

Prevencia a riešenie šikanovania

sprievodca pre školské prostredie

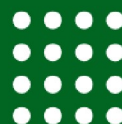


Spracoval:

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie
v spolupráci s Národným inštitútom vzdelávania a mládeže

Bratislava

Február 2025



ÚVOD

Šikanovanie sa v počiatočných štádiách viac či menej vyskytuje takmer v každej škole a školskom zariadení. Na rozdiel od iných typov nežiaduceho správania, s ktorými sa stretávame v školskom prostredí, je šikanovanie obzvlášť rizikové, pretože často zostáva dlho skryté. A pritom aj pri relatívne malej intenzite šikanovania môže u jeho obetí dochádzať k závažným psychickým traumám s dlhodobými následkami. Je preto dôležité, aby pedagógovia aj odborní zamestnanci vedeli ako mu predchádzať, resp. rozpoznať a riešiť už počiatočné štádiá šikanovania.

Hneď v úvode pripomíname, že základom pre školy a školské zariadenia je **Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach**, vydaná Ministerstvom školstva, vedy, výskumu a mládeže SR (ďalej Smernica 1/2025). Napriek vyššie uvedenému právnomu zarámčovaniu školská prax ukazuje, že sú neustále potrebné informácie, upriamujúce pozornosť na šikanovanie ako také.

Predkladaný odborný materiál má slúžiť zamestnancom škôl a školských zariadení ako sprievodca preventívnymi a intervenčnými princípmi a konkrétnymi postupmi v problematike šikanovania. Poskytuje prehľad možností prevencie šikanovania a poukazuje aj na zásady neodkladnej a dlhodobej intervencie. Dokument je potrebné prispôbiť konkrétnym podmienkam školy, napr. technickým a organizačným, zameraniu školy, rôznorodosti detí, žiakov a študentov (ďalej len „žiak“) a pod. Kompetentnými konať v otázkach prevencie a riešenia šikanovania v školskom prostredí sú: vedenie školy, pedagogickí a odborní zamestnanci (ďalej len „PZ“ a „OZ“), ktorí môžu pôsobiť aj ako školský podporný tím (ďalej len „ŠPT“), zariadenia poradenstva a prevencie (ďalej len „PaP“) a pod.

Pre účely tohto materiálu vychádzame z pojmov, zadefinovaných v Smernici 1/2025, kde sa šikanovaním v škole rozumie obťažovanie formou spravidla opakujúceho sa nežiaduceho správania šikanujúceho voči šikanovanému, ktoré je motivované úmyslom získať nad šikanovaným prevahu, šikanovaného ponížiť alebo získať vynútené mocenské postavenie, v dôsledku ktorého dochádza alebo môže dôjsť k vytváraniu zastrážujúceho, nepriateľského, zahanbujúceho, ponížujúceho, potupujúceho, zneuctujúceho, zámerne zraňujúceho alebo urážajúceho prostredia vo forme verbálneho šikanovania, fyzického šikanovania, psychického šikanovania, emocionálneho šikanovania, nebezpečného elektronického obťažovania alebo nebezpečného prenasledovania.

Priamym šikanovaním je šikanovanie, pri ktorom šikanujúci zameriava svoje konanie priamo na šikanovaného opakujúcim sa úmyselným verbálnym, psychickým, emocionálnym alebo fyzickým násilím, pri ktorom sú spravidla prítomní aj účastníci šikanovania; je spojené s cieľom získať prevahu v kolektíve.

Nepriamym šikanovaním je šikanovanie, pri ktorom šikanujúci používa metódy a nástroje vzťahového násillia a emocionálneho vydierania, najmä v podobe prehládania, ignorovania, zámerneho vyčleňovania šikanovaného z kolektívu, šírenia nepravdivých alebo znevažujúcich informácií, citlivých zvukových záznamov (audiozáznamov), obrazových záznamov (videozáznamov) alebo zvukovo-obrazových (audiovizuálnych) záznamov o šikanovanom alebo manipulovaním názorov a postojov ostatných členov sociálnej skupiny k šikanovanému.

Pri detailnejšom definovaní môžeme hovoriť o tom, že šikanovanie je správanie, keď jeden alebo viac žiakov úmyselne a opakovane ubližuje vybranému žiakovi alebo skupine žiakov, robí alebo hovorí niečo, čo je nepríjemné a žiak alebo skupina žiakov sa nedokáže alebo z najrôznejších príčin nemôže brániť. Zámerom je zastrašovať, ublížiť, uškodiť druhému alebo získať či potvrdiť si svoju moc. V priamej podobe to zahŕňa fyzické útoky v podobe bitia, vydierania, poškodzovania vecí, ako aj nadávok, ohovárania, vyhrážania či ponižovania. V nepriamej podobe sa prejavuje ako **demonštratívne prehliadanie a ignorovanie** (v tomto prípade je potrebné **citlivo zvážiť, či ide o šikanovanie alebo prejav nedostatočne rozvinutého sociálneho cítenia** žiakov). Môže ísť však aj o formu elektronického šikanovania (kyberšikanovania). Podstatnou vlastnosťou šikanovania je **skrytosť a neprístupnosť**. Väčšina obetí šikanovania a tiež svedkov sa snaží situáciu udržať čo najdlhšie v tajnosti, bojí (nechce) sa niekomu zveriť alebo oznámiť to.

