

Řekni, že to není fér

Finská psycholožka Christina Salmivalli o prevenci šikany a důležitosti dobrých vztahů ve školách

LUCIE KOCUROVÁ

Každý by si přál pro děti školu, která je „bezva“. Tedy takovou, kde se můžou všichni v klidu učit a nikdo se nemusí bát, že by mu kdokoli ubližoval nebo ho urážel. „Bezva“ se finsky řekne „kiva“ a stejnojmenný program na prevenci šikany a zlepšování školního klimatu se začíná rozjíždět i v Česku. „Program KiVa jsme vymysleli na přelomu tisíciletí u nás na univerzitě v Turku,“ říká jedna z jeho autorek, psycholožka Christina Salmivalli. „Tehdy si finské děti stěžovaly, že nerady chodí do školy, hlavně kvůli špatným vztahům. To jsme chtěli změnit.“

LN Proč je vlastně šikana a obecně hrubé chování mezi dětmi ve školách problém? Proč nad tím nelze jen tak mávnout rukou?

Šikana a agresivní chování ve třídách je problém proto, že způsobuje těžkosti a utrpení mnoha dětem. A nejde jen o část života, kdy chodíme do školy, protože když někdo zažije šikanu, ovlivňuje ho to i v dospělosti. Máme k dispozici dostatek dlouhodobých studií, abychom mohli říct, že trauma z dětství ovlivňuje skutečně celý život. Šikana je problém lidskoprávní, protože každý má právo zažívat bezpečné prostředí k učení. Jde ale i o otázku veřejného zdraví, protože člověk, který ve škole zažíval šikanu, má vyšší sklon k depresím a dalším duševním potížím, což může vést až ke ztíženému pracovnímu uplatnění nebo invaliditě. Takový člověk nejen trpí, ale ani nemůže přispívat společnosti. Takže pro lidi, kteří rádi uvažují ekonomicky, můžeme říct, že šikana má dopady i na veřejné rozpočty. Je to problém, který zasahuje celou společnost.

LN Jak se vůbec stane, že jedno dítě začne ubližovat jinému?

Agresivita je něco, co je v lidech zabudováno. Každý z nás má v sobě nějakou kapacitu, nějaký sklon chovat se agresivně. Musíme se postupně naučit těmto sklonům nepodléhat a používat jiné prostředky k řešení problémů a konfliktů. Stejně tak jsou sklony k agresivitě a šikaně součástí DNA skupin. Skupiny jsou fajn, protože si v nich nacházejí přátele, zažíváme v nich příjemné chvíle plné humoru, ale také se v jejich rámci vytvářejí různé hierarchické struktury, kdy někdo je nahore a někdo dole. Takže šikana je poměrně běžná a přirozená, pokud proti ní aktivně nevystupujeme. Navíc školy jsou ideálním prostředím pro vznik a rozvoj šikany, protože v nich mladí lidé tráví hodně času a jen částečně dobrovolně. Nemožou si vybrat svoje spolužáky, a když je jim tam nepříjemně, nemůžou ani fikt – zítřka už tam nejdou. Tyto nedobrovolně vzniklé sociální skupiny jsou pro vznik šikany ideálním podhoubím. Svým způsobem je to opravdu přirozené, protože děti se musejí naučit empatii a nahlížení na svět z perspektivy druhých lidí. To není samozřejmě a mívají s tím problémy i dospělí, natož děti.

LN Přijde mi zajímavé, jak mluvíte o dětech, protože dospělí si rádi představují, že děti jsou dobré a nevinny.

Svým způsobem prostě děti chceme vidět jako ty dobré, čisté, nevinny bytosti a já také určitě neříkám, že by batolata nebo malí školáci byli nějaká monstra. Každá lidská bytost má ale dvě stránky – jednu laskavou a milující a druhou sobeckou a agresivní – a nemůžeme se tvářit, že jedna z nich neexistuje. Podle jedné kanadské studie jsou lidé vůbec nej-



Nezat zlu šanci. Každý z nás má v sobě určité sklon chovat se agresivně, musíme se jen naučit jim nepodléhat, říká psycholožka.

FOTO ARCHIV CH. SALMIVALLI

agresivnější ve věku mezi dvěma a třemi roky, kdy si navzájem berou hračky, kousají, kopou, tahají za vlasy. Protože jsou malí a nemají dost síly, tak nikomu vážně neublíží, ale tato batolata se chovají mnohem násilněji než například adolescentní chlápci. Naším úkolem je naučit děti, že jejich hněv a vztek jsou přirozené, ale nemůžou jim dávat volný průchod.

