

Urážky znějí ve třídě často

Jakou podobu má dnes ve školách psychická šikana, jak by na ni mělo reagovat okolí a lze jí předcházet?



Spolužáci umí ublížit. V rámci průzkumu PISA z roku 2018 třicet procent českých patnáctiletých uvedlo, že zažili některou z forem šikánování minimálně několikrát za měsíc.

FOTO SHUTTERSTOCK

JITKA POLANSKÁ

Vydírání, sociální izolace, posměšky nebo naschvály spolužáků a spolužaček – to je pro malé dítě i teenagera něco jako malá smrt. Psychická šikana ve školních třídách má ale kromě obětí a agresorů ještě další hráče: přihlížející. Jak se zachová „šedá zóna“, nakonec rozhodne. Učitelé a rodiče, ale i vedení školy mají na vývoj situace od nepřátelství k systematické šikaně obrovský vliv. Když jsou vztahy ve třídě zdravé, konflikty a různé zlomyslnosti nezmizí, ale tvrdá šikana se nerozbuší.

Podle čerstvé zveřejněného průzkumu zadaného společností SCIO v rámci projektu Mapa školy 81 procent českých žáků 2. stupně bylo u toho, když někdo ve třídě někomu slovně ublížoval. Ve školním roce 2021/2022 se šetření zúčastnilo 12 800 žáků 2. stupně ze 110 ZŠ v Česku. Téměř pětina ze všech dotazovaných označila slovní šikany za věc „úplně běžnou“, která se děje skoro denně.

„Stálo nás to týden práce, než jsme ten případ rozplekli. Všichni zapírali a věřili, že se nám nepodaří nic zjistit, protože do jejich online aktivit nevidíme,“ říká ředitel středně velké základní školy v Pardubickém kraji, který z pochopitelných důvodů nechce být jmenován. Mluví o nepříjemném incidentu, který museli s kolegy nedávno řešit a ve kterém hrála roli nahá fotka neboli v žargonu dospívajících „nudeska“.

Chlapec z jeho školy o takovou fotku požádal svou bývalou dívku a ona mu ji poslala. „Nebyla nijak kompromitující, nic moc tam vidět nebylo, ale na zostuzení mezi spolužáky to stačilo – fotku nechal kolovat.“ Kamarádi začali na sítích přidávat posměšné komentáře na dívčin účet, ta své zranění ventilovala tak, že verbálně napadla současnou přítelkyni chlapce. Pár jako odvetu dívku začal vydírat.

„Celé to bylo o to nebezpečnější, že nápad získat nahou fotku vnikl žákovi cizí dospělý člověk, se kterým se seznámil na internetu a který mu za ni zřejmě nabízel peníze,“ říká ředitel a ke své anonymitě dodává: „Maximální diskretnost je v tomto případě opravdu namístě, nelze riskovat, aby

kdokoli z příběhu byl někým na základě mých slov jakkoli konfrontován.“

Případ, kterým se škola musela zabývat, je více méně emblematický. „V naší poradně v posledních letech zaznamenáváme mohutný nárůst případů zneužití intimních materiálů, které děti dobrovolně sdílejí,“ říká vysokoškolský pedagog z Palackého univerzity v Olomouci Kamil Kopecký,

Podle průzkumu z loňského školního roku 81 % českých žáků 2. stupně bylo u toho, když ve třídě někdo někomu slovně ublížoval

“

jenž se specializuje na kyberšikany a vede národní projekt na její prevenci E-Bezpečí. Různé formy kybernetické agrese jako urážení, ponižování, ale i vyhrožování a vydírání nejsou mezi dospívajícími nijak vzácné. Nejčastějším motivem je podle Kopeckého pomsta za domnělé či skutečné příkoří, vybočování dítěte z kolektivu nebo prostě nuda. „A nesmíme zapomenout také na situace, kdy se něco, co bylo myšleno jako žert, vymkne kontrole,“ říká expert.

Z posledních tří případů, které tým výše zmiňované školy řešil, se dva odehrávaly z velké části online. „To představuje další komplikace, musíme vždy vyhodnotit, nakolik jde už o soukromou sféru žáka a zda do ní můžeme jako škola vstoupit,“ říká ředitel. Když například s kolegyněmi zjistili, že se žáci jedné třídy na whatsappu domlouvali, jak vyloučit spolužáka ze školou organizovaného pobytu v přírodě, škola zasáhla.

„Na dobrých vztazích ve škole nám opravdu záleží, a máme tudíž zvýšenou citlivost na jednání, které by se mohlo do šikany rozvíjet, kdyby se nepodchytilo včas,“ říká ředitel. Dodává ale, že slovo šikana v jeho škole moc rádi nemají. „Je v něm určitá

toxicita. Raději s kolegyněmi ze školního poradenského pracoviště pojmenováváme věci konkrétně,“ dodává.