Čo nie je šikanovanie v škole:

- jednorazový alebo impulzívny prejav násilia alebo agresie medzi žiakmi akútnym neovládnutím emócií, ktoré bezprostredne odznievajú,
- prejav násilia alebo agresie medzi žiakmi mimo školy, ktorý nevyplýva zo vzťahov medzi žiakmi v škole, okrem kyberšikanovania,
- nehoda medzi zamestnancom školy a žiakom súvisiaca s výchovno-vzdelávacím procesom (Smernica 1/2025).

Prevenca šikanovania

Preveniu v kontexte tohto materiálu je možné vnímať v dvoch rovinách. **Prevenca v širšej rovine** predstavuje súbor systémových opatrení, ktoré eliminujú vznik šikanovania alebo spomaľujú jeho vývoj. Preventívne systémové opatrenia tiež umožňujú zachytiť príznaky šikanovania v počiatočných fázach, čo sa ukazuje ako kľúčové pri jeho riešení. Ako príklady prevencie v širšej rovine možno uviesť monitoring odľahlých častí školy, infraštruktúru pomoci, odstránenie pedagogických „zlovykov“, napr. ironizovanie, telesné tresty, sexuálne narážky a pod. **Prevenca v užšej rovine** je chápaná ako realizácia preventívnych činností – aktivít, programov, modulov a iných foriem, ktoré sú špecificky smerované na problematiku šikanovania.



Obr. 1 Rozdelenie prevencie

Prevenca v širšej rovine

- **Identifikácia a zabezpečenie kritických miest** – monitorovanie priestorov, kde je predpoklad výskytu šikanovania (odľahlé miesta, chodby, šatne, jedáleň, WC a pod.)
- **Uvedomenie si brzd a akcelerátorov šikanovania** – obmedzenie konania podporujúceho šikanovanie (zbytočné súperenie medzi triedami, prezentovanie „kultu stopercentnosti“, úspech jedného je prezentovaný ako neúspech iných, nespravodlivé hodnotenie, neprimerané sankcie a pod.) a podpora konania smerujúceho k minimalizácii výskytu šikanovania (prítomnosť osôb, ktorým sa môže žiak zveriť, učitelia zaujímajúci sa o potreby žiakov, dozory a kamery v kritických priestoroch školy a pod.)
- **Manažment rizikových situácií** – identifikácia a spracovanie rizikových situácií, ktoré môžu vytvárať priestor pre šikanovanie (nový žiak v kolektíve, prítomnosť žiakov s výraznou „inakosťou“ v kolektíve, žiakov so syndrómom CAN, prípady pozitívnej diskriminácie, identifikované užívanie psychoaktívnych látok vrátane alkoholu a pod.)
- **Monitoring sociálnej klímy** – pravidelné jednoduché monitorovanie pocitov a potrieb žiakov v škole, identifikácia prirodzených autorít a vzťahových osôb, ktorým žiaci prirodzene dôverujú (sociometria, anketa na začiatku a v priebehu školského roka, neformálne návštevy OZ v triedach, školský ranný filter, ranné kruhy a pod.)
- **Existencia informačnej infraštruktúry** – jednoduchá a prehľadná informačná kampaň ohľadom postupov „čo robiť, ak...“, s kontaktmi na osoby poskytujúce pomoc v škole, v komunite, vo virtuálnom priestore (telefonický a mailový kontakt na OZ školy, OZ zariadenia PaP či iných inštitúcií poskytujúcich poradenské služby a služby krízovej intervencie, linky pomoci a pod.)
- **Logistika prijímania podnetov** (schránka dôvery, mail, chat, kontaktné osoby a pod.)
- **Tvorba siete spolupracujúcich subjektov** (inštitúcie poskytujúce poradenské služby, preventisti, koordinátor ochrany detí pred násilím a pod.)

Príklad z praxe OZ, ktorý ilustruje možný postup pri identifikácii rizikových situácií v rámci širšej prevencie:

Do školy prichádza uprostred školského roka žiak, ktorý sa prisťahoval k starým rodičom, pretože sa o neho vlastní rodičia nechceli starať. Táto situácia zatiaľ so šikanovaním nesúvisí, avšak OZ školy by mohol identifikovať niektoré riziká v podobe možných spúšťacích mechanizmov a ťažkostí žiaka, ktorý je v náročnej životnej situácii.

Na základe týchto informácií je možné formulovať nasledujúce predpoklady, ktorých platnosť si vyžaduje overenie:

- Žiak sa bude začleňovať do nového kolektívu. Ak sa mu to nebude dariť, môže sa snažiť získať svoju pozíciu v skupine rôznym konaním (napr. „kúpiť“ si postavenie v skupine „službami pre iných“, preukázať odvahu a pod.).
- Žiak úplne zmenil prostredie, je niekde, kde nechcel byť a možno aj u niekoho, u koho nechce byť. Je možné, že nebude mať podporujúce prostredie a bude mať sklon hľadať pozornosť vyššie spomenutým spôsobom.

- Žiak môže byť touto situáciou traumatizovaný, preto bude potrebné pracovať aj s touto skutočnosťou.

V prípade výskytu podobnej situácie bude cieľom intervencií zo strany zamestnancov školy podporiť začlenenie žiaka do kolektívu a komunity školy. Dôležité je dbať na to, aby sa vplyvom rizikového kontextu, v ktorom sa nachádza, nestal šikanovaným, outsiderom, ale ani šikanujúcim, v snahe získať si pozornosť a pozíciu.