LN Podle nedávného šetření společnosti Scio se v Česku tři čtvrtiny žáků prvního stupně a dvě třetiny druhého setkávají s fyzickým ubližováním ve třídě, o slovních urážkách ani nemluví, což je dost alarmující. Jak jste na tom ve Finsku?

Podle statistik Světové zdravotnické organizace jsme se před rokem 2005 v oblasti šikany pohybovali kolem průměru. Od té doby u nás výskyt šikany neustále klesá, takže jdeme nejspíš dobrým směrem.

LN Je to díky programu KiVa, který se ve finských školách zavádí od roku 2006?

Sklony k šikaně jsou součástí DNA skupin, v jejich rámci se vytvářejí hierarchické struktury, kdy někdo je nahore a někdo naopak dole



To se nedá s jistotou říct, a povím vám proč. Program KiVa se v našich školách začal zavádět v roce 2006 v masivním měřítku, protože byl zdarma a ministerstvo školství ho velmi podporovalo. Už od prvního roku se do něj zapojilo tolik škol, že nyní vlastně už nemáme žádnou referenční skupinu, podle níž bychom mohli porovnávat. Náš program ale má výsledky i v jiných zemích, takže věříme, že je dobrý a skutečně vede ke zlepšení školního klimatu.

LN Co vlastně znamená KiVa a jak program vznikl?

KiVa je akronym, složené slovo ze dvou – kiusaamista vastaan, což znamená „proti šikaně“. Zároveň ale slovo „kiva“ ve finštině označuje něco jako „super“ nebo „bezva“, protože rozhodně chceme, aby školy byly super nebo bezva místa. V našich školách, jak už jsem řekla, se prosazuje zhruba od roku 2006, kdy ministerstvo školství usoudilo, že je podobný program potřeba. Ze všech možných testů a průzkumů, které se dělaly na přelomu tisíciletí, totiž vyplývalo, že finské děti v té době neměly rády školu, nerady tam chodily a vyjadřovaly se o ní velmi negativně. Jako společnost jsme cítili, že je třeba to řešit, a zvolili jsme cestu wellbeingu dětí. Program KiVa vznikl na naší univerzitě v Turku.

LN Jak program KiVa ve školách probíhá a na co přesně cílí?

Program KiVa cílí na sociální a emocionální rozvoj každého dítěte. Soustředí se na to, co každé jedno dítě může udělat, aby škola byla bezpečnějším, laskavějším místem. Ti, kdo se stanou svěd-

kem šikany nebo prostě nepěkného chování k nějakému dítěti, se často sami aktivně zapojí, nebo se třeba smějí, dívají se, ale nic neudělají, čímž situaci oběti ještě zhoršují. My ale chceme, aby uměli reagovat jinak. Učíme je, aby přemýšleli o tom, jak můžou pomoci někomu, kdo stojí stranou, vypadá osaměle, neumí se třeba zapojit do skupiny a podobně. Program má tři fáze, pro každou věkovou skupinu jsou připravené lekce například na téma rozpoznávání a pojmenovávání emocí u sebe i u druhých, na téma skupinového tlaku, prevence šikany a tak dále.

LN Jedná se o jednotlivé hodiny, nebo o kratší kurzy? A obsahuje program třeba i návrhy, jak témata průběžně zahrnovat do hodin?

Jsou to strukturované lekce a doporučujeme, aby probíhaly v rozsahu jedné až dvou hodin měsíčně. U nás se jim většinou věnují třídnické hodiny nebo hodiny občanské výchovy. Navíc ale doufáme, že duch nebo myšlenky programu se budou prolínat celou výukou, kdykoliv bude vhodná chvíle si je nějakým způsobem připomenout, že to učitelé udělají.

LN Jak vypadá například taková hodina pro teenagery a pro menší děti?

Podle toho, co nám říkají učitelé, tak u teenagerů dobře zabírá speciálně jedna aktivita, kdy se jim pustí video s natočenými vzpomínkami dospělých lidí, třeba i seniorů. Ti vyprávějí o tom, jak jim ve škole někdo ubližoval, a popisují, jaké dopady to mělo na jejich další život. Ze nemohli spát, báli se jít do školy, kvůli tomu pak měli špatné známky

Agresorovi buď učitel napřímo řekne, že jeho chování je nepřijatelné a musí s ním hned přestat, nebo se v něm snaží vyvolat empatii



a tak. V jejich tvářích se zrcadlí emoce – jako by ta situace probíhala před chvílí. Když video skončí, na dospívajících je často vidět, že jim je skoro do pláče. Říkají, že si neuvědomovali, že podobné vzpomínky se s člověkem táhnou až do konce života. To bývá hodně silná hodina. Pro malé děti jsme vytvořili online hry, kdy se svým avatarem přicházejí do nějaké situace ve škole a dokážou číst myšlenky ostatním postavám. Máme příběhy, které učitelé mohou číst těm nejmenším a které se soustředí právě na rozpoznávání emocí u sebe i u druhých.

