

## ŠIKANOVANIE

Šikanovanie je zámerné, opakované, nevyprovokované použitie sily agresorom, alebo skupiny agresorov s cieľom spôsobiť fyzické alebo psychické ublíženie obeti, resp. skupine obetí, pričom je tu zjavný nepomer síl medzi útočníkom a obeťou.

Znaky šikanovania:

- Veľký nepomer síl medzi agresorom a obeťou
- Opakovanie incidentov
- Jasný úmysel ublížiť druhému fyzicky alebo psychicky
- Agresor môže byť jedno dieťa alebo skupina detí

Charakteristika obetí:

- Obeťou sa môže stať ktokoľvek
- Často ide o deti, ktoré su v niečom iné
- Neobratní, fyzicky slabé, obézne, s nízkym vzrastom
- Jednotkári, ale aj prepadajúci
- S ADHD či s poruchami učenia
- Bojazlivé, bezmocné, prepadajú panike, precitlivené, ťažko si vytvárajú priateľstvá
- Rasovo odlišné, s nízkym sociálnym statusom

**Varovné signály, že sa niečo deje:**

1. Priame
  - Ponižovanie, zosmiešňovanie, vyhrážky, nadávky, modriny, poškodení a porozhadzovaní vecí, bitie, strkanie
2. Nepriame
  - Obeť vyhľadáva blízkosť učiteľky cez prestávky, vchádza s ňou do triedy a prichádza neskoro na hodinu
  - Má smutní náladu, je stiesnený, pôsobí nešťastne
  - Je osamotený, bez kamarátov
  - Zhoršený prospech

### **Prevenia zo strany rodičov**

Najdôležitejšia prevencia zo strany rodičov je zabezpečiť dieťaťu vyváženú výchovu, založenú na vzájomnej láske, dôvere a podpore, ale aj nevyhnutných pravidlách, kde má dieťa dostatok priestoru na rozvoj osobnosti. A to práve preto, že okrem temperamentu dieťaťa, ktoré hrá významnú rolu, je najčastejšou výchovou v rodine agresora práve prílišná direktivita bez dostatočného prejavu lásky s citovým chladom, či odmietaním dieťaťa. Kde sa rodičia príliš hádajú tak, že deti to vidia alebo počujú, tiež keď sa rodičia prejavujú agresívne a tolerujú agresívne prejavy. V rodinnom prostredí obeti chýba zväčša otec ako mužský vzor pre dieťa, najmä ak ide o chlapca) a výchova je vo vyššej miere hyperprotektívna, teda príliš ochranná a príliš starostlivá.

### **Identifikačné znaky pre rodičov:**

- Bolesti hlavy, brucha (najčastejšie ráno pred školou, buď ako telesný prejav úzkosti, alebo ako prostriedok, aby dieťa nešlo do školy)
- Nesústredenosť a nezáujem o činnosť
- Smútok, plač, úzkosť, depresia
- Neospravedlnené absencie v škole
- Chýbanie kamarátov
- Nekomunikatívnosť, uzatváranie sa
- Modriny, odreniny, ktoré nevie vysvetliť
- Potrhané oblečenie, poškodené pomôcky, nedostatok vreckového
- Samovražedné myšlienky a pokusy

### **Ako môžu pomôcť rodičia dieťaťu - obeti:**

- Načúvať – počúvať a brať vážne to, čo dieťa hovorí a prejaviť mu maximálnu citovú oporu
- Odpustenie – aby dieťa nemalo pocity viny za to, že niečo urobilo zle
- Ochrana dieťaťa pred ubližovaním, i na ceste do školy a zo školy (napr. odprevádzat ho)
- Psychologické vyšetrenie a starostlivosť obeti
- Návšteva riaditeľa a triedneho učiteľa (informovať o tom, čo sa od dieťaťa dozvedeli a zistiť, či je škola schopná pomôcť)