. sa týka školy?

- Osobne kontaktovať triedneho učiteľa. Opísať mu **aktuálny problém**, aktérov, ak sú známi (nie problém, kt. ste neriešili po minulé roky). Dohodnúť si s TU konkrétny ďalší postup a termín riešenia. Spísať záznam zo stretnutia. Zaujímať sa o riešenie.

Ak si nie ste istí alebo spokojní s riešením situácie, môžete tiež:

- kontaktovať šk. psychológa,
- kontaktovať vedenie školy – osobne, telef., písomne (email, list)

## **F) Čo nerobiť ?**

- Nekonfrontovať domnelého agresora, teda druhé dieťa. Neriešte problém s maloletým, za jeho správanie sú zodpovední jeho rodičia (v škole, učiteľia).
- Neriešte problém v rodičovských skupinách a v iných skupinách ľudí, ktorí nie sú zainteresovaní v danej situácii. Môže dôjsť k zmareniu vyšetrovania alebo k zbytočnému „nafúknutiu“ alebo naopak k bagatelizovaniu problému.

## **G) Po dokázaní šikany môže škola agresora potrestať nasledovne:**

- pokarhanie triednym učiteľom,
- pokarhanie riaditeľom školy,
- zvolanie výchovnej komisie a ďalšie kroky prípadne v súčinnosti s políciou SR a UPSVaR,
- znížená známka zo správania,
- podať oznámenie na odbor sociálnej kurately UPSVaR,
- podať trestné oznámenie na políciu (to môže urobiť aj rodič).

## **H) Čo škola urobiť nemôže:**

- preradiť agresora do inej triedy bez súhlasu jeho zák. zástupcu,
- vylúčiť žiaka zo školy,
- nariadiť zaradenie žiaka na pobyt do Liečebno-výchovného sanatória,
- nariadiť vyšetrenie v CPPPaP, príp. iným odborníkom.

## **I) Čo môžem ako rodič ešte urobiť, ak sa dieťa necíti v triede dobre?**

- Požiadajte školu o zabezpečenie preventívnych aktivít proti šikane v triede.
- Vyhľadajte pre dieťa pomoc odborníka – psychológ, terapeut, ...
- Požiadajte školu o preradenie vášho dieťaťa do inej triedy.
- Zvážte zmenu školy.

## **J) Čo robiť, ak sa deje šikana mimo školy?**

- Pokiaľ sa ubližovanie deje mimo areál školy a mimo vyučovania, kontaktujte rodičov druhého dieťaťa/agresora alebo políciu SR.

## **K) Právne normy k téme šikanovanie:**

- Metodické usmernenie č. 36/2018 o prevencii a riešení šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach. Dostupné z: <https://www.minedu.sk/data/att/13481.pdf>
- Trestný zákon č. 300/2005 Z. z. – okrem iného vymedzuje, čo patrí k trestným činom. Dostupné z: <https://www.zakonypreludi.sk/zz/2005-300>
- Zákon o priestupkoch č. 372/1990 Zb. Dostupné z: <https://www.epi.sk/zz/1990-372>.
- Škola sa tiež riadi vlastným školským poriadkom a pracovným poriadkom.