



Školní program proti šikanování		
Č.j.: SSZS/01307/2025	Účinnost od: 1.10.2025	
Změna: -	Datum: 29.9.2025	Zpracoval: Mgr. H.Kováčová (metodik PRCH)

(V souladu s Metodickým pokynem ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních č.j. MSMT-21149/2016).

Čl. 1

Školní program proti šikanování

1.1.

Vytváření školního programu proti šikanování je dlouhodobý a trvalý proces, do kterého jsou zapojeni všichni pedagogičtí pracovníci. Školní program proti šikanování je nejúčinnějším způsobem, jak ochránit žáky střední a základní školy před šikanou.

Určují ho dva znaky – celoškolský rozměr a zaměření na specifickou prevenci.

Zahrnuje v sobě metody řešení a další opatření zaměřená přímo na nápravu šikanování, a to prostřednictvím specifické primární prevence a prevence sekundární.

Předpokladem jeho fungování je dobrá všeobecná prevence rizikového chování ve škole.

Školní program proti šikanování je v souladu se školním Preventivním programem rizikového chování (dále též „PPRCH“).

Součástí Školního programu proti šikanování je Bezpečnostní a krizový plán školy.

Bezpečnost žáků vyžaduje vždy splnění minimálních požadavků na řešení šikany (viz článek 3).

1.2.

Na tvorbě a realizaci programu se podílí všichni pedagogičtí pracovníci školy.

Koordinaci tvorby Programu proti šikanování zajistí školní metodik prevence rizikového chování.

Ředitelka školy je odpovědná za realizaci a hodnocení tohoto programu.

1.3.

Cílem programu je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí. Důležité je zaměřit se na oblast komunikace a vztahů mezi žáky ve třídách.

Čl. 2

Struktura školního programu proti šikanování

2.1.

Školní program proti šikanování má 13 komponent (hlavních součástí):

1. zmapování situace – analýza a evaluace (před a po zavedení programu a také v jeho průběhu);
2. motivování pedagogů pro změnu;
3. společné vzdělávání a supervize všech pedagogů;
4. užší realizační tým (ředitel, zástupci ředitelky pro teoretické a praktické vyučování, školní metodik prevence, výchovný poradce);
5. společný postup při řešení šikanování;
6. primární prevence v třídních hodinách;
7. primární prevence ve výuce;

8. primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování;
9. ochranný režim (smysluplný školní řád, účinné dozory a dohledy učitelů);
10. spolupráce s rodiči (seznámení s prevencí a řešením šikany ve škole, například na webových stránkách, pomocí informativního dopisu a při třídních schůzkách);
11. školní poradenské služby;
12. spolupráce se specializovanými zařízeními;
13. vztahy se školami v okolí (domluva ředitelů na spolupráci při řešení šikany, kdy se jí účastní žáci z různých škol).

(Podrobnější popis jednotlivých komponent je uveden v odborné literatuře: Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.)

Čl. 3

Společný postup řešení při výskytu šikany ve škole

3.1.

Školní metodik prevence, na podkladě kvalifikovaného odhadu stadia a formy šikanování rozhodne, zda řešení zvládne škola sama, nebo si povolá odborníka specialistu.

V případě, že jde o počáteční a obvyklou šikanu, kterou zvládne škola sama, školní metodik prevence postupuje podle scénáře určeného pro tento typ šikanování.

Pokročilé a komplikované šikany škola řeší ve spolupráci s odborníky z venku, zejména z PPP, SVP.

Do komplikované šikany zařadíme především neobvyklé formy šikany. Dále sem zahrneme základní formy šikany, se kterými nemáme zkušenosti. Patří do nich šikany krajně ohrožující bezpečí pedagoga a život oběti, dále šikany se změnou v základním schématu. Prakticky jde zejména o nějakou zvláštnost u přímých a nepřímých účastníků šikany. Patří sem rovněž šikany s rozvinutým zakrývajícím systémem. Vážnou komplikací je intenzivnější závislostní vztah mezi oběťmi a agresory a vážnější dopady šikany na oběť – například známky úzkostné poruchy.

3.2.

Klasifikace scénářů pomoci podle cíle léčby, stadia a formy šikanování (Kolář, 2011)

(A) Scénář č.1 - Situace, které zvládne škola sama

- (1) první pomoc pro obyčejnou počáteční šikanu;
- (2) celková léčba pro řešení prvních dvou stadií šikanování, RTP – Rámcový třídní program.