Obětí je často ten, kdo se odlišuje

Označení „šikana“ se v českém prostředí používá v souvislosti se širokou škálou různých projevů agrese, ale odborníky je šikana definována úžeji: jako patologická situace, při které dochází k opakovanému týrání slabší oběti silnějším agresorem či agresory. Ne každá agrese ve školní třídě je tedy šikana. Zatímco agresivní chování je v dětských skupinách celkem běžné, a to i ve školách, které se o bezpečné prostředí starají, rozvinutá šikana signalizuje, že mezi spolužáky jsou nemocné vztahy a že učitel a vedení něco zanedbali. Na druhou stranu je třeba říci, že šikany je těžké odhalit, protože se neodehrává dospělým na očích.

„O problémech se někdy dozvíme, až když do sebe děcka jdou fyzicky,“ říká školní psycholog ze ZŠ v Krnově Petr Studnička. „Fyzické agrese často předchází ta verbální a útočnickem pak může být dítě, které neuneslo dlouhodobý tlak posměšků. Paradoxně útočí oběť původní šikany, nikoliv skutečný agresor. Proto je nutné nedělat unáhlené závěry, nedat na první dojem a věnovat vyšetřování dostatek času,“ vysvětluje psycholog.

„Většinou se třída vymezuje proti někomu, kdo nějak vybočuje. Není to tak, že by děti špatně tolerovaly jinakost jako takovou, jde spíš o projevy s ní spojené,“ říká terapeutka Veronika Büchler, která se zabývá mimo jiné podporou nadaných dětí. Ty se ostatním spolužákům někdy jeví jako podivínské, stejně jako děti s projevy autismu nebo ADHD, na což spolužáci mohou reagovat zlomyslně. Posměšky přitahují i děti ze sociálně slabšího prostředí. „Když dětem někdo ‚nesedne‘, nezapadne do jejich představ nebo se nepojuje do aktivit očekávaným způsobem, mohou reagovat nesnášenlivě. Je úlohou dospělých, aby je naučili, že nesoulad nemusí končit konfliktem.“

V rámci průzkumu PISA z roku 2018, který se kromě sledování úrovně gramotností věnuje i mapování wellbeingu ve školách, 30 procent českých patnácti-

letých uvedlo, že zažili některou z forem šikánování minimálně několikrát za měsíc. Někdo se jim posmíval nebo jim vyhrožoval, bral nebo ničil věci, strkal do nich či je dokonce uhodil. Pro srovnání: ve Finsku to bylo 17,7 procenta žáků, v Rakousku 23,2 a ve Velké Británii 27 procent.

Stejný průzkum zároveň uvádí, že osm procent českých žáků spadá na škále OECD do horních deseti procent dětí, které šikany zažily neboli byly šikanované nejvýrazněji. (Ve Finsku je to šest a v Rakousku sedm procent.) Oněch osm procent případů se může týkat skutečné šikany podle její úzké definice. Co se týče kyberšikany, z průzkumu týmu Kamila Kopeckého vyplývá, že nějakou formu online agrese zažilo 50 procent dětí, přímo kyberšikany asi osm až deset procent.

Postavit se za sebe

V šikany mohou vyústit v zásadě dvě situace. Někdy se v třídním kolektivu vyskytne agresivní dítě se sociopatickými sklony, které si hledá terč pro vybití své agrese a najde ho nejčastěji v nějak oslabeném spolužákovi. To je jeden případ. Ale i skupiny běžných dětí se mohou za určitých okolností vůči některému dítěti projevat nepřátelsky. „Děcka jsou dneska tvrdá. Některá děvčata dokáží být až nečekaně krutá, vyčle-

Nejčastějším motivem kyberagrese je pomsta za domnělé či skutečné příkoří, vybočování dítěte z kolektivu nebo prostě nuda

“

ňují z kolektivu slabý kus, dokáží jedovatě komentovat, když se jim někdo nelíbí, nemá to správné oblečení,“ říká psycholog Petr Studnička.

Letos vydaná studie týmu Kamila Kopeckého nazvaná *Děti a kult krásy v online světě* ukazuje, že posměšky kvůli vzhledu jsou mezi dětmi opravdu jak na bě-

žícím pásu. V online prostředí negativní poznámky ke své fyzické podobě nebo oblečení zažila třetina dospívajících, offline dokonce každé druhé dítě. Nedá se ale říci, že šikanování je fenomén dnešní doby, i když někteří psychologové i učitelé naznačují, že situace se zhoršila a děti jsou obecně agresivnější. Nepřijetí spolužáky zažívali v dětství i mnozí dnešní dospělí. Často jsou to i ti, kteří jsou v životě společensky a profesně velmi úspěšní. Nekomfortní prostředí ve třídě zažil například i dramaturg a scénarista Tomáš Feřtek, autor námětu seriálu ze školního prostředí *Ochránce*, kde se projevy šikany mezi mladistvými tematizovaly. „Rekl bych, že ostrakizaci, blbě poznámky, vylučování z kolektivu zažil a zažívá ve škole každý, kdo nějak vyčuhuje. Byl jsem divné dítě a spolužáci na to reagovali,“ říká Tomáš Feřtek. Jako šikanovaný si ale nepřipadal. „Odmítl jsem být z toho smutný a nevzniklo drama. Měl jsem různé postupy, jak s tím pracovat,“ vysvětluje.