LN V Česku se lidem většinou moc nechce zasahovat, pokud jsme svědky nějakého špatného chování. Říkáváme „nehas, co tě nepálí“...

Já na to můžu říct jen jedno. Oheň šikany páli každého, protože šikana prostě ve škole ničí pocit bezpečí, a to pocítí naprosto všichni. Děti trpí, když jsou svědky šikany. V tu chvíli se třeba i zapojí, protože nevědí, jak se lépe zachovat, ale večer se jim to pak převrací v hlavě, litují toho, cítí

Christina Salmivalli

■ **Profesorka psychologie** a zástupkyně vedoucího výzkumného centra INVEST na univerzitě v Turku ve Finsku.

■ **Uznávaná odbornice na vztahy mezi vrstevníky** a školní šikanu.

■ **V roce 2006** stála v čele týmu, který na popud ministerstva školství sestavil program na prevenci šikany KiVa, který se od té doby prosadil ve více než 20 zemích světa, nově i v Česku.

se hloupě a nepříjemně. Když se děti zeptáte, co opravdu nemají rády, řeknou vám, že šikanu a ubližování.

LN Jak se ale mají děti zachovat? Není jednoduché se zastat oběti a přivolat na sebe hněv agresora.

Říkáme jim, že není třeba se hned postavit agresorovi, že se nemusejí stát superhrdiny. Stačí, když se k útočníkovi nepřipojí, neobdivují ho, nesmějí se. Dají najevo, že takové chování není nic, co by ve svém okolí chtěli. Potom můžou přijít za obětí a říct – viděl jsem, co ti udělali, a není to fér, nelíbí se mi to. Pro oběť je moc důležité, když dostane od okolí podporu. No a samozřejmě je třeba informovat učitele.

LN Jak se v programu KiVa řeší situace, kdy už k šikaně dojde? Je potřeba potrestat pachatele?

V programu máme pro tuto situaci návod o šesti krocích a v každé škole by měl být učitel, který ten postup zná. Nejde ani tak o to ihned agresora potrestat. Můžeme k němu přistoupit v podstatě dvěma způsoby. Buď mu napřímo řekneme, že jeho chování je nepřijatelné a musí s ním okamžitě přestat, nebo se v něm snažíme vyvolat empatii. Vezmeme si ho a mluvíme s ním o oběti – že je tu konkrétní dítě, které to má ve třídě těžké, a jak by asi bylo možné mu pomoci? Dáváme agresorovi prostor, aby sám přišel na to, jak změnit svoje chování.

Zajímavé je, že v průměru jsou obě tyto strategie stejně účinné. A co je důležité, nesmí se zapomenat na to, že se po nějaké době přesvědčíme o tom, zda se situace zlepšila. Na to se totiž často zapomíná. Obvykle se rychle snažíme o nějakou intervenci, ale potom se jde dál a nikdo neřeší, zda to k něčemu bylo.

LN Jak vlastně probíhá výcvik učitelů v programu KiVa?

Finští učitelé se jezdí učit k nám do Turku na univerzitu. Pro učitele z ciziny otvíráme dvakrát ročně intenzivní týdenní kurz. Po jeho absolvování se oni sami stanou těmi, kdo u nich doma školí další.

LN KiVa je už v mnoha zemích světa. Jsou všude tak dobré výsledky?

Momentálně si myslím, že je program KiVa asi ve dvaceti zemích světa. Mnoho jich je evropských, pak třeba Nový Zéland a několik jihoamerických zemí. Například z Itálie nebo Nizozemska máme ohlasy velmi dobré. V Chile jsme měli zatím pilotní projekt ve školách pro sociálně znevýhodněné děti v hlavním městě Santiagu a tam jsou výsledky zatím skromnější. Budeme muset prozkoumat, jestli je problém v implementaci programu nebo bude třeba ho možná víc lokalizovat i pro kulturně odlišnější země. To se ještě uvidí.

Autorka je stálou spolupracovnicí LN