Pre stanovenie rozsahu aktivít smerom k žiakovi je dobré zistiť:

- ako rád trávi voľný čas
- aké sú jeho silné stránky
- v akej miere potrebuje pomoc
- kto sú jeho vzťahové osoby a pod.

V tejto, resp. podobnej situácii je možné využiť napr. nasledujúci postup:

- Každému novoprijatému žiakovi budú v prvý školský deň pridelení dvaja detskí sprievodcovia z triedy, ktorí ho prevedú priestormi školy (ukážu mu učebne, jedáleň, šatne atď.) a stručne mu vysvetlia chod školy.
- Triedny učiteľ a OZ/vybraný člen ŠPT realizuje po vyučovaní so žiakom aktivity (otvorený rozhovor, konzultáciu, projektívne techniky a pod.) zamerané na spoznanie sa, formuláciu očakávaní a vytvorenie bezpečného a prijímajúceho prostredia.
- Triedny učiteľ v krátkom čase zorganizuje zoznamovaciu aktivitu celého triedneho kolektívu s novým žiakom zameranú najmä na pozitívne vlastnosti a obľúbené činnosti žiakov v triede – tým sa medzi žiakmi vytvoria spoločné zážitky, o ktoré sa bude dať neskôr oprieť.
- Triedny učiteľ vyzve kolegov, ktorí učia v triede, aby počas najbližších dní a týždňov zaraďovali do vyučovania skupinovú činnosť a aktivity podľa možnosti tak, aby si nový žiak vyskúšal spoluprácu s viacerými spolužiakmi a vytvoril sa základ pre vzájomnú komunikáciu.
- Triedny učiteľ a OZ/vybraný člen ŠPT informujú žiaka o možnostiach podpory a pomoci a zoznámia ho s poradenskou infraštruktúrou školy.
- Triedny učiteľ v spolupráci s OZ/ŠPT v pravidelných intervaloch (po týždni, dvoch týždňoch a mesiaci) monitoruje a hodnotí proces začlenenia žiaka do kolektívu.

Prevenca v užšej rovine

Pre OZ/ŠPT sa v rámci prevencie šikanovania odporúča so žiackymi kolektívami realizovať kontinuálnu preventívnu činnosť zameranú na predchádzanie vzniku násilia, ale aj na scitlivovanie zamestnancov a žiakov na vnímanie násilia. Rozsah koordinácie a realizácie preventívnych aktivít závisí od viacerých faktorov, napr. od toho, či ich OZ vykonáva sám, alebo pracuje tímovo (napr. v spolupráci s triednym učiteľom, pedagogickým asistentom alebo kolegom so ŠPT), či zastáva aj funkciu koordinátora prevencie alebo nie. Prevencia by mala byť systematická a všeobecne cielená na všetky triedy školy a intenzívnejšie na tie, v ktorých sa vyskytlo šikanovanie, alebo existujú signály, že tam môže vzniknúť. Medzi kolektívy s vyšším rizikom v tejto súvislosti patria napríklad tie, v ktorých sú veľké

rozdiely v dosahovanej úrovni školskej úspešnosti žiakov, kolektívy s deťmi s odchýlkami v správaní (napr. ADHD, PAS a pod). Taktiež sú to kolektívy, v ktorých existujú znepriatelené neformálne skupiny, protežované deti, manipulujúci žiaci a pod. Môže to byť tiež trieda žiakov s nadaním, či trieda s vyšším počtom detí súperiacich o prvenstvo. Pri realizácii systematickej preventívnej činnosti je možné spolupracovať s OZ zariadenia PaP, s preventistami z iných externých subjektov poskytujúcich poradenskú službu a služby krízovej intervencie, ako aj s príslušníkmi polície (prednášky alebo besedy na vybrané témy) tak, aby preventívne aktivity mali svoju postupnosť, nadväznosť a napĺňali potreby triedy, kde sa realizuje.

Hlavnou zodpovednosťou pedagógov je prevencia

Pod prevenciou šikanovania v škole máme na mysli **vytvorenie a uplatňovanie podmienok** na celkovú ochranu žiakov pred šikanovaním zo strany spolužiakov/iných žiakov, teda **predchádzanie a včasné riešenie prejavov (zárodokov) šikanovania**.

Základné princípy:

1. Vedenie školy a pedagógovia berú do úvahy fakt, že šikanovanie môže mať závažné dôsledky dlhodobého charakteru a neraz aj celoživotné následky na duševné a telesné zdravie žiakov – obetí. Preto **nepodceňujú a nebagatelizujú riziko šikanovania**, pripúšťajú, že aj **v ich škole/triede** môže dôjsť k šikanovaniu.
2. Škola má vytvorenú funkčnú, konkretizovanú a jasne formulovanú **preventívnu stratégiu školy platnú pre všetkých bez rozdielov**. Odporúčaný obsah: filozofia školy smerom k bezpečiu; vymenovanie neprípustného správania a konania; postup riešenia rizika alebo prípadu šikanovania (čo robiť v prípade, ak sa o šikanovaní dozvedia) - **návod pre učiteľov, pre žiakov a pre rodičov**, uvedenie konkrétnych možností oznamovania aj zárodokov šikanovania (pri zachovaní dôvernosti); kontakty na zodpovedné osoby, realizačný tím v škole. Na jej tvorbe participujú aj žiaci formou zodpovedajúcou veku. Všetci (celá komunita školy vrátane rodičov) sú s jej cieľom a obsahom oboznámení.
3. **Pedagógovia cieľavedome vnímajú** (pozorujú) žiakov v rámci vyučovania i mimo vyučovania (napr. počas prestávok, školských podujatí...) - **ich prejavy, interakcie a najmä zmeny správania**. Citlivo pristupujú k zisťovaniu príčin zmien v správaní žiaka alebo nežiaduceho/rizikového správania (individuálnym rozhovorom...).
4. **Na vyučovaní, a osobitne na triednických hodinách**, dávajú priestor na **budovanie sociálnych zručností žiakov**: pýtať sa na ich názory, akceptovať, resp. konštruktívne reagovať aj na odlišné názory - je dôležité počúvať a snažiť sa porozumieť dôvodu iného (kontroverzného) názoru, diskutovať s nimi o riešení (ich) problémov... Ako je známe, pri šikanovaní sú zvyčajne účastné 3 strany – šikanujúci, šikanovaný a svedkovia/ostatní žiaci v triede. V tomto ohľade je najúčinnnejšie, ak sa aktivity orientujú najmä smerom k prizerajúcej sa (mlčiacej) skupine. Je dôležité posúvať, **zvyšovať citlivosť a empatiu** triedy na túto tému, napríklad na dôsledky (neraz celoživotné) šikanovania pre šikanovaného, a zároveň na zodpovednosť ostatných – nájsť silu postaviť sa šikanujúcemu, nenechať sa manipulovať.
5. V prípade prejaveneho/zisteného agresívneho, resp. nežiaduceho správania, pedagóg najskôr **vyhodnotí/stanoví**, o aký **typ správania** ide - je nutné **rozlíšiť „bežnú“ agresiu**,

konflikt od šikanovania (pri vyhodnocovaní prejavov násilia vždy zisťuje/posúdi, či sú prítomné črty šikanovania, napr. samoučelnosť agresie, nepomer síl, opakovanie, úmysel ubližovať, bezmocnosť obeť).

V rámci užšej prevencie je nutné predchádzať aj tzv. fenoménu „**bystanders**“ (slovenský ekvivalent – efekt prihliadajúceho). Jeho podstatou je, že ak sú pri prebiehajúcom incidente prítomní svedkovia, neposkytnú obeť pomoc, nereagujú na dianie. Šikanovaný môže mať vtedy pocit, že ak nikto nezasiahne, je prítomným ľahostajné, čo sa s ním deje, resp. s agresiou voči nemu súhlasia. Reálnym dôvodom ich nečinnosti však môže byť strach z odplaty, z toho, že sa sami stanú obeťou šikanovania, alebo majú obavy z negatívnych sociálnych dôsledkov. Môže ísť aj o tzv. rozptýlenú zodpovednosť v skupine, kedy jednotlivci nekonajú, pretože čakajú na reakcie ostatných, zvažujú či zasiahnuť a pod. Žiakom je potrebné pripraviť na možnosť, že sa sami stanú svedkami šikanovania, informovať ich o spôsoboch poskytnutia pomoci obeť (ochrana obeť, privolanie dospelého, popis priebehu udalosti, zastavenie šikanujúceho a pod.) a viesť ich k prevzatíu iniciatívy napriek tlaku skupiny.

V terminológii šikanovania sa využívajú pojmy ako akútna intervencia, neodkladné opatrenia, okamžitá reakcia a pod., ktoré označujú bezprostrednú intervenciu v prípade výskytu šikanovania, prípadne podozrenia na šikanovanie. Ide o súbor krokov vedúcich k ochrane obeť, obmedzeniu konania šikanujúceho a k získaniu súvisiacich informácií o incidente, ale aj k informovaniu zákonných zástupcov a splneniu oznamovacej povinnosti. Je však potrebné nezabúdať ani na opatrenia dlhodobého charakteru, kontinuálne pracovať so šikanovaným, šikanujúcim, ale aj kolektívom, v ktorom sa šikanovanie vyskytlo.

Akútna intervencia

Akútna intervencia sa realizuje v situácii, keď je PZ, OZ/ŠPT svedkom, alebo má informácie o aktuálne prebiehajúcom šikanovaní, prípadne o šikanovaní, ktoré sa dialo v minulom období, a ešte stále sú zreteľné jeho následky u obeť či v kolektíve. O incidente sú povinní informovať všetci dospelí, ktorí sú jeho svedkami, alebo o situácii vedia.

Pri rozhodovaní o tom, ako situáciu riešiť, môže napomôcť zodpovedanie si nasledujúcich základných otázok:

- *Cíti sa šikanovaný bezprostredne ohrozený?*
- *Je šikanujúci v kontakte so šikanovaným a má na neho dosah?*
- *Je situácia jednorazovým útokom, alebo šikanovaním?*
- *Kto alebo čo nám umožní získať podrobné informácie?*

Hneď, ako je v škole zabezpečená ochrana obeť a minimalizuje sa možný dosah šikanujúceho na šikanovaného a svedkov, začína pracovať **intervenčný tím**.