Nepříjemné školní situace si vybavuje i ředitelka Nadace RSJ Lenka Eckertová, která se věnuje podpoře nadaných dětí a duševního zdraví školáků obecně. „Hlavně v 1. třídě jsem posměšků zažila hodně, byly chvíle, kdy mi to připadalo nesnesitelné. Děti se smály mému příjmení, ale spíš šlo o to, že jsem tak úplně nezapadala, měla jsem v hlavě jinak nastavené, co je odvaha a čeho se bát,“ říká. „Jednou ve mně napětí vygradovalo a já jsem se na posměváčky vrhla a zbilá je. Mamka to pak musela jít do školy zehlit. Byla to zoufalá reakce mírné holčičky. Nedá se to nikomu doporučit, ale od té doby to přestalo,“ popisuje Lenka Eckertová.

O tom, jestli se projevy nepřátelství opakují nebo zesilují, rozhoduje i psychická kondice dítěte nebo dospívajícího a jeho schopnost se bránit, nenechat se vmanévrovat do pozice oběti. „Dětský kolektiv to zkouší na více dětí ve třídě, ale jen někdo podlehne,“ vysvětluje psychoterapeutka Veronika Büchler.

Skupina je mocná

Školy mají podle odborníků velké rezervy v tom, jak takovým situacím předcházet nebo, pokud vzniknou, jak je řešit.

Pokračování na straně 13

„Aniž bych se chtěla někoho dotknout, má profesní zkušenost je taková, že mnozí učitelé šikanu prostě řešit neumí. Vyhledávám vždy pro své malé klienty podporu ve škole, ale často ji nedostanou. Mnoho škol navíc nemá školního psychologa nebo je na tom místě nezkušený člověk pár let po škole a úkol je nad jeho síly,“ říká Veronika Büchler.

To, že projevy šikanování pocítil na vlastní kůži skoro dvojnásobek českých dětí oproti těm finským, může signalizovat, že učitelé v mnoha českých školách opravdu neumí s projevy agresivity dětí zacházet a nemají ve třídě bezpečné prostředí. Šikanovnému dítěti za této situace nezbyvá než odejít jinam. „Ani to ale nemusí být řešení, protože v důsledku svého zranění má pak sklony se i v novém kolektivu chovat stejně,“ vysvětluje terapeutka Veronika Büchler.

„Když k nám přichází žák, který měl takové potíže na minulé škole, zvažím, jestli to v novém prostředí ustojí, to je samozřejmě nejlepší. Když se mi zdá, že ne, jdu do třídy, kam nastupuje, a řeknu jim: ‚Jde k vám, protože věřím, že to společně zvládnete,‘“ říká ředitel, jehož škola řešila po-

nižování děvčete kvůli nahé fotce. Cíleně s kolegy pracuje se šedou zónou třídy, s těmi, co se obvykle moc neangažují. „Ty vedeme k tomu, aby agresí nepodpořili ani netolerovali, a to i když se netýká přímo jich,“ říká.

„Nástroj skupiny je mocnější než nástroj terapeuta,“ souhlasí Veronika Büchler. „Vždy, když šikanu odmítla skupina, bylo to nejúčinnější. Šlo většinou o čtrnáctileté, patnáctileté děti, ale vím i o případu osmiletých dětí, které zasáhly.“

Finský program na prevenci a řešení šikany, který pracuje s celými kolektivy, chce v českých školách šířit organizace Schola Empirica. „Finské školy zažívaly ještě před patnácti lety situace, kdy se v nich i střílelo. Ministerstvo školství reagovalo vypsáním soutěže na účinný program proti šikaně, který pak zafinancuje. Vyhrál to projekt KiVa (akronym názvu Kiusaamista Vastaan), který vyvinula univerzita v Turku,“ říká ředitelka organizace Egle Havrdová. Do jeho pilotní fáze bylo v letech 2010 až 2014 zapojeno 90 procent škol, momentálně je v programu 40 procent finských škol. KiVa posiluje schopnost celé skupiny odmítnout nežádoucí chování. Nyní ho zkouší 24 českých škol. Schola Empirica se roz-

hodla finskou metodiku importovat proto, že její výsledky jsou prokazatelné. „Problém šikany a nepřátelských projevů v třídních kolektivech se ve Finsku velmi redukoval,“ vysvětluje Egle Havrdová.

