

Šikana, kyberšikana

Šikana je jakékoli cílené a opakované chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného člověka, případně skupinu lidí.

Nikdo, žádný rodič nemá jistotu, že se jeho dítě nestane obětí šikany. Cesty lidských povah a činů jsou nevyzpytatelné a do soukolí agrese se může dostat každý. Jednou proto, že je příliš chytrý, jindy, že chytrý není.

Šikana nemá důvod, má jen oběť, většinou nahodilou. Seznam podezřelých projevů rodičům pomůže alespoň v základní orientaci.

Zároveň také upozorňujeme na to, že jednotlivé projevy nemusejí mít vždy se šikanováním něco společného, ale téměř jistě signalizují skryté volání o pomoc. Čím více se jich objeví najednou, tím je pravděpodobnost šikany větší.

Jsme si vědomi toho, že šikanování může vzniknout v každém dětském kolektivu. Prosíme Vás proto o spolupráci při předcházení šikaně v naší škole. Níže uvádíme rady odborníků a prosíme, abyste jim věnovali pozornost.

Podezřelé projevy

- Za dítětem nedochází domů žádný spolužák, zdá se, že nemá kamarády.
- Dítě je zaražené, posmutnělé až depresivní, nemluví o tom, co se děje ve škole.
- Špatně usíná, má poruchy spánku, zdají se mu hrůzostrašné sny.
- Dojde k výraznému zhoršení prospěchu, je nesoustředěné, bez zájmu.
- Před odchodem do školy nebo po příchodu domů ho pobolívá hlava, břicho apod.
- Dítě chce často navštěvovat lékaře.
- Znenadání se objeví neomluvená absence.
- Do školy nebo ze školy chodí oklikami.
- Domů přichází s potrháním oblečením, poškozovanými školními pomůckami nebo bez nich.
- Často mu nevychází kapesné, ztrácí ho, požaduje další peníze.
- Dítě přichází domů vyhladovělé, i když dostává svačiny a obědy má zajištěné.
- Nedokáže uspokojivě vysvětlit svoje zranění - odřeniny, modřiny, lehký otřes mozku, naraženou kost nebo zlomeninu, popáleniny na ruce apod.
- Vyhrožuje sebevraždou, nebo se o ni dokonce pokusí.

Aby se dítě nestalo obětí

- Podpořte jeho sebeúctu. Větší sebedůvěru získá, pokud dělá činnosti, které ho baví. Nemusí být velký sportovec, ale může třeba rádo malovat, tančit, hrát na flétnu. Učte ho vyjádřit, co cítí, a respektujte jeho pocity.
- Podporujte přátelství dítěte s jinými vrstevníky. Začněte u něj brzy rozvíjet sociální dovednosti. Děti, které mají kamarády, jsou pro agresory těžším cílem.
- Od malička své dítě učte, jak se s lidmi domluvit a urovnávat spory. Naučte je vyjadřovat, jak se cítí, aniž by uráželo ostatní. Neradte dítěti: „Když tě uhodí, vrať mu to!“ Tím se konflikt jenom vyhrotí. Pro dítě to může být nebezpečné, zvláště když se k útočníkovi přidají ostatní děti.
- Ubezpečte ho, že se nikdy nemá stydět požádat o pomoc vás nebo učitele.

- Vysvětlíte rozdíl mezi žalováním a požádáním o pomoc. Žalování je, když něco oznámí jen proto, aby uškodil druhému. V případě, že on nebo někdo jiný je v nebezpečí, je potřeba požádat o pomoc.
- Poslouchejte pozorně od chvíle, kdy začne vaše dítě mluvit. Poslouchejte s respektem, co říká.
- Nesnažte se rozhovor s dítětem urychlit. Děti, zvláště ty mladší, potřebují delší čas, než se dostanou k tomu nejdůležitějšímu, co chtějí říct. Pokuste se neodpovídat, než jejich povídání skončí.
- Pochvalte potomka, když vás požádá o pomoc: „Jsem opravdu ráda (a), že jsi mi to řekl.“ Je to dobrý způsob, jak ho podpořit, aby se vám opět svěřil se svými problémy ve škole.
- Respektujte jeho znepokojení. Dokonce i tehdy, když se vám zdá zbytečné. Děláte si ze svého prvňáčka legraci, protože se bojí strašidla v tmavé koupelně? V tom případě se vám asi těžko bude svěřovat s tím, že mu ve škole někdo nadává a on má strach.
- Připomínejte dítěti, že může za vámi přijít, kdykoli ho někdo zastrašuje nebo mu nadává. Vypněte televizi. Drsné filmy a obrazy násilí dítě učí, že jediná cesta, jak řešit konflikty, je agrese. Můžete ho zapsat na bojové sporty. Získá větší sebejistotu.

Kyberšikana představuje úmyslné urážky, vyhrožování, zesměšňování nebo obtěžování druhých prostřednictvím moderních komunikačních prostředků většinou v delším časovém období. Kyberšikana se odehrává na Internetu prostřednictvím e-mailů, chatovacích aplikací jako je ICQ, v sociálních sítích, na videích umístěných na internetových portálech nebo prostřednictvím mobilního telefonu (např. SMS zprávami nebo nepříjemnými telefonáty). Pachatel často jedná anonymně, takže oběť netuší, od koho útoky pochází.

Typické rysy

- Je časově neomezená – útočník může oběť obtěžovat 24 hodin denně
- Publikum široké - kdokoliv
- Obsah se šíří velmi rychle – prostřednictvím informačních technologií
- Anonymita pachatelů – je zpravidla obtížné, pokud je pachatel zdatný v práci s PC, mobilem apod., vypátrat jeho identitu
- Změna pojetí osobnosti agresora x oběti – anonymita informačních technologií umožňuje útočit i zjevně fyzicky slabším jedincům na zdatné oběti
- Možná neúmyslnost – zveřejnění fotografií nemusí být vždy míněno jako útok na kohokoliv, nicméně může ve výsledku způsobit nepříjemnosti oběti

www.najednelodi.cz

www.minimalizacesikany.cz