Zostavenie intervenčného tímu je v kompetencii vedenia školy, prípadne vedením poverenej osoby.

Mali by ho tvoriť zamestnanci školy, ktorí vedia o prípade najviac (zástupca vedenia školy, OZ, triedny učiteľ a pod.). Intervenčný tím navrhuje a zabezpečuje odborný postup pri riešení. Úloha OZ v rámci tohto tímu spočíva najmä v odbornom vedení prípadu, koordinácii postupov šetrných k šikanovanému, šikanujúcemu, kolektívu a v sieťovaní spolupráce s inými inštitúciami a odborníkmi. Vedenie školy je nápomocné v organizačných záležitostiach a dozerá na to, aby pri riešení prípadu neboli prekročené kompetencie školy.



Obr.2 Zloženie intervenčného tímu

Úlohou členov intervenčného tímu je tiež zabezpečiť:

- zisťovanie informácií o incidente,
- komunikáciu so šikanovaným, šikanujúcim a svedkami,
- rozhodovanie o bezprostredných opatreniach, ktoré je nutné urobiť smerom k šikanovanému, šikanujúcemu, svedkom a ďalším osobám,
- informovanie zákonných zástupcov šikanovaného, šikanujúceho a ďalších dotknutých osôb,
- analýzu oznamovacej povinnosti voči polícii a orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately (ďalej len „SPODaSK“):
 - *ÁNO - polícii a SPODaSK, ak je podozrenie, že bol spáchaný trestný čin alebo priestupok (bez ohľadu na vek),*
 - *ÁNO – orgánu SPODaSK, ak je šikanujúci alebo šikanovaný v jeho starostlivosti,*
 - *ÁNO – orgánu SPODaSK, ak je potrebné so šikanovaným alebo šikanujúcim pracovať multidisciplinárne so zapojením širšieho okruhu odborníkov,*
- realizáciu opatrení na znemožnenie ovplyvňovania výpovedí šikanovaného, šikanujúceho aj svedkov,
- zistenie rozsahu a vplyvu riešeného prípadu šikanovania u žiakov v kolektíve alebo komunite školy,
- zamedzenie vzniku sekundárnej viktimizácie šikanovaného – vyhýbanie sa opakovanému vyžadovaniu popisu udalosti, zverejňovaniu podrobností o prípade, medializácii, ochrana šikanovaného a pod.

Úlohou intervenčného tímu je získať všetky dostupné relevantné informácie, aby vedel reagovať a situáciu riešiť. Zároveň, zvlášť pri závažnejších formách šikanovania, je tvorený informačný podklad pre políciu resp. orgán SPODaSK. Kľúčové je uvedomiť si, že cieľom nie je viesť vyšetrovanie, ale v prvom rade ochrániť šikanovaného.

Pri riešení šikanovania a komunikácii so zákonnými zástupcami by si členovia intervenčného tímu mali byť vedomí skutočnosti, že okolnosti prípadu môžu byť iné, ako sa na prvý pohľad javia. Často má ten, kto rieši šikanovanie, len informácie vytrhnuté z kontextu. Preto sa odporúča:

- Považovať šikanovaného za šikanovaného napriek možným pochybnostiam, až dovedy, kým sa nepreukáže opak.
- Označovať situáciu ako incident alebo synonymom tohto slova, pokiaľ sa nepreukáže, že ide o šikanovanie. Za šikanovanie sa považuje úmyselné opakované konanie s prítomnou psychickou, fyzickou a/alebo sociálnou prevahou šikanujúceho.
- Pomenovávať šikanujúceho ako účastníka incidentu. Šikanujúcim ho možno nazvať, až keď bude jasné, že ním skutočne je.
- Zaujímať sa o fakty, identifikovať konkrétne znaky šikanovania, zistiť, aká je história vzájomných vzťahov medzi všetkými účastníkmi. Byť si vedomý možného skreslenia výpovedí v zmysle sympatií svedkov k šikanujúcemu alebo šikanovanému.
- Ponechať si dostatok času na zistenie rozsahu, faktov a súvislostí incidentu, nenechať sa vedením školy, zákonnými zástupcami a kolektívom dotlačiť k rýchlym záverom a neefektívnym riešeniam.

Na doplnenie a ako pomôcku efektívnejšieho riešenia uvádzame najčastejšie chyby pri šetrení šikanovania:

- Nerozlišuje sa medzi počiatočným a pokročilým šikanovaním.
- Pri niektorých typoch pokročilého šikanovania pedagóg chráni iniciátora agresie, najmä v prípade, keď šikanujúci je naoko bezproblémový a dobrý žiak, a tak môže zabrániť objektívnemu vyšetrovaniu.
- Vplyv alebo nerozlíšenie výpovedí falošných svedkov.
- Nedostatočná práca s členmi skupiny/triedy, ktorí môžu mať strach alebo nechotu vypovedať (nakoľko to môžu chápať ako „bonzovanie“).



Obr.3 Akútna intervencia

Obrázok 3 popisuje proces intervencie pri zachytenom podnete šikanovania. Je potrebné uviesť, že všetky vyššie uvedené možnosti prevencie a intervencie pri riešení šikanovania bežne v praxi nemusia nasledovať za sebou, ale môžu sa prekryvať alebo diať paralelne. Napríklad v situácii, keď sa v procese prevencie v škole odhalí šikanovanie, vyžaduje sa aj aktívna reakcia, a zároveň je potrebné vytvoriť podmienky pre dlhodobú intervenciu.