Aby si učitelé uměli poradit se šikanou

Krmovská základní škola, kde pracuje Petr Studnička, staví prevenci na budování kultury vztahů ve škole. „Je to neadresné, střídáme tak trochu naslepo, ale když to děláte dlouho, funguje to,“ říká. Vyzdvihuje pořádání adaptačních pobytů před začátkem šesté třídy a zavedení takzvaných partnerských tříd – spolupráce mezi třídami 1. a 2. stupně. Ve škole také mají program, který využívá vliv vrstevnické skupiny a učí děti rozpoznat a regulovat své emoce a chování. „Myslím, že klima školy výrazně ovlivnilo i rozhodnutí vedení jít do moderních výukových metod. Staví na rozvoji měkkých dovedností žáků, diskusi ve výuce, společném hledání řešení. Ve třídách tak budujete i během výuky pozitivní klima, které z velké části stojí na tom, že děti přebírají odpovědnost za to, co se v kolektivu děje,“ říká psycholog školy, kam chodí výrazné procento žáků z vyloučených lokalit.

V mnoha jiných školách je ale práce se třídou, zvlášť na 2. stupni, minimální. Pedagogické fakulty učitele v tomto ohledu nerozvíjí nebo jen málo. Hnutí Otevřeno, které sdružuje studenty a učitele na pedagogických fakultách a usiluje tam o proměnu výuky, se rozhodlo na tuto situaci upozornit a změnit ji. V druhé polovině října spouští kampaň na podporu psychického bezpečí ve školách.

Nástroj skupiny je mocnější než nástroj terapeuta. Vždy, když šikanu odmítla skupina, bylo to nejúčinnější.



„I když se statistiky o šikaně od sebe různí, čísla nejsou dobrá,“ říká jedna z organizátorů kampaně Markéta Popelářová. „Po covidových uzavěrech a s příchodem tisíců ukrajinských žáků je práce učitelů ještě náročnější a zvlášť začínající učitelé zjišťují, že na to nejsou dobře připraveni,“ dodává.

Kampaň je podle ní myšlena jako apel na vedení fakult a akademiky, aby kladli větší důraz na předměty, které učí budoucí učitele pracovat se vztahy ve třídě a budovat v ní bezpečné prostředí. Je také výzvou cílenou na studenty učitelství, aby se o téma sami více zajímali a vzdělávali se v něm. „Někdy tyto předměty na fakultách i existují, ale ne vždy je o ně velký zájem, protože si studenti ani neuvědomují, na co pak v realitě narazí a co vše budou muset řešit,“ vysvětluje Popelářová. V rámci kampaně chtějí organizátoři nabídnout zájemcům z řad studentů pedagogiky sérii workshopů.

Dobré vztahy v rodině jsou základ

A jak by měl postupovat rodič, pokud má podezření, že jeho dítě je terčem posměšků nebo je cíleně vylučováno z kolektivu a trápí se tím? Základem jsou dobré vztahy v rodině, to, jestli je dítě ochotné se rodičům svěřit. Rodič sám by měl být pozorný a všimnout si změn v chování dítěte. Ale Kamil Kopecký upozorňuje, že varovné znaky často odpovídají běžnému pubertálnímu chování – dítě je uzavřené, izoluje se, chrání si více soukromí. „O kyberšikaně svých dětí tak rodiče velmi

často nevědí,“ říká a odkazuje na webovou stránku E-Bezpečí, kde se učitelé i rodiče mohou v problematice vzdělat. Kromě popisu dnes rozšířených rizik tam najdou i pravidla bezpečného používání internetu rozdělená podle věku dítěte.

Rodiče, kterým dítě o svém trápení řeklo, by měli postupovat v souladu s jeho přáním a našlapovat velmi opatrně. V ideálním případě se mohou opřít o školu, ale stejně tak mohou narazit i na nevstřícnost a nešikovnost ze strany učitele. Další možností je pedagogicko-psychologická poradna nebo dětský a rodinný psychoterapeut.

„Děti, které k nám přicházejí traumatizované, se snažíme posílit, hledáme cesty, aby vystoupily z role oběti. Pokud jim v tom ale nepomůže škola, je to pro ně těžké,“ říká Veronika Büchler.

Některé děti se však rodičům z různých důvodů svěřit nechťejí. Možná nemají ani oporu ve svém třídním učitelé, školním výchovném poradci nebo psychologovi. K takovým dětem by se měla alespoň dostat informace, že mohou zavolat na Linku bezpečí, kontaktovat Dětské krizové centrum nebo právě i poradnu E-Bezpečí.