(B) Scénář č.2 - Situace, kdy potřebuje škola pomoc zvenku

- (3) první pomoc pro komplikovanou počáteční šikanu;
- (4) první pomoc (krizové scénáře) pro obyčejnou pokročilou šikanu;
- (5) první pomoc (krizové scénáře) pro komplikovanou pokročilou šikanu, patří sem např. výbuch skupinového násilí, tzv. školní lynčování;
- (6) celková léčba pro třetí stadium šikanování s běžnou i komplikovanou formou.

3.3 Postupy pro vyšetření a řešení šikany

První pomoc při počáteční šikaně:

1. odhad závažnosti a formy šikany;
2. rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili, a s oběťmi;

3. nalezení vhodných svědků;
4. individuální rozhovory se svědky (nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků a konfrontace oběti s agresory);
5. ochrana oběti;
6. předběžné vyhodnocení a volba ze dvou typů rozhovoru:
 - a) rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření);
 - b) rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku);
7. realizace vhodné metody:
 - a) metoda usmíření;
 - b) metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);
8. třídní hodina:
 - a) efekt metody usmíření;
 - b) oznámení potrestání agresorů;
9. rozhovor s rodiči oběti;
10. třídní schůzka;
11. práce s celou třídou

Krizový scénář pro výbuch skupinového násilí při pokročilé šikaně:

A. První (alarmující) kroky pomoci

1. zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
2. bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí

B. Příprava podmínek pro vyšetřování

3. zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy;
4. zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
5. pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
6. oznámení na policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování, informace rodičům

C. Vyšetřování

7. rozhovor s obětí a informátory;
8. nalezení nejslabších článků, nespolupracujících svědků;
9. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
10. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi)

D. Náprava

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

Čl. 4

Stadia šikanování

(zkrácený popis stadií šikanování (Kolář, 2011))

Školní šikanování je nemoc skupinové demokracie a má svůj zákonitý vnitřní vývoj. První stadium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený nebo nevlivný, na jehož úkor je se dělají „legrácky“. Pak to ale jde dál, skupina si najde jakéhosi

„otloukánka“. Třetí stadium je už klíčové, kdy se vydělí jádro útočníků a systematicky začne šikanovat nejvhodnější oběti. Do této chvíle lze věci jasně řešit. Následně ale dojde k bodu zlomu, kdy se šikanování stane nepsaným zákonem i pro opravdu slušné děti a celá skupina se stává krutou. V pátém stadiu – totalitě – se stane šikanování skupinovým programem.

První stadium: Zrod ostrakismu

Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

Druhé stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

V zátěžových situacích (což může být i školou vytvářené konkurenční prostředí), kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese. Stupňování agrese může být dáno také neřešením předchozí situace ...

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich oběťmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Třída ví, o koho jde. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“. Svým způsobem platí „raději on, než já“.

Čtvrté stadium: Většina přijímá normy

Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. Platí „Buď jsi s námi, nebo proti nám.“ U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

Páté stadium: Totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná. Ve čtvrtém a pátém stadiu hrozí reálné riziko prorůstání parastruktury šikany do oficiální školní struktury. Stává se to v případě, kdy iniciátor šikanování je sociometrickou hvězdou. Je žákem s výborným prospěchem, má kultivované chování a ochotně pomáhá pedagogovi plnit jeho úkoly.

Čl. 5

Literatura a webové odkazy

5.1. Literatura pro oblast školního šikanování

Bendl, S.: Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: ISV, 2003.

Braun, R.: Diagnostika školní třídy. Skupinová práce se třídou. Praha: IPPP ČR, 2008.

Čapek, R.: Třídní klima a školní klima. Praha: GradaPublishing, 2010.

Grecmanová, H.: Klima školy. Olomouc: Hanex, 2008.

Janošová, P., Kollerová, L., Zábrowská, K., Kressa, J., Dědová, M. (2016). Psychologie školní šikany [Psychology of the school bullying] Praha: Grada.

Kavalír, A. (Eds.). (2009). Kyberšikana a její prevence – příručka pro učitele. Plzeň: Dragon press s.r.o.

Kolář, M. (2013): Výcvik odborníků v léčbě šikany. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií.

Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.

Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.

Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.

Kopecký, K., Krejčí, V. (2010). Rizika virtuální komunikace. (Příručka pro učitele.) Olomouc: Net

Kopecký, K. Úvod do problematiky kyberšikany páchané na učitelích. Internetový portál E-Bezpečí [online]. 2016 [vid. 23. únor 2016].

Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/1120-kybersikana-ucitelu-vyzkum> Univerzity. [cit. 2. 12. 2012] <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni>

Krejčí, V. (2010). Kyberšikana – kybernetická šikana. Olomouc: E-Bezpečí. [cit. 2. 12. 2012]

Dostupný z WWW – <http://www.e-nebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/materialy-pro-studium-studie-atd>

Krejčí, V. Pravidla bezpečného používání internetu pro rodiče. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016. Dostupné z: http://e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/doc_download/74-pravidla-bezpeneho-chovani-na-internetu-pro-rodie-2015

Lašek, J.: Sociálně psychologické klima školních tříd a školy. Hradec Králové: Gaudeamus, 2001.

Mareš, J.: Dotazník sociálního klimatu školní třídy. Praha: IPPP, 1998

Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy I. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy II. Brno: MSD, 2004.

Mareš, J.: Přehled kvantitativních metod pro diagnostiku psychosociálního klimatu školy II. in: JEŽEK, S. (ed.): Psychosociální klima školy III. Brno: MSD, 2005.

Mareš, J. Diagnostika sociálního klimatu školy. In Ježek, S. (ed.), Psychosociální klima školy I. Brno: MSD 2003.

Mertin, V., Krejčová, L.: Metody a postupy poznávání žáka: pedagogická diagnostika. 1.vyd.Praha: Wolters Kluwer ČR, 2012

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P., Barták, M., Bártík, P. et al. (2015). Prevence rizikového chování ve školství (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Adámková, T., Barták, M., Čablová, L., Čech, T., Doležalová, P. et al. (2015). Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Aujezká, A., Burešová, I., Čablová, L., Červenková, E., Jírová Exnerová, M. et al. (2015). Programy a intervence školské prevence rizikového chování v praxi (2nd ed.). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

25 Miovský, M., Gabrhelík, R., Charvát, M., Šťastná, L., Jurystová, L. & Pavlas Martanová, V. (2015). Kvalita a efektivita v prevenci rizikového chování dětí a dospívajících. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze v Nakladatelství Lidové noviny.

Miovský, M., Skácelová, L., Čablová, L., Veselá, M., & Zapletalová, J. (2012). Návrh doporučené struktury minimálního preventivního programu prevence rizikového chování pro základní školy. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Parry, J., Carrington, G. (1997). Čelíme šikanování: Sborník metod. Praha: IPPP: Portál.

Rogers, V. (2011). Kyberšikana. (Pracovní materiály pro učitele a žáky.) Praha: Portál.

Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.

Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí. Praha: Portál.

Širůčková, M., Miovský, M., Skácelová, L., Gabrhelík, R. a kol. (2012). Příklady dobré praxe programů školské prevence rizikového chování. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Vágnerová, K. (2009). Minimalizace šikany. Praktické rady pro rodiče. Praha: Portál.

5.2 Webové odkazy

Web Minimalizace šikany, www.minimalizacesikany.cz (poradna, publikace, letáky ke stažení apod.)

Společenství proti šikaně, www.sikana.org

Internet poradna, www.internetporadna.cz

Sdružení Linka bezpečí (116 111), www.linkabezpeci.cz

Veřejný ochránce práv, www.ochrance.cz.

Amnesty International ČR, www.amnesty.cz

E-Nebezpečí pro učitele, www.e-nebezpeci.cz

Národní centrum bezpečnějšího internetu, www.ncbi.cz

Portál E-Bezpečí, www.e-bezpeci.cz

Online poradna projektu E-Bezpečí, www.napisnam.cz

Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu, www.Horka-linka.cz

Vyhledávací aplikace certifikovaných primárně preventivních programů také v oblasti šikany: <http://www.nuv.cz/t/pracoviste-pro-certifikace/poskytovatel>

Čl. 6

Závěr

Se Školním programem proti šikanování jsou seznámeni zaměstnanci školy vždy na začátku příslušného školního roku, žáci v rámci úvodních třídnických hodin, rodiče žáků 1. ročníků na úvodních informačních schůzkách na začátku příslušného školního roku a rodiče žáků vyšších ročníků na informačních schůzkách za 1.čtvrtletí škol. roku.

Tento Školní program proti šikanování ruší Školní program proti šikanování č.j.

SSZS/01296/2023 účinný od 1.11.2023.