Dlhodobá intervencia

Dlhodobá intervencia si vyžaduje multidisciplinárny prístup v práci so šikanovaným aj šikanujúcim. **Vo vzťahu k obeti** ide o sprostredkovanie pomoci z hľadiska nadobudnutia mechanizmov zvládania a spracovania prípadnej traumy, získania sociálnych zručností eliminujúcich opakovanie šikanovania zo strany toho istého šikanujúceho alebo ďalších šikanujúcich. **U šikanujúceho** je potrebná pomoc s osvojením si mechanizmov zvládania emócií, prípadne ich ventiláciou sociálne žiaducim spôsobom, aby sa zamedzilo opakovanému šikanovaniu. V praxi sa vyskytujú prípady, kedy žiak, ktorý bol v minulosti šikanovaný, alebo stále je obeťou šikanovania, psychického násillia, fyzického násillia či sexuálneho zneužívania, sa sám stane šikanujúcim. Iným príkladom môže byť konanie žiaka núteného šikanujúcim, aby šikanoval iného žiaka. Je potrebné si uvedomiť, že v kontexte šikanovania

môže byť tá istá osoba v pozícii šikanujúceho a zároveň šikanovaného, tieto roly nemožno vždy striktne oddeliť.

Vo vzťahu k šikanujúcemu aj šikanovanému je dôležité citlivo odhadnúť obsah i rozsah odborných intervencií. Pri poskytovaní pomoci je potrebné zapájať ich do tohto procesu, ponúknuť im možnosť voľby (psychologická intervencia, terapia, pravidelný kontakt a pod.), a zároveň vnímať prirodzenú tendenciu popierať potrebu pomoci (pracovať s prípadným odporom, neschopnosťou prijať pomoc a pod.). V odôvodnených prípadoch je potrebné realizovať formálne opatrenia (zníženie známky zo správania, podnet na orgán SPODaSK, opatrenia vo výchove a pod.).

V rámci dlhodobej intervencie je **nevyhnutné pracovať aj s kolektívom**, v ktorom ku šikanovaniu došlo. Ak sa už takéto konanie vyskytlo, môže to poukazovať na zvýšenú toleranciu žiakov voči násiliu, skreslené vnímanie prejavov násilia u šikanovaného aj šikanujúceho, obmedzenú schopnosť triedneho kolektívu vyhodnotiť závažnosť situácie, tendenciu zľahčovať ju a považovať incident za zábavu (napr. žiaci nedokážu odhadnúť, že ak šikanovaný toleruje správanie šikanujúceho a nereaguje naň, nestážuje sa, prípadne sa usmieva, môže ísť o obranný mechanizmus a neznamená to, že je takéto konanie v poriadku). V kolektíve je preto potrebné:

- realizovať prevenciu ako v prostredí, v ktorom sa už objavilo rizikové správanie,
- pomôcť šikanujúcemu aj šikanovanému sa znovu funkčne začleniť do kolektívu,
- zintenzívniť monitoring sociálnej klímy,
- pracovať so skupinovú dynamikou (podporovať pozitívne vzťahy v triede, analyzovať negatívne vplyvy a pod.),
- reflektovať prípad s cieľom zefektívnenia preventívnych opatrení v budúcnosti a pod.

Kyberšikanovanie

Kyberšikanovanie vychádza z rovnakých princípov ako šikanovanie, avšak využíva mechanizmy a nástroje, ktoré ponúka virtuálny priestor (neobmedzuje sa len na priestor školy, útoky môžu prísť kedykoľvek, obsah sa šíri veľmi rýchlo, šikanujúci môže byť anonymný, nevidí reakcie šikanovaného, čo môže vyústiť v závažnejšie agresívne prejavy a pod.). Môže prebiehať výlučne vo virtuálnom prostredí, ale môže byť kombinované so šikanovaním v reálnom prostredí školy. Preto tieto formy nemožno striktne oddeliť.

Prevenca kyberšikanovania v širšej rovine sa realizuje podobne ako pri šikanovaní, ale je rozšírená o preventívne činnosti vo virtuálnom priestore:

- monitoring skupinovej dynamiky v neformálnych školských skupinách vytvorených na internete a na sociálnych sieťach,
- správa digitálnych zariadení školy eliminujúca prihlasovanie sa pod cudzím profilom (zakázanie ukladania prihlasovacích údajov v školských PC, tabletoch a pod.),
- nastavenie jasných pravidiel pre používanie digitálnych zariadení v škole z hľadiska uchovávanía dát (fotografovanie, nahrávanie zvuku, obrazu, nepovolené streamovanie a pod.),

- začlenenie prevencie kyberšikanovania a následnej intervencie do školského poriadku,
- tvorba siete kontaktov s odborníkmi, ktorí vedia rýchlo a efektívne intervenovať v prípade kyberšikanovania (odborníci poznajúci princípy fungovania virtuálnych sietí, nahlasovania problémov a pod.),
- zabezpečenie vzdelávania PZ a OZ pre prácu v online priestore, vrátane práce s konkrétnymi platformami.

