

Šikanovanie a jeho prevencia

Mgr. Júlia Švecová, Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v Žiline a OUSHI - Inštitút sociálneho zdravia, Univerzita Palackého v Olomouci

Definícia Šikanovania: podľa Rosovej (2018) musia byť splnené 4 podmienky:

1. úmysel druhému ublížiť,
2. nepomer síl medzi obeťou a útočníkom,
3. opakujúce sa správanie,
4. obeť sú spôsobené psychické ujmy a zažíva pocity nespravodlivosti.

Niektorí autori uvádzajú, že aj jednorazový útok, pokiaľ je dostatočne závažný, môžeme klasifikovať ako šikanovanie. Šikanovanie sa rozvíja postupne a nutné je zamedziť mu hneď v prvých fázach.

Kolář et.al (2011) opisuje **5 štádií šikanovania v skupine/triede:**

1. zrod ostrakizmu, 2. fyzická agresivita a pritvrdzovanie manipulácia, 3. vytvorenie jadra (kľúčový moment), 4. väčšina prijíma normy agresorov, 5. totalita.

V školskom prostredí je dôležité zameriavať sa na zhoršené vzťahy v triede, utiahnuté správanie potencionalnej obeť, vtieravé správanie agresora voči učiteľom, žiakov, ktorí strážia pri dverách, žiakov, ktorí čakajú kým ostatní odídu zo školy, žiakov, ktorí sú cez prestávky v blízkosti dozor konajúcich učiteľov, žiakov, ktorí sa boja ísť cez prestávku na WC, zhoršenie prospechu potencionalnej obeť, zvýšenú chorľavosť, vymeškávanie zo školy, pomenované obavy zo šikanovania, zničené veci a iné. Dôležitú úlohu zohráva používanie jazyka zamestnancami školy a spôsob komunikácie pri riešení problematiky šikanovania. Pojmy ako "agresor", "obeť" alebo "svedok" odporúčame nepoužívať na priame označovanie aktérov šikanovania. Osvojenie si týchto výrazov žiakmi, rodičmi, pedagogickými či odbornými zamestnancami a ich zaradenie do aktívneho slovníka, môže viesť k ďalšiemu nálepkovaniu detí a odvádzať pozornosť od lepšieho porozumenia hlbších mechanizmov šikanovania a konkrétnych príbehov žiakov a ich rodín.

Fakty zo zahraničných výskumov: Šikanovanie spadá pod traumatické udalosti, ktoré významne ovplyvňujú život človeka v dospelosti. Výsledky výskumov potvrdzujú, že skúsenosť so šikanovaním v detstve negatívne ovplyvňuje kvalitu fyzického aj duševného zdravia (Allison et al., 2009). Skúsenosť so šikanovaním, či už v role obete alebo útočníka, úzko súvisí s psychopatológiou. Americká štúdia z roku 2020 (Forster et al.) zistila, že existuje významné prepojenie medzi zanedbávaním, týraním a zneužívaním dieťaťa v rodine a skutočnosťou, že sa dané dieťa ocitne v pozícii obete v procese šikanovania. Rovnako aj agresori udávajú výskyt násillia a zanedbávania v detstve alebo ťažkosti so závislosťou u svojich rodičov (Hsieh et al., 2020).

Náš výskum: Reprezentatívna vzorka obyvateľov Slovenska (N = 1018, priemerný vek 46,24 rokov, 48,7 % mužov).

Skúmali sme zážitky šikanovania (Adverse Childhood Questionnaire (ACE-IQ) v súvislosti s neskorším výskytom symptómov psychopatológie (Brief Symptom Inventory (BSI-53).

- 13,5 % respondentov zažilo šikanovanie.
- Najviac zážitkov šikany v detstve 55 – 64 roční (16,5 %), - ľudia žijúci s partnerom/kou bez manželského zväzku (21,7 %) a respondenti s ukončeným základným vzdelaním (19,7 %).
- Najčastejším spôsobom šikanovania bol posmech kvôli vzhľadu tela alebo tváre (46,7 %) a zámerné vynechávanie zo spoločných aktivít (36,5 %).
- Šikanovaní respondenti mali vyššie priemerné skóre vo všetkých subškálach dotazníka psychopatológie.
- Najvyššie priemerné hodnoty dosiahli v subškálach paranoidné myslenie, interpersonálna senzitivita, obsesie a kompulzie, úzkosť a depresia.
- Výskyt šikanovania stredne silno koreloval s celkovým skóre nepriaznivých zážitkov z detstva a respondenti, ktorí boli šikanovaní, mali významne vyššie celkové skóre nepriaznivých zážitkov z detstva.

Prevenia šikanovania v ZŠ:

Jednotlivé oblasti prevencie sociálno-patologických javov v škole zastrešujú:

- koordinátori prevencie,

- výchovní poradcovia,
- odborní zamestnanci.

S ohľadom na stratégie a pokyny uvedené v Sprievodcovi školským rokom 2022/2023 a podľa Smernice č. 36/2018 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach. Z praxe odporúčame voliť prehľadnú a jasnú formu, ktorá pomôže vytvoriť ucelený prehľad o plánovaných aktivitách a zahrnie všetky potrebné témy v rámci šikanovania. Jednotlivé aktivity si v rámci svojej triedy vie prispôbiť potom každý triedny učiteľ.