Zpracoval: Mgr. Hana Kováčová
metodik PRCH

Ing. Lenka Metzlová
ředitelka školy

Školním programu proti šikanování – Informace pro rodiče

Informace pro rodiče o programu školy proti šikanování

Vážení rodiče,

trvalou snahou všech pracovníků naší školy je vytvářet a udržovat příznivé a bezpečné prostředí pro naše žáky – vaše děti. Chceme být připraveni zachytit případné ubližování silnějších slabším hned v počátku a účinně takové bezpráví zastavit. S tímto záměrem jsme vytvořili program proti šikanování. Jeho důležitou součástí je spolupráce nás, pedagogů, s Vámi – rodiči. Prosíme Vás proto o pomoc. **Kdybyste měli podezření či dokonce jistotu, že je Vašemu dítěti ubližováno, bezprostředně se na nás obraťte (na třídního učitele, školního metodika prevence či ředitele školy).** Využít lze také naši e-schránku důvěry, která je k dispozici na webových stránkách školy. Vaši informaci budeme brát velmi vážně a situaci budeme odborně a bezpečně řešit.

Děkujeme za Vaši podporu.

S přátelským pozdravem

Ing. Lenka Metzlová v.r.
ředitelka školy

Nikdo nemá právo druhému ubližovat!

**Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál.
Víš o někom, komu je ubližováno.**

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA VÝCHOVNÝM PORADCEM

jmenuje se Barbora Machovská,
najdeš ji ve sborovně (v 1.NP budovy školy SOŠ) nebo v kanceláři výchovného poradce a
školního metodika prevence (v 2.NP budovy školy SOŠ) nebo ve sborovně Základní školy na
ul. Hašlerova 483/2,
návštěvní hodiny má:

PRO ŽÁKY:	pondělí	10:00 – 11:00
PRO RODIČE:	po předchozí telefonické domluvě kdykoliv	
PRO PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY:	po předchozí domluvě kdykoliv	

Telefon: 554 652 631, 733 595 530

E-mail: reditel@souzma.cz

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA ŠKOLNÍM METODIKEM PREVENCE

jmenuje se Hana Kováčová,
najdeš ji ve sborovně (v 1.NP budovy školy SOŠ) nebo v kanceláři výchovného poradce a
školního metodika prevence (v 2.NP budovy školy SOŠ),
konzultační hodiny má:

PRO ŽÁKY:	středa	13:00 – 14.00
PRO RODIČE:	po předchozí telefonické domluvě kdykoliv	
PRO PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY:	po předchozí domluvě kdykoliv	

Telefon: 554 652 132, 733 595 529

E-mail: kovacova@souzma.cz

PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA ŘEDITELKOU ŠKOLY

jmenuje se Lenka Metzlová,
najdeš ji v kanceláři ředitelky (v 1.NP budovy školy),
návštěvní hodiny má kdykoliv.

Telefon: 554 652 631, 733 595 530

E-mail: reditel@souzma.cz

VYUŽIJ SCHRÁNKU DŮVĚRY

Na chodbě ve 2. NP u učebny IT v budově SOŠ, na chodbě 1.poschodí budovy ZŠ.
Elektronickou na stránkách naší školy (www.souzma.cz)

Školním programu proti šikanování – Co bys měl vědět

Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje, když silnější žák nebo žáci pro vlastní potěšení, často opakovaně, ubližují druhým. V počátku se to děje nenápadně, prostřednictvím různých legrácek a "testíků" (strkání, nadávání, schovávání věcí...), případně odmítáním, přehlížením, zesměšňováním a pomlouváním. Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a poškozování věcí).

Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem. Oběti mohou následky šikanování na těle i duši nést celý život.

Proč bývá člověk šikanován?

Není to proto, že by byl špatný, nebo proto, že by si to nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

Jak se můžeš bránit?

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: "Já nevím, když přijdu domů, tak se na to snažím nemyslet. A doufám, že už to bude lepší." Myslet si, že to bude lepší, je omyl. Nikomu nic neříct je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:

- **Obrať se na mě jako na školního metodika prevence nebo na výchovného poradce, na ředitelku školy. Mohu ti skutečně pomoci, budu ti věřit a neprozradím tě.**
- **Svěř se svým rodičům.**
- **V případě, že nenajdeš odvahu říct to mně ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon +420 116 111. Bezplatně můžeš telefonovat z celé republiky. Nepotřebuješ k tomu peníze ani telefonní kartu. Tito lidé ti budou věřit, protože nejsem sám, komu se něco podobného děje.**