V užšej rovine prevencie ide najmä o zameranie sa na:

- zachovanie a ochranu súkromia,
- osvojenie si kritického myslenia a schopnosti vyhodnocovať informácie, v kontexte „pravdy“, úplnosti, objektivity a pod.,
- osvojenie si schopnosti analyzovať príčiny a predvídať následky,
- poznanie princíпов fungovania sociálnych sietí a nahlasovania nevhodného obsahu,
- postup žiakov pri konfrontácii s nevhodným obsahom,
- nácvik techník odmietania, prerušenia kontaktu, zablokovania užívateľa,
- poznanie pravidiel bezpečného internetu a pod.

V rámci užšej roviny prevencie je potrebné špeciálnu pozornosť venovať psychickým, niekedy aj nezvratným následkom kyberšikanovania na šikanovaného aj šikanujúceho. Dôležité je informovať aj o dôsledkoch vyplývajúcich z páchania kriminálnej činnosti. Je žiaduce vyhnúť sa zastrašovaniu. Efektívne je pri preventívnych aktivitách využívať prípadové štúdie, kazuistiky a anonymizované skúsenosti z vyšetrovania.

Akútna intervencia

Akútna intervencia vychádza z rovnakých princíпов ako pri bezprostrednom šikanovaní, nakoľko často ide o kombináciu šikanovania vo virtuálnom priestore a v reálnom prostredí školy. Pred samotnou intervenciou je potrebné si ujasniť, či riešenie prípadu šikanovania vo virtuálnom priestore spadá do kompetencií školy.

Pomôcť môže zodpovedanie týchto otázok:

- Je šikanovaným alebo šikanujúcim žiak školy?
- Súvisí motív kyberšikanovania so životom v škole alebo v triede?
- Ovplyvňuje prípad kyberšikanovania žiaka učiteľa alebo skupinu žiakov školy?

V prípade, že je niektorá z týchto otázok zodpovedaná kladne, škole vzniká mandát a povinnosť túto situáciu riešiť aj v nadväznosti na všeobecnú ohlasovaciu povinnosť definovanú v §7 zákona č. 305/2005 Z. z. o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kurately v znení neskorších predpisov.

Akútna intervencia v súvislosti s kyberšikanovaním vyžaduje:

- ochrániť šikanovaného vo virtuálnom priestore (napr. zrušenie profilu na sociálnej sieti, zablokovanie šikanujúceho a pod.),

- zamedziť šikanujúcemu v pokračovaní kyberšikanovania alebo v tom, aby sa útoky k šikanovanému dostali,
- zaistiť informácie o prípade, zaznamenať digitálne stopy (printscreen komunikácie, záznamy hlasových správ, videí a pod.),
- získať kontakty na osoby, ktoré dokážu poskytnúť ďalšie informácie o prípade a pod.

Aj v prípade kyberšikanovania rieši prípad intervenčný tím, ktorého členom je nevyhnutne aj osoba, ktorá rozumie princípom fungovania virtuálneho prostredia.

V rovine dlhodobej intervencie je postup totožný s postupom riešenia bezprostredného šikanovania, keďže ide tiež zväčša o psychologické a organizačné riešenie následkov.

Spolupráca školy so zariadením PaP

Východiskom pre realizáciu akejkoľvek preventívnej činnosti v školskom prostredí je monitoring sociálnej klímy školy/jednotlivých tried, identifikácia potrieb, vzťahov medzi osobami školskej komunity na rôznych úrovniach (žiaci navzájom, žiaci a pedagógovia atď.), monitoring rizikového správania a pod. Preventívna činnosť v téme šikanovania/kyberšikanovania je jednou z viacerých oblastí spolupráce školy s príslušným zariadením PaP. Ide o metodickú podporu OZ zariadenia pre PZ, OZ/ŠPT škôl a jeho súčinnosť pri realizácii aktivít a programov selektívnej a indikovanej prevencie. Prínosné je nadviazať spoluprácu už pri tvorbe plánu preventívnej činnosti školy na daný školský rok (spoločná identifikácia tém, spracovanie konkrétnych postupov prevencie v súčinnosti s OZ zariadenia PaP, v prípade dlhodobých preventívnych programov ich zapracovanie aj do školského vzdelávacieho programu a pod.). Spoluprácu môžu iniciovať oba subjekty. Po vzájomnej dohode si škola v prevencii šikanovania z ponukového listu zariadenia vyberá aktivity, prípadne ucelené programy. Pri prevencii šikanovania zariadeniami poradenstva a prevencie sa informovaný súhlas zákonného zástupcu nevyžaduje.

Škola môže kontaktovať zariadenie PaP aj v prípade aktuálneho výskytu incidentu, pri ktorom je prítomné podozrenie, že môže ísť o šikanovanie. Úlohou OZ zariadenia PaP je metodicky podporovať PZ a OZ, ktorí sú súčasťou intervenčného tímu, alebo sa môže v rôznej miere aktívne spolupodieľať na jeho činnosti (zdieľa vlastné odborné skúsenosti s riešením šikanovania, navrhuje konkrétne opatrenia v práci so šikanovaným, šikanujúcim, svedkami, triednym kolektívom a pod.). Spolupráca so zariadením PaP je vhodná aj pri nastavovaní a realizácii činností dlhodobej intervencie.