Technické a mechanické zariadenia:

- schránka dôvery v každej budove, kontrolovaná denne,
- kamerový systém v odľahlých častiach školy a na chodbách,
- uzamykanie prázdnych miestností,
- vykonávanie dozorov počas prestávok.

Informačné zariadenia:

- centrálna nástenka s tematikou šikanovania, kde sú vysvetlené formy šikany, príklady a kontakty pomoci,
- školská web – podstránka s užitočnými informáciami a kontaktmi o šikane,
- bannery v budove školy so sloganmi o šikanovaní,
- aktualizovaný školský poriadok.

Pri zostavovaní plánu preventívnych aktivít a pri ich realizácii je žiaduce pochopiť niekoľko dôležitých zásad:

- Tvorba plánu je kolektívna záležitosť školy. Koordinátor prevencie, výchovní poradca, odborný zamestnanec je facilitátorom tvorby plánu prevencie.
- Množstvo aktivít možno realizovať počas triednických hodín. Základné princípy spolupráce v kolektíve by mal ovládať každý učiteľ.
- Preventívne aktivity smerované k žiakom musia ísť ruka v ruke s aktivitami pre pedagógov aj rodičov.
- Realizáciu odborných aktivít, kde sa pracuje hlbšie s emóciami a traumou, je lepšie zastrešiť odborníkom.
- Pred začiatkom tvorby plánu je vhodné si nájsť a overiť sieť štátnych aj neštátnych organizácií, ktoré môžu pomôcť pri prevencii.

- Pri externých subjektoch si treba overiť skutočné záujmy organizácie. Časť zhubných kultov a siekt sa dostáva do škôl práve cez preventívne aktivity.

Spolupracujúce inštitúcie /každý región disponuje rozdielnou skladbou inštitúcií/:

- policajní preventisti (ORPZ, KRPZ, OOPZ),
- preventisti mestských a obecných polícií (MsP, OP),
- sociálni a komunitní pracovníci,
- odborní pracovníci poradní (CPPPpP, CŠPP),
- občianske združenia a iniciatívy,
- pracovníci participujúci na sociálnoprávnej ochrane detí (ÚPSVaR, obce),
- poradenské centrá a súkromné spoločnosti,
- detskí psychológovia a pedopsychiatri,
- centrá voľného času,
- osvetové strediská.

Postupnosť krokov v rámci intervencie:

Základom intervenčného postupu je ochrana obete. Ochrana obete spočíva vo vyňatí z nebezpečného miesta, resp. v umiestnení na bezpečné miesto, napr. do kabinetu, zborovne, príp. v izolovaní agresora.

Súčasťou ochrany obete je jej upokojenie, poskytnutie základnej pomoci a vytvorenie bezpečnej atmosféry. Ďalšia časť tímu izoluje agresora, snaží sa ho ukládať, ak je stále agresívny. V žiadnom prípade nemá dôjsť k priamej konfrontácii obete a agresora. Do triedy, kde sa odohrala šikana, treba zabezpečiť dozor.

Ďalším krokom je zistenie základných informácií, čo sa stalo. V prípade, že ide o krutú šikanu, prípadne je obeť rozrušená, nie je vhodné sa pýtať na detaily a sekundárne viktimizovať obeť. Bezodkladne by mali byť privolaní zástupcovia obete aj agresora. Odporúčame nerealizovať vzájomnú konfrontáciu.

Konfrontácia obete a agresora, resp. jeho rodičov je znakom neprofesionality, túto aktivitu rozhodne neodporúčame zaradiť do procesu riešenia incidentu, spôsobu zisťovania príčin jeho vzniku a ani ako prostriedok na „vynútené ospravedlnenie agresora obeti“.

Počas práce s obeťou a agresorom prebieha zisťovanie priebehu šikanovania od svedkov šikany a zaisťovanie prípadných dôkazov (kamery v škole, nahrávky z tel. žiakov, listinné dôkazy,...)

Riaditeľ školy alebo učiteľ riešiaci prípad šikanovania sa často podujem ku konfrontácii rodičov agresora a obeť alebo priamo obeť navzájom. Z hľadiska ochrany obeť je to však veľmi neprofesionálny krok, pretože obeť môže byť istým spôsobom na agresorovi závislá a môže vypovedať veci, ktoré neskôr rodičia agresora použijú voči obeť pri spochybňovaní a zľahčovaní. A to obzvlášť, ak ide agresorovi o nejakú sankciu alebo trestné stíhanie.

Ideálna preventívna aktivita:

- traja odborní zamestnanci/lektori,
- 4-7 stretnutí,
- jasná štruktúra,
- dôkladné poznatky o kolektíve ak sa v ňom šikana vyskytla,
- dohoda spolupráce so školou v rámci školského podporného tímu,
- sociometria pred a po,
- alternatívny program každého stretnutia pokiaľ dôjde k vyplaveniu emócií,
- práca so skupinou v pravidelných intervaloch nie na konci školského roka.

Možnosti preventívnych programov:

- Zippyho kamaráti,
- Kozmove dobrodružstvá,
- Druhý krok,
- Kid's skills,
- Peer to peer (rovesnícke skupiny),
- 15 krokov
- WOOW prístup ..