Na záver odporúčané postupy a zdroje informácií:

Súvisiaca legislatíva

Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a školských zariadeniach: <https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf>

Priority, odporúčania

- Monitorovať a odhaľovať negatívne javy v správaní žiakov a príznaky šikanovania využívaním rôznorodých diagnostických nástrojov; odhaľovať zdroje rizikového správania a sociálno-patologických javov a uplatňovať účinné prostriedky na ich elimináciu. Informovať bezodkladne zákonných zástupcov žiakov o výskyte problémového javu v správaní žiaka alebo zhoršenia jeho prospechu.
- Zvyšovať u žiakov povedomie o trestnoprávnej zodpovednosti pri prejavoch šikanovania či iného rizikového správania a u PZ a OZ ich povedomie o trestnoprávnej zodpovednosti v prípade neriešenia týchto problémov v súlade so smernicou.
- V súčinnosti so zariadením PaP spolupracovať na programoch prevencie šikanovania, vyhotovovať zápis o riešení šikanovania v súlade so smernicou č. 1/2025 a organizovať preventívne aktivity v danej oblasti.
- Pri realizácii preventívnych aktivít odporúčame poradenským zariadeniam postupovať podľa [Štandardov odborných činností v systéme poradenstva a prevencie](#).
- Venovať zvýšenú pozornosť budovaniu pozitívnej klímy triedy, školy ako prevencie šikanovania a iného rizikového správania sa žiakov.

Metodické a podporné materiály

Pedagogickí aj odborní zamestnanci nájdu informácie o šikanovaní a kyberšikanovaní, v kontexte realizácie univerzálnej a selektívnej prevencie, **vo vybraných webinároch VÚDPaP**, ktoré môžu byť v praxi nápomocné pri práci s triedou, skupinou:

[Šikanovanie a kyberšikanovanie v školách a možnosti prevencie, intervencie](#)

Práca s triedou

- [Riešenie krízovej situácie – práca so žiakmi, s triedou](#)
- [Poradný/komunitný kruh a bezpečie v triede](#)
- [Nenávistné prejavy na internete pre odborných a pedagogických zamestnancov a rodičov](#)
- [Inovácie – “Zippyho kamaráti”](#)
- [Práca so skupinou v online priestore](#)
- [Skupinová dynamika a možnosti jej využívania v online priestore](#)
- [Sociálne vzťahy v triede – čo všetko o nich môžem vedieť? - 1. časť](#)
- [Sociálne vzťahy v triede – čo všetko o nich môžem vedieť? – 2. časť](#)
- [Rizikové správanie žiakov v škole a čo s ním?](#)

- [Ako naučiť deti v MŠ využívať zdravé formy zvládania záťažových situácií](#)
- [Rozvíjanie odolnosti ako prevencia šikanovania a radikalizácie mládeže](#)
- <https://www.statpedu.sk/sk/publikacna-cinnost/metodiky/>

Podcasty VÚDPaP Odborne na slovíčko a Nahlas o deťoch, ktoré sú venované problémovému resp. rizikovému správaniu vrátane šikanovania a môžu byť nápomocné OZ, PZ zorientovať sa v tejto problematike a v možnostiach prevencie resp. intervencie:

- [Problémové správanie žiaka v škole – 1.časť](#)
- [Problémové správanie žiaka v škole – 2.časť](#)
- [Rizikové správanie a jeho prevencia](#)
- [Zažilo vaše dieťa kyberšikanu?](#)
- [Deti a hoaxy](#)
- [Máme na Slovensku detské gangy?](#)
- [Krizová intervencia a prevencia v školách a poradenských zariadeniach](#)
- [Sociálna klíma v škole a v triede](#)
- [Šikana – praktické aktivity](#)
- [Čo keď je moje dieťa agresorom?](#)
- [Mobilné telefóny v školách po novom – 1. časť](#)
- [Mobilné telefóny v školách po novom – 2. časť](#)
- [Prevencia u našich detí](#)
- [Sebaobrana detí](#)

Manuály pre odborných zamestnancov

Manuály pre OZ komplexne popisujú ich jednotlivé odborné činnosti a aj cieľovú skupinu, ktorej sa ten ktorý odborník venuje. V každom z manuálov nájdete kapitoly venované téme prevencie rizikového správania, vrátane šikanovania:

- [Manuál začínajúceho sociálneho pedagóga v škole](#)
- [Skupinová práca/skupinové aktivity. Príloha k Manuálu začínajúceho sociálneho pedagóga](#)
- [Manuál začínajúceho školského psychológa](#)
- [Manuál začínajúceho špeciálneho pedagóga](#)
- [Manuál začínajúceho liečebného pedagóga](#)

Príručky, programy

Príručky a programy pre PZ a OZ s aktivitami, postupmi, ktoré sú zamerané na univerzálnu a selektívnu prevenciu rizikového správania, vrátane šikanovania:

- Cesta k emocionálnej zrelosti – [metod. príručka I.](#) | [metod. príručka II.](#) | [program](#) | [manažment triedy](#)
- [Skupinová dynamika v školskej triede](#)

- [Manažment triedy](#)
- [Čo robiť, keď...](#)
- [Nástrahy dnešnej doby v kontexte školskej triedy](#)
- [Násilie v škole](#)



VÝSKUMNÝ ÚSTAV
DETSKEJ PSYCHOLÓGIE
A PATOPSYCHOLÓGIE



Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie
Cyprichova 42, 831 05 Bratislava
02/4342 0973, vudpap@vudpap.sk, www.vudpap.sk

